

Zawsze na nowo.

Improwizacja jako metoda rozwijania twórczej tożsamości tancerza

Streszczenie

Improwizacja to dziedzina, która zawiera w sobie ogromny potencjał, a wejście w nią otwiera drogę do nieskończonych możliwości odkrywania i tworzenia.

Przecież nie wszystko już było.

Warsztatem podstawowym tancerza jest jego ciało, które powinno po mistrzowsku opanować techniki tańca, ruchu i swobodnie nimi operować, modulować i przekształcać tak, aby były sposobem „myślenia” i wyrażania się w sztuce. W edukacji artystycznej, gdzie dobry warsztat stanowi podstawę, niezbędna jest wolność i umiejętność wyjścia poza jego ramy. Trzeba, aby adept potrafił sięgać po zupełnie nowe środki i ścieżki ruchu, które będą wyznaczały jego własną ekspresję i osobowość, a z czasem tożsamość twórczą. Taka możliwość, a wręcz konieczność, stoi przed osobą, która chcąc wyrazić się w sztuce, musi odkryć własną drogę i język wypowiedzi, jakim nada kształt swojej twórczości. Improwizacja to metoda, która posiada i oferuje narzędzia dla takich poszukiwań. Jest niezbędna w kształceniu świadomego, twórczego i odważnego artysty.

Słowa kluczowe: improwizacja, działanie, edukacja, rozwój, tożsamość twórcza, doświadczenie, nieznane, taniec

Czym jest improwizacja?

Wśród wielu definicji improwizacji jej istota wydaje się niezmienna, a jest nią wejście w nieznaną oraz działanie tu i teraz. Właśnie to nieznanie, które będzie tym samym zawsze nowe, otwiera drzwi do twórczego działania. Jednak, żeby móc działać w taki właśnie sposób, niezbędne jest zrozumienie istoty działania improwizowanego i przyjęcie zasad, jakimi się rządzi.

Improwizacja jako sztuka podejmowania natychmiastowych decyzji i tworzenia w czasie rzeczywistym pełni w edukacji tancerza, performerera czy choreografa niezwykle istotną funkcję. Przystawanie bowiem techniki, niezbędnej do zdobycia warsztatu, a co za tym idzie pewnego schematu działania ciała i myślenia nim, powinno być jednocześnie równoważone przez proces, który daje całkowitą wolność myślenia, myślenia także ciałem i myślenia twórczego w ogóle. I tu właśnie improwizacja ma wielką rolę do spełnienia.

Improwizacja ma swoje korzenie bardzo głęboko i obejmuje całe spektrum działania osoby oraz sposobu, w jaki działa. Przytoczę tu słowa filozofa Juliusza Grzybowskiego, które mówią o samej istocie improwizacji i rzucają światło na dalsze o niej rozważania w kontekście edukacji: „słowo ‘improwizacja’ pochodzi od łacińskiego *improvidus*, które znaczy, tłumacząc dosłownie ‘nie [możliwy] do przewidzenia’, a więc taki, którego ani się nie spodziewamy, ani nie bierzemy pod uwagę. To, co pojawia się zatem w improwizacji, pojawia się albo nie tam, albo nie wtedy gdzie się zwykle pojawiał, pojawia się zatem poza przestrzenią i czasem, bo zarówno czas jak i przestrzeń powiązane są z jakimś, z góry przesądzonym, następstwem i z jakąś zawczasu przedstawioną kolejnością. Jeżeli mówię, że coś jest niemożliwe do przewidzenia, nie mam na myśli swoich, ułomnych przecież i dalekich od doskonałości, zdolności przewidywania, nie twierdzę, że ja, czy ktoś inny, na skutek tego, że jest człowiekiem, nie potrafi tego, co dzieje się w improwizacji, przewidzieć, ale mówię, że sama w sobie improwizacja jest nieprzewidywalna, to znaczy, że nie podlega uprzedniemu wejrzeniu, a zatem ani się nie zapowiada, ani w żaden sposób nie uobecnia się przed samą sobą. Stąd należałoby wyciągnąć wniosek, że wszystko, co improwizowane wydarza się nagle, nagle to znaczy ani szybko, ani wolno, bowiem nagle znaczy: nie przygotowując sobie zawczasu miejsca. Zresztą owo nagle jest przecież nieuniknionym warunkiem zaskoczenia, a improwizacja jest czymś zaskakującym, nade wszystko dla tego, kto improwizuje”¹.

