



# интегративная танцевально- двигательная терапия

владимир козлов  
александр ширшон  
наталья веремеенко



**Наталья Ивановна Веремеенко  
Владимир Васильевич Козлов  
Александр Ефимович Гиршон**

**Интегративная танцевально-  
двигательная терапия**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=68709357](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=68709357)  
Интегративная танцевально-двигательная терапия:  
ISBN 978-5-00025-292-5*

**Аннотация**

Третье издание совместной монографии доктора психологических наук, профессора Владимира Васильевича Козлова, известного лидера танцевально-двигательной терапии, кандидата психологических наук Александра Ефимовича Гирсона и кандидата психологических наук, доцента Натальи Ивановны Веремеенко является пионерской и уникальной работой в исследовании нового направления прикладной психологии и психотерапии – интегративной танцевально-двигательной терапии. Методологической и теоретической базой направления является интегративная психология, организованная профессором В. В. Козловым в начале 90-х гг.

Представляет интерес для психологов, психотерапевтов, психиатров, педагогов, медиков, а также других специалистов,

реализующих различные методы в психологической и психотерапевтической работе с населением и интересующихся танцевально-двигательной терапией.

В формате PDF A4 сохранен издательский макет книги.

# Содержание

Введение	6
Глава 1	14
1.1. Танец как культурно- психологический феномен	14
1.1.1. Что такое танец?	14
1.1.2. Происхождение танца	16
1.1.3. Танец и ритуал	20
1.2. История танца	28
1.2.1. Первобытные танцы	28
1.2.2. Танцы древнего египта	41
1.2.3. Танцы античности	42
1.2.4. Танец в средние века	48
1.2.5. Танец в эпоху возрождения	52
1.2.6. Танцы XVI–XVIII вв	56
Конец ознакомительного фрагмента.	61

**Владимир Козлов,  
Александр Гиршон,  
Наталья Веремеенко  
Интегративная  
танцевально-  
двигательная терапия**

© В. В. Козлов, А. Е. Гиршон, Н. И. Веремеенко, текст,  
2022

© Оформление. ООО «Издательско-Торговый Дом “Ски-  
фия”», 2022

# Введение

Наше время характеризуется взрывом массовой танцевальности, повышением роли бытовых танцев в структуре массовой культуры. Танец стал органичной частью нашей жизни. Он – досуг и спорт, он – зрелищность и релаксация. Танец является эффективным средством инкультурации человека, универсальным языком общения, важным рычагом в формировании идеалов, ценностей, внутреннего и внешнего облика человека.

Применение танцевально-двигательных методов в психологической работе обусловлено повышенным интересом людей к различным видам танца (спортивные, модерн, фламенко, танго, танец живота и др.), за последние годы значительно увеличилось число психологов, использующих в своей практике различные виды танца, танцевально-двигательные методы и их составляющие.

Все чаще употребляется и сочетание слов *танцевально-двигательная терапия* и *танцевально-двигательная психотерапия* как синонимичные понятия. Употребляется также в разных вариантах: танцтерапия, танцевальная терапия, данс-терапия, ТДТ и т. д. Но при этом зачастую те, кто употребляет эти слова, далеко не всегда понимают, что за явление стоит за этими словами.

Существует несколько разных *«пониманий»*, что такое

ТДТ;

- **медицинское** – танцтерапия как разновидность физкультуры, лечебной гимнастики или шейпинга. Туда же профессионалы танца относят такие техники, как пилатес, техники Александра и Фельденкрайса или малоизвестное у нас пока ВМС (body-mind centering);
- **нью-эйджевское** – экстатический танец, танец-медитация и т. д.;
- **психологическое** – танцевальные техники в контексте тренингов личностного развития, групповой и индивидуальной терапии;
- **психотерапевтическое и психиатрическое** как система методов терапии нервно-психических нарушений, возникших в результате острых и хронических психологических травм.

В строгом смысле этого слова танцевально-двигательная терапия – это *«вид психотерапии, который использует движение для развития социальной, когнитивной, эмоциональной и физической жизни человека»* (официальное определение Американской Ассоциации ТДТ).

Анализ современной литературы по психотерапевтической и психокоррекционной работе позволяет говорить о недостаточной разработанности теории танцевально-двигательных методов как методов психологического воздействия. По определению Б. Д. Карвасарского, методы психо-

логического воздействия на личность и группу посредством танца и движений рассматриваются как особая форма поведения человека, определяющаяся взаимоотношениями с окружающей средой [55].

Танец и движения использовались на протяжении всей истории человечества как способ установления контакта, избавления от накопившегося напряжения, достижения измененных состояний сознания и личностной трансформации в культурах различных народов. Было замечено, что танец способствует раскрепощению аутичных пациентов, что значительно повышало эффективность психиатрического лечения (М. Чейс по Рауне, 1992), ведет к эмоциональному и чувственному раскрепощению личности (А. Дункан, 1992).

Известно, что танец отражает личностные особенности и поведенческие модели человека, структуру и характер его межличностных коммуникаций, то есть отношения к себе, другим и своему месту в мире; а также структуру и особенности взаимоотношений в группе, коллективе, обществе (З. А. Абрамова, Л. Д. Блок, М. А. Волошин, Э. А. Королёва, В. В. Козлов, В. Л. Круткин, С. Н. Куракина, В. А. Лабунская, Е. К. Луговая, Т. А. Шкурко и др.). Изучение социально-психологических характеристик влияния танцевально-двигательных методов на личностные особенности и межличностные коммуникации позволяет грамотно использовать данные методы в социальной, социально-психологической и коррекционной работах специалистами разного уровня и профиля.

Зарубежными исследователями теории танца и танцевально-двигательных методов отмечается, что раскрытие содержания образа «Я» проходит через движения и танец (M. Berger, R. Laban, F. Lefco, J. MacDonald, V. Melatic, A. Noak, G. Silk, A. Stark, S. Stocley, P. Tosey и др.). Самоидентичность как внутренняя непрерывность и тождественность психической сущности вызревает в процессе инициаций индивидуума, связанных с характером его отношений с внутренней и внешней средой, с его позицией по отношению к социальной доминанте (Т. С. Баранова, Л. Г. Ионин, Ю. Л. Качанов, В. В. Козлов, Г. У. Солдатова, В. А. Ядов и др.). Отношения «Я»-концептуального и «Я»-телесного рассматриваются в рамках психотерапевтических и социально-психологических концепций. В литературных источниках социально-психологическая природа образа телесного «Я» рассматривается с точки зрения изучения эмоционально-чувственного и психосемантического содержания невербальных коммуникаций. Исследование когнитивных компонентов телесного сознания, влияния субкультур на формирование образа телесного «Я» находит свое отражение исключительно в рамках теорий общения и социального познания, оставляя вне поля зрения изучение взаимосвязи психических и социально-психологических характеристик личности (Козлов, 2007).

Первичным условием структуризации целостного образа «Я» выступает необходимость «присвоения» человеком сво-

его тела, его внутреннего и внешнего (социального и культурного) содержания. Осознание образа «Я» невозможно без формирования у личности системы осознанного восприятия социально-психологической составляющей структуры образа телесного «Я» (Козлов, 2001). Само же восприятие немислимо без «вовлечения» в него движения, ощущения, чувствования и мышления, разворачивающихся в границах социокультурных доминант.

Целительский потенциал танца, его гармонизирующее воздействие на индивидуальное и групповое сознание известны с доисторических времен. Практически во всех мировых культурах танец наряду с особыми техниками дыхания, пением и применением психоделиков был вплетен в ритуалы и повседневную жизнь. Как часть ритуалов танец являлся одним из мостов между «хаосом и космосом», воплощением единства и многообразия отношений между человеком, сообществом и окружающей средой, что нашло наиболее законченное выражение в индийской мифологии мира как Божественного танца Шивы.

Можно выделить три группы подходов в танцтерапии:

1. Клиническая танцевальная терапия – в данном случае танцтерапия чаще используется как вспомогательная терапия, наряду с лекарственной, особенно для пациентов с нарушениями речи и другими трудностями в коммуникации. Проводится в клиниках, может длиться несколько лет. В таком виде она существует с 40-х гг. прошлого века.

2. Танцтерапия людей с психологическими проблемами (танцевальная психотерапия) – один из видов психотерапии, ориентированный на решение конкретных запросов клиентов, чаще всего использующий психодинамическую модель сознания (психоанализ) или подход аналитической психологии К. Г. Юнга. Может проходить как в групповой, так и в индивидуальной форме. Также требует достаточно длительного срока для достижения устойчивого результата.

