

Budapest Kortárástánc Főiskola

**Az improvizáció használata a modern és kortárástánc oktatásban
Magyarországon**

Készítette: Kaprinyák Renáta

VI. éves Kortárástánc-pedagógus szakos hallgató

Budapest, 2009

Konzulens: Gál Eszter

TARTALOMJEGYZÉK

| | |
|---|-----------|
| 1.BEVEZETŐ | 3 |
| 1.1.MIÉRT VÁLASZTOTTAM EZT A TÉMÁT? | 3 |
| 1.2.MIT JELENT AZ IMPROVIZÁCIÓ? | 4 |
| 2.TÁNC TÖRTÉNETI ÁTTEKINTÉS | 6 |
| 2.1.AMERIKÁBAN | 7 |
| 2.1.1.A kezdetek..... | 7 |
| 2.1.2.A tánc fogalmának újragondolása..... | 8 |
| 2.1.3.A posztmodernnek..... | 8 |
| 2.2.EURÓPA, MAGYARORSZÁG..... | 11 |
| 2.2.1.AZ AMERIKAI MODERN TÁNC ELŐFUTÁRAINAK HATÁSA MAGYARORSZÁGON..... | 11 |
| 3.AZ ELSŐ LÉPÉSEK - A KORTÁRSTÁNC OKTATÁSA, IMPROVIZÁCIÓ HASZNÁLATA BUDAPESTEN | 16 |
| 4.1.A HIVATÁSOS KÉPZÉSBEN | 20 |
| 4.2.Az improvizáció tanítása az alapfokú oktatásban..... | 30 |
| 5.IMPROVIZÁCIÓS KÍSÉRLETEM, TAPASZTALATAIM | 33 |
| 6.SAJÁT ÉLMÉNYEK | 36 |
| 7.KONTAKT IMPROVIZÁCIÓ | 38 |
| 8.ÖSSZEFOGLALÁS | 42 |
| 9.IRODALOM JEGYZÉK | 44 |
| 10.MELLÉKLET | 46 |

1.Bevezető

1.1.Miért választottam ezt a témát?

Rendkívül érdekel az improvizációval történő megismerés. Megismerni saját testünk határait, erősségeit, gyengeségeit. Azt gondolom, hogy az improvizációt elengedhetetlen használni a táncoktatásban. Az improvizációs feladatok képesek megnövelni a figyelmünket a térre, társainkra és a test egészére. Beszélhetnénk spontán „eszméletvesztésről” is, ami az abszolút tánc élményét nyújthatja. Azonban most más megközelítésben vizsgálva, az improvizáció egy módszer a kezünkben, amit feltétlen használnunk kell. A mai kor táncosának ismernie kell a testét ahhoz, hogy sokoldalú, sikeres előadóművésszé váljon. A sikeres együttesek táncosaiktól elvárják, hogy alkotóvá és egyéniséggé váljanak. Szükséges ismerni testük saját kommunikációs eszközeit. Ezen felül persze a tánctechnika szintjét is magasan kell tartani. A balett órákon elvárt hozzáállás az, hogy kérdéseket nem tűrve történjen a mozdulat végrehajtás, az improvizációs technikák pedig azt kívánják az egyéntől, hogy találja meg saját nyelvét, ne utánozzon, hanem alkosson, új nyelvet felfedezzen fel. Tapasztalataim azt mutatják, ha elindulunk a testünket felfedező úton, sajáttá tudjuk tenni a tradicionális tánctechnikákat is. Hol van az aránya ennek a két egymásnak talán ellentmondó hozzáállásnak? Az improvizáció nem csak a testet, hanem az elmét is a táncterembe szólítja. Vajon a képzésnek teljesen egyénivé kell válnia? Vagy mégis lehet találni olyan improvizációs pedagógiai módszert, amitől homogén csoportként lehet tanítani a diákokat? Hogyan lehet átadni a tánctechnikát hatékonyabban? Másolással vagy belső testélménnyel? A feladat, mindkét módszert megismerni és nyitottan befogadni, sajáttá tenni. Az alapfokú és a középfokú tantervben is megfogalmazódik a követelmény és egy minta az improvizációról. A minta, amit találunk, azonban széleskörű pedagógiai felfogást tesz lehetővé. Az általam ismert pedagógusok mindegyike másképpen fogja meg a diákok figyelmét, más fókuszponttal dolgoznak. Tehát ebben a témakörben sok megválaszolatlan kérdéssel találkoztam. Munkám folyamán interjúkat készítettem azon tanárainkkal, akikkel improvizációs munkában vettem részt. Az interjúkat felhasználva leírom az általuk képviselt improvizációs foglalkozások hátterét, fókuszát és rendszerét, majd összegzem azokat.

Mindezeket megelőzően tánc történeti áttekintéssel mutatom be az improvizáció szerepét a hivatásos táncos képzésben Magyarországon. Majd dolgozatomban törzset alkotó, az interjúk alapján elkészített, általam feljegyzett egyéni metódusokat mutatom be. Ezután szerepelnek a saját tapasztalataim és végül egy kísérletem az improvizációs munka vezetésével.

A kutatásom azt a célt szolgálja, hogy az improvizációt, ezt a számomra még alig megfogható módszert közelebbről megismerjem és az izgalmas és fontos kérdésekre választ kapjak. Továbbá szándékom, hogy átfogó képet nyújtsak az improvizációról és kiemeljem szerepének fontosságát a táncképzésben.

1.2. Mit jelent az improvizáció?

Selma Jeanne Cohen, International Encyclopedia of Dance definíciója szerint az improvizáció lehetséges emberi mozdulatok spontán felfedezése. Fontos része a tánc előadásoknak, rituális, társadalmi táncoknak, az oktatásban és a táncterápiában egyaránt. Megbecsült és gyakran félreértett része a nyugati színházi tradíciónak. Számos tradíciónak része Ázsiában, Indiában, Közel Keleten, Afrikában és Spanyolországban is, ahol a kreativitás elfogadott része az előadásnak.

Néhány improvizációs élmény leírásában így fogalmazódik meg a meghatározása:

„Az improvizáció egy olyan folyamat, amelyben elengedjük az elme gondolatait, hogy a test a maga kiszámíthatatlan módján végezhesse a mozgását.”

E szerint az értelmezés szerint, a testet az elme felügyelete alól kiengedjük, és szabadon tehet bármit, amire vágyik. Azt gondolom, hogy az improvizáció ebben a formában veszélyes és sok esetben haszontalan. Most nem erről a megközelítésről szeretnék beszélni.

Az én definícióm így hangzik:

A test miközben improvizál, valamiféle erős figyelmet igényel, miközben az elme folyamatos visszajelzést küld a test minden mozdulatáról. Nem fogalmazódik meg előre a mozdulat a fejben, viszont a mozdulat pillanatában a figyelem a testben van. Mivel ez folyamatos figyelmi változást igényel, nem vagyunk tisztában a megtett mozdulatokkal, hiszen amikor már megtörtént, elhagyjuk figyelmünkkel. A testnek is van intelligenciája.

De milyen minőségi odafigyelést igényel az improvizáció? A kérdésemre egy számomra hitelesnek tartott választ találtam:

„Az improvizációban vannak olyan pillanatok, amikor valaki előre gondolkozik azon, hogy mit fog tenni, olyan pillanatok, amikor a cselekvések gyorsabban haladnak annál, hogy az analitikus elme teljes mértékben rögzíthesse őket, és olyan pillanatok is, amikor a gondolat felmerülése és végrehajtása egy és ugyanazon pillanatban következik be. Mégis, a dolgok menetének megváltoztatása, és ennek a hullámnak a meglovagolása az elme és a test figyelmével teli. Az elme bármilyen funkciójának elnyomása helyett az improvizáció testi tudatossága egy hiperérzékenységet hív elő a közvetlen cselekvés és az előadás átfogó formája közötti viszonyban, valamint aközött, ami mindjárt történik, éppen történik, megtörtént, vagy később fog megtörténni.”¹ (A meglepetés ereje: Improvizáció a táncban és az elmében” c. konferencia nyitóelőadásában hangzott el 1994-ben.)

¹ Az egész előadás a Talking Dance Project tagjai, David Gere és Ellen Webb által Berkeleyben, Kaliforniában, 1994. június 10-11-én szervezett "Taken by Surprise: Improvisation in Dance and Mind," („a meglepetés ereje: Improvizáció a táncban és az elmében”) c. konferencia nyitóelőadásaként hangzott el.

2. Tánc történeti áttekintés

Az improvizáció az eltérő történelmi időszakokban különböző jelentésekkel bírt. Különböző célokkal vezérelve táncolták, mindig más-más tartalommal felruházva.

Néhány szó, amit Sally Banes összegyűjtött az improvizáció jelentéséről a 60-as évektől a 90-es évekig:

- spontaneitás
- önkifejezés
- spirituális kifejezés
- szabadság
- hozzáférhetőség
- választási lehetőség
- közösség
- autentikusság
- a természetes
- jelenlét
- találékonyság
- kockázat
- politikai felforgatás
- a gyermekjátékban, a szabadidős tevékenységekben és a sportban meglévő

játéktudat

Hozzátenném még: egy társadalmilag és politikailag semleges tartalommal bíró testtudat fejlesztő tréning. Ezen kívül, egy improvizációs előadás nagyon gazdag jelentésvilágot adhat számunkra, akár a nélkül is, hogy az előadónak célja lenne ránk ruházni azt.

2.1.Amerikában

2.1.1.A kezdetek

Improvizáció már létezett a reneszánszban, táncban és zenében egyaránt, Commedia dell'arte volt a neve abban az időben. A tánc újkori története során ugyan használták, mint alkotói eszközt, de igazából az improvizációval történő kutató munka (eszköz és tanulmány) Amerikában kezdődött el az 1950-1960-as évek körül.

Következőkben visszatekintünk egészen a XX. század elejéig, hogy megértsük hogyan alakult, változott az improvizáció Amerikában, Európában, és Magyarországon egyaránt. A századfordulón a nagy feltűnést keltő új tánc nemzedék, az amerikai modern tánc előfutárai, előszeretettel használták az improvizációt, mint alkotói eszközt. Mindegyikük munkássága egy lázadást indított a tanult táncformák ellen és mind valami újat kerestek, alkottak.

Amerikában az 1900-as évek elején, amikor a tánc egyenlővé vált a balett és a zenés-táncos revü fogalmával, felbukkant egy új táncos nemzedék, akik a táncot újra művészi értéké emelték. Ezek a táncosnők hatottak az egész világra bemutatóikkal. Ekkor vált először eggyé a koreográfus és táncos személye. A legelső táncosnő **Loi Fuller** (1862-1928), elvetette a virtuozitást és a pantomim gesztusok értékét. Az absztrakt formák szépségében hitt, mint kifejező eszköz. Fényekkel, esetenként hosszú rudakkal, anyagokkal dolgozott, levetette a fűzőt.

A következő meghatározó, irányt adó személyiség **Isadora Duncan** (1878-1927). Kezdetben Fullerrel turnézott. Később Isadora, a lényé mélyén rejtőző érzelmeit kifejező táncával szóló előadásokat tartott. Lenge ruhákban mezítláb hirdette az új szabad táncot. A test központját a "solar plexus" területére helyezte és onnan indította mozdulatait. Táncait néha improvizatív módon adta elő. Iskolát nyitott, amelyben a táncosnőket arra tanította, hogy találják meg a saját táncukat és mozgás nyelvüket. Buzdította tanítványait a szabad táncra, improvizációra. Elhagyta a tánczenéket és olyan művészek zenéire komponált, mint Beethoven, Chopin és Chopin.

Ruth St. Denis (1877-1968) hasonlóképpen Duncanhez és Fullerhez gyermekkorától fellépett revükben szólótáncaival. Inspirációt a keleti kultúrák táncaiból merített. Férjével Ted Shown-al alapították meg iskolájukat Los Angelesben. Itt balett alapokat, Delsarte féle ritmus gyakorlatokat, egzotikus táncokat, kompozíciót oktattak. Ebben az iskolában tanult Marta Graham és Doris Humphrey is.

Marta Graham (1893-1991) a Denishown iskola elhagyásával visszautasította azt az eszmét, miszerint művészi értéke csak a Keleti táncoknak lehet. Azt gondolta, hogy akkor ott Amerikában is születhet művészi értékké emelhető tánc. Kialakította saját mozgásrendszerét, amit a légzés segítségével történő contraction-release, vagy összehúzódás-elernyedés irányelv vezetett. Duncanhez hasonlóan Graham is hitte, hogy a mozdulatok belülről a test középpontjából indulnak. Viszont a középpont helyét máshová helyezte, mint Duncan, lejjebb a medence területére, ahol a keleti kultúrák szerint a „chi” (élet energia) található. Itt van a test gravitációs súly-középpontja is.

