

Бачко Андрей Михайлович, магистрант,  
Кафедра хореографического искусства  
ЛГАКИ им. Матусовского

## СИСТЕМА ДВИЖЕНИЙ СТИВА ПЭКСТОНА В КОНТАКТНОЙ ИМПРОВИЗАЦИИ

**Аннотация:** Танцевальное мастерство – это необходимый навык и инструмент для танцоров. Оно основано на эстетическом опыте и постоянно меняющихся динамических качествах самих движений. Это требует мгновенного кинестетического отклика в пространственно-временном энергичном качественно-динамичном проявлении аффекта и движения. При этом импульс, который позволяет танцорам создавать инновационные материалы, поддерживает творческий процесс. Исследование, проведенное в этой статье, ставит вопрос о том, как описания импровизации в танцевальном образовании могут способствовать пониманию взаимосвязи сознания и движений, разума и тела.

**Abstract:** Dancing skills are a necessary skill and tool for dancers. It is based on aesthetic experience and the ever-changing dynamic qualities of the movements themselves. This requires an instant kinesthetic response in a spatiotemporal energetic qualitatively dynamic manifestation of affect and movement. At the same time, the momentum that allows dancers to create innovative materials supports the creative process. The research conducted in this article raises the question of how descriptions of improvisation in dance education can contribute to understanding the relationship between consciousness and movement, mind and body.

**Ключевые слова:** танцевальная импровизация; теория постановки; телесное познание; нейрофеноменология; кинестетический опыт; нейрообразование.

**Keywords:** dance improvisation; theory of staging; bodily cognition; neurophenomenology; kinesthetic experience; neuroeducation.

Феноменология танца основана на воображении и воплощенном знании. Когда мы приступаем к танцевальной импровизации, т.е. «живому телу», посредством эмпирической практики, следует непосредственно реагировать на внутренние или внешние стимулы.

Импровизация – это высококлассный актерский прием, который в значительной степени зависит от индивидуального кинестетического опыта танцоров, танцевальных движений, физических ограничений, подготовки и памяти. Во многих аспектах импровизированные движения возникают благодаря тем же механизмам, что и любые другие движения. В их основе лежат рефлекс спинного мозга и центральные генераторы паттернов, а также их центральные афференты, поддерживающие мышечный уровень, соответствующую позу и внутренние ритмы. Стимул к произвольным движениям будет исходить от входов в кору головного мозга из базальных ганглиев, гипоталамической и лимбико-корковой областей. В премоторных областях будет формироваться паттерн движения, который будет формировать аналогичную активность в первичных моторных и сенсорных областях параллельно с активацией областей базальных ганглиев, обеспечивающих паттерны для заученных движений. Кортикальные эффекты изменяют специфические соединения угла за счет обратной активации тонейронов антагонистических мышц. Плавность, скорость и размерность последующих движений будут контролироваться центрами внутреннего управления. Все они используют множество усовершенствованных движений, чтобы устранить любые различия, связанные с принятием решений [1, с. 118-119].

У профессиональных танцоров улучшение кинестетических навыков и памяти тела в основном достигается за счет тренировки и основывается на повторении, навыках, где



обучение двигательному контролю становится автономным. Обучение правильной позе, выравниванию, механическому равновесию и плавности движений с помощью визуализации двигательных образов без ощутимых мышечных усилий достигается с помощью идеокинеза.

В частности, посредством воображаемой симуляции, во время которой танец изображает – при правильном выполнении, принимая во внимание все обстоятельства, вы начинаете осознавать динамические качества движения, которые придают ему эмоциональное наполнение. Это происходит только в том случае, если сенсорная информация и ее восприятие сохраняются достаточно долго – часто в состоянии бодрствования. Дальнейшие неосознанные когнитивные процессы во время сна закрепляют впечатления от пробуждения, в том числе двигательные, в виде долговременных воспоминаний.

Большинство наших действий зависят от неосознанных процессов, которые поддерживают наиболее эффективные добровольные движения. Нейронные корреляции сознания неизвестны, но являются предметом серьезных исследований в нейронауке [3, с. 119]. Оно регулируется сенсорной информацией и ее восприятием. Это зависит не только от уровня внимания, но и от эмоционального состояния, от наличия памяти и других необходимых условий.

При этом отметим, что контактная импровизация в танце вовлекает двух или более танцоров в представление, которое они создают с помощью визуальных, физических, ритмических, пространственных образов и эмоциональных источников в качестве точек соприкосновения. Система предоставления контактов была разработана в качестве формы общения и практики еще в 1970-х годах. Основатель этой техники, танцор/хореограф С. Пэкстон, описывает ее как «форму партнерства, которая сочетает в себе фундаментальные принципы обмена мнениями и энергией через совместную работу в восприимчивом, отзывчивом и игровом режиме, требующем доверия» [4]. В этой практике в первую очередь используются физические навыки танцоров.