3. Танцевально-двигательная терапия для личного развития и самосовершенствования. Это занятия для людей, которые не страдают от проблем, но хотят чего-то большего в своей жизни. В данном случае танец становится способом узнавания себя, своих особых индивидуальных качеств, способом вывести неосознанные истории своего тела на свет осознания, возможностью расширить представление о самом себе, найти новые пути выражения и взаимодействия с другими людьми.

Это деление, как и все классификации, достаточно условно, но отражает разные требования к образованию танцевального терапевта и реальные ограничения применения тех или иных техник.

Разумеется, что почти любые занятия танцем несут терапевтический эффект, но замечательный американский психотерапевт Карл Витакер говорит о разнице между *терапевтическим* и *терапией*. «*Терапевтическое* действие оказыва-

ет все, что влечет за собой рост и цельность... Любой опыт может оказаться терапевтическим». *Высвобождение чувств, чувство присоединения к группе, коллективу, измененное состояние сознания, возникшее самопроизвольно или специально кем-то индуцированное, перенос, когда некая ситуация воскрешает детские отношения с родителями или братьями и сестрами, присутствие значимого другого* – все это может быть терапевтическим. «Терапевтическое влияние оказывает не сама ситуация, а ее значение для человека» (Витакер, 2004).

Естественно, что «работает» все – и то, что человек занимается своим телом, и включенность в сообщество партнеров по танцу, и влияние преподавателя, и сам танец, но при обычных танцевальных занятиях потенциально терапевтический процесс случаен и ненаправлен, он может произойти или не произойти. Вероятность терапевтического воздействия танца велика, но оно не является целью. Уникальность **профессиональной танцевально-двигательной психотерапии** состоит в том, что это процесс *сознательный, целенаправленный и структурированный*.

В нашей работе нами сделан теоретический анализ различных подходов танцевально-двигательной терапии применительно к практической психологии, выделены социально-психологические и психологические характеристики движения, танцевально-двигательных методов и их составляющих. Мы постарались показать универсальность танцеваль-

но-двигательных методов, позволяющую использовать танец и движение в групповой работе различной направленности.

Эта книга посвящена новому направлению в танцевально-двигательной терапии – интегративной ТДТ (ИТДТ). Это направление соединяет замечательный опыт развития ТДТ в Европе и США с психологической практикой в современных российских условиях и методологией и теорией интегративной психологии.

*Владимир Козлов*

# Глава 1

## Танцевально-двигательные методы (история и современное состояние)

### 1.1. Танец как культурно- психологический феномен

#### 1.1.1. Что такое танец?

Если попросить участников танцевального тренинга дать ответ на этот вопрос, то спектр ответов может простирается от «ритмических движений» до «способа проживать свою жизнь», хотя в основном они сосредоточатся на аспектах самовыражения и взаимодействия. И похоже, что в современной культуре существует огромное количество направлений и определений танца. Действительно, одним и тем же словом – «танец» – обозначаются совершенно разные, иногда чуть ли не противоположные явления. Танцем называют строгие чистые линии движения в балете и неистовые пляски в экзотических ритуалах, очарование и благородство пар, сколь-

зящих по паркету, и глубинное проживание каждого мгновения и каждой клетки тела в выходящем за пределы красоты и уродства танце будто, «битву» хип-хоперов и открытое поддерживающее взаимодействие на контактном джеме, философский спектакль и бездумное перетоптывание на дискотеке. И все это танец?

Американский философ Джулия ван Кэмп в своей работе «Философские проблемы танцевальной критики» приводит около 30 страниц различных определений танца, каждый раз убедительно доказывая, что эти определения не могут охватить суть явления. О танце можно сказать словами Св. Августина о времени: «Когда меня не спрашивают, что такое танец, я знаю, когда же спрашивают – не нахожу, что ответить». Может быть, эта невозможность ухватить, исчерпать сущность танца связана в первую очередь с его процессуальной природой и высокой степенью интегрированности. Как время и сознание, движение невозможно воспринять как объект, а только как многогранный меняющийся процесс. Поэтому как культурное явление танец скорее лучше называть континуумом смыслов и качеств, связанных с жизнью человеческого тела, в котором легче определить акценты и связи, чем провести четкие дефиниции.

Кроме того, за словом «танец» могут стоять смыслы разной природы. Танцем мы называем:

- внутренне организованные движения человеческого тела в пространстве и времени (танец как танец);

- переживание, общее для всех, кто когда-либо по-настоящему танцевал (танец как состояние);
- хореографическую идею или запись танца (танец как текст).

Известный американский новатор танца, хореограф Мерс Кэннингхэм говорил, что «танец – это то, что мы называем танцем».

Чтобы понять природу танца и причины этого многообразия, имеет смысл обратиться к истории, происхождению танца.

## 1.1.2. Происхождение танца

А стоит ли считать танец «человеческим, только человеческим»? К. Лоренц в своей статье «Движения животных, напоминающие танец» показал, что такие движения сродни элементам человеческого танца. То есть танец, как и сознание, не появляется вдруг, а развивается вместе с развитием живого и меняется, когда меняется человек.

Если посмотреть на эволюционные, инстинктивные корни танца, то он опирается на три базовых механизма: *подражание, стадность, продолжение рода*.

Имитация, подражание является первичным механизмом передачи навыков, информации, знания. У приматов уже существуют физиологические механизмы, работающие на этот

способ, так называемые «зеркальные нейроны». Стадность, сообщество, «чувство единства» является механизмом выживания, и, наверное, самое простое – это «слиться в едином движении». Продолжение рода, выбор партнера – в этом механизме выживания танец также «играет» свою роль. «Особо следует отметить любовь к танцам. Будучи, мягко говоря, малополезным в семейной жизни, умение танцевать имеет важное ритуальное значение. Танец является непременной частью брачного ритуала очень многих животных, и приматов тоже. Не-танцующий не демонстрирует ритуально-брачного поведения, и с первобытных позиций как бы не ищет брачного партнера» (А. Протопопов).

Некоторые исследователи полагают, что «происхождение танца, по-видимому, чисто сексуального характера» (Кандинский В. В.), трактуя танец как моторно-ритмическое выражение сексуальной энергии (Беляев В. С.), как высвобождение эротизма (Куракина С. Н., Менегетти А.). Примыкают к этим взглядам и представления о генетической связи танцев людей и танцев животных.

Но, как показывает В. Л. Круткин, «движения человеческого тела сразу складываются как человеческие, мы нигде не найдем перестроение животных движений в человеческие». Несостоятельность биологических теорий танца также доказана в работах Э. А. Королёвой.

Рассматривая, таким образом, танец как чисто человеческое приобретение, как особый социокультурный феномен,

немецкий ученый К. Бюхер на основании большого количества этнографических материалов доказывает, что источником ритмических танцевальных движений первобытного человека является ритмический строй работы. Г. В. Плеханов также подчеркивает взаимосвязь первобытных плясок и технологических процессов того времени, соглашаясь, однако, с тем, что любовные пляски не могут быть объяснены с этой точки зрения и являются все же «выражением элементарной физиологической потребности и... имеют немало общего с любовной мимикой больших человекоподобных обезьян».

В своем межкультурном исследовании танца в различных обществах Бартеньефф, Поулей и Ломакс обнаружили, что те движения, которые люди производили во время своей ежедневной работы, вошли в танцевальный стиль, в танцевальную форму данной культуры. Например, широкая и устойчивая стойка эскимоса с быстрыми, напоминающими стрелы движениями рук, которые были необходимы для подледного лова рыбы и метания копья, была включена в танец. Общественные ценности и нормы передавались из поколения в поколение через танец, таким образом поддерживая механизм выживания и передачи культурных ритуалов. Танец стал внешней памятью.

Предположение, что танец является первым видом искусства, разделяют и другие антропологи. Например, Р. Дж. Коллинвуд пишет, что «любой язык является ... особой формой телесного жеста, и в этом смысле можно сказать, что та-

нец – это мать всех языков».

В процессе реконструкции архаических культур возникла гипотеза о древнем языке жестов, названном Н. Я. Марром «кинетической» речью. Согласно этой гипотезе, древнейшими языками являются язык жестов-знаков-указателей и язык изобразительных знаков-символов. В архаических культурах звуку предшествуют чисто мимические или пантомимические движения, в которых выражаются определенные эмоциональные состояния. А. Мэррей отводил первобытному танцу роль выразителя эмоций, заменителя еще не родившегося языка.

«Эстетическое ощущение смысла», по Лангер, в качестве специфического переживания ситуации выражается в демонстрационном телесном действии, «жесте», осуществляемом в данной ситуации, но как напоминание о другой ситуации, т. е. сдваиваются две ситуации (вернее, одна ситуация и представление или воспоминание о другой), и этим в общем случае утверждается, что вот эта, «здесь и сейчас», ситуация означает то же самое, что и та, другая, причем что именно означает – как раз и определяется этим сопоставлением.

