

Magdalena Zamorska

Butō-fu. Obraz w umyśle, obraz w ciele

[19]¹ Taniec butō powstał w Japonii w drugiej połowie dwudziestego wieku. Choć „narodził się w Japonii, jego oddziaływanie jest międzynarodowe; butō ma potencjał znoszenia barier i zwalczania dyskryminacji”², twierdzi Akira Kasai, japoński tancerz i choreograf butō o międzynarodowej sławie. Transkulturowy potencjał butō uwidacznia się w uniwersalności psychosomatycznego treningu.

Esencją butō jest transformacja. Proces bezustannych przekształceń na poziomie cielesno-umysłowym stanowi rdzeń *Ankoku butō* (czyli tańca najgłębszego mroku), klasycznego butō stworzonego przez Tatsumiego Hijikatę. „Jego podstawowym założeniem było to, że ożywiający ciało duch przekształca się w inne formy bytu pozostawiając pustą skorupę ciała, która reaguje na bodźce zewnętrzne (...). Ponieważ butō jest indywidualną formą wyrazu, nie posiadającą uniwersalnej postaci, ważne jest, by każdy tancerz butō odnalazł rzeczywistość, w jakiej ciało żyje w danej chwili – odkrył własną formę istnienia”³. A zatem „pustka” pojawiająca się w wyniku odrzucenia własnej tożsamości wypełnia się fragmentami rzeczywistości. Świat zewnętrzny za pomocą obrazów mentalnych jest wprowadzany do wnętrza opróżnionego ciała i wraz z nim przekształca się.

Doświadczenie transformacji pojawia się w butō na obu etapach działań artystycznych: w praktyce treningowej oraz praktyce scenicznej. W praktyce treningowej mamy do czynienia z transformacją będącą celem procesu wewnętrznego tancerza/performera, natomiast na etapie praktyki scenicznej celem staje się symultaniczność doświadczenia przemiany u tancerza i widza. Przed tancerzem butō stoi zadanie wzbudzenia w widzu empatii neurofizjologicznej. Co czynią tancerze, [20] by uruchomić proces transformacyjny widza? Stosują określone strategie obecności scenicznej; poprzez często radykalne działania cielesne ujawniają przed widzami swój – intensywny, mający miejsce tu-i-teraz – proces przemiany wewnętrznej.

Jednak w tym miejscu chciałabym – by nie odbiegać od podstawowego problemu, czyli funkcjonowania obrazów mentalnych w tańcu butō – powrócić do procedur i praktyk stosowanych podczas treningu.

¹ Numery stron w oryginalnym wydaniu.

² A. Kasai, <http://131.252.115.23/news/akira-kasai-five-day-butoh-workshop-psu-july-26-30>, 23.11.2011.

³ A. Tachiki, *Absolute Butoh*, „ballet international/aktuell tanz”, nr 11, 1999.

Na podstawie swoich badań warsztatu *butō* wyszczególniłam trzy etapy praktyki treningowej: intro (mniej precyzyjnie – rozgrzewka), podążanie i wcielanie. Kluczowym i bazowym doświadczeniem jest osiągnięcie stanu obecności totalnej. Na etapie intro tancerze *butō* stosują różne techniki, zbliżające ich do tego doświadczenia. Może to być trening wytrzymałościowy, którego celem jest doprowadzenie organizmu do stanu skrajnego wyczerpania i do ogólnego kryzysu lub trening uważności, którego celem jest szczególna otwartość na bodźce płynące w wnętrza i spoza organizmu. Efektem tych praktyk jest zmiana jakości funkcjonowania organizmu na wielu poziomach (neurofizjologicznym, hormonalnym, a co za tym idzie percepcyjnym, emocjonalnym i energetycznym). Następnie – na etapie podążania – tancerze uwrażliwiają się sensorycznie i eksplorują materiał gromadzony w pamięci ciała, związany z wydarzeniami na drodze rozwoju jednostki (ontogeneza) i gatunku (filogeneza).

