

ა. ვაგანოვა

კლასიკური სივრცის საფუძვლები

თარგმანი
ლილი გვარამაძისა

ფედეკაცია
19 თბილისი 40

მთარბმნელის წინასიტყვაობა

საქართველოს დედაქალაქ თბილისში უკვე რამდენიმე წელია არსებობს ქორეოგრაფიული სტუდია, სადაც ორასამდე მოწაფე სწავლობს. კლასიკური ცეკვის თეორიული სახელმძღვანელო სტუდიას არ მოეპოვება. ვაგანოვას წიგნი საუკეთესო სახელმძღვანელოა, როგორც მოწაფეთათვის, ისე პედაგოგთა თეორიული მომზადებისათვის. ეს წიგნი გარკვევით, მკაფიოდ და გასაგებად გადმოგვცემს კლასიკურ ვარჯიშობის, კლასიკური ცეკვის ამ ანბანის, სრულ სურათს, დაწყებული ელემენტარული არართული მოძრაობიდან ტექნიკისა და ვირტუოზობის უმაღლეს საფეხურამდე. კლასიკური ვარჯიშობა წარმოადგენს საფუძველს, რომელზედაც აიგება შემდეგ ცეკვის კომპოზიციები. კლასიკური ცეკვის მემკვიდრეობის კრიტიკულად ათვისება თანამედროვე დონეზე მდგომი კლასიკური ქორეოგრაფიის ტექნიკის ელემენტთა აღწერით და სისტემატიზაციით უნდა დაიწყოს. ე. ი. ვაგანოვას წიგნი ამ ამოცანის გადაწყვეტის პირველ ცდას წარმოადგენს. წიგნის მასალა აგებულია კლასიკური ვარჯიშობის გაკვეთილის ანალიზის პრინციპზე, დაწყებული ელემენტარული ცნებით (პოზიციები, plié, ძირითადი პოზები croisé და effacé ბრუნვა en dehors და en dedans) უფრო რთულ ბატმანამდე სხვადასხვანაირად ფეხის მობრუნებით (ronds de jambe), ატიტუდებით, არაბესკებით, ხტომით, წვივების გაკვრა-გამოკვრით და სხვ. ყველა ეს საცეკვაო ელემენტი, რომელიც კლასიკური ქორეოგრაფიის ანბანს შეადგენს, საფუძვლიანად განმარტებული და სისტემატიურად გადმოცემულია ა. ი. ვაგანოვას წიგნში, საჭიროა აღვნიშნოთ, რომ როგორც დედანში, ისე თარგმანში ნახმარია ფრანგული ტერმინოლოგია. ფრანგული ტერმინოლოგია ცეკვის ხელოვნებაში ისე საყოველთაოდაა მიღებული, როგორც იტალიური—ვოკალურ ხელოვნებაში, როგორც ლათინური ენა—მედიცინაში, ინგლისური—სპორტში. არ იქნებოდა მიზანშეწონილი ამა თუ იმ საცეკვაო მოძრაობის აღსანიშნავად გამოგვეძებნა ქართული სახელწოდება, როცა ამას განსაკუთრებული სიფრთხილით სჩადის თვით რუსული

ბალეტიც, რომელსაც 200 წელზე მეტი ისტორია აქვს და რომელიც უმთავრესად ფრანგული ტერმინოლოგიით სარგებლობს.

ფრანგული ტერმინოლოგიის საყოველთაოობა აიხსნება იმ დიდი ღვაწლით, რომელიც საფრანგეთის ხელოვნებას მიუძღვის კლასიკური ქორეოგრაფიის ჩამოყალიბების საქმეში.

ხელოვნების წარმოშობის წინასწარი პირობა იყო შრომის განაწილება. მარქსმა და ენგელსმა გვიჩვენეს ეს იმ მაგალითებით, რომლებიც ამოღებული იყო ისტორიიდან, დაწყებული ადამიანის პირველყოფილი მდგომარეობიდან ვიდრე ალორძინების ეპოქამდე. ფ. ენგელსმა თავის წიგნში „ოჯახის კერძო საკუთრებისა და სახელმწიფოს წარმოშობა“, რომელიც დაწყებული პირველყოფილი ბარბაროსობიდან თვით ცივილიზაციამდე გვიხატავს კაცობრიობის განვითარების ისტორიას, გვიჩვენა თუ როგორ მკიდროდ და მტკიცედ არის დაკავშირებული ხელოვნების წარმოშობა და განვითარება შრომით პროცესებთან. ცეკვა წარმოიშვა კაცობრიობის ისტორიის განთიადზე, როცა პირველად ყალიბდებოდა ადამიანთა საწარმო-შრომითი ურთიერთობა. პირველი ცეკვა გამოხატავდა ადამიანთა საზოგადოების შრომით პროცესებს. შემდეგში, გაიარა რა განვითარების ყველა საფეხური, ცეკვა ტანთსაყვარჯიშო ნაბიჯიდან, ნადირობის გამოსახვიდან და სარწმუნოების წესების შესრულების გაფორმებიდან, საფრანგეთსა და იტალიაში სასახლის გართობის ხასიათს იღებს. სასახლის ცეკვის ისტორია საფრანგეთში XVI საუკუნიდან იწყება. ფრანგული ტერმინოლოგია, თავის მხრივ, აიხსნება კლასიკური ცეკვის მასაზრდოვებელი სოციალური წრით. იგი ყალიბდება ფეოდალიზმის ნანგრევებზე მეფის მდიდრულ სასახლეში — ლუვრში. თავდაპირველად კლასიკური ცეკვა მხოლოდ დიდებულთა და კარისკაცთა პრივილეგიას წარმოადგენდა; ცნობილია, რომ XVII საუკუნეში ლუი XIV მონაწილეობას იღებდა ბალეტ „კასანდრაში“*. შემდეგ კლასიკური ცეკვა პროფესიანალურ მსახიობთა ხელობად იქცევა და მისი ფორმირება სასახლის ეტიკეტის ზოგიერთი ელემენტის ცეკვაში გადასვლის გზით ხდება, ეს ელემენტებია: რევერანსი, ცერემონიალური სვლა, მოკრძალებული სალაში, ფეხები იდგმება ქუსლების შიგშებრუნებით, „დაბალი წარმოშობის“ ადამიანთა შიგშებრუნებულ მუხლებთან განსხვავებით. აქედანაა სწორედ ცნება გადმობრუნებულისა, კლასიკური ცეკვის ამ „*conditio sine qua non*“-ისა.

* იხ. ი. ი. სოლერტინსკის წერილი: კლასიკური ცეკვა და მისი თეორია

რა ტქმა უნდა, საჭიროა აღინიშნოს, რომ კლასიკური ცეკვის ყველა მოძრაობა როდია შექმნილი სასახლეთა არისტოკრატიულ თეატრებში. XVI—XVIII საუკუნეებში pas de basques-ის, saut de basques-ის pas de bourrées-ს, ნაირსახეობა მიუყუთვნება კლასიკურ ცეკვათა მიერ ხალხური ცეკვებიდან გადმოღებულ მოძრაობათა რიცხვს. იმავე წყაროდან არიან წარმოშობილი კაბრიოლებისა და ანტრამას ნაირსახეობანი.

ფრანგული სკოლა აგებულია გრაციაზე, მოხდენილობაზე, მოძრაობის სინარჩარებზე, სულ სხვა სურათია იტალიაში, ადრე განვითარებულ სავაქრო კაპიტალიზმის ქვეყანაში. უკვე XVII საუკუნეში ცეკვა გამოდის მოყვარულობის, დილეტანტიზმის სტადიიდან და პროფესიონალი მსახიობების ხელოვნებად ხდება. პროფესიონალებს ქორეოგრაფიაში სხვა სოციალური წრიდან გადმოღებული ელემენტები შეაქვთ, მაგალითად, გლეხური წრიდან commedia dell' arte-ის დასების სოფლად მოგზაურობის შედეგად. ამას ამტკიცებს ზოგიერთი pas-ს სახელწოდება, მაგალითად, caliri-ole, იტალიური სიტყვა capriola-დან წარმოსდგება, რაც ნიშნავს თხას, შველს, entrechat (იტალიური სიტყვა capra intrecciata „შეკრული“ ან „შებოროკილი“ თხა). და მართლაც, ფეხების გადაჯვარებით პროფესიონალი მსახიობი ჰბაძავდა ფეხებშებოროკილი თხის გაქცევას. კლასიკური ქორეოგრაფია თავის მაღალ ტექნიკურ ვირტუოზობას იტალიურ სკოლას უნდა უმაღლდეს. ა. ი. ვაგანოვამ იტალიური სკოლის ელემენტების შემოქმედებითი ათვისების ბრწყინვალე მაგალითი გვიჩვენა.

რუსეთში ბალეტი ისახება XVIII საუკუნეში, მაგრამ ჯერ კიდევ XIX საუკუნის პირველ ათეულ წლებში ბალეტის მსახიობნი უცხოელები არიან. ბალეტის დამდგმელი ავტორები არიან XVIII საუკუნის უდიდესი ბალეტმეისტერისა და თეორეტიკოსის ნოვერის ფრანგი მოწაფეები — საზღვარგარეთელი მოცეკვავენი, რუსეთში საგასტროლოდ ჩამოდიან. ფრანგმა ქორეოგრაფებმა ჟიულ-ჟოზეფ პერომ და მარიუს პეტიპამ ხელი შეუწყვეს კლასიკური ქორეოგრაფიის საბოლოო დანერგვას რუსეთში; განსაკუთრებით უკანასკნელმა, რომლის მოღვაწეობაც მთელ ეპოქას განსაზღვრავს რუსული ქორეოგრაფიის ისტორიაში.

XX საუკუნის დასაწყისში რუსულ ბალეტს წამყვანი როლი უკავია ევროპაში. ეს მდგომარეობა მტკიცდება ფოკინის ბალეტების უდიდესი წარმატებით პარიზში. ანა პავლოვას, კარსავინას, ნიჟინსკის სახელები ცნობილია მთელი მსოფლიოსათვის. 1914 წლის იმპერიალისტური ომის წინა

წლებში რუსულმა ბალეტმა მსოფლიო სახელი მოიხვეჭა. რუსული ქორეოგრაფიის წარმატებასთან ერთად შესამჩნევი ხდება კლასიკური ბალეტის სრული რღვევის პროცესი დასავლეთში. დასავლეთის სამრეწველო და ფინანსიურმა ბურჟუაზიამ ვერ შესძლო კლასიკური ცეკვის მემკვიდრეობის ათვისება და იგი ან სრულ გადაგვარებას განიცდის, ან იყინება და მუზიკჰოლისა და ვარიეტეს გავლენით ჰყარგავს სტილს. ეს გადაგვარება ყბადალებულ *girls*-ის გამოსვლებში ნათლად მჟღავნდება.

სულ სხვანაირი ბედი ხვდა წილად კლასიკურ ცეკვას საბჭოთა კავშირში. ვ. ი. ლენინისა და ი. ბ. სტალინის მითითებებმა და პარტიის პოლიტიკამ, ძველი კულტურის მემკვიდრეობისადმი მზრუნველობითმა მოპყრობამ, უზრუნველჰყვეს ძველი რუსეთის ყველა თეატრალური, მათ შორის ქორეოგრაფიული ღირებულების შენარჩუნება. საბალეტო ხელოვნება, არისტოკრატიის გასართობი წარსულში, დღეს მილიონიან მასებისათვის ხელმისაწვდომ და საყვარელ სანახაობად გადაიქცა. მშრომელი მაყურებლის სიმპატია ბალეტისადმი მეტად დიდია და შეცდომა იქნებოდა მისი შეუფასებლობა. კლასიკური ცეკვის საფუძველზე ხდება საბჭოთა ქორეოგრაფიის შექმნის ცდები. საბჭოთა სინამდვილის პირობებში კლასიკურ ცეკვას თავისი შინაარსი აქვს; ყოველი ბალეტი გარკვეულ იდეოლოგიურ საფუძველზეა აგებული. ცეკვის სიუჟეტური გააზრება, საცეკვაო სახის სტრუქტურა მეტყველებს იმის შესახებ, რომ ბალეტი სრულფასიანი ხელოვნებაა, რომელიც იკვებება რა ხალხური შემოქმედების უღრმეს საწყისებიდან, საგნებით ეხმატებილება ჩვენს დროს.

ქ მდიდარია ქართული ხალხური ქორეოგრაფიის საგანძური; ქართულმა საცეკვაო შემოქმედებამ 1937 წ. დეკადაზე მოსკოვში პარტიისა და ხელისუფლების ხელმძღვანელების და წითელი დედაქალაქის მშრომელთა დადებითი შეფასება დაიმსახურა. დიდია ქართული ცეკვის შემდგომი განვითარების შესაძლებლობა. და უნებურად ისმება საკითხი: შესაძლებელია თუ არა ქართული კლასიკის შექაანა, ქართული ცეკვის შემდგომი განვითარება კლასიკის ელემენტების საფუძველზე?

ცნება „ბალეტის კლასიკა“ არანაკლებ პირობითია, ვიდრე თვით ცეკვის ფორმა. კლასიკური ცეკვა როდია გაყინული ფორმა; იყენებს რა ხალხური ცეკვის ელემენტებს, იგი ამ ელემენტების შემოქმედებით გადამუშავებას ახდენს. კლასიკა დამაჯერებლად შეეხამება ნაციონალურ ცეკვას, რადგან კლასიკური ცეკვის მოძრაობათა ფორმირებაში დიდი როლი შეასრულა

ხალხურმა ცეკვამ (იხილეთ ზემოთ) და მისთვის დამახასიათებელმა რეალისტურმა ელემენტებმა. გასული საუკუნეების მანძილზე ხალხური ცეკვა ამდიდრებდა კლასიკური ბალეტის სახეობის საშუალებებს, ანახლებდა მის ფორმებს და შინაარსს. კლასიკა ძლიერი იარაღია საცეკვაო მეტყველებისა, კლასიკა ბალეტის მსახიობის ფიზიკური აღზრდის ყველაზე სრულქმნილი სისტემაა, და მასთან ერთად შესრულების სტილი; სტილი, რომელიც მუდამ იცვლება და უმჯობესდება. ამხანაგ სტალინის მიერ მოყვანილი ანთეოსის სახე, რომელიც წარმოადგენს ხალხთან, მასთან განუწყვეტელი კავშირის სიმბოლოს—ბევრ რასმეს გვეუბნება ჩვენც, ხელოვნების მუშაკებს, ჩვენთვის ცხადია, რომ კალმის, ფუნჯის, სცენის ჩვენი ოსტატები, „ისევე, როგორც ანთეოსი, ძლიერნი არიან იმით, რომ კავშირი აქვთ თავის დედასთან, მასებთან, რომლებმაც ისინი შობეს, გამოჰკვებეს და გამოზარდეს“. ჩვენი ხელოვნება ცდილობს, რაც შეიძლება მთლიანად მოენახუროს მშრომელებს, შეჰქმნას ნამდვილი ხალხური ნაწარმოებნი. ამ სიტყვის სრული მნიშვნელობით. არსებობს აზრი, რომ ხალხურობის მთელი დედაარსი ხელოვნებაში ისაა, რომ გამოყენებულ იქნას ხალხური მოტივები, სიმღერები, ცეკვა, ფოლკლორი უცვლელად მისი პირველიყოფილი სახით. ფიქრობენ აგრეთვე, რომ ბალეტური პირობითობის შეზღუდვა ეთნოგრაფიულ ცეკვასთან შეუძლებელია. ეს აზრი შემცთარია.

ხალხური ცეკვა, თავისი ფოლკლორული უტყუარობით ქორეოგრაფიულ სპექტაკლში გადატანილი, იფიქება და წმინდა ჟანრულ, ყოფაცხოვრების აღწერილობის ხასიათს იღებს. იქმნება ან დივერტისმენტი „ნამდვილი ფოლკლორული ცეკვისა“ (უკეთეს შემთხვევაში), ან უსიცოცხლო, სცენიურად გაუმართლებელი სიარული სცენაზე. „რა“ ხომ მკდროდაა დაკავშირებული „როგორ“-თან და თუ შეუსაბამობა შეიქმნა იმის შორის, რასაც უჩვენებენ და როგორ უჩვენებენ, მაშინ ამსრულებელთა სურვილის წინააღმდეგ აუცილებლად იშლება და მახინჯდება სცენიური სახე.

მოცეკვავე ქალი, რომელიც იძულებულია ქართულ ბალეტში შეზღუდოს თავისთავი მხოლოდ ხალხური საცეკვაო სვლით და დაემორჩილოს ეთნოგრაფიულ კანონს, რაც მას უკრძალავს ცერებზე დადგომას და სხვა საცეკვაო მოძრაობის გამოყენებას—ვერ შესძლებს შეჰქმნას ნამდვილი სცენიური სახე, რადგან იგი იძულებულია უარი სთქვას ცეკვის მრავალფეროვან მეტყველ საშუალებათა გამოყენებაზე. ცერებზე დამდგარი მოცეკვავე ქალი ანხორციელებს ესთეტიკურ პირობითობას, რომლის გარეშეც არ შეიძ-

ლება საბალეტო თეატრი. ამ აზრს იზიარებს საბჭოთა თეატრალური კრიტიკა.

ეპეს გარეშეა, რომ საჭიროა ქართული ხალხური ცეკვის გამოყენება მისი თეატრალიზებული განვითარებისა და გამდიდრების გზით, იმისათვის, რომ შეიქმნას ქართული ქორეოგრაფიული სპექტაკლი. ბალეტის კლასიკა და ხალხური ცეკვა გაამდიდრებენ ერთმანეთს და გამოარკვევენ თავისუფალი და მშვენიერი ქართული ცეკვის შემდგომი განვითარების გზებს.

რადგან რამდენიმედ ავცდი საკითხს, კვლავ მინდა დაუბრუნდე ა. ი. ვაგანოვას ნაშრომს. ამ წიგნის მნიშვნელობა განისაზღვრება არა მარტო ავტორის უდიდესი არტისტული გამოცდილებით, არამედ ნაყოფიერი პედაგოგიური მოღვაწეობითაც ლენინგრადის საბალეტო სასწავლებელში. შეიძლება ყოველგვარი გადაჭარბების გარეშე ვთქვათ, რომ ჩვენი კავშირის ყველა გამოჩენილი მოცეკვავე ქალი ა. ი. ვაგანოვას კლასის მოწაფეა.

ჩვენი დამსაბურებელი ოსტატების შემოქმედებითი გამოცდილების ათვისება და გაზიარება საბჭოთა თეატრალური პრაქტიკის ერთერთი პირველხარისხოვანი ამოცანაა. ქორეოგრაფიის დარგში ვაგანოვას წიგნი ღირსეულად სწევებს ამ ამოცანას. საბჭოთა კავშირში კლასიკურ ქორეოგრაფიის უდიდესი ოსტატის ვაგანოვას წიგნი ძვირფას სახელმძღვანელოს წარმოადგენს, როგორც პედაგოგებისათვის ისე მოსწავლეათათვის.

ლილი გვარამაძე

სსს რესპუბლიკის დამსახ. მსახიობი

ა ზ ტ ო რ ი ს ა ზ ა ნ

რამდენიმე განმარტებითი სიტყვა იმის შესახებ, თუ რა ხერხს მიემართავ აზრის გადასაცემად.

უპირველეს ყოვლისა ფრანგულ სახელწოდებათა შესახებ, რომელიც მიღებულია კლასიკური ცეკვის ცნებათათვის. როგორც მე დიდი ხანია აღვნიშნავდი, ამ თემაზე დისკუსიების დროს, ფრანგული ტერმინოლოგია არ უნდა გვაშინებდეს და მასთან ის აუცილებელია, რადგან ინტერნაციონალურია. ჩვენთვის ის იგივეა, რაც ლათინური მედიცინაში. იტალიელი ჩეკეტი, რომელიც ინგლისში მოღვაწეობდა თავისი სიცოცხლის უკანასკნელ წლებში, სარგებლობდა ამ ტერმინოლოგიით, რაც უცხო ენის ტერმინოლოგია იყო მისთვის და მისი მოწაფეებისათვის. ამ ტერმინოლოგიით სარგებლობენ გერმანელები, ერთი სიტყვით ის აბსოლუტურად საერთაშორისოა და მიღებულია ყველგან.

თუმცა ახლავ უნდა შევიტანო ზოგიერთი შესწორება:

ყველა ჩვენი სახელწოდება როდი ემთხვევა ფრანგების მიერ მიღებულ სახელწოდებებს. უკვე დიდი ხანია, რაც ჩვენი ცეკვა ვითარდება ფრანგული სკოლის დამოუკიდებლად. ბევრი სახელწოდება გამოვიდა ხმარებიდან, ზოგიერთი სახე შეცვლილია და, ბოლოს, ზოგიერთი ახალი სახელწოდებაა შემოღებული ჩვენი ტექნიკუმის მიერ. მაგრამ ყველა ეს ვარიანტებია საერთო და საერთაშორისო ცეკვითი ტერმინოლოგიის სისტემისა.

იმ განყოფილების გეგმაში, სადაც აწლერილია კლასიკური ცეკვის ფორმები, მე ვიხმარე, ჩემის აზრით, ხელსაყრელი თანამიმდევრობა მკითხველისათვის, რომელსაც სურს გაეცნოს კლასიკურ ცეკვას საერთოდ. ამიტომ მე შევაერთე აღწერა შემდეგი საერთო

სახეცნებათა მიხედვით: ბატმანები, ხტომები, ტრიალი და ა. შ.,— იმ წესით, რომელიც არ შეეფერება სრულებით მეცადინეობის წესს, მაგრამ მთელი მასალის სისტემატიზაციის საშუალებას გვაძლევს. წიგნის ყველა თავში ჯერ აღწერილია ადვილი ფორმის პა, ხოლო შემდეგ უფრო სრულქმნილი და ძნელ ფორმაში, ასე რომ პროფესიონალი-მკითხველი ადვილად იპოვის მისთვის საჭირო ცნობებს.

ვისაც სურს გაეცნოს გაკვეთილის თანამიმდევრობას, ჩემს მიერ მიღებულ პათა კომბინაციებს და ა. შ. ამ ცნობებს მიიღებს გაკვეთილის აგებულების განყოფილებაში და თანდართულ მაგალითებში.

სხვადასხვა პას აღწერის დროს მე ვამბობ, რომ წინ სდგას ან იწყებს მოძრაობას მარჯვენა ფეხი და ყოველთვის როდი ვაფრთხილებ, რომ შეიძლება დაწყება მარცხენა ფეხითაც. მე ამას ვაკეთებ სიმოკლისათვის, რომ გადატვირთული არ იყოს ყოველი აღწერა ზედმეტი ფრაზებით. მაგრამ, რასაკვირველია, უნდა ზუსტად გვახსოვდეს, რომ ეს კეთდება გადმოცემის გასაადვილებლად და სხვა მიზანი არა აქვს.

აგრეთვე მე ვცდილობ არ გავიმეორო ერთხელ გადმოცემული ხერხის აღწერა, როდესაც ის ჩვენ გვხვდება სხვა პას აღწერის დროს. მკითხველი, რომელიც შეხვდება უცნობ გამოთქმას, მოსძებნის ამ ტერმინს ალფაბეტურ საძიებელში და წაიკითხავს მის აღწერას ნაჩვენებ ადგილას.

უმეტეს შემთხვევაში მე ვაძლევ პას აღწერას მის სრულ ფორმაში, შუადარბაზში, მკლავების თანდართვით; თუ შესაფერ ნახატზე პა დახატულია ძელთან, მკლავების დამატება ადვილად შეიძლება ტექსტის მიხედვით.

ტანის მობრუნების ხარისხის აღსანიშნავად მე ვიღებ აღნიშვნის ხერხს სტეფანოვის „Alphabet des mouvements du corps humain“-იდან, მაგრამ ვაძლევ მის სქემას უფრო საერთო ახსნაგანმარტებას, როგორც ამას შერება ჩეკეტის.

ჩეკეტის მოწაფეების—ბიუმონტის და იდზიკოვსკის მიერ მისი მეთოდის აღწერილობაში (Beaumont C. W. and Idzikowski

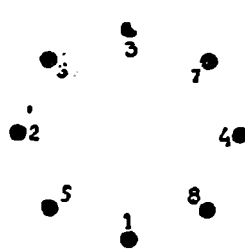
Stanislav. A. Manuel of the theory and practice of classical theatrical Dancing (Méthode Cecchetti) London, 1922.

მე ვიპოვე მეტად ხელსაყრელი სქემა მოძრაობის მიმართულების აღნიშვნისათვის საერთოდ, გარდა ტანის და სხეულის ნაწილების მობრუნებისა. ჩეკეტი აღნიშნავს ციფრებით 1, 2, 3, 4 კლასის, სცენის და საერთოდ ყველა სადგომის (სადაც შეიძლება ცეკვა) კუთხეებს და ციფრებით 5, 6, 7, 8 მისი კედლების შუაგულს. მე უფრო ხელსაყრელად მიმაჩნია ნუმერაციის გამოცვლა და გამოვიმუშავე შემდეგი სქემა:

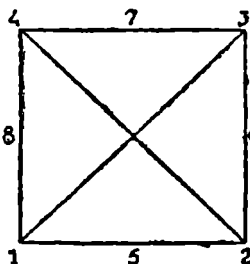
1—რამპის შუაგული, 2—კუთხე მარჯვნივ წინ მოცეკვაისაგან, 3—შუაგული მარჯვენა კედლისა და ა. შ. (ნახ. 1. 3.) სტეფანოვის წიგნის საშუალებით ჩვენმა სკოლამ შეისწავლა ანატომიის ხერხი—გაზომვა მკლავების და ფეხების განზე გაწევის ზარისხისა, იმ კუთხეების გრადუსების აღნიშვნით, რომელთაც ჰქონიან მკლავები და ფეხები სხეულის ვერტიკალური ღერძის მიმართ. ჩვენ ვსარგებლობთ ამ აღნიშვნით ფეხებისათვის და ვამბობთ საერთოდ ფეხის განზე გაწევაზე 45°, 90°, 135°, თუმცა ყველა კერძო შემთხვევაში, რასაკვირველია, შეიძლება კუთხის ოდენობა იყოს მეტი, ან ნაკლები სხეულის ინდივიდუალური აგებულების მიხედვით. სხვა სიტყვებით „90°“ მუდამ არ უდრის მათემატიკურად 90°—ეს პირობითად აღნიშნავს ფეხის აწევის ჰორიზონტალურ მდგომარეობას, როცა ფეხის ცერი თედოს სიმაღლეზეა.

მე დიდხანს ვცოყმანობდი, ავიღო თუ არა ანატომიიდან და ბიომექანიკიდან სხეულის ნაწილების დასახელება, მათი ზუსტი ტერმინოლოგია, რაც მოკლედ და სხარტად აღნიშნავს მკლავის, ფეხის, სხეულის მიმართულებას და მდგომარეობას სივრცეში. ბოლოს მე უარყავი ეს აზრი რადგან ვიცი. რომ ამ დასახელებას მეტად ნაკლებად ხმარობენ მოცეკვავეთა წრეში. რამდენიც არ უნდა გავაფრთხილო ჩემს წინასიტყვაობაში მკითხველი, რომ ისეთ სიტყვებს, როგორც—თეძო, წვივი, მხარბეკი, წინამხარი, ფრონტალური სივრცე და ა. შ. მე ვიხმარ მათი ანატომიურ მნიშვნელობით,—მე მაინც არასდროს არ ვიქნები დარწმუნებული, რომ მკითხველი სწორედ ასე გამოიგებს და არ მისცემს ამ სიტყვებს სრულებით თვითნებურ ცხოვრებაში მიღებულ ყოველდღიურ მნიშვნელობას.

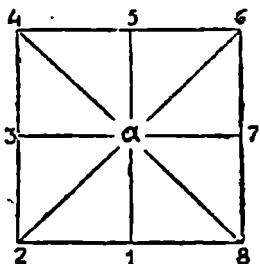
ამიტომაც მე შეგნებით დაუშვებ ფრაზის დაუზვეწელობას და უპირატესობას ვაძლევ ყოველთვის ასეთ გამოთქმებს: „ფეხის ზედა ნაწილი თქოდან მუხლამდე“, „ფეხის ქვემო ნაწილი მუხლიდან ფეხის ცერამდე“ და ა. შ. ტექსტი მძიმეა, მაგრამ თავიდან აცილებულია გაუგებრობის შესაძლებლობა.



მაცურებელი
1



მაცურებელი
2



მაცურებელი
3

ნახ. 1

კლასის გეგმა: 1—სტეფანოვის; 2—ჩეკეტის; 3—ვაგანოვას.

გაკვეთილის აბეზულება

ზევრჯერ მომინდება მითითება, თუ როგორ უნდა მიეუღ-გეთ ცალკეულ პას თანდათანობით შესწავლას, დაწყებული მისი სქემატიური ფორმით და დამთავრებული გამომეტყველ ცეკვით.

ასეთივე თანდათანობა ახასიათებს ცეკვის მთელი მეცნი-ერების დაუფლებასაც, დაწყებული პირველი ნაბაჯებიდან სასცენო ცეკვამდე.

თვით გაკვეთილი ერთბაშად როდი იშლება მთელი თავისი მოცულობით. გაკვეთილი შეიცავს: ვარჯიშს ძელთან, შემდეგ ვარჯიშს შუა დარბაზში, ადაეიოსა და ალეგროს.

ბავშვები, რომლებიც იწყებენ სწავლას, თავდაპირველად აკეთებენ ვარჯიშს ძელთან და შუადარბაზში მშრალი ფორმით, ყოველგვარი ვარიაციების გარეშე.

შემდეგ ვაწყებთ მარტივ კომბინაციებს ძელთან, რასაც ბავშვები გაიმეორებენ შუადარბაზში. სწავლობენ ძირითად პოზებს; შემდეგ ადვილ ადაეიოს, რთული კომბინაციების გარეშე, რაც მიმართულია მხოლოდ მყარი მდგომარეობის მოსაპოვებლად.

სირთულეს ჰქმნიან ფიგურები, რომლებშიც შეტანილია მკლავების მოძრაობა და ამნაირად, თანდათან მივალწევთ კომ-ბინირებულ, რთულ ადაეიოს.

ყოველი მოძრაობა, რომელიც ჩემს მიერ ქვემოთ მარტი-ვად აღწერილი უნდა შესრულდეს ნახევარ თითებზე. დასას-

რულ ადაჯიოს კომბინაციებში, შეაქვთ ხტომები, რითაც მოწაფეები საბოლოოდ ეუფლებიან ოსტატობას.

ადაჯიოს შესწავლით მოწაფეები ითვისებენ ძირითად პოზებს, ტანისა და თავის მობრუნებას. ადაჯიო დაწყებული უმარტივესი მოძრაობით, წლების განმავლობაში უსასრულოდ რთულდება და სახეს იცვლის. უკანასკნელ კლასებში სიძნელენი ერთმეორეს მისდევენ. ამ რთული კომბინაციების შესრულებისთვის, მოწაფეები საფუძვლიანად უნდა იყვნენ მომზადებული წინა კლასებში. იმათ იმდენად უნდა ჰქონდეთ გავარჯიშებული ტანი და შემუშავებული აპლომბი, რომ ახალი დიდი სიძნელეების წინაშე არ დაიბნენ. ამგვარი გართულებული ადაჯიო ანვითარებს ტანის მოქნილობას და სიკქვიტეს. როდესაც ჩვენ ალეგროში დიდ ხტომებს შევხვდებით, მაშინ აღარ დაგვეკარგება დრო ტანის დაუფლებაზე.

ალეგროზე მსურს შევჩერდე და ხაზგასმით აღვნიშნო მისი განსაკუთრებული მნიშვნელობა; ალეგროშია ჩასახული ცეკვითი ხელოვნება, მთელი მისი სირთულე და მომავალი ოსტატობის საწინდარი. ცეკვა მთლიანად ალეგროზეა აგებული.

ადაჯიო ჩემთვის არ არის საკმარისად მაჩვენებელი. მოცეკვავე ქალს ამ შემთხვევაში ვაჟი შევლის, სცენიური მოქმედების დრამატიულობა, ან ლირიზმი და სხვ. მართალია, ახლა ადაჯიოში შეტანილია ბევრი ვირტუოზული სიძნელე, მაგრამ ეს უმთავრესად დამოკიდებულია ვაჟის ხერხიანობაზე. სულ სხვა საქმეა ვარიაციის შესრულებით შთაბეჭდილების მოხდენა: აი, სწორედ აქ გამოჩნდება ცეკვითი განათლება. მაგრამ არა მარტო ვარიაციები, არამედ ცეკვების უმრავლესობა, როგორც სოლო, ისე მასიური ხასიათის ცეკვები, აგებულია ალეგროზე; ყველა ვალსი, ყველა კოდა, ყველაფერი ეს ალეგროა.

და თუ მივიხედოთ უკან, ჩვენ დავინახავთ, რომ აქამდე ყველაფერი მხოლოდ მომზადება იყო ცეკვისათვის, ხოლო როცა ჩვენ მივუახლოვდებით ალეგროს, აი სწორედ აქ ვიწყებთ ცეკვის შესწავლას. მხოლოდ აქ ჩვენს წინ გამოაშკარავდება კლასიკური ცეკვის მთელი სიძნელე და სირთულე. სიხარულით შეპყრობილი ბავშვები ცეკვავენ და ხტიან. მაგრამ მათი ცეკვა და ხტომა სიხარულის, მხოლოდ ინსტიქტური გამომჟღავნებაა, რომ ეს სიხარული ხელოვნებად გადაიქცეს, მიეცეს მას სტილი და მხატვრულობა, საჭიროა ეს სიხარული გარკვეულ ფორმაში ჩამოყალიბდეს, და ეს გაფორმება იწყება ალეგროს შესწავლის დროს.

როდესაც მოწაფეს ფეხები უკვე სწორად აქვს დაყენებული, შეუძლია მათი გადმობრუნება (გადაშლა), როცა გამაგრებული და განვითარებულია ტერფი, მიღწეულია ტერფის ელასტიურობა და გამაგრებულია კუნთები, მაშინ შეიძლება ალეგროს დაწყება. ვარჯიშობას იწყებენ ხტომით, რომელიც სრულდება იატაკიდგან ორივე ფეხის არეკნით, *temps levé* და *changement de pied*—ხტომის გასაადვილებლად მოწაფეს ავარჯიშებენ ძელთან. მოწაფე დგას პირისახით ძელისკენ და უჭირავს იგი ორივე ხელით.

შემდეგ ჩვეულებრივად ასრულებენ თავის სტრუქტურით საკმარისად რთულ ხტომას *assemble*-ს, და ამ ტრადიციას მეტად ღრმა და დამაჯერებელი საფუძველი აქვს.

Assemble—აიძულებს მოწაფეს თავიდანვე სწორად აამუშაოს ყველა კუნთი. დამწყები მოწაფისთვის ძნელია მისი შეთვისება. ამ მოძრაობის ყოველ მომენტს საჭიროა გულდასმით გაეწიოს კონტროლი. ეს სპობს კუნთების მოდუნების, მოშვების ყოველგვარ შესაძლებლობას. მოწაფე, რომელმაც შეისწავლა *assemble*-ს, სწორი შესრულება, არამც თუ შეისწავლის

ამ მოძრაობას, არამედ ალეგროს სხვა მოძრაობის შესრულებასაც შესძლებს. სხვა მოძრაობა მისთვის ბევრად უფრო ადვილი გახდება, ამასთანავე მას არ ექნება არავითარი ხალისი აღნიშნული მოძრაობა მოშვებულად შეასრულოს, რადგანაც ტანი სწორად აქვს დაყენებული და გამტკიცებული პირველი მოძრაობის შესწავლისთანავე.

ბავშვს, რომელიც იწყებს სწავლას, უხდება რომელიღაც პირველი ძირითადი სიძნელის გადალახვა, და შემდეგ ყველაფერი ადვილად წავა. როდესაც ბავშვი სწავლობს წერას და „ჯოხებით“ მთელ გვერდებს ავსებს, მისთვის მეტად ძნელია შემდეგ „რგოლების“ წერა. ამ რგოლების შეთვისების შემდეგ ყველაფერი უფრო ადვილად მიდის. ასეთივე გარდატეხას აქვს ადგილი *assemble-ს* შეთვისებისას. ბევრად უფრო ადვილი იქნებოდა შევასწავლოთ ბავშვს *balancé-ს* გაკეთება, მაგრამ როგორ უნდა შევავსებინოთ მას ტანის სწორად დაკავება და კუნთების მართვა? უნებლიეთ, ამ მოძრაობის სიადვილის გამო ფეხები მოდუნდება, მოეშვება და *assemble-ს* გადმობრუნება არ იქნება მიღწეული.

Assemblé-ს სიძნელენი მიზანს პირდაპირ აღწევს. *Assemblé-ს* შემდეგ შეიძლება გადასვლა *glissade-ზე*, *jeté-ზე*, *échappé-ზე*, *pas de basque-ზე*, *balancé-ზე*, რომლის შემოღება არ არის სასურველი მანამდე, სანამ კუნთები საკმარისად არ გავარჯიშებულია ძირითად ხტომებში და ხტომას არა აქვს მოცემული სწორი საფუძველი.

შემდეგ, როდესაც მოწაფე შეისწავლის *jeté-ს*, უკვე დასაშვებია გადასვლა ხტომებზე ცალი ფეხით (როცა ფეხი რჩება ხტომის შემდეგ *sur le cou-de-pied*) და *sissonne ouverte-ზე* სხვადასხვა მხარეს.

ერთდროულად შეიძლება pas di ხორრე-ს გავლა; თუმცა ეს მოძრაობა კეთდება უშუალოდ იატაკზე, მაგრამ საჭიროა, რომ ამ მოძრაობის შესრულების დროს ვგრძნობდეთ მტკიცედ დაყენებულ ფეხებს.

განვითარების ამ სტადიაში მოწათეს უკვე შეიძლება მიეცეთ რომელიმე ადვილი ცეკვა.

უფროს კლასებში გადიან ურთულეს ხტომებს, ჰაერში დაყვნებით, როგორცაა, მაგალითად, saut de basque, მათში ყველაზე ძნელი—კაბრიოლი—ავიერგვინებს ალეგროს შესწავლას.

ვიმეორებ, ალეგროზე მე ვრცლად ვსაუბრობ, ვჩერდები მასზე, რადგან ალეგრო—საფუძველია, მასზედ არის დაყრდნობილი მთელი ცეკვა.

უფროს კლასებში, როცა საჭიროა გაკვეთილის სულ უფრო-დაუფრო გართულება, ყველა მოძრაობის შესრულება შეიძლება en tournant, ტრიალით. დაწყებული მარტივ, battement tendu-დან და დათავებული ადაჟიოსა და ალეგროს ყველა რთულ მოძრაობით, ყველა ეს მოძრაობა სრულდება en tournant, რათა მიეცეს უფრო ძნელი ვარჯიში უკვე განვითარებულსა და მძლავრ კუნთებს.

არავითარ მტკიცე სქემებსა და არავითარ მტკიცე ნორმებს გაკვეთილების აგებისათვის მე არ ვიძლევი. ეს ისეთი დარგია, რომელშიც გადამწყვეტ როლს თამაშობს მასწავლებლის გამოცდილება და გულისხმიერება. მით უმეტეს ჩვენს დროში, ახალი ცხოვრების მჩქეფარე მშენებლობის პერიოდში. ცხოვრება დღეს თეატრშიც, რომლის ტემპებს არაფერი საერთო არა აქვს ძველი თეატრის ტემპებთან, როცა შეიძლებოდა განსაზღვრული და გამოზომილი დავალების მიცემა მოცეკვავე მსახიობებისთვის და მოსწავლეებისთვისაც. მაგრამ წინათ ყოველი მსახიობი, ან მოწათე გამოდიოდა წარმოდგენებში სამ-

ჯერ, ოთხჯერ თვეში, ახლა 12 და მეტი წარმოდგენა — ჩვეულებრივი მოვლენაა. აქ აუცილებელია დიდი სიფრთხილე.

თუ რომელიმე კლასს, ან მოცეკვავეთა ჯგუფს ემჩნევა დაღლილობა, თუ ვიცით, რომ ისინი გადატვირთულნი არიან მუშაობით — ზოგჯერ ორი კვირის განმავლობაში, ვაძლევ მათ გაკვეთილების დროს მხოლოდ ადვილ სამუშაოს და მოწაფეებს ძალიან ფრთხილად ვამაცადინებ. მაგრამ აი, რალაც შემსუბუქება მოხდა, მუშაობა შემცირდა, ან რალაც შემთხვევამ გააცხოველა ენერგია, გრძნობ ენერგიის დაძაბულობის მეტ შესაძლებლობას, მაშინ გაკვეთილები ხდება დაძაბული, ესარგებლობ დროით და ვართულებ გაკვეთილებს. ერთი სიტყვით, ფრთხილად უნდა მოეპყრო მუშაობის პირობებს, რომ გაკვეთილმა სარგებლობის მაგივრად ზიანი არ მოიტანოს. თუ მე მიკარნახებენ რომელიმე პროგრამას, მე მინდა მისი არა მარტო შესრულება, არამედ გადამეტებით შესრულება. მაგრამ ჩემი მოვალეობაა — გავითვალისწინო ჩემი მოწაფეების დატვირთვა და ანგარიში გაეღწიო სინამდვილეს.

ამავე პრინციპით უნდა ვიხელმძღვანელოთ იმ მოწაფეების მიმართაც, რომელთაც მიცემული აქვთ საწარმოო მუშაობა. ჩვენი მოწაფეები, როგორც სტუდენტები ქარხანაში, აჟმჯობესებენ თავიანთ ცოდნას პრაქტიკით თეატრში. აქაც გარკვეული ნორმების დადგენა შეუძლებელია. დადგმის მოთხოვნილების მიხედვით, მოწაფეები ზოგჯერ აკეთებენ სცენაზე იმას, რაც ჯერ კლასში არ შეუთვისებიათ და რაც აღემატება მათი კლასის პროგრამას. ამ დარგში შეუძლებელია რაიმე აკრძალვების და რაიმე მშრალი წესების დადგენა. თეატრი უყენებს თავის მოთხოვნილებას სკოლას, რომლის დაკმაყოფილება არ მიაყენებს ზიანს მოწაფეებს, თუ აქაც მასწავლებელი გამოიჩენს სიფრთხილეს და თავის მოწაფეების ცოდნას. ის რაც კლასში ერთის-

თვის ძნელია, მეორესთვის ადვილია, ბალეტმეისტერი ამ სა-
კითხში უნდა ემყარებოდეს მასწავლებლის დაკვირვებას და ჩა-
აბას მოწაფეები მუშაობაში მასწავლებლის მითითებათა მი-
ხედვით. თუ მოწაფეთა პრაქტიკას სცენაზე გავატარებთ მშრა-
ლად, მხოლოდ პროგრამის მიხედვით, ამით შეიძლება შევა-
ფერხოთ მათი მხატვრული განვითარება და ნიჭიერთა ინდივი-
დუალობის ზრდა.

ვაკეთებ რეზუმეს: ჩემი აზრით შეუძლებელი და მავნებელია
გაკვეთილების რაიმე შეურყეველი სქემების მოცემა; ეს ისეთი
საქმეა, რომელიც თხოულობს აბსოლუტურ ინდივიდუალიზა-
ციას და მრავალი პირობების გათვალისწინებას.

ამასვე ვიტყვი მსახიობის მუშაობაზე, მის ყოველდღიურ
გაკვეთილზე და წარმოდგენისთვის მზადებაზე. ეკზერსისს
უნდა მიუდგეთ ისე, როგორც ცხოვრებაში ჩვენ მივუდგებით
ჩვენს მკურნალობას. ჩვენ ვღებულობთ ექიმის დარიგებას, მაგ-
რამ ყველამ უნდა იცოდეს, როგორ გამოიყენოს თავისთვის ეს
დარიგება, როგორ მოირჩინოს თავი.

მოცეკვავეთა შორის ძალიან გავრცელებულია ფეხების პრო-
ფესიული დაავადება, ეს გარემოება იწვევს ეკზერსისის კომ-
ბინირებას თავისთვის სხვა წესით, იმ მიზნით, რომ რაც შეიძ-
ლება უკეთესად ამუშავდეს დაავადებული ადგილი, სანამ იგი
არ „გახურდება“ და შესაძლებელი გახდება უმტკივნელოდ მუ-
შაობის გაშლა და წარმოდგენის წაყვანა.

ზედმეტად არ მიმაჩნია ალვიარო, რომ მოცეკვავეთა შორის
გავრცელებული აზრი, ზაფხულის სიცხეში მეცადინეობის სარ-
გებლიანობის შესახებ, მე სამართლიანად მიმაჩნია. დაბეჯითებით
ვურჩევ ჩემს მოწაფეებს არ შესწყვიტონ ზაფხულში ყოველ-
დღიური ეკზერსისი. ამ მოკლე თვეებში შეიძლება დიდი წარმა-
ტების მიღწევა, რაც მოვარჯიშეთ შემჩნეული აქვთ თავის-

თავზე. ეს მით არის გამოწვეული, რომ სხეული სიცხის დროს განწყობილია კუნთებისა და იოგების მუშაობისთვის. თქვენ არ გიხდებათ დროს დაკარგვა იმისთვის, რომ „გაახუროთ“ ფეხები, რადგან ისინი უკვე „გახურებული“ არიან. გაკვეთილის წინ, უფრო მეტ ამთვისებლობას იჩენენ და მეტად ვითარდებიან, ყოველი ვარჯიშის შედეგად. ამის გარდა შეიძლება დაუყოვნებლივ სერიოზული მუშაობის დაწყება, რომელიც კარგ გავლენას ახდენს იოგების განვითარებაზე და სახსრების მოქნილობაზე.

მე დავკმაყოფილდები რამდენიმე ზოგადი მითითებებით, წიგნის ბოლოში კი მკითხველი იპოვნის ჩემი გაკვეთილის ნიმუშს, რომელიც განკუთვნილია უფროსი კლასების მოწათფათისთვის.

ყოველდღიური ეკზერსისი სწავლების პირველი წლიდან და სასცენო მოღვაწეობის გათავებამდე შესდგება ერთი და იგივე მოძრაობისაგან. მართალია, პირველი წლის ბოლოს მოწათფე ჯერ არ აკეთებს ეკზერსის მთლიანად, მაგრამ პატარა ბავშვიც, რომელიც იწყებს მეცადინეობას, აკეთებს იმავე მოძრაობებს, რომელიც შემდეგში შეევა მოცეკვავის მთლიან ეკზერსისში.

ეს მოძრაობები შემდეგია (მხოლოდ სწავლების პირველი წლისათვის—სხვა თანამიმდევრობით).

ეკზერსისი იწყება პლიედან ხუთ პოზიციაზე.

აქ მე ცოტა შეეჩერდები. ის გარემოება, რომ პლიეს შესწავლას იწყებენ პოზიციების რიგის მიხედვით, ესე იგი I პოზიციიდან, არ არის შემთხვევითი და უსაფუძვლო ტრადიცია. თუმცა გამოთქმული იყო აზრი, რომელიც თხოულობდა პლიეს დაწყებას II პოზიციიდან, მაგრამ მე ამას ვერ დავეთანხმები. პლიეს შესრულება II პოზიციაზე ადვილია, თუ მას უხალისოდ ასრულებენ, მაგრამ პლიეს სწორად შესწავლა I-ლ

პოზიციანზე უფრო ადვილია. როცა თქვენ დგებართ I-ლ პოზი-
ციანზე, თქვენი მდგომარეობა ნაკლებად მყარია, თქვენ უნდა
მოიკრიბოთ ძალა, რომ ეცადოთ და არ ასცდეთ იმ ვერტიკალურ
ღერძს, რომლის გარშემოც შენდება მოცეკვავის მთელი წონა-
სწორობა. ეს გაიძულებთ შეიკავოთ კუნთები, ჩაჯდომის დროს
არ გამოსწოთ ღუნღულები, მთელი ტანი კონცენტრირებულია,
ფიგურის მდგომარეობა სწორია, ამრიგად ყველა პლიესათვის
მოცემულია საფუძველი. ამას უფრო ძნელად მივალწევდით II პო-
ზიციანზე, უფრო დაწინაურებულ მოწაფეებთანაც. მით უმეტეს
სახიფათოა ეს ახლად დამწყებ ბავშვებისათვის—ისინი ადვილად
შეიჩვევიან კუნთების მოშვებას, მოღუნებას, ჩვენ კი ვცდილობთ
მივალწოთ მთელი ტანის შეკავებას ფეხების გამართვის დროს
დაწყებითი demi-plié-სთვის (ნახევარ ჩაჯდომა).