Как показывает исследование Э. А. Королёвой, первобытный танец являлся не только способом психоэмоциональной разрядки и сонастройки членов племени, но и средством накопления, сохранения и передачи опыта подрастающему поколению, средством познания окружающей действительности и самопознания, средством общения между полами.

Кроме того, танец приобретает знаковую функцию, становясь своеобразным социальным маркером, признаком принадлежности к тому или иному роду [2, 17, 27, 81, 82]

### **1.1.3. Танец и ритуал**

Здесь нам хочется отметить слово «ритуал», на котором следует остановиться особо. Существует два основных смысла слова «ритуал» – социально-биологическое и культурно-мифологическое. В первом случае ритуал – стандартные формы поведения особей одного вида в строго определенных ситуациях: образование брачной пары, формы проявления этологического превосходства, конфликт с соседом на границе индивидуального или гнездового участка и т. п.

Ритуал в культурно-мифологическом аспекте – это выстраивание отношений между Космосом и Хаосом, священным и мирским. «Задача ритуала заключается, на мой взгляд, в том, чтобы задавать определенный порядок человеческой жизни, причем порядок глубинный, а не условный и поверхностный. В древние времена любое общественное событие было ритуально упорядочено, а ощущение важности происходящего передавалось религиозной тональностью» (Джозеф Кемпбелл). В этом смысле ритуал – первая синкретическая символическая деятельность человека [93].

Ритуал – не столько действие, сколько состояние человека и мира, значимое пространство-время. «Ритуал всегда был

естественной и плодородной почвой для искусства. И первым художественным ростком, выросшим на этой почве, был танец» (Сьюзан Лангер).

В знаменитой пещере Трех Братьев имеется относящееся к эпохе мадлен, т. е. к периоду расцвета палеолитической живописи в Европе, изображение замаскированного человека с рогами оленя. Эта и подобные ей фигуры, несомненно, свидетельствуют о существовании в то время охотничьих танцев, по-видимому, имеющих уже магическую цель. Танец – эта живая пластика – не только один из древнейших видов искусства, но такой вид, который достиг высокого совершенства именно в первобытный период [82].

Первобытная музыка почти неотделима от танца и долгое время была ему подчинена. Музыкальные инструменты в основном отбивали такт, ритмический элемент даже в пении резко преобладал над мелодическим. Ритмическое начало, развитию которого способствовала трудовая практика, само было важным моментом организации труда и упорядочивания психофизической энергии, синхронизации различных структур нервной системы [63].

Синкретизм проявляется в первобытной культуре не только в формах деятельности, но и в формах мышления, идеологии. Древние мифы содержат в неразвернутом еще единстве зародыши искусства, религии, донаучных представлений о природе и обществе.

Леви-Строс смог по-настоящему описать мифологиче-

ское мышление в плане порождения им знаковых моделирующих систем, объяснив одновременно те его специфические черты, которые сближают его с искусством: мышление на чувственном уровне, мышление, достигающее своих целей непрямыми путями («бриколаж») и пользующееся калейдоскопической реаранжировкой готового набора элементов, мышление сугубо метафорическое – одни мифы оказываются метафорической (реже метонимической) трансформацией других, передают то же «сообщение» разными «кодами»; трансформации мифологических текстов становятся средством раскрытия символического (не аллегорического) смысла.

Ритуал – «это не просто концентрация референтов, сведений о ценностях и нормах; это и не обыкновенный набор практических указаний и символических парадигм для повседневного поведения... Это еще и сплав сил, которые считаются присущими людям, предметам, отношениям, эпизодам и повествованиям, представленным ритуальными символами. Это мобилизация энергий, так же как и идей. В этом смысле предметы и соответствующие действия – не просто вещи, символизирующие иные вещи или нечто абстрактное, они являются непосредственной частью тех сил и целительных действий, которые они представляют» (В. Тэрнер).

Обращаясь к моменту появления языка среди животной жизни, Леви-Стросс замечает, что язык мог возникнуть только сразу как целое, «ибо вещи не способны означиваться

постепенно». Отсюда следует, что мир весь в целом, одномоментно, становится значащим (хотя, разумеется, и не более познанным от этого). Складывается своего рода проблемная ситуация: человек изначально располагает всей совокупностью означающего, но затрудняется «разместить по отношению к ней означаемое, данное в этом качестве». Понятия типа «маны», утверждает Леви-Стросс, и есть «как раз это текучее неустойчивое означающее» (там же), своего рода фикция (в юридическом смысле слова), обеспечивающая бесперебойность работы «символического мышления», несмотря на присущие ему антиномии [197].

Вспомним, однако, что это «просто нулевое символическое значение», т. е. мана, несет в себе предельное эстетическое напряжение: выражение Мощи, или возвышенного, по Канту. При каком условии может оказаться «значащим» весь мир в целом? Видимо, только в соотношении с другим миром или с самим собой, но в ином состоянии.

В магическом ритуале одна из сторон имеет статус сакрального. Например, у австралийских аборигенов значения мест, вещей, явлений и событий укоренены в т. н. времени сновидений – мифопоэтическом прошлом, которое парадоксальным образом существует не «до», но «за» или «внутри» настоящего и доступ к которому возможен в особых, сакральных местах, в ходе ритуалов или через посвященных, т. е. в конечном итоге посредством особых состояний сознания, в которых человеку открываются смысл и причины ве-

щей.

Иными словами, различная степень реальности сторон значения не мешает тому, что они совершаются и проживаются. Регулярно выполняемый ритуал является постоянным обращением чувств к «первым и последним вещам», он не свободное выражение эмоций, а упорядоченное построение «правильных отношений» (С. Лангер) [99].

Созерцание священного вызывает определенное интеллектуальное возбуждение (интеллектуальное, потому что оно сосредоточивается на умственной активности), возбуждение реализующейся жизни и силы, мужественности, соперничества и смерти.

Таким созерцанием затрагивается весь спектр человеческих эмоций. Ритуал «выражает чувства» в логическом, а не в физиологическом смысле. Он может обладать тем, что Аристотель называл «катарсической» ценностью, но это не является его характеристикой; это прежде всего артикуляция чувств.

Последний продукт такой артикуляции – не простая эмоция, а сложное постоянное отношение. Это отношение, которое является реакцией поклоняющегося на озарение, получаемое благодаря священным символам, выступает эмоциональной моделью, управляющей всеми индивидуальными жизнями.

Танец – это первое движение символов в ритуале. О языке тела как первом порядке языка стал говорить уже Джамбат-

тиста Вико. Соответствующие рассуждения мы найдем в разделе «О Поэтической Логике» второй книги его «Оснований новой науки». Язык жестов-указаний был языком богов, т. е. боги были первыми словами, которыми «Поэты создавали из тел Мифы». Однако «позднее, когда сила абстракции увеличилась, эти огромные фантастические образы уменьшились и были приняты за маленькие знаки».

В основе мифа лежит опыт приспособления человека к миру, а не опыт господства над ним. Ритуал— это бессознательная пантомимическая модель коэволюционно-имитационного сосуществования человека с миром. Эта модель в истории все более осознавалась и легитимировалась.

Вначале человек показывал то из окружающей действительности, с чем он ощущал сопричастность, что эмпатически переживал как природную себе часть, то есть имитируя, телесно-двигательно нес информацию о формах и свойствах мира в ритуале. И лишь впоследствии жесты и звуки ритуального действия трансформировались в про-из-несение, в повествование мифа.

Конечно же, как внутренний образ-сюжет миф присутствовал в сознании человека и до ритуальных действий. Иероглифика танца превращалась в иероглифику мифа.

Возьмите, к примеру, Танец Дождя племени хопи. Типичный объективный функционалистский подход пытается объяснить существование танца, рассматривая его как необходимый аспект интеграции системы общественного действия.

Иными словами, танец выполняет поведенческую функцию в социальной системе в целом, причем утверждается, что эта функция, которая практически неизвестна самим туземцам, – сохранение самотворческого самоподдержания системы общественного действия (см. Parsons).

С другой стороны, герменевтический подход вместо этого стремится принять точку зрения коренного представителя культуры и понять Танец изнутри, с сочувственной позиции взаимного понимания. И тогда представитель толковательной антропологии (как «участник-наблюдатель») обнаруживает, что Танец – это одновременно способ почитания Природы и способ благожелательного влияния на Природу. Таким образом, этот социолог заключает, что феноменологически Танец представляет собой образец установления связи со сферой, ощущаемой в качестве священной.