W kontekście tematu konferencji – *Obraz w ruchu* – szczególnie interesujący jest kolejny etap, wcielanie, na którym tancerz wykorzystuje obrazy mentalne, by wzbudzić/wywołać ruch. Obrazy mentalne (po japońsku *omoi*, tłumaczone jako wyobrażenie, idea, koncept, intencja), są źródłem ruchu. Ciało jest traktowane jako puste naczynie, skorupa, i operacyjnie oddzielone od umysłu. Przez ten „pojemnik” przelewają się wspomniane treści, a ciało przyjmuje adekwatną formę. Przemiany tych obrazów indukują ruch postrzegany i definiowany przez obserwatora jako taniec. Obrazy mentalne (wyobrażenia) są opracowywane ideokinetycznie: wcielane i ucieleśniane w ruchu/działaniu/tańcu. Tancerz dąży do wyłączenia wolicjonalnej kontroli poruszeń i podąża za impulsem, nie podejmując decyzji dotyczących kolejnych ruchów. W ten sposób jego poruszeniami kierują procesy nie kontrolowane przez organizującą doświadczenie świadomość. Świadomość ruchu pojawia się *post factum*, czyniąc poniekąd z tańczącego „obserwatora” własnych poruszeń.

Serie takich wyobrażeń w postaci *butō-fu* (czyli zapisu, notacji *butō*) zostały stworzone przez Hijikatę i zachowane przez jego kontynuatorów. Obrazy mentalne są w tym przypadku notowane i komunikowane za pomocą słów – katalizatorów metamorfozy. Tancerze *butō* wykorzystują też obrazy wyłaniające się wcześniejszych badań „zapisu” w ciele, sugestywne obrazy pojawiające się z zewnątrz, a także samodzielnie konstruują różne obrazy mentalne. Wyobrażenia pojawiające się z zewnątrz mogą mieć formę inspirującej materii, obiektu lub sytuacji, w której tancerz kiedyś był lub mógłby się znaleźć. Również osiągnięte specyficzne stany umysłu mogą stać się zaczynem kolejnych wyobrażeń. Obrazy mentalne komunikowane werbalnie są konkretne (np. robak chodzący po brzuchu) lub metaforyczne (np. archaiczny stwór). Rolę obrazu mentalnego mogą też pełnić różne sytuacje,

stany świadomości, konkretne obiekty czy materiały, z którymi tancerz tworzy więź, jednoczy się czy utożsamia, a także obrazy mające źródło w formach/kształtach spontanicznie przyjmowanych przez ciało.

Tu chciałabym wrócić do *butō-fu* i warsztatu Hijikaty⁴. Po 1972 roku opracował on technikę komunikowania obrazów za pomocą [21] słów. „Hijikata pisał taniec”, mówi Yōko Ashikawa⁵, główna tancerka w zespole Hijikaty, Hakutobo. Wspomina, że każdego dnia przez dziesięć lat ich pracy towarzyszyło uderzanie w bębenek i strumień słów. Język japoński, którym się posługiwał jest wręcz stworzony do takiej formuły pracy, bo przysłowki to często onomatopeje. „Bez słów nie mogliśmy tańczyć”⁶; „dla Hijikaty ciało było metaforą słów, a słowa metaforą ciała”⁷. Należy tu podkreślić, że specyfika obrazów pojawiających się w notacjach butō często wykorzystuje zasadę oksymoroniczności, czy inaczej (za japońskim filozofem Nishidą⁸) zasadą absolutnie sprzecznej tożsamości. W praktyce polega to na konfrontowaniu tancerza z „obrazami niewyobrażalnymi” (np. „sucha woda”).