Doris Humphrey (1895-1958) szintén a légzést használta segítségül mozdulataihoz. Ő is kidolgozta saját mozgás-technikáját a Fall-recovery-t, ami a zuhanást és az állásba való visszakerülést jelentette.

2.1.2.A tánc fogalmának újragondolása

Az előbbieken említett mindegyik táncosnő előadasmódja kifejező és személyes hangvételű volt. Az 50-es évek elejéig ez a stílus uralta az amerikai modern táncot. Azonban a modern tánc valami újdonságot kívánt. Ekkor jelent meg a Graham együtteséből kivált Merce Cunningham (1919 -2009). Új attitűdje felrázta a táncos nemzedéket. Ahogyan a századfordulón, ebben az időben is újra megkérdőjeleződtek a táncsal kapcsolatos alapelvek.

Cunningham kihirdette saját hozzáállását ebben a kérdésben, amelyek ettől a ponttól kezdve új megvilágításba helyezték a tánc fogalmát.

Állításai a következők voltak:

1. Bármely mozdulat lehet tánc
2. Bármely eljárás lehet kompozíciós módszer
3. A test bármelyik része használható
4. A zenének, díszletnek, világításnak és a táncnak mindegyike egyenrangú, megvan a saját struktúrája
5. A társulat bármely tagjából lehet szólista
6. Bármely térben lehet táncolni
7. A tánc bármiről szólhat, de alapvetően a testről és mozdulatról szól

Cunningham azt gondolta, hogy minden művészeti ág egyenrangú az előadásban. Tehát nem rendelte alá a zenét a táncnak vagy fordítva. Vizuális és akusztikus élményt nyújtott a nézőnek előadásaival. Gyakran használja a véletlent, mint kompozíciós eszközt olyan módon, hogy a már elkészült mozdulatsort vagy koreográfiát részleteire bontotta, és véletlenszerűen újra összeillesztette azokat. Többször is megtette ezt a "keverést az elemek között" előadásai előtt, hogy kitorjjon az unalmas kiszámíthatóság kereteiből. A megvalósítás jól képzett erős technikájú táncost igényelt. Kialakította saját tánctechnikáját, amely az eddig ismert technikák összekeveréséből született. Cunningham kinyilatkoztatásán felbuzdulván az alkotáshoz újabb és újabb nézőpontok jelentek meg.

2.1.3.A posztmodernnek

1950-es évek végén a posztmodern táncosoknak nevezett művészek elkezdtek használni az improvizációt, mint kompozíciós eljárást, és mint mozgás-tanulmányt, Cunningham állításaira hivatkozván. 1960-tól számos posztmodern és avantgárd alkotó dolgozik aktívan New Yorkban.

Megnyílt a Cunningham Living Theater, ahol fiatal művészek dolgozhattak együtt a művészet minden irányzatát képviselve. Gyakran még a művészi szerepek is felcserélődtek.

Táncosok felléptek happeningeken, a költők, zeneszerzők, festők pedig táncelőadásokban. Őszművészeti előadások születtek. Cunningham felkérte Robert Dunnt- aki John Cage –nél a New Schoolban zeneszerzést tanult- egyik stúdiója vezetésére. Dunn kompozíció órát tartott. Ebben a Műhelyben aktívan dolgozó alkotó-táncosok is vettek órát. Táncosok közül például: Simon Forti, Steve Paxton, Yvonne Rainer és Trisha Brown.

Amerikában a tánc improvizáció használata lendületesen tempóban kezdett terjedni a 1960-as években. A Posztmodern táncosok ezzel még szabadságukat hirdették. Anna Halprin a Nyugati-parton és Simone Forti a Keleti-parton olyan improvizációs módszerek mellett kötelezték el magukat, amelyeket „meghatározatlan koreográfiának” vagy „nyitott koreográfiának” neveztek, de hívták „szituáció-válasz kompozíciónak,” vagy „in site kompozíciónak” is.

Posztmodern táncosoknak otthont adó helyet alapított Anna Halprin 1955-ben San Franciscóban. Úttörő alkotói és pedagógiai munkássága erőteljesen hatott a posztmodern táncéletre tanítványai révén. Hiszen ők voltak a vezető személyiségei ennek az irányzatnak. Hitt abban, hogy a tánc alaposan kihathat az individumra és a társadalomra is. 1940-es években a Wisconsin Egyetemen tanult mozgás anatómiát és improvizációt. Táncolt Broadway musical-be New Yorkban és Humphrey Weidman társulatában. 1955-től elsősorban a Nyugati Parton dolgozott. Új formák keresése indította el karrierjét. Improvizációs laboratóriumot hozott létre, ahol a testtel anatómiai szempont szerint foglalkoztak.

Improvizáltak rotációval és flexiókkal vagy egyéb anatómiai struktúrákkal. Azon dolgoztak, hogy artikulálják a testrészeket és új mozdulatokat találjanak. Ezen kívül foglalkozott a tér felfedezésével és különböző dinamikák keresésével. Felfedező tánctechnikának használták az improvizációt.

„When we improvised we were finding out what our body could do, not learning somebody else’s pattern or technique.”

„Arra voltunk kíváncsiak, hogy mire képes a testünk és nem arra, hogy valaki más mozgásmintáját vagy technikáját megtanuljuk.”

(Meredith Monk / Performing arts journal 16, / „Age of the avantgard”, 1994)

Soha nem mondta, hogy jó vagy rossz egy mozdulat. Ezáltal mindenki megtalálhatta a saját mozgásnyelvét. A következő lépés a külső utasítások instrukciók adaptálása a táncos saját testére. Nagyon sokszor a szabadban történtek a kurzusok. Az improvizáció volt a módszerük előadások elkészítéséhez. Ám az előadáson már nem improvizáltak.

Műhelyében együtt dolgoztak fiatal zenészek, képzőművészek, és táncosok. Táncos tanítványai voltak többek között Trisha Brown, Simone Forti, Yvonne Rainer és Steve Paxton.

Később beépítette tréningjeibe a Gestalt terápiát. A megváltozott tudatállapotokkal és az alkotói folyamatokkal egyaránt foglalkozott. Így kurzusai egyre inkább művészképzés helyett hétköznapi emberekhez szólt, akik keresték a bennük lakozó művészt.

A fent említett művészek alkotásaikban és tréningjeikben is improvizációval kutatták az új lehetőségeiket a mozdulatokban. Mindegyiküket az idő, tér és a test használatának új felfogása ösztönözte. A Robert Dunn csapatában lévő alkotók megalapították a Judson Church-ben fellépő Judson csoportot. A Judson Church különös, nem hagyományos színházi terében mutatták be új munkáikat, melyeket a kompozíciós órán készítettek. Ezek a fiatalok alig várták, hogy felrázzák a társadalmat. Előadásaik provokáló és meghökkentő visszhangot kaptak.

2.2.Európa, Magyarország

Míg Amerikában a modern tánc előfutárai formálták saját kifejező nyelvezetüket, addig Európa közepén, Németországban Mary Wigman (1886-1983) és Laban Rudolf (1879-1954) alakította sajátos tánc szemléletmódját. Wigman azt vallotta, hogy az improvizáció egy eszköz az úthoz és nem végcél önmagában, addig Laban használt előadásaiban is improvizációt és néhányszor képzetlen táncosokat is.

2.2.1.Az amerikai modern tánc előfutárainak hatása Magyarországon

Az első moderntáncos nemzedékből többen is tartottak előadásokat Budapesten. Ennek köszönhetően láthatták többek közt Isadora Duncant és Ruth St. Denist. Ezeknek a táncosnőknek a hatása erősen tetten érhető a magyar táncművészet fejlődésében. A következőkben fontosnak tartom megemlíteni a mozdulatművészet előjáróit.

A mozdulatművészet összefoglaló neve azoknak az új színpadi irányzatoknak, amelyek Közép-Európában születtek az 1900-as évek elején. A magyar mozdulatművészet a modern táncnak a magyar hagyományokon alapuló irányzata volt a két világháború között.² A mozdulatművészeti mozgalom ugyanakkor belesimult az avantgárd nagy hullámába, ennek keretében közvetlen kapcsolatot tartott a képzőművészettel, és létrehozta a komplex színház különböző formáit. Ezt a fajta „szabad” mozgást, amely a balett szigorú rendszerével, a kispolgári életformával és az egész modern élet minőségével szállt szembe, tiszta, absztrakt, abszolút, szabad, expresszionista, kifejező vagy egyszerűen modern táncnak nevezték. Három táncosnőt emelhetünk ki. Mindannyian már elhíresült külföldi iskolában tanultak táncolni.

Madzsar Alice (1881-1935) ráébredt, hogy a testkultúra fejlesztésével magasabb és jobb életvitelre tehetnek szert az emberek. Elsőként testkultúrával kezdett foglalkozni. Azt gondolta, hogy egy női testnek szépnek kell lennie, és a férfiaknak kidolgozott testnevelés alkalmatlan a női test fejlesztésére. Később a Mensendieck és Delsarte rendszert tanította iskolájában, amit 1912-ben nyitott. Szakított a konvenciókkal és művészi kifejező táncokat koreografált. A valódi, mély kifejezések megjelenítése érdekében gyakran improvizáltatta diákjait, hogy megszülethessen a tökéletes mozdulat.

Szentpál Olga (1895-1968) zeneakadémiai tanulmányai után, 1914-ben Drezdában a Jaques-Dalcroze helleraui iskolájában szerzett diplomát ritmikus tornából. Visszatérte után kurzusokat tartott a megszerzett tudásából. Négy évvel később mozgásművészeti iskolát nyitott. Az improvizációt a zenei készség fejlesztése érdekében tanította. 1920-tól kezdte el koreográfusi munkáját az ezen idő alatt megalakult Szentpál Táncsoporttal. Azért küzdött, hogy a mozgásművészetet beágyazza a mindennapi életbe, hiszen népművelő hatása van. Azt gondolta, hogy mindezt akkor érheti el, ha rendszerét bevezeti a közoktatásba.

1928-ban létrejött a Mozdulatkultúra Egyesület, amely a mozgásművészeti iskolák érdekei mellett harcolt.

² A magyar mozdulatművészet úttörői című cikkből részlet a www.fszek.hu weboldalról

Ennek a küzdelemnek eredményeként elindult a professzionális oktatói képzés az Országos Táncmesterképzőn. Ami magával vonzotta azt, hogy elkezdett bővülni és színesedni a mozgásművészet.

Dienes Valéria (1879-1978) 1905-ben doktorált matematika, filozófiai és esztétika szakon. Párizsban Raymond Duncan gondolatai meghallgatása után fordult érdeklődése a tánc felé. Felismerte a tánc ősi mivoltát. Kezdetben görög tornát tanított Budapesten, később kialakította saját mozgásrendszerét, amit Orkesztikának nevezett el. A szó görög eredetű és tánc tudományt jelent. A plasztika-dinamika kérdés körére építette gyakorlatait. Pedagógiai előadásaiban felveti, hogy a tanítványoknak a formai követelményektől mentesen szabadon kell improvizálniuk, és ez által eljuthatnak a tánc öröméhez. Ezen túlmenően arról is beszélt, ha a gyerekek alkotásaikat saját maguk értékelik, fejlődik a művészi érték felmérésük is.

A második világháború alatt azonban bezártak minden iskolát és betiltottak minden előadást. A háború után folytathatták ugyan munkásságukat, de csak három évig és rendkívül ellenséges viszonyok között. A magyar táncélet átalakult szovjet mintára és csak a balett és néptánc oktatása volt megengedett.

Az akkori ellenséges viszonyok szemléltetése céljából idézek Rabinovszky Máriusz: A tánc című tanulmányából. 1946-ban így ír a modern kifejező tánc jelenségről. Ez az időszak magyarázatot ad számomra, miért is jár gyerekcipőben, az improvizáció napjainkban:

„Duncan sok követője és majdnem az egész új mozgalom a balett stílusával együtt elvetette nemcsak a balett technikáját, hanem minden táncos technika ápolását is. Mert a gimnasztika, mint másnemű célkitűzésekkel rendelkező és ezért másnemű mozgásrendszer, semmiképpen sem alkalmas a táncművészet testi előfeltételeinek megteremtésére. Az új mozgalmak technikátlanokká váltak és ez a dilettantizmus felé sodorta őket.