Таким образом, танец выполнял очень важные функции с момента своего появления, с момента зарождения «человеческого»:

**Ритуальная (сакральная)** – танец как самый естественный способ установления связи со «священным», первичный символический язык человечества.

**Коммуникативная** – танец как первичный язык, способ передачи знания и кодификация общения не только между полами, но и членами первичных групп.

**Идентификационная** – танец как способ самоопределения, причем «само» в данном случае – это в первую очередь

принадлежность своему племени, полу и т. д., разделенная общность, без которой невозможно выживание.

**Экспрессивная** – танец как игра и первое свободное (в том смысле, что не всегда строго функциональное) самовыражение.

**Катарсическая (рекреационная)** – танец как способ разрядки эмоционального и физического напряжения, путь к освобождению.

Эти функции (естественно, в измененном виде) танец сохраняет и сегодня. Он может выражать весь спектр человеческих чувств. Он остается социальным ритуалом, помогающим установлению отношений между полами, и способом идентификации в современных субкультурах. И в нем по-прежнему есть сила, которая может приводить нас в «изменение священного», которая и является источником главных смыслов человеческого существования [17, 24, 61, 66, 92].

# 1.2. История танца

## 1.2.1. Первобытные танцы

Рассмотрение истории возникновения и развития видов танца исключительно важно, так как танец, его природа и история являются одним из самых важных источников танцевальной психотерапии и танцевально-двигательных методов вообще. Корни танцевально-двигательной терапии восходят к древним цивилизациям, в которых танец являлся важной составляющей жизни. Для обзора представлений о первобытных танцах мы воспользуемся материалами Т. Шкурко [200].

Для первобытного человека танец был основной формой существования. Известно, что танцевальная активность была свойственна уже палеоантропу (В. В. Ромм, 1994). Наиболее изучен танец в эпоху верхнего палеолита, когда уже сложился тип современного человека – кроманьонца. Нам он интересен как прообраз танцевальных психотерапевтических и тренинговых групп.

Первобытный танец в литературе (Абрамова З. А., 1972; Авдеев А. Д., 1959; Бюхер К., 1923; Дэвлет М. А., 1990; Королёва Э. А., 1973, 1975; Луговая Е. К., 1991; Мартинес Э.

Л., 1986 и др.) охарактеризован следующими чертами:

1. Танец – основная форма совершения обрядов и ритуалов.

2. Нет строгой дифференциации между зрителем, исполнителем и сочинителем танца.

3. Основной формой исполнения первобытного танца был круг, который являлся, с одной стороны, наиболее удобной формой исполнения массового обрядового танца, а с другой стороны, имел символический, магический смысл, связанный с культами Солнца и Луны. В различных племенах исполнение кругового танца относилось к предстоящей охоте, к вызываемому плодородию, к магии всеобщего благополучия, в некоторых случаях круговой танец символизировал брак и совершал его. Также есть сведения о существовании в первобытную эпоху парных или «любовных» танцев и даже индивидуальных танцев, «в которых каждый исполнитель танцевал отдельно и в которых, однако, вырисовывалась форма круга» (Э. А. Королёва, 1977, с. 127).

4. Особое значение женских танцев. Согласно мифологическим представлениям первобытного человека, связь члена племени со своим тотемом происходила через женщину.

4. Первобытный танец – источник всех существующих ныне видов танца как хореографического искусства.

5. Полифункциональность первобытного танца. Танец, в зависимости от контекста его исполнения и разновидности, выполнял различные функции в жизни древнего общества:

от психофизических и психофизиологических до социально-психологических.

Э. А. Королёва выделяет две основные ветви первобытного танца: ритуальный, обрядовый танец и танец бытовой. Она считает, что бытовой танец произошел от ритуального, это тот же обрядовый танец, только утративший свое магическое значение. Таким образом, исходной формой танца был обрядовый, ритуальный танец, неразрывно связанный с религиозными, мифологическими, мистическими представлениями и жизнедеятельностью первобытного общества. Э. А. Королёва и А. Д. Авдеев рассматривают три основных вида ритуального танца: тотемические, охотничьи и военные. По поводу того, какой из этих видов возник раньше других, единого мнения не существует. А. Д. Авдеев, например, пишет, что тотемическая пляска возникает как развитие охотничьей. Э. А. Королёва же указывает, что именно «в тотемических обрядах проявляется первая специализация танца» (Э. А. Королёва, 1977, с. 50).

Действительно, тотемические танцы среди разновидностей первобытного танца занимали особое место. Они были вплетены в тотемические обряды, в которых молодые члены племени через уподобление тотему (тотем – определенный вид животных, птиц, растений, от которого происходил род первобытного человека или даже отдельный человек) учились познавать окружающий мир, знакомились с историей племени, приобщались к жизни взрослых. Фактически тотем-

мический танец представлял собой средство сохранения и передачи мифологических представлений племени об окружающем мире и своем месте в этом. К. Леви-Брюль так описывал тотемический танец: «Подражая тому, что делали в определенных обстоятельствах мифические предки, воспроизводя их жесты и действия, участники церемоний приобщаются к ним и реально сопричастуют их сущности. Одновременно с этим новичков, т. е. молодое поколение, которому предстоит включиться в поколение старших, вводят в тайны священных обрядов, от которых периодически зависят благосостояние и благополучие общественной группы. А заодно участникам церемонии удается вызвать умножение, усиленный и быстрый рост растений и животных, являющихся тотемами разных кланов племени» (1937, с. 115).

В целом тотемический танец выполнял ряд важнейших для первобытного племени функций:

1. Функцию «сохранения накопленного племенем жизненного опыта и передачи его подрастающему поколению» (Э. А. Королёва, 1997, с. 50).
2. Магическую функцию или функцию мистического слияния с тотемом.
3. Функцию самопознания и познания окружающей действительности.
4. Функцию идентификации. Танец становится своеобразным социальным маркером, признаком принадлежности к той или иной социальной группе, так называемым «паспор-

том рода, клана или отдельной личности» (там же, с. 50). У племени бечуан (Африка) при встрече незнакомые люди, для того чтобы узнать, к какому клану они принадлежат, спрашивали друг друга: «Как ты танцуешь?» Кроме того, уже в эпоху верхнего палеолита танцы в связи с разделением труда делятся на мужские и женские, и успех исполнения этих танцев напрямую связывается с определенными мужскими (например, сила, выносливость) и женскими (способность к репродукции) качествами. Таким образом, танец становится знаком как социальных, так и индивидуальных характеристик человека. Кстати, согласно исследованиям У. Хэмбли (Hambly, 1923), часто девушки именно из числа лучших танцоров выбирали себе мужей.

5. Функцию обучения и воспитания.

6. Объединяющую функцию. Тотемические танцы требовали коллективного участия в них всего племени, в чем утверждались «единство группы и неразрывная часть с ней каждого члена» (Мартинес Э. Л., 1986, с. 16).

7. Функцию социализации и индивидуации (эти функции выполняли, как правило, обряды инициации).

Таким образом, центральная роль тотемического танца в жизни первобытного племени определялась в первую очередь его разнообразными функциями и неразрывной связью с системой первобытной мифологии, с культами первобытного человека. Кроме того, исполнение тотемического

танца сопровождалось рядом условий, что оказывало огромное психологическое воздействие на членов племени. Тотемические обряды, как правило, совершались в особых пещерах, разрисованных магическими изображениями животных, вход в эти пещеры был сопряжен с большой опасностью для жизни. Исполнители тотемического танца, надев шкуру животного, в такой обстановке чувствовали себя, по словам Л. Леви-Брюля, «реально превратившимися в пантер и леопардов» (1937, с. 126). Часто тотемические танцы исполнялись до изнеможения в течение нескольких дней, особенно во время обрядов инициации, а также голода, войн и других бедствий, иногда приводя к очень сильному истощению и смерти исполнителей. Но первобытный человек верил, что тотем вернет им жизнь [100].

Охотничьи и военные танцы, как показывают Э. А. Королёва и А. Д. Авдеев, выполняли сходные функции, отличаясь лишь тем, что в военных танцах «человек служит дичью для человека» (Плеханов Г. В., 1958, с. 38):

1. Функцию формирования и отработки охотничьих и военных навыков.

2. Функцию психоэмоциональной со-настройки членов племени (выработка слаженности, согласованности) и настройки на предстоящую деятельность (тренировка внимательности, наблюдательности).

3. Функцию физической подготовки: развитие силы, ловкости, точности движений и т. д.

