

## Подрывная соматика бую

Меган Найсли

Перевела Ольга Белошицкая для Облачного института современного танца и проекта «Свобода танцевать»

<https://t.me/stancevat>

<https://svoboda-tancevat.ru/>

[https://vk.com/cloud\\_dance](https://vk.com/cloud_dance)

### Аннотация

*Когда-то относительно неизвестный за пределами Японии, сегодня бую получает признание как жанр перформанса и двигательного тренинга. В англоязычной литературе его часто называют «соматическим». Какую соматику предлагает бую? Чтобы ответить на этот вопрос, эта статья помещает бую в более широкие исторические рамки танца и Западной соматики, отмечая общие ценности и точки конфликта. Исследование опирается на опыт обучения автора в Сан-Франциско, чтобы выявить несколько аспектов того, что автор называет "соматикой на основе бую": практика как самоподготовка, хореографические силы и внимание в перформансе. В конце статьи говорится, что для понимания подрывной привлекательности бую для танцоров и других людей, стремящихся к социальным изменениям, практика должна быть адаптирована и поддерживаться в диалоге с конкретными местами и контекстами.*

### Введение

Когда-то относительно неизвестный за пределами Японии, сегодня бую получает признание как жанр перформанса и двигательного тренинга. Первоначально разработанный Тацуми Хиджикатой в 1960-х и 1970-х годах вместе с сооснователем Кацуо Оно, бую распространился в США и Европе благодаря миграции практиков следующего поколения. Экскурсии Оно в 1980-х годах и волна мастер-классов, на которые приезжали старшие преподаватели бую в 1990-х годах, в настоящее время сопровождаются местными классами в таких крупных городах, как Нью-Йорк, Сиэтл, Чикаго, Сан-Франциско, Лондон, Париж и Берлин. Также становятся доступными статьи, описывающие различные подходы к обучению (см. Hijikata and Yamamoto [1976] 2015; Ohno and Ohno 2004; Buckwalter 2010; Candelario 2010; SU-EN and Kennedy 2003; Alishina 2015; Fuller 2014). В англоязычных текстах бую часто характеризуется как соматический, и действительно имеет много похожих черт (Duchane в Eddy 2016; Eddy 2009; Fraleigh 2010; Kurihara 2000; Nakamura 2007).

Многие танцовщики бую используют образы и импровизацию, чтобы получить доступ к внутренним состояниям и мотивировать качественные преобразования движения, часто в качестве критики укоренившихся социальных паттернов или в качестве сопротивления кодифицированным способам движения. Многие практикующие бую также опираются на Ногучи Тайсо, гимнастический подход, который рассматривает тело как водный мешок, чтобы облегчить мышечные усилия. Однако, хотя эти

характеристики резонируют с областью западной соматики, методы будто также существенно отличаются. Вместо того, чтобы способствовать легкости в теле как способу обращения к "травмированному социальному телу" (Johnson 1995: xiv) или как "успокоительному" балансу "культурой строгости" танца (Batson and Schwartz 2007), будто часто использует напряжение, подавляющие ощущения, дискомфорт, истощение и темные темы как важные аспекты своей методологии.<sup>1</sup> В то время как соматические подходы часто работают, чтобы направить представления от первого и третьего лица через саморегуляцию, самоощущение тела, которое в то же время признает объективные взгляды внешних структур и ситуаций (Hanna in Johnson 1995: 346; Eddy 2016: 8), тренинг будто устраняет эти различия между первым и третьим лицом, выдавая различные точки зрения власти или капитуляции, из которых нужно двигаться. Кроме того, в отличие от многих соматических подходов, в будто образы являются скорее творческими, чем функциональными, направляя тело стать растением, минералом или трупом.

Наконец, в то время как соматическое воплощение часто связано с социальной справедливостью (Eddy 2000; Generative Somatics 2016), будто иногда игнорирует определенные человеческие социальные ценности, чтобы вместо этого создать альтернативную реальность, из которой можно действовать. Как может будто-практика, которая способствует преднамеренным трудностям, напряжению и самоустранению - согласовываться с другими соматическими модальностями, используемыми танцорами в своем образовании?

Термин "соматика" приписывают Томасу Ханне, который в 1970-х годах объединил родственные модальности тела-и-ума под этим названием. Ссылаясь на греческое слово «сома», или живое, сознательное тело, вовлеченное в непрерывные процессы изменений, соматическое образование направлено на улучшение здоровья и жизнеспособности за счет большей мобильности и самовыражения. Существует и социальная критика, встроенная в современную соматику: повышая эффективность, люди могут противостоять травмам, наносимым современными социальными системами и образом жизни, которые могут вызывать напряжение, боль или усталость (Eddy 2016: 8). По этой же причине соматические подходы полезны в танцевальном образовании с его техническими требованиями и повторяющимися паттернами. Общепринятые соматические источники для танцоров сегодня включают функциональные подходы, такие как техника Александера, метод Фельденкрайза и Body-Mind Centering, и искусство движения, например, анализ движений Лабана/Бартениефф, идеокинезис, аутентичное движение и другие (см. Brodie and Lobel 2004; Batson and Schwartz 2007; Knaster 1996).