პლიე-ს შემდეგ მიდის battements tendus. Battement tendu-მ
უნდა შეასწავლოს მოწაფეებს დაწყებული უმცროსი კლასებიდან
ფეხების ისეთი საიმედო და მკვიდრი გადმობრუნება, რომ შემ-
დეგში ბატონების დროს ფეხებმა თვითონ მიიღონ მტკიცე და
სწორი პოზიცია. მაშინ აღარ იქნება გასწორების დრო. ამი-
ტომ თავიდანვე სავალდებულოა მოვითხოვოთ, რომ ფეხი იდგ-
მებოდეს წესიერად და მკვიდროდ V პოზიციანში. სწორი V
პოზიცია მხოლოდ ასე შეიძლება გაუჯდეს მოცეკვავს სისხლსა
და ხორცში.

Battement tendu-ს შემდეგ იქნება: rond de jambe par-ter-
re, battement fondu, battement frappé, rond de jambe en
l'air, petit battement, développé, grand battement jeté.

ყველა ეს მოძრაობა შეიძლება კომბინირებული, გართულე-
ბული იქნას კლასის მასწავლებლის მიდგომის და მეთოდის მი-
ხედვით, რომელსაც ის იყენებს კუნთების, სახსრებისა და ორ-
გების განვითარებისთვის.

მე მივეუთითებ მხოლოდ, რომ უმცროს კლასებში არ არის საჭირო ბავშვებისათვის სხვადასხვა კომბინაციები. ეკზერსისი შეიძლება იყოს მოსაწყენიც თავის ერთფეროვნებით, თუმცა ამ ერთფეროვანების დარღვევა შეიძლება მოძრაობის გაკეთებით სხვადასხვა ტაქტით (თვლით) $1/2$, $1/4$. თვლის შეცვლა საჭიროა, რომ ბავშვებმა მექანიკურად არაფერი არ გააკეთონ და მუსიკას უკდონ ყური. ამ კლასებში საფუძველი ეყრება კუნთების განვითარებას, სახსრების ელასტიურობას, პირველი მოძრაობის შესწავლას. ყველა ამას მივალწევთ ერთიდაიგივე მოძრაობის ზედიზედ რამდენიმეჯერ სისტემატიური განმეორებით, მაგ.: სჯობს ერთი მოძრაობის გაკეთება რვაჯერ ზედიზედ, ნაცვლად რვა მუსიკალურ ტაქტში ორი-ოთხი კომბინაციის შესრულებისა. გაფანტული და მცირერიცხოვანი მოძრაობანი ვერ მიაღწევენ მიზანს. უნდა ვიყოთ სავსებით დარწმუნებულნი, იმაში, რომ მოწაფემ მთლიანად დაამუშავა მოძრაობა, რომ მოძრაობას შეასრულებს სწორად ყველა კომბინაციაში და რომ გაკვეთილის გართულება ზიანს არ მოიტანს. წინააღმდეგ შემთხვევაში, ჩვენ შეიძლება განვაკითხოთ მოწაფეში მოსაზრების უნარი. მაგრამ ფეხებში დარჩება მოშვებულობა და არც ერთი მოძრაობა არ იქნება შეთვისებული ბოლომდე.

ერთი სიტყვით, თუ დავაკისრეთ ბავშვებს ზედმეტი პოზი-
ორობა, რაც მოძრაობის ტექნიკურ დამუშავებას ზიანს მიაყენებს, მათი განვითარება ძნელად წავა წინ. საშუალო კლასებში (V და VI) დასაშვებია კომბინაციები, მაგრამ დიდის სიფრთხილით. არ უნდა დავივიწყოთ, რომ ამ საშუალო კლასებმა უნდა შეიმუშაონ ის დიდი ძალა, რომელიც საჭიროა მოცეკვავისთვის და რომელიც მისცემს მას საშუალებას უფროს კლასებში მთელი ყურადღება მიაქციოს ცეკვითი სწავლის განვითარებას.

უფროს კლასებში ეკზერსისი ძელთან დროის მიხედვით უფრო მოკლე გვეჩვენება, მაგრამ ეს მცდარი შთაბეჭდილებაა. უფროს კლასებში ყოველდღიურად ასრულებენ იმავე ეკზერსისს, რასაც უმცროს კლასებში. განვითარებული ტექნიკის გამო, შესრულება ჩქარი ტემპით ხდება და ამიტომ მოითხოვს ნაკლებ დროს, მაგრამ ამ მოკლე დროშიაც კუნთებს ანიჭებს საჭირო ელასტიურობას.

ეკზერსისი, რომელიც შუა ადგილას სრულდება, შედგენილია მოძრაობის იმავე სახეებისგან, რომელთაც ასრულებენ ძელთან, შემდეგ გადადიან ადაჯიოზე და ალეგროზე.

აქ საჭიროა ერთი ზოგადი ხასიათის შენიშვნა.

რევოლუციის შემდეგ ჩვენი სკოლის საშოსწავლო დროის განაწილებაში მოხდა მთელი რიგი ცვლილებები, რაც გამოწვეული იყო ახალი მიზანდასახულობით; ყველაფერი ეს მოითხოვს მომავალი საბჭოთა მსახიობებისგან ფართო გონებრივ განვითარებას, მრავალმხრივობას თავისი სპეციალობის დარგში. მიუხედავად იმისა, რომ შემცირებულია ის ვადა, რომლის განმავლობაში შესწავლილი უნდა იქნას კლასიკური ეკზერსისი, მოწაფეები დროულად ითვისებენ პროგრამას და ეუფლებიან ტექნიკას. მე ამას ვხსნი იმით, რომ სკოლიდანვე ჩვენ ვაძლევთ საშუალებას მოწაფეებს შეამოწმონ თავიანთი შესაძლებლობა, არა მარტო გაკვეთილებზე, არამედ პატარა პრაქტიკის დროს საბალეტო წარმოდგენებში მონაწილეობით და აგრეთვე სკოლის წარმოდგენებში. მოწაფეები არ გრძნობენ მოწყვეტილობას თავისი მომავალი არტისტიული ცხოვრებიდან; ბავშვობიდანვე ისინი ეცნობიან, თუ რა შეიძლება და რა უნდა გამოიტანონ გაკვეთილიდან და ამიტომ მეცადინეობენ ბეჯითად და შეგნებულად.

არა ნაკლები მნიშვნელობა აქვს იმ ზოგად განვითარებას, რომელსაც გვაძლევს ახლა ჩვენი სკოლა. ზოგადი პროგრამა არ შეიძლება შევადაროთ რევოლუციის წინაპროინდელ პროგრამას, როგორც ზოგადი განათლების საგნებში, ისე სპეციალურ საგნებშიც.

ჩემს დროში ხალხურ ცეკვებს თითქმის არ ასწავლიდნენ, იმათ ითვისებდნენ ცეკვითი ნომრების შესრულების დროს. ხალხური ცეკვების ეკზერსისი დეტალურად დამუშავებულია უკვე რევოლუციის შემდეგ ა. ვ. შირიაევის მიერ, რომელმაც ისარგებლა ხალხური ცეკვების სისტემატიზებული მოძრაობებით და ამით მეტად გაადვილა მუშაობა ამ დარგში.

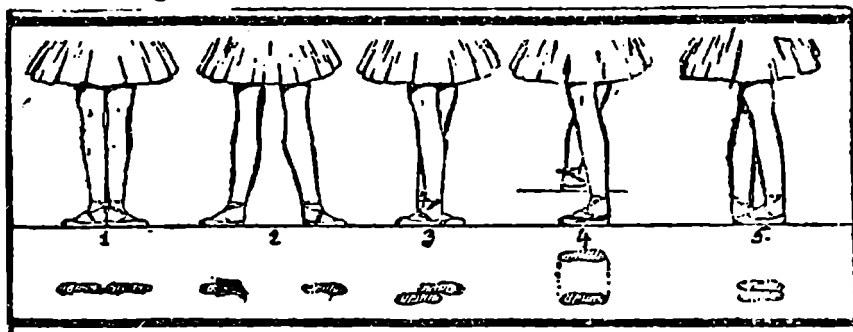
მე არ ვლაპარკობ იმისთანა საგნებზე, როგორიც არის თეატრის ისტორია, ცეკვის ისტორია და სხვ. ჩემს დროში ამას არ გვასწავლიდნენ, რადგან საჭიროდ არ სთვლიდნენ, მოცეკვავის საბალეტო მოღვაწეობისათვის, თეორიულ მომზადებას.

კლასიკური სკოლის შორიგები

1. ძირითადი სწავლება

პოზიციები. Positions des pieds

ფეხების ეს ხუთი დასაწყისი მდგომარეობა ყველასთვის ცნობილია. ხუთი იმიტომ, რომ დიდი სურვილიც რომ გქონდეთ ვერ იბოვით. ისეთ მეექვსე მდგომარეობას გადმოვხსენებულ ფეხებისათვის, საიდანაც შეიძლება აღვიღოთ და მოხერხებულად მოძრაობა. არსებობს უკუღმა პოზიციები (მდგომარეობანი), („les fausses positions“), როცა ფეხის ცერი იყურება შიგნით. არსებობს ფეხების გარდამავალი მდგომარეობა ამათუ იმ მდგომარეობათა შორის, მაგრამ ნამდვილი მოსახერხებელი მდგომარეობა, რომელთაც უწოდებენ „les bonnes positions“ — ხუთია.



ნახ. 2. Positions des pieds

მკითხველთათვის, რომელთაც არ იციან ცეკვა, მომყავს მდგომარეობის (პოზიციების) აღწერა.

I. ორივე ტერფი დგას ერთ სწორ ხაზზე ქუსლი ქუსლთან.

II. იგივე, როგორც პირველი მხოლოდ ქუსლებს შუა ერთი ტერფის მანძილია.

III. ორივე ტერფი ეხება ერთმანეთს (გადმობრუნებულად) ქუსლებით და ერთი მეორის უკან ნახევარი ტერფით დგას.

IV. იმგვარია, როგორც მეხუთე მდგომარეობა, მაგრამ ერთ-ერთი ფეხი წაწეულია წინ, ან უკან იმავე მდგომარეობაში, დაშორებულია მცირე ნაბიჯის მანძილით ერთმანეთისგან.

V. ორივე ტერფი დგას ისე, რომ მთლიანად ეკვრის ერთმანეთს, ასე რომ ერთი ტერფის ქუსლი ეხება მეორე ფეხის ცერს.

ჩაჯდომა. Plié

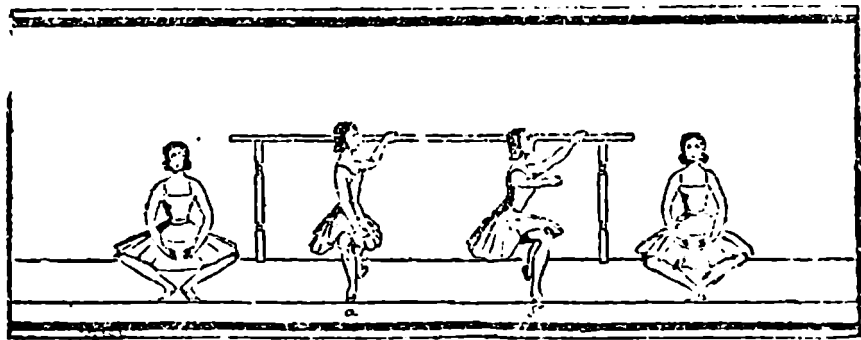
ჩვეულებრივი ფრანგული სახელწოდებაა, ფეხთა იმ მდგომარეობისთვის, რომელსაც ჩვენ ქართულად ჩაჯდომას ვუწოდებთ. ჩაჯდომას ვაკეთებთ ხუთ პოზიციაზე; თავდაპირველად ჩაჯდომას ვაკეთებთ ნახევარი ზომით — demi-plié, — მერე გადავდივართ დიდ ანუ მთლიან ჩაჯდომაზე — grand plié, — მაგრამ მხოლოდ მაშინ, როდესაც კარგად გვაქვს შესწავლილი ნახევარ ჩაჯდომა — demi-plié.

ჩაჯდომა ახასიათებს ყველა ცეკვით მოძრაობას, იგი გვხვდება თვითნებულ ცეკვით მოძრაობაში და ამიტომ მას განსაკუთრებული ყურადღება უნდა მივაქციოთ. Exercice-ის შესრულების დროს, თუ მოცეკვავს არა აქვს ჩაჯდომის უნარი მისი შესრულება მშრალია, მკვეთრია, არაპლასტიური. თუ პლიეს ნაკლოვანება შეეჩინება მოწაფეს, ამ ნაკლის გამოსწორება შედარებით ადვილია. მოწაფეს შეუძლია დაამუშაოს პლიე, თუ ყურადღებას მიაქცევს ეკზერსისის ამ ნაწილს. იმათ, ვინც უხვად დაჯილ-

დრეგებულა ნიჭით ბუნებისგან აქილესის ქუსლი ძალიან მოქნილი აქვთ და ფეხი ადვილად ჰქმნის ტერფთან ერთად მასვილ კუთხეს. ზოგი კი ძლივს ზნექს. ამ შემთხვევაში უნდა დაიწყოს ბრძოლა მოწაფის ბუნებრივ ორგანიზაციასთან, აქ აუცილებელია დიდი სიფრთხილე და თანდათანობა. ამიტომაც, თუ პირველ ხანებში მოწაფეს, რომელსაც უჭირს პლიე, ასტკივდება ფეხები და განსაკუთრებით სახსრები, სჯობია დროებით პლიეს შესწავლის გადადება და რამდენიმე ხნის შემდეგ კვლავ მისი დაწყება ფრთხილად და თანდათანობით.

პლიეს შესწავლის დროს უნდა დავიცვათ ქვემოთ ნაჩვენები წესები. შესრულების დროს არ უნდა დავივიწყოთ სხეულის სიმძიმის ორივე ფეხზე განაწილება. პლიეს შესწავლას ისე, როგორც მთელ ეკზერსისის შესწავლას იწყებენ ძელთან ერთი ხელის მასზე დაყრდნობით.

1) ჯერ კარგად უნდა იქნას შესწავლილი demi-plié, რომელსაც ასრულებენ ქუსლის აუწველად იატაკიდან. ამას უნდა



I პოზიცია

II პოზიცია

III პოზიცია

ნახ. 3. დიდი ჩაჯდომა: ა—სწორი ხერხი; ბ—არასწორი ხერხი

მიექცეს დიდი ყურადღება, რადგან სწორედ ქუსლის იატაკზედ დაყრდნობა მშვენიერად ანვითარებს ტერფისა და მუხლის სახსრებს და მყესებს.

2) როგორც demi-plié-ს დროს, ისე დიდი პლიეს დროს, მეტად მნიშვნელოვანია მუხლების ძლიერი გაშლა, ე. ი. მთელი ფეხის სავსებით გადმობრუნება და ამავე დროს ყურადღება უნდა მიექცეს მალა ნაწილს ბარძაყიდან მუხლამდე. მუხლი მოხრილია მუდამ ტერფის ცერის მიმართულებით.

3) რაც შეიძლება დიდხანს უნდა გვექონდეს დაყრდნობილი ქუსლები იატაკზედ დიდი პლიეს დროს. როცა უკვე შეუძლებელია ფეხის მყესების შემდგომი გაკიმვა, უნდა მოაშოროთ ქუსლები იატაკს, მაგრამ არა უცბად, წაკერით, არამედ რბილად, თანდათანობით. იატაკიდან აწეული ქუსლების დიდხანს გაჩერება ამ მდგომარეობაში არ შეიძლება. ქუსლების აწევდაწევა უნდა სრულდებოდეს შეუწყვეტლივ, ყოველგვარი დაყოვნების გარეშე.

4) II მდგომარეობის (პოზიციის) დროს ქუსლებს არ აცილებენ იატაკს, რადგან ამ მდგომარეობაში შეიძლება, ღრმად ჩაჯდომა ქუსლების იატაკზე დაყრდნობით. ფეხები უნდა გავშალოთ ერთი ტერფის მანძილზე. მე ვარ ძველებური ტრადიციის მომხრე. ასეთ პატარა მანძილზე ფეხების გაშლა მეტად ხელს უწყობს მათი მოქნილობის განვითარებას. მაგრამ ამ პლიეს დროს დუნდულები არ უნდა გამოვაშვიროთ წინ, რადგან ამით არა სწორი ფორმა ეძლევა მოძრაობას და არ შემუშავდება თქმოს საკმარისი გადმობრუნება, რასაც უნდა მივალწიოთ ამ პლიეთი.

5) როცა მიაღწევთ ჩაჯდომის საბოლოო წერტილს, არ უნდა შეჩერდეთ ქვევით არც ერთ წუთს და მაშინვე უნდა დაიწყოთ გასწორება. თუ „ჩაჯდებით“ პლიეზე, თქვენ არამც თუ არ

შეიმუშავებთ კუნთების ენერგიას და მთელი ფეხის ზამბარია-
ნობას (пружинисты) არამედ შეიძენთ ხტომის ამ ბერკეტების
მოღუნებას, რასაც მოცეკვავეები უწოდებენ „ფეხებზე ჯდომას“
(посадить себя на ноги). ასევე სახიფათოა ზოგიერთი ინდი-
ვიდუალისთვის პლიეს ზედმეტ რაოდენობით შესრულება. ამი-
თაც შეიძლება „ფეხებზე დაჯდომა“.

6) ჩაჯდომას უკანასკნელ წერტილამდე უნდა მოვუნდეთ
იმდენივე ხანს, რამდენსაც ვუნდებით ადგომას და უნდა ვა-
კეთოთ თანაბრად.

როცა პლიეს აკეთებთ შუა დარბაზში მას თან დაერთვის
მკლავების შემდეგი მოძრაობები: სანამ დაიწყებდეთ ჩაჯდომას,
უნდა გაშალოთ მკლავები თანახმად საერთო წესისა—შეას-
რულოთ მოსამზადებელი I-ლი პოზიცია და მიიღოთ II პო-
ზიციის მდგომარეობა. როცა იწყებთ ჩაჯდომას, ხელები უნდა
ოდნავ ასწიოთ ზევით და მკლავები ჩაუშვათ ძირს. როცა ჩაჯდომა
მიალწევს თავის საბოლოო წერტილს, ხელები შეერთდება, როცა
ადიხარათ ზევით, უნდა გაშალოთ მკლავები პირველი პოზიციის
შესრულებით II პოზიციის მდგომარეობის ნიუებით, ისეთივე
თანდათანობით, როგორც მოძრაობენ ფეხები, არც დაყოვნებით
და არც აჩქარებით.

ასეთია მკლავების მოძრაობა ყველა პოზიციისთვის, გარდა
IV პოზიციისა.

IV პოზიციისთვის ერთი მკლავი I-ლ პოზიციაზე უნდა
დააყენოთ, მეორე—II პოზიციაზე, effacé ან croisé, მათი საერ-
თო მდგომარეობის მიხედვით, და ამ მდგომარეობაში უნდა
დაეტოვოთ მკლავები ჩაჯდომის შესრულების განმავლობაში.

შემდეგში, როცა შეისწავლით მკლავების მოძრაობას, შეიძ-
ლება გააკეთოთ ეს ჩაჯდომა port des bras-ით.

მომავალი არტისტიულობის პირველი ნიშანი უნდა შეტანილ იქნას ბავშვისა და დამწყების გაკვეთილში. მოწაფე იწყებს მეცადინეობას ფეხების მოძრაობებით en face-ის მდგომარეობაში მანამდე, სანამ ის არ შეეჩვევა ეკზერსისის შესრულებას, ტანის უძრავად დაკავებით. ამას მოწაფე აღწევს ხოლმე პირველი წლის ბოლოს. მაშინ უკვე მეცადინეობაში შეიძლება შევიტანოთ ტანის ზოგიერთი რხევები და მშრალ ეკზერსისის მიეცემა მომავალი არტისტიულობის ერთგვარი ელფერი.

I და II პოზიციების თვისებაა—მდგომარეობა en face და ეს პოზიციები ასევე რჩება. მაგრამ III და V პოზიციებს აკეთებენ უკვე მხარის მობრუნებით; თუ მარჯვენა ფეხი ღვას წინ, მარჯვენა მხარი უნდა მოვაბრუნოთ წინისკენ და თავი—მარჯვენისკენ, IV პოზიციაში შესაძლებელია ორნაირი ბრუნვა, თუ მას გავაკეთებთ croisé-ს მდგომარეობაში, მაშინ მარჯვენა მხარე წინისაკენაა და თავი მარჯვენისაკენ. თუ effacé-ს მდგომარეობაა



ნახ 4. ნახევარ ჩაჯდომა IV პოზიციაზე და სრული ჩაჯდომა V პოზიციაზე.

—მარჯვენა ფეხი იქნება წინ, წინისკენ მოვაბრუნებთ მარცხენა მხარეს და თავს—მარცხნისკენ (ნახ. 4). ამრიგად სწავლის დაწყებისთანავე შეგვყავს ძირითადი თვისება კლასიკური ცეკვისა, რომელიც მთლიანად აგებულია *croisé*-ზე და *effacé*-ზე. აქედან კი ის იღებს თავისი ფორმების სიმდიდრეს, რომელიც ასე სრულად არ გაიფურჩქნებოდა, თუ ჩვენ გვექნებოდა მხოლოდ ერთი მოსაბეზრებელი და ერთფეროვანი მდგომარეობა — *en face*.

ცნებანი. *Croisé* და *Effacé*

როცა ჩვენ ვლაპარაკობდით *épaulement*-ზე, ჩვენ შევეხეთ კლასიკური ცეკვის ამ ორ ძირითად ცნებას და ავლენიშნეთ მათი მნიშვნელობა ცეკვის ფორმების მრავალფერიანობისა და სრულყოფის განვითარებისთვის. აქ მე განვიხილავ *croisé*-ს და *effacé*-ს პოზის ძირითად ტიპებს..

პოზა. *Croisé*

Croisé ნიშნავს გადაჯვარედინებას; და ფეხების გადაჯვარედინება არის სწორედ მისი ძირითადი თვისება (ნახ. 5). პოზა *croisé* შეიძლება შესრულდეს წინ და უკან. *Croisé* წინ: თქვენ დგებართ მარცხენა ფეხზე, მარჯვენა უნდა გამოდგათ წინ გაკიმული თითებით. ტანი მიაბრუნოთ *face*-ით წერტილ 8-საკენ (ნახ. 1—3), თავი მარჯვნისკენ. მარცხენა ხელი უნდა ასწიოთ ზევით III პოზიციაში, მარჯვენა გაშალეთ II პოზიციაში. ეს არის *croisé* წინ-ის, ძირითადი მოძრაობა, მაგრამ მკლავები და თავი შეიძლება იყოს კომბინაცია ქმნილი სხვადასხვანაირად.

წარმოვიდგინოთ, რომ თქვენ მარჯვენა მკლავი ასწიეთ მაღლა და მარცხენა გაშალეთ II პოზიციაზე, რომ ეს მოძრაობა

ბოლომდე დასრულებული იყოს, თქვენ შეგიძლიათ დახაროთ თავი წინ და გაიხედოთ მარჯვენა მკლავის ქვეშ.

შეიძლება აგრეთვე მკლავები იმავე მდგომარეობაში დატოვოთ, როგორც პირველ შემთხვევაში, თავი კი მოაბრუნოთ მარცხნივ და გაიხედოთ მარცხენა მკლავის ქვეშ; ახედოთ ზევით მარცხენა ხელს, ამისათვის თავი ცოტა უკან უნდა გადახაროთ. მზერის მიმართულების ამ შეცვლასთან ერთად უნებლიეთ შეიცვლება სახის გამომეტყველებაც. თუ წინა მდგომარეობაში დახრილი თავი შეკუმშავს სახის ნაკვეთებს, პირიქით ზევით ახედვა, თავის მალა აწევა გაშლის სახის ნაკვეთებს, სახის გამომეტყველება უფრო მკაცრია, უფრო შთაგონებულია. ძალიან სასურველია რაც შეიძლება ადრე შევიტანოთ ცეკვაში სახის გამომეტყველების ცვლილებები, რომ შემდეგში მოცეკვავს არ ჰქონდეს აღბეჭდილი სახეზე ერთი და იგივე გამომეტყველება, ან ღიმილი. ერთსაც და მეორესაც ჩვენ ვხვდებით სცენაზედ ძალიან ხშირად.

Croisé უკან: დადებით მარჯვენა ფეხზედ ზედატანის და თავის იმავე ბრუნვით; მარცხენა ფეხი გაჭიმული თითებით-უკან.



ნახ. 5. Croisé უკან. Croisé წინ. Effacé წინ Effacé უკან

Croisé-ში წინ ძირითადი დგომისათვის მაღლა უნდა აგვე-
წია წინ წაწეული ფეხის მოწინააღმდეგე მკლავი, აქ კი აიწევა
იმავე მხრის მკლავი ფეხის შესაბამისად, ე. ი. მარცხენა მკლავი
ზევით, მარჯვენა განზე, თავი-მარჯვნივ.

აქაც შეიძლება სხვადასხვანაირ კომბინაციაში იყოს თავი
და მკლავები. მაგალითად, მარჯვენა მკლავი ზევით, მარც-
ხენა-განზე, ტანი წაწეული წინ, თავი დახრილი, მარჯვენა
ხელის ქვეშ გახედვით. შეიძლება ერთი მკლავის აწევა ზევით,
მეორის მოღუნვა 1-ლ პოზიციაში და ა. შ.

პოზა Effacé

ამ პოზაში croisé-ს საწინააღმდეგოდ ფეხები გაშლილია.
(ნახ. 5).

Effacé წინ: დადექით მარცხენა ფეხზე. მარჯვენა გაშლილია
წინ გაქიმული თითებით, სხეული დგას face-ით წერტილისკენ 2
(ნახ. 1, 3). თავი მარცხნივ, მარცხენა მკლავი III პოზიციაში
ხოლო მარჯვენა II პოზიციაში, ტანი გადახრილია უკან. ეს
ძირითადი პოზაა.

მაგრამ შეიძლება ტანის დახრა წინ და მარცხენა ხელის
ქვეშ გახედვა. შესაძლებელია სხვა კომბინაციებიც, მაგ.: ხე-
ლები შეიძლება გავშალოთ გარეთკენ და ა. შ.

Effacé უკან: დადექით მარჯვენა ფეხზედ, მარცხენა—გაქი-
მული თითებით უკან, ფეხის ცერი მიმართულია წერტილი-
საკენ 6 (ნახ. 1—3). თავის, მკლავების და ტანის მიმართულება
იგივეა, მაგრამ ტანი ოდნავ დახრილია და ამიტომ დგომა
გაფრენის შთაბეჭდილებას სტოვებს. აქაც შესაძლებელია სხვა
და სხვა კომბინაციები.

En dehors. ცნებით en dehors განისაზღვრებიან ბრუნვითი მოძრაობები, რომელნიც მიმართულია „გარეთ“. ყველამ, ვინც სწავლობს ცეკვას, ეს ცნება და მისი მოპირდაპირე—en dedans, უნდა შეისწავლოს სწავლის დაწყებიდანვე. ის ელემენტარული ახსნა, რომელსაც მე აქ ვიძლევი, დანიშნულია იმისათვის ვინც სრულებით არ იცის ცეკვა და რომელთაც სურთ გაერკვიონ ამ ცნებებში და აგრეთვე მასწავლებელთათვის იმ მოზრდილებთან მეცადინეობის ჩასატარებლად, რომელთაც უძნელდებათ en dehors და en dedans-ის გაგება, თუ მათ არ უსწავლიათ წინაღ ცეკვა.

ავიღოთ პირველი მაგალითი en dehors, რომელიც შეხედება მოწაფეს დასაწყისშივე. ეს არის—rond de jambe par terre (იხ. აღწერილობა გვ. 44). აქ ჩვენ არ ვხვდებით არავითარ სიძნელეს; ფეხი მკაფიოდ მოძრაობს გარეთკენ, მოხაზავს წინ რკალს, გადადის II პოზიციაზე და უკან.

Rond de jambe en l'air en dehors-ის გაგება გაცილებით უფრო ძნელია. ახალ მოწაფეს აბნევს ის გარემოება, რომ ფეხი ამოტყორცნილი II პოზიციაზე, მოძრაობის დასაწყისში მიემართება ნახევარწრის მიმართულებით თითქოს შიგნით და გადის წრის უკანა ნახევარს.

მე ვახერხებდი გაკვეთილის დროს სწრაფად და კარგად ამეხსნა rond de jambe en l'air-ის მიმართულება იმ მოწაფესთვის, რომელსაც ეს მოძრაობა არ ესმოდა. მე წინადადებას ვაძლევდი მას წარმოედგინა rond de jambe en l'air—იატაკზე. თუ ფეხი წრის ყველა ნაწილებში მიდის იგივე მიმართულებით, როგორც rond de jambe par terre en dehors-ის დროს, — მაშინ ჩვენ გვაქვს rond de jambe en l'air en

dehors-იც. მაშინ მოწაფე ადვილად გაიგებს, რომ ჰაერში (en l'air) ის დაასრულებს მოძრაობით გარეთკენ მაშინ, როცა იატაკზე (par-terre) მოძრაობით გარეთ ის იწუებს, მაგრამ ორივე შემთხვევაში en dehors შეხედება წრის წინა ნაწილი. რომ ავხსნათ ცნება en dehors, ბრუნვებში (tour) და საერთოდ ტრიალში, თავისი ვერტიკალური ღერძის გარშემო, ყველაზე მარტივი და ელემენტარული ახსნა იქნება ყველაზე გასაგებიც. თქვენ ბრუნავთ en dehors, როცა ბრუნავთ ფეხიდან ე. ი. თუ დგებართ მარცხენა ფეხზე და ბრუნავთ მარჯვნივ—ბრუნვა იქნება გარედან (en dehors), და პირიქით.

En dedans. საწინააღმდეგო ცნება—ბრუნვა შიგნით, rond de jambe-ისთვის განმარტება ანალოგიურია, მხოლოდ შეიცვლება მიმართულება. Tour-ის დროს ბრუნვა ხდება ფეხისაკენ, რომელზედაც დგებართ, ე. ი. თუ დგებართ მარცხენა ფეხზე—ბრუნვა იქნება მარცხნივ, და პირიქით. როცა შეითვისებთ ამ ძირითად ცნებებს, en dehors და en dedans, პირველად მოძრაობებში,



ნახ. 6. ბრუნვა.

En dehors en dedans
მარჯვენა ფეხით

En dehors en dedans
მარცხენა ფეხით

უფრო რთულ შემთხვევებში თქვენ უკვე ადვილად გაერკვევით, რადგან მათში ყოველთვის შედის *roul de jambe*-ის და *tour*-ის (ბრუნვის) ელემენტები.

En dehors-ის ცნებით აღინიშნება აგრეთვე ფეხის გადაბრუნებული მდგომარეობა, რომელიც მიღებულია კლასიკურ ცეკვაში, რადგან ფეხების გადაბრუნებაზე ზოგიერთები, რომელთაც სრულებით არ იციან კლასიკური ცეკვა გამოსთქვამენ ძალიან ბევრ მცდარ აზრებს. მე შეეჭირდები მისი წარმოშობის გამორკვევაზე უფრო ვრცლად და ამისათვის მოვიხმარ ანატომიას. ფეხების გადაბრუნება—ანატომიური იუცილებლობაა, ყოველი სცენიური ცეკვისათვის, რომელიც უნდა შეიცავდეს ყველა იმ მოძრაობას, რომელთა შესრულება შეიძლება ფეხების საშუალებით, მხოლოდ შეუძლებელი იქნებოდა თუ არ გადავებრუნებდით ფეხებს. ფეხების გადაბრუნება მდგომარეობს იმაში, რომ მუხლი უნდა გადმოებრუნდეს გარეთ უფრო მეტად ვინემ ეს მას სჩვევია. მასთან ერთად გადმოებრუნდება გარეთ ტერფიც; ეს ამ მოძრაობის შედეგია და ნაწილობრივ დამხმარე მოძრაობაც. ხოლო ბრუნვის მიზანია—ფეხის ზედა ნაწილის თეძოს ძვლის მობრუნება. ამ მობრუნების შედეგად მოიპოვება მოძრაობის თავისუფლება თეძოს სახსარში, ფეხს უფრო თავისუფლად გასწევთ განზე და გადააჯვარედინებთ. ნორმალურ მდგომარეობაში ფეხის მოძრაობა შეზღუდულია მენჯ-თეძოს სახსრის აგებულობით. როცა ფეხს გასწევთ განზე თეძოს ყელი შეეჯახება სატაბუხეს ნაპირს და შემდგომი მოძრაობა შეუძლებელია. თუ მოვებრუნებთ ფეხს გარედან (*en dehors*),—დიდი ციბრუტი გადადის უკან, და სატაბუხის ნაპირს შეეხება ბარძაყის ყელის გვერდითი, ბრტყელ ზედაპირს. ამის შედეგად შესაძლებელი ხდება გავსწიოთ ფეხი განზე 90° და 135°-მდეც კი.

ფეხების გადაბრუნება აღიღებს ფეხის საქმიანობის ასპარეზს იმ ბლაგვი კონუსის მოცულობამდე, რომელსაც მოხაზავს ფეხი დიდ rond de jambe-ის დროს.

აი რაში მდგომარეობს აზრი კლასიკური მოცეკვავის ფეხების გაწვრთნისა მკაცრი en dehors-ის ფარგლებში. ეს არ არის ესთეტიკური ცნება, არამედ პროფესიული აუცილებლობაა. მოცეკვავე, რომელსაც არ აქვს ფეხების გადაბრუნება, შეზღუდულია ყველა თავის მოძრაობებში, კლასიკურ მოცეკვავეს კი, თავისი en dehors-ის, სწრაფებით განკარგულებაში აქვს ფეხების საცეკვაო შესაძლებლობა მთელი თავისი სიმდიდრით.

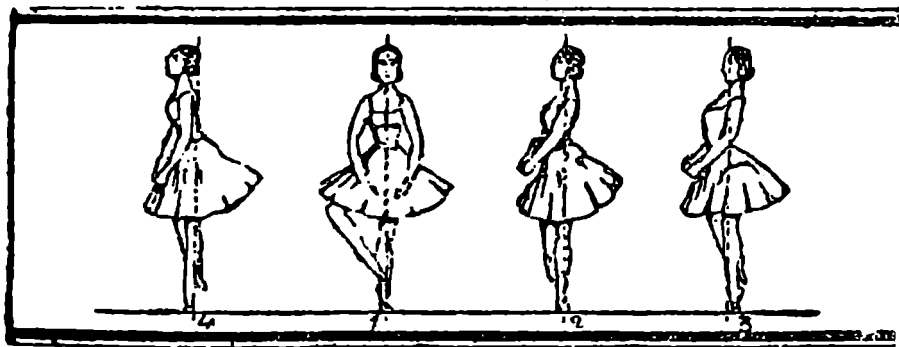
მდგრადობა. Aplomb

მდგრადობის დაუფლება ცეკვაში, aplomb-ის შეძენა—ეს ცენტრალური მნიშვნელობის საკითხია ყოველი მოცეკვავისთვის. აპლომბის შემუშავება გრძელდება სწავლების მთელი წლების განმავლობაში და მის შემუშავებას მიაღწევ მხოლოდ სწავლის ბოლოს. მაგრამ მე ვთვლი საჭიროდ შევიტანო ეს ცნება ძირითად ცნებათა რიცხვში: სწორად დაყენებული ტანი საძირკველია ყოველი ცეკვითი მოძრაობისა (pass). როცა წავიკითხავთ შემდეგ ცეკვითი მოძრაობისა სხვადასხვა აღწერას, ჩვენ უნდა ვიქონიოთ მხედველობაში, რომ მათი სწორი შესრულება ეყრდნობა ამ საფუძველზე.

მდგრადობის შემუშავებას იწყებენ ძელთან: ეკზერსისის დროს, ტანი უნდა სწორედ იდგეს ფეხზე ისე, რომ როცა გაუშვებთ ხელს, რომლითაც იჭერთ ძელს არ დაკარგოთ წონასწორობა. ეს იქნება საწინდარი ეკზერსისის სწორი შესრულებისათვის ოთახის შუა გულშიაც. ტერფი, რომელიც დგას იატაკზე არ უნდა

ეყრდნობოდეს ცერს და სხეულის წონა თანასწორად უნდა გავრცელდეს მის ზედაპირზე.

ტანი, რომელიც არა სდგას სწორად ფეხზე, არამედ იხრება ძელისაკენ, არ შეიმუშავებს აპლომბს. აპლომბის თანდათან დაუფლებასთან ერთად მოძრაობებს ასრულებენ ფეხის ნახევარ თითებზე. როცა აკეთებენ ეკზერზისს შუა-დარბაზში, ფეხების ნახევარ თითებზე, მდგრადობას შველის მკლავების სწორად დაკერა. თუ მკლავები იმ მდგომარეობაში არ იქნა, რომელსაც მე შემდეგში აღვნიშნავ, მაშინ აპლომბის შენარჩუნება ძალიან ძნელი იქნება. მკლავი, რომელიც დაკიდებულია თავის ზედა ნაწილით, არ იძლევა მდგრადობის შენარჩუნების საშუალებას. იმის თქმა, რომ მოცეკვავემ მთლიანად განავითარა თავისი აპლომბი, შეიძლება მხოლოდ მაშინ, როცა ის იმდენად დაეუფლება ტანს, რომ შეუძლია ერთ ფეხზე ღვომით დიდხანს ერთი პოზაში დარჩეს.



ნახ. 7

ტანის დაყენება: ს-ც — სწორი; ა-ბ — არასწორი — ზედმეტი გადახრა წინ და უკან.

ამ საიმედო მდგრადობას შევიძენთ, თუ გავიგებთ და ვიგრძნობთ იმ კოლოსალურ როლს, რომელსაც ასრულებს აპლომბში ზურგი. აპლომბის ღერძი—ხერხემალია. მთელი რიგი თვით დაკვირვებით კუნთებზე ზურგის სფეროში სხვადასხვა მოძრაობების დროს უნდა ვისწავლოთ მისი შეგრძნება და დავეუფლოთ მას. როცა თქვენ შეიგრძნობთ ხერხემალს და დაეუფლებით მას კუნთებით წელის ადგილას, თქვენ დაეუფლებით ამ ღერძის მთელ მდგრადობას. მაშინ მოცეკვავეს შეუძლიან თამამად მოჰკიდოს ხელი თავისი ხელოვნების სიძნელეთა გადალახვას.

დიდი ხტომების ცალ ფეხზე შესრულებისათვის (ღიღი jeté, კაბრიოლები), აუცილებელია ზურგის სწორი დაკერა.

II. ბატმენტები

სიტყვა *battement* (ბატმანი) ნიშნავს საცეკვაო ტერმინოლოგიაში ფეხის გაწევასა და უკან გამოწევას. კლასიკურ ცეკვაში ეს გაწევა გამოწევა განვითარდა და მრავალნაირი ფორმა მიიღო. მათი განხილვის დროს ჩვენ უფრო ახლოს გავეცნობით ამ მოძრაობის არსებით მხარეს.

BATTEMENTS TENDUS

ეს ბატმანი—საძირკველია მთელი ცეკვისა. ის ნაპოვნია ისე გენიალურად, რომ გეგონებათ თითქოს მისმა შემომქმედმა ჩაიხედა ფეხის იოგების აპარატის აგებულებაში და ფუნქციებში. უბრალო მაგალითი მოცეკვავის საყოველღეო ცხოვრებიდან ამტკიცებს ამას. თუ მოცეკვავე ცეკვის დროს მსუბუქად იღრძობს ფეხს და ამის გამო ვეღარ შესძლებს ამ ფეხზე დადგომას საკმარისია გულმოდგინეთ დაიწყოს *battements tendus*-ს შესრულება, რომ ფეხმა ადვილად აღადგინოს თავის მუშაობის უნარიანობა.

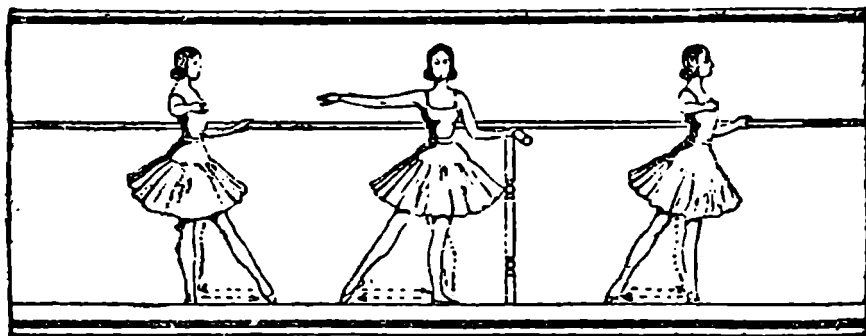
შემთხვევითი არ არის ის წესი, რომ ცეკვის წინ აკეთებენ *battements tendus*-ს „ფეხების გასახურებლად“, როგორც ჩვეულებრივად ამბობენ. მაგრამ ფეხები არა მარტო გახურდებიან ამ მოძრაობით, არამედ მიიღებენ სრულ „აღზრდას“, მომავალი მოღვაწეობისათვის, განსაკუთრებით ალევროსთვის.

როცა ხედავთ, რომ მოცეკვავე ქალის ფეხი არ მიდის სწორად, ადვილი გასაგებია, რომ მოცეკვავე, თავის დროზე, არ იყო აღზრდილი მკაცრი battements tendus-ზე.

Battements tendus simples (მარტივი)

შესწავლის დაწყებისას შეიძლება გავაკეთოთ ეს ბატმანი I-ლი პოზიციიდან, რადგან ეს ნაკლებად რთულია, მაგრამ უნდა დავიცვათ იგივე წესები, რომელნიც აღწერილია ბატმანის V პოზიციიდან შესრულებაში მხოლოდ უნდა დავბრუნდეთ ყოველთვის პირველ პოზიციაზე.

ფეხები V პოზიციაშია, მარჯვენა დგას წინ. მკლავები გაშლილია II პოზიციაში. მთელი სხეული ეყრდნობა მარცხენა ფეხს, მარჯვენა მოძრაობს თავისუფლად და არა გრძნობს მის სიმძიმეს. მარჯვენა ფეხი მისრიალებს წინ, ფეხის ცერი იატაკს არ სცილდება. მოძრაობას იწყებს ქუსლი, მთელი ფეხი გაკიმულია. ფეხი ბრუნდება უკან იმავე გზით, თავის ადგილას,



ფახ. 8. Battements tendus

როცა მიღწევს იმ ბოლო წერტილს, რომლის მიღწევაც კი შეუძლია გაკიმულ თითებს გაკიმული ტერფის ზურგით. მთელი დროის განმავლობაში უნდა შეინარჩუნოთ ფეხების გადაბრუნებულობა (en dehors), ფეხის ადგილზე დაბრუნების დროს უნდა ვცდილობდეთ რაც შეიძლება გადაბრუნებულად დავდგათ ქუსლი რომ მივალწიოთ ნამდვილ V პოზიციას. ფეხის ცერი იღებს მონაწილეობას ამ მოძრაობაში, არა პასიურად, არამედ ხაზს უსვამს თავის ადგილზე დაბრუნებას, მარცხენა ფეხის ქუსლთან, რაც აძლევს მოძრაობას არტისტულ დასრულებას.

იგივე მოძრაობა სრულდება განზე და უკან.

როცა მოძრაობას ვაკეთებთ განზე II პოზიციაზე გულ-დასმით უნდა ვადევნოთ თვალყური იმას, რომ ფეხმა დახაზოს სწორი ხაზი, რომელიც განაგრძობს გადმობრუნებული მარცხენა ფეხის ხაზს. ამისათვის საჭიროა ამ მოძრაობის დროს მთელი ყურადღება მივაქციოთ იმას, რომ V პოზიციაში დაბრუნებისას, წინ წავიღოთ კარგად გადმობრუნებული ქუსლი. ფეხის ცერი უნდა ძალიან გადაეაბრუნოთ უკან. მხოლოდ ფეხის, მთელი სიგრძეზე ბეჯითი გადმობრუნებით, შეიძლება ავაცილოთ სწორი ხაზის დაკლავვანა რაც აუცილებელია ფეხის არა სწორ მდგომარეობის დროს.

განზე მოძრაობის დროს, ფეხი ბრუნდება V პოზიციაში წინ და უკან რიგრიგობით.

როცა გავსწევთ ფეხს უკან, უნდა მაგრად გვეჭიროს მუხლი და ფეხის ზედა ნაწილი, რომ მუხლი არ დაირხეს და შენარჩუნებულ იქნას ფეხების სრული გადმობრუნებულობა.

ბატმანს უკან აკეთებს ფეხი, რომელიც დგას V პოზიციაში უკან.

Battements tendus jetés—იგივეა, რაც battements tendus უბრალო, მაგრამ ფეხი მოძრაობას ასრულებს ჰაერში, არ აკარებს ცერს იატაკს და აკეთებს აკცენტს V პოზიციიდან წინ, განზე ან უკან, არ ჩერდება უკანასკნელ წერტილზე, გადის V პოზიციას და განაგრძობს მოძრაობას. ფრანგული დასახელება ამ ბატმანისა—jeté („გადაგდებული“) გადმოგვცემს მისი მოძრაობის ხასიათს.

ამ ბატმანს აქვს დიდი აღმზრდელობითი მნიშვნელობა და საჭიროა მისი უაღრესად ზუსტად შესრულება ქვემოდ აღნიშნული წესების და მიხედვით.

წინ მოძრაობის დროს, ყოველთვის როცა ფეხი ასრულებს V პოზიციას, ფეხის ცერი ზუსტად უნდა შეეხოს მეორე ფეხის ქუსლს.

განზე მოძრაობას უნდა მივუდგეთ განსაკუთრებული ყურადღებით. აქ გადამწყვეტ როლს თამაშობს მომქმედი ფეხის განსაკუთრებული გადმობრუნებულობა. ამის გარდა, ფეხმა არ უნდა დაკარგოს წერტილი II პოზიციაზე, რომელშიაც ზუსტად უნდა მოახვედროს ფეხის ცერი ყოველთვის, როცა-კი გადმოიგდება განზე და მიუხედავად იმისა ასრულებს ის V პოზიციას წინ თუ უკან, ყველა იმ წესების მიხედვით, რომელიც მოცემულია უბრალო battement tendu-სთვის, უკან მოძრაობის დროსაც ზუსტად უნდა გვეჭიროს ფეხის ზედა ნაწილი გადმობრუნებულ მდგომარეობაში. აუცილებელია, რომ ფეხი მოძრაობდეს ისე, რომ წინიდან ის არ სჩანდეს, რომ მუხლი არ მოიღუნოს, რასაც მოწაფე აკეთებს უნებლიეთ, ძნელი მოძრაობის შესამსუბუქებლად. როცა მოსწევთ ფეხს V პოზიციაში, ყველა შემთხვევაში საჭიროა ცერი დაარტყათ იატაკს.

საქიროდ მიმაჩნია კიდევ ერთხელ ხაზგასმით აღენიშნო, თუ რა მნიშვნელობა აქვს ფეხის ზედა ნაწილის მდგომარეობას. ფეხი უნდა იყოს გადგმული უკან, მუხლი არ უნდა ჩამოეშვას, და არ უნდა დაკარგოს უკიდურესად გადმობრუნებული მდგომარეობა. თქვენ უნდა გრძნობდეთ თქვენს ფეხს ისე, თითქოს ის გაჭიმული სიმია.