Неконтактная импровизация в танце – предрасположенность к самоидентификации, которая проявляется через «внутренний опыт», в данный момент эфемерного, известного только на глубинном уровне выражения.

Выбор, сделанный отдельными танцорами для того, чтобы действовать и реагировать на стимулы друг друга, в условиях бесконтактной демонстрации, требует внимания и сосредоточенности на «присутствии», поскольку танцоры приглашаются в этот момент для одновременного осознания и сосредоточенности на себе и немедленной реакции на других. Этот требовательный и сложный танцевальный опыт обостряет кинестетическое восприятие и поддерживает субъективность в отношении выбора, приближая к осознанию и воплощению в процессе принятия решений. Более того, «присутствие», в данный момент, позволяет творческому, новостному синтезу развиваться в одиночной и/или групповой форме, суть которой заключается в принятии решений.

Импровизация – это ценный процесс для улучшения телесного восприятия танцорами самих себя и осознанности, стимулирующий нестандартное мышление при принятии решений.

Принятие решений – это когнитивный процесс для танцоров и формирует фундаментальную часть повышения квалификации, в ходе которого раскрываются индивидуальные эстетические предпочтения и идентичность. Как обычно говорится, в нашем сознании не существует плана будущих действий без учета памяти, ассоциации, аналогичных действий в прошлом, нами или другими. Планирование и принятие решений являются основой для создания новых модных акций.

Однако индивидуальные предпочтения танцоров в этот момент и слияние известного и неизвестного в улучшении качества является существенным и, в конечном счете, менее значимым благодаря интегрированному двигательному стилю бытия. Сверхчеловеческое



воплощение в танце испытывает формальное партнерство, в непосредственности между мыслью и движением, что приводит к тому, согласно со слов М. Шитса-Джонстона, «мышление в движении» [2, с. 264], в данный момент способствует единству и слиянию нового богатого эстетического содержания.

При совершенствовании этот опыт всегда находится в постоянном взаимодействии с дальнейшей обработкой знаний и понимания. Более того, он подтверждает индивидуальную идентичность танцора. Танец и импровизация, плавность движений придают спектаклю непрерывность и прогрессию. Поток проявляется в дыхании танцоров, индивидуальных динамических качествах и принятии решений в спонтанном режиме немедленной реакции на стимул. Этот способ включает в себя известные и неизвестные предпочтения и новые объединения в моменты движения импровизации.

При налаживании контактов, особенно при постановке задач, поскольку нет времени избегать непредвиденной ситуации, опыт является мгновенным и необременительным. Как утверждает М. Шитс-Джонстон, «никакие промежуточные образы или представления, никакая международная схема, никакой мысленный план или интеллектуальный расчет разума не отделяют танец от танцовщицы» [2, с. 221].

Благодаря «присутствию» интуиции и воображению в данный момент танцоры объединяют фрагменты информационной головоломки в единое целое. Эта ситуация способствует более глубокому мышлению и креативности; и благодаря этому новому восприятию личности истинный индивидуальный стиль танцора не прикрыт, а кинестезия недостаточно развита.

Тем не менее, индивидуальный стиль организации движения, который влияет на формулировку танца, проявляется в танцевальных техниках, различных стилях танца, постановках танцевального репертуара и хореографии, где контекст более ограничен и требуется точность.

Подводя итог, можно сказать, что в статье параллельно рассматривались процессы импровизации и мышления, и было подтверждено, что необходимо предпринять шаги, чтобы провести параллель между нейронаукой и танцем. Объединение нейронауки, когнитивной науки и образования в конечном итоге повлияет на преподавание и методы повышения квалификации в области образования и, возможно, окажет влияние на образовательную политику, поскольку это повысит ценность танца как физического искусства. В настоящее время любая программа, предлагающая понимание концепции «мышления в движении», требует поддержки, т.к. она связана с исследованием кинестетического опыта в танце.

*Список литературы:*

1. Дикая Л.А., Наумова М.И., Наумов И.В. Психофизиологические корреляты мысленного исполнения импровизированного танца / Российский психологический журнал. 2015, Т. 12 № 4 – С. 110-126.
2. Шитс-Джонстон, Максин. Мышление в движении. / Журнал эстетики и искусствоведения 39 (4) – 399 р.
3. Crick F, Koch C. A framework for consciousness. Nature Neuroscience. 2003, 6 (2). – P. 119-126.
4. Paxton, Steve. 1979. «About Contact Improvisation». Contact Quarterly. – URL: <http://www.contactquarter.com/contact-improvisation/about>.
5. Пакстон, Стив (24 июля 2012 г.). «500 слов: Театр танца Джадсона: 50-летие».
6. Творческая автобиография Стива Пэкстона 2012.