Будто был частью поворота середины века к более ранней культуре физического воспитания и влияния новых достижений, которые привели Ханну к обобщающему термину «соматика». В 1960-х и начале 1970-х годов педагоги и артисты стремились к физическому самовыражению, творческим методам, эстетике перформанса и местам политического и художественного сопротивления. Соматические подходы в это время понимались как художественные, педагогические и политические, с целью самообразования

и сопротивления кодифицированным методам, таким как танец модерн. В Соединенных Штатах члены Театра танца Джадсона использовали кинестетическую осознанность, айкидо и повседневные движения в качестве способов подрыва зрелищности, согласования с общественными ценностями и поддержки вопросов гражданских прав. В Японии Хиджиката и его окружение критиковали японские культурные и исторические традиции исполнения, такие как театр Но, создавая неэффективные движения, которые преувеличивали силу тяжести.

Эти усилия также послужили критике принятия Японией западного модернизма и его стандартов. Здесь кроется ключ к особой соматике *буто*. В то время как художники в США обращались к азиатской философии, такой как Дзен, чтобы обойти то, что они видели как эгоистические творческие методы, японские художники создавали авангардные практики, которые одновременно участвовали в жизни западного арт-мира и критиковали его. В отличие от постмодернистских танцоров в Соединенных Штатах, таких как Триша Браун и Стив Пакстон, чьи работы стремились к спонтанности и текучести, такие художники, как Хиджиката, вызывали напряжение и конфликт, не стремясь к разрешению, целостности или интеграции всего тела.

Важно отметить, что, как соматика и постмодернистский танец, в который она также включена (Banes 1994; Duchane в Eddy 2016: 95-96; Fraleigh 2010), *буто* не является единым подходом. Точно так же, как трудно обобщить соматику, собрание физических методологий *буто* с его хореографическими практиками и предложениями по изменению сознания сопротивляется классификации с момента своего создания. Многие даже отвергают термин "*буто*" как кодификацию принципов, которые не должны быть закреплены (см. Candelario 2016: 97-98 об Эйко и Коке; ; Marshall 2006: 55 О Мин Танакэ). Тем не менее, «*буто*» и «соматика» часто являются необходимыми сокращенными обозначениями. Проблема возникает тогда, когда обсуждения не углубляются в конкретику. Изабель Жино делает еще одно важное замечание о соматике, которое также можно сказать о *буто*, когда она отмечает, что их дискурсы

*[...] должны читаться как перформативные дискурсы, изучаться в точном контексте и нацеливаться, таким образом, с не меньшей точностью. [...] Их ценность не универсальна, а изолирована, и их достоверность может быть измерена только по тому воздействию, которое они оказывают на конкретного субъекта в его/ее столкновении с данным контекстом.*

*(Ginot 2010: 18)*

Жино бросает вызов обобщающей и эссенциалистской идеологии соматики, отмечая, что сами наши ощущения скорее культурно обусловлены, чем естественны. Она метко отмечает: «*Соматика сама по себе является техникой создания тела*» (Ginot 2010: 24, выделено в оригинале). Критическим в этом наблюдении является то, что понятия "тело" и "я/self", на которые опирается значительная часть соматического языка, различаются в западных и азиатских культурах, даже если и происходит

большой перекрестный культурный обмен. В то время как азиатский и западный подходы по-своему стремятся демонтировать дуализмы, такие как разум/тело или я/другой, азиатские двигательные искусства, популярные в современном танцевальном образовании для решения этих вопросов, таких как йога, цигун или айкидо, имеют гораздо более давние традиции и различные методы осуществления, основанные, в частности, на культурном понимании себя, тела и сознания.



*Шошанна Грин*

Я представляю термин "соматика на основе буто" как способ почтить японскую культуру и традиции, обращаясь к культурным различиям современных артистов буто, многие из которых являются западными. Соматика на основе буто относится к аспекту различных приложений буто (в практике, двигательном тренинге, хореографии и перформансе), который создает новое тело и способ движения в мире, который одновременно поддерживает и бросает вызов западному танцевальному образованию, как это было с момента его создания. Мое видение основано на 25-летнем опыте в модерне и буто в качестве студента, исполнителя, хореографа и ученого. Хотя мои вопросы и исследования основаны на этой истории, основной мотивацией для данного обсуждения является еженедельный урок буто-сообщества, который я веду совместно с Молли Бэрронс, Деборой Батлер и Шошаной Грин в Сан-Франциско. Как педагоги, соматические терапевты и танцевальные артисты, коллективно мы продолжаем спрашивать: как мы можем определить и направлять то, что называется «буто», и что оно предлагает нашему конкретному сообществу с помощью соматики? В следующих разделах я исследую эти вопросы. Сначала я представлю своеобразную соматику буто Хиджикаты. Затем я обсуждаю три аспекта нашего класса, которые помогли мне сформулировать понимание "соматики на основе буто" и ее актуальности для танцоров: (1) практика как самообучение, (2) хореографические силы и (3) внимание в перформансе.

