

Flow DOT

Das choreografische Duett 'Flow DOT' basiert auf dem automatischen Schreiben des Körpers in Raum und Zeit. Es fängt die unterbewusste, wirksame und empathische Intelligenz des Körpers ein, so ergibt sich die ästhetische Erfahrung aus der sorgfältig konfigurierten "Wiederholung", die einen Moment der Transformation in jeder Bewegung entfaltet. Beim Publikum wird das somatische Einfühlungsvermögen dafür geweckt, dass Bewegung Zeit ist und der Mensch sich in einem ständigen Prozess des "Werdens" befindet – eine Struktur, die sich dynamisch neu konfiguriert.

Zwischen Improvisation und Bewegungskomposition, Naturbeobachtung und digitaler Bearbeitung hat die Praxis eine politische Dimension in der Auseinandersetzung mit Prozessen der Manipulation und Selbstgestaltung, Naturkräften und individuellem Willen, die durch die Reflexion ästhetischer Erfahrung erkennbar werden.

Stichworte: #Automatismus #Manipulation #Transformation #Wiederholung #Körper #Choreographie #Bewegung



Doku im Forschungskontext <https://vimeo.com/787675047/a1c112cf4a>

Doku im choreografischen Kontext <https://vimeo.com/789021217/2cd2eb9154>

Charakter und Zielgruppe Es richtet sich an ein Publikum jeden Alters und jeder körperlichen Verfassung, jeden politischen und religiösen Hintergrunds, das sich unter anderem für Bewegung und Körper, zeitgenössischen Tanz und Choreografie, Konzeptkunst und darstellende Kunst interessiert. Inhaltlich spricht das Stück Personen an, die sich für Muster, Wiederholungen und Variationen in verschiedenen Kunstformen und in der Natur interessieren. Es spricht auch Zielgruppen über das bestehende Tanzpublikum hinaus an, z.B. an bildender Kunst, Naturkunde oder Philosophie interessierter Menschen. Die Arbeit könnte auch Menschen, die sich in Physiotherapie und somatischer Behandlung befinden, und die Menschen, die sie behandeln, beeinflussen und ansprechen.

Hintergrund

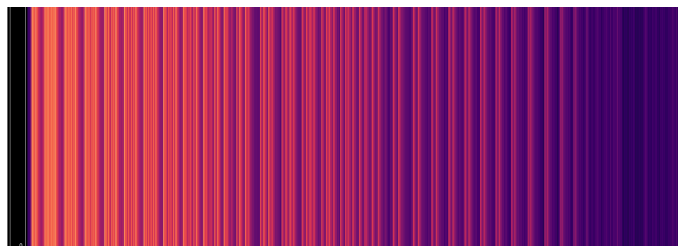
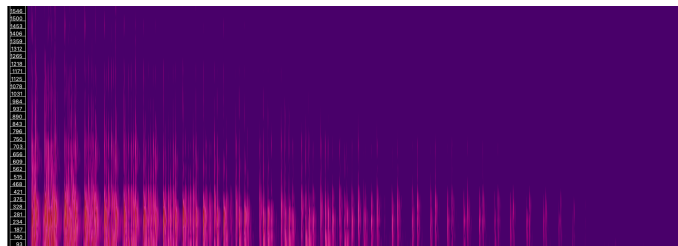
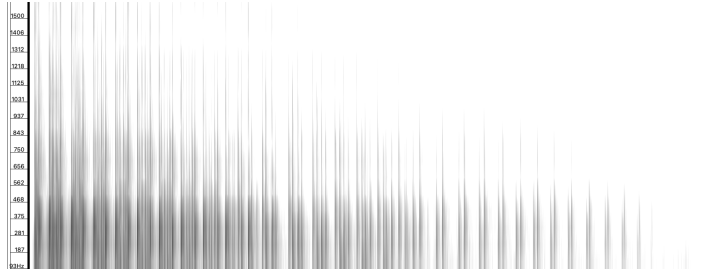
Alle Bewegungen sind von Genre, Stil, Technik und Klassen vereinnahmt. Wir müssen durch das Meer der Definition und Trennung schwimmen, um an einen tieferen Ort zu gelangen, an dem noch nicht alles kontaminiert ist.