Battelements tendus pour batterie (წვივების გაკვრა-გამოკვრისათვის)

ეს ბატმანები მოსამზადებელი მოძრაობაა წვივების გაკვრა-გამოკვრისათვის, რასაც უმთავრესად აკეთებენ ვაჟები, რადგან მათი სხეულის აგებულება ნებას აძლევს შეასრულონ ეს გაკვრა, ცოტა სხვანაირად—ფეხების ზედა ნაწილით. ქალი აკეთებს წვივების გაკვრა-გამოკვრას წვივებით, თუმცა კი ცდილობს გააკეთოს ის ვაჟურად. მაგრამ ქალის აგებულება სულ სხვაა, თეძოების და ფეხების მოყვანილობა სულ სხვანაირია, ვიდრე ვაჟისა და ეს აიძულებს მას სხვანაირად შეასრულოს გაკვრა-გამოკვრა.

თუ მე ვსარგებლობ ამ ბატმანებით ჩემი გაკვეთილების დროს, ისინი ლებულობენ შემდეგ ფორმას.

V პოზიციიდან მარჯვენა ფეხი გაიშლება II პოზიციაზე, შემდეგ არტყამს წინიდან წვივით მარცხენა ფეხს, გადადის უკან (II პოზიციაზე გაუშლელად) და აქედგან გაიშლება II პოზიციაზე. მარჯვენა ქუსლი. თითქმის ეხება იატაკს, როცა დაარტყამს წვივს უკნიდან. ორივე ფეხი უნდა იყოს თანაბრად გაჭიმული, უნდა გრძნობდეთ, რომ დარტყმა მიდის წვივით წინ, ფეხი გახტება მაგრად, როგორც ზამბარა. ამ გაჭიმულობის გამო ფეხი ველარ სცილდება III პოზიციას,

როდესაც ბრუნდება წინ. მთელი დროის განმავლობაში ფეხი არ კარგავს თავის მიმართულებას, ე. ი. სრულ გადმობრუნებულ მდგომარეობას.

გაიმეორეთ მოძრაობა, დაჰკარით წვივი ჯერ უკან, მერე წინ და გაშალეთ II პოზიციაზე. ფეხის გაკვრების რიცხვი შეიძლება გაადიდოთ, იმის და მიხედვით თუ ისინი რომელი ექვეითი მოძრაობისათვის არიან დანიშნულნი. *Assemblée battu*-ს მოსამზადებლად აკეთებენ ერთ გაკვრას, *entrechat*-სათვის ორს და პეტსაც.

GRANDS BATTEMENTS JETÉS¹

ამ ბატმანებს ასრულებენ, როგორც *battement tendu*-ს, მაგრამ ფეხი განაგრძობს მოძრაობას და ამოიტყორცნება წაკვრით 90° სიმაღლეზე.

ამასთანავე ტანი არ უნდა აკეთებდეს რაიმე სხვა უნებლიე მოძრაობას, არ უნდა ათრთოლდეს, ეს ყველაფერი გამოწვეული იქნება თუ მოცეკვავე მიმართავს უმართებულო დაძაბულობას.

ტანი უძრავად დარჩება, თუ ფეხი დამოუკიდებლად იმუშავებს და არ აამოძრავებს სხვა კუნთებს.

„ნუ შველი ტანით, ნუ წამოეშველები. მეორე ფეხით!“ ამბობს მასწავლებელი. გამოუცდელ მოცეკვავეს დაეჭიმება მხარი, კისერი, მკლავები. მაგრამ მკლავმა, რომელიც დევს ძელზე, არ უნდა გამოიკვალოს თავისი მდგომარეობა, ჩაშვებული იდაყვით უნდა მოიხმაროს ძელი, მხოლოდ როგორც საყრდნობი წერტილი და არ უნდა ჩაეჭიდოს მას მთელი ძალით.

¹ როცა მოძრაობის ან პოზის დასახელებას თანდაერთვის სიტყვა „grand“ („დიდი“), ეს ნიშნავს, რომ ფეხი ამ მოძრაობაში, ან ამ პოზიაში აწეულია 90° სიმაღლეზე.

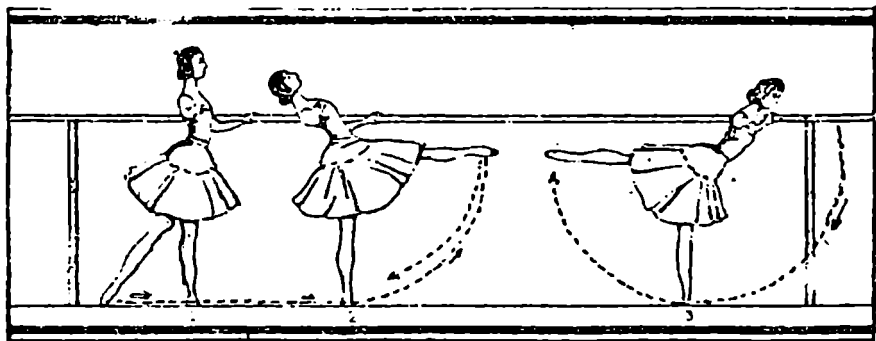
მხოლოდ, როცა დიდ ბატმანს ასრულებენ უკან, ამ შემთხვევაში საჭიროა ტანის დახრა წინ, რადგან მარტო ამ პირობით ხაზი არ დაირღვევა და ფეხი მუშაობს სწორად.

იტალიური სკოლის ეკზერსისში battement-ის შესრულების დროს უკან ტანი გასწორებულია და მაშინ ფეხი აუცილებლად მოიღუნება მუხლში და მთელი ხაზი „აღელვებულია“, დატეხილია.

დამწყები მოწაფეების გაკვეთილის დროს სასურველია მოვითხოვოთ, რომ ეს ბატმანი არ იყოს სიმაღლით 90° მეტი, რათა გადაქარბებულად ფეხის აწევით გამოწვეულმა იაფმა ეფექტმა არ შეასუსტოს, შესრულების ხარისხი. ამიტომ მასწავლებელმა უნდა შეაჩეროს ისინი, რომელნიც აგებულობის ინდივიდუალური თავისებურობის ფეხს ადვილად ასწევენ 135° . დამთავრებულ მსახიობს შეუძლია აირჩიოს შესრულების დროს ნებისმიერი სიმაღლე.

Grands battements pointés

თავდაპირველად გააკეთებენ grand battement jeté-ს, მაგრამ ფეხი არ ბრუნდება თავის ადგილას V პოზიციაში. არამედ იღვმება იატაკზე გაქიმული მუხლით და ფეხის ზურგით იმ



ნახ. 9. Grand battement balancé

მდგომარეობაში, რომელიც შანს უპირავს ბოლო წერტილზე მართივ battement tendu-ს დროს. ფეხი მსუბუქად შეეხება ამ წერტილს თავისი ცერით, კვლავ მალა ადის, განაგრძობს მოძრაობას და მხოლოდ უკანასკნელი მოძრაობის დროს ბრუნდება V პოზიციაში. ტანი, რასაკვირველია, ამ ბატმანშიაც რჩება ისეთი, როგორც წინა ბატმანში.

Battement balancé

ამ ბატმანს აკეთებენ ძელთან, ეკზერსისის დროს. თავდაპირველად უნდა წავილოთ ფეხი უკან, გაკიმული თითებით. სრიალით, ფეხი I-ლ პოზიციის შესრულების შემდეგ გამოიტყორცნება წინ 90°-ით, და მძლავრი წაკერის გამო ტანი გადიხრება უკან. შემდეგ ფეხი იტყორცნება I პოზიციის შესრულებით უკან, ტანი დაიხრება წინ. გამოდის ქანაობა წინ და უკან. ტანის ეს ქანაობა უნდა ხდებოდეს თანაბრად, რამდენადაც ის დაიხრება უკან, იმდენად უნდა დაიხაროს წინ, ზურგი-კი ამ დროს გამართულია და მხრები სრულებით სწორი.

ახლად დამწყებნი კმაყოფილდებიან იმით, რომ იხრებიან წინ და აღარ იხრებიან უკან, რადგან უკან გადახრა უფრო ძნელია, ამით ისინი აკლებენ ამ ვარჯიშს მის ფორმას და აზრს.

Battements frappés

საწყისი მდგომარეობა მარჯვენა ფეხის გაკიმული თითებით II პოზიციაზეა, მარჯვენა ფეხი არტყამს მარცხენას sur le cou de pied ¹ წინ, და ბრუნდება II პოზიციაზე, გაკი-

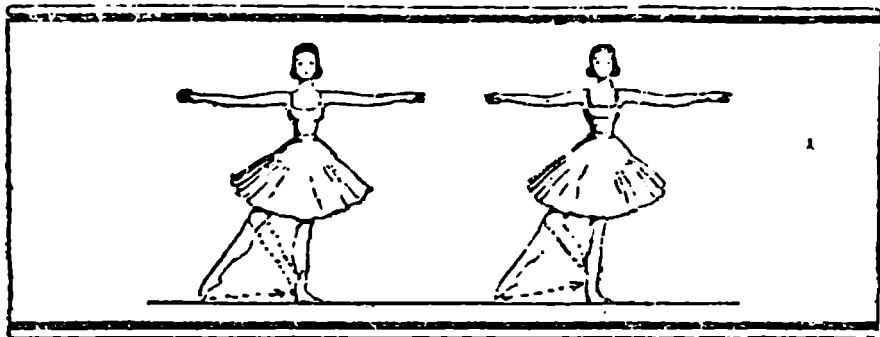
¹ Sur le cou de pied წინ ფეხის მდგომარეობაა მეორე ფეხის კოკზე; ტერფი, გაკიმული ზურგით და თითებით, ცერით შემორკალავს კოკს. sur le cou-de-pied უკან—ტერფის ზურგი და თითები იმავე მდგომარეობაშია, მაგრამ ტერფი მიყრდნობილია კოკზე უკან.

მული ფეხის ცერის დარტყმით იატაკზე, ისე რომ აკცენტო ხედება II პოზიციას.

თუ ეს ბატმანი კეთდება ფეხის ნახევარ თითებზე და ფეხი აღწევს II პოზიციას ჰაერში, აქაც ისევ ის აკცენტი, მიმართულია II პოზიციის იმავე წერტილისაკენ, მუხლი უნდა იყოს გაჭიმული და დრეკადი (yupyrn), მოკლე დაკვრით ფეხი შეეხება მარცხენა ფეხს და ბურთივით გახტება. ფეხის ზედა ნაწილი უძრავია და გადმობრუნებული, ფეხი მუშაობს მუხლის ურყევლათ, როცა battement frappé-ს აკეთებენ უკან, ფეხი არ არტყამს sur le cou de pied და გადადის კოკის უკან.

Battement double frappé

იგივე მოძრაობა, მაგრამ ფეხი არტყამს წინ მარცხენა ფეხს არა ერთხელ, არამედ გადადის მეორე განვლილ დარტყმით sur le cou-de-pied უკან და იქიდან გაიშლება განზე (II პოზიციაზე). თუ პირველი დაკვრა იქნება უკან, მეორე, გასასვლელი, იქნება წინ.



ნახ. 10. Battement frappé

PETITS BATTEMENTS SUR LE COU-DE-PIED

საწყისის მდგომარეობაში მარჯვენა ფეხი—sur le cou-de-pied, ფეხი გაიმართება II პოზიციის მიმართულებით, მაგრამ ნახევარ მანძილზე, რადგან მუხლი არ გაიჭიმება. შემდეგ გადადის უკან, ეხება მარცხენა ფეხს კოქთან, ისევ გაიმართება და ბრუნდება წინ.

ტერფის გადასვლის დროს უნდა მივაქციოთ ყურადღება, რომ ფეხის ზურგი იყოს გაჭიმული, რომ ტერფი არ იყოს „მოკრუნჩხული“, ფეხის ზედა ნაწილი მუხლიდან თეძომდე უნდა იყოს გამაგრებული და უძრავი, ქვედა ნაწილი-კი უნდა აკეთებდეს მოძრაობას თავისუფლად. სწრაფ ტემპზე გადასვლისთანავე ფეხის გამართვა სულ უფროდაუფრო მცირდება, მაგრამ არ უნდა „მიფუჩიქდეს“ („зависит“). თუმცა თვალისთვის თითქმის შეუმჩნეველია ფეხის გადასვლა cou-de-pied-ის წინიდან უკან, მოძრაობამ მაინც არ უნდა დაჰკარგოს თავისი მკაფიო შესრულება და საჭიროა მისი ისეთივე გარკვევით შესრულება, როგორც ნელი ტემპის დროს.

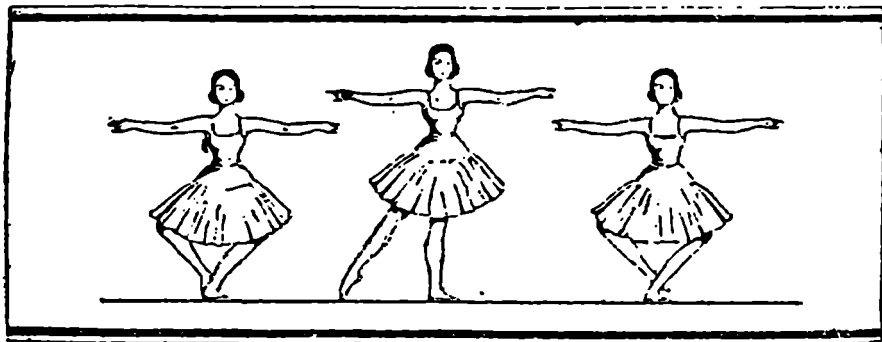
BATTEMENTS FONDUS

V პოზიციიდან მარჯვენა ფეხი გადადის sur le cou-de-pied-ზე, მარცხენა ერთდროულად აკეთებს demi-plié-ს, გადმოზრუნებული მუხლით; შემდეგ მარჯვენა გაიშლება წინ ფეხის ცერით იატაკზე, მარცხენა გაიმართება და გაიჭიმება მუხლში მარჯვენასთან ერთად. მარჯვენა ფეხი ბრუნდება sur le cou-de-pied-ზე, მოძრაობა მეორდება II პოზიციაზე და უკან, ამასთან უკანასკნელ შემთხვევაში ფეხი გადის sur le cou-de-pied-ზე უკან.

უნდა მივაქციოთ ყურადღება იმას, რომ ამ ბატმანის დროს მუხლს ასწევენ ზევით და ფეხს არ გამოიღებენ, რაც აუცილებელია მხოლოდ იმ შემთხვევაში, თუ ვარჯიში კეთდება 45° ანუ 90°.

ბატარა და დიდი développée-ს (ფეხის გამოღება) დროსაც უნდა დავიცვათ ფეხების ზუსტი გადმობრუნება, როგორც battement tendu-ს დროს, მაგ. როცა ვაკეთებთ მოძრაობას უკან, მუხლი არ უნდა ჩამოეშვას და ფეხის ზედა ნაწილი მაგარი უნდა იყოს.

ეს მოძრაობა ეკუთვნის უფრო რთულ ვარჯიშის საფეხურს, რადგან ის ფეხიც, რომელზედაც თქვენ დგებართ, მონაწილეობს მუშაობაში ასრულებს¹ demi-პლიეს, ნახევარ-ჩაჯდომას ერთდროულად იმ ფეხთან, რომელიც აკეთებს ბატმანს.

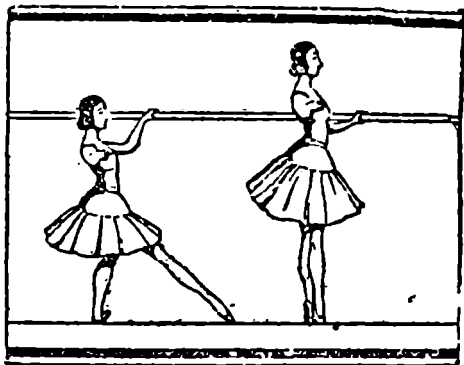


ნახ. 11. Battement fondu

¹ ყველა შემთხვევაში როდესაც საკითხი სდგას ნახევარ-ჩაჯდომის შესახებ, მე ვხმარობ ტერმინს demi-plié. ამით ჩემი თარგმანი განსხვავდება რუსულ ტექტისაგან, სადაც ჩვენ ვხვდავთ ხშირად demi-plié-ს ტერმინის მაგივრად ტერმინს plié. ტერმინების ამნაირი მოხმარება შეთანხმებულია ავტორთან. მთარგმნელი.

BATTEMENTS SOUTENUS

V პოზიციიდან მარჯვენა ფეხი გამოიღება წინ, II პოზი-
ციაზე ან უკან, ერთდროუ-
ლად მარცხენა — აკეთებს
demi პლიეს, შემდეგ მარ-
ცხენა ღგება ფეხის ნახე-
ვარ თითებზე, ხოლო მარ-
ჯვენა უახლოვდება მარ-
ცხენას, და ორივე გაჭი-
მული ფეხი შეერთდება V
პოზიციაში, ფეხის ნახე-
ვარ თითებზე, საიდანაც
მოძრაობა მეორდება, ან
სრულდება მეორე მხა-
რეს. ამასთან გამოწეული
ფეხი არ უნდა მოიღუნოს, ან აიწიოს მაღლა (თუ ამ მოძრაო-
ბას ასრულებენ იატაკზე და არა 45° ან 90° სიმაღლეზე).



ნახ. 12. Battement soutenu

BATTEMENTS DÉVELOPPÉS

V პოზიციიდან გამოწეული მარჯვენა ფეხის ტერფი, გაჭი-
მული თითებით, სრიალებს მარცხენა ფეხზე მუხლამდე და გაიშ-
ლება საჭირო მიმართულებით; მუხლი და ქუსლი ინარჩუნებენ
გადმობრუნებულ მდგომარეობას, თუ გამოღებული ფეხი არ იჭ-
ნება შიგნითი მუხლამდე მოძრაობა უხეირო გამოდის. ფეხი,
როცა მიაღწევს უკიდურეს წერტილს (90°) ეშვება V პოზი-
ციაში. ეს მოძრაობა შედის ეკზერსისში ყოველნაირი ვა-
რიაციით:

1) ფეხის მოღუნვით მუხლისკენ, საიდანაც ეს მოძრაობა მეორდება.

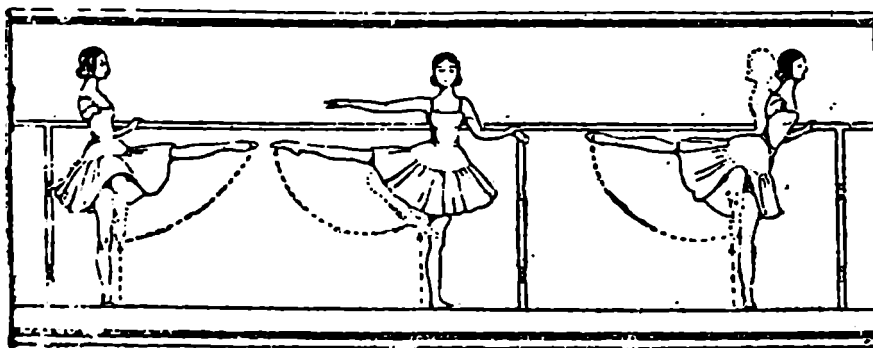
2) ბრუნვით არაბესკზე (ერთ ფეხზე ღვომა; იმ დროს, როცა მეორე აწეულია უკან).

3) პატარა balancé-თი (ფეხის ქანაობა) გაკიმული ფეხით, აწეული 90° , რომელიც უნდა გავაკეთოთ მხოლოდ ფეხის ცერით, ისე რომ ფეხი მთლიანად არ დაეშვას ქვევით, არამედ მხოლოდ ოდნავ შეირხეს.

4) ფეხი გაკიმული წინ, სწრაფი მოძრაობით გადადის II პოზიციასზე და ბრუნდება უკან ერთი ტემპით, სრულებით გაკიმული, აკცენტით წინ, აგრეთვე — უკან, აგრეთვე II პოზიციიდან წინ და უკან.

Développé აღაქიოს მოძრაობაა, მისთვის დამახასიათებელია ნელი ტემპი, ის უნდა სრულდებოდეს დაყოვნებით უკიდურეს წერტილზე, განსაკუთრებით უმცროს კლასებში.

ფეხი, რომელზედაც დგებართ, უნდა იყოს სიმკვირით გაკიმული სრულებით გადმობრუნებულ მუხლით. ხელი, რომელიც დევს ძელზე, უნდა იყოს თავისუფლად მოღუნული იდაყვში, რასაც



ნახ. 13. Battements développés

უნდა დიდი ყურადღება შევაქციოთ წინ მოძრაობის დროს: ძალიან ხშირად მკლავი იჭიმება და დასაყრდენს აძლევს ფეხს. მაშინ დგომა უფრო ადვილია, მაგრამ ასეთ შესრულებას სარგებლობა არ მოაქვს. Développé-ს შესაძლებელი სახესხვაობის დიდი რიცხვიდან აქ გავარჩევ ორს, რასაც ხშირად იყენებენ.

Battements tombés

ეს ბატმანი ეკუთვნის პატარა ადაჟიოს ტიპს. მაგას ასრულებენ ხშირად შუა დარბაზში და აგრეთვე ძელთან. ეს მოძრაობა შემდეგია: გააკეთეთ მარჯვენა ფეხით développé წინ, დადექით ნახევარ თითებზე, დაეარდით მარჯვენა ფეხზე, მთელი ტანით, რაც შეიძლება დიდ პლიეზე; მარცხენა ფეხი გაიჭიმება და შეეხება რატაკს, მხოლოდ ფეხის ცერით; დაბრუნება ამ ცერზე დააყენებს მარცხენა ფეხს ქუსლზე, იმ დროს როცა მარჯვენა ფეხი სწრაფი მოძრაობით იმეორებს développé-ს და უბრუნდება თავის გაშლილ მდგომარეობას, მარცხენა კი დგება ფეხის ნახევარ თითებზე. ეს ბატმანი კეთდება, როგორც



ნახ. 14. Battements développés tombés

წინ ისე გვერდზე და უკან და *croisé, effacé* და *écarté*-ს მიმართულებით.

რომ ამ ფართო მოძრაობას მიენიჭოს უფრო გრანდიოზული ხასიათი, მე ვაძლევ წინადადებას მოწაფეებს წარმოიდგინონ რაღაც საგანი, რომელსაც უნდა გადაალაჯონ ფეხი,—ეს არ მისცემს საშუალებას ფეხს ადრე დაეშვას ძირს ტანის დაცემის დროს, რის გამოც ბატმანი გამოდის ძალიან ფართო და ფეხი გადაილაჯება შორს.

Battements divisés en quarts (მეოთხედი ბატმანები)

ამ ვარჯიშს ასრულებენ შუა დარბაზში. ის შეიძლება მივიღოთ როგორც ერთერთი პირველი ადაფიო. ეს ვარჯიში შესდგება შემდეგი მოძრაობებიდან, რომლებიც სრულდება *en dehors* და *en dedans*.

V პოზიციიდან *développé* სრულდება წინ მარჯვენა ფეხით,—*demi* პლიე მარცხენა ფეხით, გადაიყვანეთ მარჯვენა ფეხი II პოზიციაზე, ერთდროულად ტანის ბრუნვით ნახევარ თითებზე, ტურის მეოთხედზე. მარჯვენა ფეხი იღუნება მუხლში, არ იდგმება V პოზიციაში და იწყებს მოძრაობას თავიდან. გაიმეორეთ ოთხჯერ, მობრუნებით წრის მეოთხედ მანძილზე (სრული წრე). ვარჯიში რთულდება იმით რომ ტრიალს ასრულებენ ნახევარ ტურით და მთელი ტურითაც კი. მკლავების მოძრაობა მიჰყვება შემდეგნაირად: *développé* წინ დროს მკლავები I პოზიციაში არის, ტანის ბრუნვის დროს მკლავები იშლება II პოზიციისკენ.

Développé დროს უკან—იგივე, რაც წინ. შემდეგ დაიწყეთ *développé*-დან უკან და აგრეთვე შეასრულეთ *en dehors* და *en dedans*-ის ყველა ფიგურა.

BATTEMENTS BATTUS

საწყისი წერტილი sur le cou de pied-ზე. აქედან მარჯვენა ფეხი აკეთებს მთელ რიგს სწრაფ, მოკლე დარტყმას მარცხენა ფეხის ქუსლზე sur le cou de pied წინ მდგომარეობაში. დარტყმა საჭიროა ფეხის ცერით, ფეხი უნდა მოძრაობდეს თავისუფლად თავის ქვედა ნაწილში.

ამ ვარჯიშს იწყებენ მაშინ, როცა ფეხი უკვე კარგად განვითარებულია. აკეთებენ ჩვეულებრივად მხოლოდ უფროს კლასებში.



III. შახეპის ნაიუდი ზაიადი

ROND DE JAMBE PAR - TERRE

En dehors. მოძრაობა იწყება I პოზიციიდან, ფეხი გადის წინ, როგორც *battement tendu*-ში, აქედან ფეხის ცერი მოხაზავს რკალს II პოზიციის გავლით უკან, მდგომარეობამდე I პოზიციის პირდაპირ; ამ წერტილიდან ფეხი ხაზავს სწორ ხაზს იმ წერტილამდე, საიდანაც დაიწყო რკალის მოხაზვა, გადის I პოზიციას ისე, რომ ქუსლი შეეხოს იატაკს და ორივე მუხლი გაჭიმული იყოს.

En dedans. მოძრაობა უკუღმა მიმართულებით. ფეხი გადის უკან I-პოზიციიდან, ხაზავს იმავე რკალს და სწორ ხაზს უკუღმა მიმართულებით, იმავე წესების დაცვით. როცა ამთავრებენ მოძრაობას, ფეხს V პოზიციაში სდგამენ წინ, წინააღმდეგ ჩვენი საერთო წესისა, რაც იმაში მდგომარეობს, რომ ვარჯიში დამთავრდეს V პოზიციაში უკან. როცა *rond de jambe par-terre*-ს აკეთებენ მარდ ტემპში, მას წინ უძღვის შემდეგი მომზადება (*préparation*).

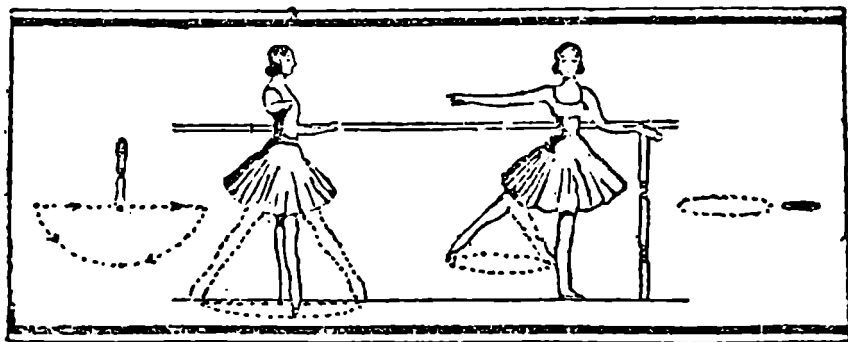
V პოზიციიდან გასწიეთ მარჯვენა ფეხი წინ, გააკეთეთ ერთდროულად *demi*-პლიე მარცხენა ფეხზე, მკლავი მიდის I პოზიციაზე. მარჯვენა ფეხი გასწიეთ II პოზიციაზე, გაჭიმეთ მარცხენა მუხლი და გაშალეთ ხელი II პოზიციაზე.

ძლიერ ჩქარი ტემპით შესრულების დროს, როდესაც ფეხი ვერ ასწრებს ზუსტად შეასრულოს სწრაფი წრე (крат), უნდა ვეცადოთ, რომ en dehors—მოძრაობის დროს, ფეხმა მიაღწიოს თავისი უკიდურეს წერტილს უკან და მოძრაობის დროს en dedans უკიდურეს წერტილს წინ.

ფეხი უნებლიეთ შეფერხდება და აკეთებს სრულებით სწინააღმდეგოს, ე. ი. en dehors—მიდის II პოზიციიდან I-ზე წინ, en dedans—II პოზიციიდან I-ზე უკან. ეს ძლიერ ამსუბუქებს მოძრაობას და არ აძლევს სათანადო მუშაობას კუნთებს.

ROND DE JAMBE EN L'AIR

En dehors. V პოზიციიდან გაშალეთ მარჯვენა ფეხი II პოზიციაზე 45° , თითების გაკიმვით. აქედან ფეხის ცერი შემოხაზავს ოვალს (გაკიმულს განზე მარცხნიდან მარჯვნივ), რომელსაც იწყებს მისი უკანა რკალიდან. როდესაც მუხლი მოი-



ნახ. 15 Rond de jambe par-terre და en l'air

ლუნება და ფეხის ცერი მიაღწევს მარცხენა ფეხის წვივს (და არა მუხლის უკანა ნაწილს), ის არ უნდა შევიდეს წვივის არც წინ, არც უკან. მენჯთედოს სახსარი რჩება უძრავ მდგომარეობაში, და ამნაირად ფეხის ზედა ნაწილი, მუხლიდან ზევით, ურყევია.

En dedans. En dedans-ის მოძრაობის დროს ფეხი იწყებს ოვალის შემოხაზვას მისი წინა რკალიდან და, საერთოდ მიღებული წესების საწინააღმდეგოდ, ათავენს მოძრაობას ფეხის დაყენებით, V პოზიციაში წინ.

როცა rond de jambe en l'air საფუძვლიანად შესწავლილია და გადადიან უფრო ჩქარ ტემპზე საკიროა ზუსტად დავიცვათ ფეხის შეჩერება და ფიქსაცია II პოზიციაზე ყოველთვის, როცა-კი ფეხი ამ მოძრაობას ასრულებს.

ეს ძლიერ მნიშვნელოვანი მოძრაობაა და ასრულებს სერიოზულ როლს სხეულის კლასიკურ აღზრდაში. მისი შესრულება საკიროა ზუსტად, რომ ფეხი არ შეირხეს მუხლის სახსარში, რადგან წინააღმდეგ შემთხვევაში ფეხი ვერ გავარჯიშდება, განვითარდება, როგორც საკიროა. სწორად შესრულებული rond de jambe en l'air ამაგრებს და აძლიერებს ფეხის ზედა ნაწილს, ფეხის ქვედა ნაწილს-კი (მუხლიდან ცერამდე) ელასტიურობას აძლევს და მოცეკვავე ყველა ბრუნვითი მოძრაობის დროს, მაგ. frotté en tournant-ის დროს, ადვილად ხმარობს ფეხს.

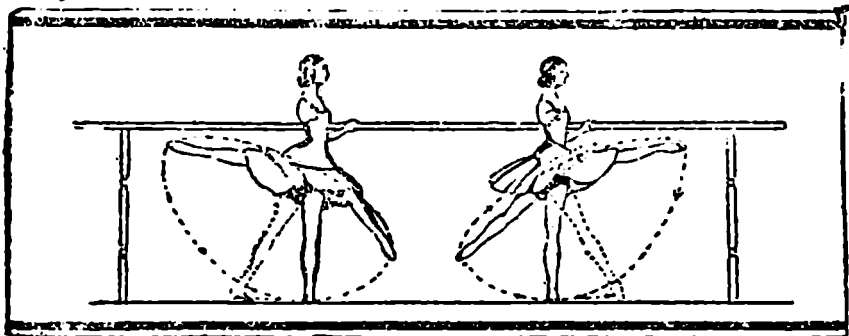
ამ შემთხვევაში ამას დიდი მნიშვნელობა აქვს, რადგან აქ ყოველ შემცდარ მოძრაობას შეუძლიან წააქციოს მოცეკვავე. ამის გარდა მუხლის ქვემო ნაწილში კარგად განვითარებული, ელასტიური და მოქნილი ფეხი — გამომეტყველებას აძლევს ფეხის ყოველ მოძრაობას ცეკვაში.

GRAND ROND DE JAMBE JETÉ

ეს ვარჯიში შედის ეკზერსისში ძელთან.

En dehors. ჩვეულებრივად, გაკვეთილზე ამ rond de jambe-ს წინ ახლავს rond de jambe par-terre და ის იძლევა ფეხის შემდეგი გადატყორცნის მძლავრ იმპულსს. ფეხი IV პოზიციიდან, უკანიდან, გაკიბული თითებით მძლავრად გამოიტყორცნება წინ, გაივლის I პოზიციას, ამოვარდება წინ ნახევრად მოღუნულ მდგომარეობაში 45° -ის სიმაღლეზე, გაიმართება თედოს სახსარში ტრიალით რკალის შემოხაზვის დროს უკან 90° სიმაღლეზე და ბრუნდება IV პოზიციაში. უნდა შემოხაზოთ რაც შეიძლება დიდი წრე.

უნდა მივაღწიოთ იმას, რომ ფეხი მუშაობდეს სრულებით დამოუკიდებლად, რომ ტანი არ იყოს ჩათრეული ამ მოძრაობაში. ამას აღწევენ მაშინ, როცა კუნთები საკმარისად გამაგრებულია და ემორჩილება მოცეკვავის ნებასურვილს. კარგი შესრულების დროს ტანი უძრავად სდგას, არ ეტყობა იმ კუნთების დაკიშვა, რომელნიც მას იკავენ, ფეხი-კი—დაძაბულ მუშაობაშია თედოდან ცერამდე.



ფაბ. 16. Grand rond de jambe jeté

En dedans. მოძრაობა უკუღმა მიმართულებით. უნდა ყურადღება მიაქციოთ იმას, რომ ფეხი, გამოვა რა წინ IV პოზიციიდან I პოზიციის გავლით, ზუსტად გადადიოდეს უკან, ნახევრად მოღუნულ მდგომარეობაში, ძლიერ დაძაბული თავის ზედა ნაწილში—ეს გვაძლევს ღონეს და შესაძლებლობას შემოვხაზოთ, რაც შეიძლება დიდი წრე.

Grand rond de jambe jeté—სუფთა სამეცადინო მოძრაობაა. კარგ დამთავრებულ მოცეკვავეებს შეუძლიათ ზოგჯერ დაიწყონ ამ მოძრაობით თავისი გაკვეთილი: ამ მოძრაობას ერთბაშად შეჰყავს მთელი სხეული დაძაბულ მუშაობაში. რაც შეეხება მოწაფეებს და იმათ, ვინც ცოტას ცეკვავს, იმათ ესაქიროებათ, რასაკვირველია, მომზადება grand rond de jambe jeté-ს შესასრულებლად წინა ვარჯიშით, რადგან თედოს მყესების და კუნთების დაძაბვა მეტად დიდია ამ ვარჯიშის დროს.

IV. მკლავები

მკლავების პოზიციები

ცეკვის ჩემს ტერმინოლოგიაში მე ვსარგებლობ მკლავების მხოლოდ სამი პოზიციით, მკლავების დანარჩენი მდგომარეობა ამ პოზიციების ქვესახეებია (разномышечность) და მე ზედმეტად ვთელი მათთვის ცალკე დასახელების შემოტანას, მით უმეტეს, რომ მკლავების მოძრაობა აუცილებლად უნდა აჩვენოთ მოწაფეს, როცა საქმე მიდის ცეკვის ან რაიმე რთულ მაგალითის ჩვენებამდე გაკვეთილის დროს.

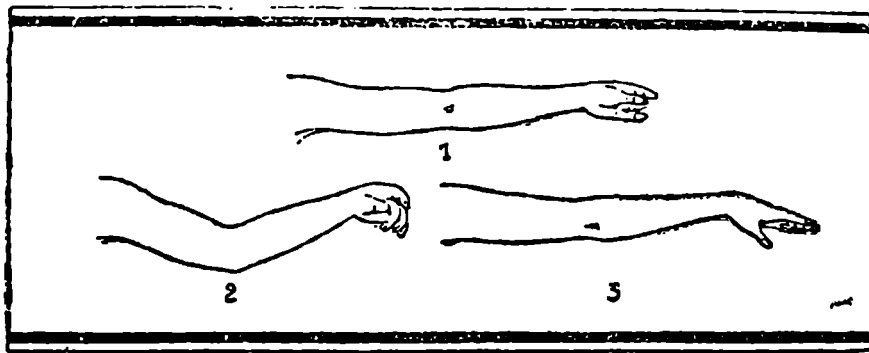
მკლავების საწყისი მდგომარეობა, თავისებური preparation—მოსამზადებელი პოზიციაა: მკლავები ჩაშვებულია, ხელები მიმართულია შიგნით, ახლოს ერთმანეთთან, მაგრამ ერთმანეთს არ ეხებიან, იდაყვები ცოტა გარკვეულია, ისე რომ მკლავი არ შეეხოს ტანს იდაყვიდან მხარემდე, რომ მკლავი არ მიეკრას ტანს ილლიას ქვეშ. როგორც მოსამზადებელ პოზიციაში, ისე შემდეგ პოზიციებში ხელის სწორად დაკავების წესს შევისწავლით მხოლოდ ცოცხალ მაგალითზე გაკვეთილის დროს. სიტყვებით ჩემი ხერხის გადმოცემა ძნელია. ნაწილობრივად მე დამეხმარება აქ დართული ნახაზი, რომელსაც მე ავხსნი შემდეგნაირად.

ყველა თითები შეჯგუფებულია სრულებით თავისუფლად და რბილია სახსრებში, ხელის ცერი ეხება შუათითს; ხელი

მაჯაში არ არის გადატეხილი, არამედ განაგრძობს მხარიდან მთელი მკლავის საერთო მომრგვალებულ ხაზს.

პირველი პოზიცია. მკლავები აწეულია ტანის წინ წელის სიმაღლეზე. მკლავები უნდა იყვნენ ცოტა მოხრილი, რომ როცა გაიშლებიან II პოზიციაზე გაიმართონ, გაიშალონ მთელ თავის სიგრძეზე. მკლავის აწევის დროს I პოზიციაზე, მკლავს იკავებს მხარიდან იდაყვამდე დაჭიმული კუნთების ზედა ნაწილი.

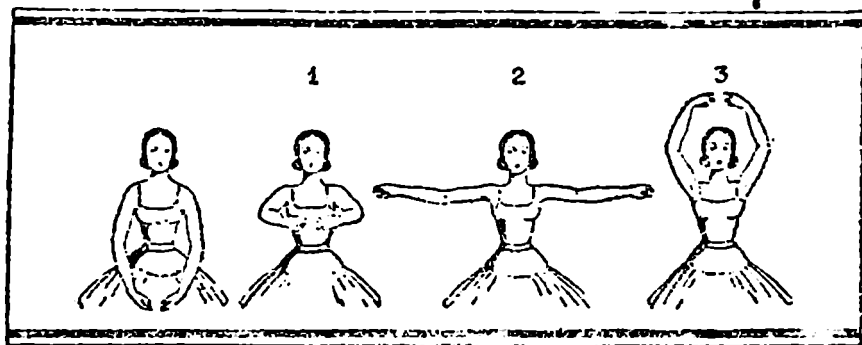
მეორე პოზიცია. მკლავები გაწეულია განზე, ოდნავ მომრგვალებულად მოღუნულია იდაყვში. აქაც საჭიროა იდაყვის დაკავება მკლავის იმავე ზედა ნაწილის დაჭიმული კუნთებით. არ შეიძლება მხრების გადაწევა უკან ან აწევა ზევით. მკლავის ქვედა ნაწილი, იდაყვიდან მაჯამდე უნდა იყოს ერთ ღონეზე იდაყვთან. ხელი, რომელიც უნებლიედ, ასეთი დაძაბული მდგომარეობის გამო ვარდება და იღებს ჩამოკიდებულ სახეს, უნდა აგრეთვე გვექიროს ისე, რომ ისიც მონაწილეობდეს მოძრაობაში. როცა გაკვეთილის დროს მკლავი ამ მდგომარეობაში გვექირავს ჩვენ ვაძლევთ მას საუკეთესო აღზრდას ცეკვისათვის.



ნახ. 17. 1. რუსული, 2. ფრანგული, 3. იტალიური.

პირველ ხანებში მკლავს ექნება ხელოვნური, ძალდატანებული სახე, მაგრამ შედეგი მერე გამოჩნდება. მკლავზე ზრუნვა აღარ დაგვიკირდება, იდაყვი არ ჩაეკიდება, მკლავი მსუბუქი იქნება და ტანის ყოველ მდგომარეობას გამოეხმაურება, იქნება ცოცხალი, ბუნებრივი და მაქსიმალურად გამომეტყველი. ერთის სიტყვით სავსებით კულტურული.

მესამე პოზიცია. მკლავები აწეულია ზევით მომრგვალებული იდაყვებით, ხელები მიმართულია შიგნით, ერთი მეორესთან ახლოს, მაგრამ ერთმანეთს არ ეხებიან და უნდა დაინახოთ თვალთ თავის აუწევლად. როცა ამთავრებთ მოძრაობას III პოზიციიდან II-ს განვლით, უნდა დაუშვათ მკლავები მოსამზადებელ პოზიციაზე: ამ მოძრაობის გაკეთება საჭიროა სრულებით უბრალოდ, მკლავი თვითონ მოვა სასურველ მდგომარეობაში, როცა მიაღწევს თავის საბოლოო მდგომარეობას ქვევით. საჭიროა თავი დააღწიოთ ზოგიერთი მასწავლებლის არა სწორ მანერას, მეტის მეტად გატყბილებულ პლასტიკას. როცა მკლავი მივა II პოზიციამდე, მაშინ ის გადააქვთ ცოტა უკან



ნახ. 18. მკლავების პოზიციები

და ამასთან აბრუნებენ ხელის გულს ქვევითკენ. ეს იწვევს ხაზის ტეხილობას, გამრუდებას. მოძრაობა გამოდის დამტკრეული, უმიზნოდ გართულებული და გატკბილებული. ვიმეორებ ხელი გადმოტრიალდება თვითონ ბუნებრივად, როცა ეს საჭირო იქნება. ეს ხელოვნური ხელის გადატრიალება—ტიპიური მოძრაობაა იმ მოცეკვავეთათვის, რომელნიც თავის თავს „პლასტიკებს“ უწოდებენ. მათ ღარიბ ტექნიკას ესაჭიროება ამისთანა მოკაზმულობა, რადგან სხვა საქმეზე ვერ ააგებდნენ ისინი თავის „ცეკვებს“, რასაკვირველია ჩვენ სკოლას ეს არ ესაჭიროება (ნახ. 17).

მკლავის მდგომარეობა არაბესკების დროს სხვანაირია. წინ გაქიმულ მკლავს, ხელი გაეშლება ხელის გულით ქვევითკენ. არ არის საჭირო იდაყვის ძალიან გაქიმვა და მხარის წინ გამოწევა. ფრანგული მანერა, ხელის მაღლა აღუნვა, ჰფარავს მთელი სხეულის გამომეტყველებას, ხაზს უსვამს მკლავებს, ყურადღებას აქცევს მკლავებს და არა საერთო ხაზს. ჩემი მანერა უფრო უახლოვდება იტალიურს, მაგრამ მოძრაობა უფრო თავისუფალია, თითები თავისუფალ მდგომარეობაშია, ხელი არ არის ისე გაქიმული.

PORT DE BRAS

Port de bras საფუძვლად უდევს მკლავების დიდ მეცნიერებას კლასიკურ ცეკვაში. მკვლავები, ფეხები და ტანი ვითარდებიან ცალცალკე განსაკუთრებული ვარჯიშებით; ვითარდება ფეხების კუნთები, ტანის დაკავების ხერხი, მაგრამ მხოლოდ სწორად განვითარებული მკლავები ამთავრებენ მოცეკვავის მხატვრულ გარეგნობას და მთლიან ჰარმონიას მიანიჭებენ ცეკვას. თავი აძლევს ცეკვას საბოლოო შნოსა და სილამაზეს.

ზოლო მთელ ნახაზს ამთავრებს მოცეკვავის გამოხედვა. თავის მობრუნება, მზერის მიმართულება გადამწყვეტ როლს ასრულებს ყველა არაბესკის, ატიტიუდის და ყოველი სხვა პოზის შესრულების დროს.

Port de bras—ტეკვის ყველაზე ძნელი ნაწილია, რასაც დიდი მუშაობა სჭირდება და ზრუნვა. მკლავებით კარგად მოქმედება მაშინვე გამოამჟღავნებს კარგ სკოლას. განსაკუთრებით უძნელდება საქმე იმათ, ვისაც ბუნებამ არ მიანიჭა ლამაზი მკლავები, იმათ უნდა მიაქციონ დიდი ყურადღება მკლავებს და თუ ყურადღებით ამოქმედდებიან მათ, შეიძლება მიაღწიონ მოძრაობის სილამაზეს. მე მიხედვოდა ისეთ მოწაფეებთან მეცადინეობა, რომლებსაც მშვენიერი მკლავები ჰქონდათ, მაგრამ port de bras-ს უცოდინარობა არ აძლევდა მათ მოძრაობის თავისუფლად შესრულების უნარს და მხოლოდ როცა ისინი შეისწავლიდნენ port de bras-ს მაშინ იწყებდნენ ხელებით თავისუფლად მუშაობას.

საჭიროა, რომ მკლავები მოსამზადებელ მოძრაობიდან დაწყებული შემრგვალდეს ისე, რომ იდაყვების წერტილი შეუმჩნეველი იყოს,—წინააღმდეგ შემთხვევაში იდაყვები შეჰქმნიან კუთხეებს და მკლავების საჭირო სიმრგვალე დაიკარგება. ხელი უნდა იყოს მოღუნული იდაყვთან ერთ დონეზე, ხელი უნდა დავიკავოთ და ძალიან არ უნდა მოვლუნოთ, რომ ხაზი არ გადატყდეს. ახლა ხშირად ვამჩნევთ ხელის გადამეტებულ გაჭიმვას, რაც მკვეთრ დაძაბულ ხაზს ჰქმნის. იდაყვები უნდა გვეჭიროს, თითები კი უნდა შეერთდნენ ისე, როგორც ნაჩვენები იყო. არ უნდა დაუშვათ ცერის გამოწევა. მხრები უნდა იყოს ჩაშვებული და უძრავი. საჭიროა მკლავების პოზიციები და port de bras ძალდაუტანებელი იყოს. მკლავების ყოველი მოძრაობა (პოზა) უნდა შესრულდეს იყოს 1 პოზიციის განვ-

ლით. ეს პრინციპი უნდა გატარდეს, როგორც ცეკვებში იატაკზე, ისე ცეკვებში ჰაერში.

როგორც კი იწყებენ port de bras-ს შესწავლას, შესრულებას იმთავითვე ეძლევა უფრო არტისტიული, დამთავრებული ხასიათი. ხელი უკვე იწყობს „თამაშს“.

თუ ჩვენ არ მოვითხოვთ ხელისაგან სხვას არაფერს გარდა იმისა, რომ მას ეჭიროს სწორი მდგომარეობა მთელი მკლავის მიმართ, სანამ მთელი ყურადღება მიქცეულია ფეხების დამუშავებაზე, ეს იმიტომ, რომ ამაში სახიფათო არა არის რა. ამას გარდა, მკლავის უძრავობა, დამოუკიდებულობა ფეხების მოძრაობის მიმართ, თავისუფლება — ძალიან მნიშვნელოვანი ეტაპია მოცეკვავის საერთო აღზრდაში. ბავშვების და დამწყებების მკლავი ჰბაძავს ფეხის მოძრაობას, მიისწრაფვის მონაწილეობა მიიღოს ფეხის მუშაობაში, მაგ. rond de jambe-ის დროს მკლავები შემოხაზავენ ერთგვარ წრეებს. როცა კი მოწაფე შესძლებს გააცალკევოს ფეხების და მკლავების მოძრაობები, ფეხის დაძაბულ მუშაობის დროსაც კი შესძლებს, დასტოვოს მკლავი წყნარ მდგომარეობაში,—ეს უკვე ნაბიჯია წინ.