В заключение я возвращаюсь к понятию социальной критики, спрашивая, в какой степени соматика, основанная на *буто*, или любое обучение, может продуктивно противостоять кодификации или универсальному применению, чтобы вместо этого говорить о специфике места и контекста, как это было у Хиджикаты.

### **Соматика болезни/не-лёгкости**

Соматическое царство находится под поверхностью нашего вербального и аккультурированного сознания (Hanna [1979] 1993: xii). Часто это описывается как то, как мы себя чувствуем, а не как нас воспринимают другие (Brodie and Lobel 2012: 6). Однако, как показывала ранее Жино, различные тела возникают в зависимости от контекста. Таким образом, внутренние состояния не всегда должны быть привилегированными при рассмотрении реакции тела в окружающей среде. Паттерны стимул-реакция возникают из внутренних реакций на внешние провокации, но они также происходят и из внутренних импульсов: памяти, предшествующих знаниях и интерпретации, которые затем проявляются в выборе внешних действий (McHose and Frank 2006: xvii). Культура дополнительно обуславливает эти двигательные импульсы, диктуя, какие ощущения следует признать значимыми. Часто эта социальная хореография настолько укореняется, что мы не осознаем возможности выбора. Однако, исследование «угнетенного царства» может создать новую сенсорную обратную связь, которая, в свою очередь, изменяет то, как мы относимся к концепции нашего собственного тела. Эти различные тела с их сопутствующими возможностями, если им уделить внимание, могут продолжать бросать вызов нормализации властных структур - точка зрения, которая еще больше облегчает понимание того, что соматика на основе *буто* может предложить танцорам и публике, ищущим новый опыт.

Как и другие художники, работающие в 1960-х годах, Хиджиката использовал свое собственное тело в качестве исследовательской площадки для изучения гравитации, продолжительности и эффективности. Работа Хиджикаты «*Анма*» ('The Masseur', 1963 г.) опережает аналогичную работу Стива Пэкстона «*Магний*» (1972 г.) почти на десять лет. Оба экспериментировали с физикой движущихся тел и политикой спонтанного мышления, используя соматические подходы. В то время как Пэкстон использовал айкидо в развитии контактной импровизации, Хиджиката столкнулся с работой танцора и инструктора по физическому воспитанию Мичидзо Ногучи, который время от времени проводил семинары в студии Хиджикаты Hiji-kata's Asbestos studio. Его гимнастические упражнения, называемые Ногучи Тайсо, отказываются от скелетно-мышечной концепции движения и представления о том, что человеческое тело является конкретным, вместо этого представляя тело как жидкость, в которой плавают кости, мышцы и внутренности (Kasai 2011). Ученый Брюс Берд сравнивает подход Ногучи к механике тела через образы с идеокинезом, соматической практикой, разработанной Мэйбл Тодд и Лулу Свейгард в начале двадцатого века (Baird 2012: 171-73). Однако, в отличие от использования Пэкстоном айкидо в контактной импровизации для проверки инстинктивного интеллекта тела через движущуюся точку контакта, использование

Хиджикатой Ногучи Тайсо в анкоку буто, или "танце абсолютной тьмы", ставило перед танцором иные задачи, чем улучшение функционирования тела. Вместо экономных действий, Хиджиката развил движение, которое было намеренно неэффективным и дезорганизованным, соединяя экстремальную телесность с ментальным вызовом, чтобы исследовать продолжительность и выносливость. Он использовал сгорбленные позы и искаженные формы, чтобы обратиться к своему темному, подсознательному субъекту и вывести его на передний план. Прося своих танцоров не спать, долго стоять и покрывать свои тела гипсом, который вызывал большой дискомфорт, когда он высыхал, Хиджиката в своем подходе заставлял тело выйти за пределы предельных точек, чтобы бросить вызов уму (см. Kurihara 1996). Таким образом, в то время как контактная импровизация Пэкстона и буто Хиджикаты являются аналогичными антимодернистскими, антикапиталистическими танцевальными педагогами, которые отвергают продуктивные подходы к обучению и исполнению, их соматические методы и эстетика совершенно различны.