De a dilettantizmus veszélyét rejtette magában még valami: a spontaneitás helytelen értelmezése és a nem mindig indokolt egyéniség-hangsúly. Mert az előadóművésznek ugyan valóban az a feladata, hogy őszintén átélje, amit előad és táncos létére minden alkalommal úgy érezze, mintha most először és belső kényszerből mozdulna meg ily módon – de semmiképp sem az a feladata, hogy az előadás minden pillanatában átengedje magát saját teremtő ihletének,

amely ihlet megjön vagy – gyakrabban – nem jön meg. A tánc hasson úgy, mintha valamely csoda folytán tökéletes formában rögtönzött volna, holott régen megtervelt, megtanult – elsajátított – és kiérlelt, de semmiképpen se legyen a tánc a valóságban is rögtönzött, mely esetben gyakran csak ügyetlenül megterveltnek, rosszul megtanultnak és éretlennek hat.

Jó, ha a táncos vérében hordozza a táncöröm szent részegségét, s ha mielőtt először lépne a gyakorlómunkát fegyelmező rúd mellé, megkóstolná a szabadjára eresztett táncok motorikus örömeit. Mert azután Apolló korszaka következik, kemény munkában eltöltött hosszú éveken át, míg a művész úrrá nem válik teste és képességei felett. S ha közben meg-megfürdött is a szabad rögtönzésfrissítő korlátlanságában, később ismét meg kell magában találnia Dionüszosz önfeledt hívét.”

(Anonymus Irodalmi és Művészeti Kiadó Rt., Bp., 1946)

Magyarországon a II. világháború után betiltottak minden féle modern művészeti indítványozást. Az első próbálkozások a 70-es években jelentek meg. Igazán a nyolcvanas évek elején. Ekkor megszakadt Magyarországon a modern tánc irányzat kibontakozása. Később, csak az 1970-es években kezd el újjászületni valamiféle új táncforma. A felfedezésre vágyó fiatal amatőr művészek műhelyeikben munkálkodtak a mozgás, balett és néptáncon kívüli új alternatívák megtalálásán.

1977-ben már olvashatunk egy tanulmányt, ami a balett képzésben az improvizáció használatára hívja fel a figyelmet. A tanulmány szerzője **Merényi Zsuzsa** (1925-1990) balettmester, főiskolai tanár és szakíró. Szaktanulmányait 1934–35-ben Szentpál Olga iskolájában kezdte. 1949–1952 között a leningrádi Rimszkij-Korszakov Zeneművészeti Főiskola balettmesteri tanszakán tanít. 1952–57-ben a tagozat docense, majd a koreográfus-pedagógus szak tagozatvezető tanára. 1952-től az Állami Balett Intézet tanára, 1954-től évfolyamvezető balettmestere, 1971–1987 között a balett-pedagógusképző tanszak vezetője, főiskolai tanár. Szakpedagógusi pályáján számos neves előadóművészt és balettmestert képzett ki. Kritikái, történet- és módszertani esszéi a Muzsika, a Táncművészet és a Tánctudományi Tanulmányok évfolyamaiban jelentek meg.

„Az improvizáció a táncpedagógiai gyakorlatban” című művében azt fogalmazza meg, hogy a táncszínpadon ugyan nincs helye a rögtönzésnek esetlegessége miatt, viszont a táncpedagógiának fontos használnia, mint eszközt. Eszköz, ami az alkotókészség fejlesztése mellett megtanítja a diákokat arra, hogyan használja a tér- ritmika-dallamok együttesét és a mozdulat kifejező erejét. Azt állítja, hogy tánc tudás nélkül nem lehet szabadon improvizálni.

Ez egy remek módszer ellenőrizni a diákokat, hiszen szerinte az improvizáció egy már megtanult táncanyagból épül, így egy tükröt mutat a tanárnak sikerességéről. A diák csak a meglévő technikai tudását tudja felhasználni. Ezáltal láthatja a pedagógus a diák tényleges gyakorlati tudását. Néhány feladatlírást olvashatunk ebben a tanulmányban, melyekből azonban látszik, mennyire kevés a szabadságuk a diákoknak ezeken a foglalkozásokon. A balett táncnyelve megköveteli a mozdulatok pontos visszaadását. Ezáltal csak variálni tudnak és komponálni, de a változtatás igazából nem megengedett.

Az improvizációt, mint fejlesztői és kutatói módszert lassan elismerte a tánc minden műfajában alkotó táncos. A balett irányzatban is. A kötött formákon túlmenően ismerhetünk néhány olyan személyt, aki élt az improvizáció adta lehetőségekkel. Példának okáért megemlíthetem Anna Pavlovát. Saját koreográfiáit soha nem adta elő kétszer ugyanúgy. William Forsythe, aki továbblépett, kitágította a balett határait és új formát adott neki improvizáció segítségével.

3.Az első lépések - A kortárstánc oktatása, improvizáció használata Budapesten

A 80-as évek elején kezdtek el szerveződni az első kísérletező műhelyek Budapesten. Néhány éven belül hazánkban ismét pezsgő táncélet alakult ki, mely adaptálta az amerikai posztmodern stílusjegyeket.

1983-ban Kálmán Ferenc és Angelus Iván létrehozta a Kreatív Mozcás Stúdiót. Itt a tanulók találkozhattak a tánckülönböző alternatíváival (például: Cunningham technika, Kontakt improvizáció, Limon technika). Nyitottak egy filmklubot is, és megpróbálták összegyűjteni a Magyarországon fellelhető táncfilmeket és táncfotókat. Ezeket alapul véve megtanulták, majd tanították a modern mozgásrendszereket. Elkezdtek új saját mozgásnyelvet kialakítani. Kutatták a testben és a térben fel nem fedezett lehetőségeket.

Hatalmas érdeklődés volt óráik, kurzusaik körül. Eljutottak külföldi táncfesztiválokra és hazahozták az ott megszerzett tudást. Minden új volt és friss. Hamar összeállta egy csapat, akikkel együtt dolgoztak. A módszer, amivel készült és maga a produktum is sok esetben improvizatív volt. Nyitottak egy stúdiót, ahol munkáikat bemutatták. Keresték azt az állapotot, amikor az improvizáció magától elkezd élni és működni a színpadon.

Angelus Iván pedagógia munkássága meghatározó szerepet tölt be a magyar táncképzésben. A nyolcvanas évektől napjainkig vezető egyéniség a kortárstánc világában. Bölcsészként végzett 1979-ben történelem-spanyol szakon. A Stúdió K színház tagja volt a hetvenes években.

1979-től a mozgásszínház területén kezdett munkába. Jeszenszky Endre mesterhez járt táncórákra és emellett külföldi kurzusokon vett részt, ahol elsajátíthatta a Magyarországon nem tanulható tánctechnikát. Munkásságában a kezdetektől az új táncnyelvet és alkotói módszereket kutatta. Tréningcsoportokat és előadásokat hozott létre kezdetben Kálmán Ferencsel, később önállóan. Csoportokba szerveződve tréningeztek és előadásokat tartottak és szerveztek.

Megalapította az Új Előadóművészeti Alapítványt (1990) és a Budapest Tánciskolát (1990) is. Itt 1998-tól beindult a professzionális modern-kortárstánc képzés egyaránt és megírta a Táncoskönyv című könyvét.

Ehhez a komplex képzéshez csatlakozva, 2004-ben megnyitotta kapuit a Budapest Kortárstánc Főiskola is. Mostanra az Angelus Iván vezetése alatt áll a kortárstánc képzés alapfoktól a felsőfokig. A kezdetektől foglalkozott improvizáció tanításával. Gyermektánc óráin és a hivatásos képzésben is. A tanárain nagy része először a Budapest Tánciskolában találkozott improvizációs tréningekkel. Elmondásuk szerint különböző játékok formájában, gyakran ugyanazokat használták, mint Iván gyerektánc óráin, és indultak el a tér és test felfedezésében.

Megfogalmazta a tér- idő-dinamika hármását, amivel elemezni, leírni lehet a táncot. Ebben a hármasság rendszerben gondolkozott és a táncban rejtőző egyéni mozgásformákban. Napjainkban tanít tánctechnikát és improvizációt a hivatásos táncművész pályára készülő fiataloknak. Iván szerint az improvizációnak az iskola elkezdésével egy időben jelen kell lennie a táncképzésben. Az improvizáció lehet, alkotói eljárás, előadói forma, önismereti eljárás, kapcsolatteremtő eljárás, kísérleti és kutatási eljárás gyakorlása és lehet segítség a tánctechnikai tudás kötetlen elsajátításában.

Angelus Iván 2005 évben neveléstudományi PhD fokozatot szerzett. A dolgozatának témája a kortárstánc művészek képzése Magyarországon.

Úttörő személyiség több tekintetből is a kortárstánc területén. Számos szerepet vállal a műfaj előrelépése érdekében. Pedagógiai munkássága mellett foglalkozik jogi, gazdasági, adminisztratív és színházi ügyekkel egyaránt.

Kálmán Ferenc korábbi pantomim és amatőr színházi tanulmányok után, 21 évesen iratkozik be Jeszenszky Endre magániskolájába, ahol balettet, jazztáncot és partner technikát tanul. Itt kerül látóterébe a Magyarországon ekkor még teljesen ismeretlen amerikai modern tánc, és itt találkozik Angelus Ivánnal és Berger Gyulával, akikkel a következő évtizedben szoros munkakapcsolatban áll. 1980-ban mozgás improvizációs kutatásba és művészi együttműködésbe kezd Angelus Ivánnal. Együtt alapítják 1983-ban a Kreatív Mozgás Stúdiót, melynek 1990-ig egyik vezető tanára. A Stúdió, rövid idő alatt a nemzetközi táncéletben jelentkező modern, majd a posztmodern táncstílusok, ill. tánctechnikák megismertetésének és népszerűsítésének legfontosabb hazai fórumává válik. Saját táncstudását, pedagógiai tevékenységén keresztül is mélyíti, finomítja.

1986-1991-ig a Berger Táncgyűttes tagja, ahol ez időben a modern táncot és különböző etnikus hagyományokat ötvöző, elmélyült kutató, stílussteremtő munka folyik, Berger Gyula vezetésével. A 90-es években Sebastian Prantl (Bécs) és Rhys Martin (Berlin) koreográfusokkal alakul ki hosszabb munka kapcsolata, de táncol több magyar és külföldi koreográfus projektjeiben is (pl.: Goda Gábor, Gold Bea, Hargitai Ákos, Dani Zoltán, Gál Eszter, Berger Gyula, Ladjánszki Márta, Diane Elliot, Daniel Lepkoff, Vicky Shick).

Érdeklődése - részben művészi, részben pedagógiai kérdések mentén – egyre inkább az un. testtudati technikák felé fordul. 1991-1997 között létrehozza és vezeti a (kezdetben a MU Színházhoz kapcsolódó, majd önállóan működő) Kortárs Táncműhely Programot, ahol napi rendszerességgel, egész éven át tartó szakmai programot szervez a kortárstánc és a mozgásterápia művelői számára. Az órákat hazai és külföldi vendégtanárok vezetik, többnyire olyan témákban, melyek a tánc, a „testművészet” határterületeit járják be: kortárs tánc, kontakt improvizáció, táncterápia, regenerációs tréning, akrobatika, harcművészet, színház, hangképzés, bhuto, testtudat stb.

Ebben a műhelyben az addigi korszakot meghatározó stílusok, tréningek, módszereket tanították, népszerűsítették. A színes mozgás palettán megtalálható az improvizáció is. Itt kezdetben ingyen, később, pedig jelképes összegért bárki járhatott. Két állandó hazai tanár Kálmán Ferenc és Goda Gábor, és számos más hazai és külföldi tanár adott kurzusokat. Kezdetben heti 2x3 órában, később pedig mindennap tanulhattak az ide járó újdonságra szomjas táncosok.

Angelus Iván és Kálmán Ferenc pedagógiai szétválása után továbbra is ők nyújtottak képzési lehetőséget a kortárstáncban.

Mindkét személy számos művészt indított pályájára a modern-kortárstánc életében. A Budapest Tánciskola és a Kortárstánc Táncművészeti Műhely oktatásában szerepel az improvizáció az első pillanatoktól kezdve. Szerepük van azon tanárok pályára indításában, akik ma tanítanak improvizációt Magyarországon. Beépült az oktatási rendszerbe ez a táncforma. Ma már megtaláljuk az alapfokú modern és kortárs tanszak alaptantervében és a modern tánc szakképesítés programjában egyaránt.

