# Художнє вираження через виконання імпровізацій

Танцювальна імпровізація - це акт створення та виконання руху спонтанно, без умисних думок, що дозволяє художнику досліджувати особистісне вираження, творчість та свободу. Імпровізацію можна виявити в умовах аудиторії, на репетиції та навіть у виконанні. Кожного разу, коли танцюрист бере участь у імпровізаційних завданнях, він черпає з особистого досвіду, щоб вивчити та продемонструвати індивідуалізм. Роль танцюриста в імпровізації полягає в тому, щоб рухатися чесно і відкрито, встановлювати відкритий підхід і ризикувати. Роль викладача / хореографа, з іншого боку, полягає в регулюванні імпровізації шляхом встановлення завдань та створення безпечного середовища, не обмежуючи творчого потоку та нескінченних можливостей, які виникають. Спектакль, який використовує імпровізацію, не призначений для досягнення візуальної естетики, яку звикли спостерігати аудиторії; швидше, цей тип виступу зосереджений навколо процесу, в якому танцюрист відчуває виклики, адреналін, свободу, помилки та успіхи. Імпровізація танцю в творчих та перформативних процесах вимагає інтенсивної практики, творчості та ризикованості, що сильно впливає на художнє самовираження танцюриста, забезпечує свободу та впевненість під час дослідження, змушує танцюристів бути вразливими у ситуаціях, що знаходяться під тиском, та пропонує варіації та цікавість для обох виконавці та учасники аудиторії.

 Танцювальна імпровізація на уроці чи на репетиціях забезпечує танцюристам безпечний простір, в якому люди можуть відчувати нескінченні можливості танцю шляхом дослідження та відкриття. Коли танцюристи заглиблюються в імпровізаційні процедури, вчитель / хореограф повинен зрозуміти, яку роль він або вона відіграє в експериментальній царині цього руху. Даніель Нагрін заявив: «Режисер / викладач має величезну силу, особливо в тому, щоб скеровувати розум танцюристів / студентів до очікуваних результатів. Я відчуваю, що моя роль полягає в тому, щоб відкривати сфери уяви, а не предметів уяви. "

 Для вчителя / хореографа дуже важливо зрозуміти їхню роль у творчому процесі імпровізації, щоб вплив та упередженість були мінімальними під час творчого дослідження танцюристів. Після того, як вчитель / хореограф встановить свою роль у класі чи процесі репетиції, танцівник здатен зосередитись лише на заданих завданнях та русі, що виростає із вправ. У “Taken by Surprise: The Dance Improvisation Reader”, редактори Ен Купер Олбрайт та Девід Гір включають в себе розповіді багатьох освітян, таких як Сьюзен Лі Фостер, яка обговорює ідею відомого та невідомого в імпровізації. Фостер пояснює: “Відоме включає множину конвенцій поведінки, встановлених контекстом, в якому відбувається виконання будь-яких заздалегідь загальних структурних вказівок, схильність індивідуального організму рухатися за певними шаблонами, що вже зустрічалися раніше під час імпровізації”**[2]**. Ця ідея “відомого” пояснює аспекти імпровізації, які танцюрист втілює до періоду дослідження, подаючи інформацію про відкриття руху танцюриста. Іншими словами, кожен танцюрист входить у імпровізацію із вродженими, «відомими» якостями, які впливають на досвід та процес імпровізації. Фостер також пояснює: "Невідоме – це те, що раніше було неможливо уявити, про що ми не могли подумати, щоб робити це далі". Імпровізація підштовхує нас до того, щоб розширитись, вийти за межі та спрямовувати себе з того, що було відомо. Це спонукає нас або навіть змушує нас бути "захопленими зненацька". **[3]** Ця концепція "захоплення зненацька" є ключовою для ефективності імпровізації як інструменту для творчості, так і перформативного досвіду. Імпровізація включає в себе неявний стиль руху танцюриста, в основному покладаючись на спонтанність дослідження. Практика імпровізації, через заняття та репетиції, є монументальною у зростанні танцюриста, як виконавця, так і особистості. Наслідки такої практики виявлення та ризикування створюють процес, який приносить користь танцюристу фізично, психічно та емоційно.