Работа ученого и педагога танца Сондры Фрейли сыграла важную роль в приведении буто в соматические рамки. Ее подход, который она называет «Shin Somatics», соединяет азиатский и западный подходы. Она понимает соматику как способ быть с нашим опытом, чтобы мы могли учиться на нем и меняться (Fraleigh in Williamson et al. 2014: 258), и она называет особую трансформирующую силу буто "метаморфозой". Далее Фрейли понимает «соматический резонанс» буто как эмпатический обмен между исполнителями и аудиторией через избавление от себя, процесс, который она считает шаманским, поскольку он перемещается между сознательным и бессознательным мирами, в частности между жизнью и смертью (Fraleigh 2010: 49). Этот обмен между исполнителями и аудиторией для Фрейли предполагает терапевтический и лечебный потенциал, выходящий за рамки западного современного танца и его нацеленности на самовыражение и эстетическую презентацию (Fraleigh 2010: 12). Наиболее значимым в формулировке Фрейли о соматических различиях между буто и современным танцевальным образованием является принятие или отрицание боли. Хотя, по ее оценке, обучение западным танцам имеет тенденцию к работе, не обращая внимания на травмы, она считает, что подход буто заключается в принятии дискомфорта и работе с ним, когда он возникает, признавая, что существует множество вариантов и решений движения (Fraleigh 2010: 50).

Ощущения, включая боль, могут принимать различные формы, основанные на восприятии и системах верований определенного времени. Например, глубокий contraction Марты Грэм не только способствовал расширению прав и возможностей женщин, но и определило западный танцевальный модернизм. Более ранний подход Айседоры Дункан к заземленному телу и бесформенный поток движений были не только чувственными реакциями на жесткую кодификацию балета; они также были физическим проявлением американских националистических идеологий свободы и индивидуального самовыражения. Постмодернистское пешеходное движение Ивонн Райнер ценило легкость и эффективность как

воплощение отказа от зрелищ, исключительного авторства, неравенства в обществе и государственных ограничений гражданских свобод. Каждый из этих примеров связывает внутреннее чувствование с более крупными социальными проблемами конкретного момента, что проявляется в эстетике выступления. Однако вырванные из контекста и превращенные в кодифицированную технику движения, многие чувства, заложенные в формы, теряются. При таком разъединении боль или другие ощущения теряют свой исторический контекст и могут вызывать страдания в настоящем.



*Меган Найсли*

Если будто следует понимать как соматическую практику и если наш общественный класс должен соответствовать принципам будто, важно понять, почему Хиджиката раздвинул определенные границы, и актуальность того, чтобы бросить вызов этим же границам сегодня. Многие из тактик Хиджикаты кажутся суровыми в нашем нынешнем контексте, и наше общество не поддерживает его крайности. Однако мы точно так же стремимся бросить вызов определенным ограничениям и противостоять капиталистической производительности, задаваясь вопросом, в чем заключается эффективность и для какой цели. Мы создаем ситуации, в которых люди в нашем разнородном, разнородном сообществе работают индивидуально, одновременно имея поддержку группы, продвигаясь глубоко в ткани тела и расширяя нашу способность быть с дискомфортом, не реагируя борьбой, бегством или замиранием. Каждую неделю роль инструктора передается между нами четверьмя, но мы стремимся создать последовательный контейнер. Мы обнаружили, что то, как мы принимаем более серьезные вызовы, является ключом к образовательному процессу, равно как и делиться своими предыдущими знаниями, цитируя источники, а также экспериментируя с новыми идеями. Ниже приведены некоторые отправные точки, которые были полезны для наших исследований.

## Практика как самообучение

«Самообучение» относится к способам, которыми мы работаем, чтобы подорвать единичное волевое действие, чтобы реорганизоваться и действовать в данный момент. Мы делаем это на наших занятиях через ощущение, концентрацию и вызов. Прежде чем исследовать себя в связи с движением, необходимо некоторое понимание японского контекста. Обучение для западных практиков обычно означает передачу определенных навыков, в то время как практика указывает на повторение действий как форму знания, часто направленную на совершенствование – каждое из которых может как строить эго, так и растворять его. Авторы Томас П. Касулис и Томи Хан четко объясняют английским читателям, как японская медитация, практики боевых искусств и традиционные формы исполнения, такие как Но и Нихон-Буйо, воспринимают «я» как способное измениться через действие. Касулис отмечает, что люди приходят в ситуации с накоплением прошлого опыта, который часто диктует последующие движения.

