

Maja S. Vukadinović

U POTRAZI ZA ZADOVOLJSTVOM

PSIHOLOŠKI ZNAČAJ PLESA I UMETNIČKE IGRE

Maja S. Vukadinović

U POTRAZI ZA ZADOVOLJSTVOM

PSIHOLOŠKI ZNAČAJ PLESA I UMETNIČKE IGRE

Izdavači

Novosadski centar za istraživanje plesa

i umetnost flamenka – **La Sed Gitana**

Pedagoški fakultet u Somboru, Univerzitet u Novom Sadu

Za izdavače

dr **Maja S. Vukadinović**, predsednica

Prof. dr **Saša Marković**, dekan

Recenzenti

Prof. dr **Slobodan Marković**

Prof. dr **Sanja Mandarić**

Prof. dr **Željko Vučković**

Fotografije

Srđan Doroški

Lektura i korektura

Mirjana Grubišić

Grafičko oblikovanje

Dejan Podlipec

Štampa

Štamparija **BOJE**, Novi Sad

Tiraž: **300** primeraka

ISBN 978-86-901124-1-8

Maja S. Vukadinović

U POTRAZI ZA ZADOVOLJSTVOM

PSIHOLOŠKI ZNAČAJ
PLESA I UMETNIČKE IGRE

Pedagoški fakultet u Somboru,
Univerzitet u Novom Sadu
Novosadski centar za istraživanje plesa
i umetnost flamenka – La Sed Gitana

2024

SADRŽAJ

Uvod: OBEĆANJA PLESA	9
Prvo poglavlje	
ZAŠTO LJUDI PLEŠU?	15
Šta igra znači ljudima?	18
Šta ljudi znače igri?	20
Drugo poglavlje	
SLOBODA I ZADATOST U PLESU I UMETNIČKOJ IGRI	23
Sloboda u spontanom plesu	26
Ritam	28
Zadatost u umetničkoj igri	30
Vremenska i prostorna određenost	30
Formalni aspekti umetničke igre	32
Formalne kakarakteristike koreografije u okviru određene forme umetničke igre	32
Sadržaj umetničke igre	36
Zadatost u spontanom – sloboda u umetničkom	37
Treće poglavlje	
EKSTATIČNO I ISCELJUJUĆE DEJSTVO IGRE – TERAPIJSKI I KLINIČKI ASPEKTI	41
Terapija plesom	43
Mračna strana plesa	46
Umetnička igra – destruktivni aspekti i mogućnost reparacije	49
Odras ekstaze i isceljenja u plesu i umetničkoj igri	52

Četvrto poglavlje

MAJSTORSTVO IGRAČKOG POKRETA	55
Uloga propriocepcije u razvijanju majstorstva	57
Elementi majstorstva igračkog pokreta	59
Telesna građa	59
Psihomotorne sposobnosti izvođača	60
Stvaralačke sposobnosti	60
Majstorstvo na delu – stvaralački proces u umetničkoj igri	61
Doživljaj publike i kinestetička empatija	64
Izvođač i publika – umetnička dela igre	67

Peto poglavlje

SEKSUALNOST – OD EROTIČNOG DO BIZARNOG

U PLESU I UMETNIČKOJ IGRI	69
Perspektiva igrača	70
Faktori povezani sa telom izvođača u igri	70
Uticaj forme na izraz seksualnosti	74
Perspektiva publike	77
Večno u efemernom i neuhvatljivo u sveprisutnom	79

Šesto poglavlje

ESKAPIZAM I POVRATAK SEBI KROZ IGRU –

PSIHOLOŠKI I ESTETSKI ASPEKTI	83
Estetski doživljaj	86
Kinestetički medijum, imaginacija i transcendencija	88
Bekstvo u samog sebe – Povratak sebi	90

Sedmo poglavlje

ZADOVOLJSTVO KAO ODREDIŠTE

PLESA I UMETNIČKE IGRE	93
Zadovoljstvo publike	94
Bol, zadovoljstvo i samozadovoljstvo izvođača	97
Bol	98
Zadovoljstvo	100
Samozadovoljstvo	102
Samoostvarenje kao potencijal igre	105

Osmo poglavlje

RAZIGRAN ŽIVOT – REČ IGRAČA	107
Razigrano zajedništvo i međusobna inspiracija	108
Razigrana intimnost	111
Razigrano vreme	113
Zaključak: IGRA VRHUNSKI DIZAJNER DUŠE	119
Literatura	127

U V O D

OBEĆANJA PLESA

Ples je izuzetan način povratka sebi. On je svojevrsna potraga odbeglog koji će se vratiti, ali drugačiji. On je jedan vid odlaska od sebe na put ka sebi. Plešući možemo spoznati da nam fali sloboda, osetiti strah od novog, i tragati za istinom koja se skriva od sebe a unapred zna. Stoga nas bavljenje plesom neretko frustrira. Dok ovladavamo majstorstvom pokreta, često dosežemo svest o završetku kad nam je potrebno trajanje, otkrivamo disbalans u ravnoteži i slabost u snazi, doživljavamo samoću kada smo na rubu pripadanja. Istovremeno, doživljaj zanosa, sopstvene lepote, mogućnost da se „izdvojimo“ u drugu realnost i intimnost kontakta inspirišu nas da uvek iznova plešemo i da se na taj način vratimo sebi. Ples je izvanredan način povratka jer sadrži obećanje zadovoljstva koje čovek može da doživi u susretu sa sobom.

Centralna tema koja se razmatra u ovoj knjizi je zadovoljstvo u plesu i umetničkoj igri. Kroz osam poglavlja promišljaju se različiti aspekti igre koji mu doprinose ili ga uskraćuju. Posmatraju se i analiziraju najčešći motivi zbog kojih ljudi plešu, a traga se i za krajnjim ishodištem igre. Ova knjiga je inspirisana iskustvom



Slika 1. *Polazak*

stečenim kroz ličnu izvođačku, koreografsku i pedagošku praksu u Novosadskom centru za istraživanje plesa i umetnost flamenka – *La Sed Gitana*¹ kao i istraživanjem u kom su ljudi iz različitih zemalja, a koji se bave igrom, navodili šta igra znači za njih. O značaju plesa i umetničke igre govorili su koreografi, izvođači, oni koji uče i uvežbavaju neku određenu formu igre ali još uvek ne nastupaju, kao i oni koji se njom bave samo rekreativno. Njihovi lični doživljaji pružaju uvid u moć plesa i otkrivaju raznovrsne aspekte života koji se njime aktiviraju, dok je moje aktivno bavljenje igrom više od dvadeset pet godina i njeno teorijsko i empirijsko proučavanje u okviru psihologije umetnosti omogućilo ne samo naučni već i autorski pristup u uobličavanju ove knjige.

¹ Sa ciljem rada i aktivnostima centra čitalac se može upoznati na www.lasedgitana.com, a o umetnosti i plesu flamenka može pročitati više u knjizi *Flamenko – između tišine i usklika* (Vukadinović, 2022).

Prvo poglavlje posvećeno je najčešćim razlozima zbog kojih ljudi plešu i značaju koji igra ima za njih. Objašnjava se izašto je izabrano nekoliko aspekta igre koji se potom ponaosob analiziraju u narednim poglavljima. Svaki taj aspekt u sebi sadrži i objedinjuje suprotnosti. Suprotne kvalitete. Tako se u drugom poglavlju doživljaju slobode suprotstavlja zadatost. Sagledava se u čemu se sastoji sloboda i zadatost kako u spontanom plesu tako i u umetničkoj igri. U trećem poglavlju analiziraju se terapijski i klinički aspekti plesa te se bezumlju u igri suprotstavlja isceljenje kroz nju. Sagledava se mračna strana plesa, diskutuju njeni destruktivni aspekti kao i mogućnost „reparacije subjekta“ kroz terapiju plesom. Četvrto poglavlje fokusira se na majstorstvo igračkog pokreta i njemu suprotan amaterizam. Definiše se uloga propriocepcije kao i elementi majstorstva koji obuhvataju telesnu građu, psihomotorne i stvaralačke sposobnosti izvođača. U petom poglavlju u prvi plan se stavlja izraz seksualnosti u plesu i umetničkoj igri koji se analizira u rasponu od erotičnog do bizarnog. Iz perspektive izvođača razmatra se uticaj forme igre kojom se osoba bavi na izražavanje seksualnosti kao i faktori koji su povezani sa njegovim telom. Iz perspektive publike analiziraju se različite nijanse doživljaja, recimo erotično, raskalašno, bizarno, pornografski i sl., a koji se na neki način mogu povezati sa seksualnosću. U šestom poglavlju glavna tema su psihološki i estetski aspekti plesa i umetničke igre. Ističe se fenomen eskapizma u igri koji se posmatra i sa patološkog aspekta – kao „beg od realnosti“, ali i kao elementaran sastojak estetskog doživljaja – kao „izdvajanje u drugu realnost“. Diskutuju se i o mogućnosti „povratka sebi kroz ples“. U sedmom poglavlju zadovoljstvo se definiše kao odredište plesa i umetničke igre. Sagledava se bol kao suprotnost zadovoljstvu, promišlja se samozadovoljstvo kao ishod igre, a samoostvarenje se ističe kao njen glavni potencijal. U

osmom, poslednjem poglavlju analiziraju se aspekti koji su važni za razumevanje zadovoljstva u plesu, a kojima nije posvećeno posebno poglavlje. Mnogi koreografi i izvođači širom sveta poistovećuju značaj igre sa samim životom, naglašavajući važnost odnosa izvođača sa muzikom. Oni, takođe doživljavaju intimnost na poseban način i drugačije opažaju vreme. Namera je bila da se kroz izjave² različitih profesionalaca u oblasti igre dočara značaj ovih aspekata. U zaključku knjige naglašava se da je moguće izdvojiti funkcije, čak grupisati različite psihološke aspekte značaja koji igra ima za ljude, ali se istovremeno ističe da značaj igre za čoveka nadmašuje polje psihologije, naročito u kontekstu lepote i umetnosti a zatim i u dometu samootričaja i potencijala za samoostvarenje.

Pojedine teme koje se obrađaju u ovoj knjizi oslanjaju se na teorijske postavke karakteristične za stvaralaštvo u oblasti igre, koje su razmatrane u prethodnoj monografiji *Psihologija plesa i umetničke igre* (2019). Tema vezana za slobodu i zadatost u plesu i umetničkoj igri oslanja se na prethodno definisane razlike između spontanog plesa i umetničke igre, kao i na formalne aspekte koji determinišu igru kao disciplinu umetnosti. Poglavlje o ekstatičnom i isceljujućem dejstvu igre koristi prethodno opisana saznanja o mračnoj strani plesa u odnosu na pravce terapije i psihoterapije plesom. U poglavlju o majstorstvu igračkog pokreta razrađuje se dalje uloga proprioceptije i kinestetičke empatije kao i stvaralački proces u osmišljavanju koreografija. Delovi knjige koji se tiču estetskog doživljaja plesa i umetničke igre, o kojima se naročito govori u poglavlju o eskapizmu, ali i kroz celu monografiju, oslanjaju se na postavke iznete u prethodnoj monografiji. Razlika između dva prikaza je u fokusu.

² Sve izjave profesionalnih izvođača i koreografa date su na njihovom maternjem jeziku uz pismenu saglasnost da mogu da budu objavljivane. Njihov prikaz dat je u prevodu i adaptaciji na srpski jezik.



Slika 2. Sva obećanja igre

U prethodnoj monografiji naglasak je bio na definisanju osnovnih pojmova vezanih za psihologiju plesa i umetničke igre i na naučnoj konceptualizaciji ove primenjene discipline koja pripada široj oblasti psihologije stvaralaštva. U ovoj knjizi akcenat se stavlja na saznanja vezana za značaj plesa i umetničke igre za čoveka, a aspekti koji ga bliže određuju znatno su prošireni. Takođe, polazna osnova za izbor tema ustanovljena je na osnovu rezultata istraživanja pomoću kojih je bliže određeno koje aspekte značaja plesa i umetničke igre izvođači ističu u prvi plan.

Knjiga je obogaćena fotografijama Srđana Doroškog. One ilustruju detalje igre zabeležene na različitim predstavama realizovanim u organizaciji *Novosadskog Centra za istraživanje plesa i umetnost flamenka – La Sed gitana*.

Ova knjiga je namenjena širokoj čitalačkoj publici, početnicima i profesionalcima u oblasti igre, ljubiteljima plesa, izvođačima i koreografima, onima koji otkrili njenu lepotu i svima koji tek slute obećanje zadovoljstva u igri.

PRVO POGLAVLJE

ZAŠTO LJUDI PLEŠU?

Na pitanje zašto neko pleše najčešće se dobijaju veoma različiti odgovori. Nekim ljudima ples je zabava, drugima je način da se fizički osećaju dobro ili da budu u dobroj formi, trećima je igra način da izraze osećanja, misli i ideje, četvrti u plesu vide mogućnost za druženje, peti očekuju da dožive zadovoljstvo, šesti ples doživljavaju kao beg od svakodnevnice. Ima i onih kojima je igra „nužda“, kao hrana za gladnog čoveka. Kada sve to imamo u vidu, jasno je da je nezahvalno, pa čak i bespredmetno diskutovati o smislu i značenju koji igra ima za svakog pojedinačnog čoveka. Ta šarenolikost odgovora nameće važno pitanje da li postoji zajednički objedinitelj koji može da uključi i sadrži svaki od ponuđenih odgovora o značaju i smislu igre?

Mnogi autori su pokušavali da odgovore na pitanje zašto ljudi plešu ili šta je to što ih pokreće na ovu univerzalnu ljudsku aktivnost (Christensen, Cela-Conde & Gomila, 2017; Lovatt, 2016, 2018; Maletić, 1986; Maraz, Király, Urbán, Griffiths & Dementrovs, 2015). Dati su mnogi odgovori sa stanovišta raznih pristupa i iz ugla različitih perspektiva među kojima su istorijska,

antropološka, sociološka, evoluciona, kulturološka, psihološka, umetnička, neurobiološka, medicinska i sl. Drugačiji pristupi u proučavanju igre, kao i njeno posmatranje iz više perspektiva veoma često se kombinuju i prepliću, a mnogi autori i insistiraju na tome da se uzme u obzir što više mogućih aspekata igre kako bi se ostvario holistički pristup u njenom istraživanju. Suštinski, među razlozima zašto ljudi plešu istraživači izdvajaju dve važne tendencije, od kojih je jedna uglavnom, telesna i obuhvata urođenu čovekovu potrebu za ritmičkim kretanjem, ali i za ispoljavanjem emocija, poboljšanjem fizičke kondicije i forme i sticanjem veština. Druga je uglavnom psihološka i ona obuhvata potrebu za estetskim oblikovanjem, za simboličkom transformacijom primljenih doživljaja, poboljšanjem raspoloženja i samopouzdanja, begom od realnosti, kao i potrebu za okupljanjem u zajednicu tj. socijalizovanjem i uspostavljanjem intimnosti sa drugim ljudima (detaljan pregled i kategorizaciju pokretača igre kod Vukadinović, 2019).

Budući da se pitanje zašto ljudi plešu tiče najviše segmenta motivacije, a s obzirom i na to da se radi o domenu ljudske aktivnosti koja je povezana sa stvaralaštom, kao polaznu osnovu i jedan od teorijskih okvira za pristup ovom problemu uzeli smo u obzir Maslovljevu teoriju motivacije (Maslow, 1943)³. Ona je poslužila i kao jedan od teorijskih okvira u kontekstu koji smo analizirali tražeći odgovor na pitanje zašto ljudi plešu. Ukratko, Maslov deli motive po hijerarhiji i polazi od najosnovnijih a to su fiziološke potrebe, nižući ih od najnižih (potrebe za sigurnošću, pa za pripadnošću, te uvažavanjem) ka vrhu na kom se nalazi samoaktualizacija, tj. samoostvarenje. On samoostvarenje razume

3 Potrebno je naglasiti i da su kritike vezane za hijerarhiju motiva koju je Maslov ponudio ukazale na to da iako su ove potrebe univerzalne, hijerarhijski ili logički njihov redosled se razlikuje u zavisnosti od kulture kojoj pojedinac pripada (Bouzenita & Boulanouar, 2016; Nevis, 1983).

kao ljudsku potrebu da pokaže svoje umeće i dostigne svoj maksimum, a ono se manifestuje kroz spontanost, kreativnost, prihvatanje činjenica, bliskost, etičnost i moralnost (Maslow, 1949). Maslov, takođe, samoostvarenje direktno povezuje sa stvaralaštvom, opisujući da ono rezultira fenomenima koje naziva *vrhunskim iskustvima* (*Peak Experience*). On naglašava da je kod takvih stanja pažnja pojačana i fokusirana na određeni objekat koji se opaže (Maslow, 1962). To znači da je ovaj fenomen „vrhunskog iskustva” zapravo blizak estetskom doživljaju (videti više kod Markovića, 2017, str. 158). U tom smislu, moguće je sa visokom sigurnošću pretpostaviti da samoostvarenje sopstvenih kreativnih potencijala motiviše i osobe koje se bave igrom. Na primer, grupa autora koja proučava stvaralaštvo u igri, takođe sugerise da je „vrhunsko iskustvo” povezano sa samoostvarenjem, i prepoznaje ga u plesu naročito kada je reč o improvizaciji, uzbudjenju i radosti koju ona donosi ljudima (Dou, Jia & Ge, 2021).

U našem istraživanju koje je pored dugotrajne igracke prakse poslužilo kao nadahnuće za ovu knjigu, takođe se pokazalo da je za mnoge osobe koje se na bilo koji način bave igrom, pored ostalih, motiv samoostvarenja jedan od važnih pokretača (Vukadinović, 2022b). Ponekad je samoostvarenje u ovom domenu umetnosti rezultat dugotrajnog, disciplinovanog i posvećenog bavljenja igrom, a ponekad je čoveku samo početna inspiracija da uđe u svet plesa.

ŠTA IGRA ZNAČI LJUDIMA?

U našoj prethodnoj studiji (Vukadinović, 2022b) pored različitih aspekata vezanih za doživljaj igre istraživali smo i šta znači ples za ljude koji se njim bave bilo rekreativno bilo profesionalno. Studija je obuhvatala manji broj profesionalaca u

odnosu na one kojima to predstavlja hobi ili rekreaciju. Ispitivane su osobe koje se bave različitim formama igre i plesa (klasičan balet, savremena igra, moderan balet, flamenko, hiphop, tango, salsa, rumba, baćata, merenge, orijentalni plesovi). U studiji je bio zastupljen jednak broj ljudi koji se bave individualnim formama igre i onih koji se bave plesovima u paru⁴. Iako su odgovori na pitanje šta za njih znači igra bili različito formulisani, moguće ih je razvrstati u nekoliko grupa.

Najučestaliji odgovor odnosio se na slobodu. Oni koji su bili raspoloženi objasnili su da se za njih sloboda odnosi na izražavanje sopstvenih misli i osećanja, kao i na slobodu da osoba bude to što jeste. Druga grupa odgovora odnosila se na fizičko i mentalno zdravlje. Učesnici istraživanja su pod tim podrazumevali fizičko i emotivno blagostanje, kondiciju, poboljšanje samopouzdanja, „dobar osećaj”, kao i doživljaj snage. U trećoj grupi odgovora izdvajali su se oni vezani za učenje nečeg novog i sticanje veština. Mnogi su naglašavali da im ples donosi osvešćivanje tela i poboljšanje motorike pokreta. Pored toga, veliki broj učesnika naglasio je kako im je u igri značajno, ali i „zabavno”, druženje i kontakt sa drugom osobom. U petoj grupi odgovora našli su se oni koji značenje igre prepoznaju u pronalaženju sebe i unutrašnjeg mira, kao i u „begu od svega”. Posebna grupa odgovora, šesta, obuhvatala je one koji se odnose na zadovoljstvo i ostvarenje sebe. Učesnici su formulisali kako osećaju zadovoljstvo, da ih igra čini živim, da „postaju najbolja verzija sebe” kada igraju, kao i da „postaju bolja osoba”.

Dakle, u iskazima ljudi koji se bave igrom moguće je izdvojiti sledeća značenja koja ona ima za njih. To su sloboda, zdravlje, sticanje motornih veština, druženje, povratak sebi i

⁴ Precizni sociodemografski podaci o učesnicima istraživanja mogu se videti kod Vukadinović (2022b).

zadovoljstvo. Zbog toga se u ovoj knjizi, razmatrajući svaki od ovih aspekata pojedinačno, kroz zasebno poglavlje, fokusiramo na njihovu analizu, spajajući psihologiju i ples, i koristeći rezultate istraživanja iz drugih oblasti koje se bave igrom. Interpretacija ovih aspekata igre, koja sledi, većinom je psihološka i zato što se u poglavljima razmatraju motivaciona, emotivna, telesna i kognitivna komponenta u okviru doživljaja i ponašanja izvođača igre, bilo da je oni pratikuju kao spontanu aktivnost, bilo da je izvode kao oblikovano misaono delo. U vezi sa svakim od navedenih aspekata značenja koje osobe pripisuju igri, razmatra se i njihova suprotnost. Doživljaju slobode suprotstavljamo zadatost, isceljenju bezumlje, majstorstvu amaterizam, erotičnom bizarno, povratku sebi – beg od realnosti tj. eskapizam, a zadovoljstvu bol. Iako igra na ljude ima pozitivan uticaj, psihološkom analizom ovih posebnih značenja i njihovih suprotnosti, pokazalo se da i mračne strane, koje gotovo svaka osoba uglavnom ima, mogu kroz ples i umetničku igru doći do izražaja. Pored toga, mada su učesnici ovog istraživanja mahom naglašavali društveni aspekt igre⁵ koji je za njih značajan kao vid druženja i uspostavljanja kontakta sa drugima, mi smo ga razmatrali u kontekstu ljudske seksualnosti. Za ovaj pristup smo se opredelili prvenstveno zbog toga što je o socijalnoj dimenziji igre već dosta rečeno i istraženo (Džadžević, 2005; Ehrenreich, 2008; Maletić, 1986; McNeill, 1995; Sebanz, Bekkering, & Knoblich, 2006; Tarr, Launay, Cohen, & Dunbar, 2015; Taylor & Taylor, 1995) a o aspektu seksualnosti u kontekstu plesa veoma malo.

Pritom, budući da se radi o specifičnom domenu umetnosti i veoma složenom fenomenu – umetničkoj igri, zadržali smo rezervu u odnosu na domet psihologije kao nauke, jer

5 Značaj društvenog aspekta igre naglašen je kod onih učesnika koji se bave plesovima u paru.

sadržaj bilo koje discipline umetnosti, kao ni samu umetnost, nije moguće u potpunosti razumeti ni naukom domašiti koliko god da su metode istraživanja koje ona koristi moćne ili savremene (Jung, 1922/1995). O tome svedoči i jedna izjava anonimnog plesača kako se značaj plesa sastoji se „u vežbanju intonacije. Jedne jedine intonacije. Ne muzičke. To je vežbanje tona u kome nema koncepata. Samo Ples bez vremena i prostora. I bez Plesača. PlesPlešePles.”

ŠTA LJUDI ZNAČE IGRI?

Ni ples ni umetnička igra ne postoje bez čoveka. Ne postoje bez izvođača, a izvođačka umetnost bez publike. Ako izuzmemo „ples ptica” i ponekih životinja (Džadžević, 2005; Maletić, 1986), pored spontanog plesa, igra kao oblikovano misaono delo postoji samo kod ljudi (Brown, Martinez & Parsons, 2006; Lovatt, 2016; Luck & Sloboda, 2009; Repp & Penel, 2004). Iako se igrom bave i druge naučne discipline, oblast psihologije umetnosti proučava ulogu čoveka u kontekstu različitih aspekata stvaralaštva u igri tj. sa stanovišta koreografa, izvođača, kreativnog procesa, dela u vidu predstave ili koreografije, publike i stvaralačkog okruženja. Čovek je i tvorac i nosilac i uživatelj njenog značenja.

Doživljaj koji imaju i izvođač i njegova publika u vezi sa igrom, pored toga što neretko obuhvata različite telesne reakcije ili raznovrsna osećanja, tj. emotivni i telesni aspekt, može obilovati i novim uvidima te uključivati i saznavni aspekt. On je povezan sa konceptom „umetničke istine”, koja se za razliku od naučne, istorijske ili filozofske, pojavljuje u primamljivoj čulnoj formi i zato snažnije prožima i obuzima izvođača i posmatrača (Panić, 1997; Vučković, 2007). Motivacioni aspekt doživljaja



Slika 3. Zvuk potrage

izvođača igre i njegove publike često uz obostranu inspiraciju, najčešće implicira svojevrsno osećanje zadovoljstva koje ih prati. Dijaloška veza između stvaralačkog poduhvata i dela, kao i dvosmeran proces njihovog međudelovanja upućuju na to da su na nivou stvaralaštva, stvaralac i publika negde izjednačeni, pošto primalac svojom aktivnošću, maštom i angažmanom, na neki način i sam gradi delo, amplifikujući ga i dodajući mu svoje značenje.

Dakle, u isto vreme, igra ima izuzetno važan značaj za čoveka budući da mu kao specifičan medijum obezbeđuje mogućnost samoizražavanja, isceljenja, sticanja novih veština i dosezanja slobode pomoću čega on može da izrazi celokupni potencijal svoje ličnosti. Čovek, takođe ima značajnu ulogu ne samo u stvaranju, izvođenju i evaluaciji već i u građenju značenja i razvijanju igre.

U poglavljima koja slede bavimo se psihološkim značajem koji ples i umetnička igra imaju za čoveka. Posebno se razmatraju sloboda, isceliteljski aspekt igre, majstorstvo, seksualnost, eskapizam i povratak sebi, kao i zadovoljstvo koje je jedno od najčešćih dobrobiti plesa.

DRUGO POGLAVLJE

SLOBODA I ZADATOST U PLESU I UMETNIČKOJ IGRI

Jedno od najsloženijih pitanja čovekove celokupne egzistencije jeste sloboda. Ona može da se razume na najrazličitije načine, i da se interpretira iz ratličitih uglova kao što su filozofski, politički, socijalni, religiozni, pravni ili psihološki. Još od antičkih vremena, sloboda se povezuje se sa nesputanošću, neograničenošću, sa delovanjem bez prisile. Pod njom se podrazumeva sloboda izbora, sloboda volje i autonomija delovanja⁶ (videti više kod Vukadinović & Mitrović, 2020). U psihološkom smislu, Vladislav Panić (1998, str. 365) slobodu definiše kao „sposobnost čoveka da deluje u saglasnosti sa svojim interesima i ciljevima, oslanjajući se na svoje poznavanje objektivne nužnosti”. Svatajući slobodu kao „čoveku odgovarajuću nužnost”, Panić (1998, str. 366) ističe da „čovek nije slobodan u svojoj mašti, mislima i postupcima tako što oni nisu ničim uslovljeni, već time što može da bira mogućnost koja najviše odgovara njegovim interesima i potrebama” (Panić, 1998, str. 366)⁷.

6 Istoriski, filozofski i pravni pregled vezan za razumevanje slobode pogledati kod Gordane Vukadinović i Dragana Mitrovića (2020).

7 Vladislav Panić slobodnu volju prepoznaje kroz njeno ispoljavanje u okviru fizičke, društvene i individualne sfere. Fizičku slobodu razume kao odsustvo ograničavajućih faktora

Čovek svoju individualnu slobodu ostvaruje u različitim segmentima života i kroz različite aktivnosti sa ciljem da „postane to što jeste” (Yalom, 2017). Među različitim domenima čovekovog delovanja čini se da polje umetnosti pruža veliki broj mogućnosti. Predrag Ognjenović (2003, str. 187) umetnika vidi kao čoveka slobode – *homo libertatis*, čije stvaralaštvo ima zadatak da ljudima i samom sebi vrati slobodu ili bar deo nje, oslobađanjem duha od rigidnosti svakodnevnice, od robotizacije i postvarenja. Po njegovom mišljenju, iz potrebe za slobodom „koja je višeslojna u višeslojno komponovanoj ličnosti svakog od nas” proističe i potreba za umetnošću čija je osnovna funkcija da bude „povratilac slobode u upotrebi samog sebe” (Ognjenović, 2003, str. 238). Izvrstan primer ovakvog shvatanja veze slobode i umetnosti može se pronaći u umetnosti flamenka.

Ples flamenka, pre nego što je postao izvođački spektakl u okviru precizno definisanih pravila izvođenja, bio je svojevrsan vid svedočanstva ljudske egzistencije. Povezan sa društveno-političkim kontekstom epohe u kojoj je nastao predstavljao je izraz siromaštva, gladi za slobodom, životom i ostvarenjem individualnosti⁸. Rađao se kao izraz odbačenosti, straha, tuge, samosažaljenja i besa ljudi koji su ga izvodili. U stihovima koji prate igru, odnos prema fizičkoj, društvenoj i individualnoj slobodi je u velikoj meri kontradiktoran i ambivalentan (Vukadinović, 2002, str. 33):

u čovekovoj potrebi za kretanjem, društvenu razume u kontekstu toga da odnose u društvu regulišu zakoni koji su zasnovani na etičkim principima i koji važe za sve, a individualnu slobodu definiše kao autonomno funkcionisanje ličnosti (Panić, 1998, str. 366).

⁸ Istorijat nastanka, forme izvođenja, sastavni elementi spektakla kao i filozofija umetnosti flamenka može se pogledati u knjizi *Flamenko - između tišine i usklik* (Vukadinović, 2002).

„Si alguien hubiera en el mundo
Que la libertad me diera
Con jierros en los tobillos
Esclavito suyo fuera.”

„Kada bi postojao neko na svetu
ko bi mi slobodu dao
sa okovima na zglobovima
njegov rob bi bio.”

U začecima flamenka negovala se težnja da se promeni neodgovarajuća i nametnuta nužnost koja je bila izražena u konkretnim uslovima ali i u kolektivnoj prošlosti. Istovremeno se i bežalo od ostvarivanja individualnosti i širenja izbora, skrivanjem se u kolektivitet. Ambivalencija vezana za slobodu u flamenku dolazila je do izražaja upravo kroz sukob svesti o težnji za slobodom i svesti o strahu i mogućnostima vezanim za njeno ostvarenje. Kasnije, kada se umetnost flamenka utemeljila kao vrhunska izvođačka umetnost, izražavanje potrebe za doslovnom fizičkom i individualnom slobodom, artikulisalo se u izraz najrazličitijih osećanja i izraz dinamičnosti, ritmičnosti i uslovljenosti sazrevanja čoveka.

Verovatno je umetnost flamenka jedan od izuzetnih primera dostizanja fizičke, društvene, individualne a u današnje vreme i umetničke slobode. Međutim, ples flamenka nije jedini primer za koji se vezuje doživljaj slobode. O oslobađajućem iskustvu svedoče i oni koji se rekreativno bave salsom, latino američkim plesovima, hiphopom i drugim tipovima plesa (Maraz, Király, Urbán, Griffiths, & Demetrovics, 2015; Vukadinović, 2019), kao i oni koji su spontani ples iskusili kao medijum poboljšanja psihofizičkog blagostanja (Chodorow, 1991; Koch, Kunz, Lykou, & Cruz, 2014; Margariti, Ktonas, Hondraki, Daskalopoulou, Kyriakopoulos, Economou, Tsekou, Paparrigopoulos, Barbousi, & Vaslamatzis, 2012; Meekums, 2005; Pallaro, 2006, 2007). Budući da je ples u najširem smislu povezan sa pokretom tela, važno je jasno istaći razliku između plesa kao spontane aktivnosti i umetničke igre. Oba termina – ples i igra – koriste se da označe izvođenje

ritmičnih, izražajnih i po određenim pravilima artikulisanih pokreta telom uz muziku, termini igra i umetnička igra češće se koriste da označe stvaralački produkt na sceni (kao na primer savremena igra), dok se terminom ples obuhvata i označava i spontano ritmično telesno kretanje koje može da se izvodi kod kuće ili na zabavama kao oblik druženja.

SLOBODA U SPONTANOM PLESU

Jedna od prvih asocijacija koje većina ljudi ima kada je reč o plesu jeste doživljaj slobode (Vukadinović, 2013b, 2019). Pod njom se podrazumeva doživljaj oslobođenosti tela i kretanja, izražavanja sopstvenih osećanja, misli, slika, čak i celokupne ličnosti. Još od najstarijih vremena čoveka je motivisala potreba za spontanim ritmičkim kretanjem, davanjem oduška i oslobađanja od viška fizičke energije (Džadžević, 2005; Maletić, 1986). Kao jedna od univerzalnih i veoma značajnih ljudskih aktivnosti, odvajkada, mnogo pre nego što se razvio u pravcu umetničke igre (Bramble & Lieberman, 2004; Krešić, 1997; Ward, 2002), pomoću plesa čovek je ostvarivao doživljaj slobode, o čemu svedoče mnogi antropološki zapisi (Brown, Martinez, & Parsons, 2006; Džadžević, 2005; Farnel, 1999; Janković & Janković, 1949; Magazinović, 1951; Maletić, 1986; Sachs, 1953).

U najširem smislu značenja, spontani ples se najviše povezuje sa doživljajem slobode. Takav ples se najčešće praktikuje u različitim oblastima života kao što su obrazovanje, zabava, rehabilitacija ili psihoterapija, a najčešće ga prate osećanja radosti i zadovoljstva (Krešić, 1997). Po mišljenju Pitera Lovata (Lovatt, 2018, str. 22) sposobnost plesanja je urođena budući da postoji sklonost za igru kod ljudi iz svih krajeva sveta čak i ako nisu prethodno podučavani, a ona se može primetiti kroz različite istorijske epohe.

Saš i Spenser pretpostavljaju da je ples u svojim začecima izražavao motoričku reakciju na pojačano veselje, ili višak snage koji se ispoljava u ritmički skladnom kretanju. On je predstavljao i neku vrstu psihofizičkog „zagrevanja” pre važnih zadataka kao što su lov, rat i slični (Sachs, 1953; Spencer, 1855). Nuždu za izživljavanjem viška fizičke energije, koju većina autora prepoznaje među glavnim pokretačima plesa, mnogi istraživači povezuju sa potrebom da se izraze emocije (Džadžević, 2005; Copeland & Marschal, 1983; Martin, 1965).

Ana Maletić (1986) navodi da su zajednički uzročnici spontane igre, plesa deteta i mladunaca životinja, njihova prirodno data razigranost, potreba za izživljavanjem neutrošene fizičke energije i zadovoljstvo u ritmičkom kretanju. Ono što je zajednički pokretač nekih plesova i kod ljudi i kod životinja jeste nagon za oponašanjem, radoznalost i ispoljavanje emocija. Sličnog su mišljenja i drugi autori. Štern igru razume kao instinktivno samoformiranje i razvijanje čovekovih potencijala. Igra predstavlja nesvesnu pra-vežbu za buduće ozbiljne funkcije (Stern, 1938). Po mišljenju Karla Grosa u igri se vežbaju i isprobavaju oni oblici ponašanja koji će se kasnije pokazati kao uspešna priprema za život, dok je za Stenlija Hola ples manifestacija primitivnog kretanja čoveka, koja se otkriva u igri i ponašanju životinja (Groos, 1899; Hall, 1921).