Warsztat Tatsumiego Hijikaty badała Kayo Mikami, uczona, która praktykowała butō pod jego okiem w latach 1978-81, a następnie zrelacjonowała i zinterpretowała swoje doświadczenia w rozprawie doktorskiej⁹. Mikami podkreśla, że Hijikaty nie interesowały techniczne umiejętności tancerza zgłaszającego się do jego Studio, ale stan umysłu aplikanta¹⁰. Wymagał osiągnięcia „niewidocznych technik”, czyli duchowego przygotowania do tańca butō. Oczywiście niewidoczne techniki były nierozłączne z fizycznymi, technicznymi umiejętnościami tancerza, które pozwolę sobie określić mianem technik widocznych.

Chodzenie to podstawowy element ruchowy *Ankoku butō*. Sposób poruszania się ma wiele wspólnego z krokiem *suriashi* charakterystycznym dla japońskiego tradycyjnego teatru nō. Ten sposób chodzenia (który przypomina technikę medytacji w ruchu) staje się katalizatorem zmian percepcyjnych, dotyczących ciała i przestrzeni. Ciało zachowuje oś pionową, choć tancerz nie jest ani nadmiernie zrelaksowany, ani zbyt napięty. Ten podstawowy dla jego metody – i wykorzystywany również przez współczesnych butōków

⁴ W 2010 roku Katarzyna J. Pastuszek obroniła rozprawę doktorską zatytułowaną *Ankoku butō Hijikaty Tatsumiego teatr ciała-w-kryzysie* (pod kierunkiem prof. dr hab. Michała Błażejewskiego, Uniwersytet Gdański). Praca nie została jeszcze opublikowana. Rozdział dotyczący warsztatu Hijikaty znajduje się również w książce Aleksandry Capigi opublikowanej w 2009 roku, *Bunt ciała. Butoh Hijikaty*, Kraków.

⁵ Y. Ashikawa, cyt. w: Holborn Mark, Hoffman Ethan, *Butoh - Dance of the Dark Soul*, New York 1987, s. 9

⁶ A. Capiga, *Bunt ciała. Butoh Hijikaty*, Kraków 2009, s. 53.

⁷ N. Kurihara, *Hijikata Tatsumi. The Words of Butoh*, „The Drama Review”, vol 44, wiosna 2000, s. 15.

⁸ Por. A. Kozyra, *Filozofia zen*, Warszawa 2004.

⁹ K. Mikami, *Tatsumi Hijikata. An Analysis of Ankoku Butoh Techniques*, 1997, rozprawa doktorska obroniona na wydziale Nauk Humanistycznych Ochanomizu University, Tokio.

¹⁰ *Ibidem*, s. 87.

sposób przemieszczania się określał jako „krok wypalonego kadzidła” (*Walking of an Ash Column*)¹¹. Tancerz utrzymuje równowagę, oś, choć jego ciało ma konsystencję rachitycznej kolumny popiołu ze spalonego kadzidełka podtrzymywanej w pionie siłą grawitacji. Inne określenia i obrazy, które przytacza badaczka odnośnie chodzenia to powyginane nogi (*folded legs*¹²), „krok skazańca” (*Walking of a Condemned Criminal*)¹³, poruszanie się jak beznożny duch (*legless ghost*)¹⁴.

Ruch nie jest pochodną decyzji i woli – powstaje w sytuacji, gdy tancerz poddaje ciało wspomnianym wcześniej impulsom i gdy pozwala obrazom mentalnym osadzić się w ciele. Jakość ruchu pochodzi właśnie od komunikowanych werbalnie obrazów mentalnych (*imaginary wordings*). Odnośnie tej praktyki Mikami używa określenia ruchy wymuszone (*enforced movements*). Kolejne etapy procesu „wydobycia ruchu z ciała” są następujące: skierowanie do uczestników treningu instrukcji werbalnej – wzbudzenie obrazów mentalnych – fizyczne „postrzeżenie” tych obrazów (przez uczestników treningu) – fizyczna transformacja – ruchu zgodny z naturą nowej „postaci”¹⁵. Komunikaty słowne są tu podstawowym narzędziem. Dzięki nim tancerz osiąga bezustannie przekształcające się ciało (*becoming body*)¹⁶.