Однако, практикуя определенные профессиональные навыки, мы можем «сломать нашу зависимость от категорий, которые мешают прямоте и непосредственности опыта», чтобы не просто полагаться на прошлые привычки, а дать пространство для того, чтобы настоящий момент мог действовать нас (Kasulis 1981: 58). Подход состоит в том, чтобы расширить выбор, признав, что мы больше, чем сумма нашего прошлого, и что сами навыки не имеют никакой другой задачи, кроме их собственной проявленности в данный момент (Kasulis 1981: 42). Подход Хана к обучению через непосредственное ощущение в традиционном японском танце *Нихон-буйо* похож, когда он пишет: «Ощущенческое знание движет танцором. Это искусство, неотличимое от практики» (Хан 2007: 59). Затем ощущение становится обратной связью в настоящем, которая позволяет как замечать элемент Небытия в каждом действии (Kasulis 1981: 48), так и обеспечивает передачу через тело, а также от тела к телу в обучении и исполнении.

Как отмечалось ранее, наша способность распознавать ощущения является не только универсальной, но и культурной. Вопрос об иерархии ощущений, таким образом, является первичной соматической точкой входа для нашего класса. Как отмечает учитель Шошана Грин, в отличие от ее обучения современным танцам, в буюто "у меня действительно было время почувствовать, как движется мое тело" (Green 2016), наблюдение, которое предполагает иную темпоральность процесса обучения, чем более непосредственная визуальная обратная связь. На наших классах мы бросаем вызов доминированию зрения, нарушая его ориентирующую функцию, так что тела находят опору в другом месте. Мы можем сосредоточиться на внутренних ощущениях и позволить им быть на переднем плане, сохраняя глаза открытыми, чтобы способствовать другим способам "видения", или мы можем предложить закрыть глаза, чтобы найти поддержку других органов чувств, таких как слух или проприоцепция. Другой подход заключается в том, чтобы привлечь внимание к анатомическому строению тела, особенно к более скрытым областям, таким как подмышки или сзади колена, и использовать эту область для создания движения. Или мы можем

предложить образ или условие и сделать его реальным, например, ходить по грязи или плавать в море. Лицо - еще одна важная область, часто не задействованная в западных танцевальных тренингах за пределами ее способности выражать эмоции. Тем не менее, если рассматривать его как еще одну часть тела, а не как маркер идентичности, новые ощущения и выражения могут проходить через его мускулатуру. Как отмечает учитель Молли Бэрронс, если лицо искажено, из него могут вырваться слои образов, которые являются выразительными, но не обязательно повествовательными (2016).

Концентрация - это аспект, который особенно актуален в современном технологическом, динамичном и многозадачном существовании. Мы работаем над тем, чтобы бросить вызов нашей способности справляться с темпами повседневной жизни в городе, предоставляя инструменты для решения проблем, связанных с состоянием как скуки, так и перегруженности. Мы либо усиливаем стимулы, либо замедляем их, создавая образы для удержания в воображении и задачи, требующие координации для поддержания или устойчивого взаимодействия диад. Эти предложения можно также расслаивать и накапливать, чтобы усложнить задачу. Поддержание определенных условий тренирует физическую настройку и умственную выносливость, которые также могут дать начало духовным чувствам: выходя за пределы непосредственной, единичной борьбы воли или уступая трудностям, танцовщики находят новые источники поддержки. Реквизит и музыка также являются полезными инструментами для поддержки постоянного внимания, потому что они выводят задачи из-под контроля отдельных тел и вместо этого переводят их в сторону отношений. Всеобъемлющее чувство в этой работе - это поиск точек связи с другими объектами или людьми, чтобы, столкнувшись с трудностями, не искать ответы в одиночку.

Вызов - это то, что привносит ощущение и концентрацию в диалог. Учитель Дебора Батлер, которая опирается на свой опыт соматического психотерапевта, говорит о "растущем крае" как о границе или пределе, приближающемуся или просто превзойденному там, где интеграция все еще возможна (Butler 2016). Этот край может быть физическим, ментальным, психологическим или всеми тремя, и работа с ним проверяет практикующих, привносит открытия в их искусство. Некоторые тренинги будто могут подтолкнуть людей за пределы их способности к полезной интеграции опыта, и поэтому внимание к тому, где лежит вызов, очень важно. В то время как ограничения различны для каждого человека, мы стремимся предоставить структуры, которые допускают модификацию в любом направлении. Исчерпание мышечного тела или тестирование умственных или эмоциональных порогов может быть очень полезным для высвобождения удерживающих структур, и, тем не менее, доведение до крайности может привести к травме. Мы приближаемся к физическим границам с помощью подготовительных упражнений, которые требуют статической и динамической выносливости и координации. Физические упражнения также представляют собой ментальный вызов, на который наслаиваются дальнейшие указания для увеличения сложности.

Психологические границы преодолеть труднее. Хотя двое из наших учителей-соматические психотерапевты, занятия сами по себе не являются терапевтическим процессом. Когда появляются эмоции и воспоминания, хранящиеся в теле, мы работаем, чтобы освободить пространство для них и удержать их в коллективном опыте.