Wobec takiej perspektywy niezbędne jest wypracowanie postawy i sposobu działania, które są warunkiem wejścia w improwizację, czyli dyspozycji improwizatora. Owa dyspozycja to

¹ J. Grzybowski, *Wykłady /rozmowy o improwizacji tańca*, Fundacja Kino Tańca, 5. Międzynarodowy Festiwal Improwizacji Tańca Sic!, Warszawa 2011, s. 8.

przede wszystkim zrozumienie i przyjęcie faktu, że nie działanie sprawdzane i próbowane, a powstałe w wyniku decyzji podjętej natychmiast tu i teraz, jest dobre. Właśnie to „tu i teraz” jest miejscem i czasem wydarzenia się improwizacji i określa sposób działania. Zgoda na to daje możliwość działania twórczego, podejmowanego w wolności, poza schematami, gwarantuje uniknięcie stagnacji. Jest to działanie zawsze zindywidualizowane, świeże, które służy kształtowaniu tożsamości twórcy.

Istnieje zatem zespół cech i umiejętności, bez których improwizacja jest niemożliwa. To sztuka, która nie jest robieniem czegoś bez przygotowania, przeciwnie - improwizator to najlepiej przygotowany artysta na wszystko, co może się wydarzyć. Użyte w improwizacji cechy i umiejętności służą zarówno w sztuce, jak i w życiu. Improwizacja jest więc częścią życia, a życie jest zawsze obecne w improwizacji.

Proces

Proces kształcenia tancerza, performera zaczyna się zwykle od przyswojenia danej techniki ruchu, tańca, a tym samym jego stylu, który jest charakterystyczny dla danego twórcy - choreografa czy też szkoły. Ciało uczy się pewnych wzorców i zasad ruchowych, dynamicznych, kompozycyjnych. Rozwijanie i utrwalanie ich przez praktykę tworzy kod ruchowy, według którego tancerz porusza się i tworzy, a ciało myśli. Nie będzie to, rzecz jasna, nigdy droga, która wyczerpuje wszystkie możliwe sposoby korzystania z ciała i jego komponowania. Może jednak zdeterminować „język” wypowiedzi, a jest to język właściwy jakiemuś konkretnemu twórcy. Stąd może wynikać pewne niebezpieczeństwo ograniczenia i zamknięcia adepta w jednej technice tańczenia, poruszania się. O ile więc ugruntowanie w danej technice, stylu jest niezbędne i bardzo dobre, o tyle konieczna jest umiejętność uwolnienia się od niej i eksploracja nowych możliwości ruchowych. Ta wolność dotyczy ciała - sposobu, w jaki jest używane, uruchamiane i myślenie o jego funkcji, roli. Wszystko po to, aby rozwijać wszechstronność tancerza, twórcy, który operując znakomicie techniką, czyli warsztatem, potrafi z niego zrezygnować i działać w zupełnie inny, nieskodyfikowany sposób. Dotyczy to w takim samym stopniu myślenia o komponowaniu ruchu, jak i tworzeniu formy - spektaklu, performansu. Improwizacja jest więc metodą, która umożliwia tworzenie w sposób inny od nauczanego. Można powiedzieć, sposób zawsze inny, włączając w to improwizację w ramach określonej, stałej struktury. Tak o tym pisze M. Foucault:

„Cechy strukturalne wypowiedzi improwizowanej tkwią w akcie tworzenia, a nie w istniejącym uprzednio wzorcu. Jej istotnymi cechami są: nieciągłość, swoistość, a także zewnętrzność wobec istniejących wzorców”².

Powyższe stwierdzenie dopełnia Curtis L. Carter:

„Co więcej, improwizacja stwarza nowe paradygmaty, podważając jednocześnie koncepcję paradygmatu normatywnego, w oparciu o który ocenia się potencjalne rozwiązania. W ramach wytyczonych przez improwizację wybory nie są determinowane przez sposoby ewaluacji wypracowane w toku rozwoju danej praktyki”³.