Cykl rozpoczynający się komunikatem werbalnym i prowadzący do ruchu Mikami nazywa stwarzaniem obwodu nerwowego (*the circuit of nerves*)¹⁷. Jego efektem są jednostki choreograficzne będące minimalnymi kompozycjami ruchowymi. Specyficzny sposób poruszania się oraz budowanie jednostek choreograficznych mają na celu wytworzenie nowej sieci połączeń nerwowych (*neural network*) w ciele tancerza butō. „Sposób manipulowania systemem nerwowym stanowi *sur les pointes*¹⁸ tancerza *Ankoku butō*”¹⁹, [22] twierdził Hijikata. Docelowo tancerze są w stanie kontrolować proces wchodzenia w relację z poszczególnymi wyobrażeniami, dzięki czemu „mogą ogarniać sieć nerwową z zewnątrz”²⁰.

Idea wcielania obrazów mentalnych nie była w Japonii za czasów Hijikaty niczym nowym. W języku japońskim funkcjonuje termin *omoi*, który „oznacza myśl, koncept, wyobrażenie, intencję etc. Trudno podać precyzyjną definicję tego słowa, ale generalnie

¹¹ Por. *ibidem*, s. 90.

¹² *Ibidem*, s. 91.

¹³ *Ibidem*, s. 92.

¹⁴ *Ibidem*, s. 94.

¹⁵ *Ibidem*, s. 100.

¹⁶ *Ibidem*, s. 104.

¹⁷ *Ibidem*, s. 103.

¹⁸ *Sur les points* – taniec na pointach; ikoniczna dla zachodniego tańca klasycznego technika taneczna.

¹⁹ Hijikata, cyt. w: K. Mikami, *op.cit.*, s. 138.

²⁰ *Ibidem*, s. 119.

dotyczy ono wszystkiego tego, co celowo lub przypadkiem pojawia się w naszych głowach”²¹. Proces wcielania różnorodnych *omoi* pojawia się zarówno w teatrze *nō*, jak i w praktyce koanowej charakterystycznej dla niektórych szkół buddyzmu Zen.

W *nō* wcielanie stanowi sceniczny odpowiednik boskiego opętania (*kamikagari*)²². Zamiast bóstw, do wnętrza ciała aktora *nō* zostają przeniesione „wizerunki osób, zwierzęce kończyny, fragmenty wodospadów, spirale pni, drganie gałązki, konar uniesiony przez rzekę”²³, czyli różnorodne przejawy świata. Jadwiga Rodowicz, badaczka japońskich sztuk widowiskowych nazywa to „starożytną umiejętnością wcielania rzeszy żywych istot, które są przenoszone z prehistorii pamięci rodzaju ludzkiego do wnętrza ciała aktora”²⁴. Ożywa pamięć filogenetyczna metaforycznie nazywaną „przestrzenią zamieszkaną przez przodków”.

Omoi są również wykorzystywane przez mistrzów szkoły *rinzai* buddyzmu Zen w praktyce koanowej²⁵, gdzie uczeń powtarza czy inaczej „wprowadza do ciała” zalecony przez nauczyciela (*sensei*) koan (pytanie-zagadkę). Celem praktyki jest utożsamianie się z koanem (stanie się koanem) oraz transformacja. Praktykę tę można nazwać wcielaniem koanu. Jedynie „osadzając” koan w ciele-umyśle, praktykujący jest w stanie faktycznie go doświadczyć. W efekcie utożsamia się z koanem, staje się z nim jednym. Proces ten nie wymaga rozumienia, ale właśnie doświadczenia. W praktyce koanowej zwraca się uwagę na fakt, że umysł, a tym samym człowiek może przejawiać się w dowolny sposób: zawiera w sobie absolutnie wszystkie możliwości. Człowiek jest nośnikiem czy też inaczej zbiornikiem wszystkich potencjalnie możliwych zmysłowych przejawów. Umiejętność wcielania/ucieleśniania koanu wiąże się bezpośrednio ze świadomością tego, jak funkcjonuje ludzki umysł. Rzeczywistość (czyli wszystkie formy: zarówno to, co uważamy za podmiot, jak i przedmiot) to przejawiający się umysł. Zamiast koanu tancerz *butō* osadza w ciele-umyśle dowolny obraz mentalny.