### **Хореографические силы**

Термин «хореография» означает запись танца и исторически относится к документации шагов и способов движения, которые затем использовались для обучения танцу. В современном танцевальном образовании он описывается как творческий процесс создания, так и финальную последовательность шагов, которые при повторении и протанцовывании образуют перформанс. Термин «хореография» также иногда указывает на тщательно продуманные и запланированные события, которые вообще не связаны с танцами, например, движения политика. Независимо от того, является ли это вдохновением или директивным направлением, хореографический процесс создает словарь, логику и способ действия в мире пьесы или в мире в целом - или и то, и другое, как было социальным предложением Хиджикаты. Как уже говорилось, я воспринимаю хореографию как творческую практику, которая проявляет новое тело, и в этом же отношении я рассматриваю все соматические практики. На нашем классе задается вопрос, как изменить паттерны, чтобы разрушить определенные иерархии, даже если конечный результат известен. Упражнения показывают, как культурные нормы накладываются на тело и ту свободу воли, которую мы можем иметь в этих системах. В то время как соматические практики, как правило, воспринимают психический, физический и социальный уровни как относящиеся к человеческому телу, в будто есть важный нечеловеческий компонент, который я нахожу более доступным через понятие Делёза и Гваттари о теле без органов (BwO, см. Deleuze and Guattari 1987:149—66). В их философии, отсылающей к Спинозе, тело - это открытая система, основанная на его способности временно соединяться с другими телами всех видов, как человеческими, так и нечеловеческими.

В данной работе я рассматриваю три области хореографического побуждения к проекту создания новых тел и движений: взаимодействие формы и бесформенности, микродвижение, директивы и перспективы. Каждый из них касается действий, которые возникают в результате стимулов, моделей реагирования и их временной развертки. С точки зрения формы, упражнения будто часто характеризуются как импровизационные, поскольку формы либо возникают в контексте движения, либо представляются как пустые контейнеры, которые затем заполняются содержимым. Однако, если эти формы временно не затвердевают, они быстро испаряются и не регистрируются. С другой стороны, знакомые формы рискуют стать просто репрезентацией. Следовательно, игра между возникающими и растворяющимися формами должна происходить на протяжении всего процесса. Способ, которым мы работаем с этим симбиозом в классе, состоит в том, чтобы взять общее действие, например,

ходьбу, и предложить условие, которое изменяет его энергетическое качество.

Мы можем изменить скорость или принять определенную позу, а затем попросить эту новую форму предпринять ряд действий. Это позволяет телам находить альтернативную логику и последовательность. Чтобы еще больше открывать новые возможности для телесных движений, сами тренировочные упражнения должны постоянно меняться, иначе есть риск снова и снова воспроизводить хореографические схемы, лишённые жизни. По этой причине мы обычно избегаем стереотипных поз, взятых из работы Хиджикаты, таких как сгорбленная спина и стойка с кривыми ногами, или искривленные пальцы и согнутые руки, если эти формы не возникают в контексте определенных подсказок.



*Молли Бэрронс*

Мы также занимаемся микродвижениями - небольшими регулировками, возможно, незаметными для внешнего глаза, но при этом ощущаемыми. Микродвижение может нарушить общие точки инициации или пути от мысли к действию, и, привлекая внимание к более мелким мышцам, реакциям нервной системы и неконтролируемым быстрым движениям, учащиеся также могут начать по-разному разделять жест и время. Микроскопическое движение может переключить мышечный контроль и изменить предполагаемые результаты. Например, работа с нервной или жидкостной системой может дать новые двигательные качества, позволяют достичь того же результата совершенно другим способом. Как и во многих соматических тренингах, пространство между действием и реакцией - это пространство возможностей. В своём преподавании мы также используем микродвижение, чтобы подавить привычные реакции в течение длительных периодов времени, или просим студентов найти решения проблем в разных временных масштабах. Может случиться и обратное. Физическая форма может появиться быстро, в то время как разуму нужно больше времени, чтобы наверстать упущенное и привыкнуть к этой новой форме. Как выражается Марджори Барлоу в терминах техники Александра: «Эта практика подавления привычных реакций создает пространство для

небольшой доли свободы [...] единственной свободы, которую мы когда-либо будем иметь в этом мире [...]» (Barlow in Johnson 1995: 87).