Zatem tak jak technika wymaga konkretnej praktyki, tak improwizacja wymaga szczególnej **dyspozycji** osoby, aby ją praktykować. Wiąże się to z niezależnością podejmowania decyzji, a niezależność z pewnością wymaga jakiegoś rodzaju wolności i odwagi. Czyli należy dać przestrzeń adeptowi, gdzie będzie mógł podejmować swoje artystyczne wybory, eksplorować nieznane obszary ruchowe, jakościowe, czasowe, znaczeniowe. Improwizacja jest miejscem, w którym należy dokonywać samodzielnych wyborów i wziąć za nie odpowiedzialność. Miejscem, gdzie można i nawet trzeba uwolnić się od przyswojonych wzorców, chociażby po to, aby nadać im nowy kształt. Proces wchodzenia w improwizację i poruszania się w niej wymaga więc, jak wspomniałam wyżej, pewnych niezwykłych umiejętności.

Samodzielność i niezależność to podstawa podejmowania decyzji, a każdy ruch improwizowany jest właśnie **decyzją**. Wobec tego improwizacja uczy podejmowania decyzji natychmiastowych i **zaufania im**. Tym samym uczy zaufania do siebie samego, co jest wyjątkowo ważne dla artysty. Bardzo szybko należy też uwolnić się od **oceny, a w szczególności krytyki** siebie i swoich wyborów. Nieocenianie siebie nie oznacza braku refleksji. Jest jednak konieczne, aby **odważnie, w wolności** i bez dyskomfortu krytyki podejmować wyzwania i zadania, aby dać sobie pozwolenie na szukanie, sprawdzanie i błędzenie.

Koncentracja, skupienie, jest stanem, w którym się improwizuje i to ona, skierowana na działanie, pomaga nie oceniać siebie i być całkowicie pochłoniętym przez to, co się wydarza. Kolejną cechą improwizatora powinna więc być **ciekawość**, która powoduje, że jest się właśnie pochłoniętym przez podjęte działanie. Koncentracja pozwala też na **szybkość** podejmowania decyzji i ich realizacji przez ciało, czyli reakcji na impuls (zewnętrzny bądź

² M. Foucault, *Porządek dyskursu*, Wykład inauguracyjny *College de France* 2.12.1970, tłum. M. Kozłowski, *Słowo/obraz/terytoria*, Gdańsk 2002, s. 37-38.

³ C. L. Carter, *Improwizacja w tańcu*, [w:] *Przyjdźcie, pokażemy wam, co robimy*, Muzeum Sztuki w Łodzi, Łódź 2013, s. 55.

wewnętrzny), bo właśnie owa szybkość jest istotna w działaniu natychmiastowym – improwizowanym.

Uwaga (której funkcją jest skierowanie świadomości na przedmioty czy zjawiska oraz ich selekcję i ukierunkowanie) jest kolejną cechą i umiejętnością, wypracowywaną przez improwizatora, według mnie kluczową. To ona kieruje procesem twórczym w trakcie improwizowania. Umożliwia zauważanie miejsc i sytuacji w ciele, przestrzeni i czasie, gdzie można dokonać wyboru, zmiany i kierunku działania. Jednym słowem, determinuje wybór przez zauważenie i możliwość podjęcia decyzji. Jak pisze K. Słoboda:

„Uwaga to zdolność umysłu do filtrowania danych z otoczenia, które następnie formują doświadczenie i świadomość”⁴.

W trakcie działania twórczego uwaga zostaje przekształcona w **uwagę**, która obejmuje znacznie większy obszar bodźców, elementów i możliwości oraz zdolności łączenia ich, tworzenia złożonej konstrukcji, np. spektaklu improwizowanego. Rozróżniam tu uwagę od uważności – ta druga, gdy już dokona się selekcji, pozwala na głębokie, świadome zanurzenie się w przedmiocie działania, bez oceniania, umożliwiając tym samym stan twórczego, złożonego działania.

Podsumowując, do dyspozycji improwizatora, od której zaczynam proces wprowadzania, należą:

- **zrozumienie zasad i istoty działania,**
- **wola i motywacja,**
- **odpowiedzialność i samodzielność,**
- **koncentracja,**
- **decyzyjność,**
- **szybkość** (podejmowania decyzji i reakcji),
- **uwaga i jej utrzymanie,**
- **umiejętność słuchania ciała, siebie i innych** (czyli uważnego i świadomego kontaktu i odbioru na poziomie ciała, myśli, pragnień i sytuacji),
- **reaktywność** (na bodźce, okoliczności, muzykę, osobę lub osoby),
- **zmiennność** (decyzji, sposobów działania),

⁴ K. Słoboda, *Choreografia autonomie*, Art Station Foundation by Grażyna Kulczyk, Instytut Muzyki i Tańca, Instytut Teatralny, East European Performing Platform, Warszawa-Poznań-Lublin 2019, s. 88.