Die Inspiration stammt von einer Charonia tritonis, einer Art großer Meeresschnecke. Wenn Sie diese auf eine ebene Fläche legen und ihr einen Impuls geben, werden sie sich

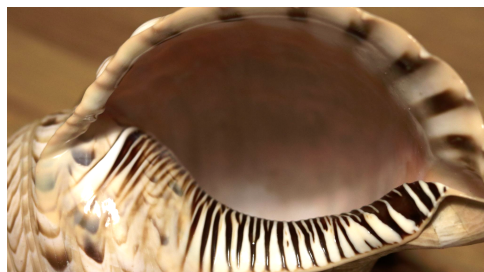


wiederholende Klangmuster erzeugen, deren Länge, Geschwindigkeit und Qualität sich im Laufe der Zeit sanft ändern. Die Art (Form, Gewicht, Größe) der Schnecke und die Art der Manipulation (Winkel, Kraftaufwand) bestimmen gemeinsam die „Leistung“. [Hören Sie hier einen Beispiel-Ton](#)

Hier sind einige Spektrogramme des Klangs in vertikaler und horizontaler Anordnung.



Wenn wir genauer hinschauen, geschieht das Wachstum der Schnecke auch auf repetitive/transformativ Weise. Jede Stufe hinterließ eine Markierung, immer an der gleichen Position, aber jede Markierung vergrößerte den Umfang und die Länge der Schnecke. Man kann das Wachstum der Schnecke spüren, fast wie die Meereswellen, Stück für Stück, wie sie neue Formen annimmt und sich vorwärts bewegt, um mehr zu schaffen.



Wenn wir noch genauer hinschauen, haben die Lippen der Schnecke das gleiche Muster. Die Tonspur, die Klang-Grafik und das Erscheinungsbild der Schnecke teilen das gleiche Prinzip der Wiederholung und Transformation. Später gelangten weitere wissenschaftliche Ressourcen in mein intellektuelles Umfeld, ausgehend von der Vorstellung, dass „Raum und Zeit nicht grundlegend sind“. Durch eine tiefergehende Recherche fand ich wichtige Schriften zu dieser Philosophie:

"In einer prozessbasierten Philosophie haben physikalische Eigenschaften, Partikel und Felder kein intrinsisches Sein." Sie sind vielmehr ein Prozess des Werdens. Daher ist Bewegung und nicht Eigentum von grundlegender Bedeutung. Es gibt kein „Ding“, das sich bewegt. Es bewegt sich einfach.

David Bohm war in den 1950er Jahren mit seinen Theorien impliziter und expliziter Ordnungen vielleicht der größte Verfechter dieser Herangehensweise an die Physik. Darüber hinaus steht die Quantenphysik genau in dieser Hinsicht im Gegensatz zur klassischen Physik, da nichts wirklich in verschiedene Einheiten zerlegbar ist. Partikel sind nur relativ stabile Aspekte der zugrunde liegenden Struktur. Es gibt

also keine äußere Ursache für ein Ereignis. Vielmehr sind alle Ereignisse lediglich Modi einer einzigen Struktur, die sich dynamisch neu konfiguriert ...

...Während dieser Ansatz zur Quantengravitation und letztendlich zur Lösung des Problems, woher Raum und Zeit kommen, noch in Arbeit ist, bietet er eine leistungsstarke Alternative zu Theorien, in denen die Raumzeit entweder grundlegend ist oder ein zugrunde liegender intrinsischer und unabhängiger Mechanismus von grundlegender Bedeutung ist. Vielmehr entsteht alles als Ergebnis eines Prozesses. Es ist die Art dieses Flusses, die bestimmt, was entsteht.¹

Hier sind ein paar sehr grundlegende und entscheidende Elemente, die meinen Hunger nach Bewegungsforschung wecken:

1. Manipulation
2. Wiederholung und Transformation
3. Selbstversorgung

Ich habe mich gefragt: Wer/ was manipuliert unseren Körper? Warum bringt Wiederholung Transformation? Ist es ein autarker, automatischer Prozess, der Tanz ermöglicht? Von da an begann ich mit der Bewegungsforschung mit zwei Tänzerinnen.