Третьей хореографической концепцией является взаимосвязь между директивами и перспективами. Этот момент напоминает предыдущую дискуссию о внутренних и внешних перспективах, или перспективах от первого и третьего лица, но здесь я концентрируюсь на том, как они соотносятся с разговорным языком. В *буто* принято работать с воображением для создания внутреннего и внешнего ландшафта. Это постоянно подкрепляется словесными предложениями учителя, которые дополняют и помогают процессу движения. Позволяя внешним вербальным директивам проникать в тело и действовать в нем, движущийся сохраняет как внутренние, так и внешние перспективы и лучше осознает свои собственные реакции. Это похоже на то, как если бы внешний взгляд или третье лицо вливался в опыт движения от первого лица. Это объясняет парадоксальное ощущение себя и других, или знакомого и незнакомого в *буто*, которое работает, чтобы подорвать привычное чувство целостности, часто связанное с соматическим обучением. Метод хореографической работы Хиджикаты таким образом называется *буто-фу*, что является маловероятным лингвистическим сопоставлением, которое при чтении создает образы, а затем проявляется танцорами. Язык хиджикаты был сюрреалистичным, поэтическим и нелогичным и вызывал новые формы и двигательные качества.

Как отмечает Бэрронс, работа с *фу* Хиджикаты дает некоторое представление о его перспективе, что является полезным инструментом для воплощения. Однако мы должны также признать, что его *фу* не отражает нашу точку зрения или культурный опыт (Barrons 2016). В классе Бэрронс мы иногда пишем собственное *фу*, которое затем исполняем. В этом случае слова приобретают более прямое значение и интимность, поскольку они абстрагируются от нашего собственного опыта. Это наводит меня на мысль о том, что слова - это не задают точку зрения, а изменяют ее относительную близость к нам.

### **Внимание в перформансе**

Сценические события *буто* часто создают убедительные образы, выражают сложные идентичности, вызывают переключение кода и в конечном итоге делятся процессами трансформации с аудиторией. Каковы последствия этих событий и могут ли они предложить социальные альтернативы? Может ли их "соматический резонанс", как это называет Фрейли, выйти за пределы студии или театра? Область исследований перформанса создает полезную оптику для рассмотрения влияния *буто* за пределами сцены. По словам исследователя театра и перформанса Ричарда Шехнера, повседневная деятельность, поведение и ритуалы проявлены в том смысле, что они «делают» или как действуют в мире (см. Schechner 2013: 25). У них есть агентность, свобода воли, помимо тех, кто может их исполнять, что также подтверждает предыдущая цитата Жино. Некоторые действительно находят ритуал *буто* в том, что есть тонко настроенная осознанность каждого жеста и последовательности, а также общение и взаимодействие с другими силами. Однако для того, чтобы участники могли

получить доступ к духовным переживаниям, ритуал не обязательно должен иметь особую традицию. Ритуал также может проявляться в виде определенных качеств, интонаций или настроений (Schechner 2013: 25–27). Соматика будто предоставляет особый контейнер для этих переживаний. Я рассматриваю соматику будто как способ внимания или существования.

На наших классах мы используем несколько подходов к осознанию, чтобы прийти в состояние общего внимания. Во-первых, мы часто выступаем и свидетельствуем друг друга, происходит взаимный обмен и обучение. Многие танцевальные тренинги основаны на форме, и внешнее представление может обесценить или даже скрыть внутренние ощущения. Для работы, основанной на ощущениях, существует противоположная тенденция идти внутрь себя и изолировать индивидуальный опыт. Выражение внутренних ощущений перед другими требует мужества и уязвимости, а сохранение присутствия является практикой сострадания и даже преданности как со стороны перформеров, так и со стороны свидетелей. Будучи движущимися, внимательное отношение к нашему личному опыту, осознание от третьего лица более широкой среды и отслеживание дополнительного внешнего взгляда на аудиторию от третьего лица - важная часть внимания в будто и способ, которым будто усложняет то, как соматические практики относятся к танцевальным техникам. Вызов привычке осуждать, взаимное любопытство и понимание «ценности путешествия, а не места назначения», оказывает дополнительное давление на ориентированную на продукт экономику преподавания и танцевальных показов.



*Дэбора Батлер*

Два дополнительных принципа перформанса поддерживают внимание на наших занятиях: передний и задний планы и способность быть в вопрошании в присутствии других. Как отмечалось ранее, существует множество уровней взаимодействия разума, тела и духа. Одним из инструментов для навигации по этому множеству является позволение определенным качествам занять передний план в нашем сознании, в то время как другие временно отступают на задний план. Эти элементы могут быть

эмоциями, ощущениями или мыслями. Изменение того, сколько места эти аспекты занимают в вашем внутреннем ландшафте, может позволить вам оставаться с неизвестным в течение более длительных периодов времени и для возникновения неожиданного движения. Другой важный элемент перформанса - оставаться в вопрошании с другими. Я предпочитаю эту фразу слову «присутствие», потому что, хотя онтология предполагает что-то устойчивое, внимание может быть переменным, как и знания, которые постоянно производятся и дестабилизируются в этой работе.