- **wolność od oceny** (szczególnie w trakcie działania),
- **otwartość na nowe propozycje i podejmowanie ich** (np. sposobu pracy ciała lub zadań dotyczących pracy z wyobraźnią, przestrzenią, czasem, muzyką).

Powyższe umiejętności otwierają przestrzeń do własnych poszukiwań i doświadczeń, które torują drogę do ustanowienia, odnalezienia własnego „języka”, w jakim twórca się wypowiada. Jest osobniczym, zindywidualizowanym sposobem myślenia, ciałem, a także podejściem do tworzenia sztuki, którą się zajmuje.

Warto tutaj dodać, że improwizacja jest drogą zarówno dla twórcy, jak i tancerza, który wykonuje choreografię przygotowaną, nie jego własną, której jest, można powiedzieć, odtwórcą. Ale i tutaj umiejętność improwizowania daje możliwość wykonania jej w sposób świeży, nowy i twórczy. Improwizacja, w której używa się ciała świadomie i uważnie, jest też znakomitym i sprawdzonym środkiem doskonalenia techniki ruchu, tańca. Mając doświadczenie w improwizacji dużo łatwiej przyswajając i wykonywać układy, kompozycje choreograficzne, których trzeba się nauczyć. Ciało szybciej „rozumie” i przyswaja zasady danego stylu, niejako instynktownie.

„Sądzę, że prawdziwy artysta musi być obdarzony zdolnością odkrywania kiełkujących zaczątków twórczości artystycznej. Ten dar jest połączeniem jego naturalnej wolności ducha, bogactwa wyobraźni oraz siły intelektu i zmysłu kinestetycznego, które jednoczą się, aby ukształtować twórczą intuicję”, mówi Anna Halprin.⁵

Improwizator powinien wykorzystać cały potencjał, z jakiego składa się człowiek, a więc z pewnością z intuicji, inteligencji, emocji, wyobraźni, instynktu, zmysłów. Wszystko to jest potrzebne i może być wykorzystane w procesie twórczym. Wszystko to składa się na inteligencję twórczą, która tworzy dzieło.

Zadania, jakie dostają studenci podczas zajęć improwizacji, pomagają rozwijać owe cechy i ugruntowują umiejętność korzystania z nich. Nie jest więc dziełem przypadku kompozycja, taniec, działanie improwizowane, wręcz przeciwnie – jest procesem precyzyjnym i świadomym.

O improwizacji w ten sposób wypowiadał się Steve Paxton, legenda tańca improwizowanego i twórca improwizacji kontaktowej:

„Improwizacji nie da się precyzyjnie zdefiniować. Obejmuje szerokie spektrum możliwości, rozciągające się od potocznego rozumienia całkowitej spontaniczności formy i treści, aż po

⁵ A. Halprin, *Intuicja i improwizacja w tańcu*, [w:] *Przyjdźcie, pokażemy Wam, co robimy*, Muzeum Sztuki w Łodzi, Łódź 2013, s. 84.

szczególną umiejętność podejścia do rygorystycznej dyscypliny, jak gdyby po raz pierwszy przeżywając każdy moment dla jego wyjątkowych właściwości. Improwizacja nigdy nie jest historyczna, nawet sekundę temu”⁶.

Projekt badawczy: Miejsce improwizacji w procesie kształcenia aktora teatru tańca na Wydziale Teatru Tańca w Bytomiu

Projekt badawczy o powyższym tytule i problematyce przeprowadziłam wraz z ósemką studentów III roku Wydziału Teatru Tańca w Bytomiu w 2016 roku. Celem projektu było znalezienie odpowiedzi na pytania:

- 1. W jakim stopniu tworzenie metodą improwizacji wpływa na rozwój postawy twórczej aktora-tancerza, choreografa?**
- 2. Jak improwizacja wpływa na osobę twórcy, jak wzmacnia tożsamość lub pozwala odkryć siebie jako twórcę, swoje miejsce w sztuce, potrzebę komunikowania przez sztukę, własny język?**
- 3. Jak improwizacja pomaga znaleźć oryginalną, niezależną i adekwatną do założeń formę ruchu, przekazu?**
- 4. Jak wpływa na funkcje społeczne - relacje osób?**

Przytoczę teraz podsumowanie i wnioski z wyżej wymienionego projektu.