Dakle, spontani ples obuhvata svako spontano ritmičko kretanje u kome igra nema određeno značenje niti postoji svesna namera da se izrazi neki sadržaj. Ona može da se izvodi individualno ili sa drugim osobama, u grupi ili u paru, i ne zahteva neko određeno mesto tj. pozornicu, a praćena je osećajem zadovoljstva i doživljem snage i oslobođenosti tela (Vukadinović, 2019). Međutim, čak i u spontanom plesu postoji zadatast, a to je ritam.

RITAM

U najopštijem smislu, ritam se definiše kao svako regularno kretanje koje se ponavlja, kao obrazac u vremenu koji se vezuje za širok spektar cikličnih fenomena (Fraisie, 1982). U muzici ritam predstavlja način na koji se ona strukturira u vremenu, a sastoji se iz različitih vremenskih komponenti kao što su obrazac (*pattern*), metar (*meter*) i tempo (*tempo*) od kojih svaka podrazumeva različit nivo kognitivne obrade (videti više kod Thaut, Trimarchi, & Parsons, 2014). Kada je reč o plesu⁹, ritam se odnosi na vremensko strukturiranje pokreta u prostoru, i predstavlja osnovu za spacio-temporalnu sinhronizaciju pokreta (Luck & Sloboda, 2009; Thaut, 2007). On je jedna od glavnih komponenta muzike i može biti slab ili jak, jednoslojan ili višeslojan, pravilan ili nepravilan. Pokazalo se da u različitim kulturama ljudi spontano sinhronizuju pokrete tela sa muzikom koja ima snažan, pravilan ritam koji nije ni suviše spor ni previše brz (Hagendoorn, 2011). Neke studije upućuju na to da slušanje muzike ne uključuje samo zone mozga zadužene za obradu auditivnih informacija, nego i one zadužene za obradu senzomotornih informacija, pa se pretpostavlja da su neke telesne senzacije rezultat uticaja muzike i ritma (Cervellin & Lippi, 2011; Janata & Grafton, 2003; Reinhardt, 1999; Thaut, Trimarchi, & Parsons, 2014; Thaut, McIntosh, & Hoemberg, 2015; Tormodsdatter Færøvik, 2017; Vukadinović & Vitkay-Kucsera, 2022). Na primer, postoji empirijski dokaz da „auditivna stimulacija priprema motorni sistem da bude spreman na pokret, zato što ritam obezbeđuje vremenski okvir za mozak da planira unapred i bude spreman“ (Thaut et al., 2015, str. 2). Takođe, pokazalo se da muzika

⁹ Ovde treba imati na umu definiciju datu u Rečniku srpskog jezika Matice srpske (Rečnik srpskog jezika, 2011) u okviru koje se pod plesom se podrazumeva „izvođenje ritmičnih, izražajnih pokreta telom obično uz pratnju i u ritmu muzike“.

stimuliše proces pumpanja krvi u mišiće nogu i ruku što može predstavljati potencijalni razlog zašto ljudi cupkaju nogom ili kuckaju prstima uz ritam (Thaut et al., 2015; Thaut et al., 2014). Pored toga, ritam može da izazove promene u brzini otkucaja srca i u radu respiratornog sistema tako da osoba veoma često sinhronizuje disanje sa muzikom (Cervellin & Lippi, 2011; Reinhardt, 1999; Tormodsdatter Færøvik, 2017). Po mišljenju Dženet i Graftona, sinhronizovanje pojedinačnog pokreta uz opaženi ritam u muzici predstavlja relativno jednostavan nivo spajanja muzike i pokreta, dok bi u složenije nivoe spadala igra, pevanje ili sviranje instrumenta (Janata & Grafton, 2003).

Rezultati studije Olivije Foster i saradnika iz oblasti neuro-nauke (Foster Vander Elst, Vuust, & Kringelbach, 2021) sugerišu da spontano ritmičko kretanje uz muziku proističe iz čovekove potrebe da se uz nju kreće, zbog toga što mu takva aktivnost donosi prijetnost i zadovoljstvo. Pokreti koji su podstaknuti ritmom obuhvataju one sićušne kao što su mrđanje tj. klimanje glavom i kuckanje, lupkanje prstima u ritmu muzike, ali i one visoko artikulisane pokrete koji se oblikuju u ples. Bez obzira na to pomoću kojih i kakvih pokreta osoba sinhronizuje svoje kretanje uz ritam muzike, različiti autori naglašavaju da su pozitivna osećanja i zadovoljstvo koje osoba doživljava neurobiološki pokretači ove aktivnost (Foster Vander Elst, Vuust, & Kringelbach, 2021; Janata, Tomic, & Haberman, 2012; Witek, Clarke, Wallentin, Kringelbach, & Vuust, 2015).

Na kraju, u kontekstu slobode i zadatosti, možemo zaključiti da ni spontan ples nije u potpunosti slobodan. Ritmička sinhronizacija jeste suštinska zadatast ne samo spontanog plesa nego je i osnova umetničke igre. Međutim, bar kada je reč o spontanom plesu ritam je upravo ona vrsta zadatosti koja najčešće dovodi do prijetnosti i zadovoljstva.

ZADATOST U UMETNIČKOJ IGRI

Umetnička igra, za razliku od spontanog plesa, predstavlja složeniji i zbog zadatosti uslovljeniji fenomen. Ona se definiše kao specifična vrsta složenog i visoko artikulisanog kretanja, odnosno, kao sistem organizovanih i formalizovanih pokreta koji predstavljaju nosioce određenog značenja koje umetnik svesno izražava i namerno prenosi posmatraču (videti više kod: Blom & Chaplin, 2000; Carter, 1998; Jowit, 1994; Krešić, 1997; Layson, 1994; Meekums, 2005; Tufnel & Crickmay, 2006; Džadžević, 2005; Savić, 2006; Vukadinović, 2019). Zadatost u umetničkoj igri odnosi se na nekoliko aspekata koji je, pored ostalog, kvalifikuju da bude umetnička disciplina. To su vremenska i prostorna određenost koje je karakterišu, njeni formalni aspekti koji obuhvataju estetski cilj, formu i način izvođenja, a tu su i formalne karakteristike koreografija u okviru posebne forme umetničke igre, kao i sadržaj koji je moguće njome saopštiti.

VREMENSKA I PROSTORNA ODREĐENOST

Zahtev za vremenskom i prostornom sinhronizacijom igračkih pokreta predstavlja zadatost koja definiše i ples i umetničku igru. Kada se igra definiše kao sistem organizovanih pokreta, podrazumeva se da je ona vremenski i prostorno uslovljena što podrazumeva da je za igru uopšte, da bi se izvela, potreban prostor u kom je moguće kretanje. Za umetničku igru, taj prostor je načešće scena. Dalje, prostorna određenost se odnosi i na to da su pokreti tela organizovani u prostoru tako da se svaki oblik igre može okarakterisati tačno određenim kvalitetom i brojem „deonica” pokreta od kojih se sastoji (Brown, Martinez, & Parsons, 2006). Zbog svoje kombinatoričke organizacije, umetnička igra podložna je nekoj vrsti opisa i „gramatičke” analize (Brown, Martinez, & Parsons, 2006; Hutchinson-Guest, 1973;



Slika 4. Čuvari igre

Laban, 1960). Za nju je karakteristična i temporalna sinhronizacija koja uključuje to da su pokreti tela igrača usklađeni sa muzičkim ritmom koji služi kao neka vrsta „čuvara vremena“. Interesantno je da je temporalna sinhronizacija karakteristična za igru svojstvena samo čoveku (Brown, Martinez & Parsons, 2006; Luck & Sloboda, 2009; Repp & Penel, 2004).

Odnos igre i muzike je izuzetno važan jer su zvuk i ritam izazov za igru i njeno nadahnuće (Krešić, 1997, str. 261). Međutim, muzika ne sme da nadvlada igru niti da se odvoji od nje, ne treba da bude ni njena pratnja nego treba da postigne jedinstvo sa njom. Najčešći način izvođenja određene koreografije je uz muziku (Carrol & Moore, 2012; Christensen & Calvo-Merino, 2013; Vukadinović, 2023b), iako postoje slučajevi, doduše veoma retki, kada se igračka predstava izvodi u tišini (Hagendoorn, 2011).

FORMALNI ASPEKTI UMETNIČKE IGRE

Formalni aspekti obuhvataju tri „zadatosti“, a to su estetski cilj igre, forma umetničke igre i način izvođenja (Krešić, 1997). Estetski cilj implicira prisustvo ili odsustvo gledalaca. Po mišljenju nekih autora prisustvo publike tj. izvođenja igre pred posmatračima (i za njih), od presudnog je značaja kako bi ona mogla biti definisana kao izvođačka umetnost (Layson, 1994; Mc Fee, 1992). Pod načinom izvođenja podrazumevaju se drugačije forme izvođenja, odnosno, struktura umetničke igre koja je određena koreografskim pravilima. Koreografije mogu biti individualne ili grupne i mogu uključivati promenljiv broj plesača. Sve karakteristike koreografije zavise od forme igre. Pod formama umetničke igre podrazumevaju se balet, moderan balet, folklorne, nacionalne, istorijske igre, obredne, ritualne kao i društvenozabavne igre, salonske, pa i improvizacije. Forme umetničke igre uključuju poseban nivo stilizacije koreografija, raznolike tipične ritmove u kojima se izvode, broj izvođača, kostim, drugačiju potrebu da se nešto kaže ili izrazi, različit stepen slobode u širini pokreta kao i drugačiji nivo njihove složenosti.

FORMALNE KARAKTERISTIKE KOREOGRAFIJA U OKVIRU ODREĐENE FORME UMETNIČKE IGRE

Jedna od važnih zadatosti u umetničkoj igri bilo da se radi o klasičnom baletu bilo o nekoj drugoj formi, a koja je primenljiva na svaku formu posebno, odnosi se na formalne karakteristike koreografije. U našim prethodnim studijama izdvajali smo sledeća formalna svojstva koreografija unutar različitih formi umetničke igre: dobra forma, igračka tehnika, dinamika, elegancija i kompleksnost pokreta (Vukadinović, 2013b, 2014, 2015, 2016a, 2017b, 2019; 2023a; Vukadinović & Marković, 2012, 2017).

Dobra forma

Pod dobrom formom se u umetničkoj igri pretpostavlja postojanje ritmičnosti pokreta, orijentacije u prostoru, pravilna ravnoteža i stabilnost tela, kao i dinamička linija pokreta koju čine ritam, tempo, akcenti, pauze i harmonija (Vukadinović, 2019). Ona se može očitovati, na primer u klasičnom baletu (Vaganova, 1969; Warren, 1990) kroz jasno definisane pozicije nogu, ruku, putanje kruženja ruku i nogu, položaj glave i pokrete koje odlikuje simetričnost. Srpski folklor, takođe, počiva na nekim od gore navedenih principa dobre forme. U folklornoj igri veći broj igrača povezan je u formu polukruga, ili kruga (Janković & Janković, 1949, 1964; Džadžević, 2005). Igrači su sinhronizovani tako da se kreću u istom ritmu i tempu i rade iste pokrete, držeći se za ruke a pozicija ruku je simetrična, dok je rad ruku sveden i u službi povezivanja igrača u kolo (Džadžević, 2005).

Igračka tehnika

Jedna od možda najuočljivijih datosti vezanih za formalne karakteristike različitih formi umetničke igre je igračka tehnika¹⁰. Elementi koje ona uključuje obuhvataju tipičan rad ruku, nogu, okrete, poze, kao i načine na koje se pokreti kombinuju jedni sa drugima. Formalna razlika između različitih tipova igre, zasniva se na karakterističnom radu nogu. Na primer, klasičan balet se izvodi u špic patikama, na vrhovima prstiju (Vaganova, 1969), moderan balet u mekanim baletskim patikama i, iako se insistira na pruženom i otvorenom stopalu, igra na vrhovima prstiju je formalna karakteristika isključivo klasičnog baleta. Za flamenko je

¹⁰ U literaturi (Mc Fee, 1992; Siegel, 1972) pod igračkom tehnikom se podrazumeva metod fizičkog podučavanja igrača da bi on bio spreman za izvođenje specifičnih plesnih pokreta, tj. kako bi imao određen stepen fizičke spremnosti i veština (Mc Fee, 1992, str. 211). Igračku tehniku određuje i sistematski pristup čitavom procesu plesnog pokreta (Siegel, 1972, str. 106).

karakteristično da se izvodi u cipelama na štiklu, koje na đonu u predelu pete i prstiju imaju ukucane eksere koji služe da se proizvodi poseban zvuk dok igrač udara nogama o pod (Candelori & Díaz, 1998; Gómez Muñoz, 2008; Ortega Rubio, 2008), pa se zato tehnika rada nogu u flamenku svodi na ritmične udarce nogama. Tehnika rada nogu (Janković & Janković, 1964), odnosno koraci u srpskoj folklornoj igri baziraju se na ritmičnim skokovima, na prstima ili celom stopalu u zavisnosti od vrste kola.

Razlike među tipovima igre se ogledaju i u specifičnom radu ruku i šake. Za klasičan balet karakterističan je određen stav šake, palac naslonjen na sredinu kažiprsta i trećeg prsta, kao i utvrđene pozicije ruku (Vaganova, 1969). Moderan balet je slobodniji kada se radi o stavu šake i dozvoljava različite pozicije (Graham, 1991; Duncan, 1981). Za flamenko je karakterističan specifičan rad, uvijanje šake, kojom se izvode posebni kitnjasti pokreti prstima (Candelori & Díaz, 1998; Ortega Rubio, 2008), dok je, na primer u srpskoj folklornoj igri, šaka statična i u funkciji povezivanja igrača u kolo (Janković & Janković, 1964; Džadžević, 2005).

Dinamika

Pod dinamikom igre podrazumeva se smena brzog i sporog igračkog kretanja i pauza u kretanju, brzina smenjivanja određenih plesnih pokreta kao i učešće većeg broja igrača, tj. igračkog ansambla (Hagendoorn, 2008, 2011). Među dinamičnijim igrama, na primer, izdvajaju se srpske narodne igre, budući da dinamičnosti kola u značajnoj meri doprinosi karakteristično učešće većeg broja igrača (Janković & Janković, 1964; Džadžević, 2005). Flamenko takođe spada u izrazito dinamične forme igre, pošto su za njega specifični brzi i odsečni udarci i pokreti nogama (Candelori & Díaz, 1998; Ortega Rubio, 2008).

Elegancija pokreta

Elegancija pokreta može se povezati sa kontekstom u kom se igra izvodi, a koji ga definiše (Mc Fee, 1992) kao posebnu aktivnost. Ona podrazumeva evaluaciju, određen stepen „estetizacije pokreta” (Hirst, 1989). Elegancija pokreta podrazumeva da je izvedeni pokret visoko artikulisan i ekspresivan, i kao takav specifičan je za umetničku igru. Elegancija je veoma prepoznatljiva u klasičnom baletu (Grant, 1982; Vaganova, 1969; Warren, 1990) i manifestuje se u načinu izvođenja igre na vrhovima prstiju i karakterističnim „mekim”, „nežnim” i „blagim” pokretima ruku. Zbog specifičnog uvijanja prstiju i šake koje je uobičajeno za flamenko i on se kvalifikuje kao izrazito elegantna igra (Candelori & Díaz, 1998; Ortega Rubio, 2008).

Kompleksnost pokreta

Proučavajući vizuelne stimuluse, Marković (2017, str. 25 i 36) definiše kompleksnost kao strukturno svojstvo koje određuje estetski izgled vizuelnih objekata i određuje ga kao „broj različitih elemenata, objekata, segmenata ili komponenti sklopa ili forme”. U umetničkoj igri kompleksnost, tj. složenost pokreta najpre obuhvata raznovrsnost detalja, kao i bogatstvo u korišćenju različitog tipa igračkog kretanja i okretanja. Takođe, ona se odnosi i na smenu drugačijih tipova pokreta u jednoj koreografiji. Nju ne treba posmatrati u kontekstu težine igračke tehnike, s obzirom na to da je tipove umetničke igre veoma teško porediti po ovom kriterijumu zato što svaki od njih podrazumeva specifičnu igračku tehniku koja zahteva posebne igračke sposobnosti i predispozicije.

SADRŽAJ UMETNIČKE IGRE

Da bi se razumelo na koji način sadržaj saopšten određenom formom umetničke igre predstavlja datost, potrebno je imati na umu da se igra definiše kao nosilac određenih značenja, pri čemu se naglašava njeno svojstvo da „komunicira” sa posmatračem kroz sadržaje koji se saopštavaju najčešće pomoću metafora (Vukadinović, 2019). Te metafore su dalje oblikovane formalnim karakteristikama određenog tipa umetničke igre, a pomoću njih moguće je u izvesnoj meri igrom izraziti zadati sadržaj (Blom & Chaplin, 2000; Meekums, 2005; Tufnell & Crickmay, 2006). Evo nekoliko primera.

Ako se vodimo formalnim karakteristikama koje ima, na primer, tango ili kolo u srpskoj narodnoj igri, teško je u potpunosti izraziti individualnost u okviru ovih formi. Erotičnu zavodljivost vidljivu u pokretima kukova i karlice koji su karakteristični za orijentalne plesove, čak i metaforički je teško pokazati u recimo, klasičnom baletu pošto igračka tehnika ove forme zahteva tačno određene pozicije kukova i karlice čiji su pokreti zasnovani na suprotnoj igračkoj tehnici. Izražavanje „prekomerne osećajnosti” (Vukadinović, 2002, str. 15) karakteristične za flamenko a sadržane u celokupnoj tehnici njegovog izvođenja, naročito u dinamici ritmičnog udaraca nogama o pod, bilo bi potpuno neprikladno za recimo bečki valcer – vrstu standardnog plesa.

Posebno je zanimljivo zapažanje Hagendorna (Hagendoorn, 2008) u kome on navodi da u opisu doživljaja igre nijedan posmatrač ne saopštava da je ona „odvratna”, ili da izaziva gađenje. Takođe, ne može da se kaže kako postoji „horor balet” ili neka druga forma igre koja bi bila „horor” žanra, za razliku od drugih umetnosti, kao što su, na primer, filmovi, ili pozorišne predstave. Tako se, na neki način, može zaključiti da je i esteticizam jedna od zadatasti umetničke igre.

ZADATOST U SPONTANOM – SLOBODA U UMETNIČKOM

Iako se za ples veoma često vezuje doživljaj slobode i oslobođenosti tela, sam fenomen igre obiluje zadatostima koje proističu iz atributa i formalnih karateristika same aktivnovnosti. Bilo da se radi o plesu kao spontanom izražavanju bilo o umetničkoj igri kao oblikovanom misaonom delu, ritam je osnovna zdatost igracke prakse. Takođe, kada se razmotri i uzme u obzir sve ono što je umetničkom igrom zadato postavlja se pitanje za šta se vezuje i u čemu se sastoji oslobađajuće iskustvo izvođača?

Prvo, sloboda u umetničkoj igri sastoji se u mogućnosti da se različiti sadržaji izraze na simboličan način. U tom smislu, Irena Krešić (1997, str. 252) umetničku igru određuje kao „preoblikovanje običnih, svakodnevnih pokreta i kretanja u nove stvaralačke tvorevine i nesvakidašnje forme pomoću ličnih umetnikovih sposobnosti i njegove mašte”. I Ana Maletić (1986) izdvaja potrebu za simboličnom transformacijom primljenih doživljaja kao jedan od osnovnih pokretača igre. Suzan Langer (Langer, 1990), takođe, svoju teoriju o umetničkom stvaralaštvu temelji na sposobnosti ljudskog uma da iz doživljaja stvara simbole. Za nju je simbolizacija osnovni proces ljudskog mozga, pa je ona i polazna tačka njenih izlaganja o nastajanju umetničkog dela, uključujući tu i ples. Spontani ples, za ovu autorku, znak je za jednu emociju, dok je umetnički ples, najčešće simbol za nju. Ples dostiže umetnički nivo onda kada prestaje da bude psiho-motorna reakcija na trenutne doživljaje i kada se ti doživljaji projektuju na ples i ono što se igra, i to pomoću simboličnog izražavanja pokretima. Po mišljenju Langerove, umetničku igru pokreću zamišljene emocije, a ne stvarne i istinske koje se tog trenutka doživljavaju. Tako, iako su pokreti tela stvarni, njihovo značenje nije bukvalno. Na primer, moderan balet insistira na značenju, izdvaja duhovnu komponentu

iznad tehnike, bavi se različitim apstraktnim sadržajem koji obuhvata univerzalne psihološke teme kao što su strah, lepota, želja za životom i patnja, te se princip duhovne i formalne slobode izdvaja kao zajednički za sve varijante i različite stilove u okviru modernog baleta (Duncan, 1981; Graham, 1991; Savić, 2006).

U umetničkoj igri uopšte, kao posledica mogućnosti simboličkog izražavanja i transformisanja primljenih doživljaja, sloboda se posebno može očitovati u tome da kroz ovaj psihološki proces osoba ima *mogućnost da istraži novu perspektivu zadate lične ili kolektivne realnosti*. Istraživanje te nove perspektive ne samo da može doprineti izražavanju i oblikovanju primljenih doživljaja nego ono osobi daje slobodu da iskorači iz sebe i na kraju integriše i transcendiraju tu zadatak ličnu ili kolektivnu realnost. Izražavajući se pomoću umetničke igre, čovek bar nakratko, tumačeći određeni karakter ili ono što zna o osećanjima, može biti neko drugi ili se osećati drugačije. Upravo to zapaža i Irena Krešić ukazujući da se „u umetničkoj igri predstavljanjem nekoga ili nečega, izlazi iz svakodnevne stvarnosti i stvara iluzija neke druge realnosti, na vrlo slikovit način”.

Nasuprot ovome, postoje i neke forme umetničke igre koje podržavaju slobodu da osoba izrazi baš to što jeste. Na primer, u umetnosti flamenka pored „prekomerne osećajnosti” – kako ju je nazvao Luis Rosales insistira se na individualnom umetničkom izrazu u okviru kolektiva, koji pruža podršku izvođaču da se ispolji. Za umetnika flamenka najveći je izazov da se ne pretvara i ne kopira tuđ stil igre, nego da bude to što jeste, a čini se da je ovaj zahtev upravo i najteži. Tako je sloboda da se bude autentičan najprimamljiviji luksuz flamenka (Vukadinović, 2002).

Na kraju, koliko god zadatasti da postoji u igri, pored „metarealnosti” koju nudi, univerzalnost je, takođe, čini pristupačnim poljem za osvajanje i vraćanje čovekove slobode gotovo



Slika 5. Stvarnost sna

uvek iznova. Igra postoji nezavisno od meridijana ili društvenog poretka, vezana je za ljude svih uzrasta, bez obzira na pol ili bilo koju drugu odrednicu. Ovakva univerzalnost igre sugerije i nje-nu arhetipsku prirodu uočljivu kroz pokretače koji je motiviraju još od praistorije (Maletić, 1986; Vukadinović, 2016).

Naročito umetnička igra pomoću koje se uobičajeni svakodnevni sadržaji izražavaju na simboličan način, otvara vrata te „metarealnosti“. U njoj postoji neki novi svet u kojem akcije i događaji mogu da imaju drugačija značenja. Ovaj imaginarni, zamišljeni plan igre je istovremeno nosilac slobode koja se u njoj prepoznaje. Ta „metarealnost“ čini i „neku vrstu intimnog i ličnog skrovišta igrača, iz kojeg on crpi svoju stvaralačku igračku aktivnost i maštovitu izražajnost“ (Krešić, 1987, str. 256). Na taj način osoba koja igra vraća samoj sebi slobodu da sebe upotrebi i da se rastereti ropstva rigidnoj svakodnevnicu. Na pozornici izvođač igračkim majstorstvom balansira između realnog sveta i simboličkog prikazivanja onoga što on zna o njemu. To radi pomoću svog tela, igračke tehnike i mašte te „upravo one njegove akcije koje su naizgled sasvim iracionalne, one koje nazivamo umetnost, pokazalo se – postaju najmoćnije oružje u odbrani slobode, u borbi za očovečenje“ (Ognjenović, 2003, str. 188).

TREĆE POGLAVLJE

EKSTATIČNO I ISCELJUJUĆE DEJSTVO IGRE – TERAPIJSKI I KLINIČKI ASPEKTI

Igri se od davnina pripisuje isceljujući učinak (Koch, Kunz, Lykou, & Cruz, 2014; Maletić, 1986; Margariti, Ktonas, Hondraki, Daskalopoulou, Kyriakopoulos, Economou, Tsekou, Paparrigopoulos, Barbousi, & Vaslamatzis, 2012). U takvo delovanje se posebno verovalo kod primitivnih naroda i domorodačkih plemena (Kiepe, Stöckigt, & Keli, 2012). Po mišljenju Ane Maletić (1986) ovakvi plesovi, koji predstavljaju jednu od najstarijih formi lečenja, svrstavaju se u one sa magičnim motivima i njihov cilj bio je da se postigne „magično lečenje” osoba koje boluju od duševnih ili fizičkih tegoba (str. 113). Ono se očitovalo u izvođenju određenih rituala uz prisustvo šamana, vrača ili maga koji pleše pred bolesnikom, oko njega ili navodi na ples osobu koja boluje (videti više kod Maletić, 1986, str. 113-115). Ana Maletić (1986, str. 113) navodi primer iz šamanskih kultura u kojima se takav ritual odvija tako što bolesnika smeste na sredinu prostorije, a šaman-vrač pleše oko njega sve dotle dok u „stanju ekstaze ne zadobije moć nad demonom bolesti, bilo da ga istera, bilo da ga uvuče u sebe i tako ga savlada”.

U današnje vreme, iako nije isključeno da mnoga plemena i dalje praktikuju plesne rituale sa ciljem poboljšanja zdravlja ili isceljenja osobe koja boluje, postoje psihoterapijski različiti pravci medicine, psihologije i psihoterapije koji se oslanjaju na spontan ples, i to najčešće kao medijum u postizanja poboljšanja duševnog i fizičkog stanja čoveka.

Sa napredovanjem nauke mnoge studije su pokazale da bavljenje plesom dovodi i do fizičkog i psihološkog poboljšanja stanja neke osobe, te se može smatrati da ples ima „isceliteljsku moć“, jer obezbeđuje zdravlje jačanjem imunog sistema kroz akciju mišića, ali i kroz jedan vid specifične psihološke obrade (Christensen, Cela-Conde, & Gomila, 2017; Vukadinović, 2017a). Pokazalo se da on pomaže individuama da ublaže, eliminišu ili izbegnu hronični zamor i druge simptome koji ih onesposobljavaju, a koji su rezultat delovanja stresa (West, Otte, Geher, Johnson, & Mohr, 2004; Hanna, 1995). Ples, takođe, ima pozitivno dejstvo na psihološko blagostanje tako što poboljšava samopouzdanje i samopoštovanje (West et al., 2004). Plesni pokret poboljšava sliku o telu (Lewis & Scannell, 1995) i utiče na poboljšanje raspoloženja (Netz & Lidor, 2003) i smanjenje anksioznosti (Leste & Rust, 1984), a izaziva i prijatna i pozitivna osećanja (Hanna, 1995; Koch, Morlinghaus, & Fuchs, 2007; Netz & Lidor, 2003; West et al., 2004). Rezultati studija koje se bave endokrinološkim aspektima pokazali su da plesanje pomaže u lučenju endorfina (videti više kod Christensen, Cela-Conde, & Gomila, 2017), i poboljšava kalorijsku ravnotežu, koordinaciju, tonus mišića i zdravlje kardiovaskularnog sistema (Merom, Ding, & Stamatakis, 2016). Pored svega, savladavanje veštine pokreta i bavljenje plesom doprinosi i razvijanju socijalnih veština a uz pomoć motornog učenja utiče i na mogućnost za razvoj kognitivnih sposobnosti (Hanna, 1995; Lovatt, 2013). Pored



Slika 6. *Nenadmudriva vanvremenost*

navedenog, istraživači zdravstvene i kliničke psihologije svoje interesovanje usmeravaju na otkrivanje koliko je igra uspešno sredstvo tj. medijum u tretmanu osoba obolelih od različitih telesnih i duševnih bolesti (Bojner Horwitz, Theorell, & Anderberg, 2003; Koch et al., 2014; Koch, Morlinghaus, & Fuchs, 2007; Leste & Rust, 1984; Murrock & Heifner Graor, 2014).

TERAPIJA PLESOM

Iako korišćenje plesa u svrhe lečenja seže daleko u istoriju, terapija plesom i pokretom (*Dance Movement Therapy DMT*) relativno je nova profesija, koja je razvijena poslednjih decenija i

koja prati specifičan pristup psihoterapijskom tretmanu. U praksi ovog vida psihoterapije izdvajaju se dve vodeće struje, jedna britanska i druga američka, koje su međusobno različite ne samo po imenu nego i po teorijskom okviru iz kog nastupaju i deluju.

Na osnovu empirijski podržane pretpostavke da su telo, um i duh međusobno povezani Američka plesna terapijska asocijacija (*American Dance Therapy Association, 2014*) definiše *Terapiju plesom* kao psihoterapijsku upotrebu pokreta kao procesa koji obezbeđuje emocionalnu, socijalnu, kognitivnu i fizičku integraciju individue. Veoma slično, britanska struja definiše *Terapiju pokretom* i *plesom* kao psihoterapijsku upotrebu pokreta i plesa pomoću koje osoba može kreativno da se aktivira u procesu kojim postiže emocionalnu, kognitivnu i socijalnu integraciju (*Association for Dance Movement Therapy UK, 1977*).

Suštinske razlike između ovih struja proističu iz teorijskih principa koji se nalaze u osnovi svakog od opisivanih pristupa. Naime, britanska struja, naročito autorka jednog od najpriznatijih modela Terapije plesom i pokretom, Boni Mikums (Meekums, 2005) u svojoj praksi se oslanja na teoriju kreativnosti koja ima četiri faze, dok sledbenici američke struje svoju praksu Terapije plesom baziraju na Jungovom analitičkom pristupu (Adler, 1992; Chodorow, 1991; Whitehouse, 1979). S obzirom na različite teorijske osnove, ove dve struje razlikuju se i po osnovnim tehnikama koje koriste u radu. Britanska struja koristi *metaforu pokreta* (videti više kod: Meekums, 2005; Payne, 2004), dok se američka struja oslanja na Jungovu tehniku *aktivne imaginacije* sa ciljem da se postigne *transcendentna funkcija* (videti više kod: Adler, 1992; Chodorow, 1991; Whitehouse, 1979). Kada se radi o transpersonalnoj dimenziji, za britansku struju ovo pitanje ostaje otvoreno, dok američka struja (Chodorow, 1991) o tome govori kao o sastavnom delu svog pristupa.

Bez obzira na struju kojoj pripadaju, različite studije pokazale su da je igra uspešno sredstvo tj. medijum u lečenju osoba obolelih od različitih telesnih i duševnih bolesti (Bojner Horwitz, Theorell, & Anderberg, 2003; Koch et al., 2014; Koch, Morlinghaus, & Fuchs, 2007; Leste & Rust, 1984; Murrock & Heifner Graor, 2014). Naime, terapijski pristupi koji koriste ples kao medijum imaju široku primenu u tretmanu anksioznosti (Erwin-Grabner et al., 1999, Leste & Rust, 1984), posttraumatskog stresnog poremećaja (MacDonald, 2006), depresije (Ernst, Rand, & Stevinson, 1998; Koch et al., 2007; Murrock & Heifner Graor, 2014; Parsons, Omylinska-Thurston, Karkou, Harlow, Haslam, Hobson, & Griffin, 2020), kancera (Dibbell-Hope, 2007), fibromijalgije (Bojner Horwitz et al., 2003), Parkinsonove bolesti (Bunce, 2007; Lowatt, 2013; Sundström & Jola, 2021), kao i drugih fizičkih ili mentalnih oboljenja.

Dakle, može se zaključiti da je spontana igra veoma često i proučavana i upotrebljavana kao sredstvo tj. *medijum poboljšanja psihofizičkog blagostanja čoveka*. Budući da je ona jedna od najranijih formi isceljivanja kojoj su još domorodačka plemena pripisivala isceliteljsku moć, spontana igra se danas koristi kao moćno sredstvo u medicini, rehabilitaciji i psihoterapiji. Zbog toga su brojna istraživanja posvećena proučavanju terapijskih i psihoterapijskih efekata plesa i spontane igre jer ona u ovakvom kontekstu omogućava izražavanje unutrašnjih psiholoških procesa pojedinca. Međutim, spontan ples ima i svoju mračnu stranu koja ne rezultira isceljenjem već se manifestuje u svojim negativnim aspektima u kojima pojedinac pleše ka bezumlju ili u njega.

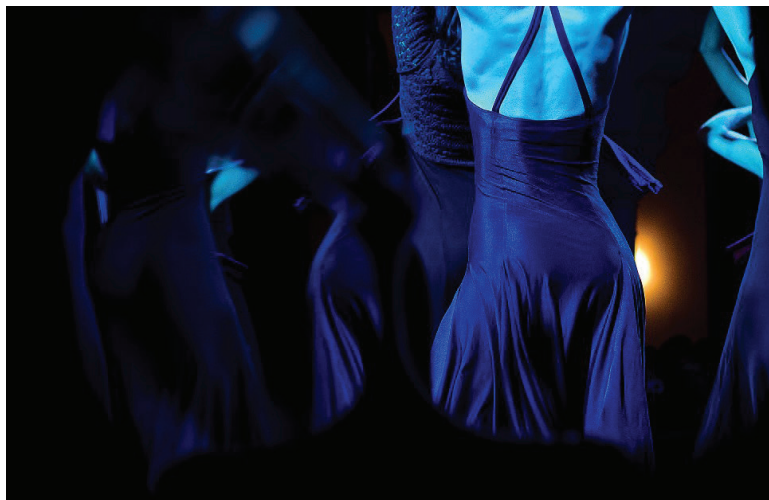
MRAČNA STRANA PLESA

Osobe koje spontano plešu obično ističu kako za vreme igre osećaju sreću, ushićenje, neku vrstu zanosa, zadovoljstva i ekstaze. Činjenica je da ples može pozitivno da utiče na čoveka tako što doprinosi njegovom opštem blagostanju (West et al., 2004), a može i da izazove ili umiri njegovo uzbuđenje (Maletić, 1986). Ples omogućava čoveku da kroz doživljaj jedinstva psiholoških i telesnih komponenti izrazi sebe, i u tom izrazu bude slobodan.

Međutim, zapisi različitih istraživača koji su proučavali plesne rituale primitivnih plemena svedoče i o „mračnoj strani“ plesa (Birket-Smith, 1960; Deniker, 1900; Maletić, 1986; Sachs, 1933, 1955; Steller, 2003). Zapažena je posebna vrsta euforije tj. radoznog ushićenja, lakoće i poleta kod osoba koje su u stanju da spontane sekvence pokreta uzastopno ponavljaju pretvarajući ih u plesni ritam čime sebe dovode do zanosa i ekstaze, a da pri svemu tome ne znaju šta se s njima zbiva¹¹. Ono što osećanje euforije kvalifikuje kao patološku i lažnu sreću jeste odvojenost ovog osećanja od realnosti, pošto se ono javlja bez ikakvog realnog razloga (Milivojević, 2005, str. 249). Iako se osećanje euforije može javiti kod zdravih ljudi u izuzetnim okolnostima, ono se njačešće javlja u pojedinim fazama duševnih i organskih oboljenja kao i pod dejstvom narkotičkih sredstava (Panić, 1998, str. 135).

