

УДК 75

<https://doi.org/10.59849/2311-8482.2025.1.384>

ГЮЛЬНАРЕ БАБАЕВА ПАВЛОВНА*

МАРТА ГРЭМ - «ПИОНЕРКА» СОВРЕМЕННОГО ТАНЦА

Как известно, Марта Грэм – выдающаяся американская танцовщица и хореограф, считающаяся основоположницей современного танца. Представленная статья рассказывает о создании уникального танцевального языка, вдохновленного концепцией сокращения и расслабления, который позволяет выразить сложные эмоции к основным достижениям его творчества. Он радикально изменил технику танца, сделав упор на вес и силу движений. Грэм исследовала психологические аспекты человечества и затронула глубокие темы.

Ключевые слова: *Марта Грэм, современный танец, эмоции и психология в танце, новый танцевальный язык.*

«Тело говорит то, что слова не могут выразить» - Марта Грэм

Выдающаяся американская танцовщица, хореограф и педагог, которая внесла огромный вклад в развитие современного танца. Она считается одной из основоположниц танца модерн и создательницей собственного стиля, который навсегда изменил представление о танце как о способе выражения человеческих эмоций и переживаний.

Основные достижения и вклад Марты Грэм – это:

1. Создание нового танцевального языка.

Марта Грэм разработала уникальную технику танца, которая стала революцией в хореографии. В её основе лежат концепции напряжения и расслабления, которые она назвала «*contraction and release*» («сокращение и расслабление»). Эти движения отражают внутренние эмоциональные состояния и позволяют выразить глубокие чувства, такие как страх, гнев, страсть или б...

Марта Грэм революционерка современного танца. Она одна из самых влиятельных фигур в истории современного танца, чьё наследие и новаторский подход продолжают вдохновлять поколение за поколением танцовщиков и хореографов. Её творчество не только радикально изменило эстетику танца, но и внесло значительный вклад в развитие искусства как средства выражения внутренних переживаний и философских идей. «Марта Грэм говорит об освобождении внутренней энергии исполнителя и «выплескивания» ее в пространство во время танца» [5, стр. 12]

2. Прорыв в танцевальной технике.

Главное достижение Марты Грэм заключается в создании уникальной техники танца, основанной на идее «сокращения и расслабления» («*contraction and release*»). Эта техника строится на естественных движениях тела и его ритмах, вдохновлённых дыханием и внутренними импульсами. В отличие от классического балета, где движения направлены вверх и акцентируется лёгкость, техника Грэм обращается к земле, подчёркивая тяжесть, резкость и мощь. Это позволило выразить сложные эмоциональные состояния и внутренние конфликты, делая танец более живым и правдивым.

Грэм считала, что через движения тела можно передать самые глубокие человеческие эмоции. Её работа была направлена на то, чтобы зритель не просто наблюдал за танцем, но и проживал его, чувствуя ту же напряжённость, страх, радость или горе, что и персонажи на сцене. [6, стр. 17]

3. Психология и эмоции в танце.

Одной из ключевых особенностей стиля Марты Грэм было внимание к психологическим аспектам и внутренним переживаниям человека. Многие её хореографические работы

были вдохновлены мифологией, историческими и философскими темами, в которых Грэм исследовала вопросы человеческой природы, моральных дилемм и архетипических образов. Она обращалась к глубоким темам, таким как страдание, борьба, любовь и смерть, что сделало её произведения эмоционально насыщенными и многослойными.

Среди её более чем 180 хореографических произведений особое место занимают такие работы, как «Lamentation» (1930), «Appalachian Spring» (1944), «Night Journey» (1947) и «Clytemnestra» (1958).

•«Lamentation» — один из самых известных танцев Грэм, где она передала чувство горя через минималистичные движения. Окутанная тканью, она сидит на скамье и выражает через сокращения и расслабления тела внутреннюю боль, создавая сильный визуальный образ скорби.

•«Appalachian Spring» — это балет, который стал воплощением духа американского пионерства. Поставленный на музыку Аарона Копленда, он стал знаковым произведением американского модернизма в искусстве.