Studenci biorący udział w projekcie mieli za sobą jeden rok nauki improwizacji na I roku, w wymiarze dwóch godzin tygodniowo. Na II roku jedna z grup roku przez jeden semestr miała sceny improwizowane, w sumie trzy semestry w bardzo niewielkim wymiarze godzin. Dwie osoby uczestniczące w projekcie pracowały ze mną tylko przez jeden rok i ta różnica w zestawieniu z resztą uczestników była odczuwalna i widoczna. Musieliśmy poświęcić czas na szybkie uzupełnienie tych braków, co było możliwe dzięki dużym zdolnościom wykonawców.

Projekt, którego finałem był spektakl improwizowany „Uważnie się przyglądam”, to rezultat naszej wspólnej pracy na I roku, gdzie studenci poznali narzędzia improwizacji, których mogli użyć podczas scen improwizowanych na II roku. Nasz projekt to chęć pójścia dalej i użycia narzędzi ze scen improwizowanych do zbudowania spektaklu improwizowanego – naturalny proces rozwoju umiejętności wraz z nabywaniem konkretnej praktyki. Przez ten czas wiedza

⁶ S. Paxton, *Grand Union*, [w:] *Przyjdźcie, pokażemy Wam, co robimy*, Muzeum Sztuki w Łodzi, Łódź 2013, s. 115.

i umiejętności miały szansę ugruntować się w ciele, umyśle i praktyce wykonawców. Stały się świadomym procesem, który prowadzony był z użyciem konkretnych narzędzi.

Narzędzia użyte do pracy nad projektem to: praca z jakościami ruchu, dynamiką, czasem, przestrzenią, tematem, wyobrażeniem, fikcją, praca solowa, zespołowa, robienie notatek z procesu i praca z nimi, szukanie materiału do pracy w tekstach, ucieleśnianie tematów, idei, założeń, stanów, samoobserwacja i świadomość procesu, tworzenie partytury działań, budowanie akcji scenicznej i dramaturgii, współpraca.

Nasze działania zaczęliśmy od znalezienia tematów, które byłyby bliskie studentom. Zaproponowałam obszary, w których mieli znaleźć swoje doświadczenia i myśli, tak, aby były im jak najbliższe. Była to wyjątkowa praca - rozmowy były bardzo zbliżające i szczerze, często intymne i trudne, a także zabawne. W ten sposób ustaliliśmy tematy naszej pracy, które nazywaliśmy strefami – obszarami, wypełnionymi obrazami, historiami i rzeczywistością wykonawców. Następnie szukaliśmy sposobów nie na pokazanie, ale na stwarzanie owych rzeczywistości, szukaliśmy przełożenia założeń na akcję sceniczną oraz najbardziej tożsamego i żywego ruchu, niezależnego i zindywidualizowanego, bez narracji, ale maksymalnie nasyconego życiem i obecnością. Oznaczało to znalezienie takiej formy ruchu i samego spektaklu, która oddawałaby w najbliższy sposób problemy w nim zawarte, aby była życiem, które wydarza się teraz, a nie opowieścią o nim. Z indywidualnych i zbiorowych historii, myśli i skojarzeń zbudowaliśmy godzinny spektakl, który prowadzili od początku do końca tancerze - performerzy. Praca nad treścią spektaklu zajęła nam dużo czasu, była też tą podstawową i najważniejszą.

Spektakl prezentowany był kilkakrotnie w Polsce, z muzyką na żywo, a studenci znakomicie sobie z nim poradzili. Publiczność była zaangażowana i podążała za akcją na scenie, nie chcąc stracić ani chwili z tego, co wydarzało się na scenie. Oznacza to, że wykonawcy znakomicie panowali nad dramaturgią, formą i treścią spektaklu improwizowanego. Taki odbiór był dowodem zarówno na wysoki poziom umiejętności wykonawców, jak i siłę spektaklu improwizowanego, tworzono go w czasie rzeczywistym. Studenci operowali bardzo dobrze i świadomie elementami, które składały się na dzieło sceniczne: czasem, przestrzenią i formą ruchu. Znakomicie budowali dramaturgię, zarówno w działaniach solowych, jak i grupowych, wykazując się dużą wrażliwością i inteligencją w pracy. Wyróżniała ich również niezwykła kultura kontaktów i współpracy, co było widoczne w improwizacjach zespołowych i wpływało na ich jakość i kształt oraz umożliwiało wspólne zbudowanie spektaklu w czasie rzeczywistym. Praca na III roku nad spektaklem improwizowanym pokazała im, jak tworzyć metodą improwizacji, jak wygląda proces twórczy i że sam proces jest jednoczesnym aktem twórczym, a wykonawcy są twórcami w pełni

odpowiedzialnymi za to, co się wydarzy i w jaki sposób. Projekt uważam za niezwykle cenny i udany, pokrywało się to także z opinią uczestników projektu.