Po mišljenju Ane Maletić (1986, str. 43), euforija je povezana sa ekstazom na taj način što, kada ljudi dožive radosno ushićenje i zanos plesom, oni počinju da izводе plesne sekvence koje ponavljaju sve strastvenije i u sve bržem tempu dok se „opijenost“ plesom ne pretvori u ekstazu, koju karakteriše nesvakidašnje raspoloženje i doživljaj beskrajne radosti, suženje

¹¹ Na primer, Džordž Steler (Steller, 2003) svedoči o plesu ljudi sa Kamčatke, koji jednu te istu sekvencu pokreta ponavljaju satima, a ponekad plešu čitav dan i noć, dok se krug plesača neprestano širi jer niko ne može da odoli ritmu.



Slika 7. Čudotvorno uzbuđenje igre

svesti, „napuštanje” svesnog identiteta i „gubljenje” sopstvenog Ega. Primitivni ekstatični plesovi u prošlosti su bili svojsveni šamanima-vračevima, za koje je ovakva igra bila način da im se „duša sjedini sa svetim” (Birket-Smit, 1960).

Međutim, ekstatični plesovi¹², koji su se upražnjavali za vreme različitih rituala, omogućavali su ljudima da izdrže napore koji prevazilaze njihove normalne mogućnosti te su veoma često bili praćeni ili se završavali samopovređivanjem plesača (Birket-Smith, 1960; Deniker, 1900; Maletić, 1986; Sachs, 1933, 1955; Steller, 2003). Ova destruktivna plesna ekstaza, okrenuta protiv čovekovog nagona za samoodržanjem, neretko je rezultirala samoubilačkim transom u kojem je plesač „opsednut” svojim demonom ili božanstvom, ranjavao, sakatio ili povređivao samog sebe¹³.

12 Deniker (1900) ih nazva „epileptični plesovi” zato što njihov prizor pruža sliku opšte psihofizičke poremećenosti.

13 Upečatljivi su primeri plesa po užarenom pepelu, gutanja žeravice za vreme igre u

Ekstatični plesovi nisu svojstveni isključivo primitivnim plemenima prošlosti. Po mišljenju Saša (Sachs, 1933), ovi plesovi nisu ograničeni na pojedine narode, razdoblja ili geografska područja, nego su postojali još od praistorije kroz stari, srednji, novi vek, a postoje i danas. Danas se ekstatični plesovi odlikuju opojnim i zaraznim ritmom, a osoba veoma često pleše do iznemoglosti. Na primer, prisilan ples koji dovodi do potpune iscrpljenosti i nalikuje na „ekstatično plesno besnilo“, koje je opisano još u antičkom periodu¹⁴, sa vrlo malo razlike praktikuju se i danas, najčešće u okviru različitih plesnih događaja, festivala, rejev i trans-žurki (videti više kod: D'Andrea, 2007; Gore, 1997; Malbon, 1998; St John, 2008, 2004; Takahashi & Olaveson, 2003). Praksa ekstatičnog plesa u ovakvim prilikama često podrazumeva upotrebu hemijskih stimulansa¹⁵ kao što su ekstazi, LSD i sl. koji osobi „pomažu“ da doživi „granično iskustvo“. Ono, po mišljenju Antonija D'Andrea (D'Andrea, 2007), u isto vreme može biti i uzvišeno i traumatično jer ga karakterišu i zadovoljstvo i bol i katarza, pojačana svesnost, očaj i euforija, a nisu neuobičajene ni halucinacije, mistične vizije, disolucija Ega, doživljaj kosmičke ljubavi i dr.

Dakle, destruktivni aspekti igre uočljiviji su kod različitih vrsta spontanog plesanja, u okviru rituala, ceremonija i ekstatičnih plesova. Međutim, i forme umetničke igre sadrže značajne izazove za izvođače koji se ne sastoje u „napuštanju“ svesnog

kolu, međusobno ranjavanje plesača noževima, kao i samokastriranje sveštenika u orgijastičnoj pomami za vreme plesnih svečanosti posvećenih maloazijskog boginji Kibeli (videti više kod: Maletić, 1986; Zamarovský, 1985, str. 182-183).

14 Slike na vazama i zidovima Bakhe u plesu i Bakhantski ples opisuju Bakhe tj. Menade, pratilje boga vina Dionisa, a po ugledu na njih ljudi su se okupljali u razuzdane družine prepuštajući se pijankama, noćnim orgijama i ekstatičnom plesu, jednom rečju – bahanalijama (videti više kod: Zamarovský, 1985, str. 51).

15 Panić (1997, str. 276) u smislu korišćenja različitih hemijskih stimulansa zapaža da njihova funkcija nije direktno stvaralački akt (kako sami kreatori racionalizuju). Po njegovom mišljenju, upotreba ovih „pomoćnih sredstava“ ima za cilj da osoba prevaziđe neki konflikt koji inhibira njeno kreiranje, i da joj pomogne da dosegne slobodu koja je nužna za stvaralački akt.

identiteta i „gubljenju” sopstvenog Ega, već u zahtevima okruženja, zbog kojih, da bi ih igrači ispunili veoma često rizikuju svoje fizičko zdravlje.

UMETNIČKA IGRA – DESTRUKTIVNI ASPEKTI I MOGUĆNOST REPARACIJE

Kada je reč o umetničkoj igri, pored studija koje se bave njenim estetskim delovanjem i pozitivnim efektom koji osećaju ko-reograf, izvođač i publika, postoji dovoljan broj istraživanja koja ukazuju i na različite destruktivne aspekte bavljenja igrom. Oni se najčešće mogu zapaziti kod profesionalaca u ovom domenu umetnosti. Na primer, Raval di i saradnici (Raval di, Vannacci, Bolognesi, Stefania, Faravelli, & Ricca, 2006), smatraju da zahtevi celokupnog baletskog okruženja koje insistira na strogim normama, određenoj konstituciji tela prigodnoj za ovu formu igre, vitkosti i posebnom tipu ishrane i vežbama kojima se održava „vitka linija”, rezultiraju ne samo nezadovoljstvom vezanim za izgled sopstvenog tela, nego utiču na to da su baletski igrači mnogo više samokritični u odnosu na ne-igrače (Tiggemann & Slater, 2001), kao i različitim poremećajima ishrane (Duarte, Ferreira, Trindade, & Pinto-Gouveia, 2016; Johnson & Wardle, 2005, Rohde, Stice, & Marti, 2015). U meta-analitičkoj studiji (Arcelus, Witcomb, & Mitchell, 2014) analizirani su rezultati dobijeni u 36 različitih objavljenih istraživanja izvedenih u periodu od 1966. do 2013. godine. Na osnovu analiziranih podataka, Arcelus i saradnici (Arcelus et al., 2014) sugerišu da igrači uopšte, a među njima naročito igrači klasičnog baleta, imaju tri puta veći rizik da obole od poremećaja ishrane, bilo da se radi o anoreksiji bilo o bulimiji.

Drugi autori skreću pažnju na česte muskulo-skeletne povrede kojima su profesionalni igrači skloni. Najčešće se one

vezuju za stopala, članke, lumbalni deo kičme kao i za kolena (Lee, Reid, Cadwell, & Palmer, 2017; Ramkumar, Farber, Arnouk, Varner, & McCulloch, 2016; Russell, 2013; Shah, Weiss, & Burchette, 2012). Povrede na ovim navedenim delovima tela variraju od istegnuća tetiva ili mišića, iščašenja u ovim regijama do preloma kostiju (Shah, Weiss, & Burchette, 2012; Solomon, 1990). Smatra se da one nastaju usled umora, isprpljenosti vežbanjem, neefikasnog vežbanja određeneih pokreta ili stresa izazvanim pritiskom „savršenog izvođenja pod kojim se igrač veoma često nalazi (videti više kod Lee, Reid, Cadwell, & Palmer, 2017; Solomon, 1990; Russell, 2013). Interesantno je istraživanje autora koji se bave time kako je kod studenata, budućih izvođača, njihov ostrašćen odnos prema igri povezan sa učestalim povredama (Rip, Fortin, & Vallerand, 2006). Oni ističu da opsesivna strast ka igri sprečava izvođače da se u potpunosti oporave kada se povrede, dovodeći se tako u situaciju da hronično pate, a uz sve to, autori naglašavaju da je ponos ono što ove igrače sprečava da zatraže i primene adekvatan tretman i da se na taj način u potpunosti oporave. Ovakva tendencija u ponašanju izvođača nije nerazumjiva budući da bivaju onemogućeni da nastupaju i prezentuju svoje veštine. Lišeni su i povratnih informacija koje dobijaju od publike te imaju doživljaj „izgubljenog vremena“. Upravo zbog učestalosti fizičkih povreda koje izvođača sprečavaju da se neko vreme bavi igrom, naročito onda kada izvođač u potpunosti mora da prekine sve igračke aktivnosti, osmišljeni su razni načini i programi prevencije (videti više kod Russell, 2013; Shah et al., 2012; Solomon, 1990).

Pored ovih izazovnih aspekata profesionalnog bavljenja igrom, primećeno je da i u rekreativnom bavljenju plesom postoji određena vrsta zavisnost od igre koja je najčešće motivisana psihopatološkim faktorima među kojima se najviše ističe

beg od realnosti i svakodnevnih aktivnosti (videti više kod Maraz, Urbán, Griffiths, & Demetrovics, 2015).

Nasuprot navedenim destruktivnim aspektima, bavljenje igrom može imati i izuzetno povoljno i za dušu lekovito dejstvo. Naime, Panić (1997, str. 272) naglašava postojanje „reparativne funkcije umetnosti” i ističe da stvaralački akt može da ima za cilj reparaciju subjekta tj. popravljjanje samog sebe. U igri ova funkcija može biti posebno zastupljena.

Igrač, na primer kroz složen proces uvežbavanja i izvođenja igre, prezentujući različite uloge, osećanja ili stanja i konflikte karaktera koji tumači, može da prepozna te konflikte, da ih proživi nakratko, a zatim i integriše. Međutim, reparativna funkcija umetnosti, pa i same igre, ne postiže se pomoću stvaralačkog rada na jednoj predstvi ili na jednoj koreografiji, već je reč o dugotrajnom procesu, koji može da se odvija spontano ili sa aktivnim učesćem igrača. Iako jasno naglašava granicu između psihologije i umetnosti, u razmatranju odnosa analitičke psihologije prema umetničkom delu, Jung (1922/1995) ističe da se u analizi može dvojako pristupiti stvaralačkom procesu. Ili tako što se psihološki posmatra njegov tok, kada se sam kretivni proces ne prekida, niti narušava, ili tako što stvaralac nastalo delo naknadno analizira tumačenjem i amplifikacijom, tj. proširenjem njegovog značenja. On skreće pažnju da je moguće psihološki analizirati različite segmente stvaralačkog procesa, ali da za samu umetnost to nije od značaja jer ona postoji i postojaće nezavisno, a u nekim aspektima čakće biti i nedostižna u odnosu na psihologiju¹⁶. Kada je reč o igri, koja

¹⁶ Jung (Jung, 1922/1995, str. 149) konstatuje znatno ograničenje psihološkog gledišta kada je reč o umetnosti: „Samo deo umetnosti koji postoji u procesu oblikovanja, može biti predmet psihologije, ali ne onaj koji čini stvarnu suštinu umetnosti. Ovaj drugi deo, ne može biti, kao pitanje, šta je umetnost sama po sebi, nikada predmet psihološkog, već estetsko-umetničkog posmatranja”.

kao umetničko delo postoji samo u trenutku izvođenja¹⁷, ukoliko bi izvođač želeo da se bavi tumačenjem značenja koje određen karakter ili uloga ima za njega, potrebno je da nakon izvedbe, oslanjajući se na eventualni video-zapis i sopstveni doživljaj, odvoji vreme za analizu i promišljanje, te da na taj način aktivno učestvuje u eventualnom procesu boljeg razumevanja samog sebe kroz naknadnu integraciju sadržaja i tema koje je prikazao. Važno je istaći da se ovde radi o mogućnost a ne o nužnosti i da kvalitet igre i njene prezentacije nikako ne zavisi od psiholoških analiza koje prethode izvođenju ili slede nakon izvođenja igre. U tom smislu je češći slučaj da umetnici uopšte, pa samim tim i igrači ne pokazuju posebno interesovanje za psihološki rad na delu koji se odvija nakon njegovog stvaranja, što je u potpunosti razumljivo budući da se najznačajniji angažman psiholoških snaga odigrao u samom procesu stvaranja i izvođenja. Za kraj razmatranja o „reparativne funkcije umetnosti“ potrebno je istaći da je moguće biti njen ativan učesnik. Međutim, ona se može odvijati spontano, tako da izvođač i nije svestan ovog procesa, kroz samo delovanje umetnosti na njegovog „glasnika“.

ODRAZ EKSTAZE I ISCELJENJA U PLESU I UMETNIČKOJ IGRI

Blagotvorni aspekti igre mogu biti uočljivi u skoro svim segmentima čovekovog bivstvovanja (Vukadinović, 2022c). Džon Keli primećuje da „plešući najpre isceljujemo odvojenost od našeg tela, učimo se kretati, pa isceljujemo odvojenost od emocija da možemo ponovo osećati, isceljujemo odvojenost od uma da možemo ponovo znati“ (Vukadinović, 2002, str. 67). I

¹⁷ Savremena tehnologija omogućava da se donekle prevaziđe specifičnost umetničke igre – da postoji samo u određenom vremenu i prostoru, tako što se mogu napraviti fotografije i audio-video zapisi svake izvedbe.

kada ples nije medijum isceljenja, on je ritmički nosilac lepote, način transformacije, sredstvo komunikacije i sadržalac bogatstva ljudske duše bez obzira na to da li je to bogatstvo svetlo ili mračno. Nasuprot lekovitosti igre postoji i bezumlje u kome čovek koji pleše može da se nađe. Mada se ekstatičan ples na različite načine i u raznovrsnim kontekstima provlači kroz čitavu istoriju igre, ponašanje pojedinca ili grupe ljudi koji plešući ranjavaju sebe ili druge, sakate se i samopovređuju ili se samoiscrpljuju do krajnjih granica izdržljivosti, ne predstavlja karakteristiku samog plesa, jer on po sebi nije ni „mračan“ ni „svetao“. Niti je mahnit, zdrav, niti epileptičan, božanski ili ekstatičan. Pošto ima karakteristike izuzetno moćnog medijuma, čovek u ples unosi i pomoću njega izražava svoju celokupnu ličnost, utvrđujući kroz igru, i svoj kapacitet za doživljaj slobode, radosti, zadovoljstva, samoosećanja snage, lepote i oslobođenosti tela, kao i različite destruktivne potencijale koje u sebi sadrži.



Slika 8. *Odanost igri*

ČETVRTO POGLAVLJE

MAJSTORSTVO IGRAČKOG POKRETA

Majstorstvo se može poistovetiti sa veštinom, tj. sa razvijenom sposobnošću da se sa lakoćom, elegantno i precizno, bez ičeg suvišnog izvede neka radnja visokog dostignuća koja ima neku svrhu (Panić, 1998, str. 48). Majstorstvo igračkog pokreta ima izuzetno važnu ulogu na polju plesa i umetničke igre. Ta uloga je višestruka. Prvo, kvalitet umetničke igra se i definiše u odnosu na majstorstvo sa kojim je izveden određen pokret ili čitava koreografija. Kako je u svim disciplinama koje se bave stvaralaštvom ono „umetničko“ povezano sa majstorstvom, ono je i jedna od centralnih odrednica koreografske stvaralačke aktivnosti. Drugo, cilj umetničke igre je da estetski deluje na publiku (Krešić, 1987), a estetski doživljaj posmatrača, tj. izuzetno stanje svesti za koje je karakteristična fokusiranost na određeni objekat koji veoma snažno angažuje i fascinira subjekta, obuhvata upravo divljenje veštini tj. majstorstvu i fascinaciju neobičnim (Marković, 2017)¹⁸. Drugim rečima, majstorstvo u smislu sofistici-ranosti, lakoće i bogatstva značenja, sa kojim je određen pokret

18 Detaljnije o estetskom doživljaju videti u Šestom poglavlju.

ili igračka celina izvedena, uticaće na javljanje ili na izostanak estetskog doživljaja kod posmatrača. Treće, u različitim studijama koje su istraživale rekreativno bavljenje plesom pokazalo se da je jedan od važnih motiva koji pokreće ljude i donosi zadovoljstvo, upravo sticanje veština odigravanja pokreta i njihovo dalje razvijanje do postizanja majstorstva u izvođenju (Hanna, 1995; Mainwaring & Krasnow, 2010; Maraz, Király et al., 2015).

Dakle, majstorstvo nije nešto što je igrom dato već nešto što igra zahteva. To je svojstvo koje razvija sam izvođač u odnosu na ličnu telesnu građu, psihomotorne i stvaralačke sposobnosti, domet (samo)izražavanja, kao i u odnosu na preferenciju forme igre pomoću koje se obraća sebi i publici. Majstorstvo je kvalitet pomoću kojeg igrač komunicira sa sobom i posmatračima gradeći, na taj način, most između kinestetičkog i estetskog u pokretu.

Kako je igra specifična umetnička disciplina jer prvenstveno koristi kinestetički medijum u izrazu, majstorstvo igračkog pokreta zasnovano je na kinesteziji. Uloga kinestezije tek poslednjih nekoliko decenija okupira istraživače, te se najveći broj studija bavi značajem kinestezije i vestibularnog sistema, i to ne samo u osmišljavanju koreografije i dosezanju majstorstva, nego i u estetskom doživljavanju, naglašavajući, na različite načine, važnost propriocepcije za igrača (Fenemore, 2003; Golomer & Dupui, 2000; Hagendoorn, 2003; Hugel, Cadopi, Kohler, & Perrin, 1999; Jola, Davis, & Haggard, 2011; Leanderson, Eriksson, Nilsson, & Wykman, 1996; Montero, 2006, 2012, 2016; Moore, 2007; Proske, 2006).

ULOGA PROPRIOCEPCIJE U RAZVIJANJU MAJSTORSTVA

Pošto je osnovni instrument umetničke igre telo izvođača, stvaralački proces uglavnom se odvija u kinestetičkom medijumu. Kinestezija može da se definiše kao svest o poziciji sopstvenog tela ili o pokretu, do koje dolazimo kroz receptore u mišićima, tetivama, ligamentima, zglobovima i koži (videti više kod: Foster, 2008, 2011; Montero, 2006, 2012; Proske, 2006; Sherrington, 1907). Zbog toga, za igrača kinestetičko-vestibularni sistem ima značajnu ulogu jer obuhvata propriocepciju¹⁹ koja podrazumeva osetljivost mišića i zglobova (pokretanje udova), dok se vestibularna osetljivost odnosi na orijentaciju tela, tj. glave u prostoru.

Istraživanja koja se bave ulogom vizuelnih i proprioceptivnih informacija pokazuju da se igrači oslanjaju na čulo vida (vizuelni senzorni modalitet) najčešće kada uče i uvežbavaju određeni korak ili sekvencu pokreta pred ogledalom (Dearborn & Ross, 2006; Shabbott & Sainburg, 2010). U isto vreme, igrači, na časovima uvežbavaju određeni pokret dok ne postignu proprioceptivnu integraciju informacija i telesnu reprezentaciju pokreta (Jola, Davis & Haggard, 2011). Postizanje proprioceptivne integracije i telesne reprezentacije pokreta, može se prepoznati (Hagendoorn, 2003) u sticanju propriocepcije „dobrog osećaja” ili onog što se „oseća da je ispravno” (Montero, 2012) kada se izvodi pokret. Na ovaj način izvođač postavlja osnovu za razvijanje majstorstva u izvođenju igračkog pokreta. Dalje, s obzirom na to da u toku predstave igrač ne može da koristi ogledalo, propriocepcija je glavni kanal kroz koji može da se odigra estetsko vrednovanje sopstvenog pokreta. Barbara Montero (2006, str. 235) ukazuje na međuzavisnost vizuelnog i proprioceptiv-

¹⁹ Za razliku od eksteroceptivnih čula, kao što su vid, sluh, miris i sl. interocepcija obuhvata čula koja nas informišu o nama samima.

nog inputa i sugerije da je propriocepcija sastavni deo estetskog vrednovanja pokreta, na taj način što omogućava igraču da sebi predstavi sliku o pokretu, te on tako može da oceni da li će pokret biti vizuelno lep kada ga izvede pred publikom. Po njenom mišljenju (str. 236), propriocepcija i čulo vida funkcionišu u odnosu međuzavisnosti. Protok informacija između igračeve proprioceptivne osetljivosti i vizuelne estetske osetljivosti odvija se u oba smera. Istraživanja ukazuju na to da profesionalni trening igrača podstiče tačnost proprioceptivnog inputa (Montero, 2012). Trening u igri poboljšava motornu percepciju i omogućava igraču da bolje identifikuje estetske kvalitete pokreta, te da na taj način dalje razvija majstorstvo njegovog izvođenja (Andrzejewski, Wilson, Henry, 2013; Glass, 2005; Golomer & Dupui, 2000; Hugel et al. 1999; Stevens, Glass, Scuhubert, Chen, & Winskel, 2007; Thomas, 1980).

Kinestetička određenost umetničke igre sastoji se i u tome što za razliku od slike koju može doživeti preko čula vida više ljudi istovremeno, pokret pomoću kinestetičkog i vestibularnog sistema može da doživi samo osoba koja ga izvodi (Hugel et al., 1999). Iako se igrači sa sličnim treningom i sposobnostima slažu oko proprioceptivnih kvaliteta određenog pokreta, doživljaj pokreta, uz pomoć proprioceptivnog čula ostaje rezervisan samo za jednu osobu – izvođača (Montero, 2006). Zbog toga su majstorstvo sa kojim se izvodi određen igrački pokret, kao i doživljaj pokreta uslovljeni ličnim preferencijama i karakteristikama igrača, odnosno telesnom građom, psihomotornim i stvaralačkim sposobnostima.

ELEMENTI MAJSTORSTVA IGRAČKOG POKRETA

TELESNA GRAĐA

Veliki broj studija ukazuje na to da je za izvođače telesna građa ne samo važna nego predstavlja čak i neku vrstu estetskog ideala (Anshel, 2004; García Dantas et al., 2018; Langdon & Petracca, 2010; Raval di et al., 2006). U igri se insistira na vitkosti igrača, toliko da je ona nekad čak i preduslov igre, a to zavisi najviše od tehničkih zahteva forme igre kojom se osoba bavi. U tom smislu se pokazalo da je vitkost telesne građe od izuzetnog značaja za klasičan balet (Krešić, 1997; Langdon & Petracca, 2010; McEwena & Younga, 2011), dok recimo u modernoj igri (Langdon & Petracca, 2010) i različitim formama uličnih plesova kao što su hiphop, brejkdens i dr., vitkost tela ne igra značajnu ulogu (Swami & Tovée, 2009). Pošto je telo osnovni instrument igrackog izraza, nosilac ekspresije, njegove anatomske, konstitucionalne, morfološke i fiziološke karakteristike izuzetno su važne. Bez obzira na to, rezultati različitih studija pokazuju da izgled tela nije ključni faktor koji izvođaču obezbeđuje bolji nastup (Langdon & Petracca, 2010; Notarnicola et al., 2014; Reel et al., 2005; Swami & Tovée, 2009).

Po mišljenju Arnhajma (2003, str. 263), mada je igrač vezan za datu formu ljudskog tela, i iz njega izvlači svaku koreografsku kompoziciju, telesna građa „u suštini, služi kao ključ za ono što se nalazi iza nje”. Naglašavajući istu ideju, Isidora Dankan sugerise da „telo samo po sebi mora biti zaboravljeno, jer ono je samo usklađen i dobro podešen instrument, čiji pokreti ne znače kao u gimnastici samo pokrete tela, već se pomoću njih izražavaju osećanja i dubine duše” (Dankan, 1927/2001, str. 139). Povezanost majstorstva igrackog pokreta i izvođačeve telesne građe se ogleda u kompetentnosti igrača i njegovoj izražajnosti, tj. u sposobnosti da telom dočara različite sadržaje (Krešić, 1997).

PSIHOMOTORNE SPOSOBNOSTI IZVOĐAČA

Psihomotorne sposobnosti najčešće se odnose na skladno i uspešno funkcionisanje telesne građe i senzo-motornih sposobnosti, koje se u igri, po mišljenju Irene Krešić (1997, str. 274) definišu kao „svesna i voljna aktivnost igrača koja se ogleda u koordinaciji, usklađivanju i povezivanju jednog pokreta sa drugim, ali potom i njegovog daljeg povezivanja u veće šeme – šeme pokreta a zatim u šemu tela”. Ona među karakteristikama dobre motorne koordinacije²⁰ izdvaja brzinu, spretnost, lakoću izvođenja pokreta i kretanja u igri. U vezi sa koordinacijom pokreta, Panić (1997b, str. 163) zapaža da za vreme složene motorne radnje kao što je igra, istovremena usaglašenost različitih grupa mišića čini „neku vrstu kinestetičke melodije”. Po njegovom mišljenju takvi pokreti ostavljaju utisak da su sinhronizovani, spontani, brzo i lako izvedeni, sa dobrom prostornom i vremenskom organizacijom; bez zamaranja, zastoja, suvišnih pokreta i nepotrebne mišićne napetosti (Panić, 1997b, str. 163). Upravo ovaj opis prikazuje suštinu tehničkog majstorstva izvođenja igračkog pokreta.

STVARALAČKE SPOSOBNOSTI

Stvaralačke sposobnosti izvođača povezane su sa njegovim saznavnim sposobnostima, a najviše sa stvaralačkim mišljenjem u čijoj je osnovi složena intelektualna aktivnost koju karakterišu originalnost i društveno priznata vrednost rezultata takvog mišljenja (Panić, 1997b, str. 46). Panić izdvaja nekoliko karakteristika stvaralačkog mišljenja²¹ među kojima su ori-

20 Pod motorom koordinacijom pokreta u igri se podrazumeva da svi mišići tela pravilno rade i da su pod svesnom kontrolom izvođača rukovođeni svesnim ciljem kojem je podređen izbor pokreta i njihovo usaglašavanje (Krešić, 1997, str. 274; Panić, 1997b, str. 163).

21 Stvaralačko mišljenje se shvata kao proces u kojem učestvuju različite sposobnosti koje ulaze u strukturu intelekta i koje dovode do različitih vrsta kreativne produkcije (Panić, 1997, str. 94).

ginalnost, bogatstvo ideja, otkrivanje i formulisanje problema, otvorenost za novo i nepoznato, stvaralačka maštovitost, kreativna generalizacija i diferencijacija, i kreativna percepcija. U umetničkoj igri neke od ovih karakteristika dolaze do izražaja u procesu u kom koreograf osmišljava delo, dok recimo, originalnost može biti prepoznatljiva i u ličnom stilu pojedinačnog igrača kada izvodi i interpretira određen sadržaj, priču, karakter ili ideju pomoću pokreta. U tom smislu, Irena Krešić zapaža da se stvaralačke sposobnosti igrača sastoje i u njegovoj mogućnosti da „na sceni izgubi svoju privatnost kako bi njegovi pokreti i kretanja dobili scenski izraz” (1997, str. 275).

Ukoliko su ove navedene karakteristike visoko razvijene, i dolaze do izražaja ne samo u kreiranju igre nego i u njenom izvođenju, kroz njihovo sadejstvo i samo majstorstvo pojedinačnog koreografa ili izvođača biva prepoznatljivo.

MAJSTORSTVO NA DELU – STVARALAČKI PROCES U UMETNIČKOJ IGRI

Bez obzira na to o kojoj formi igre se radi, stvaralački proces u umetničkoj igri odnosi se na osmišljavanje novih ili upotrebu već postojećih pokreta i sastavljanje građe igre uz muziku ili bez nje, u skladnu umetničku celinu (Hagendoorn, 2008, 2011; Kirsh, 2011a, 2011b; Krešić, 1997; Neubauer, 2006; Stevens & McKechnie, 2005; Vukadinović & Marković, 2012, 2017). Bilo da se osmišljava čitavo delo koje se sastoji iz više koreografskih celina, bilo pojedinačna koreografija, kada je reč o kreiranju novih pokreta, Kirh (Kirsh, 2011a) naglašava da se stvaralaštvo oslanja u velikoj meri na *utelovljenu kogniciju* (*Embodied Cognition*) kao i na upotrebu različitih senzornih sistema i mogućnost „tranzicije” među njima (audio, vizuelni, olfaktorni, taktilni, kinestetički).

On utelovljenu kogniciju²² razume kao posebnu vrstu obrade podataka u kojoj se koriste delovi tela ili delovi senzornog sistema sa ciljem da se simulira neki određeni proces, a simulirajući taj proces, osoba ga i razume. Po njegovom mišljenju, koreograf i igrači koriste telo kao sredstvo razmišljanja, te ono ima dvojaku ulogu – upotrbljava se i kao medijum kognicije i kao medijum prikazivanja. On objašnjava da, na sličan način kao što to čini violinista koji kao sredstvo razmišljanja koristi zvuk koji proizvodi violinom, koreograf ili igrač osmišljavajući nove pokrete, koriste svoje telo kao medijum razmišljanja, oslanjajući se na vizuelni, somato-senzorni, taktilni i motorni sistem. Bilo kakava promena na telu kao instrumentu (fleksija, ekstenzija, povećanje ili smanjenje rigidnosti i sl.) dovodi do promene u formi i stilu igre. Na primer, koreograf igračima može zadati takav zadatak u kojem moraju da se prebacuju iz jednog modaliteta u drugi, recimo tako što će zamisliti da su im kosti od gume, ili se prisetiti kakav je osećaj koji imaju kada su napadnuti, a nakon toga te slike, doživljaje ili osećanja prevesti u pokret (Kirsh, 2011a, str. 142). Proučavajući kako koreograf upotrebljava različite modalitete (somato-senzorni, vizuelni i emotivni) kako bi stimulisao igrače, Kirh (2011a) uočava da se utelovljena kreativnost u umetničkoj igri, sastoji od generisanja ideje u jednom od ovih modaliteta, njenog mapiranja u drugom i proveravanja te ideje u trećem modalitetu. On pretpostavlja da se utelovljena kognicija u igri manifestuju kroz: a) upotrebu tela kao medijuma razmišljanja budući da igrači ne misle rečima nego kroz telo i formu koju telom zauzmu; b) upotrebu senzornih sistema kao

22 Utelovljena kognicija je termin koji se pojavljuje kod istraživača različitih naučnih disciplina (videti više kod: Adams, 2010; Borghi & Cimatti, 2010; Tversky & Hard, 2009; Wilson, 2002). Međutim, Goldindžer i saradnici ukazuju na značajne nedostatke osnovnih ideja na kojima počiva koncept utelovljene kognicije (Goldinger, Pepesh, Batnhart, Hansen, & Hout, 2016). Oni kritikuju pretpostavke da su kognitivni procesi pod uticajem telesnog doživljaja, da kognicija postoji u službi akcije, da je prostorno situirana, i da može da se odvija bez unutrašnje reprezentacije (videti više kod: Goldinger et al., 2016).

medijuma razmišljanja, pošto igrači koriste vizuelne taktilne i somato-senzorne forme umesto reči i iskaza. Kirh zaključuje da se moć utelovljene kognicije koreografa i njegova kreativnost sastoje u mogućnosti da reprezentuje određenu ideju u što većem broju modaliteta, kao i da se sa lakoćom prebacuje iz jednog u drugi²³.

Veoma slično Kirhovoј ideji o utelovljenom stvaralaštvu (Kirsh, 2011a), australijski autori (Grove, Stevens, & McKechnie, 2005; Stevens & Glass, 2005; Stevens & McKechnie, 2005) uvođe termin *koreografska kognicija* (*Choreographic Cognition*). Pod njim podrazumevaju kompleksan i problematičan fenomen pošto su procesi koji stoje u osnovi koreografske kognicije skriveni, brzi, multimodalni i neverbalni. U umetničkoј igri stvaralaštvo je bazirano na istraživanju pokreta, a izvor ideje za njega može se pronaći u najrazličitijim modalitetima, bilo da se radi o slici, prostoru, ritmu, udaru, teksturi, psihološkoј tenziji, bilo o osećanju, reči, zvuku ili konceptu (Stevens, Malloch, McKechnie, & Steven, 2003; Stevens & Glass, 2005).

Kreiranje igre koja će simbolički izraziti određenu ideju ili sadržaj, uvežbavanje pokreta i koreografija, njihovo oblikovanje do krajnjeg ishoda (uključujući tu i izbor kostima, pozornice, scenografije i rasvete) i naposljetku izvođenje pred publikom, iziskuje visok stepen promišljanja, discipline i fizičkog napora koreografa i izvođača, ali istovremeno donosi i zadovoljstvo kada je delo završeno i prezentovano tako da postiže efekat kod publike. Cilj je da taj efekat ne bude samo puka zabava posmatrača, nego da se pomoću igre donekle postigne estetsko delovanje, tj. da publika oseti divljenje majstorstvu igračkog pokreta, fascinaciju neobičnim, te da postoji mogućnost da kroz kinestetički medijum koji koristi izvođač, razume ponuđena značenja pokreta.

23 Na primer, koreograf često igračima zadaje zadatak da vizualizuju određenu ideju, zatim da je povežu sa osećanjima koja bi mogla da je prate i na kraju da je iskažu kroz pokret.

DOŽIVLJAJ PUBLIKE I KINESTETIČKA EMPATIJA

Majstorstvo igračkog pokreta predstavlja neku vrstu posrednika između izvođača i njegove publike, zato što se reakcija posmatrača ili čak njen izostanak može pripisati veštini sa kojom je prezentovan sadržaj igre. U svakom smislu, ono što publikadoživljava za vreme posmatranja umetničke igre jeste složen fenomen u kom se prepliću estetska, afektivna, somatska, saznajna i motivaciona dimenzija. Uloga posmatrača, pored toga što obezbeđuje kontekst u kom ona može da se definiše kao umetnička disciplina, ima i druge značajne aspekte. Glavni se sastoji u tome da publika nije pasivni primalac kao što se to ranije mislilo (Ognjenović, 2003). Gledaoci mogu biti angažovani i „aktivno doživeti igru, tj. mogu sebi dozvoliti da istražuju doživljaj, uspostavljaju dijalog, grade sopstveno značenje i postavljaju taj doživljaj u sopstveni život” (Škorc, 2012, str. 190.) U sadržaj razmene između publike i igre uključena su osećanja i emocionalne reakcije, „naročita vrsta doživljaja” (Žunić, 2004) posmatrača koji može biti podstaknut da razmišlja o značenju dela ne samo za stvaraoca nego i za njega samog. Kada posmatra umetničku igru, osoba može iskusiti niz doživljaja raznorodnih po kvalitetu. U dodiru sa njom najčešće se javlja estetski, na primer, divljenja veštini, fascinacija neobičnim, doživljaj lepog (Marković, 2017; Vukadinović, 2019). Panić (1998, str. 132) smatra da je estetski doživljaj jedan od najviših oblika ljudskog reagovanja koji počiva na pretpostavci da osoba ima sposobnost razlikovanja stvarnog i simboličnog. Estetski doživljaj u sebi sadrži mnoštvo komponenata: spoznajnu, senzornu, emocionalnu, vrednosnu, prospektivnu, obrazovnu, motivacionu, nesvesnu i dr., a na njega utiču i van estetski faktori, kao što su trenutni, društveni i istorijski²⁴.