 Люди відчувають різноманітні ефекти завдяки постійній практиці імпровізації. За словами Джорджетти Шнайер: “cвобода, впевненість та краще відчуття самого себе - це переваги, які знов і знов згадуються як винагорода за регулярну практику імпровізації”**[4]**. Розум і дух сильно впливають на імпровізацію, збільшуючи впевненості в собі і відкритість, яку людина втілює. Наскільки емоційні та психічні стани трансформуються під час імпровізації, настільки ж сильно фізичне тіло змінюється цим типом вивчення танцю. Шнайр обговорює фізичні наслідки імпровізації і заявляє, що хоча може бути багато інших технічно хороших танцюристів, ви будете мати виняткову якість як виконавця. Тому фізичність, яка виявляється і трансформується в імпровізацію, також збільшує зрілість і ріст танцюриста. в цілому. Концепції росту, впевненості та свободи, що виникають завдяки імпровізації, можуть бути використані і у повсякденному житті танцюриста. Шнейр також пояснює: “Наше суспільство поступово стискає і задушує рухи, поки ми не втрачаємо свою первісну свободу і натомість стає загальмованою та самосвідомою. У суспільстві, яке побоюється нетрадиційного виразного руху, імпровізація - це повернення до свободи; це відродження природної здатності організму виробляти мільйон рухів різної сили, інтенсивності, нюансу та динамічності”**[6]**. Люди переживають страх та проблеми в багатьох ситуаціях, що виникають в реальному житті. Танцюристи мають можливість використовувати імпровізаційні завдання, щоб зняти напругу і стрес, які є проявом життєвого досвіду. Імпровізація дозволяє танцюристам перекладати свободу руху та вираження поглядів на своє життя поза танцювальним світом.

Через процес імпровізації танцюристи з часом здатні розпізнати та сприйняти ріст та розвиток у своїй свідомості та тілі. Шнейр представляє кілька висловій людей, які брали участь у різних процесах імпровізації, даючи читачам уявлення про думки та переживання танцюристів.

За словами одного із них: “Для мене імпровізація - це мати ідею чи почуття та висловлювати її невербально. Це бачення, куди мене забирає ідея - бачити, що виростає з неї. Поки ви можете тримати ідею в голові, все, що ви робите, має для неї красу. Це ніколи не виглядає підробним”**[7].**

За словами іншого: "Я навчився вникати у своє мистецьке “Я”, довіряти своєму внутрішньому життю та імпульсам, дозволяючи собі доторкатися і бути доторканим до інших - як фізично, так і художньо. Кінцевим результатом імпровізації, яку я пережив, є більша впевненість, глибше розуміння себе та інших, більш ефективна, напористою поведінка, почуття свободи та розширення прав”.

Хоча кожен танцюрист висловлював різний досвід з імпровізації, кожен отримував результати, які покращували їх фізичний, емоційний та психічний стан стосовно танцю. Спонтанність імпровізації та те, як імпульсивні думки можуть бути використані для створення руху - це дві ідеї, які виявляються в процесі дослідження студентів. Кожен із танцюристів також визнав зростання своєї особистої артистичності через відкриття імпровізації та нової лексики руху. Імпровізація може принести усвідомлення та близькість і групі танцюристів. Важливо не тільки зрозуміти особисте дослідження танцюриста, але і визнати художній вибір та вираз інших танцюристів у просторі.

Імпровізація дозволяє багатьом танцюристам відчувати почуття росту, індивідуалізму, творчості та свободи. Розповіді, розкриті танцюристами, підсилюють наслідки цього виду творчого та перформативного процесу, що ще більше спонукає людей брати участь у імпровізації як способу відкрити свободу та творчість.

 Зокрема, в сценічній виставі імпровізація забезпечує свободу, заповнену адреналіном, творче, нервове, спонтанне переживання, яке змушує танцюристів долати свої страхи та танцювати задля особистого задоволення, а не концентруватися виключно на потребах аудиторії. У "Моменті руху" автори Лінни Енн Блом та Л. Таріна Чаплін пояснюють: "Імпровізувати перед аудиторією може бути неспокійно, і ваша звичайна чуйна спонтанна творчість може висихати, як міраж. Найбільша небезпека у перформансі полягає в тому, що він може швидко набриднути”. **[10]** Танцюристи можуть відчувати сумніви, коли йдеться про естетичну привабливість та виконання руху. Імпровізація повністю ігнорує ці проблеми, а натомість підкреслює художню свободу, недосконалість та загальний процес, а не продукт чи кінцевий результат. Далі Блом і Чаплін стверджують, що: “імпровізація у виконанні для виконавця-артиста навряд чи проста. Кожен імпровізатор повинен максимально налаштовувати своє тіло, не маючи можливості концентруватися на конкретних навичках, необхідних для будь-якого танцю чи руху в набірному репертуарі.”[11] Для танцюриста дуже важливо формувати почуття техніки і просторове усвідомлення, щоб створити міцну і успішну основу для імпровізації в сценічній діяльності.