Приведу несколько этнографических примеров. Л. Леви-Брюль так описывает охотничью пляску североамериканских индейцев племени мандан: «В этих плясках индейцы представляли, “разыгрывали” отдельные эпизоды своей охоты. Один из участников, покрытый бизоньей шкурой, подражал движениям пасущегося животного; другие, изображавшие охотников, приближались к нему с бесчисленными предосторожностями, внезапно на него нападали и т. д.» [100, с. 114]. Те же североамериканские индейцы, возвратившись из военного похода, исполняли танец скальпа: «При освещении факелов воины танцевали со скальпами своих врагов пятнадцать ночей подряд. Бряцая оружием, они демонстрировали их с особой гордостью, как доказательство боевой храбрости и доблести<...> Затем, разыгрывая сцену сражения, они словно рубили и резали друг друга на части» (Э. А. Королёва, 1977, с. 117).

Кроме тотемических, охотничьих, военных в литературе описаны также ритуальные танцы возрождения животных (А. Д. Авдеев, 1959), танцы плодородия, танцы змей, птиц, животных, женские военные танцы (Э. А. Королёва, 1977). Большинство этих танцев исполнялись женщинами, в то время как тотемические, охотничьи и военные исполнялись мужчинами. Остановимся на характерных особенностях мужских и женских танцев, в формировании которых, как отмечает Э. А. Королёва, ведущую роль сыграли физиче-

ские и физиологические отличия и сформировавшееся на их основе первичное разделение труда на мужской и женский. Удивительно, что за такой период времени – от первобытной эпохи до наших дней – они практически не претерпели изменений.

Основу пластики всех видов женского обрядового танца составляли различные колебательные и вращательные движения бедрами, животом и всем телом, при этом ноги почти не отрывались от земли. Характер изображения женских танцев на петроглифах (женщины изображались с преувеличенно большими бедрами и колыхающимися грудями) соответствует многочисленным этнографическим описаниям: «Женщины двигаются медленно, делая маленькие шаги и выдвигая зад, которым они вертят из стороны в сторону; так как туловище при этом наклонено вперед, то груди при этом болтаются. Последнее, вероятно, утомительно, поэтому время от времени женщины подпирают свои груди ладонями, но все же продолжают вертеться» (Н. Н. Миклухо-Маклай, 1950, с. 70). По мнению ученых, подобная пластика порождена характерными особенностями женских культов: магией женского тела, волос, связью с огнем, матерью-землей, животными и растительными силами природы.

Мужские же танцы, напротив, состояли преимущественно из высоких прыжков, ударов ног в землю и движений типа *coitus*. Известный немецкий исследователь танца К. Закс (1933) писал, что мужские танцы основаны на энергичных

движениях вверх, в то время как в женских танцах отчетливо выражено притяжение к земле, правда, объясняя эти различия экстравертированным характером мужской натуры и интровертированным характером женской. Но, подчеркивая различия в пластике мужских и женских танцев, нельзя не сказать о существовании обрядов, в которых мужчины и женщины «перевоплощались» в противоположный пол через копирование движений друг друга.

Э. А. Королёва приводит фрагменты наскальных и скульптурных изображений, на которых символические позы женского танца принадлежали мужчинам, а также следующее описание полинезийского танца. В этом танце две длинные шеренги мужчин, одетые в юбки, сосредоточенно копируют фиксируемые стоящей в центре женщиной треугольные позы. Б. Богаевский так описывает, возможно, возникающие во время этого действия чувства: «В момент совершения культового жеста мужчина должен чувствовать себя перевоплощающимся в женщину и меняющим свой пол... Мужчина обеспечивал себе в культовом женском состоянии длительную охрану богини или же посвящал себя ей как мужеско-женский образ в благодарность за оказанное ему богиней благодеяние» (цит. по: Э. А. Королёва, 1997, с. 155).

Теперь поговорим о танцах бытовых. В чем отличие танцев ритуальных от танцев бытовых? Ритуальные танцы следовали определенной системе правил, в них использовались канонизированные ритмы, позы и движения, в то время

как бытовые танцы были более импровизированными, хотя также имели некоторые четко определенные правила.

А. Д. Авдеев (1959), Э. А. Королёва (1977), Э. Л. Мартинес (1986) выделяют несколько разновидностей бытовых танцев: сюжетные танцы (например, трудовые), основной функцией которых была повествовательная и которые исполнялись для увеселения и развлечения.

Второй разновидностью бытового первобытного танца является бессюжетный танец. Он важен для нас тем, что это – танец спонтанный, танец-импровизация, а ведь именно спонтанный танец используется в психотерапии и тренинге. Э. Тэйлор так описывал танцы лесных индейцев Бразилии: «Пляски эти разнообразны: то пляшущие с трещотками в руках топают под такт раз-два-три вокруг большого глиняного горшка, содержащего опьяняющий напиток; то мужчины и женщины изображают пляской грубое ухаживание» (цит. по: Э. А. Королёва, 1977, с. 177).

Принято выделять две разновидности бессюжетных танцев:

1. «Гимнастические» танцы (Г. В. Плеханов, 1958, с. 397), или «танцы радости бытия» (Э. А. Королёва, 1977, с. 180). Основной функцией этих танцев была функция самовыражения. Назовем их «экспрессивными» танцами.

2. Любовные танцы, в которых «юноши и девушки стремились привлечь внимание друг друга, в них происходило объяснение в любви и находила откровенное выражение лю-

бовная страсть» (Э. А. Королёва, 1977, с. 180). Основная функция этих танцев – общение между полами. Любовные танцы представляли собой санкционированную форму ухаживания и, вероятно, по этой причине сохранились и поныне. Уже в первобытную эпоху сложились характерные черты экспрессии парного любовного танца: расположение партнеров «лицом к лицу» и наличие прикосновений. Однако они еще держатся на определенном расстоянии друг от друга. Последующие эпохи сократят это расстояние.

Первобытные танцы обычно исполняются группами. Хороводные танцы имеют конкретное значение, определенные цели: изгнать злых духов, исцелить больного, отогнать беду от племени. Самое распространенное движение здесь – топанье, возможно, потому, что оно заставляет землю трепетать и покоряться человеку. В первобытных обществах распространены танцы на корточках; танцующие любят кружиться, дергаться и скакать. Скачки и кружения доводят танцующих до экстатического состояния, заканчивающегося иногда потерей сознания. Танцующие обычно не носят одежды, зато носят маски, сложные головные уборы и часто раскрашивают свое тело. В качестве аккомпанемента используются топанье, хлопки в ладоши, а также игра на всевозможных барабанах и дудках из природных материалов.

В первобытном обществе не бывает артистов в обычном смысле слова, хотя в ряде первобытных племен имеются профессиональные танцовщики, которые не имеют никаких

иных обязанностей и являются настоящими мастерами танца.

У первобытных племен нет регламентированной техники танца, но великолепная физическая подготовка позволяет танцующим полностью отдаваться танцу и плясать с абсолютной самоотдачей, вплоть до исступления. Танцы такого рода до сих пор можно увидеть на островах южной части Тихого Океана, в Африке и в Центральной и Южной Америке.

Большинство танцев тихоокеанских островов имеют социальную, магическую и религиозную природу. В традициях разных островов наблюдается определенная общность. Например, широко распространен танец с оружием, причем особой популярностью он пользуется среди обитателей Фиджи, где исполняется после длительной подготовки под руководством опытных мастеров.

Для Самоа типичны сидячие танцы, в которых искусно используются движения верхней части туловища и которые исполняются под хлопанье в ладоши или под стук маленьких деревянных палочек. Культивируется танец с прихрамыванием вокруг «калеки», который внезапно разражается смехом и высоко подпрыгивает, – этот танец символизирует победу человека над недугом.

Для танцев маори (Новая Зеландия) более характерны движения всем телом, нежели ногами. Их хака – это танцы в сопровождении хоровой поддержки или выкрикиваемых слов. Один из типов хака, исполняемый мужчинами,

отличается сложностью синкопированных ритмов, которые требуют мгновенных изменений в выражении лица и головных модуляций. Современные танцы маори проникнуты юмором.

Танцы Филиппин демонстрируют влияние иностранных завоевателей – китайцев, индийцев, арабов и испанцев. Горные племена еще сохраняют свой магический танец каньяо, в котором жрица приносит свинью в жертву духам предков и просит их даровать могущество племени храбрых охотников за головами. Танец сингкил, повествующий о мусульманской принцессе, требует от исполнительницы особой сноровки и изящества: она двигается между двумя парами бамбуковых шестов, постукивания которых образуют синкопированное и все время убыстряющееся ритмическое сопровождение. С XVI в. филиппинцы вошли в соприкосновение с европейской культурой и заимствовали некоторые европейские танцы (например, польку, ригодон, вальс), однако из-за жаркого климата островов эти танцы исполняются в замедленном темпе.