24 Detaljnu analizu estetskog doživljaja posmatrača igre pogledati kod autorke (Vukadinović, 2019).

Estetski doživljaj je veoma često praćen željom i inspiracijom osobe da i sama zaigra, kao i različitim telesnim reakcijama: čovek se naježi, rasplače, ubrzano mu radi srce, cupka nogom u ritmu, ima osećaj da netremice gleda i zaustavlja dah i sl. (Benedek & Kaernbach, 2011; Cova & Deona, 2014; Mennighaus, Wagner, Hanich, Wassiliwizky, Kuehnast, & Jacobsen, 2015; Miceli & Catelfranchi, 2003; Schnall, Roper, & Fessler, 2010; Schubert, Zickfeld, Seibt, & Fiske, 2018; Seibt, Schubert, Zickfeld, & Fiske, 2017; Strikt, de Bruin, de Ruiter & Jonkers, 2015; Tan & Frijida, 1999; Zickfeld, 2015; Vingerhoets & Bylsma, 2016; Vukadinović, Marković, & Vitkay-Kucsera 2017; Wassiliwizky, Jacobsen, Heinrich, Schneiderbauer, & Menninghaus, 2017; Wassiliwizky, Wagner, Jacobsen, & Menninghaus, 2015). Rene Glas (Glass, 2005) pretpostavlja da do ovakvih reakcija dolazi posredstvom emocionalne identifikacije koju doživljava gledalac dok posmatra igru, pošto se ranije pokazalo da osećanja izražena igrom publika lako i brzo prepozna (Camuri, Lagerlöf & Volpe 2003; de Meijer 1989). On smatra da igrački pokreti predstavljaju mogući način na koji se budi emocionalni odgovor posmatrača a taj emocionalni odgovor na plesni pokret može se objasniti „kinestetičkom empatijom“. Za vreme posmatranja igre moguće je da posmatrač prevodi vizuelnu stimulaciju koja potiče od izvođača u kinestetičke doživljaje i vizuelne slike sebe samog kako izvodi pokrete. Ovakav odgovor na igru može dovesti do toga da gledalac „oseti“ izvođača i na taj način empatički doživi njegov afekt (Glass, 2005). U tom smislu, mnoge studije (Foster, 2007, 2008, 2011; Hagedoorn, 2004; Jola, Davis & Haggard, 2011; Reason & Reynolds, 2010; Reynolds & Reason, 2012; Strukus, 2011) koje su se bavile telesnim doživljajem posmatrača ukazuju na „kinestetičku empatiju“ (Martin, 1939), koja stoji u osnovi telesnih senzacija i doživljaja koji se javlja kod nekih gledalaca. „Kinestetička

empatija" definiše se kao osećaj da delimo pokret sa drugom osobom, kao da se i sami krećemo dok posmatramo pokrete druge osobe ili plesača, a pri tome „mirno" sedimo ili stojimo (Videti više kod: Foster, 2007, 2008, 2011; Hagendoorn, 2004; Jola et al., 2011; Reason & Reynolds, 2010; Reynolds & Reason, 2012; Strukus, 2011). Ona zavisi od stimulusa, same osobe koja ima doživljaj i različitih kulturnih i istorijskih faktora (Barker, 2006; Foster, 2007, Reason & Reynolds, 2010, Strukus, 2011), kao i od kontekstualnih razlika (Strukus, 2011), koje se, takođe moraju uzeti u obzir.

Dakle, stvaralaštvo igrača ili koreografa, osim na vizuelnom, uglavnom počiva i na kinestetičkom medijumu, dok publika najviše percipira igru kroz vizuelni medijum. Međutim, pokazalo se da i publika za vreme posmatranja igre ima i kinestetički doživljaj²⁵ zasnovan na kinestetičkoj empatiji (Reason & Reynolds, 2010, str. 72). Zbog toga, a najpre zbog dvosmernog i dijaloškog odnosa izvođača i publike možemo zaključiti da je i publika na neki način, stvaralac i graditelj značenja igre jer kroz svoj emotivni, estetski, kinestetički doživljaj ona takođe, „radi na delu"²⁶ sa sopstvenim „majstorstvom" u njegovom poimanju²⁷.

25 Po mišljenju Rizona i Rejnoldsa (Reason & Reynolds, 2010, str. 72) kinestetički doživljaj posmatrača je utisak kao da se i sam kreće dok gleda drugu osobu u pokretu. Koncept „kinestetičkog doživljaja" povezan je sa tim da posmatrač, iako sedi ili stoji, ima osećaj kao da deli to iskustvo kretanja, dok posmatra pokrete druge osobe. Utemeljujući razumevanje kinestetičkog doživljaja na konceptu kinestetičke empatije, ovi autori ga tumače kao afekat, koji kao takav, uključuje perceptualne, somatovisceralne i motoričke elemente doživljaja.

26 Više o dvosmernom odnosu stvaraoca i publike pogledati od Ognjenovića (2003) i Bojane Škorc (2012).

27 Panić (1997b, str. 159) u različite vrste veština tj. majstorstva pored motornih i senzornih radnji, i pored veština ponašanja ubraja i misaone tj. kognitivne veštine koje se odnose na čitanje i razumevanje simbola, raspored i koncepciju pažnje, izvođenje dokaza, izdvajanje bitnog od nebitnog i dr.

IZVOĐAČ I PUBLIKA – UMETNIČKA DELA IGRE

Pored različitih važnih aspekata majstorstva igračkog pokreta, do sada smo analizirali i dve značajne uloge koje ono ima za umetničku igru. Prvo, videli smo da je pomoću majstorstva moguće definisati igru kao umetničku disciplinu. Takođe, ono je važno jer je zastupljeno u građenju sopstvenog koreografskog ili izvođačkog stila, a to nije kratkotrajan i jednostavan proces. U vezi s tim Panić (1997b, str. 171) izdvaja dva kriterijuma po kome se neka radnja može smatrati majstorstvom, jedan se odnosi na složenost procesa, a drugi na stepen dostignuća. Stvaralački i izvođački proces u domenu umetničke igre, kao što smo prikazali, izuzetno je kompleksan jer podrazumeva sadejstvo senzo-motornih i kognitivnih veština, te njihovo usklađivanje sa psihofizičkim mogućnostima igrača. U smislu drugog kriterijuma – stepena dostignuća kojim se određuje i nivo majstorstva, mnogi koreografi su tokom svoje prakse uspeali da razviju, tj. izmisle sopstveni karakterističan „rečnik“ pokreta, koji ima lični pečat, tako da im je stil postao prepoznatljiv po pokretima specifičnim samo za njih (na primer Marta Grejam, Kaningam, Hoze Limon, Sonja Taje, Trevis Vol i drugi²⁸). Imena mnogih izvođača, takođe postala su poznata širom sveta upravo zahvaljujući njihovom igračkom majstorstvu (na primer, Maja Plisecka, Ana Pavlova, Mihail Barašnikov, Natalija Markova, Rudolf Nurejev, Silvi Gilem, Margo Fontejn, Svetlana Zaharova, Marianela Nunjez, Natalija Osipova, Dejvid Holberg, Karlos Akosta i dr.²⁹)

Drugo, razmatrali smo različite aspekte majstorstva igračkog pokreta kao posrednika u komunikaciji izvođača i publike,

28 O specifičnim stilovima navedenih koreografa videti više kod: Cunningham, 1968; Graham, 1991, 1973; Hagendoorn, 2005, 2011; Folks, 2008; Limón, 1955; Stevens & McKechnie, 2005; Vukadinović & Vitkay-Kuczera, 2017.

29 Navedeni su samo primeri nekih od najpoznatijih igrača klasičnog baleta.

bilo da se ona odvija kroz vizuelni bilo kroz kinestetički medijum. Ukazano je na to da stepen majstorstva sa kojim prikazan određen igrački sadržaj može da inspiriše i da pokrene estetsku reakciju posmatrača, kao i da doprinese tome da ovakva reakcija izostane ukoliko je izvođačka veština na niskom nivou. Neretko, veština izvođenja pokreta uvežbanom i iskusnom izvođaču donosi zadovoljstvo a publici uživanje, tj. neku vrstu „kinestetičkog zadovoljstva“, pošto je za vreme posmatranja igre kinestetička empatija u osnovi doživljaja publike (Foster, 2007, 2008, 2011; Hagendoorn, 2004; Jola, Davis, & Haggard, 2011; Reason & Reynolds, 2010; Reynolds & Reason, 2012; Strukus, 2011). Pokazalo se da uživanje posmatrača dok zamišlja da se i sam kreće kada gleda drugu osobu u pokretu, kao i kinestetički doživljaj koji za to vreme ima, nije samo način na koji on učestvuje u tuđem izvođenju pokreta nego je i mogućnost da proširi i doda značenje igri koju posmatra. Divljenje majstorstvu i uživanje u veštini izvođenja igračkog pokreta podstiče gledaoce da idu na predstave (Reason & Reynolds, 2010), a mnoge motiviše da bar rekreativno počnu da se bave igrom (Maraz, Király et al., 2015).

Na kraju, dvosmeran odnos izvođača i njegove publike, njihova dijaloška, emotivna i kinestetička veza, njihova „vera“ jedno u drugo i zajednički zanos, na neki način, bar u trenutku izvođenja dobijaju zajedničko prezime, a to je umetnička igra. Na taj način igrač i njegovi posmatrači nisu samo u međusobnoj vezi i sadejstvu, kao graditelji i stvaraoci značenja, nego i umetnička igra sama svojim „majstorstvom“ vešto kreira svoja dela – izvođača i njegovu publiku.

PETO POGLAVLJE

SEKSUALNOST: OD EROTIČNOG DO BIZARNOG U PLESU I UMETNIČKOJ IGRI

Oblasti plesa, umetničke igre i seksualnosti su blisko povezane jer je isti instrument – ljudsko telo – nosilac izraza u ovim domenima (Hanna, 2010). I u spontanom plesu i u umetničkoj igri telo sadrži i seksualnost i izvođački izraza. Taj izraz može biti različito vrednovan kao simboličan, privlačan, bukvalan, elegantan, zavodljiv, zanimljiv, erotičan i sl., što zavisi od različitih faktora (Vukadinović, 2019). Prvu grupu³⁰ faktora čine oni koji su vezani za spontani ples ili umetničku igru koja se izvodi (kontekst, scenografija muzika, scena, kostim, osvetljenje). U umetničkoj igri, njena forma (klasičan balet, moderna igra, standardni plesovi i sl.), kao i formalne karakteristike unutar svake forme igre pojedinačno (igračka tehnika, dinamika, elegancija, kompleksnost) utiču ne samo na izraz nego i na doživljaj kako izvođača tako i posmatrača. U drugu grupu spadaju oni faktori koji obuhvataju karakteristike osobe koja izvodi igru (na primer, nivo treninga, stepen profesionalizma, celokupni izgled,

³⁰ Navedene grupe faktora nisu nabrojane po hijerarhijskom redosledu u smislu njihovog značaja. Faktori su u međudejstvu, povezani jedni sa drugima i kao takvi rezultiraju specifičnim igračkim izrazom.

„stejdžing”³¹ i dr.). I na kraju, u treću grupu spadaju faktori koji se vezuju za fizičke karakteristike tela izvođača. Kada se promišlja o izražavanju seksualnosti kroz ples i umetničku igru, potrebno je imati na umu upravo sve ove faktore, kao i njihovo međusobno isprepleteno dejstvo.

PERSPEKTIVA IGRAČA

Igra najčešće zahteva publiku iako spontani ples može da se praktikuje u privatnosti doma i bez posmatrača (Lovatt, 2018). U tom smislu, izraz seksualnosti kroz igru može da se posmatra i iz ugla izvođača i sa aspekta posmatrača ili publike. Doživljaj izvođača pretežno je određen faktorima vezanim za njegovo telo, za formu igre koju izvodi kao i za faktore koji proističu iz same ličnosti. Za razliku od njih, publika svoj, najčešće estetski doživljaj posmatrane igre oblikuje na osnovu ličnog iskustva koje ima u dodiru sa plesom, karakteristikama sopstvene ličnosti i igračke preferencije. U tekstu koji sledi detaljnije ćemo analizirati ove dve perspektive.

FAKTORI POVEZANI SA TELOM IZVOĐAČA U IGRI

Izražavanje seksualnosti kroz ples i umetničku igru je veoma složena i delikatna tema. Na primer, sadržaj koji nema nikakve veze sa seksualnošću može biti erotično obojen stilom izvođenja samog igrača, ili privlačnošću njegovog tela. Ili obrnuto, sadržaj koji pretežno ima erotičnu tematiku može izvoditi igrač koji po svom izgledu deluje potpuno aseksualno. To znači da privlačnost tela izvođača može istovremeno biti i vrlo bitna i potpuno nebitna

31 Jeger (Jaeger, 2009) pod pojmom „stejdžing izvođača” (*Staging of the Performer*) podrazumeva vidljivi momenat vrhunca njegovog prisustva na pozornici u kome izvođač dolazi u kontakt sa skoro perfektnom artikulacijom sopstvenog stila telesnih pokreta koji se oslanjaju na potpunu upotrebu igračkih veština.

stvar, a može se i zasnivati na različitim kriterijumima od samog izgleda³² do izvođačke tehnike. Dakle, privlačnost tela u igri je određena kriterijumu kompetencije sa kojom se izvodi i simbolički prikazuje neki sadržaj zamišljen igrom. Čak i kada sadržaj koji se igrom dočarava obiluje seksualnim motivima, igračka tehnika pomoću koje se taj sadržaj izražava čini se značajnijom od samog izgleda tela ili fizičke privlačnosti izvođača.

Ljudsko telo se i van konteksta plesa i umetničke igre veoma često vrednuje kao privlačno ili neprivlačno. Njegova privlačnost je određena konstitucijom, anatomskim i fiziološkim karakteristikama, fizičkom snagom, kondicijom i ukupnim izgledom osobe (detaljniju analizu videti kod Marković, 2017, str. 79-97). Evoluciono orijentisani psiholozi (Barber, 1995; Grammer, Fink, Moller & Thornhill, 2003; Singh, 2002) sugerišu da je privlačnost muškog i ženskog tela deo seksualne selekcije koja utiče na to da muškarci i žene preferiraju one telesne karakteristike koje su „otvoren signal genetskog kvaliteta, zdravlja, snage i plodnosti” (Marković, 2017, str. 85).

O značaju izražavanja seksualnosti kroz igru svedoče i prethodne studije koje su potvrdile da čovek još od praistorije namerno ili namerno aktivira ili čak „koristi” svoje telo kao posrednik pomoću kojeg izražava svoju seksualnost (Maletić, 1986). Pokazalo se, takođe, i da seksualni motiv, pored ostalih važnih, predstavlja jedan od glavnih pokretača ljudskog plesa uopšte (Džadžević, 2005; Havelock, 1983; Maletić, 1986, Martin, 1965; Spencer 1988). Na primer, Džadžević (2005) kada govori o igri kao ekspresiji osećanja, on je posmatra u kontekstu „teorije ljubavno-seksualnih motiva kao faktora u stvaranju igre”, dok Havelok

32 Na primer, kod izvođača klasičnog baleta, izgled igrača je veoma važan. Izvođači se ohrabruju da održavaju određenu telesnu težinu koja bi bila adekvatna za primenu baletske tehnike, te vitkost i manja telesna kilaža podrazumevaju bolje izvođenje na sceni (Anshel, 2004; Langdon & Petracca, 2010).

(Havelock, 1983) zapaža da i danas ukoliko se posmatra ples u „primitivnim“ društvima, seksualni motiv igra jednu od najznačajnijih uloga³³. Teme koje su najčešće obuhvaćene ovim motivom u plesnom izrazu odnose se na međusobno traženje i nalaženje, na snеbivanje, izazivanje, osvajanje, podavanje i na zajednički zanos (Maletić, 1986, str. 126). Ipak, postoje autori koji ne prepoznaju da seksualni motiv ima vodeću ulogu među pokretačima igre. Na primer, Kristensen i saradnici (Christensen, Cela-Conde, & Gomila, 2017) veruju da je izražavanje seksualnosti samo sekundarna dobit dubljih bioloških efekata koje ples pruža osobi.

Generalno posmatrano, ljudska seksualnost je kompleksna jer uljučuje različite nivoe, a postaje još složenija kada se posmatra u kontekstu spontanog plesa i umetničke igre. Da bismo bolje razumeli kako se ova dva domena prepliću, važno je imati na umu da su se i igra i razumevanje i izražavanje seksualnosti³⁴ kroz istoriju menjali i razvijali. Tokom istorije ples se razvijao i diferencirao u pravcu spontanijih, narodnih i umetničkih formi. Međutim, u njegovim začecima nije bilo moguće razlikovati spontanu i umetničku igru, jer se kategorija umetničke igre, sa svim svojim različitim formama, i formalnim aspektima koje je moguće unutar nje izdvojiti razvila tek kasnije (Krešić, 1997; Maletić, 1986). Verovatno se zbog ove istorijske činjenice seksualni motiv ubraja među glavne poretače igre. Njega je pre moguće direktno povezati sa spontanijim plesom, dok verovatno neki drugi pokretači motivišu umetničku igru (recimo, potreba za estetskim oblikovanjem ili simboličkom transformacijom

33 Kao deo „magije plodnosti“ kako je naziva Ana Maletić (1986, str. 117) svake godine domoroci sa ostrva između Nove Gvineje i Australije slave mistično venčanje Sunca sa Zemljom, kao simbol spajanja muškog i ženskog principa.

34 Na seksualnu evoluciju čoveka kroz istoriju uticali su različiti faktori kao što su razvoj kulture, seksualna revolucija, pojava Frojdove psihoanalize, itd. (Schussler, 2013). U okviru seksualnosti postalo je prepoznatljivo ono što je erotično, kao i ono što spada u sferu pornografije.

primljenih doživljaja). Za razliku od spontanog plesa umetnička igra se odlikuje organizovanim i formalizovanim pokretima koji su nosioci određenog značenja (Savić, 2006), a po mišljenju Irene Krešić, ona je „stvaralački produkt na sceni, koji objedinjuje besprekornu, čak, savršenu igračku tehniku sa duhovnom sadržinom umetnika, radi estetskog delovanja i stvaranja estetskog cilja (doživljaja) kod gledaoca” (Krešić, 1997, str. 249).

U okviru ovog „estetskog delovanja na gledaoce” interesantni su rezultati naše prethodne studije (c.f. Vukadinović & Marković, 2012) koja se bavila ispitivanjem faktorske strukture estetskog doživljaja plesnih predstava kod izvođača i njihove publike. Pokazalo se da među njima postoji značajna razlika. Izvođači imaju drugačiju faktorsku strukturu estetskog doživljaja u poređenju sa njihovom publikom. Iako postoje dimenzije koje su iste i kod jednih i kod drugih, kao što su Dinamizam, Fascinacija i Afektivna evaluacija, u estetskom doživljaju kod igrača izdvaja se faktor Uzbudjenje, koji se ne javlja u strukturi doživljaja publike. Uzbudjenje se opisuje pridevima erotično, uzbudljivo, lako i slobodno. I druge studije skreću pažnju na to da određeni oblik erotičnosti tela prati igru kroz istoriju (Duncan, 1981; Gerrard, 2018; Hanna, 2010). Hana zapaža da je „telo koje pleše simboličan izraz koji može da otelotvori mnoge pojmove kao što su romansa, želja i seksualni vrhunac” (c.f. Hanna, 2010, str. 213). Mnogo složeniji pristup i na neki način, uzvišenije razumevanje uloge tela u igri ima Isadora Dankan: „Telo je lepo, ono je istinito, slobodno. Ono ne treba da izaziva strah i gađenje već poštovanje. U tome se sastoji razlika između vulgarnosti i umetnosti jer umetnik postavlja čitavo svoje biće, telo, dušu i um na pijedestal umetnosti” (Duncan, 1981, str. 49).

UTICAJ FROME NA IZRAZ SEKSUALNOSTI U IGRI

Za razliku od spontanog plesa, različite forme, tj. tipovi umetničke igre bilo da se praktikuje profesionalno bilo rekreativno, kroz svoje formalne karakteristike, a naročito igračku tehniku kojom je dominantno određen tip pokreta, oblikuju celokupni izraz a time i izraz seksualnosti. Formalne karakteristike svakog tipa igre određuju i domet izražavanja seksualnosti kroz nju. Na primer, formalne karakteristike flamenka omogućavaju da se u punoj meri izrazi strastvenost pomoću igračke tehnike koja zahteva ritmično udaranje nogama o pod, učestalu smenu brzih i sporih pokreta i okreta, kao i specifičan rad šake karakterističan samo za ovu umetnost (Vukadinović, 2002). Možda najviše prostora za izražavanje ženske seksualnosti ostavljaju orijentalni plesovi čija tehnika izvođenja naglašava određen rad kukova i karlice (Karayanni, 2006).

Društveni plesovi, a posebno plesovi u paru, pomoću svojih formalnih karakteristika omogućavaju izražavanje seksualnosti kroz igru. Pod pojmom društveni ples, Skipi Bler (Blair, 1995) pretpostavlja kategoriju koja ima kontekst druženja kao i društvenu funkciju kao što su zabava, ceremonija, takmičenje ili izražavanje erotike i seksualnosti. Ples u paru, odnosno partnerski ples podrazumeva osnovnu koreografiju i koordinirani pokret dva plesača (Lavelle, 1983)³⁵. Po mišljenju Hane (Hanna, 2010, str. 213), „ples prenosi značenje kroz korišćenje prostora, dodira, blizine

35 Ples u paru kao sport se sastoji od tri plesne sportske discipline parnih plesova: latinoameričkih plesova, standardnih plesova i kombinacije od 10 plesova (Labudović, Mandarić, Macura, & Moskovljević, 2018). Za razliku od standardnih plesova, latinoamerički plesovi su mnogo „energičniji i svestraniji, dok svaki ples ima svoju specifičnu tehniku i tempo izvođenja, pri čemu karakter svakog plesa mora biti prepoznatljiv tokom izvođenja“ (c.f. Labudović et al., 2018 str. 202). Što se tiče terminologije u upotrebi, postoji i pojam „latino plesova“ koji obuhvata dve kategorije (Lavelle, 1983, str. 108): plesove kao što su ča-ča, rumba, samba, paso doble i džajv koji se plešu na međunarodnim takmičenjima, odnosno, i druga kategorija tzv. „ulični“ latino plesovi kao što su salsa, merengue, rumba, bachata, mambo itd.

drugog plesača...i specifičnih položaja tela i pokreta". Ana Maletić (1986, str. 127) ističe da fizički kontakt u primitivnom plesu parova ukoliko ne služi kao predigra, onda predstavlja aluziju na seksualni čin i na plodnost. U umetničkoj igri, razlika u izražavanju seksualnosti kroz partnerski ples povezana je sa njegovim žanrom. Svaki žanr plesa u paru ima svoje kriterijume izvođenja i izvrsnosti. Na primer, „ulični“ latino plesovi – salsa, bachata, merengue, samba i rumba – naglašavaju bliskost plesača, kontakt telima, pokrete kukova, „padanje“ jedno drugom u zagrljaj, sinhronizovano zajedničko kretanje i znojenje, značajno više nego drugi žanrovi plesa u paru (Hall, 2018; Whitmore, 2014). Tango, koji je takođe vrsta plesa u paru, pomoću svoje igracke tehnike podstiče više izvođače na to da izraze i dočaraju senzualnost (Abadi, 2013; Arrizón, 2008; Tateo, 2014).

Još jedan značajan faktor koji utiče na izraz seksualnosti kroz igru jeste da li se osoba njome bavi profesionalno ili rekreativno. Ranije studije su pokazale da rekreativno bavljenje donosi ne samo više zadovoljstva nego i ostavlja mnogo više slobode za izraz ne samo seksualnosti osobe već i njene celokupne ličnosti (Adler, 2006; Burgess, Grogan i Burvitz, 2006; Garcia Dantas, et al., 2018; Erfer i Ziv, 2006; Langdon i Petraka, 2010). To se može objasniti činjenicom da su osobe koje se rekreativno bave plesom oslobođene strogih pravila profesionalnog izvođenja i postignuća. One nemaju zadatu „adekvatnu telesnu težinu“, igracki zahtevi koji se nalaze pred njima kao i motivi njihovog bavljenja igrom su drugačiji nego kod profesionalaca.

Pored navedenih karakteristika povezanih sa formom igre, ono što značajno utiče na izražavanje seksualnosti jeste kostim. Svaki tip igre pretpostavlja adekvatan kostim za izvođenje koji u zavisnosti od tipa igre ili podržava pokret izvođača i specifičnu igracku tehniku ili simbolički sadržaj koji on igrom saopštava, ili nekad i jedno i drugo (Fensham, 2015; Izuta, Terada, Yanagisawa,

Fujimoto, & Tsukamoto, 2018; Potter, 1990). Na primer, karakterističan deo kostima u klasičnom baletu ili recimo u flamenku (po čemu su ove forme i jedinstvene i prepoznatljive) jeste obuća, koja na specifičan način ne samo da doprinosi izvođenju igrачke tehnike, nego i utiče na izgled noge igrачa³⁶.

Na izražavanje seksualnosti, na njenu naglašenost ili nena-glašenost utiče i to koliko odeće igrач ima na sebi, kao i to da li kostim skriva ili razotkriva delove tela koje se kreće, da li naglašava neki poseban deo tela (recimo otvorena leđa u haljinama za tango), da li je kostim pripijen uz telo (kao recimo, najčešći tip muškog kostima u klasičnom baletu) ili je lepršav (kao što je to često u savremenoj igri ili modernom baletu). U hiphopu, na primer, češće će se koristiti komotna, čak „svakodnevna“ odeća, nekada i za koji broj veća, drugim rečima – kostim koji ne smeta – kako bi se njime ne samo omogućilo izvođenje pokreta nego i sugerisao na neki način, težak ali istovremeno ležeran i opušten pristup ne samo seksualnosti već i čitavom životu sa dominantnim „uličnim stilom“. Na kraju, da li će izvođač biti obučen ili razgolićen, zavisi i od sadržaja koji želi ili pak ima zadatak da dočara.

O ulozi ljudskog tela u igri, a posredno i značaju kostima Isadora Dancan (Duncan, 1981, str. 48) iznosi stav da je „pokazivanje tela umetnost dok je njegovo prikrivanje vulgarno“. Kada igra, njen cilj je da inspiriše poštovanje, a ne da sugeriše bilo šta vulgarno, te tvrdi da bi radije igrala potpuno gola nego se sugestivno šepurila poluobučena. Po njenom mišljenju golo telo je istinito, ono predstavlja umetnost i zato ono nikada ne može biti vulgarno ili nemoralno. Ona zaključuje „Moje telo je hram moje umetnosti i pokazujem ga kao svetište u kom se obožava lepota“ (Duncan, 1981, str. 48).

36 Igračka tehnika klasičnog baleta podrazumeva špic patike dok se u flamenku obavezno nose cipele na štiklu, koje na donu u predelu pete i prstiju imaju ukucane eksera kojim se proizvodi poseban zvuk pri udaru nogama o pod.

PERSPEKTIVA PUBLIKE

Prezentacija ljudskog tela, naročito golog, u umetnosti izaziva različito viđenje publike. Studija koja se bavila ispitivanjem subjektivnog doživljaja umetničkih slika na kojima su prezentovana gola ženska tela pokazala je da se u strukturi doživljaja posmatrača izdvajaju četiri različite dimenzije (Marković & Radosavljević, 2015). To su erotičnost koja se opisuje prilozima kao što su požudno, erotično, strastveno, provokativno, zatim lepota (nežno, meko, lepo, graciozno), pornografija (bestidno, nametljivo, raskalašno, pornografski) i bizarnost (groteskno, odvratno, uvrnuto, bizarno). Kada je reč o plesu i umetničkoj igri još uvek nije dovoljno istraženo kako publika vidi seksualnost igrača ili erotske sadržaje igre (Christense, Cela-Conde & Gomila, 2017; Hanna, 1988, 2010; Maletić, 1986). Ova tema se veoma malo ili nimalo dotiče u okviru istraživanja estetsog doživljaja posmatrača. Različiti eksperti doživljaj seksualnosti u igri proučavaju najčešće u kontekstu erotike, senzualnosti, strastvenosti, lepote i gracioznosti (Jaeger, 1997; Maletić, 1986; Vukadinović & Marković, 2012; Vukadinović, 2019). Međutim, u doživljaju posmatrača igre takođe se mogu javiti i bestidno, nametljivo, raskalašno, pornografski, groteskno, uvrnuto i bizarno (Berrol, 1992; Brown, 2016; Chase, 1953; Cheng, 2018; Hagendoorn, 2004; Milne, 2014).

Doživljaj bizarnog se veoma često javlja u kliničkoj praksi za vreme grupne psihoterapijske sesije plesom u kojoj se osoba izražava kroz pokret pred drugim članovima grupe (Berrol, 1992; Chase, 1953), ili kada izvođač ima "tendenciju da ide protiv logike pokreta" (Hagendoorn, 2004, str. 105). Kod publike se naročito doživljaj uvrnutog i bizarnog u posmatranju igre javlja kada se prezentuju pokreti koji neki igrači mogu da izvedu a koji kod prosečnog čoveka nisu bio-mehanički mogući jer bi

doveli do iščašenja zgloba ruke, ramena ili kolena i sl. (Cheng, 2018). Ovde je važno napomenuti da ljudima nisu bliski, tj. izgledaju im čudno, uvrnuto i odbojno pokreti nemogući za ljudsko telo (Costantini et al., 2005), kao i pokreti koji nisu svojstveni ljudima (Buccino, Lui, Canessa, et al., 2004) već humanoidnim robotima (Miura, Sugiura, Takahashi, Sassa, et al., 2010).

Međutim, retko se dešava da se ples ili umetnička igra povezuju sa bizarnošću i uvrnutošću, osim kada koreograf sadržajem igre želi da isprovocira baš ovakav doživljaj kod posmatrača. Veoma često je posmatračima teško da pozicioniraju svoj doživljaj u spektru između erotičnog, bestidnog, nametljivog, raskalašnog i pornografskog. U tom smislu važno je istaći razliku između erotičnog i pornografskog. Iako imaju sličan cilj, a to je da stimulišu seksualnu pobuđenost, oni se razlikuju po tome što je eroticizam nenasilan, senzualan i metaforički izraz seksualnosti, dok pornografija seksualnost povezuje najčešće sa prostitucijom, sa određenim oblikom agresije i disbalansa „moći“ između seksualnih partnera kao i sa bukvalnim prikazivanjem polnih organa ili seksualnog čina (Davis, 2015; Kanaouti & Stewart, 2020; Schussler, 2013; Rea, 2001; Wolfson, 1994). Erotično se u najširem smislu može razumeti kao metafora ili umetnički izraz koji budi strast povezanu sa erosom i sa seksualnom željom (Davis, 2015; Kanaouti & Stewart, 2020).

Kao poseban fenomen može se izdvojiti erotičan ples (striptiz) koji služi da direktno pobudi seksualno uzbuđenje posmatrača, ne samo muškaraca već i žena (Dodds, 1997; Pilcher, 2016). Zbog svoje ekonomske dimenzije koja je tesno povezana sa seksualnom industrijom i seksualnom eksploatacijom, većina autora se uzdržava od razmatranja njegove umetničke dimenzije, budući da je njegov cilj obezbeđivanje (kroz kupovinu) neke vrste seksualne gratifikacije potrošača (Dodds, 1997; Pilcher,

2016; Rea, 2001). Međutim, bez obzira na to kakav doživljaj izaziva kod posmatrača i bez obzira na (ne)uspešnost ostvarivanje cilja, značajno je primetiti da ovakva vrsta plesa ima određenu dimenziju umetničkog. Naime, erotski ples podrazumeva određenu igraku, čak akrobatsku tehniku, specifičan kontekst vezan najčešće za noćne klubove³⁷, kao i prisustvo posmatrača. Njegov cilj nije estetsko delovanje na posmatrača već pobuđivanje seksualnog uzbuđenja pomoću stimulisanja određene vrste anticipacije kroz skidanje odeće, i to sloj po sloj³⁸. Zbog toga što sadrži mešavinu svih ovih karakteristika i zato što se u njemu prepliću različite dimenzije (umetničke, feminističke, ekonomske, industrijske, istorijske) Pilher (Pilcher, 2016) zaključuje da je erotski ples jedno od najspornijih pitanja u feminističkim debatama današnjice, da je izvor fascinacije u medijima, kao i da je svojevrsna reprezentacija popularne kulture.

VEČNO U EFEMERNOM I NEUHVATLJIVO U SVEPRISUTNOM

Na osnovu svega iznetog, može se zaključiti da ples i umetnička igra predstavljaju medijum i izražavanja i pobuđivanja seksualnosti. Koliko uspešno to čine zavisi od niza faktora koji delom pripadaju igri (njena formalna svojstva), a delom ličnim karakteristikama same osobe koja je izvodi ili posmatra. Dakle, moguće je da sama forma plesa po sebi promoviše strast, senzualnost, erotičnost, a nije retko ni da u okviru forme koja

37 Noćni klubovi u kojima se najčešće nalazi pozornica gde se erotski ples izvodi posebno je osvetljena, često praćena određenom vrstom scenografije, ples je praćen muzikom, zahteva specifičan kostim a neretko se koriste i određeni rekviziti.

38 Uklanjanje slojeva odeće simbolički posmatrano povezano je sa „postepenim razotkrivanjem“. U istoriji je kao takav poznat Salomin ples. Iako odeven u umetničko ruho, on jeste bio svojevrsan vid erotskog plesa budući da je za cilj imao seksualnu gratifikaciju Iroda i materijalnu dobit u vidu odsećene glave Jovana Krstitelja.

nema za cilj da naglasi ove kvalitete izvođač ima lične karakteristike koje doprinose doživljaju erotičnosti (i kod njega samog i kod publike).

Naročito kada je reč o umetničkoj igri, ova specifičnost pripada ličnom izrazu pojedinačnog izvođača koja, pored ostalog, doprinosi i njegovoj (ne)erotičnosti i senzualnosti. Specifične karakteristike igrača, i ono u čemu se ogleda „rezidualni faktor” tj. stil pojedinačnog izvođača, u prvom redu obuhvata njegovo ponašanje i izgled na sceni, kao i atraktivnost njegovog lica.