Az alapfokú képzés is fontosnak tartja az improvizációs készségek kibontását. Öt témára bontja le az improvizációs eljárásokat. 1. Forma és tér, 2. Idő, 3. Dinamika, 4. A táncos pszichofiziológiai állapota, 5. Téma és variáció. A követelmény, pedig így fogalmazódik meg:

A tanuló ismerje:

- a tanult technika gyakorlatait,
- a forma, a tér, az idő, a dinamika alkalmazásának lehetőségeit és sajátosságait.

Legyen képes:

- a forma, az idő, a tér, a dinamika együttes, komplex alkalmazására,
- kreatív, kapcsolatteremtő improvizációra,
- az improvizáció és kompozíció tudatos használatára.

A középszintű képzésben, a szempontok ugyanezek, és csatlakozik hozzá az előadói módszer fejlesztése is.

4.Az improvizáció szerepe az oktatásban, napjainkban Magyarországon

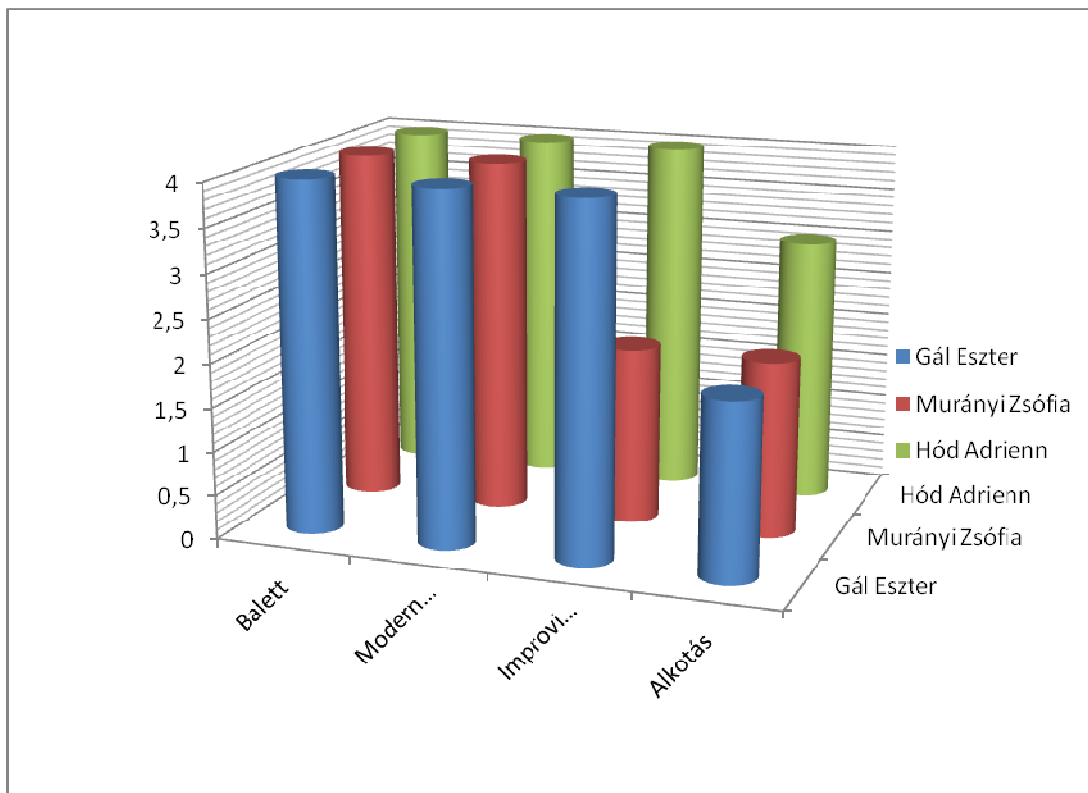
4.1.A hivatásos képzésben

Megkérdeztem tanáraitam illetve, a kortárástánc területén különböző stílusban dolgozó tanárt, ők milyen céllal és hogyan tanítják az improvizációt, hiszen ennek a módszernek nincs egyértelműen kanonizált formája. Ezért számos egyedi megoldás létezik. Szeretnék különbséget tenni az amatőr és a hivatásos foglalkozások között. Elsőként professzionális képzésről beszélek.

Felmerült bennem a kérdés, hogy mikor a legideálisabb tanítani, és hogyan találhatjuk meg a leghatékonyabb a módszert. Feltehetően nincs egyöntetűen sikeres módszer az improvizáció hatékonyságra. A tanuló fejlődési útja is egyénileg változik. Mégis interjúkhoz felkért tanáraitam segítségével számomra kirajzolódik az improvizációnak helye az oktatásban.

Az alábbi diagram (1. ábra) az improvizáció helyét mutatja a hivatásos táncművészképzésben az interjúk összegzése alapján. Évekre lebontva láthatjuk milyen arányban és mennyiségben érdemes tanítani azt, a tapasztalatok alapján. A függőleges oszlop jelzi az iskolai évek számát (nem időrendi sorrendben), melyből következtethetünk az improvizáció oktatásának elhelyezésére egy négy éves programon belül. A vízszintes tengelyen feltüntetett egyéb tantárgyak pedig segítik megérteni, milyen arányban van jelen az improvizáció oktatása a tradicionális tánctechnikákhoz képest.

Ebben az esetben a képzés a tanulók 14. életévükben megkezdett tanulmányaikra vonatkozik. A színek a megkérdezett tanárokat jelölik. Így azt is láthatjuk, hogy a számomra fő tantárgyaknak ítélt órákat milyen mennyiségben érdemes tanítani. Ezeket vízszintes irányban tüntettem fel.



1. ábra

Kirajzolódik, hogy általánosan minden tantárgy jelen van az oktatásban. Már az első évben meg kell adni a lehetőséget a diáknak, hogy minden tantárggyal találkozzon. A kreatív-alkotó munka azonban minden esetben kisebb mennyiségben szerepel az oktatásban. Az ábrából kiderül, hogy az improvizációt és az alkotó munkát egyaránt a képzés második felében, illetve a képzés megkezdésével egy időben is érdemes lehet tanítani. Az interjú alanyaim mindegyike az alkotó munka előtt egy alapos testtudat improvizációval dolgozik, azonban összekapcsolják a többi tantárgy jelenlétével. Kezdetben minden esetben az improvizációt, mint mozgástanulmányt vizsgálják, dolgozhatnak például az anatómiai ismeretekkel, képekkel, mozgásminőségekkel.

Most bemutatom a tanárainm részletes tanítási metóduát, mely alapján a grafikon elkészült.

Metóduak

Az első interjú alanyom **Gál Eszter** volt, akitől négy évig minden évben nyílt lehetőségem tanulni improvizációt, kontakt improvizációt és tánctehnikát is.

1992-ben elkezdett tanítani. Még nem hívta az órát improvizációnak. Csak azt tudta, hogy vannak princípiumok, melyek érdeklik és ehhez az improvizációt használta, mint eszközt. Érdekelte a mozgás és érdekelték az emberek. Vágyott valamiféle felfedező szabadságra. Azonban azt érezte, hogy azokat a dolgokat, amiket szeretne átadni könnyebb elérnie, ha nem megadott formákon keresztül tanít, hanem például képeken, gondolatokon keresztül, melyek könnyítnek a formák tanulásánál.

„Azt láttam, hogy van ennek valami felszabadító ereje, hiszen vannak emberek, akik szeretnének mozogni és van is érzékük a mozgáshoz, de képtelenek megjegyezni egy mozgássort. Sokaknak könnyebben megy a mozgástanulás, ha már van egy belső mozgástapasztalása. A forma ezekből a belső utazásokból született. Amikor ezt a tudást átadom a tanítványoknak, történik velük valami. Az improvizáción keresztül a mozgás szeretete is átadható és ez egy teljességet nyújt.”

Eszter elmélete az, hogy az improvizáció benne van minden emberben.

„Amikor kisgyerek, akkor főleg kontakt táncol és improvizál. Később, ha részt vesz valamilyen táncképzésben, ahol formai követelmények vannak, háttérbe szorulhat az improvizációs képességük. Mivel sok a formai követelmény a táncművész oktatásának folyamatában, kevesebb idő jut az improvizációra és a játékra. Fontos, hogy tánctanulásban a gyerekeknek legyen természetes mozgásélménye. Például vegyen részt kreatív gyermektánc oktatásban.”

„A táncos közlési módszerében akkor tud képlékennyé válni, ha már felfedezte önmagát és részben alkotóvá vált. A táncosoknak merniük kell formai kötöttségek nélkül megmozdulni, és ismerniük kell saját testüket és mozgás szótárukat.”

„Nagyon sokféle fókusszal lehet improvizációt tanítani. Különbséget kell tenni a módszerben, amit használunk a célunkhoz mérten. Ugyanakkor az improvizáció emellett egy színpadi műfaj is. Ez azt jelenti, hogy az alkotás és az előadás egy időben történik.”

„Az improvizáció azonban része lehet bármilyen mozgás technikai órának is. Szerepelhet olyan megközelítésben, amikor csak a mozgástapasztalás céljából használjuk, ezt felfedezés, és a mozgáskísérletezés fázisának hívhatjuk. Ekkor nem foglalkozik előadói minőségekkel, mert a belső mozgástapasztalás a táncos testének, szellemének, teljes lényének szól. A szabad tánc teljes körű elsajátításának hatalmas meglépendő lépcsőfokai vannak. A pedagógusnak határozottan ismernie kell módszerének irányvonalait.”

Eszter tanítási metódusát mindig annak fényében határozza meg, hogy kiknek és mennyi ideig tanít. Az improvizációs órákon kívül kontakt improvizációt is tanít, amely egy halmazrész az improvizáció egészében speciális.

Amikor egy olyan csoportnál tanít, akik előadó-művészeti pályára készülnek, és fél év áll a kurzus rendelkezésére, akkor a megalapozás a legfontosabb. Ez azt jelenti, hogy a kurzus célja az, hogy szabadon mozogjon a diák, és ne a saját sablonos mozgását használja táncában. Az órát ebben az esetben a következőképpen építi fel. Rövid belső munkával kezd el, ahol testrészekkel dolgoznak, mert ez elég konkrét, egyszerű és kézzelfogható mód arra, hogy a diák a figyelmét irányítsa. Az anatómiai háttér segít, azt nem lehet megkérdőjelezni, és nem igényel túl megerőltető belső figyelmet. Már az első órákon dolgozik partnermunkával. Megpróbál olyan szituációt teremteni, amiben megszűnik a jó és rossz mozdulat. Ezt leginkább release munkával, ellazulással éri el. Csukott szemmel dolgoznak, hogy „elfelejtse” a diák hogyan néz ki kívülről a mozdulata. Eszternek az a tapasztalata, ha előbb hagyja, hogy a diákok azokból a mozdulatokból építkezzenek, amit már ismernek, utána könnyebben engedik el és találnak új mozdulatokat. Ebben az esetben a testtudatossági mozgás tapasztalását jelenti a belső munkát. Ehhez képeket használ olyan módon, hogy a táncos valóban megélje a feladatot és elhiggye, hogy abban a pillanatban a valóság az, amit elképzelt. Visszahozza a diákok testébe az elfelejtett természetes mozgásokat. Ez alatt a gyermek korai fejlődési mozgásait érti. Aztán ezt felhasználja az órán belül, mint lekötött mozgásminta és gyakorolják azokat (gurulás, kúszásmászás, esés, vállon átfordulás, esések).

Ezek után, amikor már a saját mozgás szótár megjelenik, és elkezdtek megérezni azt, hogy honnan építkezik a mozgás, akkor következik a csoportos gondolkodás és kompozíciós elemek. Főként páros munkákban foglalkoznak a térrel, az idővel, a dinamikával, formákkal, mozgásérzékeléssel. Ha ebbe a szakaszba eljut a csoport, akkor már érzelmeket és a történetet is alkalmaz Eszter. Hosszú úton kell áthaladni, hogy eljussunk eddig a szakaszik.

„Napjainkban a professzionális táncképzésben a tánctechnikák tanulása továbbra is fontosak az improvizáció mellett. Minél többet tud a test, annál könnyebben ki lehet, választani mivel szeretne később dolgozni a táncos. Oda kell eljutnia a táncosnak, hogy technikai alapjait eszközként tudja használni, és ne gátolja az improvizációját a testébe ivódott tudása.”

