



Επιστήμη του Χορού

Τόμος 5, 2010

Ηλεκτρονικό Περιοδικό  
Electronic Journal

Science of Dance

Volume 5, 2010

[www.elepex.gr](http://www.elepex.gr)

ISSN 1790-7527

**Οι Τεχνικές Απελευθέρωσης και ο Αυτοσχεδιασμός με Επαφή στο Σύγχρονο Χορό και η Σχέση τους με τις Σωματοποιημένες Πρακτικές.**

**Τ. Νικολοπούλου, Ν. Μπουρνέλλη**

Τ.Ε.Φ.Α.Α., Εθνικό και Καποδιστριακό Πανεπιστήμιο Αθηνών

**Περίληψη**

Από τις αρχές του 20<sup>ου</sup> αιώνα νέες θεωρίες αλλά και πρακτικές άνοιξαν το δρόμο για μία ενοποιημένη και φαινομενολογική προσέγγιση του χορού. Οι τεχνικές απελευθέρωσης και ο αυτοσχεδιασμός με επαφή είναι δύο από τις σημαντικότερες από αυτές πρακτικές και συνδέονται ή έχουν επηρεαστεί τόσο από τη θεωρία που διέπει τις σωματοποιημένες πρακτικές όσο και από τις μεθόδους τους. Οι σωματοποιημένες πρακτικές αντιμετωπίζουν το σώμα ως όλον, διαθέτουν δυναμική και στοχεύουν να οδηγήσουν τον εμπλεκόμενο στη βίωση ενός ενιαίου και συνεχώς μεταβαλλόμενου σώματος, απρόβλεπτου και ανοιχτού στην εμπειρία. Καλλιτέχνες του χορού, έχοντας εκπαιδευτεί με σωματοποιημένες πρακτικές και έχοντας αμφισβητήσει τον χορό ως τέχνη καθαυτή, ερεύνησαν για νέα εργαλεία. Έδωσαν έμφαση στη δράση του ίδιου του χορευτή και αντιμετώπισαν το σώμα ως μία ενιαία, σκεπτόμενη, σωματοποιημένη διαδικασία, δημιουργώντας ένα τεράστιο κεφάλαιο στην εξέλιξη του χορού, αυτό του αυτοσχεδιασμού. Οι τεχνικές απελευθέρωσης οδηγούν στη διαθεσιμότητα του χορευτή στη δράση, μέσα από καθοδήγηση με εικόνες και ο αυτοσχεδιασμός με επαφή συνδέεται με τις αρχές της κίνησης που διέπουν τη φύση, ενώ ο χορευτής είναι συνδεδεμένος με το πλαίσιο μέσα στο οποίο δρα. Στόχος της έρευνας είναι να αναδείξει τη σύνδεση των πρακτικών αυτών με τις σωματοποιημένες πρακτικές προκειμένου να τονιστεί η σημασία της βιωματικής, σωματοποιημένης γνώσης στην εκπαίδευση του σύγχρονου χορού, καθώς αυτό δεν είναι πάντα δεδομένο. Μέσα από βιβλιογραφική ανασκόπηση, ως συμπέρασμα εξήχθη ότι οι τεχνικές απελευθέρωσης και ο αυτοσχεδιασμός με επαφή έχουν ισχυρή επίδραση από τις σωματοποιημένες πρακτικές και μπορούν να αφυπνίζουν τους χορευτές ώστε να βιώνουν ιδιαίτερες ποιότητες της κίνησης, δημιουργώντας μία σημαντική επιλογή στην εκπαίδευση του σύγχρονου χορού.

Λέξεις κλειδιά: σωματοποίηση, ροή, Paxton,