Po mišljenju Jegera (Jaeger, 2009), „rezidualni faktor” se tiče prirodne sposobnosti osobe da „uvuče” publiku u atmosferu igre. Ovu sposobnost Jeger (Jaeger, 2009) naziva „stejdžing izvođača” (*Staging of the Performer*) a pod njom podrazumeva vidljivi momenat vrhunca njegovog prisustva na pozornici u kome izvođač dolazi u kontakt sa skoro perfektnom artikulacijom sopstvenog stila telesnih pokreta koji se oslanjaju na potpunu upotrebu igračkih veština. Privlačnost lica pojedinačnog izvođača (Fayn & Silvia, 2015), takođe se može izdvojiti kao faktor koji značajno utiče na njegov lični izraz i stil.

Zajedno sa „stejdžingom” i atraktivnošću lica igrača, od specifičnih karakteristika koje utiču na to kako publika opaža igru, mogu se izdvojiti još i sinhronizacija delova tela i sinhronizacija pokreta (Christensen & Jola, 2015), kao i majstorstvo u izvođenju pokreta i veština sa kojom se primenjuje igračka tehnika (Adshhead et al., 1988; Glass, 2005; Stevens, Winskel et al., 2009). Ono što se zapravo dešava u koreografiji je da tvorac igre daje „set instrukcija za organizaciju i konfiguraciju jednog ili više igračkih tela u vremenu i prostoru” (Hagendoorn, 2008, str. 183), ali se u praksi izvođenja uvek pojavljuje i taj „rezidualni faktor” koji nije pokriven eksplicitnim instrukcijama koreografa, nego je otvoren da ga igrač ispuni (Hagendoorn, 2008). O sličnom

elementu govori i Irena Krešić (1997, str. 254) kada objašnjava da se pod stilizacijom³⁹ igre podrazumeva „proces ličnog menjanja jednog stila prema sebi i svojim fizičkim i psihološkim mogućnostima”⁴⁰.



Slika 9. *Nabor sudbine*

Generalno posmatrano, kada je reč o osobi koja izvodi igru činjenica je da njeno telo kroz spontani ritmični ili umetnički pokret, utelovljuje i manifestuje njenu seksualnost, koja se u trenucima igre najčešće nenamerno izražava (Adler, 2006). Imajući i ovu činjenicu u vidu, može se zaključiti da zbog datosti

39 Po mišljenju Irene krešić (1997, str. 253), stil predstavlja individualni način izražavanja izvođača budući da se u njemu ogleda njegov temperament, raspoloženje, nadahnuće, ideje, stavovi kao i lični pristup estetskom oblikovanju i stvaranju umetničke igre.

40 Do ovakve vrste stilizacije igre, po njenom mišljenju, dolazi skoro u svakom procesu izvođenja jednog igračkog zadatka jer se original pokreta ili igračke figure koji koreograf kao model pokazuje izvođaču ne može u potpunosti prekopirati i izvesti do kraja u formi u kojoj je pokazan.

seksualnog motiva kao pokretača plesa kroz istoriju, zbog preplitanja svih faktora, onih koji proističu iz igre i onih koji potiču od same ličnosti kako izvođača tako i posmatrača, zbog različitog konteksta i različitog cilja, ali i samog karaktera plesa i umetničke igre, izraz i doživljaj seksualnosti kroz njih i u njima se može okarakterisati i kao efemeran a večan, tj. kao uvek prisutan a istovremeno i neuhvatljiv.

ŠESTO POGLAVLJE

ESKAPIZAM I POVRATAK SEBI KROZ IGRU –PSIHOLOŠKI I ESTETSKI ASPEKTI

Eskapizam, tj. beg osobe od svog stvarnog života u neku aktivnost u kojoj se oseća prijatno (Milivojević, 2021), u kontekstu plesa i umetničke igre može se posmatrati iz perspektive izvođa ali i publike. Iako najveći broj ljudi koji reakreativno počne da se bavi nekom vrstom plesa, to započinje iz različitih pobuda kao što su savladavanje novih pokreta, potreba da se socijalizuju, izraze ili estetski oblikuju svoj pokret, ipak, kod nekih osoba, doduše retko, kao glavni motiv bavljenja igrom javlja se eskapizam (Maraz, Király, et al., 2015; Maraz, Urbán, et al., 2015). Reč je o ponašanju ljudi koji beže u ples od onih situacija i aktivnosti u kojima se ne osećaju prijatno i to do te mere da zapostavljaju svoj stvarni život i svakodnevne obaveze⁴¹. Kako se eskapizam u psihologiji smatra osnovnim faktorom koji se nalazi u osnovi bilo kog oblika zavisnosti⁴² (Chen & Chang, 2019; Stenseng, Falch-Madsen, &

41 Kao primere eskapizma Milivojević (2021) navodi da ljudi nekad sate i sate provode pregledajući „Jutjub“, ili veliki broj epizoda neke TV serije. U oblike eskapizma ubraja i pasionirano bavljenje nekim hobiem, kao i zanimanje nekom „igricom“ u digitalnom svetu.

42 Zoran Milivojević (2021) objašnjava psihološki proces koji se nalazi u osnovi eskapizma: „Kada razmišljamo o problemima i negativnim situacijama, u našoj svesti se



Slika 10. *Uzdah – unutrašnja pozornica igre*

Hygen, 2021), Moroz i saradnici (Maraz, Urbán, et al., 2015) istraživali su psihopatološke faktore povezane sa zavisnošću od plesa. Rezultati njihovih studija pokazali su da kod osoba koje se rekreativno bave salsom i standardnim plesovima eskapizam kao motivacioni faktor igra značajnu ulogu. Mada je tema vezana za zavisnost od vežbanja (Berczik, Szabó, Griffiths, Kurimay, Kun, Urbán, & Demetrovics, 2012; Landolfi, 2013) i tema zavisnosti od plesa (Maraz, Urbán, et al., 2015) veoma malo istražena, beg od svakodnevnice koji se nalazi u osnovi ovakvog ponašanja ne smatra

pojaviuju slike, mentalne predstave povezane s ovim sadržajima koje izazivaju neprijatna osećanja. Kada gledamo televiziju, upijamo predstave s ekrana, koje u našoj svesti potiskuju one predstave koje su povezane s problemima, tako da se menja naše mentalno stanje, a s njim i naše emocije. Time postizemo da prestajemo da se loše osećamo misleći o problemima, a počinjemo da se osećamo prijatno u skladu s programom koji gledamo. Posledica je da ne želimo da prekinemo tu aktivnost u kojoj se dobro osećamo, tako da u ovoj vrsti pasivne zabave provodimo previše vremena“.

se najkonstruktivnijim pokretačem⁴³. Ovakva vrsta bega iz svakodnevnice verovatno se češće ili bar lakše može prepoznati kod osoba koje se rekreativno bave plesom nego kod onih kojima je igra profesija a svakodnevno vežbanje zapravo njihov posao. U tom smislu je i dalje neistraženo pitanje – u čemu se sastoji eskapizam profesionalnog igrača bilo koje forme igre? Odgovore na njega za sada možemo samo da nagađamo.

U drugim slučajevima, eskapizam nije vezan samo za one osobe koje se bave plesom nego i za publiku koja uživa u njegovom izvođenju. Naime, Rizon i Reynolds (Reason & Reynolds, 2010; Reynolds & Reason, 2012) baveći se doživljajem publike za vreme posmatranja igre, prepoznaju da taj doživljaj može izazvati zadovoljstvo kroz „unutrašnju mimikriju” ili kroz zamišljanje da sami izvodimo taj pokret koji gledamo i čijoj se veštini lakoće i eleganciji divimo. Oni takođe navode da je eskapizam, zasnovan na ovakvom angažmanu u posmatranju igre, jedan od pokretača publike. Shvaćen na ovaj način „eskapizam” istovremeno predstavlja i sastavni deo estetskog doživljaja posmatrača.

Pošto je granica u razumevanju eskapizma kao patološkog ponašanja i kao sastavnog dela estetskog doživlja veoma delikatna i tanana, izuzetno je značajno naglasiti je. U patološkom smislu ljudi mogu da beže „od” socijalnih situacija ili aktivnosti, da zanemaruju svoje svakodnevne obaveze i da je uz to njihov primarni motiv ovakvog ponašanja da pobegnu ili da se izvuku iz svakodnevnice ili jednolične rutine. Eskapizam kao sastavni deo estetskog doživljaja za primaran cilj ima motiv da se osoba izdvoji ili utone „u” alternativni iskustveni kontekst (detaljniji opis ove razlike pogledati kod Carù, & Cova, 2007; Holmqvist, Ruiz, & Peñaloza, 2020). Zbog toga se često o eskapizmu, ne

⁴³ Smernice u vezi sa tim koji obim vežbanja ne predstavlja zavisnost može se pogledati kod Landolfija (Landolfi, 2013) i kod Fraimut i saradnika (Freimuth, Moniz, & Kim, 2011).

samo u igri već i u drugim umetničkim disciplinama, govori u kontekstu estetskog doživljaja.

ESTETSKI DOŽIVLJAJ

Estetski doživljaj se na osnovu različite literature definiše kao izuzetno stanje svesti za koje je karakteristična fokusiranost na određeni objekat koji veoma snažno angažuje i fascinira subjekta, dok se sva druga zbivanja u spoljnoj sredini istiskuju iz svesti (Videti više kod: Beardsley, 1982; Csikszentmihalyi, 1990; Cupchik & Winston, 1996; Koestler, 1970; Kubovy, 1999; Maslow, 1962; Marković, 2017; Polovina & Marković, 2006; Ognjenović, 2003; Telegan & Atkinson, 1974).

Po mišljenju Markovića (2007, 2010, 2012, 2017), suština estetskog doživljaja sastoji se u fasciniranosti izuzetnim objektom i ona može da se javi u situacijama koje podrazumevaju različite emocionalne kvalitete. Fasciniranost može biti vezana i za izrazito prijatne objekti, ali i izrazito neprijatne objekte i situacije. Marković (2007) izdvaja dve komponente ili forme estetskog doživljaja. Prva je „divljenje veštini” i ona podrazumeva divljenje savršenstvu, sofisticiranosti i bogatstvu značenja, koja se otkrivaju u umetničkim delima, a druga je „fascinacija neobičnim” a ona nastaje kao posledica naše urođene radoznalosti. Takođe, Marković (2010) izdvaja i tri suštinske karakteristike estetskog doživljaja koje ga razlikuju od drugih. Prva karakteristika se odnosi na motivacioni aspekt i fokusiranje pažnje na estetski objekat, tako da osoba potiskuje sve druge objekte i događaje iz svesti. Druga se odnosi na semantički i imaginativni aspekt. Estetski objekat ili događaj postaju deo virtuelne realnosti, a u njoj se transcendiraju njihova svakodnevna upotreba ili značenje, kao kada se u igračkoj predstavi okupiramo likovima

a ne stvarnim izvođačima koji ih tumače. Treća karakteristika estetskog doživljaja je afektivna, i ona podrazumeva da osoba ima izuzetno emocionalno iskustvo tj. snažan i jasan osećaj jedinstva sa estetskim objektom. Naročito kada se radi o plesu i umetničkoj igri, javlja se i četvrta karakteristika koja se odnosi na kinestetički tj. telesni aspekt, s obzirom na to da se u igri prvenstveno koristi kinestetički medijum u izrazu, u kojoj je izvođač i subjekat sa estetskim doživljajem i objekat estetskog doživljaja, a publika neretko ima telesne, tj. kinestetičke reakcije za vreme posmatranja igre (Fenemore, 2003; Golomer & Dupui, 2000; Hagendoorn, 2003; Hugel, Cadopi, Kohler, & Perrin, 1999; Jola, Davis, & Haggard, 2011; Leanderson, Eriksson, Nilsson, & Wykman, 1996; Montero, 2006, 2012, 2016; Moore, 2007; Proske, 2006; Vukadinović, 2019; Vukadinović & Marković 2021)⁴⁴.

„Eskapizam”, odnosno izdvajanje u drugu virtuelnu realnost, bilo da se radi o izvođačima igre bilo o posmatračima, naglašen je u njegovom semantičkom i imaginativnom aspektu. Takođe je važno imati na umu razliku između bega od realnosti u kom se zanemaruju svakodnevne obaveze i izmeštanja u drugu realnost radi postizanja stvaralačkog cilja, ili integrisanja simbolički primljenog doživljaja. Da bi se kreiralo značenje umetničkog dela, sam umetnik mora prvi da boravi u toj alternativnoj realnosti, dakle, stvaralac ne beži u imaginaciju i paralelnu realnost od svakodnevnih obaveza jer su mu upravo one svakodnevna obaveza.

⁴⁴ O doživljaju publike i o kinestetičkoj empatiji koja se kod većini gledalaca javlja za vreme posmatranja igre, pogledati više u Četvrtom poglavlju.

KINESTETIČKI MEDIJUM, IMAGINACIJA I TRANSCENDENCIJA

Gledano iz psihološkog ugla, po mišljenju Milivojevića (2021) najstariji oblik eskapizma predstavlja povlačenje iz stvarnog sveta u svet mašte. Međutim, Panić (1997a) izdvaja sanjarenje, kao jedan od oblika mašte, ali ga istovremeno razlikuje od stvaralačke mašte koja je usmerena na neku ideju i cilj⁴⁵. Karl Gustav Jung (Jung, 1935), razlikuje aktivnu imaginaciju od drugih srodnih termina kao što su sanjarenje, mašta i sl. Pod aktivnom imaginacijom on podrazumeva stanje svesti u kom se pojavljuju slike iz nesvesnog, koje se potom aktivno izražavaju kroz različite umetničke forme kao što su igra, pisanje, slikanje, vajanje i sl. Ona je zasnovana na prirodnoj, ozdravljjujućoj funkciji imaginacije⁴⁶. Zbog toga se suštinska razlika između aktivne imaginacije i drugih formi kreativnih aktivnosti baziranih na imaginaciji, sastoji u tome da umetnički medijum, kao što su ples i umetnička igra mogu biti iskra za aktivnu imaginaciju (Schaverien, 2005). Ples i umetnička igra nisu po sebi aktivna imaginacija, ali mogu povremeno da je reflektuju. Doživljaj osobe, pre nego sama igra, predstavlja aktivnu imaginaciju. Iz navedenog se vidi da aktivna imaginacija

45 Panić (1997a) izdvaja dve osnovne funkcije mašte, a to su: harmonijska koja služi da se uravnoteži razvojni potencijal osobe i to na već postignutom nivou, i neharmonijska, koja pokreće razvojni potencijal osobe smanjujući rigidnost u prilagođavanju. Pošto je za Panića mašta „unutrašnje oko“, koje je u službi unutrašnjeg života, on ističe da ona ne govori samo o spoljašnjem svetu, nego nešto i o samom organizmu, telu i organima osobe koja mašta. Zato je, da bi se razumelo značenje i smisao slika koje se pojavljuju u imaginaciji, za osobu koja mašta važno da uoči kako i kada se one pojavljuju.

46 Jung (1935) je smatrao da je da je fantazija sopstvena kreacija koja ostaje na površini svesnog, dok aktivna imaginacija podrazumeva da određena slika ima sopstveni život i da se simbolički događaji razvijaju po njihovoj sopstvenoj logici na koju svest i razum nemaju uticaja. Aktivnosti koje počivaju na imaginaciji, recimo dnevno sanjarenje, ostaju na površini ličnog i zato su bliže svesnom doživljaju, a aktivna imaginacija zahteva pažnju koja se usmerava na prethodni nesvesni materijal i dozvoljava da se slike razvijaju kako bi nesvesni material mogao postati manifestan.

može imati primenu u plesu i umetničkoj igri bilo da se radi o koreografu, izvođaču, bilo o njihovoj publici. Za koreografa ona može biti značajna tehnika u začetku stvaralačkog poduhvata ili u razvijanju dela do konačnog oblika. Posmatraču aktivna imaginacija može poslužiti kao neka vrsta alata u interakciji sa delom, a cilj tog procesa bio bi dublje razumevanje njegovog značenja. I ne samo to, ona može biti i način razvijanja dodatnog značenja igre, onog koje nije dato po sebi, nego onog koje igra ima za nas, čime se sadržaj i značenje plesa ili umetničke igre kao estetskog objekta može povezati sa ličnim značenjem i iskustvom.

Posmatrano iz semantičkog i imaginativnog ugla, estetski objekat (izvođač) ili događaj (predstava ili koreografija) postaju deo virtuelne realnosti, a u njoj se transcendiraju ona značenja koja se izražavaju kroz kinestetički medijum i koja nosi telo izvođača. Zato je važno osvrnuti se na transcendentnu funkciju⁴⁷ umetnosti o kojoj je Jung (1916) takođe govorio. Ona je veoma često prisutna kod autora u procesu stvaralaštva, a prisutna je i kod posmatrača, u doživljaju umetničkog dela i to kao posledica tumačenja onih značenja koja se nalaze skrivena u

47 Koncept transcendentne funkcije proistekao je iz Jungovog (Jung, 1916) pokušaja da dublje razume kako se osoba može suočiti sa sadržajima nesvesnog. On je pronašao da postoji urođeni dinamički proces koji služi da ujedini suprotne pozicije unutar psihe. S tim u vezi, on navodi problem psihološke jednostranosti koja je često inicirana preceñivanjem svesne Ego tačke gledišta. Zbog takve jednostrane tačke gledišta, kao prirodna kompenzacija, formira se jednako snažna kontrapozicija u nesvesnom. Najčešći rezultat toga jeste stanje unutrašnje tenzije i konflikta. Transcendentna funkcija služi da ujedini suprotne pozicije unutar psihe, da kanališe polarizovane energije u zajednički tok koji će dovesti do nove simboličke pozicije koja sadrži obe perspektive. Kada dođe do datog spajanja, osoba koja je bila pred „ili-ili” izborom, stremiče ka tome da uključi obe oprečne strane, i potom da zauzme novu „i-i” poziciju, ali na novom i nepredvidivom nivou. Tako transcendentna funkcija osobama olakšava da pređu na taj viši nivo (Jung, 1916). Da bi se pokrenula transcendentna funkcija, čiji je cilj da uputi na potencijal celovitosti psihe, aktivna imaginacija može biti koristan i upotrebljiv metod. Ona ima dvostruku vrednost. Prvo, omogućava i podržava one unutrašnje procese koji aktiviraju transcendentnu funkciju. A drugo, može da omogući osobi da uz sopstvene napore postigne određen nivo integracije i uvida u sopstvene psihološke sadržaje.

estetskom objektu. Tako na primer, koreografi mogu uspeti da kroz proces kreiranja dela svoje lične probleme sagledaju, prihvate i prevaziđu, osmišljavajući kako se oni prikazuju kroz pokret. Publika, takođe poistovećujući se sa sadržajem koji je prikazan delom, može da dođe u kontakt sa svojim osećanjima, mislima ili idejama. Recimo u delu Sonye Tayeh, „Grad slomljenih ljudi” koja se izvodi uz pesmu *So Broken*⁴⁸, mnogi posmatrači, tako što se poistovećuju sa izvođačima i temom, produbljuju moć poimanja i razumevanja sebe samih, šire granice sopstvenog iskustva i na taj način uspevaju da savladaju i eventualni lični konflikt. Parafrizirajući Prusta (1983, str. 246), može se zaključiti da je u realnosti svaki gledalac zapravo posmatrač sebe samog, a da je delo stvaraoca samo vrsta optičkog instrumenta koji se publici nudi kako bi mu dozvolio da shvati ono što on, bez tog dela, možda ne bi video u sebi.

BEKSTVO U SAMOG SEBE – POVRATAK SEBI

Deluje prilično apsurdno da gotovo nijedna disciplina umetnosti kroz komunikaciju sa publikom ne nudi prostor za bekstvo. Naprotiv, ona nagovara na povratak sebi. Simboličkim prezentovanjem nekog sadržaja koji nam se, bar malo sviđa (a u većini slučajeva nam je i emotivno blizak), mi možemo doći u kontakt sa onim delovima nas samih od kojih bežimo ili kojima u svakodnevnom životu nismo zadovoljni, jer se upravo u onome od čega ljudi beže nalazi suština eskapizma⁴⁹.

48 *So Broken* - Björk, album Jóga, 1997. Koreografija se može pogledati na linku: <https://www.youtube.com/watch?v=TZ0kxRdJ1Is>

49 Promišljajući zbog čega je eskapizam važan, Zoran Milivojević (2021) zapaža da kada ljudi nauče šta ovaj pojam znači, tada bolje „vide” ona ponašanja na koja se on odnosi. Zbog toga im postaje lakše da uoče da postoji problem. Rešenje nije toliko u smanjenju vremena koje se troši na beg, već u razvijanju znanja i sposobnosti koje su potrebne da se bolje živi u stvarnom svetu.

Na prvi pogled bekstvo u ples i umetničku igru i nalaženje zadovoljstva u njima svejedno da li je osoba u ulozi izvođač ili publike, samo je na početku to. Ako se nalazi u ulozi autora, tj. koreografa ili izvođača, čovek ima priliku da se sretne sa sobom, naročito sa svojom autentičnošću, kao i da prizna samom sebi osećanja koja ima povodom svoje realnosti. Lepota takvog „užasa“ se sastoji u tome da istovremeno osoba ima priliku da ono što je njegova istina estetski oblikuje i na taj način komunicira sa svima iz publike koji se potencijalno osećaju ili misle slično ili isto. Posmatrač igre prepoznavanjem iskazane istine kao svoje, razumevanjem simbola saopštenih koreografijom ili predstavom, može uvideti i integrisati doživljaje koji su ranije predstavljali inspiraciju za bekstvo.

Očito je da se kroz kontakt sa sopstvenim osećanjima, bilo u ulozi koreografa bilo u ulozi publike koja je izložena simboličkom sadržaju predstavljenim plesom, otvara jedan univerzalan prostor, dostupan svakom ko želi da izrazi, doživi i razume damare svog bića. Lepota i istovremeno nelagoda doživljaja umetničke igre, i smisao zajedničkog putovanja izvođača i publike u imaginarnom prostoru, i njihovog izdvajanja u drugu realnost – u preoblikovanost i istinitost sebe, sastoji se u transcendenciji i mogućnosti da se na neki nov način integrišu sadržaji ponuđeni igrom. To je semantički svemir lišen prostora za bekstvo. Kroz stvaralaštvo i tumačenje značenja iskazanih plesom, kroz svest i neprestani napor da se njeno polje proširi, dakle u toj svojevrsnoj transcendenciji, ukazuje se i nov način da se oseti zadovoljstvo i uspostavi unutrašnja sloboda svakome ko želi da se vrati sebi.

SEDMO POGLAVLJE

ZADOVOLJSTVO KAO ODREDIŠTE PLESA I UMETNIČKE IGRE

Zoran Milivojević (2005, str. 270) definiše zadovoljstvo kao osećanje koje osoba oseća kada procenjuje da je zadovoljila neku svoju važnu želju. On ukazuje na to da je zadovoljstvo posledica psihičkog reagovanja i da kod osobe postoji tendencija da tu aktivnost koja joj donosi ovakvo osećanje učvrsti u svom ponašanju⁵⁰. Ovaj autor takođe razlikuje i samozadovoljstvo koje osoba oseća nakon ispunjenja nekog svog vrednosnog standarda (str. 644), tj. kada je osoba zadovoljna sobom (str. 272), i naglašava da je zadovoljstvo manifestacija želje za objektom, a samozadovoljstvo izraz želje za samoostvarenjem⁵¹. Kada strani autori govore o zadovoljstvu, najčešće upotrebljavaju reč engleskog porekla *pleasure*, pod kojom podrazumevaju nešto

50 Milivojević (2005, str. 270-271) takođe naglašava suptilnu razliku između prijatnosti i zadovoljstva ističući da je prijatnost senzacija koja je posledica telesnog reagovanja na spoljašnje i unutrašnje draži, ali pošto ima i svoju mentalnu reprezentaciju predstavlja i psihički, ne samo telesni fenomen. Nasuprot tome, zadovoljstvo je osećanje primarno povezano sa psihičkim reagovanjem koje se sekundarno manifestuje u telesnom.

51 Na početku ove knjige (videti više u Prvom poglavlju) analizirana je Maslovljeva teorija motivacije koja na vrh hijerarhijske lestvice motiva ističe samoostvarenje koje je usko povezano sa stvaralačkim procesom (Maslow, 1943, 1962).

što je veoma sično onom što definiše Milivojević (2005). Razlika se sastoji u tom što se kod stranih autora pod pojmom *pleasure* istovremeno podrazumeva i samozadovoljstvo, kao i osećanje radosti koje je za Milivojevića (2005) posebna vrsta zadovoljstva vezana za anticipiranje ostvarenja želje u budućnosti.

Pošto su i spontani ples i umetnička igra veoma specifični ne samo po svojim formalnim karakteristikama (kao što je ritam, na primer), nego i po tome što mogu a istovremeno i ne moraju imati cilj⁵², javljanje osećanja zadovoljstva i samozadovoljstva u kontekstu igre bilo da se radi o igračima bilo o publici, složene su teme za analizu. Imajući u vidu terminološka razgraničenja koja ističe Milivojević, perspektiva izvođača igre je donekle složenija u odnosu na perspektivu publike. Zbog toga ćemo posebno razmotriti svaku od njih.

ZADOVOLJSTVO PUBLIKE

Zadovoljstvo koje oseća publika može se povezati sa estetskim doživljajem koji se javlja za vreme posmatranja igre. Do sada smo razmatrali da u osnovi estetskog doživljaja stoji divljenje veštini i fascinacija neobičnim što na poseban način donosi zadovoljstvo posmatraču (videti više u poglavlju o majstorstvu). Takođe, potiskivanje u drugi plan svega drugog što se dešava, usmerena pažnja na igru i mogućnost specifične vrste „izdvajanja” u drugu, paralelnu realnost predstavlja značajan izvor uživanja kod publike koja prati plesne događaje (videti više u poglavlju koje se bavi eskapizmom).

52 Po mišljenju Irene Krešić (1997) ono što ples čini zasebnim fenomenom jeste činjenica da on nema određen cilj nego je on samom sebi svrha. Smisao plesa je u njegovom izvođenju, iako njegovi ciljevi mogu biti postavljeni i van njega, kao na primer kada je osoba profesionalni igrač pa ples ima funkciju zadovoljenja njegovih osnovnih materijalnih potreba.

Mada postoji fina razlika između zadovoljstva i prijatnosti (Milivojević, 2005), u kojoj se naglašava da je prijatnost senzacija izazvana spoljašnjom ili unutrašnjom draži, a zadovoljstvo osećanje, i u estetskim reakcijama na umetničkog delo, u ranijim studijama (videti više kod Markovića, 2017) primećeno je da prijatnost predstavlja jednu od značajnih komponenti u percepciji lepote. Naime, Marković (2017, str. 146-147) na osnovu rezultata svojih i niza drugih istraživanja koja se bave doživljajem lepote umetničkih dela ističe „centralnu hedoničku dimenziju lepote” koja hedonički aspekt lepote izjednačava sa prijatnošću. Drugim rečima, lepo je ono što je prijatno. Tako se može zaključiti da zadovoljstvo publike za vreme posmatranja umetničke igre počiva, ali se ne završava samo na prijatnosti koju posmatrač doživljava praćenjem predstave ili koreografije. S obzirom na to da je fenomen estetskog doživljaja kompleksan jer uključuje motivacioni, semantički, afektivni i telesni aspekt, pa tako i najčešće rezultira opštim osećajem zadovoljstva posmatrača, postoje različiti uslovi tj. faktori koji mogu doprineti, ali i sabotirati mogućnost da se kod plesne publike javi osećanje zadovoljstva.

Pošto se po definiciji zadovoljstvo javlja kada osoba procenjuje da je zadovoljila neku svoju želju, ta želja, kada je reč o posmatranju umetničke igre može biti vrlo raznovrsna. Na primer, moguće je da publiku pokreće želja za intelektualnom stimulacijom i novinom (Glas & Stevens, 2005; Hagendoorn, 2004, 2005; Marković, 2017), emotivnim iskustvom (Walmsley, 2011), telesnim senzacijama i fizičkim doživljajem (Reason & Reynolds, 2010; Vukadinović & Marković, 2022), socializovanjem (Vukadinović, 2022a) ili čak specifičnim eskapizmom tj. participiranjem u „metarealnosti” (Carù, & Cova, 2007; Holmqvist, Ruiz, & Peñaloza, 2020).

Pored toga što u osnovi doživljaja zadovoljstva publike može da stoji zadovoljenje različitih želja, važno je dodati da je po mišljenju Pola Bluma (Bloom, 2010) osećanje zadovoljstva uslovljeno prethodnim znanjem osobe kao i stavovima koje ima u vezi sa određenim estetskim objektom. Kada je reč o umetničkoj igri, niz studija je ukazalo na to da se doživljaj posmatrača razlikuje u zavisnosti od toga da li oni imaju prethodno iskustvo u bavljenju igrom (Calvo-Merino, Ehrenberg, Leung, & Haggard, 2009; Cross, Kirsch, Ticini & Schütz-Bosbach, 2011; Jola, Ehrenberg & Reynolds, 2011). Ova razlika je razumljiva ako se uzme u obzir da na naš doživljaj umetnosti utiče i znanje o načinu na koji je delo izvedeno (Bloom, 2010). Osoba koja je provela određeno vreme baveći se, na primer klasičnim baletom, učeći i vežbajući, recimo *develope* (*développé*) ili *piruete* (*pirouette*) ima i mentalno i fizičko saznanje kako se izvodi pokret i koji nivo težine igrачke tehnike je potreban za njihovo izvođenje. Pored navedenog, istrenirana osoba ima i „utelovljenu reprezentaciju pokreta“, a različiti autori smatraju da upravo ona stoji u osnovi višeg estetskog vrednovanja kod osoba sa iskustvom u odnosu na osobe koje nisu imale časove ni iz jedne forme igre (Brown, Martinez & Parsons, 2006; Calvo-Merino, Ehrenberg, Leung, & Haggard, 2009; Calvo-Merino, Urgesi, Orgs, Aglioti & Haggard, 2010; Cross, Kirsch, Ticini & Schütz-Bosbach, 2011; Dale, Hyat & Hollerman, 2007; Jola, Ehrenberg & Reynolds, 2011).

Na doživljaj zadovoljstva za vreme posmatranja igre utiče i to da li posmatrači znaju o čemu se radi u predstavi ili koreografiji koju gledaju, kao i snjihov stepen identifikacije sa sadržajem dela (Carroll & Seeley, 2013; Christensen & Calvo-Merino, 2013; Glass, 2005; Vukadinović & Vitkay-Kuczera 2017). Pored toga na doživljaj zadovoljstva utiče i kakvo značenje publika pripisuje izvođaču ili delu, tj. da li smatraju da gledaju vrhunskog izvođača ili poznatu

izvođačku trupu. Na primer, verovatno je da će zadovoljstvo posmatrača biti veće ako gledaju balet *Labudovo jezero* u izvođenju ansambla Boljšoj Teatra nego igrачke trupe nekog drugog pozorišta, ili ako gledaju flamenko u izvođenju *Sare Baras*, nego neke druge manje poznate (ali ne nužno i manje ekspresivne i tehnički spretnе) igrачice. Ukazujući na ovu karakteristiku, Pol Blum (Bloom, 2010) zaključuje da je osećanje zadovoljstva utemeljeno zapravo na našim uverenjima o suštini tj. prirodi ili o nastanku ili čak na uverenjima o izvođačima umetničkog dela⁵³.

BOL, ZADOVOLJSTVO I SAMOZADOVOLJSTVO IZVOĐAČA

U potrazi za zadovoljstvom i u njegovom ostvarenju, put veoma često vodi kroz bol, njegovu suprotnost. Iako se on usko povezuje sa domenom fizičkih oseta (Milivojević, 2005), mnogi autori o njemu govore i u psihološkom smislu, kao o svojevrsnoj patnji koju osoba doživljava najčešće učestvujući u procesu osveščivanja i menjanja određenih psiholoških, a nekonstruktivnih obrazaca ponašanja⁵⁴. I vrhunski umetnici takođe,

53 U tom smislu on navodi primere da ljudi uvek preferiraju originalna dela u odnosu na njihove replike. Stoga ukazuje i na eksperiment izveden sa svetski poznatim violinistom Džošuom Belom (Joshua Bell) na kojeg, kada je svirao na stanici metroa, niko nije ni obratio pažnju, iako je izvodio kompleksna dela na violini vrednoj milione dolara. Mada je tada zaradio nekoliko desetina dolara, dva dana pre sviranja u metrou, Džoša Bel je rasprodao koncert u Bostonskom pozorištu, gde je karta koštala i preko 100 dolara. Pored ovog, Pol Blum (Bloom, 2010) navodi i interesantan primer koji nije vezan direktno za umetničku igru, ali koji naglašava da važnu ulogu ima i značenje koje mi pripisujemo određenom objektu (na primer, ljudi koji kupuju odeću koju su nosili poznati a njima važni ljudi, preferiraju da ona nije prethodno oprana, jer čišćenjem ona gubi svoju „posebnu“ vrednost).

54 O ovoj temi videti više u delima Junga (Jung, 1928/2006, 1930/1976, 1935). O povezanosti fizičkog bola i različitih psiholoških koncepata pogledati više kod autora koji su se bavili psihoterapijom usmerenom na telo (Kelley, 2006; Lowen, 196, 1970, 1972, 1995; Reich 1927/1980).

kao što je na primer Leonardo da Vinči⁵⁵ zapažaju da je suprotnost zadovoljstvu bol, a u oblasti umetničke igre on je njen neizostavni pratilac (Blackmer, 1989).

BOL

U oblasti plesa i umetničke igre bol se vezuje za telesne senzacije koje izvođač može da doživi. Milivojević (2005, str. 456) ukazuje da je njegova funkcija da da signal kada je telo ugroženo, na sličan način kao što strah daje signal o ugroženosti vrednosnog sistema. U savladavanju igračkog pokreta bol se veoma često javlja. Naročito je izražen među osobama koje se profesionalno bave igrom i to prevashodno dok traje priprema za karijeru izvođača, ili dok se uvežbava nova koreografija ili delo. Pošto se igrači dok uvežbavaju određen pokret oslanjaju na propriocepciju i kinesteziju, tj. na osele koje imaju u mišićima, tetivama, ligamentima, zglobovima i koži, a oni ih informišu o poziciji tela, ravnoteži i orijentaciji u prostoru, pojava senzacije bola je neizbežna (Blackmer, 1989; Foster, 2008, 2011; Glomer & Dupui, 2000; Hagendoorn, 2003; Hugel et al., 1999; Jola, Davis & Haggard, 2011; Leanderson et al., 1996; Montero, 2006, 2012, 2016; Moore, 2007; Pickard, 2015; Proske, 2006). Džoana Bleckmer (1989) opisuje kako je bol čest signal koji pomaže igračima da steknu svest o telu kroz vežbanje igračkih pokreta, tako što uče da prepoznaju suptilne razlike kada se pojavi signal bola. Donekle je moguće i poželjno svakodnevnom i adekvatnom vežbom pomerati granicu bola, recimo kada je mišić krut, kada se kraća tetiva tegli, i sl. Međutim, postoje povrede koje signaliziraju takav bol koji znači da osoba mora da se zaustavi i prekine aktivnost dok bolno mesto ne zaceli⁵⁶. Ona zaključuje da bol

55 Poznata je slika iz 1480. godine Leonarda da Vinčija *Allegory of Pleasure and Pain as Twins*.

56 Na primer, po mišljenju Bleckmerove „koleno je zglob koji ne prašta”, te se povreda na ovom delu tela veoma pažljivo mora tretirati (Blackmer, 1989, str. 61).