Радость телесной свободы выражается в гавайской хуле, исполняемой под рокот барабанов. Сначала хула была священным танцем, в котором человек отождествлял себя с природными силами. Извиваясь всем телом, люди призывали богов и молили их о плодородии. Когда-то хула исполнялась только жрицами. С приходом белых завоевателей танец был запрещен, но не забыт. Хула, исполняемая ныне в ноч-

ных клубях как аттракцион для туристов, является слабой копией танца, который когда-то был прекрасным выражением непосредственной радости жизни.

## **1.2.2. Танцы древнего египта**

Важные наглядные сведения о развитии танца в Древнем Египте можно почерпнуть из иероглифических записей, деревянных рельефов, изображений, высеченных на камне, скульптуры и разных предметов из древних гробниц. В Абидосе – месте, где, по верованиям египтян, был похоронен бог мертвых Озирис, – в период летнего солнцеворота проводились обряды с танцами и музыкой. Группы певцов и танцовщиков жили при храмах и участвовали в поклонении богам. Одним из главных праздников был обряд, посвященный быку Апису, с тайными танцами, исполняемыми «служителями» быка.

Движение светил имитировалось в круговых танцах, и египетские жрецы-астрономы разработали очень сложный танец звезд, в котором сами жрецы двигались в направлении от востока к западу вокруг алтаря Солнца, жестах изображая знаки зодиака.

Чувство театральности было очень сильно у людей Древнего Египта. Даже их храмовые танцовщики исполняли акробатические трюки, и на рельефах можно видеть женщину, делающую шпагат, или женщину, которую подбрасывают в

воздух и затем подхватывают два партнера, а также мужчину, стоящего на одной ноге и собирающегося сделать пируэт.

Погребальные и церемониальные танцы отличались строгостью и простотой, но со временем стали возникать и другие, более декоративные виды танца. Рабов и рабынь обучали танцам для домашних развлечений. В Египет привозились танцовщики из других стран. Имелись странствующие труппы профессиональных актеров, которые разыгрывали пантомимы, исполняли акробатические номера под аккомпанемент бубнов и кастаньет. Некоторое время пользовались популярностью танцы негров-пигмеев.

Около 1500 лет до н. э. баядеры – прибывшие в Египет храмовые танцовщицы из Южной Индии – значительно изменили строгую угловатость и некоторую жесткость египетского танца и привнесли в него мягкие, плавные линии.

### **1.2.3. Танцы античности**

За первобытными танцами следуют танцы античности. Во времена архаики танец являлся частью хоровой лирики, основным атрибутом различных культов (культов Деметры, Диониса, Аполлона). В классический период Древней Греции место танца – древнегреческая трагедия, где он является: средством усиления напряженности драматического действия (Эсхил); выражением эмоциональной реакции на разворачивающиеся события (Софокл); рассматривается

как пантомимика, изображающая чувства и сопровождающая выступления хора (Еврипид). Танец приобретает новую функцию – сопровождение речи. В комедиях танец становится самостоятельным средством выражения разнообразных чувств, в том числе эротических и откровенно сексуальных.

Известно, что в Греции муза танца и хорового пения Терпсихора была включена в пантеон божеств. Греки понимали танец очень широко, рассматривая его и как гимнастику, средство оздоровления тела, и как мимическое искусство. К танцам относили шествие драматурга Софокла во главе процессии обнаженных юношей по Афинам после победы при Салами-не, жонглирование и акробатику, военную муштру, погребальные и свадебные процессии и размеренные, строго одновременные жесты и движения хора в трагедии.

Крупнейший писатель-сатирик и мыслитель поздней античности Лукиан в своих работах отводит ей отдельную главу «О пляске», в которой он описывает различные достоинства этого вида искусства [104].

Глава книги написана в форме диалога двух друзей: Ликина и Кратона. Кратон считает пляску «смехотворным развлечением», Ликин же хочет доказать своему другу, что пляска – это «...занятие, по происхождению своему божественное и к таинствам причастное, множеству богов любезное, в их честь творимое и доставляющее одновременно великую радость и полезную назидательность».

По Лукиану пляска – это сложное искусство, которое «требует подъема на высочайшие ступени всех наук»: музыки, ритмики, геометрии и философии, «как естественной, так и нравственной», риторики, «поскольку она стремится к той же цели, что и ораторы: показать людские нравы и страсти», живописи и ваяния.

Лукиан рассматривает пляску с точки зрения физической подготовки, благотворно влияющей на здоровье танцора: «напряженные движения танцора ... для него самого оказываются чрезвычайно здоровым занятием: я, по крайней мере, склонен считать пляску прекраснейшим из упражнений и притом превосходно ритмизованным. Сообщая телу мягкость, гибкость, легкость, проворство и разнообразие движений, пляска в то же время дает ему и немалую силу».

С другой стороны, автор сравнивает пляску с лекарством для зрителя: «пляска обладает такими чарами, что человек, пришедший в театр влюбленным, выходит образумившимся, увидев, как часто любовь кончается бедой. Одержимый печалью возвращается из театра, смотря светлее, будто он выпил какое-то дающее забвенье лекарство, «боли врачующее и желчь унимающее».

«Главная задача плясуна в том и состоит, чтобы овладеть своеобразной наукой подражания, изображения, выражения мыслей, умения сделать ясным даже сокровенное». Здесь можно вспомнить слова, принадлежащие чужестранцу: «Увидавши пять масок, приготовленных для танцора, –

из стольких частей состояло представление, – и видя только одного актера, чужестранец стал расспрашивать: кто же будет плясать и играть остальных действующих лиц? Когда же узнал, что один и тот же танцор будет играть и плясать всех, он сказал: “Я и не знал, приятель, что, имея одно это тело, ты обладаешь множеством душ”».

Потребность в танце обусловлена самой природой человека, его внутренними ритмами, но греки стремились также к идеальной красоте, которая достигалась путем стилизации.

Кроме этого, существуют танцы воинственные – ритуальные и образовательные; танцы культовые; оргиастические; танцы общественных празднеств; танцы в быту (при рождении, свадебные, погребальные, народные).

Примером может служить военный танец (пирриха), описанный у Гомера и известный по сохранившимся рельефам и вазовой живописи. Другой пример, тоже из Гомера, – погребальный танец, цель которого – всплеском физической активности танцующих вдохнуть новую жизнь в мертвое тело. Этот танец пришел с острова Крит, для него характерны резкие движения рук и ритмические удары мечей о щиты для отпугивания злых духов.

Поскольку греки верили, что танец подарен людям богами, они проявляли большой интерес к эзотерическим культам, в которых существенную роль играл танец. Кроме оргиастических танцев, связанных с определенными ритуалами, древние греки любили торжественные процессии, осо-

бенно пеаны, которые являли собой род ритмически организованного шествия в честь того или иного божества с пением торжественных гимнов. Большим празднеством были Фесмофории – в честь богини земледелия Деметры и ее дочери Персефоны. Важную роль играли танцы в орфических и элевсинских мистериях.

Оргиастические танцы в честь бога плодородия Диониса постепенно сложились в определенную церемонию – дионисии. Для них специально обучались танцовщицы, изображавшие менад, и танцоры, изображавшие сатиров; в соответствии с мифом это была свита Диониса. Общий танец – дифирамб, исполнявшийся в дионисийских празднествах, – стал источником древнегреческой трагедии.

У танца, развивавшегося в рамках древнегреческой трагедии, наблюдается несколько периодов, соответствующих разным этапам развития самой драматургии. Для Эсхила танец – средство усиления напряженности драматического действия. Софокл трактует танец как выражение эмоциональной реакции на разворачивающиеся события. У Еврипида хор пантомимически изображает чувства, соответствующие сюжету. Танец в составе трагедии (эммелия) был достаточно медленным и величественным, а жесты в нем (хирономия) – широкими, крупными, легко воспринимавшимися публикой на больших аренах, где ставились трагедии. Танец в старой комедии назывался кордаком и был, в соответствии с духом представления, разнузданным и неприлич-

ным. Танцор вертел животом, ударял себя по пяткам и ягодицам, прыгал, бил себя в грудь и по бедрам, топал ногами и даже колотил партнера. Сикиннис – пляска сатиров, насыщенная акробатическими элементами, – превзошла кордак в откровенном бесстыдстве. С распространением христианства оба танца исчезли.