²¹ T. Kasai a, *New Understandings of Butō Creation and Creative Autopoietic Butō – From Subconscious Hidden Observer to Perturbation of Body-Mind System*, „Bulletin of the Faculty of Humanities”, nr 86/2009, Sapporo Gakuin University, s. 21-36.

²² Por. E. Żeromska, *Japoński teatr klasyczny. Korzenie i metamorfozy*, t. 1, Warszawa 2010, s. 37-38.

²³ J. Rodowicz, *Boski dwumian. Przenikanie rzeczywistości w teatrze nō*, Wrocław 2009, s. 9.

²⁴ *Ibidem*.

²⁵ Wszystkie informacje oraz doświadczenia związane z praktyką koanową: M. Braunek, Rosi szkoły Zen Kanzeon, Sanga Białej Śliwy w Polsce, Mowy Dharmy i indywidualne spotkania (*daisan, doku san*) oraz własna praktyka w tej samej szkole Zen; od stycznia 2005 do dzisiaj.

Technika „wcielania obrazów mentalnych” nie tylko nie jest oryginalnym pomysłem Hijikaty, ale także nie stanowi wyróżnika kultury japońskiej – była stosowana w wielu kulturach od tysięcy lat²⁶.

W XX wieku praktyka ta została nazwana ideokinezyką. Można ją zdefiniować jako świadome dokonywanie zmian na poziomie fizyczno-biologicznym za pomocą obrazów mentalnych. Oczywiście termin obraz mentalny odnosi się nie tylko do wyobrażeń wzrokowych, ale również pochodnych innych modalności zmysłowych. Obrazy mentalne można podzielić na bezpośrednie (dosłowne, np. ruch się ramienia w stawie) i pośrednie (metaforyczne, np. wyobrażenie orła otwierającego skrzydła do lotu). Obrazy bezpośrednie są wykorzystywane przede wszystkim w treningach sensomotorycznych sportowców lub rehabilitacji narządów ruchu. Natomiast obrazy pośrednie – również wykorzystywane w powyższych kontekstach – mogą być wykorzystywane przez tancerzy, performerów jako element improwizacji, zarówno warsztatowej, jak i scenicznej. Można również zastosować podział na obrazy abstrakcyjne i konkretne²⁷. [23] Obrazy konkretne dotyczą konkretnych działań, np. rozdzielanie sklejonnych dłoni, natomiast obrazy abstrakcyjne są związane z tym, co nienamacalne: emocjami, wyobrażeniami przyciągającej nas siły etc. To z obrazów pośrednich, zarówno konkretnych, jak i abstrakcyjnych są zbudowane *butō-fu* Hijikaty.

Ideokinezyjologia, czyli nauka o możliwości „wykorzystania obrazów mentalnych (*images*), by poprawić wzorzec funkcjonowania mięśni (*muscle patterns*)”²⁸ rozwinęła się w dwudziestym wieku za sprawą Mabel E. Todd, Barbary Clark i Lulu Sweigard. Sweigard cytując Todd stwierdza, że „koncentracja na obrazie związanym z ruchem prowadzi do reakcji neuromięśniowych niezbędnych do wykonania określonych ruchów z jak najmniejszym wysiłkiem”²⁹. Zdefiniowała ideokinezę, jako „wielokrotne wyobrażanie sobie sekwencji ruchów bez zamierzonego wysiłku fizycznego”³⁰. W tym przypadku docelowo obraz nie ma być automatycznie odzwierciedlony poprzez ruch ciała.

Od lat siedemdziesiątych XX wieku przeprowadzono wiele badań, które pozwoliły zbudować podłoże teoretyczne funkcjonowania zjawiska ideokinezy. Przeglądowy artykuł dotyczący „umysłowej symulacji z wykorzystaniem wyobraźni motorycznej (*motor imagery*)” opublikowała Bibianna Bałaj z Katedry Psychologii Eksperymentalnej KUL.