A következőkben így összegezném az Eszter összefoglalva:

1. Döntés, mi a célja az oktatásnak
2. Felmérés a csoport szintjéről és hiányosságairól, óra tervezés
3. Testtudatossági mozgástapasztalás, partnermunka
4. Lekötött mozgásminta
5. Tér, idő dinamika, csoportos munka
6. Érzelmek, történet, szituációk

Hód Adrienn táncos, koreográfus és tánctanár.

Adriennek van egy kidolgozott improvizációs metódusa, amit a hivatásos táncképzésben használ.

Módszere első része egy testképzés, amikor egy test „egyedül dolgozik önmagával”. A táncos a saját testével foglalkozik, ezért nincs reflexió kifelé, a külvilág felé. Ezek a feladatok a tér- idő- dinamika egységre épülnek. Minden improvizációs feladat játékszabályok alapján épül fel. Ez lehet például a mozgásminőség váltakozása vagy testen belüli megosztása és átmenete is. Alakulhatnak akár duettek vagy triók, de a fókusz a testen belüli munkán marad.

Adrienn óravezetéséből egy példát kiragadva: Azt kéri a diákoktól, hogy olyan mozdulatokat csináljanak, melyek minél gyorsabban indulnak el és aztán a lehető leggyorsabban érkezenek meg nyugalmi állapotba. Ekkor általában születik 20-30 variáció vagy lehetőség, melyek az adott szabályokon alapulnak. Ezen része a metódusának, a koordinációt fejleszti. Képesé teszi a táncost a testrészek elkülönítésére, és a szimmetria mellőzésére.

Adrienn óravezetésében második része az, amikor a tanulóknak már nyitniuk kell figyelmi fókuszukat a külvilág felé. Ekkor már van kapcsolatuk egymás testével és a térrel. Absztrakt mozgásuk különböző szituációkba helyeződik, elkezdenek kommunikálni egymással. Ez a szakasz már színházi, koreográfusi tevékenység. Ekkor adódnak hozzá úgynevezett titkos feladatok is, amit csak a tanár és az a személy tud, akire vonatkozik. Ez egy komplex feladatnak minősül, mert van színházi tényező, van figyelem a külső környezeten és a belső testi munkán is egyaránt. A kommunikáció és a figyelem, történhet érintés vagy dinamika által. A kapcsolat a reagálás szabályszerűsége által jön létre.

Összegezve, az óráján van egy alapfeladat, amely a belső testmunkára épül, ezzel egy időben szabályozza a külső fókuszot, és ehhez hozzájárul még egy titkos feladat is. A feladat végén pedig egy „finálé” következik. Ez azt jelenti, hogy közös megegyezés alapján fejezik be. Mely lehet például az, hogy mindenkinek mosolyognia kell.

Számomra a közös finálé, az előre lefektetett játékszabályok azt az izgalmat rejtik magukba, hogy a csoport egy egységként kezd létezni és fejlődni. A figyelem kiéleződik a körülöttük lévő dolgokra.

Előfordul az is, hogy Adrienn arra kéri a diákokat, hogy hozzanak saját ruhákat az órára, és azt vegyék fel, mert a ruha meghatározhatja a táncuk minőségét, hangulatát. De mozgásminőséget meghatározó eszköz lehet például a zene is, vagy éppen ellenkezőleg, a csend erejét használja. Az óravezetésének bizonyos szakaszában előadási szituációt teremt. A csoport egyik fele a táncos, előadó, a másik fele a nézőközönséget alkotja. A környezet megváltoztatása hatalmas mértékű hatást gyakorol a táncosokra és ennek tudatában Adrienn ezt mindig sokrétűen használja. Óráinak célja, hogy hozzásegítse a tanulót a feladat megoldásának megtalálásához, és ezért minden pedagógiai eszközt felhasználja, mely lehet képi vagy konkrét testi instrukció.

„Szerintem ennek van jövője! Kell a technikai képzés is, de tudniuk kell a táncosoknak, hogyan kommunikáljanak a testükkel.”

Ő maga is gyakran improvizál, miközben vezeti az órát.

„Elindítok egy dolgot és az felpörget, valami elkezdődik, de nem tudom, hogy mi fog történni. Ezek egyszerre könnyű-nehéz pillanatok!”

Azt vallja, hogy nem fontos minden áron ragaszkodni szabályokhoz, hanem nyitottnak kell maradni és befogadni az ismeretlen szituációkat is. A tanuló újra és újra megtalálhatja magát és az irányelvét. Előadói szempontból nagyon fontos ismerni az improvizációt, mert ezen az úton olyan tulajdonságaival találkozhat a táncos, amit előtte még nem ismert magában, és ami segítségével rájöhet, hogyan oldja meg a különböző koreográfusi feladatokat. Egy táncosnak szüksége van arra a képességre, hogy az adott alkotói folyamatban megtalálja a megfelelő, egyedi megoldást a koreográfus instruálása által.

„Az improvizáció olyan, mint egy jó beszélgetés.”

Visszatekintve, órafelépítésének lépcsőfokait a következőképpen összegezném:

1. Belső testi munka - test egyedül-
2. Figyelem kinyílik a térre és a társakra is
3. Színházi, előadóművészi eszközök használata

Murány Zsófia improvizációs munkáiban a cél jelenetkészítés vagy kompozíciókészítés volt.

Zsófia az óráin mindig törekszik a produktumra. Az visszatükrözi az abba befektetett munkát és lehetőséget nyújt a táncosnak találkozni önmagával, kívülről, a visszajelzések által. A művészeti oktatásban elengedhetetlen használni ezt a módszert.

Ő az improvizációs alkotási folyamatot tanítja. Improvizációs módszereket, és konkrét kompozíciós feladatokat használ fel ehhez. Ezek olyan feladatok, melyekkel a tanítványnak egyedül kell dolgoznia. A produktumon belül egyénileg változik, hogy mi a szemléltető eszköz. Lehet teljes improvizáció vagy lekötött mozgássor is. A célja a kommunikáció, és ehhez változó az eszköz. Van olyan egyén, aki a nagy művészi szabadságában képtelen megfogni a témát. Ebben az esetben le kell fektetni az alapokat, mint a nyelvtanban, hogy megismerje mi az alany, állítmány és a tárgy. Az improvizáció konkrét feladatokon alapszik, erős szabályokkal. A táncos megválaszthatja a körülményeket és az eszközt, meg azt is, hogyan használja fel azokat. A témának megfelelően kell ezt tennie. Meg kell egyezniük abban, hogy van miről és miért beszélniük, azért, hogy ne üres, mondanivaló nélküli táncok szülessenek. A tanárnak és a tanítványnak, már a kurzus kezdetén meg kell találniuk a közös nyelvet, amivel kommunikálni tudnak. Ezeken az órákon elengedhetetlen, hogy pontosan értsék egymást, tanár és diák. Kialakul egy közös nyelv, ami lehet ez esetben egy konkrét feladat is. Amikor elkezdik megérteni egymás „szavait”, akkor a diák valószínűleg képes lesz megértetni magát a közönséggel is, még akkor is, ha ez a kommunikációs csatorna az improvizáció.

A másik végletes eset, amikor a táncos egy fölvetett és megtanult anyagból, úgynevezett mankókból dolgozik. Ez akár lehet egy táncstílus vagy lehet egy másik tanár hatása vagy akár improvizáció attitűdjének elsajátítását is jelentheti. Zsófia szeretné elérni, hogy diákjainak egyéni legyen improvizációjuk és alkotásaikból kilátszódnak a személyiségjegyei. Aki nem tud megnyilvánulni a saját nyelvén, annak feltehetően gátlásai vannak, vagy egyszerűen nincs saját kialakult világa, szókinccse. Ezt a két esetet a pedagógusnak mindenképpen külön kell kezelnie. Akinek nincs sajátja annak meg kell mutatni, hogy másoknak milyen van. Akinek félelmei, gátlásai vannak, azzal pedig nagyon óvatosan kell bánni. Ez a félelem feltehetően egyéni, esetleg származhat kulturális beállítottságból, melyet a családjából, neveltetése során tanult meg.

„A tanuló megtanulhatja otthon, például a nagyszülőktől azt a hozzáállást, ami az élethez kell, de azt is, hogy nem bízhat magában. A közoktatásban is megmondják hogyan és mit kell gondolniuk a diákoknak. Megtanítják, hogy mi a helyes és helytelen gondolat, viselkedés.”

Ettől kialakul egy megfelelési kényszer. Hogyha alkotó akar lenni az illető, ezeket a korlátokat le kell dönteni és találkoznia kell az improvizációs módszerrel és előadói móddal, melyek segítenek elfelejteni a megfelelés kényszeres megnyilvánulását. Az improvizáció akkor izgalmas és értékes, ha az adott pillanatban a táncos a lehető legtisztábban és legőszintebben a saját energiájával dolgozik, ehhez pedig le kell vetkőznie a gátlásait. Ha ez sikerül, akkor lehengerlő erővel, energiával lesz képes a nézővel kommunikálni.

„Akkor hiteles a táncos-alkotó, hogyha abban a pillanatban azt adja, ami ő maga. A technikai módszer talán nem is fontos, amivel eljut ehhez a tudáshoz.”

A kortárstánc definícióját Zsófia így határozza meg:

„Az, ami a pillanatban, az adott korban születik. Talán ez a legnagyobb különbség a balett, a moderntánc és a kortárstánc között. A balett az esztétikájával éri el hatását, a kortárstánc pedig mindig kísérletezik, akár technikában vagy mondanivalójában. Főképp az érzéseken van a hangsúly, és nem az esztétikán.”

Az improvizáció nagyon sokat segít a tanulóknak, hogy ne csak az esztétika hatás elemeivel kommunikáljon. Zsófia azt tanítja, hogy ne feleljen meg a diák semmilyen sémának, legyen bátorsága új utakat felfedezni a táncban. Azt állítja, hogy ehhez a munkához szükség van a nyitottságra és érettségre egyaránt. Az alkotás eredménye összefügg az érettséggel. Az ő munkáját szinte minden esetben hosszú távon látja sikeressé válni, mert a tanulók 17-18 éves korig inkább a megfelelésre nyitottak, a kísérletezésre csak néhányan.

„A 14 és 15 éves gyerekek a szülői gondoskodás alól kibújva, éppen elkezdik felépíteni a saját véleményüket és megtalálni a helyüket a világban. Ezért ezekből falat épít maga köré, hogy biztonsággal tudja állítani az „én” fogalmát, amihez makacsul ragaszkodik.

Ekkor még általában a fizikalitás elégíti ki a mozgásigényüket. Nem lehet erőltetni az alkotást, meg kell várni a belső motiváció igényét.”

Tanítása arra fókuszál, hogy energiában és lélekben is elmozdítsa a táncost abból az állapotból, amiben éppen van. Ha az improvizációs munkában láthatóan történik elmozdulás, az meglátszik a többi tánc-technikai órán is. Az iskolai tanulmányok befejezése után pedig, az improvizáció segítségével és a külvilágból érkező hatásokkal kialakul a táncos saját stílusa.

Zsófia munkájának állomásait a következőképpen összegezném:

1. Fizikai leterheltség, tradicionális tánctechnikák
2. Önálló alkotás
3. Alkotások bemutatása, visszajelzés
4. Csoportos elemzés, csoport munka

Az összes interjút figyelembe véve azt gondolom, hogy a legideálisabb elindulni egy testet és teret felfedező improvizációból. Az interjúk elkészítése után, még szembetűnőbb számomra, hogy mekkora különbség rejlik az improvizációs kurzusok céljaiban. A mozgásfelfedezés, egy magányosabb munkának tűnik, mint az alkotás. Fontosnak tartom ezt a két dolgot élesen szétválasztani. Az alkotásban meg kell határozni a témát és az eszközt, módszert, amit használhat a diák. Miután ez megtörtént, az etűd bemutatása után, az értékelést, a pedagógusnak feltétlen a diák tudásának szintjéhez kell igazítani. Ez a munka minden esetben igényli a teljes személyiségét a pedagógusnak és a diáknak egyaránt.

Napjainkban egy táncosnak sokoldalúnak kell lennie. Az iskoláknak, muszáj megadniuk a képzésben a lehetőséget arra, hogy találkozzanak a diákok minél több mozgás technikával. Szerintem a képzésben a szabad és tradicionális tánctechnikáknak a harmonikus aránya lehet, az 50%-os megosztás. Később pedig a diáknak meg kell adni a lehetőséget az orientálódásra. Ez lehetővé tenné, hogy az iskolák a táncművészet szélesebb skálájára képezzenek táncosokat.