Любимым развлечением древних греков были трапезы в дружеском кругу – симпозиумы. В них принимали участие профессиональные танцоры. Росписи греческих ваз изображают куртизанок (гетер), танцующих под звуки флейты, в то время как зрители наблюдают за танцем и даже присоединяются к нему.

Римляне внесли в историю мирового танца большой вклад как создатели пантомимы. Это – сильно стилизованная последовательность движений, как правило, одного исполнителя, причем основная роль отводилась жестикуляции. Пантомиме обычно аккомпанировал маленький оркестр. Знаменитыми пантомимистами были Бафилл из Александрии, предпочитавший комедию, и Пилад с Сицилии, который придал пантомиме трагический пафос. Пантомима как спектакль была впервые исполнена публично в 23 до н. э. Со временем это искусство выродилось в откровенно эротичное и вульгарное зрелище, с которым боролась христианская церковь.

Хотя в Древнем Риме и преобладала пантомима, ритуальный танец там тоже не был забыт. Существовало много тан-

цев-шествий на разные случаи. Например, члены жреческой коллегии салиев, жрецов бога Марса, исполняли свою культовую воинскую пляску – трипудий, т. е. танец в трехдольном размере. Повсюду на полуострове Италия жрецы проводили ритуалы, связанные с древними культами плодородия. Такого рода храмовые обряды постепенно перерастали в народные праздники. Например, знаменитые сатурналии, проводившиеся в конце декабря, стали народным карнавалом, с танцами на улицах и взаимным одариванием. Впоследствии дух христианских рождественских праздников впитал в себя немало элементов древнеримских сатурналий [82, 91].

### **1.2.4. Танец в средние века**

Важным этапом, изменившим роль танца, явилось развитие христианства. Разделение на тело и душу, признание тела «сосудом греха» привело к тому, что танец и телесность лишились статуса «священного», ритуальная, сакральная функция танца была выхолощена и танец все больше становился развлечением.

Там не менее как естественная потребность человека, танец продолжал жить. Переходя к эпохе средних веков, нам не придется долго разыскивать носителей профессионального танца. Потребность в зрелищах здесь удовлетворяли жонглеры (гистрионы, иокуляторы, мимы).

В IX в. мы уже видим изображения таких танцовщиков

на миниатюрах. В XII в. жонглерство развивается особенно быстро и широко, а в XIII в. достигает полного расцвета. В начале XV в. жонглерство перестает существовать как единое целое, определяется его дифференциация – Цех инструменталистов и мастеров танца; Актеры; Танцовщики; Ярмарочные скоморохи.

Именно жонглер обслуживал «все потребности общества в художественном слове, пенье, инструментальной музыке, забавлял своих зрителей и буффонной шуткой, и акробатикой, и жонглированием...», конечно же, он танцевал. Жонглер танцевал сам как профессионал, руководил танцами, обучал танцам знатную молодежь.

В Средние века в русле развития непрофессионального танца на первый план выходят его катарсическая функция и функция общения. Танец к этому времени становится единственным способом выражения, выплеска несанкционированных, социально-нежелательных, в том числе сексуальных эмоций, средством нерегламентированного общения. Появляются карнавалы, где наблюдаются случаи маниакальной одержимости танцем; развиваются народные танцы, сопровождающие все народные праздники в городах и деревнях, отражающие трудовую деятельность; появляются придворные танцы и первые учителя. Танец начинает уходить от спонтанности, эмоциональности к формальности, церемониальности, чопорности.

Следует заметить, что для эпохи Средневековья было ха-

рактально острое чувство страха смерти; изображение смерти, как и дьявола, постоянно встречается в средневековой символике. Образ танцующей смерти возник уже в глубокой древности; фигура смерти появляется также в танцах многих первобытных обществ – например, до сегодняшнего дня она играет большую роль в магических обрядах вудуистов. Но именно в эпоху Средневековья образ смерти превращается в символ потрясающей силы.

«Танец смерти» (*danse macabre*) особенно широко распространился в Европе в XIV в., в периоды эпидемии чумы. В социальном смысле этот танец, как и сама смерть, уравнивал представителей разных сословий. В годы чумы «танец смерти» часто перерастал в истерическое веселье. Обычно он начинался быстрой пляской; затем один из танцоров внезапно падал на землю, изображая мертвого, а остальные продолжали танцевать вокруг него, представляя в пародийном виде оплакивание покойника. Если мертвеца изображал мужчина, его возвращали к жизни поцелуи девушек; если девушка – ее целовали мужчины. После «воскрешения» следовал общий хороводный пляс.

От Средневековья дошло множество историй о маниакальной одержимости танцем. Во время христианских праздников народ внезапно начинал петь и танцевать у храмов, мешая проходившей в них церковной службе. Эти безумные танцы наблюдались во всех странах. В Германии они получили название «пляска св. Витта», а в Италии – «та-

рантелла».

Танец был не только необходимым средством разрядки, но и главным развлечением. Наибольшей популярностью пользовалась карола, первоначально представлявшая собой танец-шествие. Возникнув в Провансе как песня-танец, исполнявшийся только в мае, карола быстро распространилась по Европе благодаря странствующим менестрелям и в конце концов стала обязательным атрибутом всех праздников.

Средневековый танец оставался еще во многом импровизированным действием. Народ любил хороводы, но устойчивых правил танца не существовало. Танец был принятой формой ухаживания; исполнители сопровождали танец пением; движения были самыми простыми.

В XII в. культ романтической любви и рыцарства в значительной мере преобразил танец, приглушив его откровенно эротические черты. Танец входил в число обычных для рыцаря занятий и выступал как своего рода домашняя параллель к турнирам на открытом воздухе. Обычно танец возглавляла одна пара, к ней присоединялись другие, медленно двигаясь по кругу; тип этого танца во многом напоминал полонез.

В эпоху позднего Средневековья проявляется различие между придворным парным танцем и деревенским групповым танцем. В социальном плане жесткого водораздела тогда еще не существовало. Селяне могли подражать придворному танцу, а рыцари любили иной раз присоединиться к

сельскому хороводу. Крестьяне отдавались танцу с ничем не сдерживаемой непосредственностью, рыцари танцевали более строго, следуя придворному этикету. Народный танец по-прежнему был импровизацией, в то время как придворный танец становился все более манерным. Главной формой дворцового искусства был фигурный танец, где группа танцующих последовательно образовывала танцевальные построения.

Большое значение в развитии придворного танца сыграло появление профессиональных учителей танца, которые не только обучали знать, но и являлись арбитрами в области этикета и манер и оказывали обычно большое влияние на атмосферу при дворе [82, 91].

## **1.2.5. Танец в эпоху возрождения**

В эпоху Возрождения танец становится способом общественного развлечения и общения. Кроме распространенных круговых и хороводных танцев появляются парные (дуэтные) танцы. Но если в первобытном любовном танце контакты тел минимальны, то здесь наблюдаются активность, близость, оживленный танцевальный диалог, постоянный контакт глаз и рук. Одновременно танец превращается в самостоятельный вид искусства, он не является уже «пластическим» продолжением музыки и не нуждается в словесном сюжете.

Развитие театрального танца в эпоху Ренессанса связано главным образом с Северной Италией, хотя несколько позже, когда танец распространился по Европе, источником его изысканной стилизации и барочной красоты стали французские дворы. Правители итальянских городов-государств, такие как Медичи, Сфорца, Эсте и Гонзага, все больше внимания уделяли пышным зрелищам. Постепенно сложился набор танцевальных приемов с рядом обязательных правил. Оживленный сельский танец не подходил придворным дамам и кавалерам. Их одеяния, как и залы или сады, в которых они танцевали, сам строй их мыслей абсолютно не допускал неорганизованного движения. Чтобы навести порядок и усилить дисциплину, имелись специальные танцмейстеры, для которых танец был воплощением сдержанности и утонченности. В нем теперь не оставалось ничего «народного»; танец становился все более театральным. Профессиональные танцмейстеры заранее репетировали с дворянами отдельные па и фигуры и режиссировали движения групп танцующих, а зрителями были другие придворные.

Развитие музыкального искусства в эпоху Ренессанса было тесно связано с развитием танца, поскольку почти все крупные композиторы в своих сочинениях ориентировались на танец. Традиция контрастного сопоставления медленного танца-шестивия и живого прыжкового танца породила такую музыкальную форму, как сюита, которая, в свою очередь, оказала влияние на становление сонатной формы.

Маскарады, момерии и карнавальные шествия – излюбленные развлечения в Средние века – особенно распространились в эпоху Возрождения. В XV и XVI вв. такие представления устраивались в дворянских домах и по мере их усложнения превратились в дорогостоящие празднества. Больше всего в эпоху Ренессанса увлекались маскарадами, т. е. танцами в масках, причем маски имели в эту эпоху особое значение. Люди, желавшие сохранить свое инкогнито, путешествовали в масках; представители враждующих знатных семейств скрывали свои лица под масками – как это представлено, например, в шекспировской трагедии «Ромео и Джульетта», где юный любовник в маске проникает на бал к Капулетти.