•«Night Journey» — одна из работ Грэм, вдохновлённая древнегреческой мифологией, в которой она переосмыслила миф о царе Эдипе и его матери Иокасте. В этой постановке Грэм вновь демонстрирует своё мастерство выражения сложных эмоций через движение.

Марта Грэм стала тем художником, чьи новаторские идеи кардинально изменили восприятие танца в XX веке. Она доказала, что танец может быть не просто эстетически красивым, но и глубоко эмоциональным, интеллектуальным и психологически насыщенным. Её работы расширили границы того, что можно считать искусством, объединив в себе элементы театра, музыки, визуальных искусств и философии.

В дополнение к хореографической работе Грэм была выдающимся педагогом. Её школа танца, основанная в 1926 году, стала одним из важнейших центров развития современного танца в мире. Школа Марты Грэм — это не просто учебное заведение, а настоящий храм танца, где каждый шаг, каждое движение насыщены глубоким смыслом и эмоциональной выразительностью. Вдохновленная идеями, заложенными в основе современного танца, сама Марта Грэм изменила представления о том, что значит быть танцором и креативным художником. Её преподавательская методика сочетает в себе элементы психологии, философии и физической подготовки, позволяя ученикам проникнуться уникальной философией искусства. Здесь царит атмосфера свободы и эксперимента. Ученики осваивают различные стили, исследуют границы своего тела, развивают свою индивидуальность через танец. Занятия проходят в лучших традициях, но адаптируются под современное восприятие. Особое внимание уделяется импровизации, что открывает новые горизонты для творческого самовыражения.

Сегодня же школа также организует мастер-классы с мировыми звездами, выступления и проекты, которые вдохновляют и мотивируют. За стенами учебного заведения рождаются не только танцевальные композиции, но и глубокое понимание человеческих эмоций и их выражения через искусство, что делает школу Марты Грэм центром притяжения для всех, кто хочет соединить душу и тело в танце. Среди её учеников были такие легенды, как Мерс Каннингем, Пол Тейлор и Твигги Тарп...

Говоря о наследии Марты Грэм, невозможно не отметить, как ее уникальный подход к танцу изменил представление о движении как о форме искусства. Слияние эмоциональной силы и физической выразительности, характерное для ее хореографии, открыло новые горизонты не только для балета, но и для современного танца в целом. Грэм стала не только новатором, но и прорицательницей, предвидя, что танец может быть важнейшим средством самовыражения и освобождения. Ее работы, такие как «Лицо женщины» и «Апокалипсис», насыщены глубокими переживаниями и личной историей, что позволяет зрителям соприкоснуться с универсальными истинами человеческого существования.

Вместе с тем, Марта Грэм оказала значительное влияние на поколение танцоров и хореографов, вдохновляя их надолго покинуть рамки классического танца, открывая путь

к индивидуальности и самовыражению. В этом контексте ее наследие продолжает жить, побуждая новых артистов исследовать границы тела и духа, а танец становится языком, через который оспариваются и утверждаются судьбы целых культур. Первой и важнейшей составляющей вклада Марты Грэм в танец стало ее внимание к внутреннему состоянию человека. Она развивала технику, в которой движение стало отражением внутренних конфликтов и желаний. Грэм верила, что танец может быть средством терапевтического воздействия, помогая людям справляться с их эмоциями и переживаниями. Это понимание превратило хореографию в нечто большее, чем просто физические движения; оно стало отражением жизни и глубины человеческой души. Наследие Марты Грэм продолжает оставаться актуальным и вдохновляющим. Современные хореографы и танцоры часто обращаются к ее технике и философии, стремясь исследовать собственные границы и выразить индивидуальность. Ее работы служат маяком, который указывает путь к самовыражению, позволяя каждому артисту находить свою уникальную голос в танцевальной практике. Вклад Марты Грэм был признан на самом высоком уровне. Она стала первой танцовщицей, удостоенной Президентской медали Свободы, и за свою карьеру получила множество других наград. Ее техника и методология до сих пор изучаются и применяются в ведущих танцевальных школах и университетах мира.

Творческое наследие Марты Грэм остаётся актуальным и сегодня. Ее работы продолжают ставиться по всему миру, вдохновляя новые поколения хореографов на исследование эмоциональной и физической выразительности танца. Ее идеи о взаимодействии движения и эмоций остаются основополагающими в изучении танцевального искусства.