ამას გარდა, მკლავის აღზრდისათვის, მისი დამორჩილებულ და გარმონიულ მდგომარეობაში მოყვანისათვის საჭიროა გაცილებით ნაკლები დრო, ვიდრე ფეხების განვითარებისთვის, იმ ფარგლებში რომელიც საჭიროა კლასიკურ მოცეკვავისათვის. ფეხი ვითარდება, მაგრდება, ეჩვევა დისციპლინას დიდი და ხანგრძლივი ყოველდღიური მუშაობის შედეგად. რაც არ უნდა ცოტა დრო გაუნაწილოთ მკლავებს ფეხებთან შედარებით, ისინი ყოველშემთხვევაში ასწრებენ მიიღონ ჯეროვანი განვითარება. მოვიგონოთ თუნდაც ის „პლასტიური ქალები“, რომელნიც რამდენიმე თვეში შეიმუშავებენ შნოიან ხელებს, იმ დროს

როცა ტანი და ფეხები არ არის გამოსული თავისი პირველყოფილი მდგომარეობიდან. ამიტომ იმ ვარჯიშობის დროს, რომელიც მიმართულია ფეხების განვითარებისაკენ ხელი შეიძლება დარჩეს უძრავად მხოლოდ, სწორად უნდა იყოს დაკავებული. Port de bras-ს დროს ხელი იღებს მონაწილეობას მოძრაობაში და აძლევს მას იერს და ელფერს. აქვე იწყებენ თავის მოძრაობის სწავლას და თავის სწორად დაკავებას, ისე რომ თავისაგან დამოკიდებულია მოძრაობის ყოველგვარი ელფერი. თავი ყოველთვის იღებს მონაწილეობას port de bras-ს დროს.

Port de bras ძლიერ მრავალფეროვანია და მრავალრიცხოვანი. ცალკე დასახელება ყოველ ფორმას არა აქვს. მოვიყვან რამდენიმე მაგალითს.

1) დადებით V პოზიციაში en isée, მარჯვენა ფეხი წინ. მოსამზადებელ პოზიციიდან მკლავები მიდიან I პოზიციაზე, III პოზიციაზე, იშლებიან II პოზიციაზე და ჩამოეშვებიან საწყის მდგომარეობაში, მოსამზადებელ პოზიციაზე. რომ მივანიჭოთ მოცემულ ვარჯიშს ის ხასიათი, რომელსაც მე მისგან მოვითხოვ, რომ „ამოვისუნთქოთ მკლავებით“, როგორც ვამბობთ ხოლმე გაკვეთილის დროს, უნდა შემდეგნაირად მოვიქცეთ.

როცა მკლავები მოვლენ II პოზიციაზე, გაშალეთ ხელები, გააკეთეთ წყნარი, ღრმა, მაგრამ არა უტრირებული შესუნთქვა, (არ ასწიოთ მხრები!) მოატრიალეთ ხელები ხელის გულით ქვევითკენ და ამოსუნთქვით რბილად ჩაუშვით ქვევით, ამავე დროს, დაუშვით თითების ოდნავი, რბილად „ჩამორჩენა“, მაგრამ ისე, რომ ამ მოძრაობას ხაზი არ გაუსვათ, ხელი არ დაამტვრიოთ და ამით არ იქნეს უტრირებული მოძრაობა.

თავი დაიბრება მარცხნივ, როდესაც მკლავები მოვლენ I პოზიციაზე, თვალები უყურებენ ხელებს, როდესაც მკლავები III პოზიციაზეა, თავი სწორად გიკავიათ; როცა მკლავები გაიშლება, თავი მობრუნდება და იხრება მარჯვნივ. თვალები ყველგან თან ახლავს ხელებს. მოძრაობის გათავებისთანავე თავი ისევ სწორადაა.

2) დადებით V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი წინ. მოსამზადებელ პოზიციიდან მკლავები მიდის I პოზიციაზე, შემდეგ მარცხენა ხელი—III პოზიციაზე, მარჯვენა ხელი—II პოზიციაზე, მარცხენა—II პოზიციაზე, მარჯვენა—III პოზიციაზე; მარცხენა ეშვება ქვევით მოსამზადებელ პოზიციაზე, გაივლის მას და აღის პირველზე, სადაც შეხვდება ქვეითკენ ჩამავალ მარჯვენა მკლავს. აქედან მოძრაობა მეორდება. თავი აჰყვება ამ მოძრაობას შემდეგნაირად: როცა მკლავები I პოზიციაზეა, შეხედეთ ხელებს თავის დახრით მარცხნივ, მეორე მდგომარეობაზე თავი გადიხრება მარჯვნივ; როცა მარჯვენა მკლავი III პოზიციაზეა, თავი გადიხრება და მობრუნდება მარცხნივ; მოძრაობის დამთავრებისას თავი—მარცხნივ.

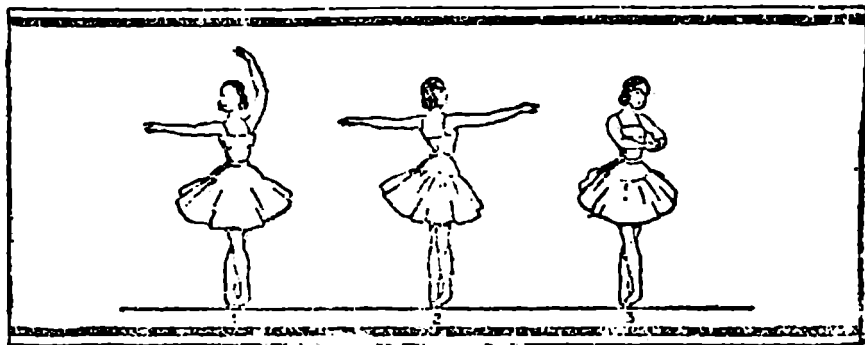
3) ეს ვარჯიში ეკუთვნის იტალიურ სკოლას; მაგრამ ჩვენთან იგი ახლა მეტად გავრცელებულია და მას ხმარობენ ყოველ ეკზერსისში. მაგრამ, რომ ეს port de bras მთელი თავისი არტისტიულობით გამოჩნდეს, უნდა დიდი მონდომებით დავამუშაოთ იგი, თუმცა მისი ფორმა ერთი შეხედვით არ არის რთული. ვეცდები დაწვრილებით აღვწერო ის, თუმცა სიტყვებით ძნელია გადახლართული დეტალების წყნარი და თავისუფალი სვლის გაგება.

V პოზიცია, მარჯვენა ფეხი წინ. მკლავები მიდიან I პოზიციის განვლით, მარცხენა III პოზიციაზე, მარჯვენა II პოზიციაზე. მარცხენა მკლავი იშლება II პოზიციაზე, ერთ-

დროულად ისე ძლიერ გაშალეთ მკერდი, რომ იგრძნოს ზურგმაც, ჩადრიკეთ ხერხემალი, გადასწიეთ მარცხენა მხარი ისე მძლავრად უკან, რომ სარკეში თქვენ ის კარგად დაინახოთ ზურგიდან და რადგან თქვენ ამ წუთში მიმართული ხართ მარცხნივ, ამიტომ წინ იქნება მარჯვენა მხარე. თავი იყურება მარჯვნივ. თუმცა ტანი ძალიან მიბრუნებულია, ტერფები სრულებით უძრავად დგას. შემდეგ მარჯვენა მკლავი გადადის I პოზიციაში, სადაც მარცხენა, ქვევიდან ამოტანილი შეხედება მას. ტანი ბრუნდება საწყისს პოზაში.

მივაქციოთ ყურადღება ახლა დეტალებს. როცა ერთი მკლავი III პოზიციაზეა და მეორე II პოზიციაზე, ხელები ამოვადლოთ ზევით და წავიღოთ ნაჩვენებ პოზაში, გავმართოთ ისინი ხელისგულით ქვეითკენ, გავჭიმოთ თითები, თითქოს ხელით ვჭრიდეთ ჰაერს, რომელიც მას არ ემორჩილება, რის გამოც ხელი მაჯაში ცოტა იღუნება, რჩება უკან.

როცა ორივე მკლავი მიაღწევს II პოზიციას, ტანი-კი მთლიანად მობრუნებულია ისე, როგორც საჭიროა, მკლავები თითქოს მორბილდება იდაყვებში, დაეკიდება კიდევაც რბილად და

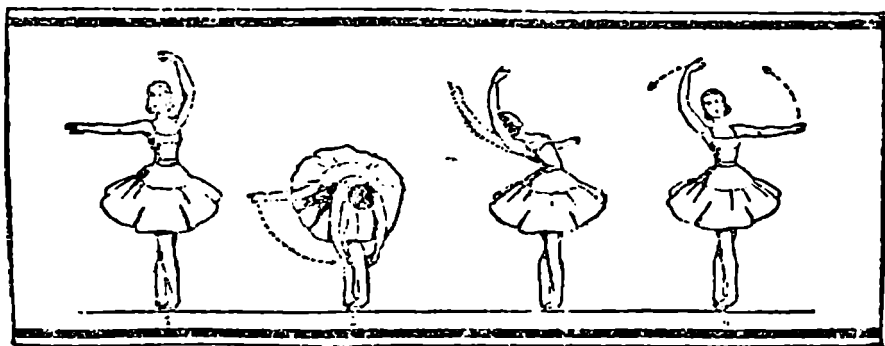


ფაბ. 19. Port de bras

უნებლიედ, როგორც „ფარული“: ეს გამოწვეულია ჩაზნექილი ზურგის დიდი დაძაბულობით და აძლევს პოზას და მოძრაობას უკვე არტისტულ და არა სასკოლო იერს. (ნახ. 19)

4) ამ port de bras-ს საერთოდ აკეთებენ გაკვეთილის ბოლოს, როდესაც მოელა სხეული უკვე ელასტიურია; ის ანვითარებს დიდ მოქნილებას.

დასაწყისში V პოზიციიდან, III პოზიციაზე აწეული მარცხენა მკლავით და II პოზიციაზე გაშვებული მარჯვენა მკლავით ტანი იხრება წინ თავთან ერთად და ტანი არ ჰკარგავს თავის მოყვანილობას ხერხემალში; მარცხენა მკლავი ჩადის ქვევით I პოზიციაზე, მარჯვენა მოსამზადებელ პოზიციის განვლით მოდის მარცხენასთან I პოზიციაზე, შემდეგ ტანი გადილუნება უკან მარცხნისაკენ მიბრუნებით ე. ი. მარცხენა მხარი გადიწევა უკან, მკლავები კი I პოზიციიდან მიდიან ასე: მარჯვენა აიწევა III პოზიციაზე, მარცხენა — გაშვებულია II პოზიციაზე; შემდეგ ტანი ბრუნდება საწყის მდგომარეობაში; რაც შეეხება მკლავებს — მარჯვენა მკლავი გაიშლება II პოზიციაზე, მარცხენა აიწევა III პოზიციაზე. (ნახ. 20)



ნახ. 20. Port de bras

5) Grand port de bras. დადებით პოზაში croisée უკან, მარცხენა ფეხი სდგას უკან (მარცხენა მკლავი III პოზიციაზეა, მარჯვენა—II-ზე) გააკეთეთ პლიე, მარჯვენა ფეხზე ჩაჯდომით და მარცხენა ფეხის უკან გაწევით; შეიძლება იდგეთ მთელ ტერფზე ან და ასწიეთ ქუსლი და დადებით თითებზე (პირველი ხერხის დროს სხეული უფრო ძლიერად მუშაობს და იხრება), ამ დროს ტანი ღრმად იხრება წინ, მას მოჰყვება მარცხენა მკლავიც, რომელიც არ კარგავს თავის ადგილს, III პოზიციაზე. უკანასკნელ წერტილამდე ტანის დახრის დროს უნდა ეცადოთ გეჭიროთ იგი სრულებით სწორად, ნუ მისცემთ თქვენ თავს მოკუზვის ნებას. რომ არ დაკარგოთ ტანის სწორი მოყვანილობა, მისი წინ ძლიერად დახრის დროს უნდა მაგრად გეჭიროთ გამართული ხერხემალი და ამით თავს დააღწევთ მოკუზულობას; ამ დროს მარჯვენა მკლავი ჩადის ქვევით და შეხედება მარცხენას I პოზიციაზე; ისიც არ კარგავს თავის ადგილს, ტანის შუა ადგილს, გულის პირდაპირ. როცა მიაღწევთ მკლავებით რამდენადაც შეგიძლიათ გაფართოებულ I პოზიციას, გასწორდით წელში და ერთდროულად გადაიყვანეთ ტანი მარცხენა ფეხზე, მარჯვენა მკლავი კი მიდის III პოზიციაზე. მარცხენა მკლავი II პოზიციაზე (მარჯვენა—მუდამ რჩება თავის წინ). გადაიღუნეთ უკან, ზურგის კარგი მოკეცით. თავი გადახრილია უკან მარცხენა მხარესკენ და პოზა ამრიგად მე-3-ე port de bras-ს პოზის ანალოგიურია. ე. ი. მარცხენა მხარი კარგად წაღებულია უკან. შემდეგ მარჯვენა მკლავი იზლება II პოზიციაზე, თავი მობრუნდება. მარჯვნივ, ტანი გასწორდება, მარცხენა მკლავი მიდის III პოზიციაზე და ჩაჯდომით თქვენ უბრუნდებით საწყისს პოზას croisée. (ნახ. 21).

ამ port de bras-ს აკეთებენ ხშირად იდაყიოს დროს დიდი პირუეტისათვის (ტრიალის) მოსამზადებლად, მაშინ მოძრაობა

ბოლომდე არ მიიყვანება, თქვენ რჩებით ჩაჯდომილ მარჯვენა ფეხზე გაფართოებულ IV პოზიციაზე, მარჯვენა მკლავით III პოზიციაზე და მარცხენათი II პოზიციაზე.

პირუეტისათვის en dehors მარცხენა მკლავ II პოზიციიდან III განვლით გამოისვრით წინ პოზაში *préparation à la piroquette*, მარჯვენას კი გაშლით II პოზიციაზე. პირუეტისთვის en dedans მკლავების ამავე მდგომარეობის მიღწევის შემდეგ ვრცელი წრიული მოძრაობით გადაიყვანეთ მომრგვალებული მარჯვენა მკლავი I პოზიციაზე, მარცხენა კი რჩება გაწეული II პოზიციაზე. აქედან აკეთებენ პირუეტს...

Port de bras-ს ორი უკანასკნელი სახე არსებითი მნიშვნელობისაა ჩვენს მეცადინეობაში. თუ მოცეკვავე მათ შეითვისებს, შეეძლება უთხრას თავისთავს, რომ შესაბამისობა თავსა, მკლავებსა და ტანის შორის მოპოვებული აქვს და გადადგმულია დიდი ნაბიჯი ტანის „თამაშის“ დაუფლებაში.

მე აღარ განვაგრძობ port de bras-ს სხვადასხვა მაგალითების მოყვანას, მათი სახის ცვლა შეიძლება დაუსრულებლივ; ძირითადი ელემენტების კომბინაციის გზით.



ნახ. 21. Grand port de bras

რამდენიმე შენიშვნა მკლავების მუშაობის შესახებ. თუ თქვენ შეასრულებთ *développé* და დგებართ მაგ. აწეული ფეხით II პოზიციაზე 90° სიმაღლეზე, მკლავებიც გაშლილია II პოზიციაზე, მოძრაობის გათავების დროს საჭიროა ჯერ დაუშვათ მკლავები, ფეხი ჯერ კიდევ გაჩერებულია, როცა მკლავებმა დაიწყეს უკვე მოძრაობა; ფეხის დაშვება ქვევით თავდება მკლავებთან ერთად. ეს აძლევს ფეხს კარგ გაწვრთვ-ნას და მოძრაობაც ღებულობს უფრო წყნარ აუჩქარებელ ხა-სიათს. როცა ასრულებთ პატარა ცეკვითი მოძრაობებს ალევ-როს ან ადაჟიოს, ე. ი. პატარა პოზების დროს, მკლავებს ნუ ასწევთ მაღლა. მხოლოდ დიდი პოზების დროს მკლავები უნდა იყოს სრულ სიმაღლეზე. ეს უნდა ვიქონიოთ მხედველობაში პატარა ადაჟიოს და ალევროს დროს, რომ არ გვექონდეს ზედ-მეტე მკლავების თამაში ფეხების მოძრაობის ანგარიშზე.

ეკზერსისში მკლავების მონაწილეობის მაგალითები

როცა გაკვეთილზე გვაძლევენ ფიგურებით გართულებულ ეკზერსისს, სხვადასხვანაირი ფეხის მოძრაობების კომბინაციით, მკლავები მონაწილეობას იღებენ საერთო მოძრაობაში და თამაშობენ მნიშვნელოვან როლს. მაგალითად *développé*-სთვის ბევრი სხვადასხვანაირი ფიგურებია და ყველა მათში შეყვანი-ლია მკლავების მოძრაობანი.

მაგალითი ძელთან

3 ronds de jambe en l'air en dehors გაჩერებით ჩაჯდო-მილ მარცხენა ფეხზე პოზაში *effacé* წინ იატაკზე, მთელი ტანი მიბრუნებული და დახრილი, მკლავთან ერთად, მდგომა-რეობით ფეხისაკენ. გაშალეთ ხელი თითქოს ფეხის ცერს მიუ-

თითეთ. შემდეგ გააკეთეთ 3 ronds de jambe en l'air en dedan გაჩერება პოზიაში effacé უკან იატაკზე, მარცხენა ფეხზე ჩაჯდომით, ტანი გადახრილია უკან თავი გადაწეულია მხარის იქით, თვალები უყურებენ ფეხის წვერს, მკლავი გაშვებულია მკერდის წინ, ხელის გულით ქვევითკენ, ხელი გაშლილია და აწეული მაღლა. დაამთავრეთ სამი battements frappés-თი.

Temps lié (შუა კლასში)

ეს არის საერთოდ მიღებული უმცროს კლასებიდან დაწყებული თანდათან გართულებული მოძრაობების კომბინაცია.

უმარტივეს temps lié-ს ასრულებენ შემდეგნაირად:

დადგით V პოზიციაში croisé მარჯვენა ფეხი წინ. გააკეთეთ demi-plié, ორივე I მკლავი პოზიციაზეა, მარჯვენა ფეხი მისრიალებს ფეხის ცერით წინ croisé-ს მდგომარეობაში, მარცხენა რჩება demi-plié-ზე. გადაიტანეთ ტანი მარჯვენა ფეხზე, გასწიეთ უკან მარცხენა ფეხის თითები, გადაიტანეთ მარცხენა მკლავი ზევით, მარჯვენა განზე, მოსწიეთ მარცხენა ფეხი უკან V პოზიციაში en face, demi-plié-ზე გადაიყვანეთ მარცხენა მკლავი I პოზიციაზე, მარჯვენა რჩება II პოზიციაზე, გაასრიალეთ მარჯვენა ფეხის ცერი განზე, მარცხენა ფეხი დატოვეთ demi-plié-ზე გადაიტანეთ ტანი გაქიმულ მარჯვენა ფეხზე (ამავე დროს გაშალეთ მარცხენა მკლავი II პოზიციაზე), მოსწიეთ მარცხენა ფეხი გაქიმული თითებით წინ V პოზიციაში demi-plié-ზე. ჩაუშვით მკლავები მოსამზადებელ პოზიციაზე გაიმეორეთ ყველაფერი მარცხენა ფეხით. ამავე მოძრაობას აკეთებენ უკან.

უფროს კლასებში შეიძლება temps lié-ს გაკეთება ფეხის 90°-ის სიმაღლეზე აწევით წინ, უკან და II პოზიციაზე. V პო-
62

ზიციიდან ნახევარ ჩაჯდომით მარცხენა ფეხზე, გააკეთეთ მარჯვენა ფეხით développé წინ croisé გადადიო, მარჯვენა ფეხზე attitude croisé მდგომარეობაში უკან, სწრაფად გააკეთეთ ნახევარ ჩაჯდომა (упасть) მარცხენა ფეხზე, მიიტანეთ ის მარჯვენა ფეხთან, რომელიც ილუნება მუხლისაკენ 90°-ით. გააკეთეთ développé მარჯვენა ფეხით II პოზიციაზე, და გადადიო ამ ფეხით ფეხის ნახევარ თითებზე, მარცხენა ფეხის 90°-ით აწევით II პოზიციაზე; გააკეთეთ demi-plié მარჯვენა ფეხზე მარცხენა მუხლში მოღუნვით; გამოიტანეთ მარცხენა ფეხი წინ, განაგრძეთ მოძრაობა. მკლავები ისე როგორც იატაკზე მოძრაობის დროს. Temps lié sauté შესდგება თანამიმდევრობით პატარა sissonnes tombées-საგან, მაგრამ ის ეკუთვნის ალუგროს.

V. კლასიკური სეკვის პოზები

ATTITUDES

სიტყვით attitude (ატიტიუდი) აღინიშნება პოზა, დგომა ცალ ფეხზე, როცა მეორე ფეხი აწეულია 90°-ით და გაშვერილია უკან მოღუნულ მდგომარეობაში. ამიტომ პოზას წინ, ჩვენ ვერ დავარქმევთ ატიტიუდს, რადგან ფეხი ამ დროს გაჭიმულია, გამართული. მე ამ პოზებს ვუწოდებ *développé croisé*-ს მდგომარეობაში და *développé effacé*-ს მდგომარეობაში. ატიტიუდის დროს საჭიროა იმავე მხრის მკლავის აწევა რა მხრივ ფეხია, მეორე მკლავი II პოზიციაზეა.

უკან წაღებულ ფეხს, უნდა ჰქონდეს უკან კარგად გაწეული მუხლი, ამასთანავე არ შეიძლება მისი ჩამოგდება. მოღუნული ფეხი ნებას აძლევს ტანსაც მოიღუნოს, ბრუნვის დროს მოძრაობა ღამაში და მსუბუქია, მაშინ როდესაც არაბესკის დროს გაჭიმული სწორი ფეხი მოღუნვის ნებას არ იძლევა და აძნელებს ბრუნვას. რომ უფრო ახლოს გავეცნოთ ატიტიუდს, განვიხილოთ მისი შესრულება ფრანგულ, იტალიურ და რუსულ სკოლების მიხედვით *croisé*-ს და *effacé*-ს მდგომარეობაში.

Attitude croisé

ფრანგული სკოლის დაცემის პერიოდის attitude *croisé*-ს ასრულებენ ტანის დახრით იმ ფეხისაკენ, რომელზედაც დგე-

ხართ, რის გამოც აწეული მკლავის მხარი გაცილებით უფრო მეტად აწეულია ვიდრე მეორე მკლავის მხარი.

იტალიურ სკოლას ახასიათებს სწორი ტანი, სწორი ზურგი. მთელი ნახაზის შინაარსი მდგომარეობს თავის პოზრუნებაში ან ამა თუ იმ მკლავის აწევაში.

ჩემი attitude croisée შემდეგია: სწორი მხრები, ტანი გადაზნექილი უკან, ზურგი გამართული კი არა, არამედ ჩაზნექილია, ფეხი ძლიერ წაღებულია უკან, თავი მკაფიოდ მიბრუნებულია მხრისაკენ, ტანი ატიტიუდის დროს აუცილებლად დახრილია ფეხისაკენ, რომლებზედაც დგებართ, მაგრამ უკან გაწეული ფეხის და ჩაზნექილი ზურგის გამო, მხრები სწორდებიან და ამრიგათ მიიღება სასურველი ფორმა. მკლავები შეიძლება გამოეცვალოთ, ავწიოთ მკლავი ფეხის მოწინააღმდეგე, მაშინ ტანიც დაიხრება მეორე გვერდზე, და პოზის სისწორე მაინც არ დაიკარგება; როდესაც ხერხემალი კარგად მუშაობს, შეგიძლიათ ათამაშოთ ტანი, როგორც გინდათ.



გან. 22

Attitude
croisée

Développé
წინ croisé

Développé
წინ effacé

Attitude
effacé

Attitude effacée

იტალიური attitude effacée ინარჩუნებს გამართულ ზურგს, მაგრამ ტანი მაინც შეკუმშულია, რადგან დახრილია მოღუნულ ფეხისაკენ. პირუეტის დროს პოზა ირღევია. მუხლი უნებლიედ ჩაშვებულია, ან პირიქით, მუხლი მალლა ადის და ჩაეშვება ფეხის ცერი.

ჩემი ატიტიუდი უახლოვდება ფრანგულს. ტანი მიმართულია ცოტა წინ იმ ფეხისაკენ, რომელზედაც დგეხართ; მკლავები და მთელი პოზა მიისწრაფვის ერთი მიმართულებით, რითაც ეს ატიტიუდი გაფრენის შთაბეჭდილებას სტოვებს. განსხვავება ფრანგულ ატიტუდთან ისეთივეა, როგორც attitude croisée-ს დროს, თუმცა ტანი მიისწრაფვის წინ და დახრილია იატაკზე მღვარე ფეხისკენ, მხრები მაინც ერთ სიმაღლეზე იქნება.

ეს ატიტიუდი ძალიან ხელსაყრელია ტრიალის დროს.

ARABESQUES

არაბესკი თანამედროვე კლასიკური ცეკვის ერთერთი ძირითადი პოზაა. არაბესკის სახეები დაუსრულებელივ მრავალგვარია. ცეკვაში მიღებული მთავარი ოთხი არაბესკი შემდეგია:

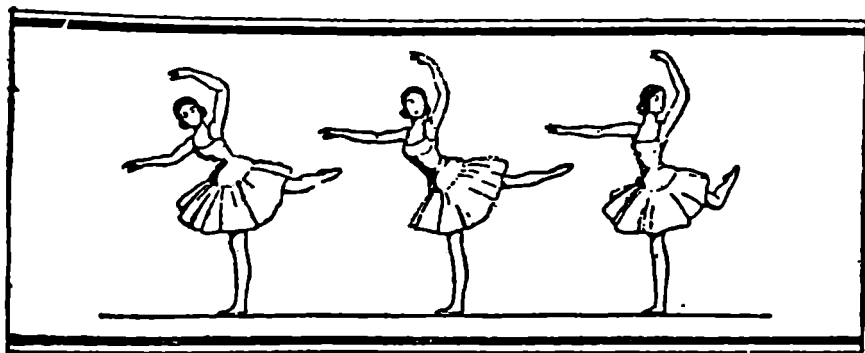
პირველი არაბესკი (წინად მას ეწოდებოდა გახსნილი, ouverte, allongée, მაგრამ, ახლა ეს სახელები მიტოვებულია). ტანი ეყრდნობა ერთ ფეხს, მეორე გაჭიმული და გამართული შორდება იატაკს და ადის ზევით არა ნაკლებ 90°-ის სიმაღლეზე. ფეხები effacé-ს მდგომარეობაშია, აწეული ფეხის საწინააღმდეგო მკლავი გაშვებულია წინ, მეორე გაწეულია განზე; ხელები გაჭიმულია და ხელის გულით მიმართუ-

ლია ქვევით--თითქოს ჰაერს ეყრდნობიან. ტანი მაისწრაფის წინ, თავი პროფილშია, ასეთივე მდგომარეობა უჭირავს მთელს სხეულს. მხრები გასწორებულია, როგორც ყველა არაბესკებში. არაბესკში გადამწყვეტ როლს ასრულებს ზურგი: ლამაზი მოხაზულობის მიღება შეიძლება თუ ზურგი კარგად არის დაყენებული. რომ უფრო ნათლად ავხსნა სწორი მდგომარეობა, გავარჩიოთ ფრანგული, იტალიური და ჩვენი არაბესკი.

ფრანგული არაბესკის პოზა უსიცოცხლოა, ტანი არ არის გაკავებული, გაქიმული არამედ პასიურად დახრილია წინ, მკლავი ხელოვნურადაა დაკავებული II პოზიციაზე, და ამიტომაც არააქვს ცოცხალი გამომეტყველი სახე.

იტალიური არაბესკი უკარგავს პოზას უსიცოცხლობას, ტანი გაკავებულია, მაგრამ დახრილი არ არის, ზურგი გამართულია მკლავი-კი II პოზიციიდან მკვეთრად გაწეულია უკან.

ჩვენი არაბესკი შემდეგია: ტანი დახრილია წინ, რომ წინ მისწრაფება ემჩნეოდეს ზურგი უსიცოცხლო არ არის, ენერგიულად ჩაზნექილია, წელში გაქიმული, მკლავი გაწეულია



ნახ. 23. Attitude effacée

ფრანგული

რუსული

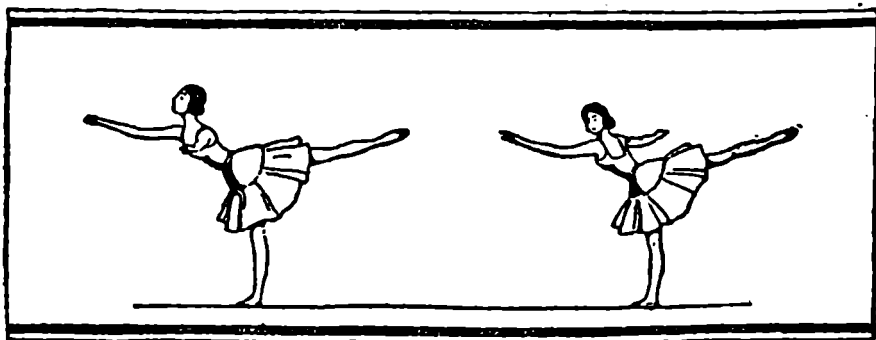
იტალიური

იმდენად, რამდენადაც ამას მოითხოვს მთელი ტანის მაგრად დაკბიმული კუნთები ე. ი. II პოზიციის ცოტა უკან.

მეორე არაბესკი. ტანი და მკლავები იმავე მდგომარეობაშია, როგორც პირველში, მაგრამ წინ გაშვერილია მკლავი შესაფერი უკან აწეული ფეხის შესაბამისად. მეორე მკლავი იმდენად გაწეულია უკან, რომ ხედავთ მას ტანის უკან. თავი მიმართულია მაყურებლისაკენ.

მესამე არაბესკი. ეს არაბესკი მიმართულია სახით მაყურებლისაკენ. ფეხი აწეულია უკან 90° *en arriere*. ტანი დახრილია წინ, გაკავებულია ზურგში. წინ გაშვერილია ის მკლავი, რომელიც შეესაბამება უკან აწეულ ფეხს, მეორე მკლავი გაშლილია განზე. სახე მიმართულია ამ მკლავისაკენ, თვალი თითქოს უყურებს მის მოძრაობას.

მეოთხე არაბესკი. ფეხები იმავე მდგომარეობაშია, როგორც მესამე არაბესკის დროს, მაგრამ წინ გაშვერილია მკლავი, აწეული ფეხის მოპირდაპირე ტანი, გაკავებული ზურგის მძლავრი ჩაზნექით, აკეთებს ბრუნვას. მეორე მკლავი ზურგის უკანიდან გამოიყურება. ეს არაბესკი მიმართულია



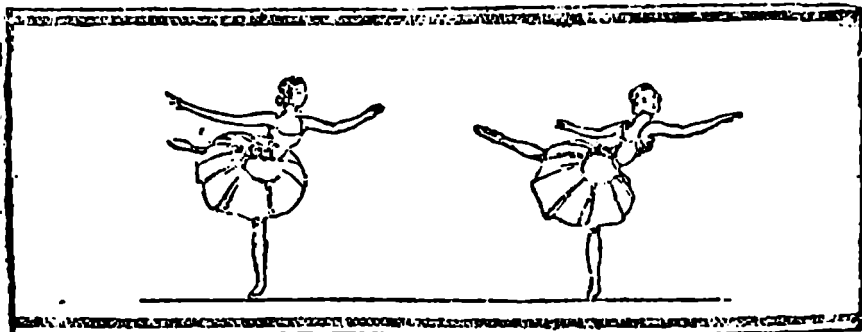
ნახ. 24. პირველი არაბესკი და მეორე არაბესკი

მაყურებლისაკენ ნახევარზურგით. თავი მიბრუნებულია მაყურებლებისაკენ და ხაზგასმით უჩვენებს თავის მიმართულებას მზერით. მხრები უნდა იყოს ერთ სიმაღლეზე. ტანი არ უნდა დახაროთ წინ. ეს ყველაზე ძნელი არაბესკია და საკიროა ყურადღებით მოვექცეთ მისი ფორმის გაგებას.

როცა ჩვენ მივმართავთ არაბესკის მდგომარეობაში ტრიალის შესრულებას, ჩვენთვის ნათელი გახდება ურთიერთი (ВЗАИМ-НАЯ) ღირებულება ფრანგული, იტალიური და ჩვენი არაბესკების.

ბრუნვის დროს ფრანგული არაბესკი არ იძლევა მოძრაობის განვითარების საშუალებას, იტალიურში ფეხი აუცილებლად მოიკეცება მუხლში, გასტეხს ხაზს, რასაც ჩვენ ხშირად ვამჩნევთ იტალიელ ქალებს. ჩემს მიერ მოცემული არაბესკი იძლევა მდგრადობას, ბრუნვის დროს ენერგიას, თანაც არ იკარგება დაკიმულობა მთელი პოზისა და ფეხისა.

როდესაც ტრიალით შეასრულებთ არაბესკს, ეს არაბესკი უნდა უცბათ გამოხატული იყოს; préparation-ის მდგომარეობიდან (IV პოზიცია croisé) უნდა წინ მდგარ ფეხის



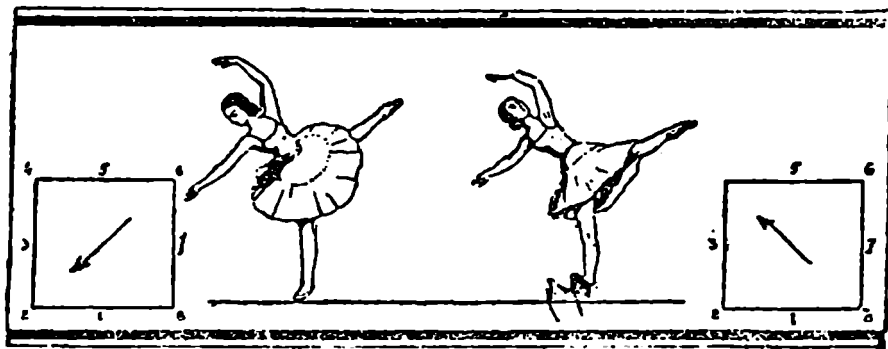
ნახ. 25. მესამე არაბესკი და მეოთხე არაბესკი

ქუსლით მოსხლტეთ იატაკს და მაშინათვე მიიღოთ ზუსტი არაბესკის მდგომარეობა, სხვანაირად ტრიალი არ გამოვა, ძალა დაიკარგება. თქვენ უნდა გქონდეთ ნათელი შეგნება იატაკიდან მოსხლტის ამოცანისა და აღარ უნდა გასწორდეთ მოძრაობის შესრულების დროს.

პოზა. ÉCARTÉE

Ecartée—პოზაა, რომელსაც აკეთებენ შემდეგნაირად.

Ecarté უკან. მარცხენა ფეხზე დგომით, გადაიტანეთ მარჯვენა ფეხი développé-ზე 90° ჩვენი გეგმის მე-4 წერტილისაკენ (ნახ. 1—3) ფეხი ძლიერ გადმობრუნებულია დაწყებული თედოდან. მთელი პოზა აღებულია ერთ სიბრტყეში დიაგონალით მაყურებლის მიმართ. აწეულია მარჯვენა მკლავი III პოზიციაზე, მეორე მკლავი II პოზიციაზე. ტანი უნდა იყოს გადახრილი გვერდზე, დამდგარი ფეხის მხრისაკენ, ზურგის მძლავრი დაკავებით. ტანი უნდა დაეკაოთ ბუნებრივად,



ნახ. 26. Écarté უკან და écarté წინ

მაგრამ იმდენად მარტივად არა, რომ არამხატვრული შთაბე-
ჭდილება შეიქნეს. თავი მობრუნებულია მარცხნივ.

Écarté წინ.—აწეული ფეხი მიმართულია წერტილ' 2-საკენ
(ნახ. 1—3); ამაყი და წარმოსადეგი პოზაა. მკლავი აწეული
ფეხის შესაბამისად, თავი იყურება იმავე მიმართულებით.
ორივე შემთხვევაში შეიძლება ორივე მკლავის აწევა ზევით.

VI. შემაჯიტი და ღამხმარი მოძრაობები

PAS DE BOURRÉE

კლასიკურ ცეკვაში, მოძრაობისათვის სარგებლობენ ცეკვითი და არა ჩვეულებრივი ნაბიჯით. ყველაზე გავრცელებული ნაბიჯია—pas de bourrée.

Pas de bourrée სხვადასხვაგვარია და მისი შესრულება შეიძლება ყველა მიმართულებით.

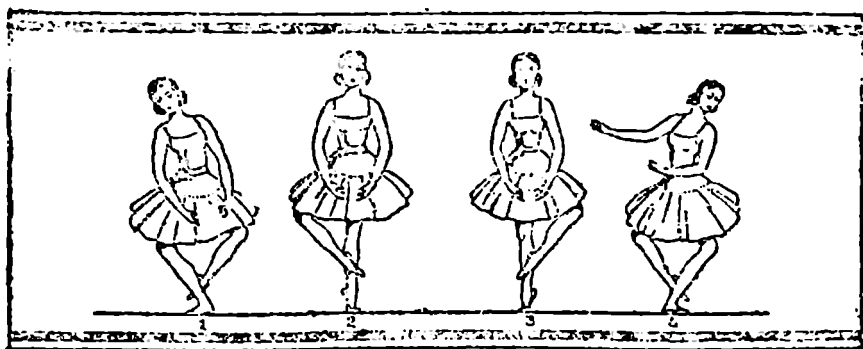
Pas de bourrée-ს დიდხანს ასრულებდნენ ჩვენში ფრანგული სკოლის რბილი ნახაზის მიხედვით. XIX საუკუნის ბოლოს, როცა გაძლიერდა იტალიელების გავლენა, pas de bourrée-ს შესრულება შეიცვალა. ფეხი ადის ზევით უფრო მკაფიოდ და მთელი მოძრაობა უფრო რელიეფურია. მე მხარი დაუჭირე pas de bourrée-ს ამ სახეს, რადგან მისი ღირსება პრაქტიკულად გამოვცადე.

უნდა მივაქციოთ ყურადღება იმას, რომ ფეხი მკაფიოდ აიწიოს იატაკიდან, სწავლის პირველ ხანებში ნახევარ თითებზე, შემდეგში-კი თითებზე.

Pas de bourrée იყოფა ორ ძირითად სახედ: ფეხების შეცვლით და შეუცვლელად. პირველ შემთხვევაში, თუ დავიწყებთ მოძრაობას მარჯვენა ფეხით, მოძრაობის დამთავრებისას წინ იქნება მარცხენა ფეხი. მეორე შემთხვევაში დარჩება მარჯვენავე ფეხი.

უმცროს კლასებში, pas de bourrée-ს გაცნობისათვის, ხმა-
რობენ ამ სახეს:

დადებით პოზაში croisé უკან (მარცხენა ფეხი დგას უკან
ფეხის თითებზე, მარჯვენა კი მთელ ტერფზე). მკლავები მო-
სამზადებელ პოზიციაშია. Demi-plié მარჯვენა ფეხზე. დად-
ებით მარცხენა ფეხზე ნახევარ თითებზე და მიიყვანეთ ის მარჯ-
ვენა ფეხთან; ასწიეთ მარჯვენა ფეხი sur le cou de pied წინ
პატარა მანძილზე (არ მიაკაროთ მარცხენა ფეხს), გადადით
მარჯვენა ფეხის ნახევარ თითებზე ადგილიდან გაუნძრევლად;
მარჯვენა ფეხი sur le cou de pied წინ, აღწერილი
წესით. სწრაფად დაეშვით მარცხენა ფეხზე demi-plié, croisé.
მარჯვენა ფეხი—sur le cou de pied უკან. მკლავები მიიღე-
ბენ croisé-ს პატარა პოზას. იგივე განმეორდება მეორე
ფეხით.



ნახ. 27. Pas de bourrée

მთელი რიგი ასეთი მოძრაობით შეიძლება დავიწყოთ pas de bourrée-ს შესწავლა, რის დროს ყურადღება უნდა მივაქციოთ იმას, რომ ფეხები კარგად ავწიოთ, თითები ძლიერ გაეჭიმოთ და მაგრად გექონდეს გაკავებული. ეს მიაჩვევს ფეხის ტერფს იმუშაოს pas de bourrée-ს დროს ისე, რომ როდესაც თქვენ გადახვალთ სწრაფ ტემპზე, მაშინაც ფეხის ტერფი იმოძრაავებს და არ იქნება უსიცოცხლო, რასაკვირველია, ეს მოძრაობა ისე მკაფიო და განაწილებული არ იქნება, როგორც სწავლის დაწყების დროს, მაგრამ მაინც საერთო მოძრაობაში მონაწილეობას მიიღებს.

Pas de bourrée. ფეხის შეუცვლელად

ამ pas de bourrée-ს ვასრულებთ მოძრაობის დასასრულს ფეხის გაშლით და განზე გადადგმით; აქ უნდა მივაქციოთ ყურადღება იმას, რომ განზე ნაბიჯის გადადგმის დროს, ფეხების შორის არ იყოს დიდი მანძილი.

მიიღეთ პოზა croisé, მარცხენა ფეხი უკან. მკლავები მოსამზადებელ პოზიციაში. როცა იწყებთ მოძრაობას ოდნავ აპკარით მკლავები და ისევ დაბრუნდით იმავე პოზაში.

Demi-plié მარჯვენა ფეხზე, გადადით მარცხენა ფეხის ნახევართითებზე, მარჯვენა ფეხი ასწიეთ წინ sur le cou de pied-ზე (როგორც ზემოთ აღწერილ პირველი ტიპის pas de bourrée-ს დროს) გადადით მარჯვენა ფეხის ნახევარ თითებზე მარჯვენისაკენ მოძრაობით; მარცხენა ფეხი უკან sur le cou de pied გააკეთეთ მარცხენა ფეხზე demi-plié, მარჯვენა გაშალეთ II პოზიციაზე 45°-ით, მკლავები გაშალეთ დაბალ II პოზიციაზე.

მოძრაობის გაგრძელებისათვის დადექით მარჯვენა ფეხზე და გააკეთეთ იგივე მეორე ფეხით, მარცხნივ.

ვიმეორებ, ყველა ამ მოძრაობების შესრულება შეიძლება სხვადასხვა მიმართულებით: წინ, უკან, *croisé*, *éffacé*, *écarté*.

თუ თქვენ აკეთებთ *pas de bourrée*-ს, *écarté*-ს მიმართულებით (ფეხების შეუცვლელად) მარჯვნივ, მაშინ გაჩერების დროს მარცხენა ფეხი იქნება *écarté* წინ; მარცხენა მხარეს მოძრაობის დროს, მარცხენა ფეხი გაიშლება უკან *écarté*-ს მიმართულებით.

Pas de bourrée dessus-dessous

Pas de bourrée-ს *dessus-dessous* შესწავლას იწყებენ შემდგომ კლასებში ნახევარ თითებზე.

1. *Dessus*. დადებით V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი წინ.

მკლავები მოსამზადებელ პოზიციაში. *Demi-plié* მარჯვენა ფეხზე, გაშალეთ მარცხენა ფეხი II პოზიციაზე 45° გადაიტანეთ მარჯვენა ფეხის წინ* და დადებით ამ ფეხის ნახევარ თითებზე.

მარჯვენა ფეხი ასწიეთ უკან *sur le cou de pied*-ზე ისევე, როგორც წინა შემთხვევაში; მოძრაობის ბოლოს მკლავები თანდათანობით იშლებიან II პოზიციაში. გადაიტანეთ მარჯვენა ფეხი მარცხენა ფეხის წინ და დადებით მის ნახევარ თითებზე, მარცხენა ფეხი—*sur le cou de pied* უკან. გააკეთეთ მარცხენა ფეხით *demi-plié*; მარჯვენა გაშალეთ II პოზიციაში 45°. მთელი მოძრაობა სრულდება მარჯვნივ.

* უნდა მივაქციოთ ყურადღება იმას, რომ ფეხი იყოს გადატანილი წინ არა ნახევარწრის მოხაზვით, არამედ სწორი ხაზით, II პოზიციიდან V-სკენ. ამით მომავალში თქვენ თავიდან აიცილებთ ამ მოძრაობის უშნო შესრულებას. *Pas de bourrée en tournant* შესრულების დროს ეს წვრილმანი უნებლიეთ მიგვაჩვევს კარგად დავეუფლოთ ზურგს, რომელსაც საკირო გამძლეობა ექნება.

2. Dessous. V პოზიცია, demi-plier მარცხენა ფეხზე, გაშალეთ მარჯვენა ფეხი II პოზიციაში და დადექით მარჯვენა ფეხის ნახევარ თითებზე, მარცხენა ფეხი მიდის sur le cou de pied წინ. გადადით მარცხენა ფეხის ნახევარ თითებზე მარჯვენა ფეხის უკან; მარჯვენა ფეხი მიდის sur le cou de pied წინ. გააკეთეთ მარჯვენა ფეხით demi-plier, მარცხენა ფეხი გაშალეთ II პოზიციაში 45°. მთელი მოძრაობა სრულდება მარცხნივ. მკლავები მოძრაობენ ისევე, როგორც წინა შემთხვევაში. Pas de bourrée-ს შესწავლის პირველ ხანებში მახვილი ხედება საბოლოო demi-plier-ს. შემდეგში მოძრაობა გადადის უმახვილო ფორმაში, სადაც ერთი პა სცელის მეორეს.

Pas de bourrée en tournant

ეს მოძრაობა ცეკვაში ხშირად უკავშირდება რომელიმე სხვა მოძრაობას, მას préparation-ის (მოსამზადებელი მდგომარეობა) სახით ხმარობენ.

Pas de bourrée-ს ყველა გარჩეული სახე შეიძლება გავაკეთოთ en tournant, მაგალითისათვის გავარჩიოთ შემდეგი შემთხვევა.

Pas de bourrée en dedans. დადექით V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი წინ. Demi-plier მარჯვენა ფეხზე, მარცხენა მიდის II პოზიციაზე 45°. დადექით მარცხენა ფეხის ნახევარ თითებზე და მოტრიალდით მარჯვნივ ნახევარ ტურით, მარჯვენა ფეხი გამოსრიალდება sur le cou de pied წინ. დამთავრეთ ტრიალი მარჯვენა ფეხის ნახევარ თითებზე, მარცხენა ფეხი sur le cou de pied უკან. გააკეთეთ მარცხენა ფეხით demi-plier, მარჯვენა ფეხი sur le cou de pied წინ.

ამ მოძრაობიდან შეიძლება განვავრდოთ pas de bourrée en dehors შემდეგნაირად:

Demi-plier მარცხენა ფეხზე, გაშალეთ მარჯვენა ფეხი II პოზიციაში, 45°, დადებით მარჯვენა ფეხის ნახევარ თითებზე, მოტრიალდით მარჯვნივ ნახევარ ტურით, მარცხენა ფეხი გასტრიალდება sur le cou de pied უკან. დაამთავრეთ ტრიალი მარცხენა ფეხზე, მარჯვენა ფეხი sur le cou de pied წინ, გააკეთეთ მარჯვენა ფეხით demi-plier, მარცხენა ფეხის გაშლით II პოზიციაში 45°.

მკლავები იშლება მოძრაობის დასაწყისში, II პოზიციაზე ნახევარ სიმალლეზე, მოიწევა მოსამზადებელ პოზიციაზე pas de bourrée-ს დროს, და იშლება კელავ საჭირო მიმართულებით, დამოკიდებული შემდეგი მოძრაობისაგან.

თავი, რაც შეიძლება დიდ ხანს არ აშორებს თავს მაყუჩებელს, შემდეგ გაჰყვება ტანის მობრუნებას.

PAS COURU

როცა ვასრულებთ pas de bourrée-ს რამდენჯერმე ზედიზედ, ჩვენ მივიღებთ pas couru-ს. უმეტეს ნაწილად მას ასრულებენ ჩქარი ტემპით. ამ პას ხმარობენ ძალიან ხშირად გამორბენისათვის დიდი ხტომების დროს მაგ. Jeté და განსაკუთრებით ხშირად კაცის ცეკვაში.

ხშირად იყენებენ ამ პას ქალის ცეკვაშიაც, ასრულებენ მას ფეხის თითებზე, სცენის დიაგონალზე მოძრაობის, ან მთელი სცენის ირგვლივ მოვლის დროს.