Teil 1: Bewegungserziehung

„Je geringer der Abstand zwischen Körper und Geist, desto besser.“¹

Unser Ausgangspunkt ist das Bewusstsein für die „körperliche Verbindung“:

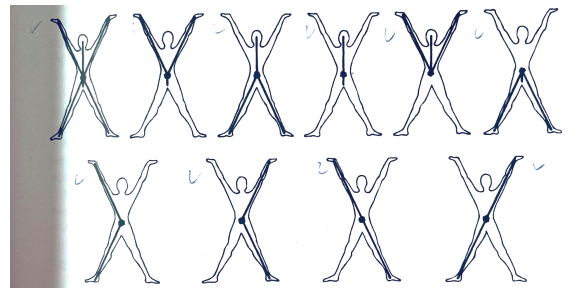
A. Kern-Distal-Verbindungen:

Kern-distale Verbindungen stehen uns ausdrücklich zur Verfügung, da sie bereits in der Gebärmutter in der tatsächlichen Bewegung erforscht und gestärkt wurden.²

B. Grundlegende Körper Verbindungen:

Kopf Schultern; Auge – Hände; Hand – Rumpf; Schulterblatt Verankerung; Schräge Muskeln; Beckenboden – Zwerchfell; Fersen - Sitzknochen; Psoas – Innenseite der Beine

„Die Verbindungen zwischen den Gelenken, die nah beieinander liegen, können nicht nur durch die Muskeln um sie herum erzeugt werden, sondern, was noch wichtiger ist, durch die Faszien.“³



Warum gehen wir von diesen körperlichen Verbindungen aus?

- Angeborene Bewegungsmuster und Faszien Bewegungen werden nicht so sehr durch die Absicht und Anstrengung des bewussten Verstandes und der Muskel Erinnerungen ausgelöst.
- Sie bieten eine effiziente Art der Bewegung.
- Körperliche Verbindung" als kreatives "Körperbild" für die Erforschung von Bewegung.
- Die Essenz des Tanzes liegt im "Übergang". Sich der körperlichen Verbindungen bewusst zu sein, bedeutet, sich der Übergänge bewusst zu sein.

Dann wird der Körper durch eine Duo-Improvisation in Bewegung versetzt:

A. Die körperliche Verbindung mit fünf Manipulationsstufen üben. Die Tänzer sind abwechselnd Manipulator und Bewegter:

1. Streicheln und halten des Körperteils am Ende einer Verbindung.

¹ 'Space and time may be illusions' von Tim Andersen, Ph.D.

² 'Making connections-Total body integration through Bartenieff Fundamentals' von Peggy Hackney

³ Bartenieff Fundamentals Coding Sheet von Antja Kennedy.

2. Streicheln der gesamten Körper-Verbindung
3. Den Körperteil am Ende einer Verbindung blockieren (Gegenstück)
4. Die verbindenden Körperteile antippen
5. die körperliche Verbindung sagen

Die Manipulation dient hier als Instrument der Sicherheit und regeneriert das Bewusstsein für körperliche Zusammenhänge. Fast wie ein Dialog gibt die Gebärmutterwand Rückmeldung zu den Bewegungen des kleinen Fötus. Der Schlag und die Blockade lösen eine Faszien-Kettenreaktion für natürliche Bewegungen aus. Mittlerweile können wir sehen, dass die fünf Grade der Manipulation immer konzeptueller werden, der Abstand zwischen dem Manipulator und dem Bewegter immer größer wird und das Gehirn immer mehr Ergänzungen produzieren muss, um den Befehl zu rationalisieren. Laut Feedbacks der Tänzerinnen ist es die schwierigste Aufgabe, „die körperliche Verbindung auszusprechen“.