Slika 11. *Pra-uteha pokreta*

ima važnu ulogu u otkrivanjuu granica tela. Pridavajući značaj bolu, igrač uči da poštuje kapacitete koje ima telo da se kreće, da zaceli, raste, uči kao i da se štiti kada je to potrebno (Bleckmer, 1989, str. 62).

ZADOVOLJSTVO

Vodeći se razmišljanjem i postavkom da se osećanje zadovoljstva javlja dok osoba opaža da je zadovoljila neku svoju želju, i imajući u vidu koliko je je igra složen, višefunkcionalan i multidimenzionalan fenomen, možemo konstatovati da ona predstavlja izvanrednu mogućnost i bogat izvor zadovoljstva za osobu koja se njome bavi. U poglavljima koja su prethodila diskutovali smo o njenim različitim aspektima i funkcijama pomoću kojih osoba igrajući može doživeti zadovoljstvo. Izdvojili smo neurobiološki aspekt, socijalni, psihološki, psihoterapijski i estetski. Važno je naglasiti da se oni međusobno veoma često prepliću i da je skoro nemoguće razumeti ih ukoliko ih posmatramo zasebno.

Generalno posmatrano, na neurobiološkom planu ritmičnost spontanog plesa, ali i igre uopšte, kao i kretanja uz muziku bez obzira na to pomoću kojih i kakvih pokreta osoba sinhronizuje svoje kretanje uz ritam muzike, donosi zadovoljstvo (Foster Vander Elst, Vuust, & Kringelbach, 2021; Janata, Tomic, & Haberman, 2012; Witek, Clarke, Wallentin, Kringelbach, & Vuust, 2015). Ono se može povezati sa željom za „dobrim osećajem” (Jola & Calmeiro, 2017), koji teži održanju fizičkog zdravlja i blagostanja. Iako Ana Maletić (1986) ovaj pokretač naziva nuždom da se „iživi višak fizičke energije”, čini se da se radi o suptilnijem neurobiološkom mehanizmu pomoću kog se artikuliše želja za fizičkim blagostanjem, kondicijom i dobrom fizičkom formom. Mnoge studije ukazale su i na to da je igra veoma čest medijum u poboljšanju ne samo fizičkog nego i psihološkog blagostanja čoveka⁵⁷. Ipak, Jola

57 Videti više u Trećem poglavlju.

i saradnici ukazuju na potrebu za dodatnim istraživanjima biohemijskih, neuralnih, kognitivnih i psiholoških mehanizama koji bi još bolje objasnili kako fizičke aktivnosti utiču na blagostanje, ali i promene u mozgu (funkcionalne i strukturalne) koje su povezane sa igračkom praksom (Jola & Calmeiro, 2017).

Ako govorimo o psihološkom planu, kroz spontan ples i umetničku igru mogu da se ispolje i zadovolje različite želje čijim ispunjenjem osoba može doživjeti zadovoljstvo. Na primer, želju za sticanjem veština i učenjem nečeg novog⁵⁸, mnogi autori izdvajaju kao važan pokretač i izvor zadovoljstva (Andrzejewski, Wilson, Henry, 2013; Glass, 2005; Golomer & Dupui, 2000; Hugel et al. 1999; Maraz, Király et al. 2015; Stevens, Glass, Scuhubert, Chen, & Winskel, 2007; Thomas, 1980). Posebno je interesantna naša novija studija (Vukadinović, 2022b) koja se bavi mračnim crtama ličnosti profesionalnih i rekreativnih igrača. Njeni rezultati upućuju na izraženiju crtu Narcisizma kod profesionalnih igrača u odnosu na one koji se plesom bave rekreativno, što znači da profesionalci imaju tendenciju da više očekuju divljenje i pažnju, tragajući za statusom i prestižom kroz igru. Ispunjenje želje za druženjem (Walker & McGlone, 2013, ili čak ostvarivanjem intimnijeg kontakta kroz plesove u paru, pa i ispoljavanjem svoje seksualnosti pomoću igre, takođe veoma često stoji u osnovi zadovoljstva⁵⁹.

Zadovoljavanje želje osobe da sebe ispolji bilo bukvalno (kroz spontani ples) bilo simbolički pomoću umetničke igre povezano je i sa psihološkim ali i sa estetskim planom zadovoljstva. Ispunjenje želje za lepotom sopstvenog kretanja, za značenjem koje se pomoću njega saopštava, kao i za iskazivanjem misli, ideja, stanja i osećanja na simboličan način, pa samim tim i zadovoljenje želje za učestvovanjem, tj. izdvajanjem u drugu simboličku

58 Videti više u Četvrtom poglavlju.

59 Videti više u Petom poglavlju.

realnost, doprinosi posebnom vidu osećanja zadovoljstva koje može biti deo celokupnog estetskog doživljaja igrača⁶⁰.

SAMOZADOVOLJSTVO

Samozadovoljstvo, po mišljenju Milivojevića (2005, str. 644), osoba oseća kada ispuni neki svoj vrednosni standard, kada je zadovoljna sobom ili nekim svojim ponašanjem koje je dovelo do zadovoljenja želje. Vrednosni standard može biti veoma različit zato što se vrednost definiše kao osobina, svojstvo koje se od strane ocenjivača pripisuje nečemu, na primer vredno, lepo, uzbudljivo, iskreno, snažno i sl. (Panić, 1998, str. 55). Svaki čovek ima u svom mentalnom sistemu određenu skalu po kojoj to vrednovanje vrši i ona je određena njegovim potrebama, iskustvom, duhom vremena, pa čak i vladajućim stereotipima (Panić, 1998, str. 55). Panić (1999, str. 13) ističe da vrednosni standardi podrazumevaju da osoba prethodno ima određenu vrednosnu orijentaciju, kao i razvijeno evaluaciono mišljenje koje se manifestuje u procesima vrednovanja, a zasnovano je „na poimanju vrednosnih kategorija i principa vrednovanja u svim oblastima ljudske delatnosti i saznanja“, te kao takvo evaluaciono mišljenje predstavlja jednu od najvažnijih intelektualnih funkcija čoveka⁶¹.

U igri se samozadovoljstvo može javiti bez obzira na to da li se osoba njom bavi profesionalno, rekreativno, ili plesni pokret koristi u terapiji plesom ili ako igra na zabavama. Vrednosni standard koji kroz igru može da se ispuni je *autentičnost*, a on uključuje određenu vrstu slobode i istinitosti, još dve izuzetne i opšte-ljudske vrednosti. Na primer, kod osoba koje su iskusile spontan

60 Videti više u Šestom poglavlju.

61 Evaluacionim mišljenjem se bavi naučna disciplina – aksiologika, koja proučava vrednovanje, poimanje vrednosti, vrednosno suđenje, zaključivanje, opovrgavanje i argumentaciju vrednosnih sudova. Razumevanje vrednosti, vrednosne orijentacije i vrednosnih sudova, izuzetno je značajno jer usvojeni vrednosti sistem određuje i sudbinu pojedinca i sudbinu naroda (videti više kod Panića, 1999).

ples kao medijum poboljšanja zdravlja, autentična prezentacija samog sebe, doživljaj oslobođenosti tela i kretanja, uz izražavanje sopstvenih osećanja, misli pa čak i celokupne ličnosti može rezultirati osećanjem samozadovoljstva. Kod onih ljudi koji se profesionalno bave igrom postizanje samozadovoljstva je nešto složenije jer igrač pored ličnih standarda može želiti da ispuni i profesionalne. Pored toga, ostvarivanje samozadovoljstva izvođača povezano je i sa intrapersonalnim, kontekstualnim, interpersonalnim i kulturnim faktorima (García Dantas et al., 2018; Langdon & Petracca, 2010). Na samozadovoljstvo izvođača značajan uticaj može imati i oblik plesa kojem je osoba posvećena (solo ili ples u paru), nivo znanja, stepen u kojem se osoba identifikuje sa ulogom plesača, stil koreografa, odeća i obuća, upotreba ogledala tokom vežbanja kao i nivo profesionalizma (profesionalni ili rekreativni igrači) (Vukadinović, 2019). Na primer, svi navedeni faktori mogu i da podstiču, ali i da sabotiraju slobodan izraz autentičnog stila igrača koji bi mogao biti izvor njegovog samozadovoljstva. Umetnost flamenka je dobar primer jer ona sadrži i mogućnost da izvođač doživi samozadovoljstvo, i to u okviru strogo definisanog ritma, jasne i kompleksne igračke tehnike, kao i ekspresivne i autentične interpretacije.

Uz autentičnost, visoka vrednost u igri pripisuje se i kreativnosti. Stvaralački akt omogućava manifestovanja, a često i ostvarenje kreativnog potencijala osobe, što dovodi do osećanja samozadovoljstva. U tom smislu, igra je stvaralački akt bilo da je izvodi amater slobodno kombinujući i usklađujući sa ritmom pokrete koji mu „nailaze“, bilo da je izvodi vrhunski profesionalac u okviru strogo određenih pravila forme i zadate koreografije⁶². Vratimo se primeru umetnosti flamenka. Naime, za ovu igru potrebne su bogata ekspresija i sposobnost kreacije izvođača.

62 O različitim aspektima kreiranja koreografije detaljno smo diskutovali u Četvrtom poglavlju.

Ukoliko izvođač pokaže čistu tehniku ona neće dopreti do publike, koja ostaje manje ili više ravnodušna preme različitim virtuoza, a njih može da ceni samo vrstan poznavalac flamenka. Od stepena ekspresivnosti igrača zavisice uspešnost manifestacije⁶³. U flamenku se više pažnje posvećuje interpretaciji različitih emocionalnih stanja na kojima je zasnovan neki sadržaj, nego samom sadržaju. Kako izvođenje flamenka nije strogo kodifikovano i nepromenljivo, u njemu dolazi do izražaja sposobnost individualne kreacije. Ta sposobnost se sastoji u tome da svaki izvođač na osnovu individualnog osećaja igre i manje ili više utvrđenih šema, ponudi neku vrstu sopstvene koreografije u okviru određenog stila. Zbog toga se ne kaže da se igra npr. *soleares* ili *bulerias* nego se igra *por soleares* (*por soleares*) ili *por bulerijas* (*por bulerías*). Predlog „por” u bukvalnom prevodu znači tokom, preko, kroz, dok se u ovom konkretnom slučaju koristi da označi da će se u datom trenutku, tokom izvođenja određenog stila, ta igra i kreirati, a ne samo improvizovati.

Navedeni su samo neki primeri vrednosnih standarda osobe u kontekstu plesa i umetničke igre koji, kada se ostvare pružaju izvođaču osećanje samozadovoljstva. Posebno smo naglasili one koji su povezani sa umetnošću uopšte, a ne samo plesom i umetničkom igrom. Takvi vrednosni standardi su na primer autentičnost, istinitost, sloboda i kreativnost. Oni, takođe mogu predstavljati vrednosne standarde bilo kog pojedinca pa i onog koji se ne bavi igrom.

63 Meditum, ekspresivnost u flamenku zahteva hrabrost. Izvođač mora da se ohrabri da u okviru ovog apstraktnog plesa, kakav je flamenko, iskaže mnogobrojne nijanse psihičkih stanja. Prvo je potrebno da ovlada tom vrstom komunikacije u odnosu na samog sebe. Da prema sebi bude otvoren i da sebi dozvoli suočavanje sa intenzivnim osećanjima, kojima, kako ih sve bolje razume, uspeva sve više da ovlada, bolje reći da se njima služi, jer je tek tako i tek onda izvođač flamenka sposoban da pomoću različitih tehničkih elemenata dočara, na primer, prelaz iz stanja sete i žalovanja u stanje razdraganosti i ushićenja (videti više kod Vukadinović, 2002).

SAMOOSTVARENJE KAO POTENCIJAL IGRE

Zadovoljstvo je jedna od centralnih tema o kojoj je promišljao Loven u kontekstu kreativnog pristupa životu, povezujući ga sa određenom vrstom potpune posvećenosti onome što osoba radi i istovremeno praveći razliku u odnosu na zabavu (Lowen, 1970, str. 19-23). On ističe da je želja za zabavom povezana sa čovekovom potrebom da pobjegne od svakodnevnice, problema, konflikata i neprijatnih osećanja koja osobu preplavljaju. Ali baš na taj način ona umanjuje svoj kapacitet da doživi zadovoljstvo, jer ono zahteva „ozbiljan stav prema životu kao i posvećenost egzistenciji i radu” (str. 20). On objašnjava kako osećanje zadovoljstva podrazumeva da osoba može sagledati i prihvatiti svoju unutrašnju realnost kao i svoja osećanja. Po njegovom mišljenju, stvaralaštvo proističe iz potrebe da se doživi zadovoljstvo i da se osoba kroz stvaralački akt izrazi. Zbog toga Loven zadovoljstvo shvata kao stvaralačku snagu života čije iskustvo određuje naše doživljaje, razmišljanja i naša ponašanja. Veoma slično Milivojeviću (2005) koji samozadovoljstvo povezuje sa izrazom želje za samoostvarenjem, i Loven smatra da je zadovoljstvo povezano sa samorealizacijom, tj. sa samoostvarenjem koja se ostvaruje kroz kreativni pristup životu (Lowen, 1970, str. 246-251). On ističe da takav kreativni pristup podrazumeva potpuno sagledavanje realnosti takve kakva jeste, kao i sposobnost osobe da u stvaralačkom aktu sjedini dve suprotnosti - sopstvenu imaginaciju koja potiče od „unutrašnjeg deteta” i realistički pristup. Samoostvarenje kao specifičan cilj procesa rada na sebi⁶⁴, Loven prepoznaje u kreativnom pristupu celokupnom životu koji se postiže ponovnim pronalaženjem

64 O procesu rada na sebi u okviru Lovenovog terapijskog pristupa usmerenog na telo može se pročitati u različitim njegovim delima (Lowen, 1967, 1970, 1972, 1995).

„dečije nevinosti“ u sebi, pristupanjem životu „otvorenog srca“, uspostavljanjem vere u samog sebe i život. Po njemu osoba koja može da prihvati i osluškuje „unutrašnje dete“ ima uvek iznova svež entuzijazam i kapacitet za osećaj životnog zadovoljstva kao i spontanost potrebnu za samoizražavanje.

Iako Loven o samoostvarenju osobe govori u kontekstu iskustva koje ima u svom terapijskom pristupu usmerenom na telo, igra je izuzetno moćna i plodno tle na kome pojedinac-izvođač može da manifestuje, razvije i ostvari svoj kreativni potencijal. U tom smislu, različite studije su pokazale da postoji značajna povezanost između doživljaja samoostvarenja kroz igru i osećanja zadovoljstva koje ga prati (Dou, Jia & Ge, 2021; Song, Chun, & Lee, 2017). Kao umetnička ili rekreativna forma, kao medijum isceljenja, izražavanja, komunikacije, sticanja veština i sl., igra omogućava izvođačima da zadovolje različite želje i ispune visoke vrednosne standarde kao što su sloboda, autentičnost i kreativnost, te da na taj način dožive (samo)zadovoljstvo ostvarujući sebe. Opšte blagostanje, dobra fizička forma, osećaj snage i slobode kretanja, doživljaj sopstvene lepote samo su neki od pratećih razloga zašto pojedinac bira igru ili joj se ponovo vraća. Ona nije samo multifunkcionalna, višedimenzionalna i kompleksna pojava, već je i posrednik važnih bioloških i psiholoških funkcija čoveka. Igra je oblast postojanja koja omogućava kreativnu avanturu onima koji se njom bave. Ona je povratilac zadovoljstva u življenju autentičnog života. Zato Loven ističe (1970, str. 227): „sa zadovoljstvom, život je kreativna avantura; bez zadovoljstva, on se svodi na puko preživljavanje“.

RAZIGRAN ŽIVOT – REČ IGRAČA

Bez obzira na formu igre kojom se neka osoba bavi, za izvođače je ponekad veoma teško da verbalno formulišu šta igra za njih znači, koju ulogu u njihovom životu ima ili kako ih inspiriše. Posebno je teško uhvatljivo zadovoljstvo koje u njoj pronalaze iako je u skoro svakom opisu koji igrač ponudi ono podrazumevano. Značenje koje igra ima za pojedinog plesača često se poistovećuje sa samim životom. To je zbog toga što je za neke koreografe, na primer, ona centralna aktivnost i tema svakodnevnog promišljanja. Takođe, za neke druge, najčešće izvođače, igra je aktivnost pomoću koje oni imaju doživljaj da su živi i povezani sa sobom i svetom oko sebe.

Igra je forma života, moj svaki dan, moj život. Ona je i moj posao. Ova umetnost mi daje životnu snagu da postojim iz dana u dan.

Maria de los Angeles Maestro,
koreografkinja
San Huan, Argentina

Sve što kažemo ili uradimo produkuje pokret u našem životu, u životu drugih i u svetu oko nas. Za mene je igra pokret, komunikacija sa sobom i sa svim što me okružuje. Kada shvatimo da proučavanjem tehnike ona može postati nešto što pomaže pokretu da teče, kada shvatimo da je sve proces baš kao i sam život, igra postaje ispovest, ona izražava ono što se glasom ne može reći.

Michele Chavez,
(Balneario Camboriu, Brazil)

Za mene je igra put kojim hodim da bih se na njemu srela sa samom sobom, igra je način da se povežem sa svojim telom i sa sredinom oko sebe, i način da se izrazim. Igra je deo nas koji uvek živi i pomaže nam da se iznova razvijamo.

Alexandra Yanina Minet, igračica
San Huan, Argentina

Zadovoljstvo u igri ne proističe samo iz susreta sa sobom, povezivanja kroz ples sa drugim ljudima, ili iz življenja plesom obogaćene egzistencije, ono je usko povezano i sa muzikom sa kojom je igra u razigranom zajedništvu i međusobnoj inspiraciji.

RAZIGRANO ZAJEDNIŠTVO I MEĐUSOBNA INSPIRACIJA

Muzika u igri ima višestruku ulogu. Ona je veoma često nosilac plesne forme, osnova za sinhronizaciju pokreta, jedna od važnih odrednica estetskog i plesnog izraza. Ona može biti inspiracija igre, ali i obrnuto.

Dok osoba sluša muziku, a naročito kada je reč o koreografima ili igračima, brojni aspekti muzike mogu nadahnuti koreografe i igrače. Recimo, koreograf, stvarajući novo delo, može posegnuti za svojom inspiracijom u telesnim senzacijama koje oseća slušajući muziku (Acitores, 2011). Nadahnuće može tražiti i u značenju muzike koje joj je pripisao, kao i u raspoloženju koje ona izaziva u njemu, pošto muzika sama po sebi ima određeno značenje (Kirsh, 2011a). Drugim rečima, ritam i melodija često nose neku metaforu ili sugerišu određeno osećanje. Zbog toga je u ovom dvosmernom i dijaloškom odnosu plesa i muzike veoma važno znanje koreografa o tome kako određena muzička sekvenca može biti naglašena, pojačana ili zanemarena pomoću majstorstva igračkog pokreta (Vukadinović, 2019). Muzika u svom bogatstvu može da stimuliše i telo i dušu i na taj način inspiriše akciju, maštu i kreativnost koreografa i plesača. Ali važi i obrnuto. Igra može da naglasi, pojača a ponekad čak i da inspiriše stvaranje muzike.

Na primer, u umetnosti flameka odnos muzike i igre je veoma specifičan. Ukratko, umetnička manifestacija flamenka obuhvata⁶⁵: ples, pevanje i izvođenje na gitari. Danas takvu manifestaciju najčešće izvodi grupa izvođača, koju čine gitaristi, pevači (jedan ili više njih), plesač i (ili) plesačica, kao i perkusionisti. Izvođači najčešće sede na stolicama poredanim u polukrug, i svako ima svoj nastup u vidu pevanja, plesanja ili sviranja na gitari, a postoji i niz zajedničkih tačaka. Svaka, ili bar većina izvođačkih tačaka, praćena je bodrenjem u vidu ritmičnog tapšanja i usklikivanja. Iako je flamenko evoluirao tokom vekova, suština bazirana na bodrenju pojedinačnog, individualnog izraza koja je danas očita i u principima rasporeda i smene izvođača u umetničkoj manifestaciji flamenka, ostala je sačuvana. Analogno sa tradicionalnim karakteristikama umetničke

65 O tradiciji izvođenja flamenka videti više kod autorke (Vukadinović, 2002).

manifestacije koju je od najstarijih vremena razvoja flamenka najčešće izvodila porodica, i pesma, i ritam i melodija gitare, i plesna igra predstavljaju jednu familiju flamenka. Ovi elementi flamenka međusobno se prožimaju, dopunjuju, a istovremeno se mogu posmatrati i kao celina za sebe. U nastavku navodimo doživljaje izvođača flamenka koji kreiraju i nastupaju zajedno. Prvi je plesački a drugi muzički.

Igra je suština mog bića. Kroz nju mogu iskreno da izrazim sva duboka osećanja. Ona sadrži veliku energiju koja seže mnogo dalje od prostog atletizma, tehnike i lepote tela kao instrumenta komunikacije. U mom slučaju ples flamenka je taj koji me nagoni i stimuliše da nastavim putem Umetnosti. Igra za mene predstavlja mogućnost komunikacije iskustva, podučavanje i pomaganje drugim igračima da budu istinitiji i srećniji.

Yara Castro, pedagog, igračica i koreografkinja
Madrid, Španija

Za mene igra predstavlja duhovni nastavak muzike. Kao flamenko gitarista naučio sam da razumem jezik plesa. Pored toga, meni kao muzičaru igra je važna profesionalna podrška. U flamenku muzičar je intimno povezan sa igrom, budući da radi zajedno sa igračima i pevačima na kreiranju koreografije i komponovanju muzike, pogotovo zato što u okviru plesne koreografije postoji prostor za muzičku improvizaciju. Najveća zahvalnost koju osećam prema igri dešava se kada određena kompozicija koju sam stvorio predstavlja izvor inspiracije za koreografe. Oduševljava me da vidim i osetim kako je moja muzika prevedena na jezik tela u različitim konceptima igre.

Fernando de la Rua, gitarista
Madrid, Španija

RAZIGRANA INTIMNOST

Pored bliske veze igrača sa muzikom koja ga nadahnjuje, veoma često vodi i određuje u vremenu, izvođač može da doživi blizak odnos i sa partnerom u plesu. Naročito kada se radi o plesovima u paru kao što su na primer, latinoamerički, tango, salsa ili merenge, igra za izvođača sadrži obećanje intimnosti.

Intimnost u plesu se događa prilično lako zato što su ljudi u situaciji da uče zajedno i na taj način se otkrivaju jedan pred drugim povezujući se i emotivno (Ericksen, 2011). Igra partnerima omogućava fizičku bliskost koja nije uobičajena i dostupna van konteksta seksualnog odnosa. Brzo uspostavljanje veze među partnerima, javno izvođenje i fizički kontakt doprinose da se u plesu dešava neka vrsta „instant intimnosti” (Ericksen, 2011, str. 22). Budući da se radi o važnoj potrebi čoveka čije se ispunjenje povezuje i sa mentalnim zdravljem (Timmerman, 1991)⁶⁶ nije neobično da ljudi za doživljajem intimnosti tragaju i kroz igru.

Istražujući intimnost van konteksta igre, istraživači su došli do zaključka da ona najčešće karakteriše romantičnu seksualnu aktivnost, bliska lična prijateljstva i odnose roditelja i dece, te zbog toga veruju da angažman na ovim poljima ima vitalan značaj u konstituisanju naše ličnosti, ponašanja i smislenog postojanja (Register & Henley, 1992). Takođe, otkrili su sedam glavnih komponenti koje doprinose tome da se neka situacija doživi kao intimna, a to su ne-

66 Timmerman (Timmerman, 1991) intimnost definiše kao kvalitet odnosa u kojem pojedinci imaju recipročna osećanja poverenja i emocionalne bliskosti jedni prema drugima i koji su u stanju da otvoreno izražavaju svoje misli i osećanja jedni s drugima. Uslovi koji moraju biti ispunjeni da bi došlo do intimnosti uključuju reciprocitet poverenja, emocionalnu bliskost i samootkrivanje. Po njegovom mišljenju ona je važna za psihosocijalni razvoj odraslih. Intimnost igra razvojnu ulogu u formiranju identiteta, kroz potvrđivanje lične vrednosti pružajući pojedincima priliku da se osećaju shvaćenim i prihvaćenim onakvima kakvi jesu, unutar veze. Neuspeh da se razvije intimnost u odnosima je identifikovan kao jedan od najčešćih faktora za traženje psihološke pomoći.

verbalna komunikacija, prisustvo, vreme, pomeranje granica, telo, paradoksalni spoj „sudbine“ i iznenađenja i transformacija (Reginster & Henley, 1992). Pošto ples u paru, po svojim formalnim karakteristikama, u sebi sadrži i potencira baš sve ove komponente, on je idealno područje na kom može da se traga za intimnošću. Telo i neverbalna komunikacija su glavni instrumenti plesa, uobičajena fizička granica između dve osobe koje plešu u paru je uklonjena, njihovo prisustvo u igri kroz pogled, dodir i pokret vidi se u njihovom fokusu jedna na drugu, a zajedničko izvođenje koreografije donosi novo, a često i transformišuće, iskustvo. Specifičnom doživljaju razigrane intimnosti koji ljudi imaju dok plešu doprinosi bliskost među partnerima koja deluje čudno i iznenađujuće a istovremeno i prirodno, logično i uobičajeno.

Prvi i najintimniji umetnički izraz emocija i zajedništva u ljudskom iskustvu. Ples se gotovo sigurno pojavio pre bilo kog drugog oblika umetničkog izražavanja u antropološkom objektivu; možda je samo muzika došla pre ili su se ples i muzika pojavili zajedno. Ples je jedinstven po tome što ne postoji drugi oblik umetnosti koji koristi kompletno ljudsko telo kao medijum umetničke forme. Vokalna muzika je najbliža, ali koristi samo mali deo tela kao medijum, dok ples koristi sve. U umetničkoj formi je otelovljeno i ko smo i šta smo. Naša tela otkrivaju mnogo toga o tome ko smo i šta smatramo važnim. Otkrivaju šta mislimo o sebi i koje obrasce smo pratili u životu. Ples istovremeno koristi te poznate modalitete i traži od nas da ih zamenimo novim i boljim. Nelagoda koju većina nas ponekad oseća je pokazatelj koliko je aktivnost zaista intimna. Kao mač u kamenu, moramo da upoznamo sebe i da se osećamo prijatno sa sobom da bismo tako transcendentalno postali ljudi i da bismo mogli da plešemo.

Nathan Cottam, igrač i koreograf
San Francisco, SAD

RAZIGRANO VREME

Istraživači koji proučavaju doživljaj vremena u okviru svojih studija definišu „objektivno vreme” podrazumevajući pod njim aktuelan protok vremena meren na sate ili pomoću kalendara i „subjektivno vreme” koje se odnosi na doživljaj prošlosti, sadašnjosti i budućnosti u tekućem momentu (Shipp & Jansen, 2021). Unutrašnji doživljaj protoka vremena tj. „subjektivno vreme” u zavisnosti od godina starosti osobe, procesa starenja, situacije koja se doživljava i prethodnog iskustva može da bude takav da vreme prolazi brže ili sporije u odnosu na objektivno vreme. (Gruber, Wagner, & Block, 2004; Draaisma, 2004; Landau, Arndt, Swanson, & Bultmann, 2018; Lee & Janssen, 2019; Lemlich, 1975; Winkler, Fischer, Kliesow, Rudolph, Thiel, & Sedlmeier, 2017).

Istraživanja koja se bave doživljajem vremena kod opšte populacije ukazuju na to da je većini poznat fenomen da ljudi, kako stare doživljavaju da vreme prolazi brže (Lee & Janssen, 2019). Većini ljudi izgleda da se život ubrzava kako postaju stariji i taj doživljaj se ne razlikuje u odnosu na to koliko neko ima godina ili u kojoj se životnoj fazi nalazi. Nasuprot tome, kada se proticanje vremena u sadašnjosti poredi među grupama mladih, sredovečnih i starih ljudi u odnosu na kraće intervale kao što su prošla nedelja, mesec ili godina, među tim uzrasnim grupama ne postoje razlike (Winkler, et al., 2017). One se javljaju između mladih, sredovečnih i starih ljudi isključivo kada se doživljaj protoka vremena poredi u odnosu na veoma dugačke vremenske intervale, kao što je na primer interval od 10 godina (Lee & Janssen, 2019). Mnogi smatraju da je upravo subjektivno vreme ključni aspekt za doživljaj budućnosti, te u odnosu na njega osoba može da unese smisao u sopstveni život i rad (Baumeister, Vohs, & Oettingen, 2016; Dawson, 2014; Shipp & Jansen, 2021).

Na polju plesa i umetničke igre subjektivno vreme još uvek nije dovoljno istražena tema. Baveći se doživljajem vremena iz perspektive posmatrača, studija Vanese Dajnzer i saradnika pokazala je da on zavisi od karakteristika same igre tj. da li je brža ili sporija, kao i od ličnog angažmana posmatrača (Deinzer, Clancy, & Wittmann, 2017). Posmatračima se čini da vreme prolazi sporije kada posmatraju sporu igru, a ako je igra brža čini im se da ona duže traje. Kada je reč o angažmanu posmatrača, nezainteresovanost dok se gleda predstava može da dovede do stalnog obraćanja pažnje na vreme i osećaja da ono prolazi sporo. Nasuprot tome, kada je osoba uronjena u aktivnost ona gubi pojam o vremenu. Po mišljenju drugih autora dosada i njoj suprotan „doživljaj toka”⁶⁷, mogu doprineti tome da posmatrač oseća ili kao da vreme leti ili kao da se to što posmatra nikada neće završiti (Csikszentmihalyi, 1990, 1997; Zakay, 2014). Igrači takođe imaju svoju perspektivu i vrlo specifičan doživljaj vremena.

Ako dirigent nametne sporiji tempo samo za jedan sekund, baletski igrač ima vremena da razmišlja, da li je na dobroj predstavi, da li greši, sanja i slične stvari, jer se za šezdeseti deo minute desi jedan ogroman procep. Možda je bolje kad je tempo brži, fokus je veći, mada, u tom slučaju može da nastane problem ukoliko igrač ne može da izvede sve elemente kako treba.

Saša Krga, igrač i koreograf
Novi Sad Srbija

67 Pojam „toka” (Flow) Čiksenmihalyi (Csikszentmihalyi, 1990, 1997) povezuje sa posebnim, optimalnim stanjem svesti osobe. Radi se o dinamičkom psihološkom stanju koje rezultira osećajem celovitosti koje nastaje kada je osoba aktivna i angažovana u onome što radi. Zbog tog doživljaja celovitosti osoba ima utisak da ne postoji razlika između nje same i spoljnog okruženja, između sadašnjosti, prošlosti i budućnosti. Po mišljenju Čiksenmihalyi (Csikszentmihalyi, 1990, str. 50-52) da bi se javio doživljaj „toka” aktivnost mora da donosi osobi i zadovoljstvo. U njoj mora da postoji i balans između izazova koji aktivnost nosi i procene osobe da ima dovoljno veština da je izvede.

Hefferon i Oliss su (Hefferon & Oliss, 2006) ispitujući da li se kod profesionalnih igrača za vreme izvođenja igre javlja doživljaj „toka“, kakav je njegov kvalitet i koji su glavni faktori koji omogućavaju njegovo javljanje, pokazali da u poređenju sa konceptom „toka“ (Csikszentmihalyi, 1990), profesionalni igrači u svom doživljaju naglašavaju nekoliko stvari. Prvo, prepoznaju balans između zadatka i igračke veštine koja im je potrebna da ga savladaju. Drugo, potpuno su fokusirani na njega i na to kako će ga izvršiti. Treće, u doživljaju „toka“ igraju više za sebe nego za publiku, i zato takva igra za njih predstavlja poseban izvor zadovoljstva. Ukoliko je igra nedovoljno zahtevna, najčešće osećaju dosadu, a ako je suviše kompleksna postaju anksiozni. Za njih je veoma važno da procenjuju da imaju dovoljno igračkih veština da odgovore na izazov koreografije ili predstave. Samopouzdanje i dobar balans između zahteva igre i njihovih izvođačkih sposobnosti predstavlja važan preduslov za javljanje iskustva „toka“ (Hefferon & Oliss, 2006, str. 149). Takođe, ako imaju ovo iskustvo igrači zapažaju neku vrstu „distorzije vremena“, i tada im se čini da se vreme ili usporava ili ubrzava, ili čak nekad ni ne postoji. Kada su u potpunosti fokusirani i obuzeti igrom, doživljavaju neku vrstu jedinstva sa njom – kao da su i sami igra – a sve ostalo potiskuju u drugi plan, uključujući tu i vreme i njihov doživljaj sebe (Hefferon & Oliss, 2006, str. 150-151).

Igra je prostor večnosti. Ona je vanvremenska i zbog toga može da ti pruži iluziju da vreme ne postoji. Ako si vešt igrač pomoću nje možeš transcendirati vreme.

Danica Sena, igračica i koreograf
San Francisco, SAD

Za svaku osobu koja se na bilo koji način bavi igrom, život je drugačiji. Život uz igru je bogatiji. Raznovrsniji je za još jedan prostor, privlačniji da u njemu učestvujemo. Otvoreniji je za nove i drugačije mogućnosti i slobodniji je u pokretu. Život je raskošniji a njegova značenja su dublja. Onaj ko igra ima veliku šansu da domaši i da premaši sebe, a starenje i sazrevanje postaju manje izazovni uz luksuz razigrane intimnosti, muzike i proživljenog vremena.

Zaključak

IGRA – VRHUNSKI DIZAJNER DUŠE

Analizirajući psihološki značaj igre videli smo da, iako je reč o izrazito telesnoj aktivnosti, skoro u svakom segmentu ona afirmiše ljudsku dušu⁶⁸. Pored toga što se kroz nju isceljuje podeljenost duha i tela (Jung, 1928/2006), ona, skoro u jednakoj meri, oblikuje i telo i dušu, delujući tako na uspostavljanje pri- snijeg odnosa među njima.