4.2. Az improvizáció tanítása az alapfokú oktatásban

Alapfokú oktatási rendszerben már kidolgozott alaptantervvel rendelkezünk. Ez egy át fogó képet ad a pedagógusnak mit kell tanítania. De a tanárnak minden esetben meg kell találnia a kulcsot a tanítványokhoz. Taníthatunk mintákból vagy szabad improvizációkból kiindulva egyaránt. Nincs olyan, hogy az egyik csoport csak mozgásmintákból tud tanulni, egy másik, pedig csak szabad improvizációval, akár hivatásos, akár alapfokú képzésben vesznek részt.

Az óravezető feladata eldönteni melyik oldalról közelíti meg a témát. Két az alapfokú intézményben tanító tanárt kérdeztem meg rendszerükről, improvizációs metódusukról melyet az óráik megfigyelésén szerzett tapasztalataimmal vegyítve írtam le. Két különböző megközelítést tártak fel. Az egyik módszer a formából indul ki a másik, pedig egyedi módon, az emberi testből.

Mi a különbség az improvizációs kurzusokban az amatőr és hivatásos csoportoknál? – Ez a kérdés foglalkoztatott a leginkább.

Az improvizáció eléggé specifikus módszer ahhoz, hogy színpadi mű és testfelfedező tréning is születhessen amatőr csoportban is. Azt gondolom, hogy mivel ebben az esetben a test a saját korlátaival dolgozik és kommunikál, ezért képes egyenértékű műveket létrehozni a profi táncosokéval.

Az első interjú alanyom ebben a kérdésben **Pete Orsolya** táncművész és tánctanár volt. Kérdésemre, hogy mi a különbség az improvizáció oktatásában a hivatásos és amatőr csoportok esetében a következőt válaszolta:

„A különbség talán az, hogy a hivatásos képzésben nem akarunk (felmutatható és lezárt) eredményt elérni rövid idő alatt. Folyamatos a változás, egyre gazdagabb és sokoldalúbb az eredmény és sokoldalúbb a mozgáskészlet és ebből adódóan az elért eredmény. A folyamat a lényeg, a munka és a gyakorlás, a gondolatokkal, a térrel, az idővel, a dinamikákkal, a hangsúlyokkal és formákkal, játékszabályokkal és végső esetben magával a testtel. Ezzel szemben az amatőr oktatásban minderre kevesebb idő van, fontos az érzékelhető változás megtapasztalása, valamiféle eredmény megszületésének akár egy táncóra ideje alatt is.”

Az óra felépítésében is tapasztaltam különbséget. A legjelentősebb különbség a kezdő, „ráhangolódás” szakasza a foglalkozásnak. A ráhangolódás minden óra része, az, amikor a diákok belekerülnek az aktuális foglalkozás témájába. Ez lehet relaxáció vagy akár egy mozgás gyakorlat is. Orsolya a beszélgetést választja.

„Az óráimat beszélgetéssel, ráhangolódással kezdem. Egy-két perc alatt kialakul a közeg, amiben aznap együtt leszünk. Előfordul, hogy néha adok témát, máskor magától indul a folyamat, szabadon beszélgetünk egymással. Én közben figyelem a csoportot, a reakciókat. Látom, hogy aznap egy fogócska játékra van szükségük a bemelegítéshez, vagy ugorhatunk egy bonyolultabb feladatra. Egy jó kezdés 50%-os sikere az órának.”

Ezek után minden órán van egy fő feladat, amit a többi feladat is „kiszolgál”.

Például:

- 1) Térjáték: „Mozogj szögletesen vagy nagy íveken a térben és válts minden 16. ütem után!”
- 2) Mozcás repertoár, tréning vagy egy technikai elemekből álló mozgásanyag tanulása és gyakorlása.
- 3) Visszatérés a fő témához: pl.: „Az első feladat szabályai szerint hozzatok létre ebből kompozíciót!” 4 ember alkot egy csoportot, akik együtt dolgoznak. 2-2 ember ellentétes minőségben mozog.

Ezen az órán minden esetben mozgás repertoár van. A tanulók ebből a repertoárból építik fel az improvizációt. Ez táppontot ad az elrugaskodáshoz és háttérret a biztos mozculatokhoz. Ők a tudásukat, mozgástapasztalásukat a repertoárból próbálják felépíteni. Majd tér- és csoport játékokkal foglalkoznak. Ezáltal születik meg akár egy órán belül kézzelfogható megoldás a feladatokra.

Orsolya még egy különbséget felvetett a hivatásos és amatőr csoportok között:

”Az amatőr oktatásban kevésbé határolja be a tanulót a saját már meglévő mozgáskészlete, van, aki minden táncos előképzettség nélkül kerül az órára, mégis van egy belső motivációja az alkotásra, a létrehozásra. Bátran fedeznek fel új utakat, sokszor minden "táncos séma" nélküli, egyedi megoldásaikkal nyugöznek le.”

Cuhorka Emese az élményszerű tanulási módszert használja. Tanítványainak nagy része, mielőtt az óráira jelentkezett nem táncolt. Emese nem a tánctechnikai tudásból indul el. Az órát az élményszerű tánctanítás alapozza meg. Feladatokat talál ki, amit ha megtapasztalnak a diákok, azokból alakul ki a testérzetük. Sokszor elég bonyolult szabályrendszeren alapulnak ezek, melyek erősítik a koncentrációt. Ha az ember azt érzi, kihívás van, akkor jó esetben, megpróbálja teljes energiáit elhasználni, hogy megvalósítsa azokat. Persze vigyázni kell, mert a túl bonyolult feladatokkal kudarcot is vallhat a pedagógus. Ha nem értik meg a feladatot, nem tudnak figyelni a kivitelezésre. Amikor megfigyeltem Emese óráit, minden esetben azt éreztem, hogy megvan a tanár és diák között a nyelv, ami ahhoz kell, hogy képesek legyenek kommunikálni egymással. Általában csoportokban dolgoztak és egymásnak adták meg az élményeket, amit aztán egyedül, táncukban feldolgoztak. Emese használja az érintés élményét és képeket egyaránt. Aktív-passzív játékokkal elősegíti a testérzet kialakulását. Tisztán láttam, hogy melyik tanuló érti a feladatot, és nagyon érdekes volt látni, hogyan interpretálja azt. Azt vettem észre, hogy nagyon fontos az óra kidolgozott felépítése. Ha egyszerre sok információt kap a tanuló egy-egy feladatban, nehezükre esik feldolgozni azt és nem tudnak vele mit kezdeni.

Az óramegfigyelésem alatt, az egyik esetben volt egy 3 emberes feladat, amiben érintésekre kellett reagálni. Tehát egy időben három instrukció hívta a táncost mozgásba. Mindegyik csoport hamar eljutott a feladat befejezéséhez, ebből arra következtettem, hogy nem tudták megszerezni a feladat tapasztalati lényegét. Mert ha túl gyorsan fut ki a végkifejlethez, elvesznek benne a táncosok, ami azt jelenti, hogy a történetekben nem történt akció-reakció. Csak elképzelték, milyen lehet a válaszuk az érintésre, és annak megfelelően reagáltak. Ekkor az aktív fél türelmetlenné vált, mert nem érti, hogy miért nem az történt, amit elvárt a társától, és manipulálni próbálta a passzív partnerét.

A megfigyelt órák rövid óravázlata a következő:

1. Bemelegítő, nem lekötött mozdulatsor
2. Belső testmunka partnerrel
3. Belső testmunka csoportban
4. Belső testmunka és térjátékok

Mindkét módszer (Orsi és Emese) sikerességét mutatja a diákok lelkesedése. Az órákat nagy számban látogatják a mozogni vágyó emberek. Szerintem az amatőr és professzionális képzésben a leglényegesebb különbség a szabadság. A diák pedig kiválaszthatja azt a tanárt, akivel együtt tud tanulni. Ez a munka minden esetben élvezetet kell, hogy nyújtson a diák számára a legelső foglalkozástól kezdve. Ha ez nem így van, akkor egyszerűen nem megy vissza az órára. Nincs lehetőség a beérésre.

5.Improvizációs kísérletem, tapasztalataim

Megpróbáltam kísérletet tenni két táncossal a „test egyedül” (idézet Hód Adrienn interjújából 24. old.) rész levezetésére. Mely az egyéni belső testmunkát jeleni. Két fiatal táncművész lány volt jelen ebben a kísérletben. Mindketten részt vettek középfokú modern- kortárástánc képzésben. Mozgásuk az én megítélésem szerint nem „felfedezett”. Ez azt jelenti, hogy, kevés improvizációs munkában vettek részt eddig, és oktatásukból hiányzott az ez irányú érdeklődés. Tanult mozdulat sablonokból építkezett táncuk. Az általam is ismert mozgás sémákat tartalmazta mozgásnyelvük.

Az első improvizációs foglalkozáson saját tapasztalatomra támaszkodván levezettem egy azonos órát, amin már részt vettem. Mozgásminőségekkel, majd térjátékokkal dolgoztunk. Először az anatómiai lehetőségeket akartam kiaknázni, aztán ezeknek a minőségeit megváltoztatni. Ezen alkalommal észrevettem, hogy nem történt változás a mozgásukban az instrukcióim hatására. Ekkor jutott eszembe az, amit a Murányi Zsófia interjújában említett, hogy ehhez a munkához szükséges a testi, lelki és szellemi érettség egyaránt. Lehet, hogy a testük képzett, nyitottak, és önkéntesen jöttek el improvizálni, de miért nem történik semmi a 4. alkalom után sem. Az instruálás szintjeit kellett megváltoztatnom.

Azt gondolom, hogy a táncomat a gondolataimmal irányíthatom, és ez által esetleg még nem tapasztalt testérzetet fedezhetek fel. Ezáltal gazdagabbá és érdekessé válik a táncom. Improvizáció ugyan rögtönzést jelent, de a gondolatoknak ott kell lennie közben.

Ha van instrukció, akkor tudni kell megváltoztatni a mozdulatokat. Erre hogyan lehet megtanítani az egyént? Nem láttam, hogy a testük és elméjük aktív lenne. Belekerült a mozgás valami alacsony, alap energia szintre, amiből nem tudott mozdulni.

A térben és mozgásban nem használják ki a végletességet, amit a testük nyújt. Vajon van olyan, hogy nincs igénye a táncosnak kipróbálni mire képes a teste?

Fontosnak tartom bemutatni az egyik foglalkozásról készült jegyzetemet. Itt az instruálásom egy nagyon határozott és számomra kicsit erőszakos minőségben jelent meg a (mozgástér konkrét kijelölése). Majd a korlátoktól felszabadulva láthatóvá vált a fejlődésük.

2009-03-08 16h-18h

Improvizációs kísérlet 3.

Térhasználat- Észrevettem az eddigi alkalmak alatt, hogy nem használták ki a legalsó szintet, hiába hívtam fel rá a figyelmüket. Ezért betettem a térbe székeket melyek egy folyosó alkottak, és csak közöttük lehetett táncolni, mintha egy alagút lenne. Lassan építettem fel a haladást. Először azt kérem, hogy a „folyosó” két végén helyben kezdjék. Kértem, hogy nagyon minimális mozgásokkal induljanak. Csak annyit mozogjanak, amennyire a testüknek szüksége van ahhoz, hogy felkészítse őket a mozgásra.

Első, bemelegítő feladat:

„Haladj át a székek között úgy, hogy nem lehetsz magasabb náluk!”

Megjegyzés:

A két végéről indulnak, és középen történik egy találkozás. Mindketten arra használják a földet, hogy az izmaikkal nyújtásokat végezzenek. Elindulnak befelé az „alagútba” csúszásokkal, nyújtásokkal. Azt érzem, hogy az a képzetük van, hogy csak akkor kerülnek a földhöz ilyen közelségbe, ha pihenni akarnak vagy lazítani.

Mindketten nagyon lassan haladnak egymás felé.

Találkozásukon gyorsan áthaladnak nem tudomást véve a másikról. Az egész folyamatnak (helyben mozgás, bemelegítés, haladás, találkozás) nagyon hamar a végéhez érnek, 5 perc alatt.

Aztán kérem, hogy ismételjük meg a feladatot. Ismét felhívom a figyelmüket szóban, hogy mennyi lehetőség közül választhatnak mozgás közben. Beteszek egy gyors tempójú zenét.

A második körben történik néhány vállon átördülés. Azt gondolom, hogy nem ismerik a gördüléseket, gurulásokat. Miközben haladnak elviszem a székeket a térből. Ezáltal e tér megnyílik. És a csúszásokon kívül gurulásokat is végeznek. A tér szabad használatával és a zene segítségével intenzívebbé válik a mozgás.

Hogyan érem el a zeneinspiráló tempója nélkül az intenzív mozgást?