B. Die Körper-Verbindung in Wiederholungen üben, die Manipulationen nutzen, um die Transformation auszulösen:

1. durch Berühren einer anderen Körper-Verbindung verwandeln
2. durch Klänge verwandeln
3. durch das Benennen anderer Körperteile verwandeln
4. durch Synchronisation miteinander transformieren

Ausgehend von einem sehr kurzen, sich wiederholenden Motiv, das eine bestimmte körperliche Verbindung betont, sollte der manipulierte Bewegter die Absicht der Bewegung schrittweise und langsam umwandeln, bis die nächste Manipulation erfolgt. Die Manipulation dient hier als Instrument der Anleitung, Anregung und Rückmeldung.

Beide Übungen haben große pädagogische Auswirkungen:

- Die Bewegungserziehung besteht aus vor-geborenen Bewegungsmustern, faszialen und anatomischen Kettenreaktionen und körperlichen Veränderungsprozessen: ganz anders als die herkömmliche Art von „Position, Muskelarbeit, Flexibilität und zusätzlicher Musikalität“. '
 - Der Austausch zwischen zwei Tänzerinnen als Kleingruppe ist wahrnehmend und selbst korrigierend. Auf eine Weise wahrnehmen, dass die Manipulatorin sich mit ihren Augen bewusst sein muss, sich sogar mit der Bewegerin bewegen muss: Welche körperliche Verbindung ist nicht ausreichend vorhanden? Welche körperliche Verbindung sollte ich der Bewegerin hervorheben helfen, um gerade jetzt mehr Vitalität zu erreichen? Auf diese Weise korrigiert sie ihre Manipulation selbst in einem aktiven Feedback-System.
 - Die Manipulatorin und die Bewegerin werden eins, eine Autodidakt wird gepflegt. Somatische Empathie wird trainiert.

Die Übungen haben auch große ästhetische und künstlerische Auswirkungen:

- Sie schärfen die Intuition und Sensibilität für die anatomische und physische „Natur“ jedes einzelnen Körpers, da die Reaktion auf jede Manipulation einzigartig ist.
- „Charakter“ und „Ausdruck“ sind eins mit Funktionalität. Das Gehirn muss also keine weitere „Charakter-Schicht“ über dem Körper erzeugen, es kann ausruhen. Es erscheint ein echter „Charakter“, der aus dem Unterbewusstsein kommt.
- Ein solcher „Charakter“ ist die Voraussetzung für das automatische Schreiben in Raum und Zeit.

Sie haben auch politische Auswirkungen:

Wenn wir die Wörter „Manipulation“ in den obigen Texten durch das Wort „Regierung“, „Manipulator“ durch „Politiker“, „Mover“ durch „Menschen“ ersetzen und uns die „Bewegungen“ in der Gesellschaft vorstellen, erhalten wir ein verkörpertes, autarke Demokratie.

Teil 2: Bewegungskomposition

‘Bewegungskomposition und Choreografie sind hier kein Ergebnis, sondern eine Forschungsmethode.’

Wir begannen die Choreografie mit einem kurzen, sich wiederholenden Bewegungsmuster: Kopf-Schulter Verbindung. Es sind die nach vorne kreisenden Schultern, die zu einer sanften Reaktion des Kopfes führen. Wir vergleichen diesen Ausgangspunkt mit dem Impuls auf die Schnecke.

- Danach stellte ich als Choreografin den Tänzerinnen nur folgende Fragen:

- Wie fühlen Sie sich? Was braucht Ihr Körper als nächstes?
- Die einzige Frage, die ich mir stellte, war:
- Wie kann ich die Bewegung im Raum so arrangieren, dass sie der Beobachtung der Transformation nicht nur den Bewegungen der einzelnen Personen, sondern auch der Beziehung zwischen zwei Tänzerinnen am besten dient?