COUP É

ეს არის პატარა შუალედური temps—მოძრაობა, რომელიც ხელს უწყობს მეორე მოძრაობის დაწყებას. Coupé-ს აკეთებენ, როგორც მომზადებას, წაკვრას შემდეგი მოძრაობისათვის და მას ასრულებენ მუსიკალური ტაქტის წინ.

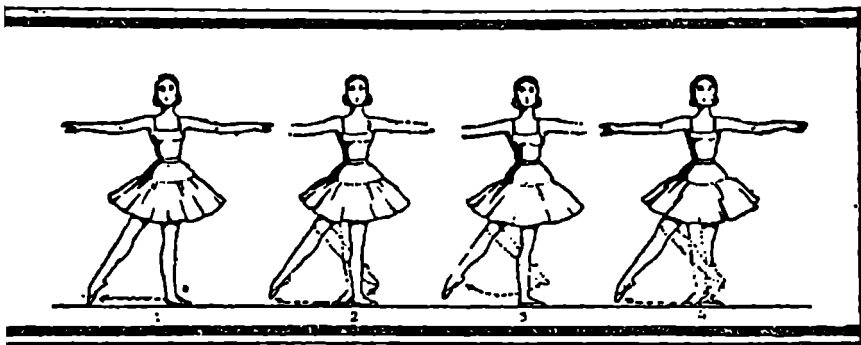
მაგალითად, მოცემულია pas ballonné წინ, იმ დროს, როდესაც თქვენ დგებართ პოზაში croisé უკან, მარჯვენა ფეხზე: პირველად უნდა გააკეთოთ coupé, demi-plié მარჯვენა ფეხზე, შემდეგ უნდა გადახვიდეთ მარცხენა ფეხზე demi-plié ე. ი. ჩაჯდეთ ამ ფეხზე მოკლე მოძრაობით, თითქოს მარცხენა ფეხით „დააბაკუნებთ“. მარჯვენა ფეხი მოდის sur le cou de pied და აქედან განაგრძობს მოძრაობას.

Coupé შეიძლება იყოს სხვა ფორმებშიაც, თანაბრად საჭირო მოძრაობისა (მაგ. Jeté en attitude გვ. 93)...

FLIC-FLAC

Flic-flac-ს ასრულებენ ეკზერსისის და ადაეიოს დროს, როგორც შემაერთებელ რგოლს ორი მოძრაობის შორის. მისი შესწავლის დაწყების დროს, ეკზერსისში, flic-flac-ს უკავშირებენ რომელიმე სხვა მოძრაობას, მაგ. battement tendu-ს.

უმცროს კლასებში flic-flac-ს en dehors აკეთებენ უფრო მარტივად ვიდრე დამთავრებულ ცეკვაში, სადაც ასრულებენ



ნახ. 28. Flic-flac

როგორც შემაერთებელ და გარდამავალ მოძრაობას. სახელდობრ მის შესწავლას იწყებენ ორი ტეპით შემდეგნაირად:

ფეხი გაშლილია II პოზიციაზე. პატარა გაქანებით გაასრიალეთ ფეხი V პოზიციით უკან, გაქიმულ ნახევარ თითებით, გაასრიალეთ უფრო შორს ვიდრე sur le cou de pied-ის მდგომარეობაში, რაც აუცილებლად მოხდება მოძრაობის გაქანებული ხასიათის გამო; გადააგდეთ ფეხი II პოზიციაზე და ამავე მოძრაობით გაშალეთ ის წინ. აქაც ის გაივლის უფრო შორს ვიდრე sur le cou de pied; გაშალეთ ფეხი კვლავ II პოზიციაზე.

უფროს კლასებში flic-flac-ს აკეთებენ ერთი ტეპით და საბოლოო მომენტში უნდა ახვიდეთ ფეხის ნახევარ თითებზე; შემდეგ ასრულებენ flic-flac-ს en tournant.

Flic-flac-ის en dedans შესრულება სრულებით ისეთივეა, მხოლოდ იმ განსხვავებით, რომ ფეხის პირველი გასვლა-წინაა მეორე-უკან.

Flic-flac en tournant

En dehors. თავდაპირველად ფეხი და მკლავები გაშლილია II პოზიციაზე; პირველი მოძრაობის დროს მკლავები შეერთდებიან ქვევით და თითქოს წაკრავენ ტანს en dehors ბრუნვისათვის. მეორე მოძრაობის დროს, როდესაც ფეხი მიდის წინ, ტანი მიიღებს საჭირო პოზას, ამასთან-პირველი მოძრაობა შესრულებული უნდა იყოს en face, მეორე კი ბრუნვაში.

En dedans. აკეთებენ პირიქით. ფეხის პირველი მოძრაობა წინ და ტანის ბრუნვა en dedans, მოძრაობა დამთავრებული უნდა იყოს საჭირო პოზით.

Passé შეესაბამება თავის ფრანგულ სახელწოდებას. ეს დამხმარე მოძრაობაა, რომელსაც გადაჰყავს ფეხი ერთი მდგომარეობიდან მეორეში. თუ ჩვენ ვდგევართ წინ აწეული ფეხით développé effacé და გვინდა გავატაროთ ფეხი არაბესკის მდგომარეობაში, grand rond de jambe-ის გაუკეთებლად, ჩვენ მოვხრით ფეხს მუხლში, მისი დატოვებით 90° სიმაღლეზე, გავატარებთ ფეხის ცერით იატაკზე მდგარ ფეხთან ახლოს, და გამოვიტანთ მას მე-3 არაბესკის მდგომარეობაში. ფეხის ამ გზის განვლას ეწოდება passé. ამ მოძრაობის გაკეთება შეიძლება აგრეთვე ხტომით, — დასახელება იქნება ისევ ისეთი.

Possé-ს გაკეთება შეიძლება იატაკზე, მაგ.: როგორც rond de jambe par-terre-ის დროს, — ეს იქნება passé I პოზიციაში.

TEMPS RELEVÉ

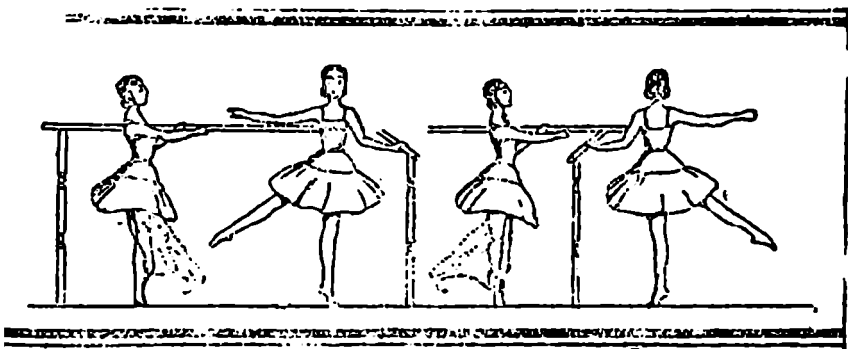
ფრანგული სახელწოდება ამ მოძრაობისა, რომელიც წარმოშობილია ზმნისაგან se relever (ასვლა) განსაზღვრავს მის ფორმას: relevé — ერთ ფეხზე ასვლა. ეს მოძრაობა ხშირად გვხვდება, როგორც მოსამზადებელი შემდეგი მოძრაობისათვის; მას განსაკუთრებული ფორმა ეძლევა, როდესაც გამოიყენებენ მოსამზადებელ მოძრაობათ ტრიალისათვის. ჩვენ მას აღეწერთ შემდეგ, ახლა კი დავიწყოთ ძირითადი სახიდან — petit და grand relevés.

Petit relevé

დადებით V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი წინ. გააკეთეთ demi-plié მარჯვენა ფეხი sur le cou de pied (წინ, როგორც ნაჩვენებია ნახაზზე; მარჯვენა მკლავი მოღუნულია I პოზიციაზე,

მარცხენა გაშლილია II პოზიციაზე; მარჯვენა ფეხი გამავალი მოძრაობით წინ, გაუჩერებლად გაიშლება II პოზიციაზე, 45°-ზე. ერთდროულად მარჯვენა მკლავი გაიწლება II პოზიციაზე. მარცხენა ფეხი, ერთდროულად ადის ნახევარ თითებზე. როცა ვიწყებთ ამ მოძრაობას, უნდა დავტოვოთ ფეხის ზედა ნაწილი (მუხლიდან ზევით) უძრავად, გავაკეთოთ ფეხის გადატანა II პოზიციაზე მხოლოდ ქვედა ნაწილით (მუხლიდან ქვემოთ) ისე, რომ ფეხის ზედა ნაწილმა არ გამოსცვალოს მდგომარეობა. ამნაირად, ფეხის ქვემო ნაწილი გაქიზებულია იმდენად, რამდენად მას აძლევს ნებას ფეხის ზედა ნაწილის კუნთების შეკავებულობა.

აქ ფეხი. შეიძენს მოძრაობის ახალ ფორმას, რომელიც ჩვენ ჯერ არ გვხვდებოდა. ეს არის ფეხის გადატანა წინ და უკან ფეხის ზედა ნაწილის გაუნძრევლად. სწორედ ეს იქნება ტრიალის შესწავლის საძირკველი, რადგან ტრიალის შესრულება შესაძლებელია ცალი ფეხით; ფეხის ასეთი ხერხით მოძრაობა კი მისი ქვემო ნაწილით, ნებას აძლევს ფეხს იმუშაოს, ტანის გაუნძრევლად.



ნახ 29. Temps relevé

Grand relevé

დასაწყისი ისეთივეა, როგორც petit relevé-სათვის, მაგრამ მარჯვენა ფეხი შეკეცილია მაღლა, ფეხის ცერით მუხლთან; demi-plier-ს შემდეგ ფეხი გაიშლება II პოზიციაზე 90° ასეთივე გამავალი მოძრაობით développé en avant-ზე გაუჩერებლივ. ასეთივე ასვლა, ნახევარ თითებზე და მკლავების ასეთივე მოძრაობები.

Relevé-ს ხმარობენ როგორც მოსამზადებელ მოძრაობას ტრიალისათვის იმ შემთხვევაში, როდესაც მათ შესრულებას იწყებენ არა ორი ფეხიდან (préparation IV ან V პოზიციდან) არამედ ერთ ფეხზე ღგომით, მაშინ როდესაც მეორე ჰაერშია. როდესაც ჩვენ ვაკეთებთ relevé-ს, როგორც დამხმარე მოძრაობას ბრუნვებისათვის, მისი შესრულება სხვანაირია: მარჯვენა ფეხი ასრულებს გაუჩერებლივ II პოზიციას და გამავალი მოძრაობით წინ ჩერდება sur le cou de pied; მთელ ამ ილეთს ფეხი გადის ერთი ტემპით, ე. ი. demi-plier-ზე, ჩაჯდომით, მეორე ტემპით კი შესრულებული უნდა იყოს ბრუნვა მარჯვენა ფეხით, რომელიც მიემხრობა მარცხენა ფეხს sur le cou de pied-ს მდგომარეობაში. Grand relevé-ს ასრულებენ, როგორც მოსამზადებელ მოძრაობას ბრუნვებისათვის II პოზიციაზე, 90°, ამასთანავე ამ relevé-ს ფორმა არ იცვლება, მას დაემატება მხოლოდ თვით ბრუნვა.

VII. ხ ზ ო მ ე ბ ი

კლასიკური ცეკვის ხტომები მეტად სხვადასხვანაირია. მა-
თი გარჩევის დროს ჩვენ დავინახავთ, რომ ისინი განიყოფე-
ბიან ორ ძირითად ჯგუფად. პირველ ჯგუფს ეკუთვნიან ხტო-
მები ჰაეროვანი; ასეთი ხტომის დროს მოცეკვავემ დიდი ძა-
ლით უნდა შეასრულოს მოძრაობა, უნდა შეჩერდეს ჰაერში.
მეორე ჯგუფს ეკუთვნიან ისეთი მოძრაობები, რომლებსაც ვერ
გააკეთებთ, თუ არ ასცდით იატაკს, თუ არ ახტით, მაგრამ
ეს მოძრაობები არ ისწრაფვიან სიმაღლისაკენ, ისინი იშლებიან
იატაკზე, როგორც მცოცავი მცენარენი.

ხტომის განვითარების დროს საჭიროა ვიხელმძღვანელოთ
შემდეგი მითითებებით:

1. ყოველი ხტომის წინ უნდა გააკეთოთ ნახევარჩაჯდომა
(demi-plié). მოცეკვავის იატაკიდან ასხლეტის დროს, ძალის
მომცემი მთავარი ფაქტორია ფეხის ტერფი და ამიტომაც სა-
ჭიროა ხტომის შემუშავების დროს მივაქციოთ განსაკუთრებუ-
ლი ყურადღება სწორ demi-plié-ს, ე. ი. ფეხის ქუსლები არ
მოვაშოროთ იატაკს.

2. თუ ხტომას ვაკეთებთ ორივე ფეხით, საჭიროა ხტომის
მომენტში დაძაბულად გაკიმული გვეკონდეს ფეხის მუხლი,
ტერფი და თითები. თუ ხტომას ვაკეთებთ ერთი ფეხით

მეორე კი იღებს იმ მდგომარეობას, რომელსაც მოითხოვს პოზა, მაშინ საჭიროა ზუსტად დავიცვათ ფეხის ზედა ნაწილის გადმობრუნებული მდგომარეობა და გამართული გვექნოდეს ზურგი (ე. ი. არ უნდა გამოაშვიროთ ღუნდულები).

3. ხტომის შემდეგ იატაკს უნდა შეეხოთ ჯერ ფეხის ცერებით, შემდეგ წყნარად, თანდათანობით გადახვიდეთ ფეხის ქუსლზე და ჩაეშვათ demi-plié-ზე რის შემდეგ ისევ გამართეთ მუხლები.

როგორც სამართლიანად ამბობს ვოლინსკი ელევაცია (სიმსუბუქე) შესდგება ორი ელემენტისაგან: თვით ელევაციისაგან და ბალონისაგან. ელევაცია ნიშნავს აფრენას, ადამიანი შორდება მიწას და აკეთებს მაღალ ხტომას ჰაერში, მაგრამ ასეთი ხტომა შეიძლება იყოს შინაარსს მოკლებული, ან აკრობატული ხასიათისა. რომელიმე აკრობატს შეუძლია ერთ რიგად დაყენებულ ათ კაცს გადაახტეს, ყველას გააკვირვებს მისი სიმარჯვე, მაგრამ ეს არ არის ელევაციის მაგალითი; ეს არის მექანიკური ფოკუსი, რომელიც აიხსნება კარგად გაწვრთნილი კუნთებით. რომ მივიღოთ ცეკვითი ელევაცია საჭიროა ხტომას დაუკავშიროთ ბალონი. ტერმინ ბალონით იგულისხმება ადამიანის უნარი შეინარჩუნოს ჰაერში ის პოზა და მდგომარეობა, რომელიც სჩვევია მას იატაკზე. ადამიანი თითქოს გაშეშებულია ჰაერში. და სწორედ მაშინ, როდესაც ჩვენ გვაქვს საქმე მაღალ ხტომასთან, რომელიც დაკავშირებულია ბალონთან, ჩვენ ვლაპარაკობთ კლასიკურ ელევაციაზე. ელევაცია ვითარდება მთელი რიგი მოძრაობების საშუალებით. იმ ხტომის განვითარებისათვის, რაც დაბოლოებული უნდა იყოს ორ ფეხზე დახტომით უნდა გამოვიყენოთ changement de pied; ხტომის „ტრამპლინურ ხასიათის“ განვითარებისათვის ცალ ფეხზე, მოძრაობით წინ და უკან განზე უნდა გამოვიყენოთ pas ballonné. ეს მოსა-

მზადებელი პა დიდ ელევაციისათვის საჭიროა შევასრულოთ დიდის დაქინებით, ყურადღებით, და დიდი რაოდენობით სწავლების მესამე, მეოთხე წლებში. ხტომების შესწავლას იწყებენ თანდათანობით და შორიდან: ბავშვებისათვის და ახლად დამწყებთათვის დასაწყებ ვარჯიშად ითვლება შემდეგი: დადებით პირველ პოზიციაში, demi-plié, ფეხის ქუსლების ასხლეტით იატაკიდან გააკეთეთ ხტომა, გაკიმული თითებით და ამოხეჩილი ტერფის ზურგით; დაშვების დროს შეეხეთ იატაკს ფეხის ცერით, შემდეგ მომენტში დაეშვით ქუსლებზე demi-plié-ზე, გასწორდით და გამართეთ მუხლები.

ასეთივე ხტომის გაკეთება შეიძლება II და V პოზიციებიდან. ამ ხტომებს ეუწოდებთ temps levé. შემდეგში, temps levé-ს შესწავლის დროს შუა დარბაზში, ჩვენ ხშირად ვასრულებთ მას ცალ ფეხზე, ე. ი. ერთი ფეხით ვაკეთებთ ნახტომს, მეორე ინარჩუნებს მდგომარეობას, რომელიც მიღებული ჰქონდა მას ხტომის წინ. ამის შემდეგ ჩვენ გადავიდეთ changement de pied-ზე (ფეხების გაცვლა გამოცვლა)-

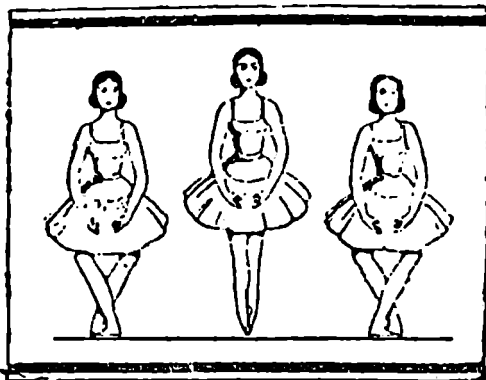
CHANGEMENT DE PIED

Petit changement de pied

დადებით V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი წინ; demi-plié, მოსხლტით იატაკს, შეხტით ზევით. ფეხის თითების გაკიმვით და ტერფის ზურგის ამოხეჩვით. იატაკზე დაშვებისთანავე, შეცვალეთ ფეხები, მარცხენა იქნება წინ. იატაკზე დაშვება საჭიროა ისეთივე წესით: ჯერ ფეხის ცერით, შემდეგ ფეხის ქუსლით, მოძრაობის დამთავრებით demi-plié-თი V პოზიციაში.

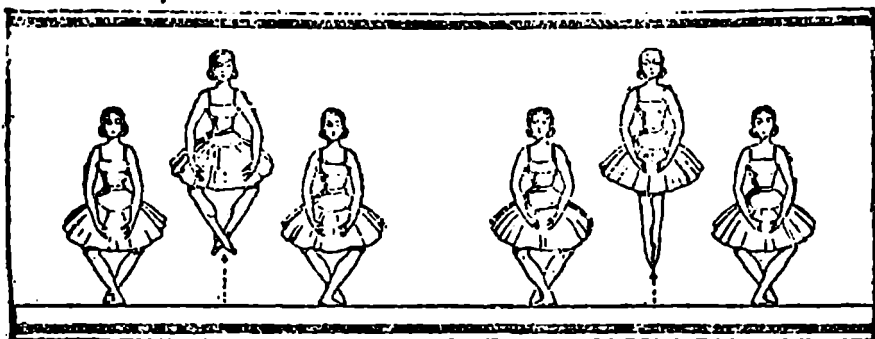
ეს ხერხი შეუშუშავებს ხტომის რბილ და ელასტიურ შესრულებას და დაუკარგავს მას ყოველგვარ მოუდრეკლობას.

ვინც ცეკვაში უფრო დაწინაურებულია, იმათთვის მე ვირჩევ მეორეგვარ petit changement-ს. ამ ხტომის შესრულება ისეთივეა, მაგრამ ხტომის დროს არ უნდა მოაშოროთ ფეხები იატაკს, ფეხის ცერი სულ მუდამ უნდა ეხებოდეს იატაკს, თქვენ თითქოს დგებით ფეხის თითებზე. მოძრაობას აკეთებთ განუწყვეტელი ჯაჭვით, ჩაჯდომზე შეუჩერებლად,



ნახ. 30. Petit changement de pied

თუმცა უნდა შევნიშნოთ, რომ ამ მოძრაობას მახვილი ექნება იატაკზე, demi-plié-ზე და არა ჰაერში. ამ სახით ეს ვარჯიში უფრო ენერგიულია და მეტი შედეგის მომტანია.



ნახ. 31. Grand changement de pied

იტალიური

რუსული

Grand changement de pied

ამ მოძრაობისათვის demi-plié-ს ვაკეთებთ უფრო ღრმად, რომ უფრო მეტად ავიწიოთ, უფრო მძლავრად ავსხლტეთ ფეხის ქუსლებით იატაკს, ავიწიოთ ჰაერში ფეხების ერთად დაკავებით და მხოლოდ უკანასკნელ მომენტში შევცვალოთ ფეხები. იატაკზე დაშვება საჭიროა იმავე თანამიმდევრობით, როგორც petit changement-ის დროს. არ არის საჭირო ფეხების გაცვლაგამოცვლის დროს ჰაერში მათი ფართოდ გაშლა. ამით თქვენ დაუკარგავთ changement de pied-ს ფორმას, რომლის შინაარსი არის ფეხების გაცვლაგამოცვლა V პოზიციაში. ფეხების გაშლა საჭიროა სწორედ იმ მანძილზე, რომელიც საჭიროა მათი გაცვლაგამოცვლისათვის.

იტალიურ ეკზერსისში changement de pied-ის დროს ფეხები მოღუნულია.

P A S É C H A P P É

Petit échappé

Demi-plié V პოზიციაში; ფეხის ქუსლებით მოსხლტით იატაკს და მაშინათვე, გაკეცილი თითებით და მუხლებით, ხტომით გადადით II პოზიციაში, demi-plié-ზე, იმ წესის ზუსტად დაცვით, რომელიც ნაჩვენებია plié-სათვის II პოზიციაში; უკან დაბრუნების დროს ისეთივე ხტომით, გაკეცილი თითებით და მუხლებით, დაამთავრეთ მოძრაობა V პოზიციაში.

ამ პას ვაკეთება შეიძლება IV პოზიციის მდგომარეობაში croisé და effacé, მკლავების სათანადო პოზაში დაკავებით. მაგრამ საერთოდ ასეთი პატარა ხტომების დროს მკლავების პოზები არ უნდა იყოს მაღალი. მკლავების მაღალი მდგომარეობა საჭიროა დიდი ხტომების დროს.

Echappé-ს შესრულების დროს, საჭიროა ადევნოთ ფეხ-
ყური, რომ demi-plié-ს ორივე ფეხზე თანაბრად შესრულებისა-
თვის, განსაკუთრებული ყურადღება მივაქციოთ échappé-ს
შესრულებას IV პოზიციაში.

Echappé-ს გაკეთება შეიძლება აგრეთვე ერთ ფეხზე დამ-
თავრებით. მთელი პა ისეთივეა, მხოლოდ დაბოლოვება იცვ-
ლება: ფეხები არ ბრუნდებიან V პოზიციაში, არაშედ ერთი
მათგანი მიდის sur le cou de pied წინ ან უკან. ამ échappé-ს
აკეთებენ, როგორც II, ისე IV პოზიციაში.

Grand échappé

თუ petit échappé-ს დროს ხტომაში ფეხებს ერთბაშით
ვშლით II პოზიციაში, grand échappé-ში, demi-plié-ს შემდეგ,
უფრო ღრმა ვიდრე ჩვეულებრივად, მაღალი ხტომის დროს,
რაც შეიძლება გავმართოთ შეერთებულად ფეხები V პოზიცი-
აში, და მხოლოდ იატაკზე დაშვებისას გავშლით მათ II პოზი-
ციაში. დაბრუნება V პოზიციაში საჭიროა აგრეთვე დიდი
ხტომის შემდეგ, ფეხის ქუსლების მძლავრი მოსხლეტით იატა-
კიდან.

ამ échappé ს დამთავრება შეიძლება ერთ ფეხზე ატიტი-
ულის, არაბესკის ან développé-ს წინ 90° მდგომარეობაში ე. ი.
საერთოდ დიდი პოზის მდგომარეობაში.

PAS ASSEMBLÉ

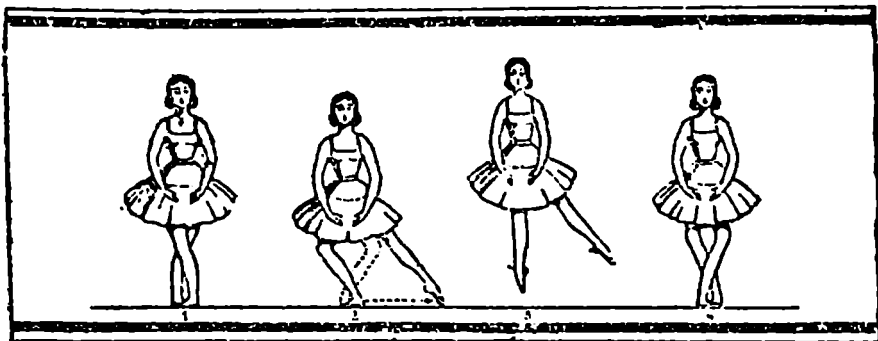
Assemblée არის მეტად მნიშვნელოვანი საწყისი ვარჯიში
ხტომის შემუშავებისათვის. ახლად დამწყებთათვის ეს არის
საიმედო საძირკველი და პირველი ნაბიჯი ცეკვისათვის. მიუ-
ხედავად მისი ერთგვარი სირთულისა, assemblée არის ერთერთი

დაწყებითი პა. *Assemblée*-ს შესწავლას ეკზერსისში იწყებენ ადრე, რადგან როდესაც მოწაფეები შეითვისებენ მის შესრულებას, დანარჩენი მათ უფრო გაუადვილდებათ.

დადექით V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი წინ, *demi-plié*, მარცხენა ფეხი გადადის სრიალა მოძრაობით განზე და გაჭიმული ეხება იატაკს ფეხის ტერით II პოზიციაში; მარჯვენა ფეხით, დატოვებული *demi-plié*-ზე მოსხლტით იატაკიდან გაჭიმული თითებით, მარცხენა ფეხი ერთდროულად მარჯვენასთან ბრუნდება V პოზიციაში წინ, *demi-plié*-ზე; ამ *demi-plié*-ს დამთავრებისთანავე მოძრაობა მეორდება მეორე ფეხით.

აუცილებელია თვალყური ადევნოთ II პოზიციის სიზუსტეს, ე. ი. არ უნდა მივცეთ ფეხს ნება გადაიხაროს მდგომარეობაში *écarté* წინ ან უკან. ამ პას ზუსტი შესწავლა უზრუნველყოფს შემდეგში მისი უფრო რთულ ფორმის – დიდი *assemblée*-ს სწორ შესრულებას.

Assemblée-ს აკეთებენ უკანაც შემდეგნაირად: V პოზიციიდან, მარჯვენა ფეხი, რომელიც დგას წინ გაიტანეთ II პოზიციაში და დასასრულ დადგმით უკან V პოზიციაში.



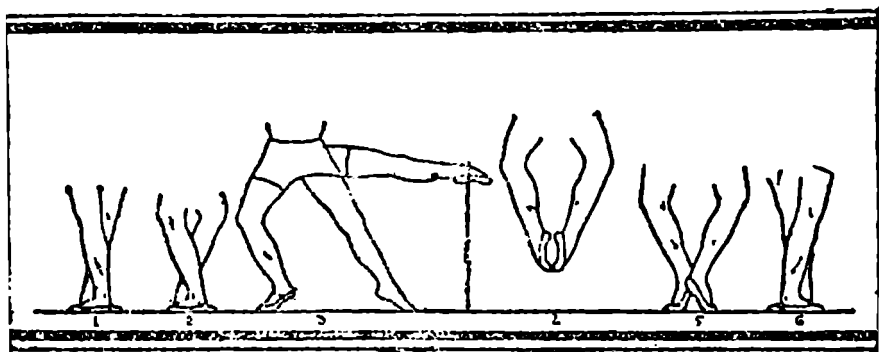
ნახ. 32. *Assemblée*

შემდეგ უფრო ძნელ სტადიაში ფეხი გადის II პოზიციას 45° სიმაღლეზე. დასასრულ შეისწავლიან დიდ assemble-ს.

დიდი assemble-ს დროს, თუ მას ვასრულებთ უკან, მარჯვენა ფეხს გამოვისვრით 90°, როგორც დიდი ბატმანის დროს, შემდეგ დიდი ხტომა გადაიყვანს მოცეკვავეს განზე. ამ მომენტში უნდა მარცხენა ფეხი მიიტანოთ მარჯვენასთან წინ და შეერთებული, ორივე ფეხით ჯერ შეჩერდეთ პაერში და მერე ერთდროულად დაეშვათ V პოზიციაში, demi-plié-ზე.

იტალიელები ხტომის სიმაღლის გადიდების შთაბეჭდილებისათვის, დიდი ბატმანის შემდეგ მოკეცავენ ფეხებს V პოზიციაში დაშვების წინ. ფეხების ეს მოკეცვა ხტომის დროს, ანიჭებს ცეკვას გროტესკის ხასიათს, და არღვევს მის კლასიკურ ხაზს.

ზოგჯერ ეფექტის გაძლიერებისათვის ჩვენ მივმართავთ დიდი assemble-ს შესრულების დროს მუხლების ოდნავ მოკეცვას ხტომაში, მაგრამ ამას ვაკეთებთ ისე, რომ ფორმის სისწორე არ დაირღვეს.



ნახ. 33. იტალიური assemble

დიდ *assemblée*-ს მიემართავთ ჩვეულებრივად შესრულების ყველაზე მოსაგებ, ხელსაყრელ მომენტში. რომ მძლავრად შევასრულოთ ასეთი დიდი მოძრაობა, უფრო ეფექტიური იქნება, რომ გავაკეთოთ ჯერ დამხმარე მოძრაობა, ანგლისადის სახით ან ასეთი ფორმის *préparation*-ი: უნდა გავაკეთოთ *grand développé en avant*, ჩავეშვეთ ამ ფეხზე *domi-plié*-ზე და იატაკიდან მძლავრი მოსხლეტით გადავტყორცნოთ მეორე ფეხი II პოზიციაზე 90°; იატაკიდან მოსხლეტა ხდება უფრო ენერგიულად და მთელი მოძრაობა მოიგებს თავის ეფექტიურობაში.

საერთოდ, რომ გამოვყოთ ხტომა და გავაძლიეროთ მისი შთაბეჭდილება, თან უნდა მივყავოთ არა ერთნაირი სიდიდის ხტომები, არამედ უფრო პატარა. საერთოდ ერთი მოძრაობის შთაბეჭდილება იზრდება მეორის ხარჯზე. მაგალითად, „დონ-კიხოტში“, სიზმარის სცენაში თანამიმდევრობით *soubressaut* და *assemblée*. მე ვაკეთებდი გარდამავალ *failli*-ს და ხტომის მთელ სიმძლავრეს ვტოვებდი *assemblée*-სათვის. ერთ ჩემ მოწაფისათვის მე დავდგი სხვანაირად: დიდი *soubressaut* და საშუალო *assemblée*—როგორც დამამთავრებელი მოძრაობა, ამნაირად გამოიყო და მკაფიოდ გამოჩნდა პირველი მოძრაობა, ე. ი. *soubressaut*.

დაუბრუნდეთ *assemblée*-ს შესრულებას მკლავების მუშაობას ამ მოძრაობის დროს.

Assemblée-ს შესწავლის დაწყების დროს არ ვუშვებ მკლავების მოძრაობას და ვცდილობ მხოლოდ იმას, რომ მოწაფეები შეეჩვიონ მკლავების თავისუფლად დაკავებას, რომ მკლავები არ ამოძრაონ დაძაბული უნებლიე მოძრაობით.

შემდეგ, უმცროს კლასებში სწავლობენ მკლავების მოძრაობებსაც.

უფროს კლასებში კი, პირიქით, როდესაც *assemble* მართვ ფორმაშია და ნელი ტემპით მიმდინარეობს, მე ვაკეთებინებ მას მოწაფეების მკლავების მონაწილეობის გარეშე. მხოლოდ უფრო რთული კომბინაციების დროს, რომელნიც გამოიმუშავენ უკვე მოცეკვავეს, მე შემყავს *assemble*-ს შესრულებაში მკლავების მონაწილეობა. *Assemble*-ს ასრულებენ ყველა მიმართულებით, წინ, უკან, *croisé*, *éffacé*, და ა. შ.

და ბოლოს საჭიროა *assemble*-ს ზუსტი დასრულება V პოზიციაში, გაკვეთილის დროს. რადგან სცენაზე, ცეკვის დროს გვიხდება რომელიმე პას არა სავსებით ზუსტად შესრულება, ამიტომ იმ მიზნით, რომ ცეკვის სწორი შესრულება არ დაიკარგოს, მოცეკვავემ ყოველდღიური ეკზერსისის პედანტურად და მუყაითად შესრულებით, უნდა შეინარჩუნოს თავისი ცეკვის ერთხელ და სამუდამოდ შემუშავებული ფორმები. რაც უფრო ბევრს ვარჯიშობს მოცეკვავე, მით ნაკლებ შეცდომებს დაუშვებს სცენაზე. ამაშია ყოველდღიური გაკვეთილის დანიშნულება.

P A S J E T É

ამ პას ფრანგული სახელწოდება კარგად გამოხატავს მის შინაარსს. *Pas jeté* ნიშნავს ფეხის გამოტყორცნას და მასზე დახტომას. მხოლოდ ასეთ ხასიათს *jeté* იღებს მაშინ, როცა ის სრული სახისაა—*grand jeté*-ს დროს. პირველადი შესწავლისათვის კი საჭიროა შემდეგი ვარჯიში:

დადებით. V პოზიციაში; მარჯვენა ფეხი წინ: *demi-plié*, მარცხენა ფეხი იშლება განზე სრიალით, თანაც გაიჭიმება მუხლი და ფეხის თითები, ფეხის ცერი ეხება იატაკს II პოზიციაში. მაშინ უნდა მოსხლტეთ მარჯვენა ფეხით იატაკს ხტომით, გაჭიმოთ ფეხის თითები და მუხლი, მარცხენა ფეხის დადგმით

მარჯვენა ფეხის ადგილას და დაეშვით ამ ფეხზე demi-plié-თი. მარჯვენა ფეხი მიდის sur le cou de pied უკან.

ამნაირია მოძრაობა წინ. მოძრაობის დროს უკან—განზე გაიშლება ის ფეხი, რომელიც სდგას წინ. მდგომარეობა sur le cou de pied—აგრეთვე წინ.

შემდეგ, jeté-ს შესრულება შეიძლება ყველა მიმართულებით; თანდათანობით, ცეკვის მანერის განვითარებისას, jeté-ს შესრულების დროს, მკლავებიც იღებენ მონაწილეობას სხვადასხვანაირ პატარა პოზებში. შემდეგ კი იწყებენ jeté-ს შესწავლას ფეხის გაწევით ჰაერში 45°, დიდ jeté-ს 90° და დიდ პოზებს.

აქ უადგილო არ იქნება ხაზგასმით აღვნიშნო jeté-ს შესრულების განსხვავება იტალიური სკოლის მიხედვით. იტალიური სკოლა ასწავლის ფეხების მალა აგდებას და მათი მკვეთრად მოღუნვას, მოძრაობა ღებულობს დიდ დაკიმულობას და ნახაზს ეძლევა გარკვეული გროტესკული ხასიათი.

Grand jeté

დიდი jeté-ს სცენაზე შესრულების დროს საჭიროა სულ სხვა მიდგომა, ვიდრე პატარა jeté-ს დროს. ის აღარ სრულდება V პოზიციიდან, არამედ ტრამპლინური ხასიათის მოძრაობებიდან, რაც აუცილებელი გარდამაკალი საფეხურია ყველა დიდი ხტომის წინ.

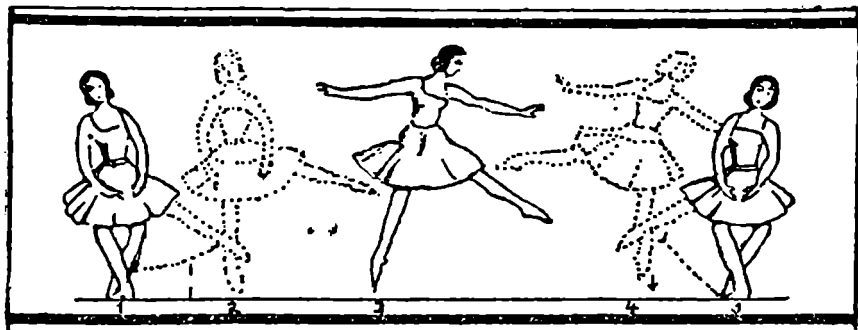
უნდა გავაქანოთ ტანი წინ, უნდა რამეს მოვსხლტეთ. ხერხები შეიძლება იყოს სხვადასხვანაირი: შეიძლება გააკეთოთ pirouette, რაც იძლევა უკვე საჭირო გამოკრბენას. ვაფები აკეთებენ glissade-ს, coupe-ს და jeté-ს, ამ მოძრაობის ჩვეულებრივ ფართო გამოკრბენას საკმარისად და დაუდევრათ შესრულებულს. მე უპირატესობას ვაძლევ უფრო რთულ მიდგომას,

რომელსაც შეჰყავს მუშაობაში მთელი ტანი და მკლავები; ამ მიდგომიდან წარმოიშვება საბოლოო პოზა, როგორც ლოლიკური აუცილებლობა. ეს არის enair—შემდეგი სახისა:

დადექით პოზაში enair, მარჯვენა ფეხი უკან. მძლავრად გადაიტანეთ ტანი მარჯვენა ფეხზე, გასწიეთ ეს ფეხი წინ IV პოზიციაზე effacé მძლავრი დარტყმით იატაკზე და ჩაჯექით მასზე, მთელი ტანის მოხრით ამ ფეხისაკენ. მოსხლტით იატაკს, კარგად ააგდეთ ფეხი 90° წინ და დაახტით მას; ჰაერში უნდა სცდილობდეთ შეჩერდეთ, უკვე ხტომის დროს მიღებული ატიტიუდის ან არაბესკის პოზაში. მკლავები გაივლიან შემდეგ გზას: როდესაც ტანი მძლავრად დაიხრება მარჯვნივ, მკლავები გაიშლებიან II პოზიციაში, როდესაც მთელი სიმძიმე გადატანილია მარჯვენა ფეხზე,—მკლავები შეერთდებიან მოსამზადებელ პოზაში ქვევით, ისინი თითქოს აძლევენ ფორსს (ძალას) ხტომისათვის; საჭირო პოზას მკლავები იღებენ I პოზიციის განვლით.

Jeté fermé

დადექით V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი წინ, demi-plié, გამოსტყორცნით მარცხენა ფეხი განზე, რაც შეიძლება მაღლა,



ნახ. 34. Jeté fermé

დაახტით ამ ფეხს, მთელი სხეულის სიმძიმის გადატანით ამ ფეხზე. მარჯვენა ფეხი გაიშლება განზე იმავე სიმაღლეზე, როგორც მარცხენა. დაეშვით demi-plié-ზე და მოსწიეთ მარჯვენა ფეხი წინ V პოზიციაში.

ამ მოძრაობას აკეთებენ ორი ტემპით: demi-plié ტაქტის წინ, პირველი ტემპი - დაყრდნობა მარცხენა ფეხზე demi-plié-თი მასზე დახტომის შემდეგ, მეორე ტემპი—საბოლოო V პოზიციაში.

ამ jeté-ს ასრულებენ წინ, უკან, croisé, effacé და écarté-ს მდგომარეობაში. მკლავები თანახლავენ მოცემულ პოზას.

Jeté passé

დადექით პოზაში croisé უკან, მარჯვენა ფეხით. გადადით მარჯვენა ფეხზე IV პოზიციაში effacé წინ, demi-plié, ტანის გადახრით მარჯვნივ და გაშალეთ მარჯვენა მკლავი წინ, ორივე მხრის გასწორებულად შენარჩუნებით, ე. ი. მარჯვენა მხრის დაუხრელად მარჯვენა ფეხისაკენ. ჩაჯდომის დროს გადასტოვრებით მარცხენა ფეხი უკან, რაც შეიძლება მაღლა. ხტომით



ნახ. 35. Jeté passé

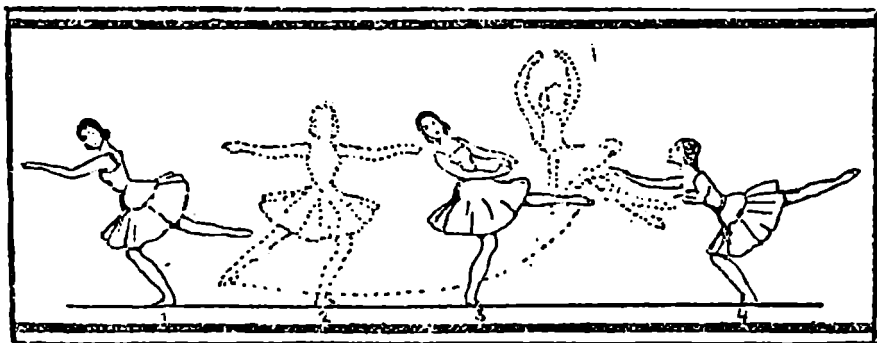
გადადით მარცხენა ფეხით მარჯვენა ფეხის ადგილას. მარჯვენა ფეხის გადატყორცნით attitude-ის მდგომარეობაში, ზურგის უკუხნეკით.

იგივე გააკეთეთ უკან.

Jeté entrelacé (გადასაკიდი)

ამ პას იწყებენ ავანსცენიდან მოშორებით (წერტილიდან 2, წერტილისაკენ 6, ნახ. 1, 3), რომ სახე სულ მუდამ იყოს მობრუნებული მაყურებლისაკენ. ასე ის უფრო ადვილად გასაგებია. შემდეგ ასრულებენ ამ პას სცენის სიღრმიდან, ირიბად (დიაგონალით) მოძრაობით მაყურებლისაკენ; ამ შემთხვევაში ყველა გაჩერებების დროს მაყურებლისკენ იქნებით მიქცეული ნახევარ-ზურგით.

დადექით პოზაში effacé უკან, მარჯვენა ფეხი წინ, demi-plié, მარცხენა ფეხი აიწევა 45°-ით, ტანი დაიხრება წინ (მარცხენა მკლავი წინ, თითქოს მე-2 არაბესკია) გაშალეთ მკლავები II პოზიციისაში, გააკეთეთ მარცხენა ფეხით demi-plié, ფართე ნაბიჯით უკან დიაგონალზე, ასხლტით, მარცხენა ფეხით.



ნახ. 36. Jeté entrelacé

გადახტით მარჯვენა ფეხზე, რომელიც გადატყორცნება ზევით, ფეხები თითქოს გადაიხლართება ახლოს ერთი მეორესთან, და მხოლოდ ამ მომენტში მოატრიალეთ ტანი მთელი ტურით, მკლავების აგდებით ზევით, ე. ი. ტანის შეკავებით en face-ში, რომ ტრიალი მოხდეს ხტომის დროს. გაჩერდით არაბესკის ან ატიტიუდის მდგომარეობაში.

როდესაც თქვენ სტყორცნით მარჯვენა ფეხს, უნდა თვალი ადევნოთ იმას, რომ ფეხმა გაიაროს I პოზიცია, რაც დაეხმარება მას მოძრაობის სისწორის შენარჩუნებაში ფეხების გადახლართვის დროს; წინააღმდეგ შემთხვევაში ფეხები გაფანტულად და ფართოდ გადიან და მოძრაობა ჰკარგავს თავის სწორ ნახაზს, რომ ტანი არ ჩამორჩეს, არამედ ემსახურებოდეს მოძრაობას. მკლავები II პოზიციაზე განვლით, იძლევიან ამისათვის ძალას; ამით ისინი ეხმარებიან ამ მოძრაობას.

Jeté renversé

Demi-plié-ს მდგომარეობიდან დიდი ბატმანით გამოსტყორცნეთ ფეხი II პოზიციაში 90°, გადახტით ამ ფეხით attitude croisé-ს მდგომარეობაში და გააქეთეთ renversé en dehors, მისი დამთავრებით V პოზიციაში.

ასეთივე მოძრაობა შეიძლება გავაკეთოთ უკულმა მიმართულებით, ე. ი. ფეხის გადატყორცნის შემდეგ II პოზიციაზე, მეორე ფეხი ხტომის შემდეგ გადაიტანეთ წინ 90° croisé და გააქეთეთ renversé en dedans.

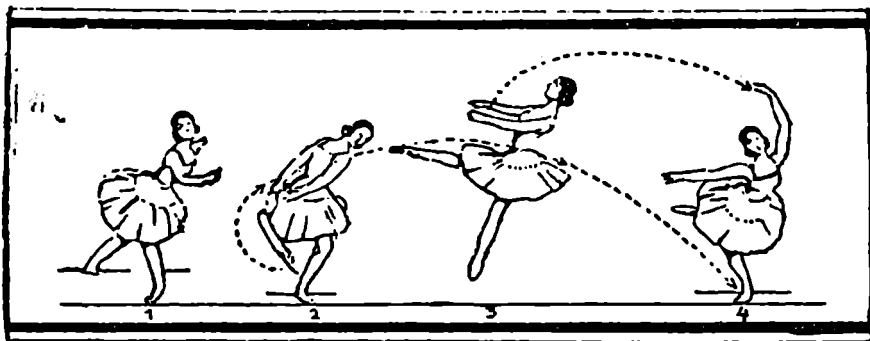
უნდა ყურადღება მიაქციოთ იმას, რომ ხტომა, მდგომარეობაში attitude დამთავრებულ იქნას en face, —renversé-კი იყოს შესრულებული ყველა წესების დაცვით, ე. ი., რომ ეს პა არ გამოვიდეს შესრულებული მაყურებლისკენ ზურგით, რაც შეიძლება მოხდეს, თუ თქვენ ადრე მობრუნდებით ზურგით ხტომის

დროს, attitude-დის მდგომარეობაში, ან ზემოთ აღწერილ უკუღმა პოზაში développée-ს წინ.

Jeté en tournant

იწყება მოსამზადებელ მოძრაობიდან. დადებით V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი წინ. გააკეთეთ პატარა *sissonne tombée* წინ მარჯვენა ფეხით IV პოზიციაში *croisé*, მარჯვენა ფეხზე *demi-plié*, შემდეგ დადგით უკან მარცხენა ფეხი და გადაიტანეთ მასზე ტანი *demi-plié*-თი, მარჯვენა ფეხი იტყორცნება წინ 90° და მოხაზავს წრეს ჰაერში, ამავე დროს ტანი აკეთებს ბრუნვას მარჯვნივ. მობრუნების დროს დაახტით მარჯვენა ფეხს *attitude croisée*-ს მდგომარეობაში.

რომ ძალა (ფორსი) მიიღოთ *sissonne tombée*-ს დროს, ტანი უნდა იყოს ძალიან დახრილი წინ. თუ მოძრაობას ვასრულებთ მარცხნივ, ტანი უნდა იყოს დახრილი მარცხნივ, მარცხნივ უნდა იყოს დახრილი თავიც და ამ მდგომარეობიდან უნდა მოიხაზოს წრე.



ნახ. 37. Jeté en tournant

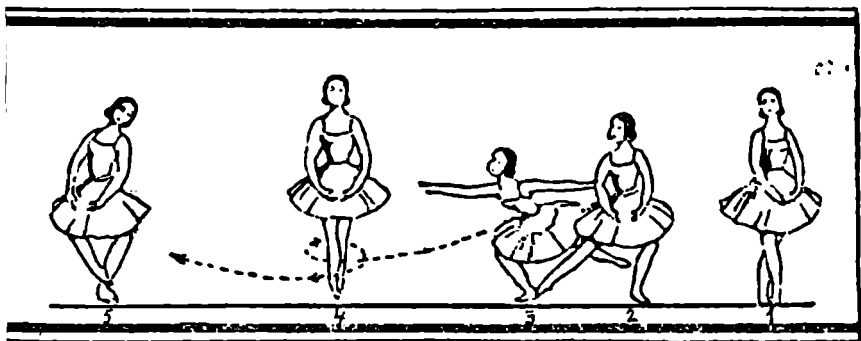
პირველადი *sissonne tombee*-ს დროს მარჯვენა მკლავი მოღუნულია I პოზიციაზე ტანის წინ, მარცხენა გაშლილია II პოზიციაში. როდესაც ტანი გადადის მარცხენა ფეხზე *demi-plié*-თი, მკლავები შეერთდებიან I პოზიციაში ძალის ალების წაკვრისათვის. მკლავები ამთავრებენ მოძრაობას მდგომარეობაში *attitude*.