²⁶ Krótka historia dyscypliny: E. Franklin, *Świadomość ciała. Wykorzystanie obrazów mentalnych w pedagogice ruchu*, Warszawa 2007, s. 23-33.

²⁷ Por. A. Hawkins, *Moving from within*, Pennington, New Jersey 1991.

²⁸ A. Bernard, *An Introduction to Ideokinesis*, w: A. Bernard, W. Steinmüller, U. Stricker, *Ideokinesis: A Creative Approach to Human Movement and Body Alignment*, Berkeley 2006.

²⁹ L. Sweigard, w: Franklin, *op. cit.*, s. 52.

³⁰ L. Sweigard, *Human Movement Potential: Its Ideokinetic facilitation*, New York, USA 1978, s. 187.

Relacjonuje w nim, że już w 1885 roku Salomon Striker stwierdził, że „symulacja działania angażuje zasoby przetwarzania odpowiedzialne za samo wykonanie zadania”. Współczesne badania neurobiologiczne potwierdziły jego intuicje. I tak: czas wykonywania symulowanego i rzeczywistego ruchu jest podobny, „reakcje wegetatywne powiązane z wysiłkiem fizycznym zmieniają się w taki sam sposób”³¹, a także aktywują się podobne obszary mózgowie. Mózgowa symulacja może powstać automatycznie (oglądanie kogoś) lub być wywołana świadomie (wyobrażanie sobie, jak byśmy się czuli w danej sytuacji). A zatem wyobrażenia pełni też funkcję adaptacyjną: wyobrażeniowy trening motoryczny wywołuje podobne zmiany funkcjonalne mózgu, a „badania wskazują również na skuteczność treningu wyobrażeniowego w doskonaleniu umiejętności ruchowych”³².

Ale jak to działa? Mózg łączą z ciałem (czyli między innymi mięśniami) działające w dwóch kierunkach drogi neuronalne. Neurony dzielą się na sensoryczne (czuciowe), motoryczne (ruchowe) i międzyneuronowe (pośredniczące; służą komunikacji pomiędzy tymi wcześniejszymi). Komórki sensoryczne zbierają informacje na temat bodźców zmysłowych, przekazują je do mózgu oraz dostarczają bodźców do odruchów, natomiast komórki motoryczne przekazują informacje z mózgu odpowiednim mięśniom, powodując ich skurcz: „energia elektrochemiczna wyładowuje się wzdłuż aksonu – przedłużenia komórki nerwowej”³³. Do tworzenia wizualnych obrazów mentalnych organizm używa dróg neuronalnych związanych z procesem widzenia, jednak w tym przypadku proces ma przeciwny wektor: bodziec powstaje w wyższym ośrodku, skąd trafia do kory optycznej, gdzie zostaje rozpoznany³⁴. Nasze ciało, poprzez ruch nieświadomie odzwierciedla stworzone w umyśle żywe obrazy. Jednak by tworzyć w umyśle wyraźne i pełne obrazy mentalne niezbędny jest trening sensoryczny, uwrażliwianie zmysłowe.

Jeszcze przed pojawieniem się w świadomości decyzji o wykonaniu ruchu mózg jest zaangażowany w przygotowanie motorycznych procesów (tworzy rodzaj ich mapy). Aktywizuje sieć tzw. neuronów reprezentujących działanie, które wysyłają informację o konieczności przygotowania reakcji motorycznej (mięśniowej). Ten proces określa się [24] mianem wzbudzenia potencjału motorycznego. Oczywiście nie zawsze konsekwencją wzbudzenia potencjału motorycznego jest ruch. Mózg zwykle wysyła odpowiedni komunikat sprawiając, że ruch nie „wycieka” poza wyobrażnię. By powstrzymać aktywność mięśniową

³¹ J. Decety, za: B. Bałaj, *Umysłowa symulacja z wykorzystaniem wyobraźni motorycznej. Przegląd teorii i badań*, w: *Obrazy w umyśle. studia nad percepcją i wyobraźnią*, red. P. Francuz, Warszawa 2007, s. 231.