Я часто ссылаюсь на практику танцевальной артистки Деборы Хэй, которая в этом контексте задает вопросы без ответа. Подобно коану, ее вербальные подсказки «А что, если?» служат для того, чтобы вернуть танцоров на тот уровень группового незнания, чтобы вместе мы могли снова начать двигаться, рассматривая тело как процесс (Нау 2000). Я также использую ее фразу «приглашение быть увиденным» как стратегию ниспровержения самосознания. По приглашению быть увиденными, мы не одиноки в своем опыте, а находимся вместе с другими.

### **Соматика на основе буто и социальная критика**

Хотя напряженность и искаженные формы методов Хиджикаты, сопровождаемые изображениями и ссылками на сельскую Японию (Hijikata 2000), следует воспринимать как частные реакции на исторический момент, они также говорят в более широком смысле о глобальном капитализме и его влиянии на городскую среду. С этой точки зрения наши классы сонаправлены с критикой современного общества Хиджикатой. Может ли первоначальная критика Хиджикаты быть доработана в конкретном контексте нашего класса? В Австралии художники используют буто, чтобы обратиться к истории аборигенов и колоний. Многие европейские семинары буто проводятся в течение длительных периодов времени в мире природы, чтобы бросить вызов человеческим временным структурам и отношениям. В Соединенных Штатах, несмотря на то, что есть семинары на открытом воздухе, чаще всего обучение проводится в городских условиях, подобно нашим занятиям, и тем не менее, предлагать еженедельно дополнительные занятия сложно из-за множества предложений, плотного графика и прекрасной погоды в районе залива. Еженедельный класс обеспечивает контейнер для постоянной приверженности к совместной работе, но он хрупок. За последние двадцать лет я видела, как сообщества буто формируются и рассеиваются в крупных городах на обоих побережьях.

Поразмыслив, мы пришли к выводу, что наши занятия не столько направлены на то, чтобы избежать городской среды с ее облагораживанием и быстрым темпом, сколько на то, чтобы научиться жить и двигаться по-другому с ней и внутри нее. Один из способов понять подрывное воздействие соматики на основе буто, характерных для нашего контекста, может заключаться в ее приспособляемости. Люди, как индивидуально, так и коллективно, акклиматизируются к широкому спектру как поддерживающих, так и угнетающих сил, часто в качестве средства выживания (см. "Generative Somatics", 2016 г.). Примечательно, что в то время как соматика на основе буто адаптирует и трансформирует тела посредством занятий, подобных нашему, она также применяется в областях,

которые уже считаются соматическими, таких как соматическая психотерапия и обучение танцам. Соматика, основанная на буюто, влияет на универсальные убеждения и специализированные техники в этих условиях, включая те, которые способствуют целостности, легкости и интеграции. Я полагаю, что соматика на основе буюто, таким образом, представляет собой практику, которая приспосабливается к определенной среде, где она затем временно нарушает приобретенный опыт учителей, танцоров, терапевтов и студентов в этих местах.

В начале этой статьи я поставила вопрос о том, что буюто, как и соматику, следует понимать применительно к конкретным людям, местам и контекстам, чтобы вызвать социальные изменения. Первым шагом является признание нынешних способов эмбодимента/«втелеснивания» как в танцевальном образовании, так и в более широком смысле, а также вопрос о том, как и почему используются определенные соматические методы. Ранее я спрашивала, как намеренная трудность буюто и дистанцирование от самого себя могут быть согласованы с другими соматическими модальностями, используемыми для обучения танцам, и что это может предложить танцорам. Как уже говорилось, буюто разделяет многие принципы и ценности с более широкой сферой соматического образования. Практика признает, что «я» способно измениться, и продвигает способы высвобождения аспектов прошлого обучения, которые больше не служат нам, чтобы умело двигаться в настоящем. Участники также работают над своим собственным «растущим краем» продуктивного вызова и интеграции в направлении телесной трансформации, которая развивает выразительный диапазон танцора. Использование напряжения, обращение к подавляющим ситуациям и усложнение взглядов от первого и третьего лица в значительной степени противоречат тому, что мы видим в танцевальном образовании, но практика концентрации в условиях дискомфорта, с тем чтобы трансформировать и совершенствовать инструменты осознания в различных масштабах и временах, улучшают опыт как исполнителей, так и зрителей.

Что наиболее важно, соматика на основе буюто занимает критическую позицию по отношению к обучению танцам и самим представлениям/перформансам. Попросив практиков изучить хореографию, в основе которой - известное тело и его движения, буюто бросает вызов экономике перформанса, которая лежит в основе обучения и сценической презентации. В этом процессе вопрошания может возникнуть другое тело и другой мир. Это тоже условно. Соматика, основанная на Буюто, может быть средством противодействия кодифицированным танцевальным формам, но только в том случае, если ее методы и подход постоянно обновляются. Поэтому необходимо, чтобы его принципы и методы поддерживались в постоянном напряжении и продуктивном диалоге с людьми и местами, которые их используют, развивают и разделяют.