Látom a táncukban mindazt, amit megtanultak és ezeket ismétlik. Mitől találnak új számukra ismeretlen mozdulatot, ami meglepetést okoz saját maguknak?

Azt gondolom, ha gyors, intenzív tempóban dolgoznak minden esetben sokkal gazdagabb a táncuk. Azért talán, mert nincs idejük gondolkozni és előhívni a mozgásmintákat?

Ez az improvizáció az alsó szinttel 15 percig tartott. De nem azért mert én megállítottam, hanem mert elfáradtak testileg és szellemileg is. Az volt a véleményük, hogy még így is túl hosszú ideig tartott az improvizáció. Nehéz nekik összefüggéseket találni a testük és a táncuk között.

A következő feladattal kicsit eltértem az tervemtől. Most azt kértem, hogy az improvizációjuk segítségével próbáljanak találni néhány mozdulatot, amit lekötnek és megjegyeznek. Ezeket szeretném az utolsó alkalommal a már gyakorolt, kipróbált mozgásminőségekbe helyezni.

Az alkotás nagyon hosszúra nyúlik. Nehezen találnak rá mozdulatokra. Ez az első alkalom, hogy improvizálás közben próbálnak megragadni egy-egy mozdulatot. Általában először elképzelik mozgást fejben, aztán megvalósítják.

Mindketten 3-4 mozdulatból álló mozgássort készítettek. De nem kötötték össze. Nekem nagyon érdekes, hiszen én, ha megtalálok egy mozdulatot, abból kiindulva keresem az utána következőt. Utólag, mikor megmutatták nekem próbáltak kapcsolatot találni a mozzanatok között.

Konzultációim során beszélgettem Gál Eszterrel, aki türelemre intett engem. Több időre lenne szükségem ahhoz, hogy érdemben elmozdulás történjen. Azt gondolom, hogy ha tanítok nekik mozgásformákat, amit nem ismer még a testük, talán gyorsabban szert tehetnek változatosabb mozdulatokra, és amelyeket használni tudnak. Mi a cél? Ha repertoárt tanulnak, gazdagszik a mozgásszótáruk, de nem történik hozzáállásukban változás. Nem ismerik a saját testüket és képtelenek szabadon alkotni. A foglalkozások alatt kétfajta instruálás, a zene és konkrét térhatárolás segítette őket az elmozdulásban, ami azonnal reakciót váltott ki a testükből.

A zene irányította őket hangulatban, sebességben, dinamikában. Reagáltak azonnal, amint váltottam ritmust vagy stílust. Néhány alkalom alatt megismertem a mozgásukat, mozdulatokat és minimális változásokat érzékeltem. A konkrét mozgásterület megjelölése, pedig kényszerítette őket arra, hogy tegyenek olyasmit, amit eddig még nem próbáltak. Szembesítette őket a ténnyel, hogy még soha sem mozogtak a térnek e részén. Ezáltal újabb mozdulatokat fedeztek fel. Ezen kívül még a vizuális információk hatottak rájuk. Ha mondtam egy konkrét képet, megpróbáltak hasonlítani ahhoz, értették a minőséget. Viszont, ha mozgást minőségi jelzővel illettem nem jártam sikerrel. Be kellett látnom, hogy nagyon hosszú idő, mire megtörténik a változás, amitől szabadabbá válnak.

6.Saját élmények

Mit jelentett nekem az improvizációs megismerés?

Amikor én találkoztam az improvizációval, már részt vettem egy középfokú képzésben. Számomra nagyon nehézkesek voltak az első lépések a szabad mozgásfelfedezés útján. Tele volt a testem tanult formákkal, amikre azt hittem, hogy jó és abból kell építkeznem. Hamar rájöttem, hogy üres, semmitmondó, nem valódi testélményekre épített tudás van a testemben. Az improvizációs óráimon a felismerés miatt nagyon nyitott voltam és figyelmes. Mégis meglátásom szerint két évig tartott az utam az improvizációval, mire éreztem valami változást a testemben. Segített lerázni magamból régi zsákutcába vezető mozgásformákat. Találhatok új nyelvet vagy megismerhetem a másikat. Szólhat csak a mozgásom tanulmányozásáról és szólhat a személyiségem tanulmányozásáról vagy születhet egy alkotás. Miután gyakoroltam, minden más tánctechnikában több értelmet találtam. Tudatosabban építhetem fel a saját táncomat mozgás soraimat. Vagy éppen az ellenkezője el tudom magamat sodorni az én táncnyelvemen belül. Az improvizációs alkalmakban kialakult magától valamilyen előre el nem tervezett struktúra is, amit utólag elemezhettem. Értelmet nyert számomra a mozdulatok sokasága.

Az első improvizációs élményeimet Murányi Zsófia óráin szereztem, ahol alkotási módszerekkel kísérleteztünk. Nehéz volt számomra megmutatni valójában mit gondolok az adott témában. Először meg kellett ismernem, hogy aztán meg tudjak bízni benne. A bizalom ahhoz kellett, hogy rájöjjenek nincs egy halmaz, amibe ha beleférsz jól teljesítettél, ha nem akkor rosszul. Miután már rájöttem, hogy „beszélhetek azon a nyelven”, (nincs megszégyenítés), ami az enyém és azt mások is értik, fenn állt a probléma, hogy megtudjam, mégis mi is ez a nyelv.

A saját mozgásrendszer, forma megtalálásában pedig segített a felfedező, anatómiai improvizáció, amit Gál Eszterrel és Hód Adriennel tanultam körülbelül egy időben. Ezen kívül hasznosnak tartottam a spekulatív módszert is, ami azt jelenti, hogy tudatosan irányítom a megszületett mozdulataimat valamilyen irányba. Amikor találok az improvizációmban egy mozdulatot, amit aztán kielemezhetek, áthelyezhetem más dimenziókba és játszom a tér, idő, dinamikai tényezőkkel. Ezzel a módszerrel is születhetnek nagyon izgalmas mozdulatok, de az is lehet, hogy az eredeti, ösztönös mozdulat számomra a legideálisabb.

Minden esetre az út, amíg dolgozom a mozgással, hasznos és eredményes. Kezdetben segített felismerni, tudatossá tenni a mozdulataimat. Most pedig azért tartom fontosnak, mert az egyik legjobb módja annak, hogy rátaláljak és kidolgozzam a személyes, egyéni táncomat, ami természetesen jó a testemnek. Megismerhetem a magam, mint táncos és ezen kívül a személyiségem kiismerését segíti. Mindezt az improvizációmban történő döntéseim alapján. Ezt a munkát nélkülözhetetlennek tartom megismerni, ahhoz, hogy magabiztos pedagógus váljak belőlem, és azt tanítsam, amit igazán ismerek.

7.Kontakt improvizáció

Szeretném dolgozatomban megemlíteni a kontakt improvizációt, mert az improvizációban egy különleges szerepet tölt be. A dolgozatomban kiderül, hogy az improvizációs órákon szinte minden tanár használ olyan eszközöket, melyeket a kontakt improvizációból merít. Ebből a táncstílusból sokat tanulhatunk az egyéni improvizációhoz. Amellett, hogy fejleszti az improvizációs készséget, tulajdonképpen tánc technikaként is használják. Steve Paxton (1939-) alakította ki alapjait. Elbűvölte a test, mint fizikai gépezet. Táncolt Cunningham társulatában, a Judson Csoport és a Grand Union aktív tagja volt. A Judson Csoporttal főként improvizatív táncprodukciókat mutattak be. A Grand Union tagjai posztmodern táncosok voltak. Paxton improvizációs érdeklődése a mai napig tart. Számos szóló improvizációs előadással lépett fel.

A kontakt improvizáció elsősorban egy duett táncforma. A két résztvevő között folyamatos érintkezés áll fenn, ezért kihangsúlyozza a közös bizalmat, az egymásrautaltság érzése folyamatosan jelen van a táncban. A kontakt improvizáció igényeli a nyugalmi állapotot, a hosszan fenntartott figyelmet és az atlétikus testhasználatot egyaránt. Nem színházi keretek között színpadi műfajjá fejlődött. Az improvizációban lévő különös figyelem mellett szükség van egy magas fokú érzékenységre.

Szeretnék idézni néhány sort Steve Paxton szavaiból, amikor a kontakt improvizációról írt a *Contact Quarterly* folyóiratba 1993-ban. Ebből a szövegből kiderül, hogy a kontakt improvizáció is egy teljes tudatosság felé törekvő improvizációs műfaj és hogy nem hagyatkozhatunk kizárólag a reflexeinkre. A „Mi az a Kontakt Improvizáció?” kérdésre, így válaszol:

„Az idő múlásával a válasz a kísérleti-tánc jelenségtől eltolódott a számos komplex, új, a testre és az elmére vonatkozó tanulmányhoz kapcsolódó fizikai gyakorlat felé. Időközben arra jutottam, hogy a kontakt improvizáció egy olyan fizikai esemény, amelyet legjobban úgy lehet leírni, hogy mi nem az: nem művészet, nem sport, és nem a legtöbb dolog, ami ebben az évszázadban a táncot jellemzi... a testi a társadalmi, fizikai, geometriai, politikai, a mirigyeket érintő, intim és személyes információ komplex egyvelegének tűnik, ami nem könnyen interpretálható.

Úgy tűnt, hogy mielőtt elkezdhetném a diákok érzékeit fejleszteni, valaminek történnie kell az agyukban. Amint felismertem, hogy nem a nulláról kezdünk mozogni, ugyanis először egy vágy, vagy kép él bennünk arról, hogy a rendszert mozgásba hozzuk, úgy döntöttem, a képek felé kell keresgélnem, bár csak óvatosan. A képeknek, hogy is mondjam, „valóságosaknak” kellett lenniük. Azaz nem lehettek nyilvánvalóan valószerűtlenek...

Talán azzal a fajta mobilizációval lehet kapcsolatos, amikor egy elveszett tárgyat keresünk – először megjelenik a tárgy gondolata, ezt követi a szemmozgás, majd elfordítjuk a fejünket, felállunk, és különböző irányokba tekingetünk, keresgélve körbejárunk egy új nézőpont vagy a tárgy lehetséges helyének megtalálása érdekében. Mindezt a keresett tárgy mentális képe váltja ki. A testnek a képre való reakciókészsége szemmel láthatólag veleszületett, és a test ezzel a veleszületett kapcsolattal az elmében megjelenő bármilyen képre képes reagálni. De ezek olyan dolgokról szóló spekulációk, amelyeket kutatás tárgyává kell tenni. Úgy tűnt számomra, hogy a képzeletre vonatkozó, és a kutatásainkat alátámasztó elmélet nélkül a fejünket kitöltő, képzeletbeli gázok nélkül kellene improvizálnunk – ha ez egyáltalán lehetséges volna.

Miért olyan fontos nekem a teljes tudatosság? Mert érezni lehet, ahogy a tudat változik annak függvényében, amit megtapasztal. Ha egy kritikus pillanatban tudati kiesés történik, elveszítjük annak a lehetőségét, hogy tanuljunk a pillanatból. Egy gurulás alatt a másodperc törtrészéig tartó kihagyás nem fogadható el a gurulás teljes tudatosságának, a kiesés ott marad a mozgásba ágyazva, a mozgás összbenyomásának részeként. Ha a tudat nyitva marad ezekben a kritikus pillanatokban is, akkor tapasztalata lesz róla, és szélesebb fogalmat fog alkotni, hogy igazodjon az új élményhez. Ez a kitágított kép szolgál majd a mozgás új talajául. Feltevésem szerint a kiesések olyan pillanatok, amikor a tudat nincs jelen.”

Feltételezte, hogy a tudat legfőként akkor nincs jelen, ha valami új, szokatlan testhelyzetbe kerül az illető. Példaként felhossa az aikido gurulást. Észrevette, hogy amikor fejjel lefelé a vállon átgurulás pillanatában a diák becsukja a szemét, elveszti a teste felett a koordinációt. Azt szerette volna elérni, hogy kialakuljon egy teljes tudatos testkép, és visszajelzés a táncosban. Majd így folytatja:

„Munkánkhoz a legnagyobb szükségünk egy olyan kinetikus képi világra volt, amely illeszkedik a mozgás módjához, és egyben igaz is (ellentétben a saját tudatosságáról szóló spekulációval).