Zbadaliśmy obszary tańca, ruchu, obecności, możliwości twórczych poprzez narzędzia improwizacji - poprzez świadome ich użycie w celu zbudowania spektaklu improwizowanego. Równolegle i nierozzerwalnie podczas improwizowania przebiegał proces przezwyciężania trudności, niemożności, niewiedzy, zmęczenia, poznania, doświadczania siebie w działaniu oraz działaniu w zespole. Był to proces, który zawsze dotyczy całości osoby-twórcy, proces poznania siebie i dysponowania sobą w optymalny na ten moment sposób, z wykorzystaniem pełni możliwości. Wszyscy uczestnicy podkreślali ten aspekt improwizacji: poznania i przekraczania siebie, siebie-twórcy, jako niezwykle ważny i cenny. Praca uczestników zaowocowała niezależnym, interesującym, nieprzewidywalnym i żywym językiem ruchu, znakomitym współdziałaniem i współtworzeniem w zespole, wrażliwością i uwagą na siebie, innych oraz na wydarzenia i zmiany, na które trzeba było zareagować. Zdecydowanie była to grupa mająca potencjał i wykazująca chęć pracy z improwizacją jako środkiem do celu oraz językiem, którym posługuje się na scenie. Wyniesienie takich umiejętności ze szkoły i posługiwanie się nimi na naszym rynku sztuki uważam za bardzo ważne w obliczu braku takiej edukacji u tancerzy, którzy szkolili się w Polsce.

Poniżej zamieszczam odpowiedzi uczestników projektu na pytania mu towarzyszące, wnioski badawcze. Odpowiedzi są wynikiem metod badawczych, takich jak: samoobserwacja uczestników, notatki z procesu pracy, rozmowy prowadzone przez nas, refleksja oraz porównanie, którym towarzyszyły poniższe pytania. W projekcie brało udział osiem osób, którym po zrealizowaniu projektu, czyli stworzeniu spektaklu i procesie mu towarzyszącym, zadałam następujące pytania w formie wywiadów. Odpowiedzi są wypowiedziami studentów i nie zostały zmienione przeze mnie. Całość jest dostępna w postaci materiałów wideo.

1. W jakim stopniu tworzenie metodą improwizacji wpływa na rozwój postawy twórczej aktora-tancerza, choreografa?

- „Wpływa w sposób zasadniczy, gdyż buduje mnie w sztuce i w życiu. Daje zaufanie twórcy-wykonawcy do własnych wyborów.”
- „Daje rozeznanie, gdzie jestem i jak jestem, w jakim momencie życia i twórczości.”
- „Pokazuje mi moją pewność i niepewność.”
- „Pozwala zawsze na wejście w pojęcie efektywnego działania, w każdym stanie i sytuacji.”
- „Od improwizacji zaczyna się proces twórczy, w myśleniu i działaniu.”
- „Pozwala na odkrycie i użycie szerokiego wachlarza możliwości twórczych.”

2. Jak improwizacja wpływa na osobę twórcy, jak wzmacnia tożsamość lub pozwala odkryć siebie jako twórcę, swoje miejsce w sztuce, potrzebę komunikowania przez sztukę, własny język wypowiedzi i przekonania?

- „Zrozumiałam, że improwizacja, a raczej stan ciała i umysłu, w którym znajduję się improwizując, to chęć pokazania i doświadczenia siebie, podkreślenia swojej tożsamości, a także potrzeba dzielenia się tym z drugą osobą- wykonawcą, widzem.”
- „Pozwala na odkrycie i posługiwanie się własnym językiem.”
- „Pozwala wybierać, generuje ruch, otwiera technikę na <nowe>, otwiera mnie na <nowe>.”
- „Improwizacja stwarza tancerza, aktora, odważnego, twórczego, gotowego do działania.”
- „Jest motorem, który zawsze uruchomi działanie i pcha je dalej.”
- „Pomaga zrozumieć i poznać moje ciało, jego możliwości i potrzeby, pomaga przełamać dyskomfort, utrwala dobre relacje w grupie.”
- „Improwizacja umożliwia mi inne podejście do procesu pracy, do siebie. ”
- „Daje odwagę i zaufanie do własnych decyzji i wyborów, intuicji; uwalnia od zabierającej siłę krytyki i porównań, dając przestrzeń dla własnych odkryć.”
- „Improwizacja pozwala mi zrozumieć lepiej przez ciało polską technikę tańca i używać jej zupełnie swobodnie, co wcześniej stanowiło dla mnie problem.”
- „Umożliwia swobodne poruszanie się pomiędzy techniką tańca, a techniką aktora, niwelując granice pomiędzy nimi.”