Марта Грэм навсегда изменила мир танца, привнеся в него не только технические новшества, но и философскую глубину. Ее техника, основанная на внутренней правде и эмоциональной искренности, открыла новые возможности для танца как средства самовыражения. Сегодня её имя ассоциируется с новаторством, силой духа и безграничной творческой энергией, которая продолжает вдохновлять художников по всему миру.

Таким образом, Марта Грэм не только создала уникальный хореографический язык, но и заложила основы для глубокого понимания танца как формы искусства. Ее стремление к передаче внутреннего мира человека через движение сделало её произведения универсальными и вечными, продолжая находить отклик в сердцах зрителей и исполнителей.

Её наследие трансформировало не только танцевальную практику, но и саму природу театра. Грэм показала, что танец может быть мощным способом исследования человеческих чувств и конфликтов, открывая новые горизонты для последующих поколений хореографов. Наследие Грэм вдохновляет новые подходы, сочетая интуицию и технику, эмоции и интеллект.

В итоге, Марта Грэм останется в памяти как одна из самых выдающихся фигур в истории танца, чьи идеи и творчество продолжают вдохновлять и вызывать восхищение. Ее жизнь и работа — это свидетельство силы современного танца как средства самоидентификации и поиска глубинной связи между личностью и искусством.

ЛИТЕРАТУРЫ

1. Blood Memory by Martha Graham (1991 год)
2. An Athlete of God: A "This I Believe" Essay Книга, Марта Грэм 2006 год
3. «Искусство сочинять танец. Эмансипация Спящей Красавицы»
4. Марта Грэм . / Tanztema URL : http://dzen.ru/a/yaolbsae-zky6_yf
5. Танец модерн в США.
6. Багирова, А. А. Современный танец: истоки и перспективы. — Москва: Искусство, 2020.
7. Варганян Н. А. Искусство хореографии: от древности до современности. — Санкт-Петербург: Лань, 2019.
8. Грэм, М. Библия танца. — Нью-Йорк: Random House, 1999.
9. Дунаев, В. В. Теория и практика современных танцевальных форм. — Екатеринбург: Урал, 2021.

**Bakı Xoreoqrafiya Akademiyası
Magistr pilləsi II kurs tələbəsi,
Xoreoqrafiya sənətinin tarixi və nəzəriyyəsi ixtisası*

Gülnarə Babayeva Pavlovna

MARTA QREM – MÜASİR RƏQSİN “PİONERİ”

Bildiyimiz kimi, Marta Qrem müasir rəqsin banisi hesab edilən görkəmli amerikalı rəqqasə və xoreoqrafdır. Təqdim olunan məqalədə yaradıcılığının əsas nailiyyətlərinə mürəkkəb emosiyaların ifadəsinə imkan verən daralma və sərbəst buraxılma konsepsiyasından ilhamlanan unikal rəqs dilinin yaradılmasından bəhs olunur. O, hərəkətlərin ağırlığına və gücünə diqqət yetirərək rəqs texnikasını kökündən dəyişirdi. Qrem insanlığın psixoloji aspektlərini araşdırdı və dərin mövzulara toxundu.

Açar sözlər: *Marta Qrem, modern rəqs, rəqslərdə emosiya və psixologiya, yeni rəqs dili*

Gulnare Babayeva Pavlovna

MARTHA GRAHAM - “PIONEER” OF MODERN DANCE

As we know, Martha Graham is a prominent American dancer and choreographer who is considered the founder of modern dance. The presented article talks about the creation of a unique dance language inspired by the concept of contraction and release, which allows the expression of complex emotions to the main achievements of his creativity. He radically changed the dance technique, focusing on the weight and power of the movements. Graham explored the psychological aspects of humanity and touched on profound themes.

Keywords: *Martha Graham, modern dance, emotion and psychology in dances, new dance language*

Sənətşünaslıq elmləri doktoru İnara Məhərrəmovə tərəfindən təqdim edilmişdir

İlk daxilolma tarixi: 05.01.2025

Son daxilolma tarixi:17.02.2025