Die Tänzer antworteten mir mit ihren Bewegungen direkt, entsprechend ihren persönlichen körperlichen Bedürfnissen. Sagen wir, eine ganz kleine Gewichtsverlagerung von den Füßen oder etwas weniger Kraft auf der linken Schulter, oder schauen Sie einen Grad weiter nach links. Allmählich, nach einigen Wiederholungen, hatte die kleine absichtliche Änderung große Auswirkungen auf die Bewegung: Es entstand eine neue Form. Aber die Form bleibt nie. Die Wiederholung selbst abstrahiert die Form und bereitet sich auf die nächste Transformation vor. Ich beantwortete meine eigene Frage mit dem Vorschlag: „Eine Drehung nach links, damit Sie sich von Angesicht zu Angesicht gegenüberstehen können“; „Gehen Sie langsam aufeinander zu.“; „Sehen Sie sich nach und nach in die Augen des anderen“ ... Diese Vorschläge fügten dem Prozess für den Betrachter eine weitere Bedeutungs-, Vorstellungs- und Sensibilitäts-Ebene hinzu: Der Name „Flow Dots“ steht für den ununterbrochenen Fluss und das vorübergehende Erscheinen von Formen. Veränderung erweitert Wachstum, Wachstum verfolgt Veränderung. Das somatische „Fühlen“ ist das Thema selbst: Die Offenbarung der Existenz ist eine neue Art, Tanz zu machen und wahrzunehmen. Wir werden immer wieder zu dem, was wir erleben. Die Tanzkreation wird zum Aufladegerät der „Kraft“, und die Wahrnehmung eines solchen Tanzes wird im wahrsten Sinne des Wortes zum „Aufladen“.

Als Choreografin betrachte ich diesen Prozess als „langsame Choreografie“. Die Ausführung von Bewegungen war noch nie so langsam und sorgfältig, nicht einmal eine einzige Idee, ein Sprung über den „Jetzt“-Status konnte funktionieren. Sobald ich versuche, mir den nächsten Schritt vorzustellen, oder versuche, verschiedene Bewegungen aneinander zu fügen, wirkt die Choreografie flach und unnatürlich: Ich sehe deutlich die Magie und wahre Bedeutung der Transformation – sie ist wie eine Quelle, die ständig Neues ergießt. Es entsteht etwas, das sich aus dem Innersten heraus entfaltet, etwas Unbekanntes offenbart sich, etwas Passives wird aktiv. Wenn ich nicht genau zuhöre, kann ich den Vorschlag der Sache selbst und den aktuellen Stand nicht erkennen.

Die Tänzerinnen sind wie Zauberer, Akrobaten, Sportler oder einfach Spieler. Was sie „spielen“, ist das einfache Handwerk, jedoch mit großer Konzentration und Sorgfalt. Es ist, als würde man mit dem Körper ein Mandala zeichnen. Unter Frömmigkeit und Stille liegt eine enorme Kraft. Dies ist ein Dialog zwischen dem greifbaren Körper und der unsichtbaren Kraft.

Nur in einem kompositorischen Prozess müssten wir Probleme lösen und Fragen stellen, mit denen wir in der Improvisation und theoretischen Untersuchung nie konfrontiert würden:

- „Wie kann ich mich auf eine Sache einigen, wenn mein Körper etwas anderes braucht als deinen?“
Diese Frage stellt sich immer dann, wenn wir gemeinsam entscheiden müssen, wie es mit der Choreografie weitergeht. Durch die Anwendung der beiden Übungen im Bildungsteil haben wir das Einfühlungsvermögen füreinander gesteigert. Wir ließen geringfügige Unterschiede in der Form zu, stimmten aber in der Bewegung Absicht überein, sodass wir die Choreografie auf einer gemeinsamen Basis weiterführen konnten.
- „Wie einigen wir uns auf die Anzahl der Wiederholungen?“
Am Ende entscheiden auch die Tänzerinnen selbst über die Anzahl der Wiederholungen, nicht aufgrund der Musik oder einer bewussten Gestaltung, sondern durch die natürliche Phrasierung jeder Bewegung selbst. Die Übergänge brauchen Zeit. Nehmen wir uns also Zeit, indem wir wiederholen.
- „Wie können wir eine ‚Mechanisierung‘ vermeiden, wenn der Körper sich an die Bewegungen erinnert?“
Anders als beim automatischen Malen und automatischen Schreiben befindet sich das Produkt bereits auf einem materiellen Gegenstand, der ausgebreitet werden kann. Choreographie muss reproduzierbar sein. Wir haben herausgefunden: Je klarer und grundlegender eine Absicht ist, desto mehr Raum für Erfahrungen gibt es. Deshalb legen wir nur einige grundlegende Dinge fest: körperliche Zusammenhänge und Absichten. Dann könnten die Tänzerinnen die „Performance“ noch erleben: Übergänge erfordern immer noch ihre volle Aufmerksamkeit, manche überraschen sie sogar jedes Mal aufs Neue.
- „Was ist der Grund für die Transformation?“