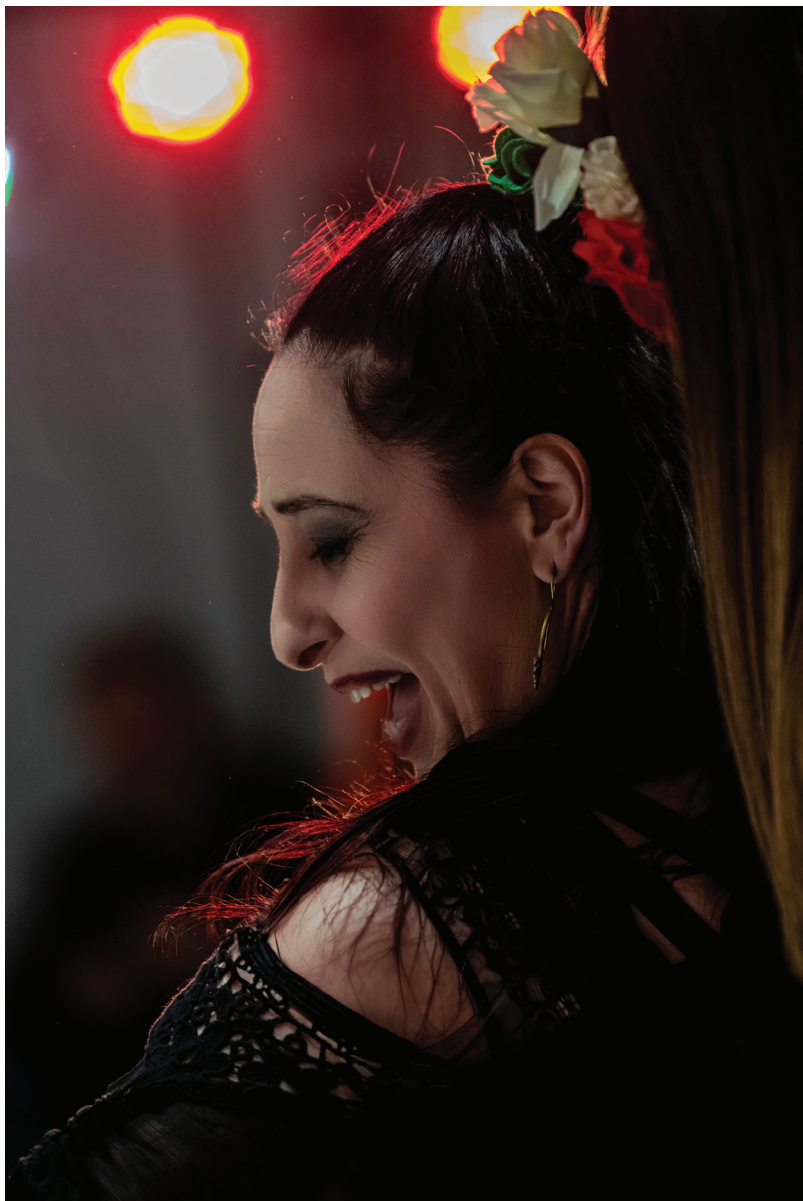
Generalno posmatrano, značaj plesa kao neponovljivog, po- malo nepredvidivog i veličanstvenog vida izražavanja života u kom su isprepletene i telesne, psihološke i duhovne komponente u jedinstvenu celinu, neuhvatljiv je kada je reč doprinosima i rezul- tatima pojedinačnih disciplina koje se njime bave. Njegov značaj moguće je sagledati samo ako se otkrića tih disciplina objedine.

U prethodnim poglavljima razmatrali smo psihološki značaj plesa i umetničke igre, držrći se holističkog pristupa i

68 Po mišljenju Junga duša je unutrašnji stav i mogućnost uspostavljanja veze sa nesvesnim. On se razlikuje od psihe koja predstavlja celokupnost svih svesnih i nesvesnih procesa, dok duša za njega predstavlja razgraničen kompleks funkcija (Videti više kod Jung, 1938, str. 449-455).

uključujući rezultate istraživanja i otkrića mnogih disciplina koje su proučavale igru. U više navrata razmarali smo fenomene vezane za ples i umetničku igru, kao i njihove drugačije formalne karakteristike i to u kontekstu različitog značaja koji ples i umetnička igra imaju za čoveka.

Polazeći od razumevanja koncepta slobode i zadatosti, analizirali smo ove pojmove u plesu i umetničkoj igri i istakli značaj doživljaja oslobođenosti koji prati igru i osećanje zadovoljstva koje iz njega proističe. Značaj lekovitosti i blagotvornosti plesa i umetničke igre takođe se pokazao kao jedan od faktora koji je nosilac zadovoljstva koje ljudi osećaju dok plešu. Sticanje igračkih veština i divljenje majstorstvu igračkog pokreta ima poseban motivacioni značaj kako za izvođače tako i za njihovu publiku. Posmatranje igre može izazvati zadovoljstvo kroz „unutrašnju mimikriju” ili kroz zamišljanje da sami izvodimo taj pokret koji gledamo i čijoj se veštini lakoće i elegantnosti divimo. Kinestetička empatija, kao poseban način na koji se posmatrač angažuje, najčešće pokreće ljude da idu na plesne predstave ili da gledaju umetničku igru. Posmatrači su motivisani i zadovoljstvom koje proističe iz doživljaja bliskosti sa igračem i svešću o naporu koji se mora uložiti u skladno izvođenje umetničkih pokreta. U knjizi su se posebno razmatrali različiti aspekti ispoljavanja seksualnosti kroz igre. Iako je samoizražavanje jedan od opštih i ključnih izvora zadovoljstva za osobu koja pleše, mogućnost izražavanja vlastite seksualnosti, ponekad direktno u spontanom plesu, a katkad simbolički u umetničkoj igri, predstavlja značajan, a manje analiziran deo tog izraza. Posebnu pažnju posvetili smo zadovoljstvu koje proističe iz ponovnog uspostavljanja veze sa samim sobom kroz igru. U tom kontekstu razmatrali smo i doživljaj samozadovoljstva kao i potencijal igre kad je reč o samoostvarenju.



Slika 12. *Igra* – vrhunski dizajner duše

Naše analize u skladu su i sa prethodnim istraživanjem Julije Kristensen i saradnika (Christensen, Cela-Conde, & Gomila, 2017) koji su, kako bi objasnili značaj igre u životu ljudi, analizirali njene neuralne i biobiheviornalne funkcije istražujući neurobiološke mehanizme koji stoje u njenoj osnovi. Oni su u prvi plan istakli socijalne, kognitivne i psihobiološke funkcije plesa koje su međusobno povezane. Sumirajući neuralne i bio-bihevioralne funkcije plesa i umetničke igre i istražujući razloge zbog kojih se ples negovao od samih početaka civilizacije⁶⁹, Kristensen i saradnici zaključuju da je igra oduvek bila korisna i važna aktivnost u održanju stabilnosti socijalnog, kognitivnog i neurobiološkog sistema čoveka.

Međutim, iako je moguće izdvojiti funkcije ili čak grupisati različite psihološke aspekte smisla koji igra ima za ljude, čini se da je njen značaj za čoveka mnogo više od toga. On i proširuje polje psihologije, ali ga i nadmašuje. Nadmašuje ga u kontekstu umetnosti i lepote, zatim u dometu samootkrića i potencijalu za samoostvarenje.

Lepota. Sa stanovišta umetnosti, igra naročito teži lepoti i majstorstvom igracke tehnike insistira na njoj. Doživljaj lepote kod izvođača, pa onda i kod publike može da se javi u vezi sa pojedinačnim pokretima, ali može biti i rezultat celokupne izvedbe. Na primer, pomoću Markovićevog (2017, str.148) trodimenzionalnog modela lepote koji „omogućava da se različiti objekti ili forme lepote opišu preko specifičnih profila izraženosti dimenzija priyatnost, sklad i zanimljivost“, interesantno je

69 Recimo, po mišljenju Pitera Lovata (Lovatt, 2018, str. 22), ples jeste urođena aktivnost zato što zadovoljava tri kriterijuma. Prvi se odnosi na univerzalnost pod kojom se podrazumeva da ljudi sa svih krajeva sveta i kroz različite istorijske epohe igraju ili manifestuju „plesno ponašanje“. Drugi je kriterijum *automatizma* koji se ogleda u tome da su ljudi sposobni da igraju iako prethodno nisu podučavani. I treći je kriterijum *inklinacije* tj. sklonosti za igru koja podrazumeva da postoji nagon za igru.

i analizirati različite forme igre⁷⁰ ali i obrnuto, moguće je i dati lepotu pojedinačnim koreografijama ili predstavama kroz njihovo kreiranje. Marković takođe razlikuje i nekoliko oblika lepote među kojima su fenomenalna lepota, uredna (elegantna i grandiozna), pobuđujuća (zanimljiva, upečatljiva i divlja), erotska, ljupka, smirujuća i čarobna lepota (Videti više kod Marković, 2017, str. 151-152). Ovi oblici su posebno interesantni jer se mogu sagledati u kontekstu pojedinačne forme umetničke igre, zatim, u vezi sa izvođačem, a na kraju mogu se i analizirati u kontekstu doživljaja posmatrača.

Na primer, po svojoj formi klasičan balet koji predstavlja visokostilizovanu umetničku igru, podignutu na najviši nivo stvaralačkog izraza umetnika, podrazumeva stroga akademska pravila izvođenja forme i strukture igre, igru na vrhovima prstiju, u „špic“ patikama, naglašenu dramsku radnju i sadržaj igre kome je vrlo često podređena i muzika, a sadržaji i teme su jasnog i vidljivog značenja (Au, 2002; Krešić, 1997). Balerina pomoću skoro savršene igrache tehnike, u kojoj se insistira na gracioznosti, uzdržanosti, jasnoći, dostojanstvenosti i umerenosti, treba da predstavi nadzemaljsko biće, odvojeno od zemlje koje „lebdi“ na vrhovima prstiju. Zbog formalnih karakteristika balleta neretko se za njega vezuju čarobna, ljupka i elegantna lepota.

Ili recimo, igru u umetnosti flamenka karakteriše posebna i veoma složena tehnika koja se istovremeno odlikuje i snagom i agresivnošću, ali i mekoćom i fluidnošću, čiji je osnovni preduslov savladavanje ritma (Candelori & Díaz, 1998). Naglasak je na tehnici rada stopala, koja simbolički označava snagu, zatim su karakteristični i pokreti donjeg torza koji simbolički predstavljaju

70 Na primer, naša ranija studija (Vukadinović, 2013a) pokazala je da se klasičan balet, moderna igra, folklor i flamenko razlikuju po tome koliko posmatrači u njima, u zavisnosti od formalnih karakteristika igre, prepoznaju ono što je prefinjeno, uzbudljivo, elegantno, i sl.

strast, fokus je na ekspresivnosti koja doprinosi dramatičnosti izvedbe i autentičnom izrazu. Zbog ovakvih formalnih karakteristika za igru u flamenku često se vezuje divlja – pobuđujuća, a neretko i erotska lepota.

Kakav god oblik lepote da se izražava ili prepoznaje u igri, potpuno razumevanje njene različitosti, odsustva, punoće ili čak darežljivosti ostaje delom neuhvatljivo ne samo za psihologiju umetnosti nego i druge naučne discipline.

Samootkriće. Igra, takođe primorava na samootkriće. Motiviše i one koji se njom bave, ali istovremeno poziva i posmatrače da krenu ovim putem. Za publiku, posmatranje igre može biti informativno, emotivno ili motivaciono u smislu samootkrića. Osoba može otkriti i razmišljati o sadržajima saopštenim igrom sa kojima nije nikada pre došla u kontakt, a može otkriti ili jasnije definisati svoju naklonost prema određenoj formi igre. Posmatrač, takođe može biti inspirisan ne samo da razmišlja o sadržaju koji je saopšten nego i da pokrene snage u sebi da i sam počne da pleše. Ne dešava se retko da osobe počnu da se i same bave igrom nakon što dožive oduševljenje i fascinaciju nekim izvođačem ili nekom predstavom.

Kada se radi o izvođačima, igra je aktivnost koja im omogućava da prošire svest o sopstvenom telu pomoću eksterocepcije, inerocepcije i propiocepcije, i da dođu u kontakt sa osećanjima tako što će posmatrati govor sopstvenog tela. Ona im omogućava da samoposmatranjem lakše uoče sopstvene namere kao i ono šta ih uzbuđuje, rastužuje, veseli ili frustrira, da izberu onu formu igre čije pokrete najviše vole. Kristensen i saradnici sugerišu da se u toku igre pomoću svih ovih procesa uspostavlja jača veza sa sobom (videti više kod Christensen et al., 2017). Ta „jača veza sa sobom“ sastoji se zapravo u samootkrivanju sebe. Ona se odvija kroz upoznavanje vlastitih motiva,

osećanja i obrazaca ponašanja, uvažavanjem sopstvenih telesnih i psiholoških granica, prepoznavanjem lične lepote. Istovremeno, ona podrazumeva i uzimanje u obzir sopstvenih ograničenja i nemogućnosti, kao i tolerantnost prema sopstvenim neodređenostima.

Po mišljenju Kristensen i saradnika osnovna funkcija samo-otkrića odnosi se na proces samoostvarenja, a ona se ispoljava kad osoba za vreme igre posmatra samu sebe i uživa u njoj (videti više kod Christensen et al., 2017, str. 20). Posmatrano šire, i van dometa psihologije, kao univerzalna ljudska aktivnost igra je neka vrsta alata za otkrivanje života i doseganje punoće njegovog izraza.

Samoostvarenje. U psihološkom smislu i terminologiji⁷¹ poseban značaj igre sastoji se tome da mnogi izvođači u njoj prepoznaju mogućnosti samoostvarenja. Drugim rečima, ona veoma često rezultira samoostvarenjem kreativnog potencijala koji osoba nosi u sebi. Upravo ova konstantno otvorena mogućnost, čini srž motivacije da osoba istraje i odoli različitim izazovima sa kojima se sreće tokom savladavanja određene forme igre ili čak tokom celokupne igračke karijere. U tom smislu, čini se da samoostvarenje nije cilj koji se dostiže samo jednom i u nekom trenutku vremena, već se radi o procesu koji traje kroz različite faze igračevog života. Igrač ne samo da igrom transcendirira realnost, nego i samog sebe. U toj kreativnoj avanturi samoostvarenja, veoma često njegov doživljaj igre uključuje neku vrstu „nadmogućnosti“, prevazilazeći i psihološko i estetsko, čime on osvaja duhovnu dimenziju postojanja, uspostavljajući tesnu vezu sa sopstvenom dušom. Po mišljenju Junga (Jung, 1934/1978), duša je „najviši psihički intenzitet na najmanjem prostoru“, i ona se može razumeti kao nešto živo u čoveku, ono što živi iz sebe i

71 Videti više u Sedmom poglavlju.

pokreće život. Duša je stvarnost od koje polaze određena dejstva, „ona ubeđuje u neverovatne stvari, da bi se živeo život“, i sadrži „tako mnogo zagonetki kao beskraj sa svojim galaksijama, pred čijom uzvišenom beskonačnošću jedino duh lišen mašte neće priznati svoje ništavilo“ (Jung, 1934/1978, str. 116).

Zato se može zaključiti da igra, koja odvajkada postoji i na koju se ljudska duša oduvek oslanjala da čoveka „ubedi u život“, jeste na neki način njen agent i izvršilac. Zapravo i mnogo više od toga, igra je vrhunski dizajner duše na putu čovekovog samoostvarenja. Tako je igrač koji je sebe samoostvario isti, ali drugačiji. On je potpuniji za samog sebe, celovitiji. On je intiman sa sobom, a svačiji. Potpuno posvećen, ali razigran. On je žulj lepote i oštrica sopsvene fluidnosti. Njegovi pokreti čine bogat rečnik razumljiv drugima, ali čitljiv samim sobom. Njegova igračka ostvarenja prevazilaze ga kao umetnika. Prevazilaze umetnost, nadmašuju nauku, ali ne i sam život. Za igrača igra je egzistencijalni stav i istovremeno najistinitija interpretacija života.

LITERATURA

- Abadi, S. (2013). Dancing tango. U *Touching and being touched* (pp. 309-318). De Gruyter.
- Acitores, A. P. (2011). Towards a theory of proprioception as a bodily basis for consciousness in music. *Music and consciousness: Philosophical, psychological, and cultural perspectives*, 215-230.
- Adams, F. (2010). Embodied Cognition. *Phenomenology and the Cognitive Science*, 9(4), 619-628.
- Adler, J. (1992). Body and soul. *American Journal of Dance Therapy*, 14(2), 73-94.
- Adler, J. (2006). Authentic movement and sexuality in the therapeutic experience. U Patrizia Pallaro (Ed.), *Authentic movement. A collection of essays by Mary Starks Whitehouse, Janet Adler and Joan Chodorow*, (pp. 132-140). London & Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Adshead, J., Briginshaw, V.A, Hodgens, P., & Huxley, M. R. (1988). *Dance analysis: Theory and practice*. London: Dance Books.
- American Dance Therapy Association (ADTA). (2014). *What is dance/movement therapy*. Preuzeto sa <http://www.adta.org/aboutdmt>
- Andrzejewski, C. E., Wilson, A. M., & Henry, D. J. (2013). Considering motivation, goals, and mastery orientation in dance technique. *Research in Dance Education*, 14(2), 162-175.
- Anshel, M. H. (2004). Sources of disordered eating patterns between ballet dancers and non-dancers. *Journal of Sport Behavior*, 27, 115-133.

- Arnhajm, R. (2003). *Prilog psihologiji umetnosti*. Beograd: SKC Beograd.
- Arrizón, A. (2008). Latina subjectivity, sexuality and sensuality. *Women & Performance: A Journal of Feminist Theory*, 18(3), 189-198.
- Association for Dance Movement Therapy UK (ADMT UK). (1977). Define dance movement therapy, *E-motion: ADMT UK Quaterly*, 9(1), 17.
- Au, S. (2002). *Ballet and modern dance*. London: Thames and Hudson.
- Barber, N. (1995). The evolutionary psychology of physical attractiveness: Sexual selection and human morphology. *Ethology and Sociobiology*, 16(5), 395-424.
- Barker, M. (2006). I have seen the future and it is not here yet; or on being ambitious for audience research. *Communication Review*, 9(2), 123-141.
- Baumeister, R. F., Vohs, K. D., Oettingen, G. (2016) Pragmatic propection: How and why people think about the future. *Review of General Psychology*, 20(1), 3-16.
- Beardsley, M. (1982). *The aesthetic point of view*. Ithaca, NY: Cornell University Press.
- Benedek, M. & Kaernbach, C. (2011). Psychological correlates and emotional specificity of human piloerection. *Biological Psychology*, 86, 320-329.
- Berczik, K., Szabó, A., Griffiths, M. D., Kurimay, T., Kun, B., Urbán, R., & Demetrovics, Z. (2012). Exercise addiction: symptoms, diagnosis, epidemiology, and etiology. *Substance Use & Misuse*, 47(4), 403-417.
- Berrol, C. F. (1992). The neurophysiologic basis of the mind-body connection in dance/movement therapy. *American Journal of Dance Therapy*, 14(1), 19-29.

- Bertoz, A. (2000). *The brain's sense of movement*. London: Harvard University Press.
- Birket-Smith, K. (1960). *Putevi kulture*. Zagreb: Matica Hrvatska.
- Blackmer, J. D. (1989). *Acrobats of the gods. Dance and transformation*. Canada: Inner City Books.
- Blair, S. (1994). *Dance terminology notebook*. Altera Publishing.
- Bloom, P. (2010). *How pleasure works – The new science of why we like what we like*. New York and London: WW. Norton & Company.
- Blom, A. & Chaplin, L. (2000). *The moment of movement*. London: Dance books.
- Bojner Horwitz, E., Theorell, T., & Anderberg, U.M. (2003). Dance/movement therapy and changes in stress-related hormones: a study of fibromyalgia patients with video-interpretation. *The Arts in Psychotherapy*, 30(5), 255-264.
- Borghi, A. M. & Cimatti, F. (2010). Embodied Cognition and Beyond: Acting and seeing the body. *Neuropsychologia*, 48(3), 763-773.
- Bouzenita, A. I. & Boulanouar, A. W. (2016). Maslow's hierarchy of needs: An Islamic critique. *Intellectual Discourse*, 24(1), 59–81.
- Bramble, D. M. & Lieberman, D. E. (2004). Endurance running and the evolution of homo. *Scientific American*, 289, 50 -57.
- Brown, A. (2016). Only you, Elvis, and balls: A choreographic exploration of awkwardness.
- Brown, S., Martinez, M. J., & Parsons, L. M. (2006). The neural basis of human dance. *Cerebral Cortex*, 16(8), 1157-1167.
- Buccino, G., Lui, F., Canessa, N., Patteri, I., Lagravinese, G., Benuzzi, F. et al. (2004). Neural circuits involved in the recognition of actions performed by nonspecics: an fMRI study. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 16(1), 114-126.

- Bunce, J. (2006). Dance movement therapy with patients with Parkinson's disease. U H. Payne (Ed). *Dance Movement Therapy. Theory, Research and Practice*, (pp. 71-86). London and New York: Routledge.
- Calvo-Merino, B., Ehrenberg, S., Leung, D., & Haggard, P. (2009). Experts see it all: configural effects in action observation. *Psychological Research*, 74(4), 400-406.
- Calvo-Merino, B., Urgesi, C., Orgs, G., Aglioti, S.M., & Haggard, P. (2010). Extrastriate body area underlies aesthetic evaluation of body stimuli. *Experimental Brain Research*, 204(3), 447-456.
- Camuri, A., Lagerlöf, I., and Volpe, G. (2003). Recognizing emotion from dance movement: Comparison of spectator recognition and automated techniques. *International Journal of Human-Computer Studies*, 59, 213-225.
- Candelori, N. & Díaz, N. F. (1998). *Il Flamenco*. Milano: Xenia.
- Carter, A. (1998). *Dance studies reader*. London & New York: Routledge.
- Carrol, N. & Moore, M. (2012). Moving in concert: Dance and music. U P. Goldie & Schellekens (Eds.), *The aesthetic mind: Philosophy and psychology* (pp.1-7). Oxford, UK: Oxford University Press.
- Carroll, N., & Seeley, W. P. (2013). Kinesthetic understanding and appreciation in dance. *The Journal of Aesthetics and Art Criticism*, 71(2), 177-186.
- Carù, A. & Cova, B. (Eds) (2007). *Consuming Experience*. Routledge, Oxon.
- Cervellin, G., & Lippi, G. (2011). From music-beat to heart-beat: a journey in the complex interactions between music, brain and heart. *European Journal of Internal Medicine*, 22(4), 371-374.
- Chase, M. (1953). Dance as an adjunctive therapy with hospitalized mental patients. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 17(6), 219.

- Chen, C. Y., & Chang, S. L. (2019). Moderating effects of information-oriented versus escapism-oriented motivations on the relationship between psychological well-being and problematic use of video game live-streaming services. *Journal of Behavioral Addictions*, 8(3), 564-573.
- Cheng, C. H. (2018). Effects of observing normal and abnormal goal-directed hand movements on somatosensory cortical activation. *European Journal of Neuroscience*, 47(1), 48-57.
- Chodorow, J. (1991). *Dance therapy and depth psychology: The moving imagination*. London: Routledge.
- Christensen, J. F. & Calvo-Merino, B. (2013). Dance as a subject for empirical aesthetics. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, 7(1), 76-88.
- Christensen, J. & Jola, C. (2015). Moving towards ecological validity in empirical aesthetics of dance. U J. Huston, M. Nadal, F. Mora, L. Agnati, & C. Cela-Conde (Eds.), *Art Aesthetics and the Brain* (pp.223 – 260). Oxford: Oxford Press.
- Christensen, J., Cela-Conde, C. J., & Gomila, A. (2017). Not all about sex: neural and biobehavioral functions of human dance. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1400(1), 8-32.
- Constantini, M., Galati, G., Feretti, A., Caulo, M., Tartaro, A., Romani, G.L., et al. (2005). Neural systems underlying observation of humanly impossible movements: an fMRI study. *Cerebral Cortex*, 1761-1767.
- Copeland, R. & Marshal, C. (1983). *What is dance*. Oxford: Oxford University Press.
- Cova F. & Deonna J. A. (2014). Being moved. *Philosophical Studies*, 169, 447-466.
- Cross, E. S., Kirsch, L., Ticini, L. F., & Schütz-Bosbach, S. (2011). The impact of aesthetic evaluation and physical ability on dance perception. *Frontiers in Human Neuroscience*, 5, 102.

- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: the psychology of optimal experience*. New York: Harper & Row.
- Csikszentmihalyi, M. (1997). *Finding flow: The psychology of engagement with everyday life*. New York, NY: Basic Books
- Cunningham, M. (1968). *Changes: Notes on choreography*. New York: Something Else Press.
- Cupchik, G. C. & Winston, A. C. (1996). Confluence and divergence in empirical aesthetics, philosophy, and main stream psychology. U. I. T. Carterette & M. P. Friedman (Eds.), *Handbook of Perception & Cognition: Cognitive Ecology* (pp. 62-85). San Diego, CA: Academic Press.
- D'Andrea, A. (2007). *Global nomads: Techno and New Age as transnational countercultures in Ibiza and Goa*. New York: Routledge
- Dale, A., Hyatt, J., Hellerman, J. (2007). The neuroscience of dance and the dance of neuroscience: Defining a path of inquiry. *Journal of Aesthetic Education*, 41(3), 89-110.
- Davis, B. (2015). Erotica vs. pornography. *The International Encyclopedia of Human Sexuality*, 352-353.
- Dawson, P. (2014). Reflections: On time, temporality and change in organizations. *Journal of Change Management*, 14(3), 285-308.
- de Meijer, M. (1989). The contribution of general features of body movements to the attribution of emotions. *Journal of Nonverbal Behavior*, 13, 247-268
- Dearborn, K., & Ross, R. (2006). Dance learning and the mirror: comparison study of dance phrase learning with and without mirrors. *American Journal of Health Education*, 6(4), 109-115.
- Deinzer, V., Clancy, L., & Wittmann, M. (2017). The sense of time while watching a dance performance. *SAGE Open*, 7(4), 1-10.
- Deniker, J. (1900). *Races et Peuples de la terre*. Paris.

- Dibbell-Hope, S. (2007). Moving towards health: Authentic movement and breast cancer. U P. Pallaro (Ed), *Authentic Movement. Moving the body, moving the Self, being moved. A Collection of Essays, Volum Two*, (pp. 337-360). London & Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers
- Dodds, S. (1997). Dance and erotica: The construction of the female stripper. In *Dance in the city* (pp. 218-233). Palgrave Macmillan, London.
- Dou, X., Jia, L., & Ge, J. (2021). Improvisational Dance-Based Psychological Training of College Students' Dance Improvement. *Frontiers in Psychology*, 12, 1714.
- Draaisma, D. (2004). *Why life speeds up as you grow older: How memory shapes our past*. Cambridge: Cambridge University Press
- Duncan, I. (1981). *Isadora Speaks*. F. Rosemont (Ed). San Francisco: City Light Books.
- Dankan, I. (1927/2001). *My life*. New York. (Moj Život. Beograd: Dereta).
- Džadžević, D. (2005). *Igra*. Novi Sad: Prometej.
- Ehrenreich, B. (2008). *Dancing in the streets: a history of collective joy*. New York, NY: Metropolitan.
- Ericksen, J. (2011). *Dance with me: Ballroom dancing and the promise of instant intimacy*. New York and London: New York University Press.
- Ernst, R., Rand, J. I. & Stevinson, C. (1998). Complementary therapies for depression: an overview. *Archives of General Psychiatry*, 55(11), 1026-1023.
- Erwin-Grabner, T., Goodill, S. W., Hill, E. S., & Von Neida, K. (1999). Effectiveness of dance movement therapy on reducing test anxiety. *American Journal of Dance Therapy*, 21(1), 19-34.
- Farnell, B. (1999). Moving bodies, acting selves. *Annual Review of Anthropology*, 28, 341-373.

- Fayn, K. & Silvia, P. J. (2015). Three psychological challenges for the neuroscience of aesthetics. U J. Huston, M. Nadal, F. Mora, L. Agnati, & C. Cela-Conde (Eds.), *Art Aesthetics and the Brain* (pp.40 – 56). Oxford: Oxford Press.
- Fenemore, A. (2003). On being moved by performance. *Performance Research*, 8(4), 107-114.
- Fensham, R. (2015). Designing for movement: Dance costumes, art schools and natural movement in the early twentieth century. *Journal of Design History*, 28(4), 348-367.
- Folks, Dž. L. (2008). *Moderna tela. Ples i američki modernizam od Marte Grejam do Alvina Ejlija*. Beograd: Clío.
- Foster, S. (2007). Kinesthetic empathies and politics of Compassion. U J. Reinelt & Roach J. (Eds.), *Critical theory and performance* (pp. 245-258). United States: Ann Arbor, University of Michigan Press.
- Foster, S. (2008). Movement's contagion: the kinesthetic impact of performance. U D. Tracy (Ed.), *The cambridge companion to performance studies* (pp. 46-59). Cambridge: Cambridge University Press.
- Foster, S. (2011). *Choreographing empathy: kinesthesia in performance*. London & New York: Routledge.
- Foster Vander Elst, O., Vuust, P., & Kringelbach, M.L. (2021). Sweet anticipation and positive emotions in music, groove, and dance. *Current Opinion in Behavioral Sciences*, 39, 79-84.
- Freimuth, M., Moniz, S., & Kim, S. R. (2011). Clarifying exercise addiction: Differential diagnosis, co-occurring disorders, and phases of addiction. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 8(10), 4069-4081.
- Fraisse, P. (1982). Rhythm and tempo. U Diana Deutch (Ed.), *The psychology of music*, (pp. 149-181). London: Academic Press, INC.

- García Dantas, A., Amado Alonso, D., Sánchez Miguel, P. A. (2018). Factors dancers associate with their body dissatisfaction. *Body Image*, 25, 40-47.
- Gerrard, C. (2018). The Daughter of Hérodias: Salomé's transcendent eroticism and her anticipatory dance of desire. *Dance, Movement & Spiritualities*, 5(2), 147-163.
- Glass, R. (2005). Observer response to contemporary dance. U R. Grove, C. Stevens, & S. McKechnie (Eds.), *Thinking in four dimensions. Creativity and cognition in contemporary dance* (pp. 107-121). Melbourne: Melbourne University Press.
- Goldinger, S. D., Pepesh, M. H., Batnhart, A. S., Hansen, W. A., & Hout, M. C. (2016). The poverty of embodied cognition. *Psychonomic Bulletin Review*, 23, 959-978.
- Golomer, E., & Dupui, Ph. (2000). Spectral analysis of adult dancers sways: sex and interaction vision-proprioception. *International Journal of Neuroscience*, 105, (1-4), 140-144.
- Gómez Muñoz, R. (2008). Flamenco dance today. *Rutas flamencas*. Junta de Andalucía, Consejería de Cultura: Empresa Pública de Gestión de Programas Culturales, 45 – 48.
- Gore, G. (1997). The beat goes on: trance, dance and tribalism in rave culture. U H. Tomas (Ed), *Dance in the city* (pp. 50-67). London: Palgrave Macmillan, Saunders.
- Graham, M. (1973). *The Notebooks of Martha Graham*. New York: Harcourt Brace Jovanovich.
- Graham, M. (1991). *Blood memory*. New York: Doubleday.
- Grammer, K., Fink, B., Moller, A. P. & Thornhill, R. (2003). Darwinian aesthetics: sexual selection and the biology of beauty. *Biological Reviews*, 78(3), 385-407.
- Grant, G. (1982). *Technical manual and dictionary of classical ballet*. New York: Dover Publication, Inc.

- Groos, K. (1899). *Die spiele der menschen*. Jena: Gustav Fischer Verlag.
- Grove, R., Stevens, C., & McKechnie S. (Eds.) (2005). *Thinking in four dimensions. creativity and cognition in contemporary dance*. Melbourne: Melbourne University Press.
- Gruber, R. P., Wagner, L. F., & Block, R. A. (2004). Relationships between subjective time and information processed (reduction of uncertainty). In P. A. Harris & M. Crawford (Eds.), *Time and uncertainty* (pp. 188–203). Boston: Brill.
- Hagendoorn, I. (2003). The dancing brain. *Cerebrum*, 5(2), 19-34.
- Hagendoorn, I. (2004). Some speculative hypotheses about the nature and perception of dance and choreography. *Journal of Consciousness Studies*, 11(3-4), 79-110.
- Hagendoorn, I. (2005). Dance perception and the brain. U S. McKechnie & R. Grove, R. (Eds.), *Thinking in four dimensions. Creativity and cognition in contemporary dance* (pp. 137-148). Melbourne: Melbourne University Press.
- Hagendoorn I. (2008) Emergent Patterns in Dance Improvisation and Choreography. U A. A. Minai & Y. Bar-Yam (Eds.), *Unifying themes in complex systems IV* (pp. 183-195). Springer, Berlin, Heidelberg.
- Hagendoorn, I. (2011). Dance, choreography and the brain. U D. Melcher & F. Bacci (Eds.), *Art and the senses* (pp. 499-514). Oxford: Oxford University Press.
- Hall, S. (1921). *Aspects of child life and education*. India: D. Appleton and Company.
- Hall, J. M. (2018). Consensuality. *The Philosophers' Magazine*, (82), 32-38.
- Hanna, J. L. (1979). *To Dance is human, a theory of nonverbal communication*. Austin & London: University of Texas Press.

- Hanna, J. L. (1988). *Dance, sex, and gender: Signs of identity, dominance, defiance, and desire*. University of Chicago Press.
- Hanna, J. L. (1995). The power of dance: health and healing. *Journal of Alternative and Complementary Medicine: Research on Paradigm, Practice and Policy*, 1(4), 323-331.
- Hanna, J. L. (2010). Dance and sexuality: Many moves. *The Journal of Sex Research*, 43 (2-3), 212-241.
- Havelock, E. (1983). *From the dance of the life*. Oxford: Oxford University Press.
- Hefferon, K. M. & Ollis, S. (2006). Just Clicks: an interpretative phenomenological analysis of professional dancers' experience of flow. *Research in Dance Education*, 7(2), 141-159.
- Hirst, P. H. (1989). The concepts of physical education and dance education: a reply. U G. Curl (Ed.), *Collected conference papers in dance*, Vol 4. (pp. 38-43). London: National Association of Teachers in Further and Higher Education.
- Holmqvist, J., Ruiz, C. D., & Peñaloza, L. (2020). Moments of luxury: Hedonic escapism as a luxury experience. *Journal of Business Research*, 116, 503-513.
- Hugel, F., Cadopi, M. Kohler, F., & Perrin, P. (1999). Postural control of ballet dancers: a specific use of visual input for artistic purposes. *International Journal of Sports Medicine*, 20(2), 86-92.
- Hutchinson-Guest, A. (1979). *Labanotation: The system of analyzing and recording movement*. Philadelphia, PA: Taylor & Frensis, Inc.
- Izuta, R., Terada, T., Yanagisawa, Y., Fujimoto, M., & Tsukamoto, M. (2019). Design guidelines on LED costumes for dance performances. *Designs*, 3(4), 51.
- Jaeger, S. M. (1997). Beauty and the breast: Dispelling significations of feminine sensuality in the aesthetics of dance. *Philosophy Today*, 41(2), 270-276.