A „mozdulatlanul” állás apró mozdulatai, amely az ilyenfajta vizsgálódások alapját szolgálták, valódiak – tényleg ott vannak. De ezek akkor most képek, vagy érzetek? Ha megfigyelnénk őket, átszűrődnének-e a megfigyelő elmén, és hatást gyakorolnának-e a testre, mint a képek? Az idegrendszernek, és azon képességének, hogy a gravitációhoz képest a testhelyzetet közvetíti, megvan-e a lehetősége, hogy tanítsa a tudatot? És a tudat rendelkezik azzal a képességgel, hogy felnagyítja, vagy felerősíti ezt a közvetítést?

Feltételeztem, hogy ez a kölcsönösség igenis létezik. Az érzetek, úgy határoztam, azok, amiket éppen a jelen történéseinek érzünk, s képekké válhatnak, amikor észre vesszük, hogy megfigyeljük őket. Ez azt sugallja, hogy a tudat képes tudatában lenni önmagának – meghatározó tulajdonság –, és ezt az önmagáról való tudás képességét pozitívan is lehet használni. A tudat azonban nem működik valami jól az ismeretlennel kapcsolatban, amint az, az aikido gurulásnál kiderült. Úgy tűnik, tudnia, vagy észlelnie kell ahhoz, hogy önmagát és a testet irányítani tudja. A „szemlélőként való jelenlét” megközelítése megváltoztathatja ezt a belső tudatosság/kontrollkérdést. A belső érzetek keresése azt mutatja, hogy „érezem a kis mozdulatokat.” Majd a figyelmünk kezd eltolódni afelé, hogy „a testet a csontváz körüli, folyamatos, reflexes izomtevékenység tartja függőleges helyzetben.” Először érezzük a mozdulatokat, azután az érzéseket képekké tudjuk tárgyiasítani. Az ilyen észlelések közötti pillanat olyan rövid lehet, akár egy kötőjel. A fentiek tükrében fontos különbség van a tudás-észrebevés és az észrebevés-tudás között.

Ezekből a felfedezésekből egy új technikai szemléletmód alakult ki, amely azt igényelte a diákoktól, hogy a munkát elősegítő mentális hozzáállással és közvetlenül a fizikai testtel is dolgozzanak.

Ez az újra-gondolás képezte az alapját egy olyan improvizáció bevezetésének, amely elvárja a másik emberrel való személyes együttműködést és a másik iránti fizikai felelősséget.

Összefoglalásul képeket használtunk, hogy összpontosítsuk az elmét, majd fókuszot adjunk az elmének a test érzetein belül. A szavak nem lehettek kétértelműek, vagy fenyegetőek, és eligazítóknak, valamint közérthetőnek kellett lenniük. Az állításoknak, igazaknak, nyilvánvalóknak és relevánsaknak kellett lenniük.”³ (BELSŐ TECHNIKÁK FELVÁZOLÁSA, Steve Paxton Contact Quarterly 18, no. 1 (1993. tél-tavaszi))

³ Az esszé egésze eredetileg a következő helyen jelent meg: *Contact Quarterly* 18, no. 1 (1993. tél-tavaszi): 61-66., John Cage-nek dedikálva.

Az 1970-es évek óta a kontakt improvizáció az egész világon elterjedt. A kontaktos közösségeket megtalálhatjuk az Egyesült Államokban, Dél Amerikában, Kanadában, Európában, Japánban, Ausztráliában és Új-Zélandon is. Valószínűleg a kontakt improvizáció jelentős része a színházon kívüli világban zajlik, dzsemek keretében, ahol a hivatásos és nem hivatásos táncosok összejönnek gyakorolni. A kontakt improvizáció így nem elsősorban színházi forma, hanem folytonos gyakorlás. Időnként előfordul, hogy a kontakt improvizációt folytatók színházi környezetben is bemutatják munkájukat, de kötetlenebb formában, amelyben a nézők azt érezhetik, hogy többé-kevésbé a dzsemek során történő viselkedést látják, amely nélkülük is hasonlóan zajlana. Az egész világra kiterjedő kontaktos hálózat tagjai rendszeresen találkoznak és együtt dzsemeknek. Emellett a mozgalomnak van egy negyedévenként megjelenő folyóirata is, a *Contact Quarterly*, amely a kontakttapasztalatokról és az azzal kapcsolatos terápiákról szóló cikkeket közöl, valamint felsorolja a világszerte működő csoportok nevét és címét.

Steve Paxton számára a kontakt improvizáció olyan egymással összefüggésben lévő értékeket képviselt és segített létrehozni, amelyek fontosak voltak a hatvanas és hetvenes évek művészi avantgárdja számára: játékoság, szabadság, spontaneitás, autentikusság és közösség. „Szeretem, ha a testek szabadok, és ha az érzelmi állapot nyitott, elfogadó és érzékeny – jegyezte meg Paxton. – Amikor a pszichológiát nem erőltetik, nem politizálják, és nem kötik gúzsba. Azt szeretem, amikor az emberek olyan dolgokat tehetnek, amelyekkel meglepetést okoznak önmaguknak.” Majd így folytatja: „Az egész az emberi játékból, az emberi kölcsönhatásból – és az állati játékból származik. Egyszerre olyan, mint a lovak, a macskák, vagy a gyerekek játéka.” A kontaktimprovizáló szellemi tevékenységét az éber és magabiztos kosárlabda játékoséval összehasonlítva végül azt mondja: „Élvezem azt az oda-vissza hatást, ami kijön belőle, a többi táncossal és a nézőkkel. Olyanfajta tanulási folyamat, amely nagyon kedvemre való.”⁴ ("Beyond the Mainstream," rendezte Merrill Brockway, *Dance in America*, PBS, WNET, New York, 1980.)

⁴ Sally Banes: SPONTÁN „ÖNGYULLADÁS” Jegyzetek a tánc improvizációról a hatvanas évektől a kilencvenes évekig - Nagy Zoltán fordítása

8.Összefoglalás

Meglátásom szerint nem lehet abszolút kanonizálni az improvizáció tanítási metódusát. Nem kell lefektetni a gyakorlatokat, szabályokat, olyan kötött formában, mint a Graham vagy a balett technikánál. Dolgozatomban a bemutatott metódusok mind különbözőek. Mégis mindegyik módszer sikeres. Azt gondolom, hogy az improvizáció tanítása az egyik legegységesebb dolog az oktatásban. Ahhoz, hogy megtaláljuk a számunkra legideálisabb tanulási, tanítási módszert ismernünk kell, miből választhatunk. Minden diáknak egyéni az útja és ideje a tanulásban.

Kutatásom során, a bevezetőmben felmerült kérdéseimre sikerült válaszokat találni, melyek nagymértékben szubjektívak.

Kérdéseim:

- Hol van az aránya ennek a két egymásnak talán ellentmondó hozzáállásnak?
- Vajon a képzésnek teljesen egyénivé kell válnia?
- Vagy mégis lehet találni olyan improvizációs pedagógiai módszert, amitől homogén csoportként lehet tanítani a diákokat?
- Hogyan lehet átadni a tánctechnikát hatékonyabban?

A két ellentmondó hozzáállás (tradicionális és improvizációs táncórák) az iskolaévek első felében azonos mértékben, hasonló óraszámokban kell jelen lenniük.

A képzésnek egyénivé kell válnia az adott pillanatban, mely akkor következik be, ha a diák szellemileg és testileg is készen áll a választásra. Erre megoldás lehet az orientálódás és az óraválasztás, a pedagógusok ajánlásával, a kötelező teljesítmény elérése után.

Az iskolaévek elején a csoportot homogénné kell tenni, hogy egy ritmusban tudjanak haladni az anyaggal. Ez azt jelenti, hogy a pedagógusnak egyénileg kell instruálnia a diákokat.

A tradicionális technika elsajátítását segítik az improvizációs foglalkozások. Mert azok folyamán, a táncos egy saját, belső testismeretre tesz szert.

Az interjúk alapján bemutatott három a hivatásos képzésre vonatkozó improvizációs metódust követve el tudunk indulni a tanítás útján. Hosszú úton kell végighaladni ahhoz, hogy tanítani tudjunk. Nyitottnak kell lennünk és meg kell értenünk a diákokat, ahhoz hogy a megszerzett ismereteket valóban át lehessen adni.

Az improvizációs kutatásom során rá kellett ébrednem arra, hogy csak a diákból kiindulva lehet igazán sikeresen átadni a tudást. Mikor valamilyen instrukciót adtam, elvártam, hogy a reakcióik az elképzeléseim szerint történjenek. Csalódott voltam, mikor nem értem el azt az „átalakulást”, amit vártam. Lehet, hogy nincs jó és rossz megoldás, de van "nem megoldás", ami elfogadható, és van, ami nem. Nincs megoldva a feladat, ha nem érti egymás nyelvét a diák és a tanár. Feszültség születik, ha a diák azt látja, hogy a pedagógus nem elégedett vele. Ekkor újra feltör a megfelelési kényszer. Az óravezetőnek minden esetben érdeklődőnek és felszabadultnak kell lennie, hogy ez a kapcsolat megszülethessen. Szeretném megtalálni azt a vékony határt a szabályok és a szabadság között, amiben tanítani tudok. Azt érzem az improvizáció és a kontakt improvizáció egy ilyen keretek között működő táncforma. Improvizáció közben van egy hatalmas felelősség. A koncentráció nélkülözhetetlen. Azt gondolom, hogy kezdetben meg kell tanítanunk diákjainkat erre feladatokon, meditáción vagy más egyéni módon. Nem lehet improvizálni "elszállva" és nem lehet "görcsölve" sem. Igenis mérhető a figyelem milyensége, mélysége, követhető az irányba feladat végrehajtás közben. Ha például baleset történik az órán, akkor egyértelmű, hogy valami nem jól működik.

Az improvizáció tükröt állít elénk. A testet abszolút uralni kell, miközben a figyelem a téren és a társunkon van.

Akkor válik izgalmassá a táncos és a tánca, ha harmóniában van a testében a technikai tudás és a "nem technikai", a kreatív tudás és a reakció készség. Ha ez a harmónia kialakul a táncos testében, akkor válhat valaki igazán egyénivé és sikeres művésszé.

9.Irodalom jegyzék

Angelus Iván - Táncoskönyv / Új Előadóművészeti Alapítvány Budapest, 1998.

- A hivatásos kortárstánc művészképzés Magyarországon 1979-2004 között, (Doktori disszertáció 2005, Budapest)

Ann Daly / Drama Review / What has become of the Postmodern dance? 1992

Fusch Lívía / Száz év tánc (L'Harmattan Kiadó, 2007. Budapest)

Meredith Monk / Performing arts journal 16, / „Age of the avantgard”, 1994

Merényi Zsuzsa / Tánctudományi tanulmányok / Az improvizáció a táncpedagógiai gyakorlatban, 1976-77

Modern- kortárs tánc szakképesítés központi tantárgyi programja, 1998

- Az alapfokú művészetoktatás

Sally Banes: Terpszikhoré tornacsukában / Az amerikai posztmodern tánc története (Planétás, 2000. Budapest)

Selma Jeanne Cohen / International Encyclopedia of Dance

S. Foster - David Gere and Ann Cooper Albright / Nagy Zoltán néhány fordítása alapján

Taken by surprise / Improvisation in dance and mind, 2003

Szúdy Eszter / Félúton, Contemporary Theater Dance in Hungary / A kortárstánc oktatásának helyzete Magyarországon, 1994

Yvonne Rainer / Drama Review 2. / Yvonne Rainer Interviews Ann Halprin, 1965

Ellenfény cikkek:

Angelus Iván / Lakonikus szókimondás (1997/4)

Gál Eszter / Belső tájakon (1998/55)

Országos Színháztörténeti Műhely Táncarchívuma

- Angelus Iván dokumentációja

- Budapest Tánciskola dokumentációja

Kortárs Táncművészeti műhely dokumentációja - szórólapok, költségvetés

„Wikipedia, the Free Encyclopedia” internetes oldalak

10.Melléklet

Interjúkérdések

- 1/ Hol tanulta, tapasztalta az improvizációs tréninget? Mikor és miért kezdte el tanítani improvizációt?
- 2/ Miért tartja fontosnak az improvizálást?
- 3/ Hogyan lehet megtanítani a táncost improvizálni? Milyen metódus szerint?
- 4/ Ön hogyan tanítja?
- 5/ Konkrét feladat (ok) leírása, melyet (melyeket) nagyon hasznosnak tart.
- 6/ Milyen képességet fejleszt az improvizáció a táncosban?
- 7/ Megszerzett kedvenc élmény, akár tanítás vagy táncolás élményének elmesélése.

Ábra függelék:

1. ábra – A hivatásos modern-kortárstánc képzés fő tantárgyai