Jeté en tournant (par-terre—მიწაზე)

ამ *jeté*-ს ჩვენ იმიტომ ვაძლევთ ასეთ სახელწოდებას, რომ ის მიმართულია არა ზევით, არამედ ჰორიზონტალურ სიბრტყეში, იგი იშლება იატაკზე, მისთვის დამახასიათებელია გაშხლართული ფორმა.

მაგალითისათვის ავიღოთ *jeté par-terre*, მიმართული დიაგონალით მარჯვნივ, და დავიწყოთ ის მარცხენა კუთხიდან უკან (წერტილიდან 6, წერტილამდე 2, ნახ. 1, 3).

დადექით V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი წინ, *demi-plié*, წინ წაკვრით დიაგონალზე, დაახტით მარჯვენა ფეხს *demi-plié*-თი, რომელიც გამოწეულია წინ *effacé*, სრიალა მოძრაობით; წინაა



ნახ. 38. Jeté par-terre en tournant

მიმართული აგრეთვე მარჯვენა მკლავიც, მარცხენა კი გაშლილია განზე. მარცხენა ფეხი უნდა მოსცილდეს იატაკს, რაც შეიძლება პატარა სიმაღლეზე, არა უმაღლეს 45° და მთელი ფიგურა მიიღებს გრძელ არაბესკის ტიპის გაშოტილ ფორმას. მარცხენა ფეხის მოწვევით მარჯვენასთან, მსუბუქი ხტომით, მარჯვნივ მთელი წრით ტრიალით დაახტით მარცხენა ფეხს. გაჩერება მარცხენა ფეხზე, *demi-plié-ზე* მარჯვენა ფეხი *sur le cou de pied*.

ჩვეულებრივად ამ *jeté-ს* აკეთებენ ზედიზედ, თანამიმდევრობით.

Jeté ნახევარ ტურის განვლით განზე

დადექით V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი წინ, *demi-plié*, მარჯვენა ფეხი გადიყვანეთ განზე *jeté-სათვის*, ხტომით გადადით ამ ფეხზე, მარჯვენა მირისკენ გადასვლით ნახევარტურით. გაჩერდით ზურგით *demi-plié-ზე*, მარცხენა ფეხი *sur le cou de pied* წინ. განაგრძეთ მოძრაობა, გადიყვანეთ მარცხენა ფეხი განზე, გადაფრინდით მარცხნივ ხტომით, ზურგით მაყურებლისაკენ და მხოლოდ უკანასკნელ მომენტში მობრუნდით პაერში ნახევარტურით. გაჩერდით *demi-plié-ზე*, მარჯვენა ფეხი *sur le cou de pied* წინ.

ამნაირად, პირველი მობრუნება სრულდება *en dedans*, მეორე—*en dehors*. ამ *jeté-ს* შესრულება შეიძლება უკუღმა მიმართულებით, სახელდობრ: დადექით V პოზიციაში, მარცხენა ფეხი წინ, დაიწყეთ მოძრაობა მარჯვნივ, *en dehors* ბრუნვით, დაამთავრეთ მარცხენა ფეხით *sur le cou de pied* წინ გაჩერებით, ზურგით *demi-plié-ზე*, განაგრძეთ მოძრაობა მარცხნივ. ბრუნვით *en dedans* და დაამთავრეთ მარჯვენა ფეხით *sur le cou de pied* უკან. აუცილებელია პირველ შემთხვევაში ბრუნვის დაწყებამდე ტანი იყოს *en face-ში* მეორეში—ზურგით.

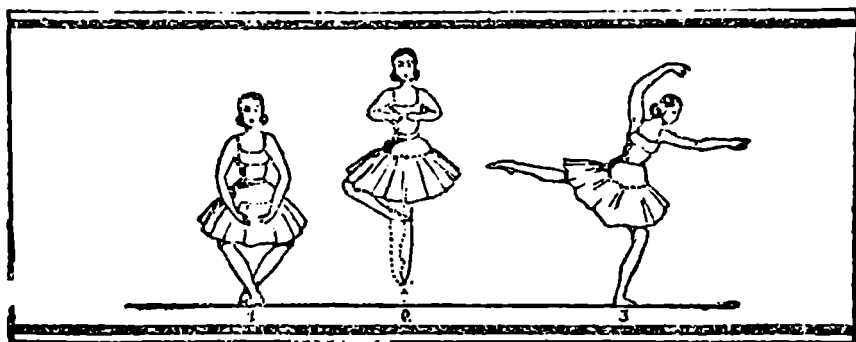
SISSONNE

Sissonne-ის სახის ვარჯიშები ფრიად სხვადასხვანაირია, ამ ცნობის ქვეშ შედის ყველა ხტომა ორი ფეხიდან ერთზე. გავარჩიოთ შემდეგი საყოველთაოდ სახმარი ფორმები.

Sissone ouverte

V პოზიციიდან, მარჯვენა ფეხი წინ, demi-plié, ხტომა ზევით, გააკეთეთ მარცხენა ფეხით demi-plié, გამოიტანეთ მარჯვენა ფეხი sur le cou de pied მდგომარეობის განვლით, საჭირო პოზაში 45°, განზე, წინ ან უკან. ხტომის დროს ფეხები შეერთებულია, თითები და ტერფის ზურგი გაკიმული და დაკავებული, როგორც ყველა ხტომების დროს.

როდესაც sissonne-ის შესწავლას იწყებენ ბავშვები ან ნაკლებად მომზადებული მოწაფეები, მოძრაობის გამარტივებისათვის შეიძლება ფეხის დაშვება იატაკზე II პოზიციაში. წინ, უკან, მისი ჰაერში დაკავების მაგივრად; ყოველ sissonne-ის დამთავრება საჭიროა assemblé ს დახმარებით.



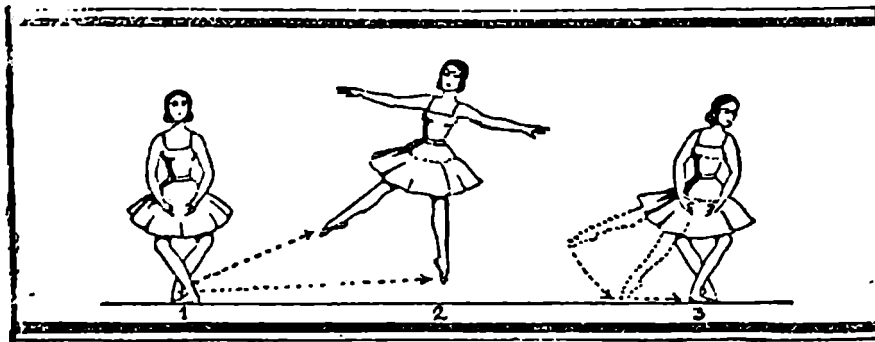
ნახ. 39. Sissonne ouverte en écarté

შემდეგ საფეხურზე იქნება ხტომა ფეხის აწევით 45° . უფროს კლასებში—ხტომა უნდა იყოს უფრო მაღალი და მძლავრი, თანაც ფეხი აიწვევ 90° attitude-ის, arabesque-ის, écarté-ს წინ, უკან და სხვა პოზაში. Sissonne ouverte-ის შესრულების გაუმჯობესების დროს, შეიძლება მისი შესრულება განზე გახტომით, თანაც, თუ თქვენ ხტებით წინ, პოზა იქნება უკან attitude ან arabesque; თუ ხტებით უკან, აწეული ფეხი მიიღებს პოზას წინ; écarté-ს პოზისათვის გადახტით განზე და ა. შ. საკირო პოზის მიმართულებასთან შეთანხმებით.

Sissonne fermée

აქ სანიმუშოდ გავარჩევ sissonne fermée-ს ერთერთ სახეს, დანარჩენების შესრულება ასეთივე იქნება, იცვლება მხოლოდ მიმართულება.

Sissonne fermée en écarté en avant. V პოზიცია, მარჯვენა ფეხი წინ, demi-plié, ხტომა არა ზევით, არამედ განზე; მთელი ფიგურა გახტება მარცხნივ, წერტილს 6 მიმართულებით (ნახ. 1,3), ღიაგონალით, მარჯვენა ფეხი გაიშლება წერტილ 2-საკენ და როდესაც მარცხენა ფეხი შეეხება იატაკს,



ნახ. 40. Sissonne fermée

მარჯვენა ამთავრებს V პოზიციაში მოძრაობას ერთდროულად მარცხენასთან; მარჯვენა ფეხი V პოზიციამდე მიდის ცერის იატაკზე სრიალით. ნახტომი უნდა იყოს პატარა და ფეხიც არ უნდა აიწიოს მაღლა.

Sissonne fondue

თუ ჩვენ გვინდა მაღალი ნახტომი, ფეხით აწეულ 90°-ზე, ეს იქნება უკვე sissonne fondue და არა sissonne fermée. მაღალი développé არ მისცემს ნებას მარჯვენა ფეხს დაამთავროს ხტომა ერთდროულად მარცხენასთან, და ფეხის მოწევა მიიღებს fondue-ს ხასიათს: საჭიროა ფეხი რბილად დადგათ იატაკზე, მისი ოდნავი მოღუნვით, და ფეხის ცერი არ უნდა გაუსვას იატაკზე. მკლავები და თავი მუშაობენ მოცემულ პოზისთან შეთანხმებულად. Sissonne fondue შესრულდება 45°-ზედაც.

Sissonne tombée

V პოზიცია, მარჯვენა ფეხი წინ, demi-plié, ხტომა ორივე ფეხის ასხლეტით ჰაერში. გარდამავალი მოძრაობით მარჯ-



ნახ. 41. Sissonne tombée

ვენა ფეხი მიდის sur le cou de pied, ან მუხლთან, იმის მიხედვით პატარა თუ დიდ პას გავაკეთებთ. გააკეთეთ მარცხენა ფეხით demi-plié, მაშინვე მარჯვენა ფეხი მიდის საჭირო მიმართულებით croisé ან effacé და თქვენ გააკეთებთ ამ ფეხით demi-plié-ს იმავე ტემპით. თუ ეს მოძრაობა წინახლავს დიდ ხტომას, რაც ხშირად გვხვდება განსაკუთრებით ვაჟთა ცეკვაში, ამ sissonne-ის დამთავრება შეიძლება მოძრაობით pas de bourrée და ეს ძალიან მოსახერხებელია შემდეგი ხტომისათვის.

Sissonne soubressaut

ზოგჯერ sissonne ouverte მიიღებს soubressaut-ის მსგავს ფორმას, მხოლოდ იმ განსხვავებით, რომ დაყოვნება (შეჩერება) ხდება ერთ ფეხზე arabesque-ის ან attitude effacée-ს მდგომარეობაში, მაგ. „დონ-კიხოტის“ უკანასკნელი აქტის ვარიაციაში. აქ განსაკუთრებით ხელსაყრელია და ეფექტიური ხტომების ასეთი თანამიმდევრობა: sissonne-soubressaut, demi-plié მარჯვენა ფეხზე პოზაში attitude, მარცხენა ფეხით coupé, მარჯვენათი—assemblée წინ გადახტომით écarté-ს მიმართულებით, კვლავ sissonne-soubressaut და ა. შ.

S O U B R E S S A U T

Soubressaut არის ხტომა ორი ფეხით ორ ფეხზე.

მოსხლტით იატაკს, გახტით წინ ერთმანეთზე მიკრული ტერფებით და გაჭიმული ფეხის ტითებით. ტანი ხტომის დროს ჯერ იხრება წინ, და შემდეგ ძალიან იზნიკება უკან, ისე რომ ფეხები გაიწევა უკან. უნდა მივაქციოთ ყურადღება იმას, რომ ფეხების შეერთების დროს, არ მივარტყათ ერთმანეთს წვივე-

ბი, რადგან ამ შემთხვევაში ჩვენ მივიღებთ calbriole-ის ფორმას; ბევრნი აკეთებენ ამ შეცდომას.

რომ მივიღოთ სწორი ფორმა, უნდა შევაერთოთ ტერფების მხოლოდ ქვედა ნაწილი. დაეშვით ერთდროულად ორივე ფეხზე. მკლავებს saubressant-ის დროს ეძლევა თავისუფლება. ისინი ასრულებენ ცეკვის საერთო ნახაზის შესაბამისს მოძრაობებს.

PAS DE CHAT

თუ თქვენ დგახართ V პოზიციაში, მარცხენა ფეხი წინ, გასტყორცნით ნახევრად მოღუნული მარჯვენა ფეხი უკან 45°-ით, ერთდროულად გააკეთეთ მარცხენა ფეხით demi-plié, მოსხლტით მარცხენა ფეხით, მისი უკან გატყორცნით ნახევრად მოღუნული effacé-ს მდგომარეობაში, მარჯვენა ფეხთან შესახვედრად; უნდა იყოს მომენტი, როდესაც ფეხები შეერთდებიან ჭაერში, როცა ერთი მეორეს ჩაუვლიან. დაეცით ჯერ მარჯვენა, შემდეგ მარცხენა ფეხზე, რომელიც გადის წინ IV პოზიციაში



ნახ. 42. Sissonne-saubressant attitude effacé-ს მდგომარეობაში

როდესაც ტანი მარცხენა ფეხზეა, მას უნდა ჰქონდეს პატარა დახრა წინ, რომ შემდეგში მიეცეს შესაძლებლობა უფრო ძალიან გადიზნიქოს უკან.

იმ მომენტში, როცა ფეხები ჰაერშია, მთელი სხეული იზნიქება უკან ძალიან ჩაზნექილი წელით. ამ პას განსაკუთრებულად ამკობს თავი, რომლის დაკავება შეიძლება სხვადასხვანაირად, ოღონდ ის სწორად შეეფარდოს მოძრაობას. მკლავები მსუბუქი აფრენით აღიან: მარჯვენა II პოზიციაში, მარცხენა კი წინ მოსამზადებელ მდგომარეობიდან დაბალ სიმაღლეზე. ხელები ჯერ ჩამოკიდებულია ქვევით, შემდეგ აავდებთ ზევით.

მკლავების მოძრაობა თავის ხასიათით ფეხების მოძრაობის ანალოგიურია—ისეთივე მსუბუქი ატყორცნა ზევითკენ,—ასე რომ მართლდება მისი სახელწოდება: „კატის პა“.

იტალიურ pas de chat-ს არა აქვს მოძრაობის ისეთი ხასიათი: თუ მარცხენა ფეხი იტყორცნება მსგავსი მოძრაობით, მარჯვენა, რომელიც მოძრაობს თავიდანვე, იტყორცნება II პოზიციაში, თანაც, ტანი ხაზგასმით არ აღნიშნავს მთელი პას სირბილეს, სიმსუბუქეს.

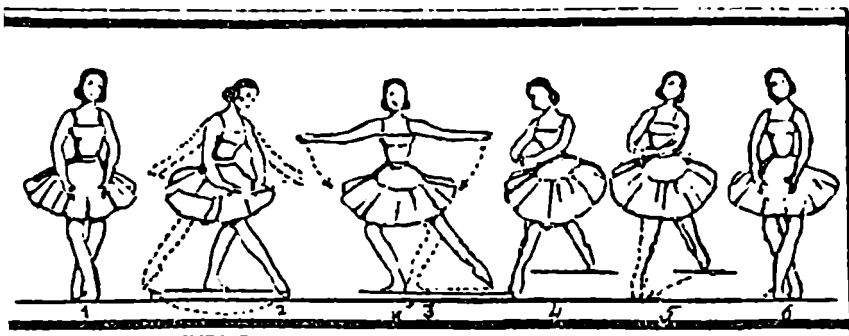


ფახ. 43. Pas de chat

PAS DE BASQUE

ეს მოძრაობა სამი ტემპით კეთდება შემდეგნაირად.

დადებით II პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი წინ. ტაქტის წინ: demi-plié, ააგდეთ ცოტათი მკლავები მოძრაობის წინ II პოზიციის მიმართულებით; მარჯვენა ფეხი მისრიალებს წინ, ნახევარ წრის მოხაზვით en dehors (მარცხენა-რჩება demi-plié-ზედ), ამ დროს მკლავები შეერთდებიან მოსამზადებელ პოზიციაში. თვლაზე „ერთი“, იატაკიდან აუშორებლივ, ხტომა მარჯვენა ფეხით და demi-plié, თვლაზე „ორი“, II პოზიციაზე გაშლილი მარცხენა ფეხი გაქიმული თითებით გადის პირველი პოზიციის გასრიალებით წინ croisé-ზე; მესამე, ბოლო ტემპით კეთდება ხტომა, რომელიც შეაერთებს ორივე ფეხს V პოზიციაში, demi-plié-ში. ეს ხტომა კეთდება იატაკზე და არა ჰაერში. სრიალა მოძრაობით ორივე ფეხი მოძრაობს წინ გაქიმული თითებით იატაკიდან აუშორებლივ. და მთავრდება V პოზიციაში. მკლავები თვალზე „ორი“ ასრულებენ I პოზიციას და თვლაზე „სამი“—ცოტათი შლიან ხელებს. აქედან უნდა განაგრძოთ მოძრაობა, მკლავები გაიყვანოთ II პოზიციაზე და ა. შ.



ხაზ. 44. Pas de basque

Pas de basque-ს უკან აკეთებენ ასევე: V პოზიცია, მარჯვენა ფეხი წინ, demi-plié, მარცხენა ფეხი მისრიალებს უკან ნახევარ წრის მოხაზვით en dedans, ხტომა მარცხენა ფეხზე; მარჯვენა ფეხი გასრიალდება I პოზიციის განვლით უკან, მდგომარეობაში croisé demi-plié, და თვლაზე „სამი“ — ფეხები შეერთდებიან ისეთივე სრიალა ხტომით, მხოლოდ უკან. მკლავები ისევე, როგორც pas de basque-ის წინ მოძრაობის დროს.

Grand pas de basque

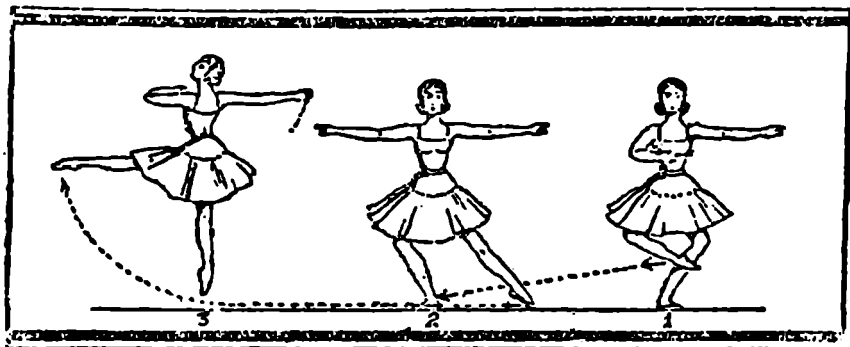
რომ მიეცეს ხტომას მეტი ძალა, ამ პას აკეთებენ ზევით ატყორცნილი მკლავებით. დაწყებისას აისროლეთ მკლავები II პოზიციაში და შემდეგ, მოსამზადებელი და I პოზიციის განვლით, ასწიეთ III პოზიციაში. ფეხები ასრულებენ ყველა მოძრაობას დიდ პოზიციებში. მარჯვენა ფეხით მოხაზეთ დიდი ნახევარწრე en dehors 90°, მარცხენა ფეხით demi-plié; მარჯვენა ფეხით მიიყვანეთ II პოზიციამდე და გააკეთეთ ამ ფეხით დიდი ნახტომი (მკლავები III პოზიციაზე), მარცხენა ფეხი მოლუნეთ მაღლა და გამოსტყორცნეთ წინ 90°, მკლავების თანდათანობითი გაშლით II პოზიციაზე. დაუშვით მარცხენა ფეხი იატაკზე წინ croisé და მოსწიეთ ფეხები საბოლოო პოზაში როგორც პატარა pas de basque-ის დროს. რომ ამ პას დასრულებული სახე მიეცეს, მოძრაობის დასაწყისში დახარეთ თავი და ტანი წინ და ასწიეთ ზევით იმ მომენტში, როდესაც მკლავებს გამოაგდებთ III პოზიციაზე.

უკან. გააკეთეთ მარცხენა ფეხით ნახევარი წრე en dedans ფეხის გატანით II პოზიციაზე 90°, დახტით მარცხენა ფეხზე, მარჯვენა მოლუნული გადის მაღლა, იშლება უკან, დაეცით მარჯვენა ფეხზე უკან, croisé. მოძრაობის დაბოლოება

და მკლავების მოძრაობა ისეთივეა, როგორც წინ pas de basque-ის დროს.

SAUT DE BASQUE

დადგენით V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი წინ. გააკეთეთ მარჯვენა ფეხით enroué ხტომის გაუკეთებლად, მისი აწევით მუხლთან და ერთდროულად მარცხენა ფეხის გააკეთეთ demi-plié. მარჯვენა ფეხი გასწიეთ გარდამავალი მოძრაობით II პოზიციაზე და იმ წამსვე მობრუნდით ამ ფეხზე ზურვით მარჯვნივ, მარცხენა ფეხის ზუსტი ამოტყორცნით II პოზიციაზე 90°. განაგრძეთ ბრუნვა ხტომით, მარცხენა ფეხზე დახტომით demi-plié-ზე, ამავე დროს მარჯვენა ფეხი იღუნება მარცხენა ფეხის მუალისაკენ. ეს მოღუნვა უნდა გააკეთოთ უწყალოდ იმის შემდეგ, როცა ფეხი მოშორდება იატაკს, არაფითარი დამატებითი მოძრაობების გაკეთება არ არის საჭირო, რასაც ხშირად ეხედავთ არასწორი ცეკვის დროს. ორივე ფეხი ამ პას დროს ძალიან გაშლილია, მით უმეტეს მარჯვენა, რადგან მისი მუხლი ძალიან გაწეულია განზე.



ნახ. 45. Saut de basque

მკლავები გაივლიან შემდეგ გზას: დასაწყისში მარჯვენა მო-
ლუნულია I პოზიციაზე, მარცხენა კი II-ზე: ტანის გადასვლას
დროს მარჯვენა ფეხზე, მარჯვენა მკლავი მიდის II პოზიციაზე
ერთდროულად მარცხენა ფეხთან, მარცხენა მკლავი გადის
მძლავრი წაკვრით ქვემოთ I პოზიციას, რაც ძალას აძლევს
ხტომას. აფრენის მომენტში მარცხენა მკლავი მოლუნულია
I პოზიციაზე, მარჯვენა გაწეულია II პოზიციაზე. მარცხენა
ფეხზე დაბრუნებისას მკლავებიც ბრუნდებიან საწყის მდგო-
მარეობაში.

შეიძლება მკლავების ატყორცნა მაღლაც III პოზიციაზე;
მაშინ პირველადი მდგომარეობიდან მკლავებს შლიან განზე
მოსამზადებელ და I პოზიციის განვლით და მაღლა ასწევენ
მათ, რომ გამოვიდეს კარგი აფრენა.

იმ შემთხვევაში, თუ ხტომას ვიმეორებთ ზედიზედ, ერთი
მეორეს შემდეგ, მკლავები აღარ ბრუნდებიან თავის საწყის
მდგომარეობაში, არამედ იშლებიან განზე საიდანაც გამო-
ქანებით იღებენ ძალას, შემდეგი ხტომისათვის, მოსამზადე-
ბელი პოზიციის განვლით.

GARGOUILLE

ეს ძველებური ფრანგული დასახელება დარჩა იტა-
ლიურ ეკზერსისში; ჩვენ ვუწოდებთ ამ პას rond de jambe
double...

დადექით V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი წინ. დაწყებითი
demi-plié-ს დროს მარჯვენა ფეხი აკეთებს rond de jambe en
l'air en dehors; როდესაც ეს მოძრაობა დამთავრება, და ფეხი
გაშლილია II პოზიციაზე, ხტომით გადადით მარჯვენა ფეხზე
demi-plié-ზე, იმავე მომენტში მარცხენა ფეხი აკეთებს rond

de jambe en l'air en dehors, მაგრამ ეს მოძრაობა იწესება და თავდება მარჯვენა ფეხის წვივიდან; ამის შემდეგ მარცხენა ფეხი მისრიალებს იატაკზე წინ, მდგომარეობაში *croisé, demi-plié*. რადგან ეს მოძრაობა ჩვეულებრივად გარდამავალია, მკლავები მოძრაობენ წინა პოზების მიხედვით.

ამ პას, *en dedans*-ს, იშვიათად ვიყენებთ და გავდივართ მხოლოდ გაკვეთილის დროს. მისი შესრულება შემდეგნაირია: დადებით V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი წინ, დაიწყეთ მარცხენა ფეხით *round de jambe en l'air en dedans*, და ამ ფეხზე დახტომით, *demi-plié*-თი, გააკეთეთ მარჯვენა ფეხით *round de jambe en dedans*, ისე რომ დაიწყეთ და გაათავოთ წვივთან. გაიტანეთ ფეხი უკან, იმ წესების მიხედვით, რომელნიც მოცემულია მოძრაობისათვის *en dehors*.

Gargouillade-ი შეიძლება გამოყენებული იქნას საბოლოო პათ (მოძრაობად) დიდ ვარიაციებში.



ნახ. 46. *Gargouillade (round de jambe doublé)*

დალექით პოზაში *croisé* უკან, მარჯვენა ფეხი უკან, ნახევარჩაჯდომა მარცხენა ფეხზე, მოკლე მკვეთრი დიდი ბატმანით გამოტყორცნით მარჯვენა ფეხი წინ *effacé 90°*, ტანის გადაზნექით უკან. მარცხენა ფეხი უერთდება მარჯვენას ჰაერში და მაშინვე გამართული გადის უკან იატაკზე 1-ლი პოზიციის განვლით პირველ არაბესკში; ამავე დროს მარჯვენა ფეხი დაეშვება იატაკზე *demi-plié*. აქ დამახასიათებელია ის მომენტი, როდესაც ორივე ფეხი ჰაერშია, თანაც ფეხების ეს „გაცვლაგამოცვლა“ ხდება ერთ ტემპში.

ასეთ ფორმაში *pas de ciseaux*-ს ხმარობენ მის შესასწავლათ, ცეკვის დროს კი უფრო ეფექტიურია მისი სხვა სახე. როდესაც რომელიმე პას შემდეგ თქვენ გაჩერდებით ასეთ პოზაში, —მარცხენა ფეხით წინ *croisé* აწეული 90° —მაშინ უნდა გააკეთოთ *coupe* ამ ფეხზე, გამოაგდოთ მარჯვენა ფეხი წინ და ა. შ.



ნახ. 47. Pas de ciseaux

მთელი ტანი დიდ მონაწილეობას იღებს ამ მოძრაობაში: იმ დროს, როცა ერთი ფეხი ჩაუვლის მეორეს წინ ჰაერში, ტანი ძალიან გადაზნექილია უკან, შემდეგ გადმოიზნიკება წინ არაბესკის მდგომარეობაში.

მკლავები ჯერ უნდა გვექიროს წინ I პოზიციაში, შემდეგ მიიღებენ არაბესკის პოზას.

PAS`BALLOTTÉ

ეს მოძრაობა სწორი. ფორმით ძალიან ძნელი შესასრულებელია, ის მოითხოვს ღონიერ ფეხებსა და ტანს და იშვიათად ეხერხება მოცეკვავეთ. ჩვეულებრივად ამ მოძრაობას ძალიან ამარტივებენ: ცოტაზე შეხტებიან და გამოაგდებენ ფეხს ხან წინ, ხან უკან და ამასთანავე ძალიან მოლუნავენ მას „რგოლივით“, რაც „სრულებით აკარგვინებს ballotté-ს“. მის პირვანდელ ფორმას. ამ შემთხვევაშიაც სახელწოდება ძალიან დამახასიათებელია, რადგან ტალღებზე მოქანავე ნავს მოგვაგონებს. დიახ, კარგად შესრულებული ballotté გვაგონებს ქანაობას ტალღასთან ერთად. ყოველგვარი დაყოვნების გარეშე, შეუჩერებლივ ქანაობს მოცეკვავე ჰაერში, შეერთებული და გამართული ფეხებით ხან წინ, ხან უკან ამ მოძრაობის ცენტრში მდებარე წერტილის განვლით. ტანი მძლავრად იხრება უკან, შემდეგ გამოიწევა წინ, რაც გაქიმულ ფეხებთან ერთად გვაძლევს ძალიან სპეციფიურ სურათს. ნამდვილად გვაგონებს სრულიად ბუნებრივ ქანაობას.

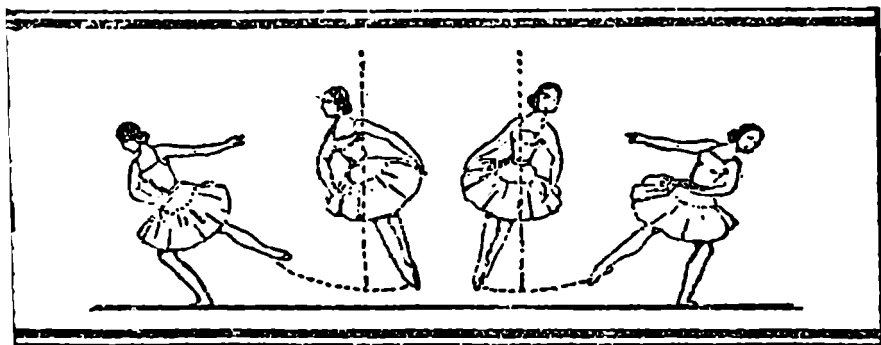
ასეთი ballotté-ს დანახვა შეიძლება „ჟიზელის“ I აქტში. ჟიზელის და ალბერტის პირველი შეხვედრის დროს. აქ ხშირად ვამჩნევთ რომ ballotté-ს შედარებით უფრო სწორ ფორმას

ასრულებენ ვაქები. რომელთაც ეს პა უფრო ეხერხებათ ღონ-
იერი ფეხების და მძლავრი ხტომის წყალობით.

Ballotté-ს ასრულებენ შემდეგნაირად:

დადექით პოზაში *croisé* უკან, მარჯვენა ფეხი წინ. De-
mi-plié მარჯვენა ფეხზე, შეაერთეთ ფეხები ხტომის დროს
V პოზიციის მდგომარეობაში, გამოატარეთ ისინი ჰაერში იმ
წერტილის წინ, რომელზედაც იდექით, ტანი გადასწიეთ უკან
(რაც ძალიან შველის ამ მოძრაობას); დაეცით მარცხენა ფეხზე
demi-plié, მარჯვენა ოდნავ გაშალეთ effacé-ს მდგომარეობაში
და ნუ მოლუნავთ მას. მოსხლტით ისევ იატაკს, კვლავ შეაერთეთ
ფეხები V პოზიციის მდგომარეობაში გამოატარეთ ისინი ჰაერ-
ში წერტილის უკან, რომელზედაც იდექით და ტანი გადას-
წიეთ წინ. გაჩერდით მარჯვენა ფეხზე demi-plié, მარცხენა
ფეხი უკან effacé საჭირო სიმაღლეზე.

ფეხების მოლუნვა თითქმის სრულებით არ არის საჭირო,
ტანი და ფეხები უნდა წარმოადგენდნენ ერთ მთლიან სხეულს,
ფეხები უნდა იყოს კარგად გაკავებული. მაშინ ჩვენ მივალწევთ



ნახ. 48. Pas ballotté: 1-2—წინ; 3-4—უკან

საქირო მსუბუქ და ტალღობრივ ქანაობის. მკლავები უწყობენ ხელს წონასწორობის შენარჩუნებას ფეხებთან ერთად, გაჩერებისას, წინ მოძრაობის დროს, მარცხენა მკლავი მოღუნულია I პოზიციაში, მარჯვენა მკლავი გაშლილია — II პოზიციაში, მარჯვენა ფეხზე გაჩერებისას, მარჯვენა მკლავი I პოზიციაში, მარცხენა მკლავი II პოზიციაში. მკლავების პოზიციიდან პოზიციაში გადასვლა ხდება წყნარად, თანაც ისინი გადიან თავის ძირითად პოზიციაში.

PAS BALLONNÉ

დადებით V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი წინ; demi-plié, გაასტრიალეთ მარჯვენა ფეხი II პოზიციაში 45°, ხტომისთვის მძლავრად მოსხლტით მარცხენა ფეხით იატაკს, ფეხის თითები გაჭიმეთ; მარცხენა ფეხით demi-plié-ში. გადმოხტით მარჯვენა ფეხის ცერთან, ერთდროულად მოღუნეთ მარჯვენა ფეხი sur le cou de pied.



ნახ. 42. Pas ballonné effacé (წინ)

ხშირად, როდესაც ასწავლიან ბავშვებს, ყურადღებას არ აქცევენ ფეხის ზუსტ *sur le cou de pied*-ს შესრულებას: ფეხი ხშირად გადასცილდება თავის ადგილს, ხდება ფეხების გადაჯვარედინება, რაც არ არის სწორი და ულამაზოცაა.

Ballonné-ს აკეთებენ ყველა მიმართულებით—*croisé, effacé* წინ და უკან, *écarté* წინ და უკან, თანაც საჭიროა მოძრაობის მიმართულების თანახმად მკლავების კომბინირება. მაგ.: როდესაც ჩვენ ვაკეთებთ *ballonné en effacé* მარჯვენა ფეხით, შეიძლება მარცხენა მკლავის მოღუნვა I პოზიციაში, მარჯვენა მკლავის გაშლა განზე, მაგრამ თუ ცოტა შეცვლით ტანის მდგომარეობას, მარჯვენა მხრის მობრუნებით წინ, თქვენ მიიღებთ ხტომას *écarté*-ს მდგომარეობაში. მაშინ უფრო ლამაზი იქნება მარჯვენა მკლავის მოღუნვა, მარცხენა მკლავის გაშლა, ტანის ცოტათი გადახრა უკან და მარცხნივ, როგორც ამას მოითხოვს პოზა.

შესაძლებელია აგრეთვე ერთი, ან ორივე მკლავის აწევა III პოზიციაში.

დიდი *ballonné*-ს დროს (90°) შეიძლება მოვლუნოთ ფეხი მუხლისაკენ, მაგრამ პატარა *ballonné*-ს დროს ფორმა უფრო სწორია, თუ დაიკავეთ ფეხს *sur le cou de pied*.

PAS CHASSÉ

ამ პას იშვიათად ვხმარობთ ქალის ცეკვაში, უფრო ხშირად ვაქთა ცეკვაშია, ჩვეულებრივად მას აკეთებენ რამდენჯერმე ზედიზედ.

დადექით V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი წინ, *demi-plié*, ხტომა ზევით, მარჯვენა ფეხი გაიშლება II პოზიციაში 45°, გააკეთეთ *sissonne tombée* მარჯვნივ, მაგრამ უფრო გარდამავალი

მოდრაობით, ვიდრე ეს მიღებულია; მარცხენა ფეხი სრიალით იწევს მარჯვენისაკენ, ფეხები შეერთდებიან ჰაერში ხტომის დროს, სრულიად ვერტიკალურად V პოზიციაში, გაჭიმული თითებით. სწორედ ამ მომენტში ხტომი უნდა იყოს რაც შეიძლება მაღალი. და მაშინათვე ისევ გამოშალებთ მარჯვენა ფეხი და განაგრძეთ მოძრაობა.

Pas echassé-ს როგორც ზევრ სხვა პას ვაკეთებთ ყველა მხრისკენ შესაფერის პოზებში.

PAS GLISSADE

თითქოს თვით სახელწოდება გვაჩვენებს ამ პას სრიალ ხასიათს სინამდვილეში კი ჩვენ ვხედავთ, რომ ჩვეულებრივად ეს მოძრაობა არ განიჩრევა სხეებისაგან და ბოლო დროს აღარ იყენებენ სცენაზე. განსაკუთრებით ვაჟთა ცეკვის დროს ხშირად ძნელია გარკვევა, სად არის glissade და სად, უბრალოდ გამოჩენა ხტომისათვის. ეს საწყენი მოვლენაა შემსრულებელთათვის, რადგან glissade-ი, როდესაც მას სწორად აკეთე-



ვახ. 50. Pas chassé

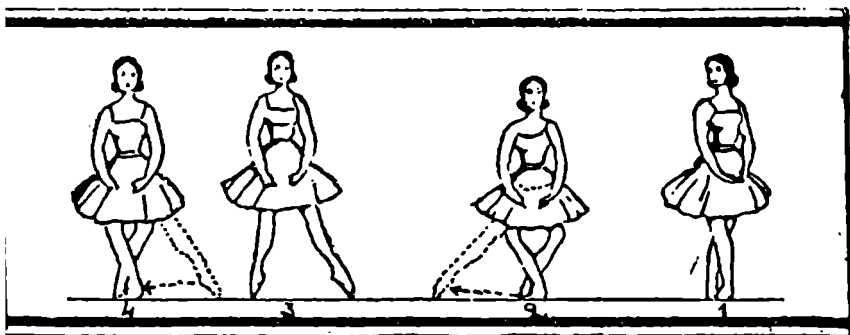
ბენ შველის ხტომას, ფეხების დაფანტვა კი გამორბენის დროს ხელს უშლის მთელ ფიგურას სათანადო ხერხის შესრულებაში და აკარგვინებს ხტომას მის სილამაზესა და ძალას.

Glissade-ის გაკეთება შეიძლება ფეხების შენაცვლებით და შეუცვლელად. უკანასკნელ ფორმას ხმარობენ პირველადი შესწავლის დროს და სწორედ მას მე განვიხილავ აქ.

დადებით V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი წინ, demi-plié, მარჯვენა ფეხი სრიალებს II პოზიციისაკენ იატაკზე გაჭიმული ფეხის თითებით და მიაღწევს ცერით II პოზიციას; მაშინვე მთლიანად გადაიტანეთ ტანი მარჯვნივ მარჯვენა ფეხზე, ისე რომ ფეხები არ მოაშოროთ იატაკს; მარცხენა ფეხი იატაკზე სრიალით, დადგით V პოზიციაში უკან და გააკეთეთ demi-plié.

სწორედ ეს მოძრაობაა დამახასიათებელი glissade-ისათვის: ის იწყება და მთავრდება demi-plié-ზე.

შესრულებული მოძრაობის ბოლოს demi-plié არის ამავე დროს შემდგომი ხტომის საწყისი მდგომარეობა. სწორედ ამის გამო ითვლება glissade-ი საუკეთესო მოსამზადებელ მოძრაობად ხტომებისთვის, გამორბენის მაგივრად.



ნახ. 51. Pas glissade

Glissade-ს აკეთებენ ყველა მიმართულებით და სხვადასხვა პოზებში.

არ არის სწორი, თუ glissade-ს, ვაკეთებთ როგორც jeté fermé-ს, მაგრამ არც ის არის სწორი თუ „ცოცავთ“, მიწაზე.

რომ თავი დავახწიოთ ამ „ცოცვას“, მარჯვენა ფეხიდან მარცხენაზე უნდა გადავიდეთ ხტომით, მაგრამ ისე რომ ფეხები არ მოვაშოროთ იატაკს.

თუ თქვენ აკეთებთ glissade-ს, როგორც დამხმარე პას დიდი ხტომისათვის მოსამზადებლად, მკლავები გაშალეთ განზე ფეხის გაშლის დროს II პოზიციაში, შემდეგ კელავ მოსწიეთ მოსამზადებელ პოზიციაში; ამით თქვენ მოიკრებთ საკმაოდალს (ფორსს) შემდეგი ხტომისათვის.

PAS FAILLI

ამ მოძრაობას აკეთებენ ერთი ტემპით; მდგომარეობიდან მდგომარეობაში გადასვლა ხდება მთლიანი, შეუჩერებელი მოძრაობით; თვით მოძრაობა თითქოს წუთიერი იყო და ამაში მდგომარეობს მისი სიმშვენიერე და მისთვის დამახასიათებელი ელფერი.

დადექით V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი წინ. Demi-plié, ვერტიკალური ხტომა ფეხის თითების გაკიმვით. ხტომის დროს გადაიყვანეთ ტანი მდგომარეობაში effacé უკან, დაეშვიტ მარჯვენა ფეხზე demi-plié, მარცხენა გაშალეთ 45°-ზე effacé უკან და მაშინავე, გაუჩერებლივ, გაიყვანეთ მარცხენა ფეხი ცირით იატაკზე I პოზიციაზე წინ, მდგომარეობაში croisé, demi-plié.

მაგრამ მთელ თავის ხასიათს failli ლებულობს მკლავების სწორი თანხლების წყალობით. არ არის საჭირო მკლავების ხაზგასმითი მოძრაობა, საჭიროა ისინი ვამოძრაოთ მსუბუქად,

წყნარად და თითქოს უნებლიედ. მოძრაობის დაწყებისას, ცოტა ააგდეთ მკლავები, შემდეგ მარცხენა მკლავი გაიშლება წინ მარცხენა ფეხთან ერთად და იმავე დროს ტანიც იხრება მარცხნივ.

შეიძლება მოძრაობის სხვანაირადაც დამთავრება. მკლავების გაშლით პოზაში *préparation à la porouette*, ასე რომ საბოლოო პოზა შეიძლება გამოვიყენოთ, როგორც *préparation IV* პოზიციიდან ტრიალისათვის, ან რომელიმე სხვა მოძრაობისათვის.

Pas emboîté

დადექით V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი წინ. *Demi-plié*, ხტომა ზევით, თანაც მარჯვენა ფეხი მოლუნულია წინ 45° სიმაღლეზე: დაეცით მარჯვენა ფეხზე *demi-plié*, მოლუნული მარცხენა ფეხის გამოტანით წინ ჰაერში. ხტომი ზევით, მოლუნული მარჯვენა ფეხი ჰაერში გადმოდის წინ. გაჩერება მარცხენა ფეხზე *demi-plié*, მოლუნული მარჯვენა ფეხი წინაა.

ამ მოძრაობის სწორად შესრულებისათვის საჭიროა, რომ ფეხები, წინ გაელის და ერთმანეთის შენაცვლების დროს,



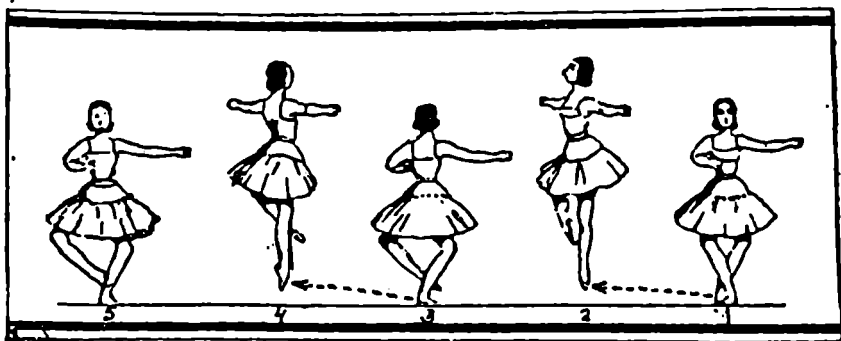
ნახ. 52. Pas failli

შედიოდნენ ერთი მეორეს უკან. ასევე აკეთებენ emboîté-ს უკან.

შეიძლება დიდი emboîté-ს გაკეთებაც; მაშინ ფეხი იტყორცნება უფრო მაღლა და ნაკლებად მოღუნულია—მხოლოდ მუხლის ღონემდე. სცენაზე ლამაზ შთაბეჭდილებას სტოვებს როცა ვასრულებთ ჯერ სულ პატარა emboîté-ს და შემდეგ ფეხის ამოტყორცნით სულ უფრო მაღლა და მაღლა ვასრულებთ დიდ, grand emboîté-ს.

Emboîté en tournant

დადექით V პოზიციაში მარჯვენა ფეხი წინ. Demi-plié, ხტომა განზე, თანაც უნდა გახტეთ მარჯვნივ მთელი ტანით და ფეხებით ერთად, ჰაერში მოღუნული მარცხენა ფეხის გადმოტანით წინ; დაეშვით ზურგით მარჯვენა ფეხზე demi-plié, მარცხენა ფეხის მოღუნვით წინ 45° სიმაღლეზე, მობრუნდით ჰაერში ხტომით, იმავე მიმართულებით გახტომის დროს, მოღუნული მარჯვენა ფეხის გატანით წინ; გაჩერდით მარცხენა ფეხზე demi-plié en face და ასევე განაგრძეთ.



ნახ. 53. Pas emboîte en tournant

მკლავები შევლიან მოძრაობას. დასაწყისში მარჯვენა მკლავი I პოზიციაშია, მარცხენა მკლავი გაშლილია II პოზიციაში, მოსხლტით იატაკს, ხტომის დროს მკლავები გაშალეთ განზე და ზურგით გაჩერებისას გაიტანეთ მარცხენა მკლავი წინ, მარცხენა ფეხთან ერთად; შემდეგი მობრუნების და ხტომის დროს მარცხენა მკლავი გადაშალეთ განზე, მარჯვენა ფეხთან ერთად და ა. შ.

P A S B A L A N C É

ეს ერთერთი ალევროს ადვილი პაა, რომელსაც ბავშვებიც კი. ადვილად ასრულებენ. კლასიკურ ბალეტში მას ხშირად ხმარობენ ვალსის ტემპებში.

დადებით V პოზიციაში. მარჯვენა ფეხი წინ. Demi-plié-დან გააკეთეთ პატარა ფეხის jeté მარჯვენა ფეხით განზე, მარჯვნივ და შემდეგ მარცხენა ფეხი მიიტანეთ უკან (თვლაზე „ერთი“). თვლაზე „ორი“ გადადით მარცხენა ფეხის ნახევარ თითებზე მარჯვენა ფეხის ქუსლის ოდნავ მოშორებით იატაკიდან და თვლაზე „სამი“ კვლავ დაეშვით მარჯვენა ფეხზე demi-plié მარცხენა აწევით უკან sur le cou de pied.

შემდეგი balancé იქნება მარცხნივ, ე. ი. jeté მარცხნივ და ა. შ.

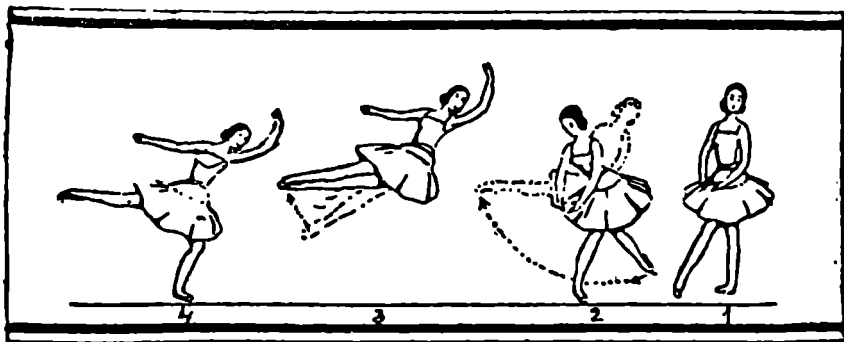
C A B R I O L E

Cabriole-ს აკეთებენ წინ და უკან, croisé, effacé, écarté, არაბესკის მდგომარეობაში, V პოზიციიდან, ან რომელიმე მოსამზადებელი მოძრაობიდან — პატარა sissonne tombée, ან coupé. თვით cabriole-ის ფორმა ამით არ იცვლება და ამიტომ მე აღვწერ ყველაზე მიღებულ ფორმას: cabriole en effacé წინ.

ჩვენ ვიწყებთ cabriole-ის შემუშავებას პატარა სიმაღლეზე და ყველა ქვემოდალწერილი წესები, cabriole-ისათვის 90°-ზე, მოიხმარება მისი შესწავლისათვის 45°.