³² *Ibidem*, s. 245.

³³ E. Franklin, *op.cit.*, s. 53.

³⁴ E. Franklin, *op.cit.*, s. 56.

kora mózgu aktywuje wyspecjalizowane aminokwasy. Jednak „sygnał hamujący aktywność ruchową podczas wyobrażenia może zostać wybiórczo zablokowany”³⁵.

W przypadku pracy z obrazem mentalnym mającej na celu inicjację ruchu, czyli takiej, która wykorzystuje się w butō, interesuje nas ruch, który „wyciekł”. Już w XIX wieku analizowano wpływ powstających w umyśle obrazów i zamierzeń na nieświadome inicjowanie ruchu i innych reakcji organizmu. Termin reakcja ideomotoryczna (*ideomotor response*) został po raz pierwszy zastosowany przez Williama Benjamina Carpentera w 1840 roku. Oznacza on właśnie nieświadome wykonywanie mikro-ruchów i ruchów pod wpływem wyobrażeń. Natomiast reakcja ideodynamiczna (*ideodynamic response*) odnosi się do wszelkich, niekoniecznie motorycznych reakcji organizmu – może to być przykładowo wydzielanie płynów (np. śliny na myśl o cytrynie). Obraz pojawiający się w umyśle wywołuje szereg reakcji, które mają swoje odzwierciedlenie w procesach cielesnych (między innymi motorycznych).

Według Jeanne Achterberg³⁶, amerykańskiej badaczki zajmującej się studiami nad ciałem-umysłem (*bodymind studies*) obydwie półkule mózgowe inicjują ruch naszego ciała. Lewa półkula mózgowa steruje wykonaniem zamierzonych czynności: „nasze ciało będzie temu posłuszne zgodnie z istniejącym neuromięśniowym wzorcem koordynacji”³⁷. Ale również prawa półkula kojarzona z umiejętnością tworzenia wyobrażeń wpływa na aktywność cielesną „wysyłając obrazy mentalne do konkretnych mięśni; przykładem może być dłoń otwierającą się jak kwiat (...) Każda myśl, każde uczucie prowadzi do aktywności bio- i elektrochemicznej, dotyczy to każdej pojedynczej komórki”³⁸.

Wcielanie czy też ucieleśnianie wyobrażeń bazuje na omówionych powyżej, niekoniecznie eksplikowanych przez tancerzy butō, ale obecnych w ich praktyce zasadach. Podczas improwizacji wykorzystują oni potencjał reakcji ideomotorycznych i ideodynamicznych organizmu: „różne przeżycia psychiczne i myślenie abstrakcyjne wywierają wpływ na aktywność motoryczną, a więc na skurcze i napięcia mięśni szkieletowych oraz postawę ciała”³⁹. Wykorzystując obrazy mentalne (bezpośrednie, pośrednie, abstrakcyjne i konkretne) tancerz butō inicjuje ruch ciała. Świadomie i celowo tworzy wyobrażenia lub koncentruje się na tych odnalezionych w świecie zewnętrznym lub w pamięci ciała. Może korzystać z notacji obrazów mentalnych stworzonych przez Tatsumiego

³⁵ B. Bałaj, *op.cit.*, s. 231.

³⁶ J. Achterberg, w: E. Franklin, *op.cit.*, s. 55.

³⁷ *Ibidem*.

³⁸ *Ibidem*.

³⁹ W. Mond-Kozłowska, *Przekraczanie sztuki w metafizycznym doświadczeniu tańca*, Kraków 2010, s. 76.

Hijikatę, nazwanych *buto-fu*. Jego ruch i kompozycja ciała są odzwierciedleniem obrazu. Obraz mentalny, również ten zapośredniczony przez słowo, jest w tańcu butō podstawowym narzędziem transformacji.