Wir haben die Schallwellen der Schnecke und das Muster auf ihren Lippen als choreografische Notation verwendet, um die Regelmäßigkeit direkt auf Bewegungen anzuwenden, beispielsweise die Wiederholung zu beschleunigen oder die Bewegungen allmählich höher oder niedriger, allmählich größer oder kleiner auszuführen. Ob stärker oder schwächer, wir sind mit vielen physischen Einschränkungen des menschlichen Körpers konfrontiert, zusätzliche Muskelkraft und umfassende mentale Kontrolle müssen angewendet werden. Wir haben vielmehr herausgefunden, dass „Gewichts-Sensitivität“ dort der grundlegende Treibstoff ist, um jede natürliche Veränderung eines organisch lebenden menschlichen Körpers zu ermöglichen. Wenn unsere anatomische Intelligenz ein kreatives Gleichgewicht zwischen Gewicht und Beweglichkeit findet, erleben wir Freude und Leichtigkeit.

Es gibt ein paar Fragen, die wir kommen sehen, für deren Lösung wir aber noch keine Zeit haben, daher wird es unsere nächste Forschungsphase sein:

– „Was kann sonst noch der Treibstoff der Transformation sein?“

Bei intensiver Wiederholung und subtiler Veränderung konnten allzu komplizierte Vorschläge wie Geschwindigkeit, Rhythmus und räumliche Absicht nicht durch Manipulation von außen umgesetzt werden. Aber was wäre, wenn wir uns einiger anderer automatischer Systeme des Körpers bewusst wären, etwa des Herzschlags, der Atmung, des Gehörsinns und des Gleichgewichts? Werden wir in der Lage sein, rhythmischer zu sein und uns dabei von unserer Herzfrequenz oder Atemmusteränderungen inspirieren zu lassen? Werden wir andere Formen finden, wenn wir uns der Flüssigkeit in unseren Ohren und der Notwendigkeit bewusst sind, unseren Körper entsprechend auszugleichen?

Generell besteht hier ein Bedürfnis nach mehr Vielfalt und Ausdruckskraft in unserer Bewegungskomposition.

– Wie sieht ‚Automatismus‘ beim Reisen im Raum aus?

Da die Augen immer noch unser wichtigstes Organ für den Umgang mit der Umwelt sind, ist die Aufgabe, sich wiederholende Bewegungen mit hoher Geschwindigkeit für die beiden Tänzerinnen zu synchronisieren, immer noch eine Herausforderung. Wir werden neben dem, was wir bereits haben, Übungen finden, um die Beziehung zueinander sicherer aufrechtzuerhalten.

Im Allgemeinen ist dies ein Wunsch nach Mobilität untereinander im Raum.

– „Wie können wir aufhören?“

Der Körper hat wie ein aufgeladener Motor immer die Tendenz, immer schneller zu werden. Wir möchten dazwischen einige Pausen einbauen, als neue Form, als neue Transformation; die Stille und Stille im Inneren zu genießen, auch wenn die Bewegungen großen Einfluss haben.

Im Allgemeinen ist es eine Verlängerung des spirituellen Status, gleichzeitig Manipulator und Beweger innerhalb eines Körpers zu sein.

Durch weitere Recherchen (siehe vorläufigen Zeitplan) hoffen wir, einzigartige Präsentations- und Vermittlung Formate sowie ein endgültiges ästhetisches Layout zu finden. Es handelt sich vorläufig um ein abendfüllendes Duo.