როგორც ყველა ჩვენს მაგალითებში გავაკეთოთ cabriole მარჯვენა ფეხით. რომ გავაკეთოთ cabriole მარჯვენა ფეხით საკიროა დავდგეთ *préparation croisée* მარცხენა ფეხი წინ, *demi-plié* მარცხენა ფეხზე, მარჯვენა ფეხი იტყორცნება ზევით 90° *effacé* წინ, მარცხენა ფეხი უახლოვდება მას და წვივით დაჰკრავს. ფეხები უნდა იყოს სრულებით გაკიმული, მუხლები გამართული, ფეხის თითები მაგრად შემჭიდროვებული. მარჯვენა ფეხი არ უნდა დაეშვას დამკრავ მარცხენა ფეხის შესახვედრათ. დაეცით მარცხენა ფეხზე, *demi-plié*, მარჯვენა ფეხის შენარჩუნებით მოცემულ პოზაში, ამ შემთხვევაში *effacé* წინ (ნახ. 54).

Cabriole fermée განირჩევა იმით, რომ ფეხი არ რჩება გაშლილი და მიიწევა V პოზიციაში. მარჯვენა ფეხმა უნდა დაამთავროს მოძრაობა იმავე ტემპში, რაც მარცხენა, *demi-plié* V პოზიციაში.



ნახ. 54. Cabriole

თუ cabriole-ს აკეთებთ წინ, ტანი გადიზნიჭება უკან. Cabriole-ი მე-3 და მე-4 არაბესკის მდგომარეობაში უნდა დავიწყოთ იმავე *préparation*-ით, მხოლოდ ტანი უნდა გადმოვზნიჭოთ წინ—მდგომარეობა, რომელიც დამახასიათებელია ამ არაბესკებისათვის. თუ cabriole II პოზიციაზეა, ან მარჯვენა ფეხით *écarté*-ს მდგომარეობაშია, გააკეთეთ *préparation croisée* უკან მარცხენა ფეხით: საბოლოო მოძრაობის დროს *demi-plié*, ტანი უნდა მძლავრად გადავზნიჭოთ მარცხნივ. ამის შესრულება საჭიროა ყურადღებით, რომ შევინარჩუნოთ სწორი და ლამაზი პოზა. მკლავები ყველა შემთხვევაში მიიღებენ პოზისათვის საჭირო მდგომარეობას.

1-ლი და 2-რე არაბესკის მდგომარეობაში cabriole-ისათვის მოსახერხებელია *préparation*-ის აღება პატარა *sixième tombée*-დან მოძრაობის მიმართულებით.

ვაჟთა ცეკვაში cabriole-ს აკეთებენ ორმაგს—ფეხებს დაჰკრავენ ერთმანეთს წვივით წვივს. ძალიან ლონიერ ვაჟებს შეუძლიანთ გაადიდონ დაკვრის რიცხვი, საჭიროა მხოლოდ იმას მივაქციოთ ყურადღება, რომ ყოველთვის ფეხები კარგად გაიშალოს, სხვანაირად არ შეიძლება ის ბრწყინვალე ვირტუოზობა, რომელიც მიზნად აქვს დასახული ძნელ პას.

საერთოდ დიდი cabriole-ის შესწავლის დაწყება შეიძლება მხოლოდ მაშინ, როდესაც სხვა ხტომების სიძნელენი გავლილია; cabriole ყველაზე რთული და ძნელი ხტომაა, რადგან საჭიროებს განვითარებულ ელევაციას და ბალონს.

VIII. ნივთების გაკვრა-გამოკვრა (Batteries)

წვივების გაკვრა-გამოკვრა ნიშნავს ერთი ფეხის დაკვრას მეორეზე. წვივების გაკვრა-გამოკვრას შეაქვს ცეკვაში ბრწყინვალეობისა და ვირტუოზულობის ელემენტი. ამიტომ წვივების გაკვრა-გამოკვრა უნდა შესრულდეს ზუსტად, ადგილი არ უნდა ჰქონდეს გამარტივებას, გაუბრალოებას, წინააღმდეგ შემთხვევაში მოძრაობა ჰკარგავს თავის შინაარსს. Batteries-ს შესწავლის დროს, რომ მისი შესრულება მკაფიო და ბრწყინვალე იყოს, უნდა დავიცვათ შემდეგი წესები: უპირველეს ყოვლისა batteries-ს დროს ორივე ფეხი უნდა იყოს თანაბრად და კარგად გაჭიმული; არასოდეს არ უნდა დაჰკრათ ერთი ფეხით მეორეს, როცა მეორე პასიურ მდგომარეობაშია.

ერთი ფეხის მეორეზე დაკვრის წინ, არ უნდა დავივიწყოთ ფეხების ოდნავი გაშლა, რომ მივიღო მკაფიოთ batteries. ასევე როდესაც batteries-ს ვაკეთებთ V პოზიციიდან, ხტომის დაწყებისას, საჭიროა ფეხების ოდნავ გაშლა განზე. თუ არ დაიცავთ ამ წესს, თქვენ მიიღებთ მხოლოდ ისეთ არეულ მოძრაობას, რომელიც ვირტუოზული პას მაგივრად შეჰქმნის ცეკვაში მხოლოდ საწყენ დაბრკოლებას.

თუ batteries-ს აკეთებთ ადრევე განზე გაშლილი ფეხით, ე. ი. არა V პოზიციიდან, მაშინ ერთი ფეხის წვივზე დაკვრის შემდეგ, მეორე ფეხი უნდა გაიშალოს და მხოლოდ ამის შემდეგ მიიღოს სათანადო საბოლოო პოზა.

Batteries არ უნდა გაამარტივოთ, არამედ გააკეთოთ მაქსიმალურად რთულ ფორმაში, რადგან სწორედ ამაში გამოიხატება კარგი სკოლა.

მაგ. ისეთი პატარა batteries, როგორც royal, entrechat trois, — quatre, — cinq უნდა ეცადოთ გააკეთოთ ძალიან დაბლა სიმალეზე იატაკიდან. მაშინ მოგიხდებათ ფეხების გადაჯვარედინება სწრაფად, მოკლე და მკაფიო მოძრაობით. ეს უფრო ძნელია, მაგრამ ასეთ შესრულებაში მეტი კომპაქტობა, ენერგია და ბრწყინვალეობაა. თუ კი ამ პატარა batteries-ს გააკეთებთ დიდი ხტომის დროს, მაღლა ჰაერში — თქვენ გაქვთ ბევრი დრო იმისათვის, რომ გაჰკრათ ერთმანეთს წვივები და შესრულება ჰკარგავს ბრწყინვალეობას, ფერმკრთალდება.

Batteries იყოფა სამ სახეთ: pas battus, entrechats და brisés.

PAS BATTUS

Pas battus არის ყოველი პა, რომელიც შემკულია წვივების გაკვრა-გამოკვრით. როდესაც იწყებენ ალფროს ძნელ პას შესწავლას, მიმართავენ მათ შესრულებას წვივების გაკვრა-გამოკვრით, მაგ.: saut de basques — რაც ძალიან ძნელია; jeté entrechats-ს წვივების გაკვრა-გამოკვრით აკეთებენ მამაკაცები და ა. შ.

გავარჩიოთ რამდენიმე მაგალითი.

რომ გააკეთოთ assemblé მარჯვენა ფეხით, წვივების გაკვრა-გამოკვრით საჭიროა: თუ თქვენ შლიდით მარჯვენა ფეხს V პოზიციიდან განზე, V პოზიციაში დაბრუნებისას მარჯვენა ფეხი დაჰკრავს წინ მარცხენას, კიდევ ოდნავ გაიშლება, რომ დაამთავროს V პოზიციაში უკან. რომ აბდაუბდა არ გამოვიდეს,

არ უნდა დაივიწყოთ, რომ ფეხები ერთმანეთს დაჰკრავენ წვივებით და საჭიროა ფეხის გაშლა, მისი გაღმობით შემდეგ V პოზიციაში.

Jeté მარჯვენა ფეხით, გაკვრა-გამოკვრით კეთდება ასე: გაშლილი II პოზიციაში მარჯვენა ფეხი წინ წაჰკრავს მარცხენას, დაბრუნებისას ასწრებს ოდნავ გაიშალოს, სანამ demi-plié-ზე დაეცემოდეს.

პატარა échappé მარჯვენა ფეხით წვივების გაკვრა-გამოკვრით: მის შემდეგ რაც გაკეთებულია demi-plié II პოზიციაზე, დაბრუნებისას გაჰკარით ორივე ფეხით წვივებით ერთმანეთს, მარჯვენა ფეხი წინ, გაშალეთ ოდნავ ფეხები და დაამთავრეთ V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი უკან.

Echappé battu-ს გაკეთება შეიძლება უფრო რთულად: ხტომის დაწყებისას V პოზიციიდან გაშალეთ ფეხები, მარჯვენა ფეხის გაკვრით წინ და დაეშვით II პოზიციაშია demi-plié; V პოზიციაში დაბრუნებისას, კვლავ დაჰკარით მარჯვენა ფეხით წინ, გაშალეთ ფეხები და დაამთავრეთ V პოზიციაში უკან. ამ échappé-ს შეიძლება კიდევ მეტად გაართულება: ფეხების II პოზიციაში გაშლის წინ, გააკეთეთ წვივების გაკვრა-გამოკვრა entrechat-quatre-ის ტიპისა, და გაიმეორეთ იგივე, II პოზიციიდან და ბრუნებისას V-ში. უკანასკნელი სახის échappé-ს დროს საჭიროა გააკეთოთ დიდი ხტომა, თითქმის ისეთივე, როგორც დიდი échappé-სათვის, თუმცა საერთოდ მე ვურჩევ entrechat quatre-ისათვის დაბალ ხტომას. მაგრამ აქ მოძრაობები უფრო რთულია და მათ ესაჭიროებათ მეტი დრო, რადგან პატარა ნახტომი მათ ვერ დაიტევს.

აგრეთვე შეასრულებთ ყველა ამ წვივების გაკვრა-გამოკვრას მოძრაობის დროს უკან; როდესაც მიდიხართ წინ, ფეხი გაჰკრავს უკან და მიიღებს საბოლოო პოზიციას—წინ.

თავდაპირველად უფრო ადვილია échappé-ს შესწავლა, წვი-
ვების გაკვრა-გამოკვრით, ამის შემდეგ იწყებენ assemble-ს და
jeté-ს შესწავლას.

ENTRECHATS

Royal

დადებით V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი წინ, demi-plié პა-
ტარა ხტომი, გაშალეთ ორივე ფეხი; მარჯვენა ფეხით გაჰ-
კარით წინ მარცხენა ფეხის წვივს, ოდნავ გაშალეთ ფეხე-
ბი განზე და მარჯვენა ფეხი მიდის უკან V პოზიციაში demi-
plié-ზე.

Entrechat-quatre

V პოზიცია, მარჯვენა ფეხი წინ, demi-plié, პატარა ხტომი,
გაშალეთ ფეხები და გაჰკარით მარჯვენა წვივი მარცხენა წვივს
უკან, გაშალეთ ოდნავ ფეხები განზე და დაამთავრეთ მარჯვენა
ფეხით წინ V პოზიციაში demi-plié-თი.

თვით სახელწოდება quatre (ოთხი) ამ entrechat-ს აქვს
იმიტომ, რომ ფეხი თითქოს გაივლის ტეხილი ხაზის ოთხ
ნაკვეთს:

პირველი—გაშლა, მეორე გაკვრა უკან, მესამე გაშლა, მეო-
თხე—მოწევა V პოზიციაში.

კიდევ ვიმეორებ, რომ ამ პას მთელი სილამაზე, მთელი
შინაარსი იმაშია, რომ შეასრულოთ ის რაც შეიძლება დაბლა
სიმაღლეზე იატაკიდან, ფეხების ზუსტად გაშლით და გა-
დაჯვარედინებით, ისე რომ გაკვრა-გამოკვრა საგრძნობი იყოს
ორივე ფეხით.

Entrechât-six

V პოზიცია, მარჯვენა ფეხი წინ, demi-plié ხტომი, რომლის დროს გაშალეთ ფეხები, მარჯვენა გაჰკრავს უკან, გაშალეთ ფეხები და დაამთავრეთ V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი უკან. ნახტომი უნდა გაკეთდეს უფრო მაღალი, მაგრამ აქაც არ არის საჭირო სიმაღლით გატაცება, იმიტომ რომ მაღალი ხტომის დროს ყველა მოასწრებს ფეხების ამ გადაჯვარედინების გაკეთებას, თავისი ბრწყინვალე შესრულების გამომჟღავნება კი შეიძლება მხოლოდ დაბალი ნახტომის დროს, რადგან აქ საჭიროა დიდი სიზუსტე და სისწრაფე.

Entrechât-huit

ზემოდ აღწერილ მოძრაობას მოემატება კიდევ ერთი გაშლა და მოწევა, ამრიგად, მარჯვენა ფეხი ამთავრებს წინ.

Entrechât-trois

V პოზიცია, მარჯვენა ფეხი წინ, demi-plié, პატარა ნახტომი. ფეხები გაიშლება, მარჯვენა ფეხი გაჰკრავს წინ, ოდნავ გაიშლება და მოილუნება უკან sur le cou de pied. გაჩერება მარცხენა ფეხზე demi-plié რადგან ეს entrechât, როგორც საერთოდ ყველა კენტი მოძრაობა დამთავრებულ უნდა იქნას ცალ ფეხზე.

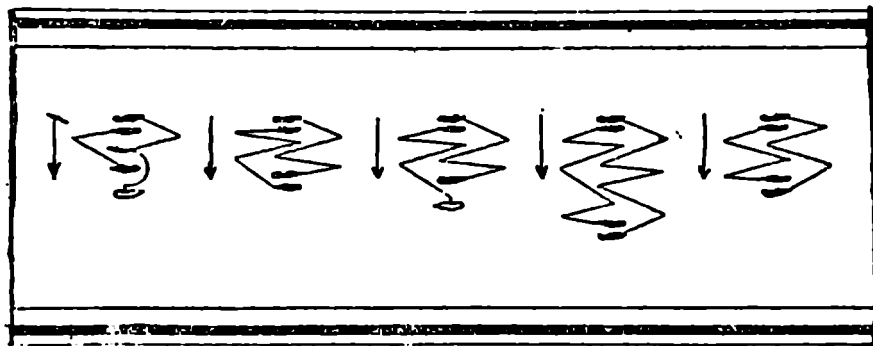
Entrechât-cinq

V პოზიცია, მარჯვენა ფეხი წინ, demi-plié ნახტომი, რომლის დროს ფეხები იშლება (იხსნება), მარჯვენა ფეხი გაჰკრავს მარცხენას უკან, ფეხები გადიშლება,—მარჯვენა უერთდება მარცხენას წინ; ნახტომისას გაჩერება მარჯვენა ფეხზე, demi-plié-ზე, მარცხენა მიდის sur le cou de pied უკან.

Entrechat-sept

V პოზიცია, მარჯვენა ფეხი წინ, demi-plié, ხტომა, გაშალეთ ფეხები, მარჯვენა ფეხი გაჰკრავს უკან, გაშალეთ ფეხები, მარჯვენა გაჰკრავს წინ, გაშალეთ ფეხები, ფეხები შეერთდებიან პაერში (მარჯვენა უკან) და გაჩერება მარჯვენა ფეხზე demi-plié; მარცხენა ფეხი პაერშია, ან sur le cou de pied, ან II პოზიციაში 45° ან 90° მოთხოვნილების თანახმად; ისევე როგორც entrechat-trois და cinq-ის დამთავრება შეიძლება სხვადასხვა პოზაში.

Entrechat-trois და entrechat cinq-ს ჩვენ ვამთავრებთ მარჯვენა ფეხით sur le cou de pied უკან; შეიძლება მათი გაკეთება ფეხის დამთავრებით sur le cou de pied წინ. ამისათვის თუ მარჯვენა ფეხი იყო წინ, ფეხები პატარა ხტომის შემდეგ გაიშლება, მარცხენა ფეხი გაჰკრავს უკან წვივს, ოდნავ გაიშლება და გადიტანება წინ sur le cou de pied.



Entrechat-trois—წინ

Entrechat-quatre

Entrechat-cinq—წინ

Entrechat-six

Royal

ნახ. 55. Entrechats

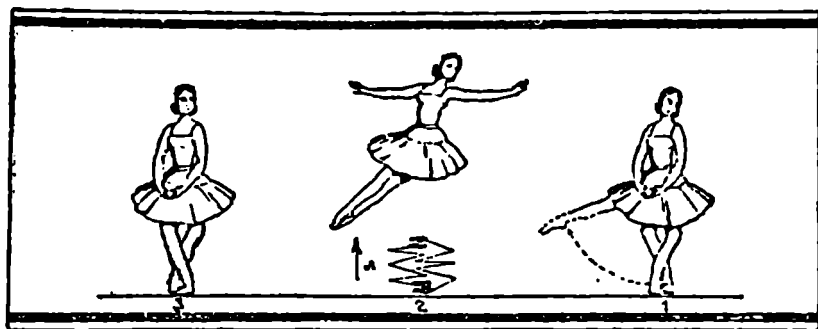
Entrechats-ის ღამთავრება შეიძლება სხვა პოზიცი-
წინ effacé ან croisé ან უკან arabesque ან attitude.

Entrechats de volée

Entrechats-ს გაკეთება შეიძლება არა მარტო ხტომით აღ-
გილზე, არამედ გახტომით, გადაფრენით სასურველ მიმართუ-
ლებაში. მისი შესრულება უფრო მოსახერხებელია რომელიმე
მიდგომით, glissade ან coupé მაგრამ შესწავლა შეიძლება
V პოზიციიდანაც.

Entrechats six de volée. V პოზიცია, მარჯვენა ფეხი წინ,
demi-plié მარცხენა გამოიტყორცნება 90° განზე, II პოზიცია,
ხტომიდან თქვენ გადახვალთ მთელი ტანით ფეხისაკენ entre-
chats six-ისისათვის საჭირო გაკვირების გაკეთებით. ღამთავ-
რით V პოზიციაში demi-plié მარცხენა ფეხი წინ.

Entrechats huit de volée კეთდება იმავე ხერხით, მხოლოდ
გაკვირების რიცხვის სათანადო გადიდებით.



ნახ. 56. Entrechats de volée

Brisé-ს აქვს ორი სახე: 1) ის რომელიც დამთავრდება V პოზიციაში და 2) რომელიც დამთავრდება ერთ ფეხზე dessus-dessous.

1) რომ დაიწყეთ მოძრაობა მარჯვენა ფეხით, დადებით V პოზიციაში, მარცხენა ფეხი წინ, demi-plié, მარჯვენა ფეხი სრიალა მოძრაობით გამოიტყორცნება ჰაერში, განზე წერტილ 2 და 3 შუა (ნახ. 1, 3), შემდეგ გაჰყრავს წინ მარცხენა წვივს, რომელიც ხტომით მოჰქრის მთელ ტანთან ერთად მარჯვენა ფეხის ცერთან, იმ ადგილას, სადაც ფეხი იყო გადმოტყორცნილი. გაშალეთ ფეხები და დაამთავრეთ V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი უკან demi-plié.

ამ მოძრაობას წინ ხშირად ხმარობენ ცეკვებში. Brisé-ს უკან აკეთებენ უფრო იშვიათად, მაგრამ სისრულესათვის ალღწეროთ მასაც.

რომ იმოძრაოთ მოპირდაპირე მხარისაკენ, უნდა დადგეთ V პოზიციაში, მარცხენა ფეხი წინ, demi-plié და გაასრიალოთ



ნახ. 57. Brisé

უკან, განზე მე-6 და მე-7 წერტილებს შორის (ნახ. 1, 3); მარცხენა ფეხი გაჰყავს მარჯვენა წვივს უკან; გახტით იმავე მიმართულებით, სადაც მიდიოდა მარცხენა ფეხი, გაშალეთ ფეხები და დაამთავრეთ მარცხენა ფეხით წინ demi-plié მარცხენა ფეხის გადმობრუნებული მდგომარეობის დაცვით. ეს მიმართულება წერტილ 2 და 3 შორის (ნახ. 1, 3) მოძრაობისათვის წინ და წერტილი 6 და 7 შორის მოძრაობისათვის უკან უნდა ზუსტად დავიცვათ, რომ მივიღოთ სუფთა brisé. თუ წახვალთ უბრალოდ დიაგონალზე, brisé მიიღებს დაუდევარ, დაუმთავრებელ სახეს, რადგან ფეხები ვერ მოასწრებს ერთმანეთზე სწორ გაკვრას და მიედგებიან ერთმანეთს ჭუსლებით.

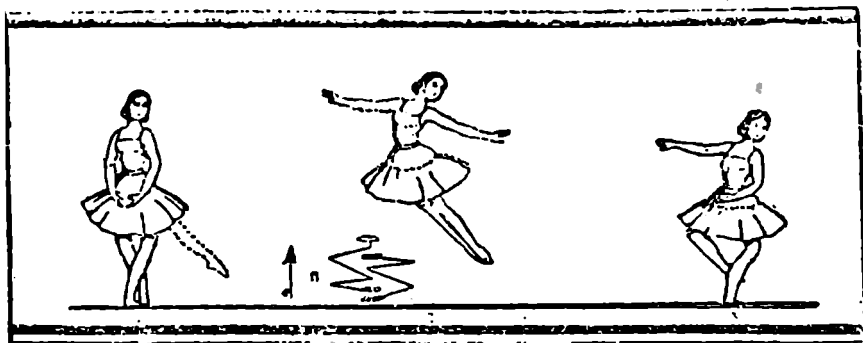
2) Brisé dessus-dessous. მოძრაობა იწყება შემდეგნაირად: V პოზიცია, მარცხენა ფეხი წინ, demi-plié, მარჯვენა ფეხი მისრიალებს და იტყორცნება II პოზიციაში, გაჰყავს წინ მარცხენა წვივს, გაშალეთ ფეხები და დაეშვიტ მარჯვენა ფეხზე, demi-plié მარცხენა ფეხი მიდის sur le cou de pied წინ.



ნახ. 58. Brisé dessus

უშუალოდ brisé dessus-ს შემდეგ აკეთებენ brisé dessous-ს: მარცხენა ფეხი იშლება II პოზიციაზე, გაჰკრავს უკან მარჯვენა წვივს; გაშალეთ ფეხები და დაეცით მარცხენა ფეხზე, demi-plié, მარჯვენა ფეხის აწევით sur le cou de pied უკან.

Brisé-ს დროს ტანი ოდნავ ირხევა, მაშინ როდესაც სხვა გაკვრების დროს ამაზე ლაპარაკი არ გვიხდებოდა. სახელდობრ: brisé-ს დროს ტანი იხრება წინ და უკან, მოძრაობის მოთხოვნილების მიხედვით. Brisé dessus-ს დროს ტანი დახარეთ მარჯვენა მხარეს, brisé dessous-ს დროს—მარცხენა მხარეს, თავის გათამაშებით. მარჯვენა მკლავი მოღუნულია, მარცხენა გაშლილია განზე, ერთი brisé-ს მეორეზე გადასვლის მომენტში მკლავები იცვლება, მარჯვენა იშლება, მარცხენა იღუნება თავიკ გადადის მარცხნივ.

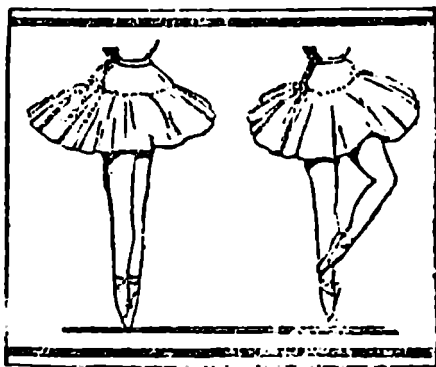


ნახ. 59. Brisé-dessous

IX. ცეკვა ზეხის თითებზე

ცეკვა პუნტებზე ანუ ფეხის თითებზე ნიშნავს ცეკვას ყველა თითების ბოლოებზე, გაჭიმული ფეხის ზურგით. მაგრამ ფეხის თითები მეტად სხვადასხვანაირია და დამოკიდებულია მოცეკვავის ფეხის აგებულებაზე. პუნტებისათვის ყველაზე

უფრო გამოსადეგია ფეხი, თანაბარი ზომის, თითქოს „მოკვეთილი“ თითებით, დაბალი ფეხის ზურგით და მაგარი და ჩასხმული კოჭით, ე. ი. ფეხი, ძალიან ულამაზო თავისი აგებულებით. ის ფეხი-კი, რომელსაც ჩვენ ვთვლით ლამაზ ფეხად, მაღალი ზურგით, კარგი წერილი კოჭით, სწორად დალაგებული თითებით, აძნე-



ნახ. 60. Pointes

ლებს პუნტებზე ისეთ მოძრაობას, როგორიცაა პუნტებზე ხტომები, რომელთაც ახლა ასე ფართოდ იყენებენ ცეკვაში. თუ ასეთ ფეხს არ ეხერხება ყველა თითზე დგომა, როგორც ეს მიღებულია ცეკვის წესებით, მაინც შეიძლება ვუშველოთ თუ ვეცდებით გადმოზრუნებულობის გადიდებას და ფეხის

ყველა თითებზე დაყრდნობის შესაძლებლობის განვითარებას, რომ ტანი არ ეყრდნობოდეს მთელი თავისი სიმძიმით მხოლოდ ცერს.

პუანტებზე ცეკვის იტალიურ ტექნიკას აქვს ისეთი უდავო უპირატესობა, რომ მე მთლიანად ვიღებ მას. ჩეკეტი ასწავლიდა პუანტებზე დადგომას პატარა ხტომით, იატაკიდან მკაფიო მოსხლეტით. ეს მანერა გამოიმუშავებს უფრო დრეკად ფეხს და აჩვენებს ტანის წონასწორობას, კონცენტრირებას ერთ წერტილზე. ფრანგული მანერა ფეხის თითებზე თანდათანობით აწევისა, შესწავლის პირველ ხანებში, აგრძელებს ტექნიკური სრულყოფის შესაძლებლობას. ფრანგული სკოლის ერთერთი წარმომადგენელი ცდილობდა ესწავლებინა მოწაფეთათვის ბავშვობიდანვე თითებზე დადგომა შიშველი ფეხით! ამნაირად ვერ შეიმუშავენ ფეხის თითების სიმაგრეს!

დამწყებისათვის ძნელია პუანტებზე დადგომა ხტომით, მაგ. ხტომით აღდგომა პუანტებზე V პოზიციაში. უფრო ადვილია გარბენა და დადგომა ერთი ფეხის თითებზე—ეს ეადვილება ყველა მოცეკვავეს, მაგრამ არ არის მიზანშეწონილი, რადგან ჯერ უნდა ზუსტად შევისწავლოთ ორივე ფეხის თითებზე აღდგომა, რომ სავსებით გავამაგროთ ტერფის იოგები; შემთხვევითად არჩეული მოძრაობის გამოყენება მხოლოდ შეუშლის მოწაფეს სწორი ხერხის შესწავლას.

პუანტების პირველადი შესწავლა უნდა დავიწყოთ ძელთან. დადექით ძელთან, დადეთ ძელზე ხელები, ხელები შეაერთეთ და დაიწყეთ ვარჯიშობა, ფეხის თითებზე აღდგომით ყველა პოზიციებზე.

შუა დარბაზში გადასვლისას დაადექით შემდეგ თანამიმდევრობას:

1) Échappé ფეხის თითებზე. დადებით I პოზიცი-
აში, გააკეთეთ demi-plié, ფეხის ქუსლებით მოსხლეტი, პატა-
რა ნახტომით ადებით ფეხის თითებზე. დაეშვით demi-plié-ზე,
ფეხების სრული გადმობრუნებულობის დაცვით და განაგრძეთ.
ასეთივე მოძრაობის გაკეთება შეიძლება I პოზიციიდან II-ში,
V პოზიციიდან II-ში, V პოზიციიდან IV-ში effacé-ს და croisé-ს
მდგომარეობაში და ბოლოს, V პოზიციიდან V-ში. მაშინ
ამ პას ეუწოდებთ sus-sous-ს და ვასრულებთ შემდეგნაირად.

2) Sus-sous. დადებით V პოზიციაში, demi-plié, ფე-
ხის ქუსლების მოსხლეტი, პატარა ხტომით აიწიეთ ფეხის
თითებზე V პოზიციაში. საჭიროა მკვეთრად ერთი ფეხის მეო-
რის იქით დაყენება, რომ ფეხებმა ერთი ფეხის შთაბეჭდილე-
ბა შექმნან. ასე შესრულებული ეს პა მეტად ამშვენებს ცეკ-
ვას. შემდეგში შეიძლება ამ ხტომის გაკეთება მოძრაობით
განზე, წინ, ან უკან.

3) დადებით V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი წინ, demi-plié,
გაასრიალეთ მარჯვენა ფეხის ცერი განზე (ბიჯი მარჯვნივ)
დადებით ამ ფეხის თითებზე და სწრაფად მიიყვანეთ მარცხენა
ფეხი, ფეხის თითებზე V პოზიციაში (glissade).

4) შემდეგ შეიძლება temps lié-ს ფეხის თითებზე შესწავ-
ლის დაწყება. დადებით V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი წინ,
ორი მკლავი I პოზიციაში, demi-plié, მარჯვენა ფეხი მისრია-
ლებს წინ ფეხის ცერით წინ, croisé, მარცხენა-რჩება demi-
plié-ზე. დადებით მარჯვენა ფეხის თითებზე, მარცხენა მკლავის
გადაყვანით I პოზიციიდან ზევით III პოზიციაში, მარჯვენა
მკლავი განზე II პოზიციაში და მოიტანეთ მარცხენა ფეხი ფე-
ხის თითებზე V პოზიციაში უკან. დაეშვით V პოზიციაში de-
mi-plié, (en face) მარცხენა მკლავის გადაყვანით I პოზიცია-
ში; მარჯვენა მკლავი განზე, გაასრიალეთ მარჯვენა ფეხის ცე-

რი განზე II პოზიციაში, მარცხენა მკლავის გადაყვანით განზე და მარცხენა ფეხის დატოვებით demi-plié-ზე. გადაიტანეთ ტანი მარჯვენა ფეხზე, ფეხის თითებზე დადგომით. მოსწიეთ მარცხენა ფეხი V პოზიციაში წინ ფეხის თითებზე და დაუშვით მკლავები მოსამზადებელ პოზიციაში. გაიმეორეთ მთელი ეს მოძრაობა მარცხენა ფეხით. ასევე გააკეთეთ უკან. თავი იცავს სწორ épaulement-ს.

5) *Assemblée soutenu*. დადებით V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი წინ. Demi-plié, ფეხის ცერის სრიალით გადაყვანით მარჯვენა ფეხი განზე, მოსწიეთ ფეხი ისევ V პოზიციაში, ორივე ფეხის თითებზე შეხტომით, მარცხენა ფეხი წინ. კარგად ასხლტით მარცხენა ფეხის ქუსლით. დაეშვით V პოზიციაში, demi-plié, და განაგრძეთ მარცხენა ფეხით.

6) *Jeté* ფეხის თითებზე, დადებით V პოზიციაში გაასრიალეთ მარჯვენა ფეხის ცერი იატაკზე განზე, 45° სიმაღლეზე. მოსწიეთ მარჯვენა ფეხი უკან V პოზიციაში. ფეხის თითებზე შეხტომით, ერთდროულად მარცხენა ფეხის აწევით sur le cou de pied და დაეშვით მარჯვენა ფეხზე demi-plié, მარცხენა ფეხის გადაყვანით განზე; განაგრძეთ მოძრაობა მეორე ფეხით. ეს პა საშუალებას გვაძლევს სხვადასხვა პოზა მივიღოთ და მოძრაობა შევასრულოთ ერთი ფეხის თითებზე. ყველა პოზის შესწავლა შეიძლება მათი შესრულებით V პოზიციიდან; demi-plié, გაშალეთ პატარა développé სასურველ მიმართულებაში და დადებით ფეხის თითებზე arabesque-ის ან attitude-ის ყველა მიმართულებაში და პოზაში.

7) *Temps levé*. დადებით V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი წინ, demi-plié, შეხტით მარცხენა ფეხის თითებზე, მარჯვენა ფეხის აწევით sur le cou de pied წინ და დაამთავრეთ V პოზიციაში demi-plié. შეიძლება პირიქით შესრულება: შეხ-

ტიტ მარჯვენა ფეხის თითებზე, ასწიეთ მარცხენა ფეხი უკან sur le cou de pied და დაამთავრეთ მოძრაობა V პოზიციაში, ან გამოცვალეთ ფეხი, ე. ი. დადგით აწეული ფეხი უკან, და გააკეთეთ უკუღმა—წინ.

იგივე მეორე ფეხით.

8) შემდეგ, ფეხის თითებზე V პოზიციიდან აკეთებენ *sissonne*-ებს ყველა პოზაში; იწყებენ ნაკლებად რთული *sissonne*-იდან.

Demi-plié, შეხტით ერთი ფეხის თითებზე, მეორე ფეხის გაშლით პატარა *développé 45°* წინ, ან II პოზიციაზე, ან უკან, დაამთავრეთ დაშვებით V პოზიციაში *demi-plié*.

შემდეგ გააკეთეთ *grande sissonne*, ფეხი იშლება 90° იმავე ხერხით ყველა მიმართულებაში და პოზაში.

Sissonne-ის გაკეთება შეიძლება სხვადასხვა გვერდზე მოძრაობით, მაგ. V პოზიციიდან *sissonne 3-ე arabesque*-ის მდგომარეობაში; *demi-plié*-ს შემდეგ, ფეხის თითებზე შეხტომით, გადახტით წინ, დაიკავეთ საჭირო პოზა, დაამთავრეთ V პოზიციაში დაშვებით. *demi-plié*-ზე. ყველა ამ *sissonne*-ების გაკეთება შეიძლება განუსაზღვრელი რაოდენობით, პოზის გამოუცვლელად; ყველა *sissonne*-ის შემდეგ დაეშვით იმ ფეხზე *demi-plié* რომელზედაც დგებართ (უნდა აღევნოთ თვალყური, რომ ფეხმა *arabesque*-ის მდგომარეობაში დაიცვას სათანადო სიმაღლე!) და გაიმეორეთ მოძრაობა.

ყველა ეს მოძრაობა ფეხის თითებზე:

1) უნდა დაუკავშიროთ *demi-plié*-ს და 2) ფეხის თითებზე აწევა საჭიროა პატარა ხტომით.

რაც შეეხება ფეხის თითებზე ხტომებს შესრულებას,—მათი გაკეთების დროს საჭიროა ტერფის, ფეხის ზურგის და კოკის დაძაბვა, არ უნდა დაუშვათ რაიმე მოშვებულობა. ეს

ხტომები ფეხის თითებზე ერთერთი უძნელესი დარგია ფეხის თითებზე ცეკვისა და მათ შემუშავებას დიდი ყურადღებით უნდა მოვეყიდოთ. ხშირად დაძაბული მდგომარეობა კოჭში გადაეცემა ტანს, რაც აძლევს მოცეკვავის სრულებით არამხატვრულ გარეგნობას. მიუხედავად ზურგის შეკავებულობისა ჩემს მიერ აღწერილ (როდესაც მე ვლაპარაკობდი აპლომბის შესახებ) ხერხით, მკლავებმა და თავმა უნდა შეინარჩუნო თავისუფლება. მხოლოდ მაშინ ამ ხტომებს ფეხის თითებზე ექნებათ ძალადაუტანებელი სახე, რომლის გარეშე ცეკვის არტიზტიულობა განუხორციელებელია.

/

X. ზ ა რ ი დ ი (ფუკი)

ძველებური დასახელება pirouette, რომელიც ყველაზე უფრო მოსახმარებელია ქორეოგრაფიულ ლიტერატურაში ტანის ტრიალის აღნიშვნისათვის ერთ ფეხზე ქალის ცეკვაში ჩვენს პრაქტიკაში ხმარებიდან გამოსულად უნდა ჩავთვალოთ. ჩვენ მხედველობაში გვაქვს მხოლოდ „ტრიალი“. მამაკაცებმა-კი ეს დასახელება ჯერ კიდევ შეინარჩუნეს და ხმარობენ მას უმთავრესად მრავალრიცხოვან, ერთ ფეხზე ადგილის გამოუცვლელად ერთმანეთზე წაბმული „ტურების“ გამოსახატავად. მაგ. მათი „grande pironette“ II პიზიციაში 90°. ამრიგად ვილაპარაკოთ ტრიალზე.

მომზადება შესწავლისათვის

ტრიალის პირველადი ფორმის შესწავლას, ფეხის ნახევარ თითებზე ისეთივე თანდათანობით და ყურადღებით უნდა მიუდგეთ, როგორც შემდეგში ფეხის თითებზე ტრიალის შესწავლას. არ შეიძლება დავტოვოთ ყურადღების გარეშე ის ელემენტარული ვარჯიშები, რომელნიც გვაახლოვებენ მიზანს და რომელნიც აჩვენებენ ფეხებს სწორ მდგომარეობას ტრიალის ყველა ეტაპში. თუ მოწაფე თანდათანობით შეისწავლის ფეხების ყველა მოძრაობას, რომელიც შედის ტრიალის შესრულებაში, ის ადვილად შეითვისებს უხეირო და დაახლოებითი შესრულების მანერას. ასეთივე სიზუსტით და სისწორით უნდა მიიღონ

მონაწილეობა ტრიალის შესრულებაში მკლავებმა. შემდეგში ტრიალის შესრულების დროს არაწესიერი ხერხის გასწორება მოითხოვს შეუდარებლათ უფრო მეტ დროს და დაძაბულობას, ვიდრე პირველადი გულმოდგინე მუშაობა. ამიტომაც მე გირჩევთ შემდეგ გზას ტრიალის შესწავლისათვის—თავდაპირველად ფეხის ნახევარ თითებზე და შემდეგში ფეხის თითებზე.

ყველაზე ელემენტარულ მოსამზადებელ ეტაპად მიგვაჩნია უმცროს კლასებში დავაჩვიოთ ბავშვები ტანის მობრუნებას. ეკზერსისში ძელთან ისინი ასრულებენ შემდეგი სახის ბრუნვებს:

1) ბრუნვა ორ ფეხზე;

2) ბრუნვა ერთ ფეხზე (რომელიმე ეკზერსისში, როდესაც საჭიროა ფეხის გამოცვლა; ფეხი გამოკვალეთ სწრაფად ბრუნვის დროს და განაგრძეთ მოძრაობა მეორე ფეხზე).

3) ზოგიერთი მოძრაობის დროს შეიძლება მობრუნდეთ იმ ფეხზე, რომელიც აკეთებს მოძრაობას და განაგრძოთ მოძრაობა მეორე ფეხით.

4) მობრუნება იმ ფეხზე, რომელზედაც დგეხართ და უკან დაბრუნება.

ყველა ამ მოძრაობას თან ახლავს მკლავების შენაცვლება ძელზე.

მაგრამ ყველა ეს ბრუნვა მხოლოდ აჩვენებს ტანს საერთო სიმარდეს. ტრიალის უფრო ახლო შესწავლა ხდება ქვემოთ აღწერილი თანამიმდევრობით.

ვარჯიშობა უნდა დავიწყოთ ორ ფეხზე ბრუნვით, შემდეგ საჭიროა შეისწავლოთ ერთ ფეხზე ბრუნვები, ასეთი თანამიმდევრობით:

1) ტრიალი ძღვად-ს მდგომარეობიდან *.

* ეს ძველებური ტერმინია, ახლა იშვიათად იხმარება. მე ვხმარობ ამ ტერმინს პირობითად ამ ბრუნვებისა და ტრიალის აღსანიშნავად.

2) IV პოზიციიდან და, ბოლოს 3) V პოზიციიდან, რის შემდეგაც აკეთებენ ტრიალს attitude-ის, arabesque-ის, II პოზიციის მდგომარეობაში და სხვ. ფეხის ნახევარ თითებზე ტრიალის შესწავლის შემდეგ, იწყებენ, მის შესწავლას ფეხის თითებზე, ყველა მოსამზადებელი ვარჯიშების თანამიმდევრობის დაცვით. ტრიალს attitude-ის, arabesque-ის მდგომარეობაში და II პოზიციიდან, გადიან ფეხის თითებზე ქორეოგრაფიული სწავლის დამთავრებისას.

დავიწყოთ სულ უბრალო ბრუნვებით შუადარბაზში-ორ ფეხზე ბრუნვა: ეს მოძრაობა battement soutenu-ს ტიპისაა.

En dehors. V პოზიციიდან, მარჯვენა ფეხი წინ, გააკეთეთ demi-plié და, გაშალეთ მარჯვენა ფეხი II პოზიციაზე გაქიმული თითებით იატაკზე, ადექით ფეხის ნახევარ თითებზე, მოსწიეთ მარჯვენა ფეხი უკან V პოზიციაში, და მობრუნდით მარჯვნივ en dehors; დააბრუნეთ მარჯვენა ფეხი წინ V პოზიციაში. ამ მოძრაობაში მკლავებიც იღებენ მონაწილეობას, რომელიც შველის ფეხებს. მოძრაობის დაწყებისას გაშალეთ მკლავები II პოზიციაზე, ნახევარ სიმალლეზე, შემდეგ ღრეკადი მოძრაობით შეაგროვეთ მკლავები ქვემოთ, მოსამზადებელ პოზიციაში.

En dedans. იმავე პოზიციიდან demi-plié-ს შემდეგ, გაშალეთ მარცხენა ფეხი, გასწიეთ ის წინ V პოზიციაში ნახევარ თითებზე აწევით და ფეხის მოწევით. შემდეგ ბრუნვა მარჯვნივ (en dedans), მარჯვენა ფეხის დაბრუნებით წინ, მკლავების იმავე მოძრაობით. საჭიროა ყურადღების მიქცევა, რომ ფეხმა en dehors და en dedans-ის დროს არ აღწეროს არასაჭირო რკალები იატაკზე და დაბრუნდეს II პოზიციიდან V-ში სწორი ხაზით. შემდეგი ვარჯიშობა გადა-

სელა ერთი ფეხიდან მეორეზე, ფეხის ნახევარ თითებზე ბრუნვით.

V პოზიციიდან, მარჯვენა ფეხი წინ, გააკეთეთ demi-plié, dégage II პოზიციაში მარჯვენა ფეხით, გაკიმული თითებით იატაკზე, დადექით ამ ფეხის ნახევარ თითებზე და მოსწიეთ მისკენ მარცხენა ფეხი V პოზიციაში უკან ბრუნვით ნახევარი ტურით en dehors; გაჩერდით ზურგით, demi-plié, dégage მარცხენა ფეხით II პოზიციაზე, ადექით მარცხენა ფეხის ნახევარ თითებზე, მარჯვენა ფეხის მოწვევით V პოზიციაში წინ, ბრუნვით en dedans. მკლავები იშლებიან II პოზიციაზე, dégage II პოზიციის დროს და ბრუნვის დროს შეერთდებიან მოსამზადებელ პოზიციაში იმავე დრეკადი მოძრაობით, როგორც წინა ვარჯიშობაში.

ანალოგიური მოძრაობა jeté ბრუნვის ნახევარი წრით ნახევარ თითებზე: ყოველ გადასვლისას მეორე ფეხზე იმოძრავეთ განზე, ტანის მობრუნებით ნახევარწრით ზურგით — en face — ზურგით — en face და ა. შ. ფეხი გაიშლება განზე, აწეული 45°. მარჯვენა ფეხით II პოზიციაზე dégage-ს დროს მარჯვენა მკლავი I პოზიციაზეა, მარცხენა II, მარცხენა ფეხით dégage-ს დროს — მარცხენა მკლავი I პოზიციაზე, მარჯვენა II.

ეს მოძრაობა გვაჩვენებს დავეუფლოთ ტანს, განსაკუთრებით მეორე ბრუნვის დროს, როდესაც ტანი ზურგით არის მობრუნებული მაყურებლისკენ. აუცილებელია ყურადღება მივაქციოთ იმ ფეხის მუხლის გადმობრუნებულებას, რომელზედაც აკეთებთ demi-plié-ს.

ამ მოსამზადებელი ვარჯიშობის შემდეგ, შეიძლება ტრიალის გაკეთება უადვილეს ფორმაში.

En dehors, დადგეთ V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი წინ, demi-plié, dégage მარცხენა ფეხით 45° II პოზიციაზე, მოსწიეთ მარცხენა ფეხი მარჯვენას წინ ნახევარ თითებზე და მობრუნდით მარცხენა ფეხზე, მარჯვენა ფეხის აწევით sur le cou de pied წინ; დაეცით მარჯვენა ფეხზე demi-plié, მარცხენა გადმოტყორცნით განზე 45°, და აქედან განაგრძეთ მოძრაობა.

ასეთი ტრიალის გაკეთება შეიძლება დიაგონალის მიმართულებით, ამ შემთხვევაში საჭიროა მარჯვენა ფეხზე დაცემის დროს, მისი გადმოტყორცნა განზე დიაგონალის მიმართულებით.

მკლავები მოძრაობენ შემდეგნაირად: გაშალეთ მკლავები dégage-ს მომენტში II პოზიციაზე, ნახევარ სიმაღლეზე და ტრიალის დროს შეართეთ მოსამზადებელ პოზიციაში. მკლავების ამ მოძრაობით თქვენ მიიღებთ ტრიალისათვის საჭირო ძალას (force). ტრიალის დროს არ შეიძლება მკლავების უეცრად ამოძრავება, რომ ადგილიდან არ დაიძრათ.

En dedans. V პოზიციიდან მარჯვენა ფეხი წინ demi-plié, dégage მარჯვენა ფეხით 45° II პოზიციაზე, ამ ფეხის ნახევარ თითებზე, ისე რომ არ შიადგათ მარცხენა ფეხს, მოტრიალდით en dedans, მარცხენა ფეხი—sur le cou de pied წინ, დაეცით მარცხენა ფეხზე demi-plié მარჯვენა ფეხი—sur le cou de pied წინ; აქედან განაგრძეთ მოძრაობა.

მკლავები აკეთებენ იმავე მოძრაობებს, როგორც ტრიალის დროს en dehors.

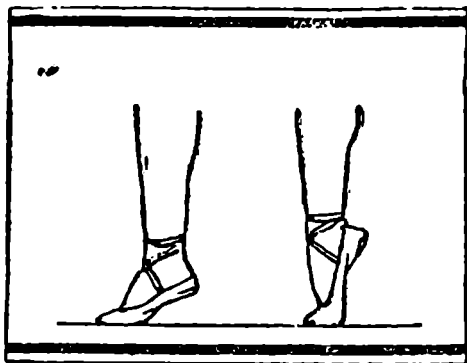
შემდეგ შეისწავლიან ტრიალს IV პოზიციიდან, რომელიც უფრო ადვილად შესასრულებელია,—ვიდრე ტრიალი V პოზიციიდან,—IV პოზიციიდან préparation-ის მიზეზით.

ტრიადი IV პოზიციიდან

ამ ტრიალს წინ მისდევს მოსამზადებელი ვარჯიშობა, რომელიც შეიცავს ამ ტრიალის ყველა მოძრაობას და არ შეიცავს მობრუნებას, რომლის გავლა საჭიროა უმცროს კლასებში.

En dehors. დადებით IV პოზიციაში croisé, მარცხენა ფეხი წინ, demi-plié, მოსხლტით იატაკიდან ორივე ქუსლით, — რასაც დიდი მნიშვნელობა აქვს, — ადევით მარცხენა ფეხის მალალ* ნახევარ თითებზე მოკლე მოსხლტით იატაკიდან (საჭიროა ამ ხერხის ზუსტად დაცვა, რადგან ის ძალიან შველის ტრიალს), მარჯვენა ფეხი დააყენეთ მაგრად sur le cou de pied წინ ისეთივე სიზუსტით, როგორც ტრიალის სწორი შესრულების დროს.

თავი შეიკავეთ ამ პოზაში და ეცადეთ მტკიცე აპლომბის პოვნას, დამთავრეთ demi-plié IV პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი უკან.