Большой вклад в танец как общественное развлечение вносили и карнавалы. Самыми пышными из них были т. н. триумфы (*trionfè*) – представления на мифологические сюжеты с искусно выполненными декорациями. Несколько более скромными были карри (*carrì*, от итал. *carro* – «повозка») – маскарады ремесленников и купцов в итальянских городах: здесь толпы людей в масках шествовали за декоративными символами своих профессий. Триумфы во владениях Медичи являли собой роскошные спектакли вне стен дворца. Медичи приглашали для их оформления лучших художников, в том числе архитектора Филиппо Брунеллески. В ту же эпоху во время придворных пиров и праздничных собраний в Италии и Франции выступали небольшие группы тан-

цоров; во Франции такие выступления назывались *entremets*, в Италии – *intromessi* (буквально «междуществия»). Первоначально их можно было видеть на балах, а позже в театрах, под названием «интермеццо» или «интерлюдия». Именно танцевальная интерлюдия превратилась в XVII в. в весьма популярную самостоятельную форму балетного антре (т. е. «выхода»).

Самым же распространенным придворным танцем эпохи являлся бас-данс (фр. *basse danse*, ит. *bassa danza* – «низкий танец»), его в эпоху Ренессанса называли королем танцев. Это был плавный беспрыжковый танец в спокойном темпе. Одна из его форм – павана – стала излюбленным танцем XVI–XVII вв. Павана соответствовала этикетному поведению кавалеров и богатым, тяжелым одеяниям дам; ее сурово-торжественный склад хорошо подходил к церемонии открытия придворного бала. Позднее павана по контрасту чередовалась с более оживленными танцами, обычно гальердой.

Другим популярным придворным танцем в течение долгого времени был мориско (итал. «мавританский»); в период между 1550 и 1650 гг. мориско был непременным атрибутом любого значительного придворного праздника. Танец, исполнявшийся в одиночку и группами, возник из романтических воспоминаний о временах господства мавров. Исходная форма танца предусматривает два ряда по шесть танцоров в каждом, причем некоторые из них должны бы-

ли зачернять лица. Обычно танцоры надевали маскарадные костюмы, привязывали на ноги колокольчики и помахивали платками. Это был мужской танец, состоявший не столько из движений всем телом, сколько из взмахов руками и ногами. Мориско сохранил свою популярность в простонародье и до сих пор иногда исполняется в Испании и на Британских островах (англ. morris dance).

В XV в. в Италии появляются первые учебники танца. В конце XVI в. исполнителями оказались король и цвет его двора, танцевание становится престижной профессией. Танец переходит от рассказывания реальности к выражению отвлеченной мысли. Далее танец становится сценическим и его основной функцией является общение со зрителем [81, 91, 154, 197].

### **1.2.6. Танцы XVI–XVIII вв**

Эволюция танца в 1550–1660 гг. шла от придворного представления – *ballet de cour* – к театральному танцу. Праздничные представления в Италии, Франции, Испании, наряду с мифологическими сюжетами и персонажами, часто включали популярные и народные танцы. Стремление сделать более зрелищными балльные интерлюдии преобразило этот жанр в интермеццо – миниатюрный спектакль с «живыми картинами» и танцами. Тяготение к театральности достигло кульминации в «Комедийном балете королевы» –

наиболее крупном придворном представлении, которое было поставлено в 1581 г. и считается первым в истории настоящим балетом. В нем были использованы все типы придворных развлечений с участием танцев – от пасторали до зрелищных интермеццо.

В Англии в это время господствовала мода на французские танцы. Вообще, любовь к танцам – характерная черта елизаветинской эпохи. В театре после комедии или трагедии обязательно исполнялся танец (жига) или комическая танцевальная сценка. За драматическими пьесами, ставившимися во дворце, непременно следовала «маска» – комедийный дивертисмент, где фигурировали образы как античности, так и волшебной сказки, а центральный большой танец исполнялся всеми присутствующими дворянами. В противовес маске появилась антимаска – гротескное или комическое представление, исполнявшееся после главной маски.

Танцмейстеры в течение многих недель обучали своих воспитанников, так как маска предполагала умение четко и энергично выполнять танцевальные движения. Кульминацией спектакля становилось «братание» исполнителей и зрителей: маскированные исполнители спектакля «выхватывали» из числа гостей особ противоположного пола и продолжали танцевать вместе с ними. Танцы в таких представлениях – вольта, гальярда, куранта – относились к числу самых популярных в ту эпоху.

В XVII в. законодательницей танцевальной моды для все-

го цивилизованного мира являлась Франция. Придворные европейских дворов подражали танцам, принятым в Версале. Из числа различных маскарадов с танцами выделился классический жанр *ballets a entrées*, в котором различные разделы («выходы») были тесно связаны единством сюжета и сочетались с музыкой и поэзией. Эта форма достигла вершины своего развития к середине XVII в.

Несмотря на пристрастие придворных к «балету с выходами», вторая половина столетия привнесла в сферу танца значительные перемены. Вплоть до конца XVII в. театральный танец оставался аристократической забавой. Прозвище короля Людовика XIV – Король-Солнце – ведет происхождение от показанного в 1653 г. представления «Балет ночи», где король играл роль Солнца. Создание в 1661 году Королевской академии музыки и танца установило четкую границу между публикой и артистами, и после этого театральный танец стал делом профессионалов. Аристократам оставалась роль покровителей и зрителей, а собственные танцевальные способности они могли демонстрировать на балах.

В царствование Людовика XIV из танца уходят его романтический дух, фольклорная природа. Так обстоит дело с большинством новых танцев, принятых в дворянском обществе, например с сарабандой, которую французский двор освоил, существенно изменив еще в царствование Людовика XIII, и которая первоначально отличалась необузданностью и откровенностью движений.

Главным же танцем полутора столетий начиная с середины XVIII в. стал менуэт, в наибольшей мере воплотивший дух времени. Когда-то это был веселый быстрый танец, но, попав в придворную среду, он, как и бранль, куранта, гавот (типичная для Версаля танцевальная сюита), утратил свои сельские корни и быстро впитал в себя придворную церемонность. Ту же трансформацию претерпели бурре, паспье и ригодон. Аллеманда при французском дворе утратила тяжеловесность и преобразилась в изящный, чувствительный танец под парадоксальным названием *allemande française* («французский немецкий танец»). Популярен был тогда и полонез – красивый парадный танец, отчасти занявший место паваны.

Во второй половине XVIII в. менуэт наскучил публике своими формализмом и жеманностью. Настало время вальса. Его непосредственным предшественником был немецкий лендлер, распространенный в горных областях Южной Германии и Австрии под названиями «веллер» или «шпиннер». Этот быстрый скользящий крестьянский танец отличался непосредственностью, естественностью и полным отсутствием преувеличенной манерности.

Вальс стал предметом всеобщего увлечения во второй половине XVIII в. Быстро завоевав сердца немецких буржуа, он в течение долгого времени не получал доступа на придворные балы немецкого императорского дома. В Англии вальс находился под запретом до 1812 г. В течение XIX в. во Фран-

ции появилась чисто французская, «подпрыгивающая» разновидность вальса; в 1880-х гг. в Америке распространилась американская разновидность – медленный вальс-бостон. В Европе вальс часто чередовали с кадрилию, которая была столь же популярна в начале и середине XIX в., как канкан – в конце века. Среди подвижных, с прыжками, танцев XIX в. можно отметить польку, мазурку и галоп.

Именно в эту эпоху, эпоху Просвещения, балет «с помощью Ж. Ж. Новерра стал самостоятельным видом искусства, освободился от архаизмов, развил технику, впитал в себя стилевые особенности не только предыдущего классицизма, но и барокко, рококо, демократические реалистические тенденции самого Просвещения и в конце века создал свой первый шедевр – “Тщетную предосторожность” Ж. Доберваля».

«Я разбил уродливые маски, предал огню нелепые парики, изгнал стеснительные панье и еще более стеснительные тоннеле; на место рутины призвал изящный вкус; предложил костюм более благородный, правдивый и живописный; потребовал действия и движения в сценах; одушевления и выразительности в танцах; я наглядно показал, какая глубокая пропасть лежит между механическим танцем ремесленника и гением артиста, возносящим искусство танца в один ряд с другими подражательными искусствами» (Ж. Новерр).

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.