3. Jak improwizacja pomaga znaleźć oryginalną, niezależną i adekwatną do założeń formę ruchu, przekazu?

- „Ruch, taniec improwizowany zawsze jest adekwatny do założeń i oryginalny, ponieważ z zasady wynika z immanentnego związku pomiędzy ciałem, umysłem i wolą, więc zawsze jest mój i jest tym, co zakładaliśmy, zawsze osobowy i zindywidualizowany, własny.”
- „Daje możliwość ciągłego przekraczania granic, otwarcia na nowe, generuje życie w ruchu, tańcu, formie.”
- „W improwizacji jest się zaskakiwanym, wydarzają się rzeczy, których nie podejrzewaliśmy.”
- „Można dzięki niej uniknąć sztuczności, która dla mnie jest płytkim, niezrozumiałym dla mnie samego, językiem.”
- „Podczas improwizacji mogę poczuć takie partie i miejsca w ciele, które powodują inny rodzaj ruchu i działania.”

- „Pomaga poprzez nieograniczone możliwości podjęcia tematu.”

4. Jak pomaga odkryć i kształtować siebie, czyli jak wpływa na funkcje egzystencjalne?

- „Improwizacja umożliwia mi komunikację z samym sobą, uważność na siebie.”
- „Pozwala odróżnić autentyczność działania od powielania, udawania, chowania się, pozwala uchwycić kiedy, to jestem Ja.”
- „Pozwala zaakceptować słabe i mocne strony mojej osoby.”
- „Daje odwagę i przekonanie, wzmacnia.”
- „Otwiera bez uczucia lęku, na tyle, na ile jesteśmy w danym momencie gotowi, proces, który następuje, pokazuje mi, że jestem dużo dalej, w innym miejscu.”
- „Pomaga odpowiedzieć sobie na pytania, a także pozwala na zakwestionowanie swoich wyborów, działań, decyzji.”
- „Improwizacja to życie, jacy jesteśmy w życiu, tak improwizujemy. Stanowi najlepszą formę wyrażenia własnej osobowości.”

5. Jak improwizacja wpływa na funkcje społeczne - relacje osób?

- „Pozwala sprawdzać relacje między ludźmi.”
- „Improwizując można doświadczyć niezwykłych, bliskich, szczerych spotkań z ludźmi.”
- „Uczy akceptacji odmienności.”
- „Uczy współdziałania - czasem jestem <liderem>, a innym razem podążam za nim.”
- „Daje odwagę intymnego, szczerego działania w obecności innych osób.”
- „Wzmaga uwagę na wielu płaszczyznach działania i bycia.”
- „Scala grupę, pokazuje, jak daleko można razem <pofrunąć>.”
- „Uzdrowia relacje.”
- „Uczy słuchać drugiej osoby.”
- „Poprzez wyprzedzające działanie ciała - kontaktu na poziomie ciała, ruchu, tańca, sztuki, kontakt i relacja z drugą osobą mogą być prawdziwie głębokie.”

Projekt uważam za niezwykle cenny i udany, pokrywa się to także z opinią uczestników projektu.

Zbadaliśmy obszary tańca, ruchu, obecności, możliwości twórczych poprzez narzędzia improwizacji – poprzez świadome ich użycie w celu zbudowania spektaklu

improwizowanego. Równolegle i nierozdzielnie, gdy improwujemy, przebiega proces przewyższania trudności, niemożności, niewiedzy, zmęczenia, poznania, doświadczania siebie w działaniu oraz działaniu w zespole. Był to proces, który zawsze dotyczy całości osoby-twórcy, proces poznania siebie i dysponowania własnymi możliwościami w optymalny na ten moment sposób, z wykorzystaniem pełni możliwości. Wszyscy uczestnicy podkreślali ten aspekt improwizacji, czyli poznania i przekraczania siebie, siebie-twórcy, jako niezwykle ważny i cenny. Praca uczestników zaowocowała niezależnym, interesującym, nieprzewidywalnym i żywym językiem ruchu, znakomitym współdziałaniem i współtworzeniem w zespole, wrażliwością i uwagą na siebie, innych oraz na wydarzenia i zmiany.