- Jaeger, S. (2009). Embodiment and Presence: The ontology of Presence Reconsidered. U D. Krasner & D. Z. Saltz (Eds.), *Staging philosophy: Interactions of theater, performance, and philosophy* (pp. 122 –141). Michigan: The University of Michigan Press.
- Janata, P., Tomic, S. T., & Haberman, J. M. (2012). Sensorimotor coupling in music and the psychology of the groove. *Journal of Experimental Psychology: General*, 141(1), 54–75.
- Janata, P. & Grafton, S. T. (2003). Swinging in the brain: shared neural substrates for behaviors related to sequencing and music. *Nature Neuroscience*, 6, 682-687.
- Janković, Lj. & Janković, D. (1949). *Narodne Igre. V Knjiga*. Beograd: Prosveta izdavačko preduzeće Srbije.
- Janković, Lj. & Janković, D. (1964). *Narodne Igre. VII Knjiga*. Beograd: Prosveta.
- Jola, C., Davis, A., & Haggard, P. (2011). Proprioceptive integration and body representation: insights into dancers' expertise. *Experimental Brain Research*, 213(2–3), 257–265.
- Jola, C., Ehrenberg, S., & Reynolds, D. (2011). The experience of watching dance: phenomenological-neuroscience duets. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 11(1), 17-37.
- Jola, C., & Calmeiro, L. (2017). The dancing queen: explanatory mechanisms of the 'feel-good effect' in dance. In *The Oxford handbook of dance and wellbeing* (pp. 13-40). Oxford University Press.
- Jowitt, D. (1994). Expression and expressionism in American modern dance. In J. Adshead-Lansdale, & J. Layson (Eds.), *Dance History: An Introduction* (pp. 169 – 181). London & New York: Routledge.
- Jung, C. G. (1916). The transcendent function. U *The collected works of C. G. Jung* (2nd ed.1969/78) (vol.8). Princeton: Princeton University Press.

- Jung, K. G. (1922/1995). *Lavirint u čoveku*. Beograd: Ars Libri.
- Jung, C. G. (1928/2006). Die Psychologie des modernen menschen. *Europäische Revue* IV, 9, 700-715. Duševni problem modernog čoveka. U *Civilizacija na prelasku*, (pp. 77-97). Beograd: KD ATOS).
- Jung, C. G. (1935). The symbolic life. U *The Collected Works of C. G. Jung* (2nd ed.1969/78) (vol.8). Princeton: Princeton University Press.
- Jung, C. G. (1930/1976). The vision seminars. 2 Volumes. Zurich: Spring Publication.
- Jung, K. G. (1934/1978). *Duh i život. Odabrana dela K. G. Junga. Knjiga treća*. Novi Sad: Matica srpska.
- Jung, K. G. (1938). *Psihološki tipovi*. Beograd: Filozofska biblioteka Karijatide, Kosmos.
- Kanaouti, S., & Stewart, R. S. (2020). The Wings and Barriers of Erotic Desire. In *Expanding and restricting the erotic* (pp. 1-10). Brill Rodopi.
- Kelley, C. R. (2006). *Life force. The creative process in man and nature*. Canada: Trafford.
- Kiepe, M. S., Stöckigt, B., & Keli, T. (2012). Effects of dance therapy and ballroom dances on physical and mental illnesses: a systematic review. *The Arts in Psychotherapy*, 39, 404-411.
- Karayanni, S. S. (2006). *Dancing fear and desire: Race, sexuality, and imperial politics in Middle Eastern dance*. Wilfrid Laurier Univ. Press.
- Kirsh, D. (2011a). Creative cognition in choreography. *Proceedings of 2nd International Conference on Computational Creativity*. April 27-29. Mexico City, 141-146.
- Kirsh, D. (2011b). How marking in dance constitutes thinking with the body. *Versus: Quaderni di Studi Semiotici*, 113-115, 179-210.

- Koch, S. C., Morlinghaus, K., & Fuchs, T. (2007). The joy dance: specific effects of a single dance intervention on psychiatric patients with depression. *The Arts in Psychotherapy*, 34, 340-349.
- Koch, S., Kunz, T., Lykou, S. & Cruz, R. (2014). Effects of dance movement therapy and dance on health-related psychological outcomes: a meta-analysis. *The Arts in Psychotherapy*, 41, 46-64.
- Koestler, A. (1970). *The act of creation*. London: Pan Books.
- Krešić, I. (1997). Osnovni problemi umetničke igre. U S. Hrnjica, V. Panić, K. Radoš, & I. Krešić (Eds.), *Psihologija* (pp. 245-279). Beograd: Zavod za udžbenike i nastavna sredstva.
- Kubovy, M. (1999). On the pleasures of the mind. U D. Kahneman, E. Diener & N. Schwarz (Eds.), *Well-being: The foundations of hedonic psychology* (pp. 134-154). New York: Russell Sage.
- Laban, R. (1960). *Mastery of movement*. London: Macdonald & Evans.
- Laban, R. (1975). *Laban's principles of dance and movement notation, with 114 basic movement graphs and their explanation*. Boston: Plays, Inc.
- Labudović, D., Mandarić, S., Macura, M., Moskovljević, L. (2018). Anthropometric characteristics and body composition of Lationo-american dancers of Serbia. *Fizička kultura*, 72(2), 200-208.
- Landolfi, E. (2013). Exercise addiction. *Sports Medicine*, 43(2), 111-119.
- Langdon, S. W. & Petracca, G. (2010). Tiny dancer: Body image and dancer identity in female modern dancers. *Body Image*, 7, 360-363.
- Langer, S. (1990). *Problemi umetnosti*. Niš: Gradina.
- Landau, M. J., Arndt, J., Swanson, T. J., & Bultmann, M. N. (2018). Why life speeds up: Chunking and the passage of autobiographical time. *Self and Identity*, 17, 294-309.

- Lavelle, D. (1983). *Latin and American dances*. London: Black.
- Layson, J. (1994). Historical perspectives in the study of dance. In J. Adshead-Lansdale, & J. Layson (Eds.), *Dance history: An introduction*, (pp. 4-17). London & New York: Routledge.
- Leanderson, J., Eriksson, E., Nilsson, C., & Wykman, A. (1996). Proprioception in classical ballet dancers. A prospective study of the influence of an ankle sprain on proprioception of the ankle joint. *American Journal of Sports Medicine*, 24(3), 370–374
- Lee, L., Reid, D., Cadwell, J., & Palmer, P. (2017). Injury incidence, dance exposure and the use of the movement competency screen (mcs) to identify variables associated with injury in full-time pre-professional dancers. *International Journal of Sports Physical Therapy*, 12(3), 352–370.
- Lee, Y.M. & Janssen, S.M.J. (2019) Laypeople's Beliefs Affect their Reports about the Subjective Experience of Time. *Timing and Time Perception*, 7(1), 15-26.
- Lemlich, R. (1975). Subjective acceleration of time with aging. *Perceptual and Motor Skills*, 41, 235–238.
- Leste, A. & Rust, J. (1984). Effects of dance on anxiety. *Perceptual and Motor Skills*, 58(3), 767- 772.
- Lewis, R. & Scannell, E. (1995). Relationship of body image and creative dance movement. *Perceptual and Motor Skills*, 81(1), 155-160.
- Limón, J. (1955). Composing a Dance. *Juilliard Rewiev II*, 17-25.
- Lovatt, P. (2013). Dance psychology. *Psychology Review*, 19(1), 18-21.
- Lovatt, P. (2016). This is why we dance. *BBC Science Focus*, 302, 64-67.
- Lovatt, P. (2018). *Dance psychology*. UK: Nortfolk.
- Lowen, A. (1967). *The betrayal of the body*. London: Collier Macmillan Publishers.

- Lowen, A. (1970). *Pleasure. A creative approach to life*. England: Penguin Books.
- Lowen, A. (197). *Depression and the body. The biological basis of faith and reality*. England: Penguin Books.
- Lowen, A. (1995). *Joy. The surrender to the body and to life*. England: Penguin Compass
- Luck, G. & Sloboda, J. A. (2009). Spatio-temporal cues for visually mediated synchronization. *Music Perception*, 26(5), 465-473.
- MacDonald, J. (2006). Dancing with demons. Dance movement therapy and complex post-traumatic stress disorder. U H. Payne (Ed). *Dance Movement Therapy. Theory, research and practice*, (pp. 49-70). London and New York: Routledge.
- Magazinović, M. (1951). *Istorija igre*. Beograd: Prosveta.
- Mainwaring, L. M., & Krasnow, D. H. (2010). Teaching the dance class: Strategies to enhance skill acquisition, mastery and positive self-image. *Journal of Dance Education*, 10(1), 14-21.
- Malbon, B. (1998). *Clubbing: Dancing, Ecstasy and Vitality*. London: Routledge.
- Maletić, A. (1986). *Knjiga o plesu*. Zagreb: Kulturno-prosvetni sabor Hrvatske.
- Maraz, A., Király, O., Urbán, R., Griffiths, M. D., & Demetrovics, Z. (2015). Why do you dance? Development of the dance motivation inventory (DMI). *PLoS One*, 10(3), e0122866.
- Maraz, A., Urbán, R., Griffiths, M. D., & Demetrovics, Z. (2015). An empirical investigation of dance addiction. *PLoS One*, 10(5), e0125988.
- Margariti, A., Ktonas, P., Hondraki, P., Daskalopoulou, E., Kyriakopoulos, G., Economou, NT. Tsekou, H., Paparrigopoulos, T., Barbousi, V., & Vaslamatzis G. (2012). An application of the Primitive Expression form of dance therapy in a psychiatric population. *The Arts in Psychotherapy*, 39, 95-101.

- Marković, S. (2007). *Opažanje dobre forme*. Beograd: Univerzitet u Beogradu.
- Marković, S. (2010). Aesthetic experience and the emotional content of paintings. *Psihologija*, 43(1), 47-64.
- Marković, S. (2012). Components of aesthetic experience: aesthetic fascination, aesthetic appraisal, and aesthetic emotion. *i-Perception*, 3(1), 1-17.
- Marković, S. & Radosavljević, N. (2015). Subjective experience of nudes in paintings. *Visual Science of Art Conference (VSAC)*, August 22-23. United Kingdom: Liverpool.
- Marković, S. (2017). *Domeni estetske preferencije. Od estetskog stimulusa do estetskog doživljaja*. Beograd: Univerzitet u Beogradu – Filozofski Fakultet.
- Martin, J. (1939). *Introduction to the dance*. New York: Dance Horizons.
- Martin, J. (1965). *The modern dance*. Brooklyn: Dance Horizons, Inc.
- Maslow, A. H. (1943). A theory of human motivation. *Psychological Review*, 50(4), 370–396.
- Maslow, A. H. (1949). The expressive component of behavior. *Psychological Review*, 56(5), 261–272.
- Maslow, A. H. (1962). *Religion, values, and peak experiences*. New York: Viking.
- McEwena, K., & Younga, K. (2011). Ballet and pain: reflections on a risk-dance culture. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 3, 152-173.
- McFee, G. (1992). *Understanding Dance*. London & New York: Routledge.
- McNeill, W. (1995). *Keeping together in time: Dance and drill in human history*. Cambridge, MA: Harvard University Press.

- Meekums, B. (2005). *Dance Movement Therapy. A creative psychotherapeutic approach*. London: SAGE Publications.
- Menninghaus, W., Wagner, V., Hanich, J., Wassiliwizky, E., Kuehnast, M., & Jacobsen, T. (2015). Towards a psychological construct of being moved. *PLoS ONE* 10:e0128451
- Merom, D., Ding, D., & Stamatakis, E. (2016). Dancing participation and cardiovascular disease mortality: a pooled analysis of 11 population-based British cohorts. *American Journal of Preventive Medicine*, 50, 756-760.
- Miceli, M., & Castelfranchi, C. (2003). Crying: discussing its basic reasons and uses. *New Ideas in Psychology*, 21, 247-273.
- Milivojević, Z. (2005). *Emocije*. Novi Sad: Prometej.
- Milivojević, Z. (2021). Zoran Milivojević za „Politiku”: Eskapizam. Rubrika Formule življenja. *Politika*, 26. 07. 2021.
- Milne, M. (2014). Porn (or) Performance: A Comparison of Nude Contemporary Dance and Pornography.
- Miura, N., Sugiura, M., Takahashi, M., Sassa, Y., Miyamoto, A., Sato, S., ... & Kawashima, R. (2010). Effect of motion smoothness on brain activity while observing a dance: An fMRI study using a humanoid robot. *Social Neuroscience*, 5(1), 40-58.
- Montero, B. (2006). Proprioception as an aesthetic sense. *The Journal of Aesthetics and Art Criticism*, 64(2), 231-242.
- Montero, B. (2012). Practice makes perfect: The effect of dance training on the aesthetic judge. *Phenomenology and the Cognitive Science*, 11(1), 59-68.
- Montero, B. (2016). *Though in action. Expertise and the conscious mind*. Oxford: Oxford University Press.
- Moore, M. (2007). Golgi tendon organs: neuroscience update with relevance to stretching and proprioception in dancers. *Journal of Dance Medicine & Science*, 11(3), 85-92.

- Murrock, C. J. & Heifner Graor, C. (2014). Effects of dance on depression, physical function, and disability in underserved adults. *Journal of Aging and Physical Activity*, 22, 380-385
- Netz, Y. & Lidor, R. (2003). Moods alternations in mindful versus aerobic exercise modes. *Journal of Psychology*, 137, 405-419.
- Neubauer, H. (2006). *Umetnost koreografije*. Ljubljana: Javni sklad Republike Slovenije za kulturne dejavnosti.
- Nevis, E. C. (1983). Using an American perspective in understanding another culture: Toward a hierarchy of needs for the People's Republic of China. *The Journal of Applied Behavioral Science*, 19(3), 249-264.
- Notarnicola, A., Maccagnano, G., Pesce, C., Pierro, S., Tafuri, S., & Moretti, B. (2014). Effect of teaching with or without mirror on balance in young female ballet students. *BMC Research Notes*, 7, 426.
- Ognjenović, P. (2003). *Psihološka teorija umetnosti*. Beograd: Gutenbergova Galaksija.
- Ortega Rubio, A. (2008). Male and female dancing styles: The Sevillian school. *Rutas flamencas*. Junta de Andalucía, Consejería de Cultura: Empresa Pública de Gestión de Programas Culturales, 39-43.
- Pallaro, P. (2006). *Authentic movement. A collection of essays by Mary Starks Whitehouse, Janet Adler and Joan Chodorow*. London & Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Pallaro, P. (2007). *Authentic movement. Moving the body, moving the Self, being moved. A Collection of Essays. Volum Two*. London & Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Panić, V. (1997a). *Psihologija i umetnost*. Beograd: Zavod za udžbenike i nastavna sredstva.
- Panić V. (1997b). Osnove psihologije stvaralaštva. U S. Hrnjica, V. Panić, K. Radoš, & I. Krešić (Eds.), *Psihologija* (pp. 79-171). Beograd: Zavod za udžbenike i nastavna sredstva.

- Panić, V. (1998). *Rečnik psihologije umetničkog stvaralaštva*. Beograd: Zavod za udžbenike i nastavna sredstva.
- Panić, V. (1999). *Aksiologika ili logička argumentacija vrednosti*. Beograd: Zavod za udžbenike i nastavna sredstva.
- Parsons, A., Omylinska-Thurston, J., Karkou, V., Harlow, J., Haslam, S., Hobson, J., ... & Griffin, J. (2020). Arts for the blues—a new creative psychological therapy for depression. *British Journal of Guidance & Counselling*, 48(1), 5-20.
- Payne, H. (2006). *Dance Movement Therapy. Theory, Research and Practice*. London and New York: Routledge.
- Pickard, A. (2015). *Ballet body narratives: Pain, pleasure and perfection in embodied identity*. Peter Lang.
- Pilcher, K. (2016). *Erotic performance and spectatorship: New frontiers in erotic dance*. Routledge.
- Polovina, M. & Marković, S. (2006). Estetski doživljaj umetničkih slika. *Psihologija*, 39(1), 39-55.
- Potter, M. (1990). Designed for dance: The costumes of leon bakst and the art of Isadora Duncan. *Dance Chronicle*, 13(2), 154-169.
- Proske, U. (2006). Kinesthesia: The role of muscle receptors. *Muscle & Nerve*, 34, 545-558.
- Prust, M. (1983). *U traganju za iščezlim vremenom, VII. Nađeno vreme*. Novi Sad i Beograd: Matica srpska, Nolit i Narodna knjiga.
- Ramkumar, P. N., Farber, J., Arnouk, J., Varner, K. E., & Mcculloch, P. C. (2016). Injuries in a professional ballet dance company: a 10-year retrospective study. *Journal of Dance Medicine & Science*, 20(1), 30-37.
- Ravaldi, C., Vannacci, A., Bolognesi, E., Stafania, M., Faravelli, C., & Ricca, V. (2006). Gender role, eating disorder symptoms, and body image concern in ballet dancer *Journal of Psychosomatic Research*, 61, 529-535.

- Rea, M. C. (2001). What is pornography? *Noûs*, 35(1), 118-145.
- Reason, M. & Reynolds, D. (2010). Kinesthesia, empathy and related pleasures: an inquiry into audience experience of watching dance. *Dance Research Journal*, 42(2), 49-75.
- Reel, J. J., SooHoo, S., Jamieson, K. M., & Gill, D. L. (2005). Femininity to the extreme: Body image concerns among college female dancers. *Women in Sport & Physical Activity Journal*, 14, 39-51.
- Register, L. M., & Henley, T. B. (1992). The phenomenology of intimacy. *Journal of Social and Personal Relationships*, 9(4), 467-481.
- Reich, W. (1927/1980). *Funkcija orgazma*. Beograd: Mladost.
- Reinhardt, U. (1999). Investigations into synchronization of heart rate and musical rhythm in a relaxation therapy in patients with cancer pain. *Forschende Komplementarmedizin*, 6(3), 135-141.
- Repp, B. H. & Penel, A. (2004). Rhythmic movement is attracted more strongly to auditory than to visual rhythms. *Psychological Research*, 68(4), 252-270.
- Reynolds, D. (2007). *Rhythmic Subjects: Uses of Energy in the Dances of Mary Wigman, Martha Graham and Merce Cunningham*. Alton: Dance Books.
- Reynolds, D. & Reason, M. (Eds.) (2012). *Kinesthetic empathy in creative and cultural practice*. USA: University of Chicago Press.
- Rip, B., Fortin, S., & Vallerand, R. J. (2006). The relationship between passion and injury in dance students. *Journal of Dance Medicine & Science*, 10(1-2), 14-20
- Russell, J. A. (2013). Preventing dance injuries: current perspectives. *Open access journal of sports medicine*, 4, 199.
- Sachs, C. (1933). *Eine Weltgeschichte des Tanzes*. Berlin: Dietrich Reimer, Ernst, Vohsen.
- Sachs, C. (1953). *Rhythm and tempo: A study in music history*. New York: W.W. Norton & Company, Inc.

- Savić, S. (2006). *Pogled u nazad: Svenka Savić o igri i baletu*. Novi Sad: Futura publikacije, Ženske studije i istraživanja.
- Schaverien, J. (2005). Art, dreams and active imagination: a post-Jungian approach to transference and the image. *Journal of Analytical Psychology*, 50, 127-153.
- Schnall, S., Roper, J., & Fessler, D. M. (2010). Elevation leads to altruistic behavior. *Psychological Science*, 21, 315-320.
- Schubert, T. W., Zickfeld, J. H., Seibt, B., Fiske, A. P. (2018). Moment-to-moment changes in being moved match changes in perceived closeness, weeping, goosebumps, and warmth: time series analyses. *Cognition and Emotion*, 32(1), 174-184.
- Schussler A-E. (2013). From eroticism to pornography: the culture of the Obscene. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 92, 854-859.
- Sebanz, N., Bekkering, H., & Knoblich, G. (2006). Joint action: Bodies and minds moving together. *Trends in Cognitive Sciences*, 10, 70-76.
- Seibt, B., Schubert, T. W., Zickfeld, J. H., & Fiske, A. P. (2017). Interpersonal closeness and morality predict feelings of being moved. *Emotion*, 17, 389-394.
- Shabbott, B. A., & Sainburg, R. L. (2010). Learning visuomotor rotation: simultaneous visual and proprioceptive information is crucial for visuomotor remapping. *Experimental Brain Research*, 203, 75-87.
- Shah, S., Weiss, D. S., & Burchette, R. J. (2012). Injuries in professional modern dancers: incidence, risk factors, and management. *Journal of Dance Medicine & Science*, 16(1), 17-25.
- Sherrington, C. S. (1907). On the proprioceptive system, especially on its reflex aspect. *Brain*, 29, 467-485.

- Shipp, A. J. & Jansen, K.J. (2021) *The «other» time: a review of the subjective experience of time in organizations*. *Academy of Management Annals*, 15(1), 299-334.
- Siegel, M. (1972). *At the Vanishing Point*. New York: Saturday Review Press.
- Singh, D. (2002). Female mate value at glance: Relationship of waist-to-hip ratio to health, fecundity and attractiveness. *Neuroendocrinology Letters*, 23 (Suppl. 4), 81-91.
- Solomon, R. (Ed.) (1990). *Preventing dance injuries: An interdisciplinary perspective*. AAHPERD Publication Sales Office, 1900 Association Drive, Reston, VA 22091.
- Song, L. R., Chun, S. B., & Lee, C. W. (2017). The effect of enjoyment factors on leisure satisfaction for middle-aged women participating in line dance. *Korean Journal of Sports Science*, 26(3), 113-124.
- Spencer, H. (1855). *Principles of psychology*. London: Longman & Co.
- St John, G. (Ed.) (2004). *Rave culture and religion*. London: Routledge.
- St John, G. (Ed.) (2008). Trance tribes and dance vibes: Victor Turner and electronic dance music culture. U G. St John (Ed.), *Victor Turner and Contemporary Cultural Performance* (pp. 149-173). Berghen Books.
- Steller, G. (2003). *Steller's History of Kamchatka: Collected information concerning the history of Kamchatka, its peoples, their manners, names, lifestyles, and various customary practices*. Rasmuson Library Historical Translation Series, V. 12. (Book 12). Alaska: University of Alaska Press, First Edition.
- Stenseng, F., Falch-Madsen, J., & Hygen, B. W. (2021). Are there two types of escapism? Exploring a dualistic model of escapism in digital gaming and online streaming. *Psychology of Popular Media*, 10(3), 319.
- Stern, W. (1938). *General psychology from the personalistic standpoint*. New York: The Macmillan Company.

- Stevens, C., Malloch, S., McKechnie, S., Steven, N. (2003). Choreographic cognition: the time-course and phenomenology of creating a dance. *Pragmatics & Cognition*, 11, 299-329.
- Stevens C., & McKechnie, S. (2005). Thinking in action: thought made visible in contemporary dance. *Cognitive Processing*, 6, 243-252.
- Stevens, K. & Glass, R. (2005). Choreographic cognition: Investigating the psychological processes involved in creating and responding to contemporary dance. Conference Proceedings: *Dance rebooted: Initializing the grid*. Australia: Ausdance National.
- Stevens, C., Glass, R., Scuhubert, E., Chen, J., & Winskel, H. (2007). Methods for Measuring Audience Reaction. Sydney: *The Inaugural International Conference on Music Communication Science*, 155-158.
- Stevens, C., Winskel, H., Howell, C., Vidal, L. M., Milne-Home, J., & Latimer, C. (2009). Direct and indirect methods for measuring audience reactions to contemporary dance, paper presented to World Dance Alliance Global Summit: *Dance dialogues: conversations across cultures, art forms, practices*. Brisbane, Qld., 12-18 July.
- Strick, M., de Bruin, H. L., de Ruiter, L. C., & Jonkers, W. (2015). Striking the right chord: Moving music increases psychological transportation and behavioral intentions. *Journal of Experimental Psychology Applied*, 21, 57-72.
- Strukus, W. (2011). Mining the gap: physically integrated performance and kinesthetic empathy. *Journal of Dramatic Theory and Criticism*, 25(2), 89-105.
- Sundström, M., & Jola, C. (2021). "I'm Never Going to Be in Phantom of the Opera": Relational and Emotional Wellbeing of Parkinson's Carers and Their Partners in and Beyond Dancing. *Frontiers in Psychology*, 3055.

- Swami, V., & Tovée, M. J. (2009). A comparison of actual-ideal weight discrepancy, body appreciation, and media influence between street-dancers and non-dancers. *Body Image*, 6, 304-307.
- Škorc, B. (2012). *Kreativnost u Interakciji. Psihologija Stvaralaštva*. Zemun: MostArt.
- Tan, E. S., & Frijda, N. H. (1999). Sentiment in film viewing. U C. Plantinga & G. M. Smith (Eds.), *Passionate views. Film, cognition and emotion* (pp. 48-64). Baltimore, MD: John Hopkins University Press.
- Takahashi, M. & Olaveson, T. (2003). Music, dance and raving bodies: raving as spirituality in the Central Canadian Rave Scene. *Journal of Ritual Studies*, 17 (2), 72-96.
- Tateo, L. (2014). The dialogical dance: self, identity construction, positioning and embodiment in tango dancers. *Integrative Psychological and Behavioral Science*, 48(3), 299-321.
- Tarr, B., Launay, J., Cohen, E. & Dunbar, R. (2015). Synchrony and exertion during dance independently raise pain threshold and encourage social bonding. *Biology Letters*, 11: 20150767.
- Taylor, I. & Taylor C. (1995). *Psychology of Dance*. USA: Human Kinetics.
- Telegan, A. & Atkinson, G. (1974). Openness to absorption and self-altering experiences: A trait related to hypnotic susceptibility. *Journal of Abnormal Psychology*, 83, 268-277.
- Thaut, M. H. (2007). *Rhythm, music, and the brain. Scientific foundations and clinical applications*. New York: Routledge.
- Thaut, M. H, Trimarchi, P. D., & Parsons, L. M. (2014). Human brain basis of music rhythm perception: common and distinct neural substrates for meter, tempo and pattern. *Brain Sciences*, 4, 428-452.

- Thaut, M. H., McIntosh, G. C., & Hoemberg, V. (2015). Neurobiological foundations of neurologic music therapy: rhythmic entrainment and the motor system. *Frontiers in Psychology*, 5.
- Timmerman, G. M. (1991). A concept analysis of intimacy. *Issues in Mental Health nursing*, 12(1), 19-30.
- Tormodsdatter Færøvik, H. U. (2017). *Music and heart rate. Physiological effects from listening to music in different tempos*. Master Thesis. Bergen: Universitetet i Bergen det Psykologiske Fakultet.
- Tufnel, M. & Crickmay, C. (2006). *Body, space, image*. London: Dance Books.
- Tversky, B. & Hard, B. M. (2009). Embodied and disembodied cognition: Spatial perspective-taking. *Cognition*, 110(1), 124-129.
- Vaganova, A. (1969). *Basic principles of classical ballet. Russian ballet technique*. Courier Dover Publications.
- Vingerhoets, A. J. J. M., & Bylsma, L. M. (2016). The riddle of human emotional crying: a challenge for emotion researchers. *Emotion Review*, 8, 207-217.
- Vukadinović, M. (2002). *Flamenko: Između tišine i usklika*. Novi Sad: Futura.
- Vukadinović, M. & Marković, S. (2012). Aesthetic experience of dance performances. *Psihologija*, 45(1), 23-41.
- Vukadinović, M. (2013a). Estetski doživljaj predstava različitih tipova plesa. Zbornik radova sa XIX naučnog skupa *Empirijska istraživanja u psihologiji*, 22-24. mart. Beograd: Filozofski fakultet, Univerzitet u Beogradu. 96-110. (elektronsko izdanje) <http://www.empirijskaistrazivanja.org/KnjigaRezimea.aspx>
- Vukadinović, M. (2013b). An audience's subjective experience of the freedom of artistic expression in different dance forms from the perspective of the cultural psychology of creativity. *Universitas Psychologica*, 12(3), 709-723.

- Vukadinović, M. (2014). Uticaj koreografije na subjektivni doživljaj različitih tipova plesa. Zbornik radova sa XX naučnog skupa *Empirijska istraživanja u psihologiji*, 28-30. mart 2014. Filozofski fakultet, Univerzitet u Beogradu, 54-62.
- Vukadinović, M. (2015). Estetski doživljaj koreografija savremene igre. Zbornik radova sa XXI naučnog skupa *Empirijska istraživanja u psihologiji*, 28-30. mart 2015. Filozofski fakultet, Univerzitet u Beogradu, 54-62.
- Vukadinović, M. (2016). Ples kao izraz aktivne imaginacije: umetnički, psihološki i psihoterapijski aspekti. *Zbornik Matice srpske za društvene nauke*, 155-156(2), 339-352.
- Vukadinović M. (2017a). Flamenco dance: perceptions, cultural aspects and possibilities for its use in psychotherapy. In S. Reid (Ed.), *Dance, perceptions, cultural aspects and emerging therapies* (pp. 147-172). New York: Nova Science Publishers.
- Vukadinović, M. (2017b). *Doživljaj umetničkog dela u psihologiji stvaralaštva*. Novi Beograd: Visoka škola za kulturu i komunikacije.
- Vukadinović, M. & Marković, S. (2017). The relationship between the dancers' and the audience's aesthetic experience. *Psihologija*, 50(4), 465-481.

- Vukadinović, M. & Vitkay-Kuczera A. (2017). Aesthetic experience of contemporary dance choreographies: The influence of the choreographer's style and the observer's identification with story. *Visual Sciences of Art Conference – VSAC*, August 25-27. Germany: Berlin.
- Vukadinović, M., Marković, S., & Vitkay-Kuczera A. (2017). Watching contemporary dance choreographies: Relationship between observers' somatic reactions and aesthetic experience. *Poster presented at the European Conference on Visual Perception 2017*, Berlin, Germany.
- Vukadinović, M. (2019). *Psihologija plesa i umetničke igre*. Sombor: Pedagoški fakultet, Novi Sad: Novosadski centar za istraživanje plesa i umetnost flamenka – La Sed Gitana.
- Vukadinović, M. & Marković, S. (2022). Factor structure of audiences' physical experience while watching dance. *PsyCh Journal*, 11(5), 660-672.
- Vukadinović, M. (2022a). Psihološka istraživanja plesa. *Zbornik Matice srpske za društvene nauke*, 180(1), 47-61.
- Vukadinović, M. (2022b). "Attention please!": The dark side of dancers' personality. *Primenjena psihologija*, 15(1), 53-87.
- Vukadinović, M. (2022c). Dance as a medium of communication. Psychological and Social Aspects. In Clara Pracana & Michael Wang (Eds.), *Psychology applications & developments VIII* (pp. 79 - 89). Portugal: inScience Press.
- Vukadinović M. & Vitkay-Kuczera A. (2022). Aesthetic experience and singing voice. In Jonathan L. Friedman (Ed.), *Music in human experience: Perspectives on a musical species* (pp. 319 - 334). UK: Cambridge Scholars Publishing.
- Vukadinović, M. (2023a). The dance of hair – toward a more powerful performance. *Frontiers in Psychology*, 14:1214861.

- Vukadinović M. (2023b). Music and dance: The comparison between non-dancer's aesthetic experience and their Bodily sensations. *Psihološka istraživanja*, 26 (2), 69-297.
- Vukadinović, G. & Mitrović, D. (2020). *Uvod u teoriju i filozofiju prava*. Beograd: Dosije Studio.
- Vučković, Ž. (2007). *Estetika i kultura medija*. Novi Sad: "CEKOM" Books D. O. O.
- Zakay, D. (2014). Psychological time as information: The case of boredom. *Frontiers in Psychology*, 5, Article 917.
- Zamarovský, V. (1985). *Junaci antičkih mitova. Leksikon grčke i rimske mitologije*. Zagreb: Školska knjiga.
- Zickfeld, J. H. (2015). *Heartwarming closeness: Being moved induces communal sharing and increases feelings of warmth*. Master's Thesis. Oslo: University of Oslo.
- Žunić, D. (2004). *Vesela estetika*. Niš: Zograf.
- Yalom, I. D. (2017). *Becoming myself: A psychiatrist's memoir*. Basic Books.
- Walker, S. C. & McGlone, F. P. (2013). The social brain: neurobiological basis of affiliative behaviours and psychological well-being. *Neuropeptides*, 47, 379-393.
- Walmsley, B. (2011). Why people go to the theatre: a qualitative study of audience motivation. *Journal of Customer Behaviour*, 10(4), 335-351.
- Ward, C. V. (2002). Interpreting the posture and locomotion of *australopithecus afarensis*: Where do we stand? *American Journal of Physical Anthropology*, 35, 195-215.
- Warren, G. W. (1990). *Classical ballet technique*. University of Southern Florida.
- Whitehouse, M. S. (1979). C. G. Jung and dance therapy. Two major principles. U P. L. Bernstein (Ed.), *Eight Theoretical approaches in Dance/Movement therapy*. Dubuque, Iowa: Kendall/Hunt.

- Wassiliwizky, E., Jacobsen, T., Heinrich, J., Schneiderbauer, M., & Menninghaus, W. (2017). Tears falling on goosebumps: co-occurrence of emotional lacrimation and emotional piloerection indicates a psychophysiological climax in emotional arousal. *Frontiers in Psychology*, 8, 41.
- Wassiliwizky, E., Wagner, V., Jacobsen, T., Menninghaus, W. (2015). Art-elicited chills indicate states of being moved. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, 9, 405-416.
- West, J., Otte, C., Geher, K., Johnson, J., & Mohr, D. C. (2004). Effects of Hatha yoga and African dance on perceived stress, affect, and salivary cortisol. *Annals of Behavioral Medicine*, 28(2), 114-118.
- Whitmore, A. (2014). Bodies in dialogue: performing gender and sexuality in salsa dance. *Women and Language: Essays on Gendered Communication Across Media*, 137-150.
- Wilson, M. (2002). Six views of embodied cognition. *Psychonomic Bulletin Review*, 9(4), 625-636.
- Winkler, I., Fischer, K., Kliesow, K., Rudolph, T., Thiel, C., & Sedlmeier, P. (2017). Has it really been that long? Why time seems to speed up with age. *Timing & Time Perception*, 5, 168-189.
- Witek, M. A. G., Clarke, E. F., Wallentin, M., Kringelbach, M. L., & Vuust, P. (2015). Correction: Syncopation, Body-Movement and Pleasure in Groove Music. *PLOS ONE* 10(9):e0139409.
- Wolfson, N. (1994). ESSAY: Eroticism, Obscenity, Pornography and free Speech, *Brooklyn Law review*, 60(3), 1037-1067.

CIP – Каталогизација у публикацији
Библиотека Матице српске, Нови Сад

793.3:159.9

ВУКАДИНОВИЋ, Маја, 1977-

U potrazi za zadovoljstvom : psihološki značaj plesa i umetničke igre / Maja S. Vukadinović. – Novi Sad : Novosadski centar za istraživanje plesa i umetnost flamenka "La Sed Gitana" ; Sombor : Pedagoški fakultet, 2024 (Novi Sad : Boje). – 154 str. : fotogr. ; 21 cm

Tiraž 300. – Napomene i bibliografske reference uz tekst. – Bibliografija.

ISBN 978-86-901124-1-8

a) Плес – Психолошки аспект

COBISS.SR-ID 140313353