Podsumowanie

Improwizacja to wciąż nieznanym i nieoswojonym terenem u większości tancerzy - twórców tańca, należy więc bardzo dbać o rozwój, poziom i obecność tej sztuki w edukacji artystów tańca, gdyż jest to podstawa każdej twórczości.

Bibliografia

- Banes S., *Terpsychora w tenisówkach*, Polskie Wydawnictwo Muzyczne SA, Kraków 2013.
- Choreografia:*autonomie*, M.Kiel (red.), Art Stations Foundation we współpracy z Instytutem Muzyki i Tańca, Instytutem Teatralnym im. Z. Romaszewskiego i East European Performing Arts Platform, Poznań-Warszawa 2019.
- Foucault M., *Porządek dyskursu*, Wykład inauguracyjny *College de France* 1970, tłum. M. Kozłowski, Słowo/obraz/terytoria, Gdańsk 2002, s. 37-38.
- Fundacja Kino Tańca i autorzy, *Wykłady/rozmowy o improwizacji tańca*, Warszawa 2011, s. 8.
- Halprin A., *Intuicja i improwizacja w tańcu*, [w:]*Przyjdźcie, pokażemy Wam, co robimy*, S. Nieśpiałowska-Owczarek, K. Słoboda (red.), Muzeum Sztuki w Łodzi, Łódź 2013.
- Paxton S., *Grand Union*, [w:]*Przyjdźcie, pokażemy wam, co robimy*, S.Nieśpiałowska-Owczarek, K.Słoboda(red.), Muzeum Sztuki w Łodzi 2013, s. 115.
- Przyjdźcie, pokażemy wam, co robimy*, S. Nieśpiałowska-Owczarek, K. Słoboda (red.), Muzeum Sztuki w Łodzi , Łódź 2013.
- Słoboda K., *Choreografia autonomie*, Art. Stations Foundation by Grażyna Kulczyk, Instytut Muzyki i Tańca, Instytut Teatralny, East European Performing Platform, Warszawa-Poznań-Lublin 2019, s. 88.

Newness at all times. And yet, all have not been discovered.

Improvisation as a method of developing dancer identity

Summary

Improvisation is a field which has in itself great potential to open a road to discovery and creativity.

The underpinning of an artistic education is in a good workshop, but there is also a need for a freedom and the ability to go beyond in the use of these tools. It is essential for an adept to reach for in all respect new instruments, which will form their own expression and determine their identity before long.

It is necessary that everyone who desires to give their disposition to the process of creation, should go their own way and be able to explain it in their own unique words.

Improvisation is the method, which offers tools for such explorations.

Improvisation is indispensable in the education of an artist who is to be self-aware, ingenious and adventurous.

Keywords: Improvisation, Education, Development, Identity, Experience, The Unknown, Dance.

Podziękowania dla:

Anetty Pasternak, Weroniki Czajki, Mariusza Piwowarskiego.

Ilona Trybuła

Tancerka, improwizatorka, choreografka, wykładowczyni akademicka. Absolwentka gdańskiej Szkoły Baletowej i Akademii Muzycznej w Warszawie. Wykładowczyni na Warszawskim Uniwersytecie Muzycznym, w Szkole Aktorskiej Haliny i Jana Machulskich, na Wydziale Teatru Tańca w Bytomiu AST Kraków, w Zakładzie Tańca Akademii Muzycznej w Katowicach. Autorka około 30 spektakli improwizowanych, współpracuje regularnie z muzykami polskiej sceny improwizowanej. Upowszechnia i praktykuje improwizację na polu badań, edukacji, twórczości, prezentacji i animacji. Twórczyni projektów Studio Ciało

i Laboratorium Improwizacji, w ramach których organizowane były regularne warsztaty i laboratoria improwizacji, prowadzone przez nauczycieli polskich i zagranicznych. Twórczyni i dyrektorka artystyczna Międzynarodowego Festiwalu Improwizacji Tańca [SIC!], twórczyni Kolektywu Melba (improwizujących tancerzy i muzyków). Kuratorka rocznego projektu w CSW Zamek Ujazdowski Sic! four seasons. Trzykrotna stypendystka MKiDN, odznaczona medalem KEN.