ნახ. 61

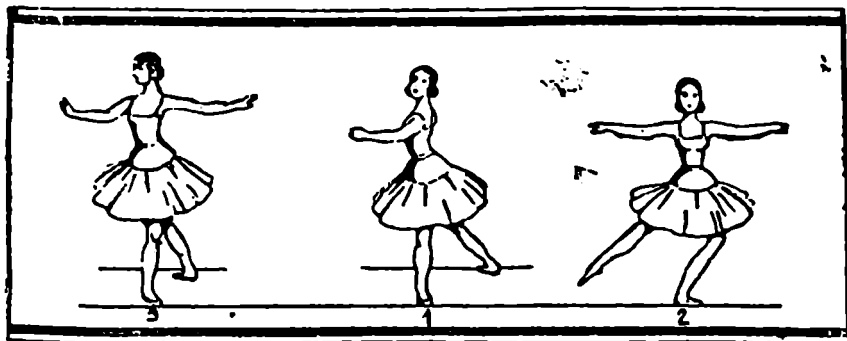
დაბალი და მაღალი ნახევარ თითები.

* როდესაც აკეთებთ ეკზერსის ფეხის ნახევარ თითებზე, რომ არ დაარღვიოთ ფეხის გადმობრუნებულობა, რაც ასე საჭიროა კლასიკურ ეკზერსისში, აუცილებელია მისი გაკეთება ფეხის ქუსლების აწევით იატაკიდან, დაბალ სიმაღლეზე, როგორც ნაჩვენებია ნახაზში 61. მხოლოდ მძლავრი მოძრაობის დროს, მაგ. ტრიალისათვის, როდესაც მაღლა ადინხართ ფეხის ქუსლის მოწვევით იატაკიდან. ფეხი მაღლა ადის ნახევარ თითებზე; თუ ფეხის გადმობრუნებულობა დამუშავებულია ფეხის ნახევარ თითებზე დაბალ სიმაღლეზე დღომის დროს, მაშინ ძნელი არ არის მაღალ ნახევარ თითებზე დადგომა.

მკლავები: პირველ პოზის დროს მარჯვენა მკლავი გაწეულია წინ თითქოს მე-3 arabesque-ის დროს (ტანიც დაყენებულია მე-3 arabesque-ის მდგომარეობაში), მარცხენა მკლავი გაწეულია განზე, ხელები ოდნავ აწეულია. ფეხის ნახევარ თითებზე აწევის დროს შეაერთეთ მკლავები ქვემოთ მოსამზადებელ პოზიციაზე, და დაიკავეთ ისინი მომრგვალებულად და მაგრად. საბოლოო პოზის დროს გაშალეთ მხოლოდ ხელები და დასტოვეთ მკლავები იმავე მდგომარეობაში.

ამ ვარჯიშით ჩვენ მოვამზადებთ ტრიალს en dehors, ამავე დროს ეს ვარჯიში არის ტრიალის préparation-იც და დაბოლოებაც (ნახ. 62₃).

En dedans. ამავე ხერხის დახმარებით შეისწავლება ტრიალი en dedans. განსხვავება იქნება მხოლოდ იმაში, თუ როგორი ხერხით მოვიკრებთ ჩვენ ძალას, ფორსს (force). ტრიალის დროს en dehors თქვენ მოსხლტებით ორივე ფეხით IV პოზიციიდან. ტრიალში en dedans საჭიროა: მარცხენა ქუსლის მოსხლეტით, მარჯვენა ფეხის გაშლა II პოზიციაზე



ნახ. 62. Préparation

En dehors.

En dedans.

45°, უეცრად შეხტომა მარცხენა ფეხის ნახევარ თითებზე და მარჯვენა ფეხის მაგრად მოწევა sur le cou de pied.

როდესაც დადგებით IV პოზიციაში, მარცხენა მკლავი მოღუნულია თავ წინ I პოზიციაზე, მარჯვენა მკლავი გაშლილია II პოზიციაზე; შემდეგ მკლავები გაიშლებიან II პოზიციაზე d'équilibre-ს დროს (ნახ. 62₂), შეერთდებიან ტრიალის დროს მოსამზადებელ პოზიციაზე და საბოლოო პოზის დროს IV პოზიციაში demi-plié (მარჯვენა ფეხი უკან), მკლავები რჩებიან მოსამზადებელ პოზიციაზე, ოდნავ გაშლილი ხელებით.

უნდა შევნიშნოთ, რომ მარჯვენა ფეხით დაწყებული ტრიალის დამთავრება შეიძლება V პოზიციაში წინ.

როდესაც მოწაფეები სათანადოთ მოემზადებიან, მაშინ ასწავლიან ერთი ტრიალის გაკეთებას, შემდეგში — ორი, სამი ტრიალის გაკეთებას. შემდეგ მოსამზადებელ ვარჯიშებს და ტრიალს შეისწავლიან ფეხის თითებზე.

როცა ვიწყებთ ტრიალის შესწავლას არ უნდა დავივიწყოთ, რომ ძალას ტრიალისათვის ჩვენ ვიკრებთ მკლავებით და არა ტანით, რომელიც უნდა იყოს უძრავი და შეასრულოს მხოლოდ ბრუნვა თავისი ღერძის გარშემო.

ტრიალი V პოზიციიდან

უფრო დიდ სირთულეს წარმოადგენს ტრიალი V პოზიციიდან: რადგან ამ შემთხვევაში ჩვენ არა გვაქვს მოსამზადებელი მოძრაობა, — როგორც ტრიალის დროს IV პოზიციიდან, — რომელიც გვაძლევს მომარჯვების შესაძლებლობას, ჩვენ უნდა დავამყაროთ იმედი უმთავრესად მკლავების მუშაობაზე.

დავიწყოთ მათი შესწავლა ანალოგიური ვარჯიშებით.

En dehors. დადებით V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი წინ, შეხტით მარცხენა ფეხის ნახევარ თითებზე იმავე მოსხლე-ტით იატაკიდან, როგორც წინა ვარჯიშში, მარჯვენა ფეხის აწევით sur le cou de pied წინ. მარჯვენა მკლავი I პოზი-ციაზეა, მარცხენა მკლავი გაშლილია II პოზიციაზე და ამ მკლავით ტრიალის დროს, თქვენ მოიკრებთ ძალას, ფორსს (force); ფეხის ნახევარ თითებზე ასვლის მომენტში, მკლავები შეერთდებიან მოსამზადებელ პოზიციაში, როგორც პირველ მაგალითში. დამთავრეთ ვარჯიში V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი უკან; შეიძლება დამთავრება IV პოზიციაშიაც.

იგივე გააკეთეთ ტრიალის დროს. აქ უნდა აღვნიშნოთ, რომ თუ ვტრიალებთ განუწყვეტლივ (ერთი მოტრიალება, მეო-რის შემდეგ), შეიძლება ყოველთვის მარჯვენა ფეხის დაყენება V პოზიციაში წინ, და არა V პოზიციაში უკან.

En dedans. მოტრიალებისათვის en dedans დადებით V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი წინ, demi-plié, შეხტით მარჯ-ვენა ფეხზე, მარცხენა ფეხი—sur le cou de pied წინ. დაე-შვით V პოზიციაში წინ. V პოზიციაში დამთავრებისას, საკი-როა ძალიან ეცადოთ თავის თავის შეკავება, რომ ზუსტი შე-სრულება იყოს, თუ დაამთავრებთ IV პოზიციაში—ეს უფრო ადვილია და ამას არ სჭირდება ასეთი ზუსტი თავის შეკავება.

მკლავები აკეთებენ იმავე მოძრაობებს, როგორც ტრიალის დროს en dehors, მიუხედავად იმისა, რომ აიწვევა მარცხენა ფეხი.

ტრიადი attitude-ის, arabesque-ის და სხვა პოზების მდგომარეობაში

ამ დიდი ტრიალის შესწავლას იწყებენ ისევე, როგორც პატარა ტრიალის შესწავლას, მოსამზადებელი ვარჯიშებით და წინასწარი პოზებით.

En dehors. დასაწყისისათვის ავიღოთ მომზადება ტრიალისათვის en attitude-ში, მოსამზადებელი პოზა IV პოზიციაზე, მარჯვენა ფეხი უკან, წინ გაშვებული მარჯვენა მკლავი, მარცხენა მკლავი II პოზიციაზე. Demi-plié, აიწიეთ მარცხენა ფეხის ნახევარ თითებზე ზემოაღწერილი ილეთით და მიიღეთ attitude croisée-ს პოზა. დამთავრებისათვის დაეშვიტეთ ფეხის ქუსლზე.

შემდეგ გააკეთეთ ერთი მოტრიალება ფეხის ნახევარ თითებზე, თანაც, თუ ამ მოძრაობას ასრულებთ adagio-ს დროს, სასურველია მისი დაბოლოება პოზის გამოუცვლელად ფეხის ნახევარ თითებზე. აუცილებელია როგორც წინა ვარჯიშში demi-plié-ს დროს. ფეხის ორივე ქუსლით მოსხლეტა IV პოზიციიდან და, მოტრიალების დაწყების დროს, იატაკიდან მოწყვეტილი მარცხენა ფეხი ადგეს ნახევარ თითებზე და მოტრიალდეს მარცხენა ფეხის გადმობრუნებულობის დაცვით.

ძალის მოკრება აქ ძალიან ძნელია, განსაკუთრებით ორ და სამჯერ მოტრიალებისათვის, მოცეკვავეს დიდი სიმარდე უნდა ჰქონდეს შემუშავებული. ფეხის ქუსლით წაკერა, ხელების ზევით აგდება (préparation-ის დროს ხელები გაშვებულია ხელის გულით ქვევით). მოტრიალების დროს აწევის მომენტში ხელები შეერთდებიან სასურველ პოზაში. ყველა ეს ერთად საშუალებას მოგვცემს მოვიკრიბოთ ძალა.

ასეთივე préparation-ის დახმარებით შეისწავლება და შესრულება ტრიალი მე-3 და მე-4 arabesque-ების მდგომარეობაში და ტრიალი à la seconde (ამავე ილეთით შეიძლება ტრიალის გაკეთება მდგომარეობაში développé effacé წინ, ე.ი. ტრიალის დროს აიწევა მარჯვენა ფეხი წინ, და ტრიალი მარჯვნივ).

En dedans. ტრიალისათვის en dedans ძალის მოკრება ხდება სხვანაირად, რასაც ჩვენ ვსწავლობთ მოსამზადებელ

ვარჯიშის დროსაც. დადებით *préparation IV* პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი უკან, მარცხენა მკლავი I პოზიციაზე, მარჯვენა მკლავი გაშლილია განზე, აიწიეთ ფეხის ნახევარ თითებზე *attitude effacée*-ს მდგომარეობაში და იმავე ილეთით, როგორც წინა ვარჯიშის დროს, დაეშვიტ ფეხის ქუსლზე. როდესაც დაიწყებთ მოტრიალებას ძალა მოიკრიბეთ მარცხენა მკლავით, რომელიც იტყორცნება II პოზიციაზე, მარჯვენა ხელი ასწიეთ *attitude*-ის მდგომარეობაში.

ასევე მომზადდება და შესრულდება ტრიალი 1 და მე-2 *arabesque*-ის მდგომარეობაში, თანაც ამ შემთხვევაში მარცხენა მკლავი გაიშლება 1-ლ ან მე-2 *arabesque*-ის მდგომარეობაში. მკლავი უნდა იყოს მტკიცე და მაგრათ დაკავებული სათანადო მიმართულებაში, თორემ მას აღვილად შეუძლია დააბარბაცოს ან მოსწყვიტოს ადგილიდან ტანი, რომელიც მიისწრაფვის წინ (ნახე *arabesque*-ების აღწერა). ტრიალის დროს აწეული ფეხით მდგომარეობაში *développé* წინ *croisé* ძალა მოიკრიბეთ, როგორც ტრიალის დროს *à la seconde*, მაგრამ ტრიალის დროს ფეხი გადის წინ *croisé* და მარცხენა მკლავი ჯერ გაივლის II პოზიციას.

ტრიალი A LA SECONDE 90° (II პოზიციიდან)

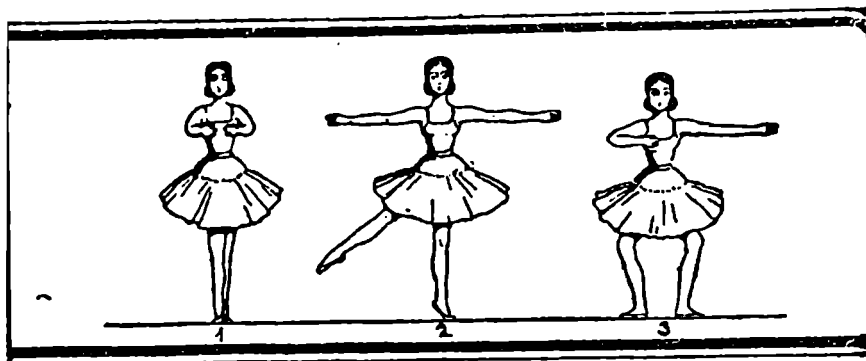
ტრიალისათვის *à la seconde II* პოზიციიდან მე უპირატესობას ვაძლევ იტალიურ ილეთს და არა ფრანგულს; იტალიური ილეთი უფრო ზუსტი, დინამიურია და ამიტომ უფრო თანამედროვეა.

შევისწავლოთ იგი შემდეგი მოსამზადებელი ვარჯიშობით.

En dehors. დადებით V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი წინ, *demi-plié*, აიწიეთ ფეხის ნახევარ თითებზე V პოზიციაშივე, მკლავები—შეერთებული წინ I პოზიციაში; შემდეგ

მკლავები იშლებიან II პოზიციაზე და ერთდროულად მარჯვენა ფეხი გამოიტყორცნება დიდი battement-ით II პოზიციაზე 90°; შემდეგ ორივე ფეხით II პოზიციაში demi-plié, მარჯვენა მკლავი მოილუნება I პოზიციაზე. ამის შემდეგ მარჯვენა ფეხი აიწევა II პოზიციაზე, მარცხენა ღებება ნახევარ თითებზე, მკლავები გაშლილია II პოზიციაზე. შეჩერდით მარცხენა ფეხის ნახევარ თითებზე, მარჯვენა ფეხის გაჩერებით à la seconde 90°.

ტრიალი à la seconde შეისწავლება demi-plié-დან II პოზიციაში, თანაც დიდი ყურადღება უნდა მიაქცროთ იმას, რომ მარცხენა ფეხის ქუსლი, ტრიალის დაწყების მომენტში არ შებრუნდეს და რაც შეიძლება დიდხანს დარჩეს გადმობრუნებულიად, — რაც გადამწყვეტ როლს ასრულებს კარგი ბრუნვისათვის à la seconde. ამ ტრიალისათვის ძალას მოიკრებთ მარჯვენა მკლავის გადმოტყორცნით II პოზიციაზე, მის შემდეგ, როდესაც თქვენ გააკეთეთ préparation-ს II პოზიციაზე; მხრები სრულებით სწორი უნდა დარჩეს, არ შეიძლება მარჯვენა მხრის წინ გაწევა იმ ფიქრით, რომ ამით თქვენ ძალას მოიკრებთ ტრიალისათვის.



ნახ. 63. Préparation ბრუნვისათვის sur le cou de pied II პოზიციაზე

En dedans. მომზადება ტრიალისათვის ისეთივეა, როგორც II პოზიციაზე demi-plié-ს შესრულებამდე, ამის შემდეგ აიწევა მარცხენა ფეხი და ტრიალი. საჭიროა en dedans.

Préparation-ის დროს მარჯვენა მკლავი I პოზიციაზეა, მარცხენა მკლავი გაშლილია II პოზიციაზე; ძალა მოიკრიბეთ მარჯვენა მკლავით, მაგრამ აქაც ვიმეორებ—არა მხრის წაშველებით.

ფრანგული ილეთი განსხვავდება იმით, რომ მარჯვენა ფეხი პირდაპირ V პოზიციიდან აკეთებს მოკლე développée à la seconde რის შემდეგ demi-plié II პოზიციაზე და ა. შ.

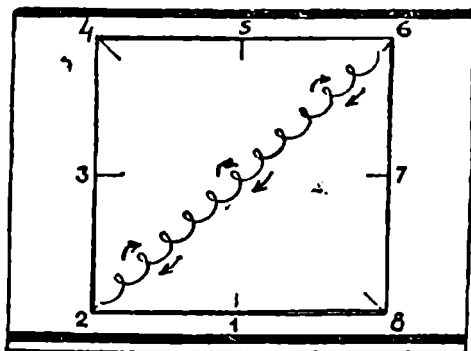
არის კიდევ ტრიალი sur le cou de pied II პოზიციიდან, რომელიც მოგვეგონებს ზემოდალწერილ ტრიალს, მხოლოდ იმ განსხვავებით, რომ ფეხი გამოიტყორცნება არა 90°, არამედ 45° და მოტრიალების დროს შეუერთდება მარცხენა ფეხს sur le cou de pied: ამ ტრიალის შესრულების დროს ამ préparation-ის დახმარებით მკლავები შეერთდებიან მოსამზადებელ პოზიციაში.

Tours chaînés

Tours chaînés déboulés,—პარიზის ტერმინოლოგიით. მომყავს ეს ორი სახელწოდება, რადგან საერთო ჯამში ორივე ძალიან სახოვანია და სხვადასხვა მხრივ ახასიათებენ მოძრაობას. უცბად გაქანებული პატარა რგოლების ჯაჭვი,—აი ის დახასიათება, რომელიც გამომდინარეობს დასახელებიდან და გვაძლევს ამ პას სწორ სურათს. Chaîné კეთდება ძალიან სწრაფი ტემპით, ყოველი მოტრიალება $\frac{1}{8}$ ან $\frac{1}{16}$, მოძრაობა წინ დიაგონალის მიმართულებით წერტილიდან 6 წერტილამდე 2 ჩვენი გეგმის (ნახ. 1, 3). ამ მოძრაობით ხშირად ამთავრებენ ვარიაციას, მაგრამ მას დიდის ეფექტით ხმარობენ თვით ვარია-

ციის და სხვა ცეკვების კომპოზიციაში. Chain-ს ასრულებენ შემდეგნაირად:

მოძრაობის დროს მარჯვნივ, ბრუნვა მარჯვენა ფეხზე, რომელიც გამოწეულია დიაგონალის მიმართულებით; ბრუნვის დამთავრებისას, მარცხენა ფეხი უნდა დასდგათ წინ მარჯვენა ფეხის ადგილას; უნდა მისცეთ თქვენ თავს ბიძგი დაწყებისათვის, მარჯვენა მკლავის წინ გადმოტყორცნით; შემდეგ შეაერთეთ მკლავები წინ. პირველადი შესწავლის დროს მკლავების ეს მოძრაობა მეორდება. ყოველ მოტრიალებასთან ერთად, როდესაც ტექნიკა შეთვისებულია და ტემპი უფრო და უფრო აჩქარებულია, მოცეკვავე ველარ ასწრებს მკლავის გადმოტყორცნას წინ და



ნახ. 64.

Tours chaînés

შველის თავისთავს მხოლოდ მკლავების პატარა მოძრაობებით, იმავე მიმართულებით, მაგრამ მკლავები ახლოს უკავია. სწრაფი ტემპის დროს, პირველად რომ გაჰკრავთ ფეხით მარჯვნივ, იმოძრაებთ ინერციის ძალით იმავე მიმართულებით, თუმცა ფეხები არ აკეთებენ ნაბიჯს და რჩებიან ახლოს ერთი მეორესაგან, — მთელ მოძრაობას შველიან მკლავები (ნახე ზევით). იმისათვის, რომ კარგად გააკეთოთ chaînés უნდა დაეუფლოთ დიდ ძვრადობას, მაგრად დაიკავოთ ზურგი, სრულებით სწორად და არ გადიზნიქოთ. მოძრაობის ბოლოს ბრუნვები დიდი სისწრაფით სცვლიან ერთიმეო-

რეს, გადაიქცევა სწრაფი ტრიალის ჯაქვად, რომელიც სწყდება უეცარი გაჩერებით, ერთბაშად უნდა გაქვედეთ რომელიმე პოზაში.

ამ მოძრაობის ვირტუოზობამ მიაღწია უაღრეს წერტილს, ტემპები — თავბრუდამხვევია. Chainés-ს აკეთებენ მალა, ფეხის ნახევარ თითებზე და ფეხის თითებზე.

უნდა დაუმატოთ, რომ ტრიალს chainés, jeté par-terre და ზოგიერთი სხვას, ცეკვაში ხშირად ასრულებენ მთელი სცენის შემოვლით.

TOURS EN L'AIR

ეს ტრიალი — ვაჟების ცეკვის დარგია, რომელსაც საერთოდ მე აქ არ ვეხები. თუმცა პა და ყოველდღიური გაკვეთილი ერთი და იგივეა, მაგრამ ვაჟების ცეკვას შეეურონოთ უფრო რთული მოძრაობები, რადგან ვაჟს აქვს უფრო მძლავრად განვითარებული კუნთები. ვაჟებს აქვთ დიდი შეღავათიც მუშაობაში. მათ არ უხდებათ ცეკვა ფეხის თითებზე, რაც ართმევს ქალს ბევრ ძალას და დროს მისი შესწავლისათვის; ამ შენახულ ძალას და დროს ვაჟი იყენებს იმ პას გასაძლიერებლად, რომელიც საერთოა ქალთა ცეკვაშიც: ეს პა ვაჟთა შესრულებაში მიიღებენ სხვა ხასიათს და ვირტუოზობის სხვა ხარისხს. ვაჟთა ცეკვაში ნაკლები დრო უნდება adagio-ს შესწავლას. ერთის მხრივ, adagio საჭიროა ქალისათვის, როგორც საშუალება ტანის გასამაგრებლად, რომელიც ბუნებიდან უფრო მოქნილი და უფრო სუსტია, ვიდრე მამაკაცის ტანი. მეორეს მხრივ, თვით ეს მოქნილობა საშუალებას აძლევს ქალს მიაღწიოს დამუშავებულ ცეკვაში იმ სრულქმნილ ხაზებს, რაც ძალიან იშვიათი გამოწვევისაა გარდა მიუწვდომელი რჩება მამაკაცებისათვის.

თუ აქ მე ვეხები ტრიალს ჰაერში, ეს ნაწილობრივ იმიტომ, რომ მისი გაკეთება შეუძლიანთ ქალებსაც, და თანამედროვე ბალეტმეისტერები ზოგჯერ ამ ბრუნვებს ხმარობენ ქალებისთვისაც.

დადებით V პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი წინ, *demi-plié*, მარცხენა მკლავი გაშლილია განზე მარჯვენა მკლავი გაშლილია წინ I პოზიციაზე. ფეხის ქუსლების მოსხლეტით, შეხტით ჰაერში ტრიალით, მკლავები შეაერთეთ ერთად მოტრიალების დროს. ჩამოხტით V პოზიციაში *demi-plié*, მარჯვენა ფეხი უკან, მკლავები გაშლილი წინ. საჭიროა ყურადღება მიაქციოთ, როდესაც ძალას იკრებთ, რომ მარჯვენა მხარი არ მიდიოდეს წინ ხტომის დაწყებამდე, ე. ი. უნდა დასტოვოთ ტანი სრულებით *en face*.

საერთო შენიშვნები ყოველგვარი ტრიალის შესახებ

კარგი ტრიალის პირველი პირობა—აბსოლუტურად სწორი და შეკრებილი ტანი. არ უნდა დაკარგოთ გაჩერების წერტილი და რომ თავბრუ არ დაგეხვეთ ყოველთვის უნდა გრძნობდეთ *face-ი*, მაგალითად, თუ პოპულიარულ 32 *fouettés* დროს შემსრულებელი დაკარგავს წერტილს თვალწინ, და არ გასწორდება ყოველთვის *demi-plié*-ს დროს, არაფერი არ გამოვა.

თეორეტიულად რომ ვიმსჯელოთ, ყველა ბრუნვების დროს თავი, რაც შეიძლება დიდხანს უნდა გქონდეთ მოქცეული მაყურებლისაკენ. მაგრამ ტრიალში, თავის ამ მუშაობას უნდა მიუდგეთ ძალიან ფრთხილად. უნდა მიაქციოთ ყურადღება იმას, რომ თავი არ დახაროთ, არ გადახაროთ განზე იმ ღერძისაგან, რომლის გარშემო ხდება ტრიალი. თუ ამ პირობას არ დაიცავთ, თქვენ ადვილად დაკარგავთ მდგრადობას. რომ

მიღწივით თანამედროვე ტექნიკისათვის მისაწვდომ მრავალრიცხოვან მოტრიალებას, უნდა ძალიან შეამციროთ თავის ეს მოძრაობა, და აღნიშნეთ მხოლოდ მხერით, ე. ი. ყოველთვის, როდესაც გადინხართ face-ს თვალი შეაჩერეთ მაყურებელს, რაც შეიძლება დიდხანს. ტრიალის დროს ვაჟის დახმარებით, უპირველეს ყოვლისა ეს უკანასკნელი კარგათ უნდა იდგეს ფეხებზე. გამოუცდელი პარტნიორი უნებლიედ იხრება უკან ტრიალის დასაწყისში და მხოლოდ ტრიალის ბოლოს იხრება წინ, ამით ის აუცილებლად წაჰკრავს და დაუშლის თავის ამხანაგს. ვაჟი უნდა იდგეს, გაქვავებული, რომ ქალმა იმოძრაოს მისი ხელების შუა. შემდეგი დამოკიდებულია მოცეკვავე-ქალისაგან: თუ ის თვითონ კარგია, მას არ ესაქიროება დატრიალება. სუსტ მოცეკვავეს კი ესაქიროება დატრიალება ხელებით.

მამაკაცთან adagio-ს დროს არის კიდევ პირუტყბების სხვადასხვანაირი სახესვაობა, ტრიალს აკეთებენ V პოზიციიდან ფეხის თითებზე, თანაც ძალას (ფორსს) იკრებენ შემდეგნაირად: მარცხენა ფეხის თითებზე დგომის დროს, მარჯვენა ფეხი გამოსწიეთ croisé წინ, მძლავრად გაშალეთ განზე (მოიკრიბეთ ძალა ფეხით), მოლუნეთ მარცხენა მუხლთან უკან, ან წინ და იტრიალეთ. ვაჟი შველის ქალს წელზე ხელის მოხვევით, ჯერ მისი მარჯვენა გვერდის ოდნავ წინ წაწევით და გაქანების დროს—მარცხენა ხელით წაჰკრავს მოტრიალებისათვის.

იმავე préparation-ით აკეთებს ქალი შემდეგ ტრიალს: ვაჟს ქალის თავს ზევით აქვს გაწვდილი მარჯვენა ხელი. ამ ხელის შუათითზე აქვს ჩაკიდებული ქალს ხელი. ქალმა უნდა დაიჭიროს თითი ხელის ყველა თითებით. ვაჟი ოდნავ შველის თითის ტრიალით. მაგრამ ძალა უნდა მოვიკრიბოთ ფეხის მძლავრი გაქანებით. ტრიალის მარჯვედ შესრულება დამოკიდებულია იმაზე,

თუ რამდენად მოხერხებულად სარგებლობს ქალი ვაჟის ხელის დახმარებით.

აქ ჩვენ ცოტა დავშორდით წიგნის თემას, რადგან ჩვენ ამოცანაში არ შედის ვწერთ დახმარების შესახებ.

კიდევ ერთი საბოლოო მითითება: ერთხელ აღებული preparation-ი არ უნდა გაასწოროთ, უნდა დაიწყოთ ტრიალი და არ გააქანოთ დამატებით მკლავი.

XI. ზრიადის სხვა სახეები

ტრიადი *adagio*-ს დროს

დარბაზის შუაგულში *adagio*-დროს აკეთებენ ნელ მოტრიალებას ფეხის მთელ ტერფზე, რაც ზოგჯერ ცეკვაშიც გვხვდება. ამ მოტრიალების გაკეთება შეიძლება ყველა პოზაში: *attitude*-ის, *arabesque*-ის მდგომარეობაში, II პოზიციაზე 90°, *développé* წინ. ეს ნელი მოტრიალება სრულდება ფეხის მცირე გაწევით საკირო მხარეს.

RENVERSÉ

Renversé, როგორც გვიჩვენებს მისი სახელწოდება არის ტანის უკან გადაზნექა მოტრიალების დროს. *Renversé*-ს აქვს სხვადასხვა ფორმები, ეს ერთერთი ურთულესი და საბოლოო მოძრაობათაგანია მოცეკვავეს სწავლა-განათლებაში. მისი აღწერა მეტისმეტად ძნელია. ვერაფერი ვერ გასწევს აქ ცოცხალი მაგალითისა და მითითების მაგიერობას, რასაც ადგილი აქვს გაკვეთილის დროს, თანაც თვით მასწავლებელმა უნდა ვირტუოზულად იცოდეს ცეკვა.

აღეწეროთ აქ *renversé*-ს შემდეგი სახეები.

Renversé en dehors. მოძრაობა იწყება *attitude croisé*-დან *demi-plié*, და აქვე ტანი ოდნავ იზნიკება წინ, შემდეგ შეხტით ფეხის ნახევარ თითებზე, და ამავე დროს

მოძრაობის მთელი ინიციატივა შეჯგუფდება ზურგში. როდესაც იწყება მოტრიალება en dehors, ზურგი ძალიან გადი-
 ზნიჭება უკან, ამ მოტრიალებას აკეთებს ტანი, ფეხები კი
 მხოლოდ უკანასკნელ წუთში აჰყვებიან ტანის მოძრაობას და
 აკეთებენ pas de bourrée en dehors-ს; როდესაც გადაზნე-
 ქილი ტანი, გამოიცვლის სიმძიმის ცენტრს, უნებლიედ აიძუ-
 ლებს ფეხებს გადადვას ბიჯი. ტანი აიძულებს ფეხს გამოი-
 ცვალოს ადგილი. ამ პას ეფექტიანობისათვის (თელა $\frac{1}{2}$)
 „ერთზე“ სრულდება ზნექა, მობრუნების დასაწყისი და
 ფეხის ნახევარ თითებზე აღგომა; „ორზე“, ტანი მი-
 ტრიალებულია მაყურებლისაკენ, ძალიან მოზნექილი ზურ-
 გით, თავი პროფილში; ამ პოზაში საჭიროა რაც შეიძლება
 დიდხანს დაყოვნება (მე-2 მეოთხედს დაუსვით წერტილი),
 ასე რომ ტანის საბოლოო მოტრიალებისათვის ფეხების გადა-
 ბიჯებისათვის (pas de bourrée) დარჩება ტაქტის მინიმალური
 ნაწილი.

ჩვეულებრივი შეცდომა არასაკმარისად ვირტუოზული მოცეკ-
 ვავებისა—renversé-ს დროს,—მდგომარეობს ტანის მობრუნე-



ნახ. 65. Renversé en dehors

ბაში მკლავების მოძრაობით და ფეხების გადაბიჯებით, რაც აიძულებს ტანს ინერციით გაჰყვეს მკლავებს. რომ აღარ ვილაპარაკოთ იმაზე, რომ ამ მოძრაობისაგან რჩება მარტო სახელი. ასეთი შესრულების დროს მოცეკვავე ველარ მართავს თავის ტანს; როგორც კი მოცეკვავე გაიშეორებს ამ პას რამდენჯერმე ზედიზედ, ის „გაეჭანება“ განზე; წონასწორობის ძებნაში მოცეკვავე ჰკარგავს რითმს და სხვ.

Renversé en dedans — შექცეული მოძრაობაა; ის გაცილებით უფრო ადვილია და მარტივი შესასრულებლად. გააკეთეთ *développé en avant croisé*, მოზნიქეთ ტანი წინ, და გააკეთეთ ისევ ისეთი გადაზნექა უკან როგორც *en dehors*, ფეხების გადაბიჯებით შექცეულ მხარეს (*en dedans*).

Renversé en écarté იწყება მე-4 *arabesque*-იდან. მარჯვენა ფეხი *arabesque*-ის მდგომარეობიდან მიწაზე არ დაეშვება და მობრუნების დასაწყისში მოილუნება ფეხის ცერით მეორე ფეხისაკენ აწეულ ფეხის ნახევარ თითებზე, — მდგომარეობაში *tire-bouchon**. ერთდროულად ტანი მძლავრად იხრება მარჯვნივ, წინ, ნახევარ თითებზე მდგარ ფეხის მუხლისაკენ. ტანი მოტრიალდება *en dedans*, ჩაიზნიქება უკან და მტკიცედ გაჩერდება, მდგომარეობაში *écarté* უკან, იატაკზე მდგარ ფეხის ქუსლზე დაშვებით.

მკლავები მე-4 *arabesque*-ის მდგომარეობიდან. მძლავრი მოძრაობით შეერთდებიან მოსამზადებელ პოზიციაში, როდესაც ფეხი — მდგომარეობაშია *en tire-bouchon* და ერთდროულად ფეხის და ტანის გაშლასთან, მკვეთრად გაიშლებიან III პოზი-

* *En tire-bouchon* ფეხის მდგომარეობა, აწეული 90° და მოლუნული მუხლში, თანაც ფეხის ცერი სრულებით ახლოს მოილუნება, იატაკზე მდგარ ფეხისაკენ. როდესაც ხედავთ ტრიალს ამ პოზიაში, თქვენ მიიღებთ კორპსაძრობის შთაბეჭდილებას.

ციაზე, მდგომარეობაში en écarté უკან. ეს მოძრაობაც, როგორც renversé-ს პირველი სახე, გულისხმობს მოცეკვავის მძლავრად განვითარებულ ტანს და მის ცოდნას ზურგით მოძრაობის აღებისა.

FOUETTÉ EN TOURNANT 45°

En dehors. გააკეთეთ demi-plié მარცხენა ფეხზე, მარჯვენა ფეხი ამ დროს იშლება II პოზიციაზე 45°, გააკეთეთ tour en dehors მარცხენა ფეხზე; ტრიალის დროს გააქანეთ მარჯვენა ფეხი უკან მუხლის ქვეშ, სწრაფად გაიარეთ ფეხის გადაყვანით მუხლის წინ. გაჩერება კვლავ demi-plié-ზე, ფეხის და მკლავის გაშლით II პოზიციაზე. ფეხის მოძრაობის დროს II პოზიციაზე, მკლავებიც იშლება აგრეთვე II პოზიციაზე და მოტრიალების დროს შეერთდებიან მოსამზადებელ პოზიციაზე.

En dedans. აგრეთვე როგორც en dehors, მაგრამ ფეხი მიდის ჯერ მუხლის წინ და შემდეგ მუხლის უკან.

როდესაც fouetté-ს აკეთებთ ზედიზედ მრავალჯერ, უნდა აიღოთ ერთგვარი თავისებური „გაქანება“; შეიძლება დაიწყოთ ასე: გააკეთეთ pas de bourrée en dedans და ამის შემდეგ დაიწყეთ fouetté. მაგრამ ეს ხერხი ძალიან საიმედო არ არის; ცუდათ აკონცენტრირებს ტანის მდგრადობას და შეუძლია ადგილიდან დასძრას მოცეკვავე. ყველაფერი ტანის ინდივიდუალური თავისებურებაზეა დამოკიდებული.

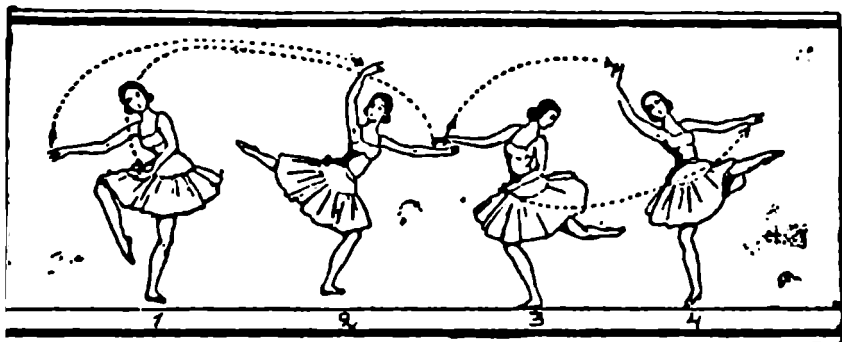
უფრო საიმედოა შემდეგი ხერხი: გააკეთეთ preparation IV პოზიციაში, შეხტით ფეხის თითებზე, ერთი მოტრიალებით და განაგრძეთ ტრიალი fouetté-ს შესრულებით.

ეს პა,—რომელიც დიდი ხანი არ არის სიძნელის და ვირტუოზობის საზღვარად ითვლებოდა,—ახლა ადვილია მრავალი კარგი მოცეკვისათვის.

GRAND FOUETTÉ EN FACE

Fouetté-ს ამ სახეს, რომელსაც ჩვენ ვასრულებთ მუდამ en face, მე მაინც ავლწერ აქ როგორც მისი სხვა სახეების თანამოსახელეს. ჩემს მიერ გამომუშავებული fouetté ცოტა თავისებურია. ის ნასესხებია ლეგატისაგანაც და ჩეკეტისაგანაც. გავარჩიოთ თავდაპირველად სუფთა იტალიური fouetté, რომლის შესრულების დროს ტანი რჩება en face.

En dehors. დადგეით პოზაში croisé en arrière მარცხენა ფეხით. Comme მარცხენა ფეხის ნახევარ თითებზე, გაშალეთ მკლავები II პოზიციაზე en face-ს დროს, დაეშვიტ მარცხენა ფეხზე demi-plié, მოლუნეთ მარცხენა მკლავი I პოზიციაზე, გაიტანეთ წინ 90° ნახევარ მოლუნული მარჯვენა ფეხი, აიწიეთ მარცხენა ფეხის ნახევარ თითებზე, მარდად შემოატარეთ მარჯვენა ფეხით grand rond de jambe უკან და დაამთავრეთ



ნახ. 66. Grand fouetté en face

მარცხენა ფეხზე demi-plié. Rond de jambe-ს დროს მკლავები აკეთებენ შემდეგ port de bras-ს: მარცხენა მკლავი ადის III პოზიციაზე და გადის II პოზიციაზე, ამავე დროს მარჯვენა მკლავი ადის III პოზიციაზე და გადის I პოზიციის შესრულებით arabesque-ის მდგომარეობაში, მარცხენა ფეხის demi-plié-ზე დაშვების მომენტში.

აღვწერ ეხლა იმ fouetté-ს, რომელსაც აკეთებენ ჩემი მოწაფეები; თუმცა სიტყვიერად თითქმის შეუძლებელია გადმოცემა იმ „ხერხისა“, რომლითაც უნდა შესრულდეს ეს ვარჯიში და მივალწიოთ ფეხებისა და მკლავების შეთანხმებულ ერთდროულ მოძრაობას. ამ მოძრაობას (fouetté) განაგებენ მკლავები, ისინი ანიჭებენ მთელ ტანს მოძრაობას და საჭიროა კარგად დაეუფლოთ და შეითვისოთ ამ მოძრაობის მთელი აგებულობა, რომ შეასრულოთ სცენაზე ისე, რომ არ გეშინოდეთ წონასწორობის დაკარგვისა.

Préparation იგივე coupé-ა, გაშალეთ მკლავები II პოზიციაზე, მოლუნეთ მარცხენა მკლავი I პოზიციაზე, მარცხენა ფეხის ნახევარ თითებზე ადგომით; demi-plié მარცხენა ფეხზე, ტანის მობრუნება მდგომარეობაში effacé; გამოიყვანეთ მარჯვენა ფეხი ნახევრად მოლუნული effacé წინ, მოზნიქეთ ტანი ფეხისაკენ, მაგრად დაიჭირეთ მარჯვენა გვერდი. მარცხენა გვერდის ამოზნექით; აიწიეთ ფეხის ნახევარ თითებზე, მარჯვენა ფეხის გავლით grand rond de jambe 90°, მდგომარეობაში attitude effacée; ერთდროულად მარცხენა მკლავი ადის III პოზიციაზე და იშლება II პოზიციაზე, მარჯვენა მკლავი II პოზიციის გავლით მიდის ზევით, პოზაში effacé. დაეშვიტ დ demi-plié-ზე. (ნახ. 66—1, 2)

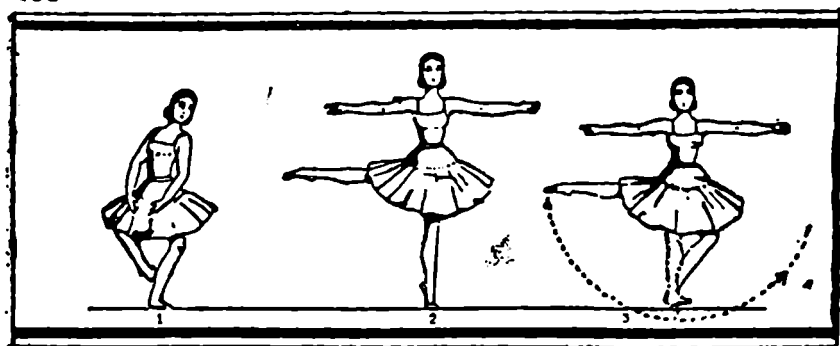
ასეთი გაკეთებული მოძრაობა გადაყვანილია უფრო პლასტიურ და კლასიკურ ფორმებში, იმ დროს როდესაც იტალიუ-

რი fouetté ცოტა მშრალი და სქემატიურია, გარდამავალ პოზებს მოკლებული, რომელნიც არბილებენ, ამსუბუქებენ, croisé-ს, effacé-ს და სხვ.

En dedans. პოზა crois en avant, მარცხენა ფეხი წინ. Coupé მარცხენა ფეხის ნახევარ თითებზე, demi-plié ამ ფეხზე. ტანი მდგომარეობაში effacé მობრუნებით, მარჯვენა ფეხი ნახევრად მოღუნულია უკან effacé (და ტანიც ჩაზნექილია ფეხისაკენ); მარჯვენა მკლავი I პოზიციაზე, მარცხენა მკლავი გაშლილია II პოზიციაზე. აიწიეთ მარცხენა ფეხის ნახევარ თითებზე მარჯვენა ფეხი კი გაიყვანეთ წინ effacé, grand rond de jambe 90° გავლით. მარჯვენა მკლავი იშლება II პოზიციაზე, მარცხენა მკლავი მიდის ზევით III პოზიციაზე. დაეშვით მარცხენა ფეხზე demi-plié. ამ მოძრაობის გაკეთება შეიძლება ხტომითაც, ყველა წესების დაცვით (ნახ. 66,—³⁻⁴).

GRAND FOUETTÉ EN TOURNANT

En dedans. ეს სახე უფრო ხმარებაშია ვიდრე შემდეგი, en dehors.

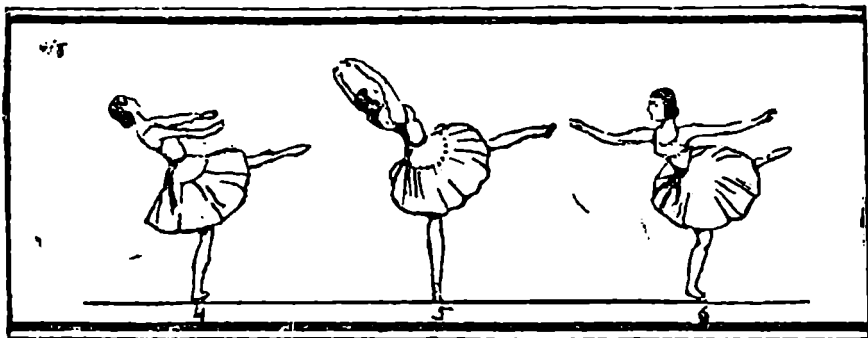


ნახ. 67. Grand fouetté en tournant

დადექით პოზაში *croisé* წინ, მარცხენა ფეხი წინ, დაეშვით მარცხენა ფეხზე *demi-plié*; შეხტით მარცხენა ფეხის ნახევართითებზე და გადმოტყორცნით მარჯვენა ფეხი II პოზიციაზე 90° დიდი *battement simple*-ის საშუალებით. მკლავებიც გაშალეთ II პოზიციაზე. დაეშვით მარცხენა ფეხის ქუსლზე *demi-plié*, მოტრიალებით გააქანეთ მარჯვენა ფეხი იატაკზე *battement*-ით წინ, წერტილ 6 მიმართულებით (ნახ. 1ა, 3), აიწიეთ მარცხენა ფეხის ნახევარ თითებზე, და დაამთავრეთ მოტრიალება *en dedans*, ფეხის დაკავებით იმავე სიმაღლეზე, დაამთავრეთ მოძრაობა მე-3 *arabesque*-ით, *demi-plié* (შეიძლება დამთავრება 1-ლ *arabesque*-ის მდგომარეობაშიაც).

ფეხის გადასვლის წინ, მკლავები იშლებიან მოსამზადებელ პოზიციით ზევით, III პოზიციაზე და ამთავრებენ *arabesque*-ის მდგომარეობაში. (ნახ. 67, 68)

En dehors. დადექით პოზაში *croisé*, მარცხენა ფეხი უკან, *coupé*, *demi-plié* მარცხენა ფეხზე, მარჯვენა ფეხის გადმოტყორცნით II პოზიციაზე 90° და მარცხენა ფეხის ნახევარ თითებზე აწევით; გაშალეთ მკლავები II პოზიციაზე,



ნახ. 68. Grand fouetté en tournant

გააქანეთ მარჯვენა ფეხი იატაკზე, I პოზიციის განვლით, მე-3 arabesque-ის მდგომარეობაში demi-plié და მკლავების მოსამზადებელი პოზიციის განვლით აგრეთვე მე-3-ე arabesque-ის მდგომარეობაში; მოტრიალებით მობრუნდით ფეხის ნახევარ თითებზე croisé წინ 90°, მკლავების სათანადო პოზის მიღებით.

Grand fouetté en tournant sauté

ამ პას გაკეთება შეიძლება ხტომით. ვიწყებთ ასევე. მარცხენა ფეხზე demi-plié-ს შემდეგ, მარჯვენა ფეხი გადმოიტყორცნება II პოზიციაზე, მარცხენა ფეხი მოსხლტება ხტომით იატაკს, იმავე დროს მარჯვენა ფეხი იტყორცნება აღწერილი ილეთით, მოტრიალება ხდება აგრეთვე პაერში, მარცხენა ფეხზე ხტომით.

სანიმუშო გაკვეთილი

ქვევით მომყავს გაკვეთილის ნიმუში, რომელიც უფროსი კლასებისათვის გამოდგება; ვარჯიშობა ნახევარ თითებზე * სრულდება.

ექზერსისი ძელთან

1) Plie ხუთ პოზიციაზე (ორ ტაქტზე, ოთხ-ოთხ 'მეოთხედზე), ერთი ხელი—4 მეოთხედზე; მეორე სწრაფი---2 მეოთხედზე და 2 მეოთხედზე—ნახევარ თითებზე აწევა.

2) Battements tendus.

წინ: ერთ მეოთხედზე—ორი demi-plié-თი, ორი გაკიმულ ფეხზე; სამი—მერვედზე (მეოთხე მერვედზე—პაუზა); შვიდი—მეთექვსმეტედებზე (მერვე მეთექვსმეტედზე—პაუზა).

გვერდზე—იგივე;

უკან—იგივე.

გაიმეორეთ ეს რვა ტაქტი.

მეორე ფეხით. **

3) Battements fondus და frappés (კომბინაცია) (რვა ტაქტზე ოთხ-ოთხ მეოთხედზე).

* კლასიკური ცეკვის პროგრამის გასავლელად შეიძლება ისარგებლოთ ლენინგრადის სახელმწიფო ქორეოგრაფიული სასწავლებლის „სასწავლო გეგმით და შესასვლელი გამოცდების პროგრამით“.

** ეკზერსისის ყოველი მოძრაობა უნდა შესრულდეს ორივე ფეხით.

წინ: ერთი fondus ნელი 2 მეოთხედზე, ორი ჩქარი თვითეულ მეოთხედზე.

გვერდზე—იგივე.

უკან—იგივე.

კვლავ გვერდზე—იგივე.

ორი frappe ნელი 1 მეოთხედზე, სამი ჩქარი—სამ მერვედზე (მეოთხე მერვედზე—პაუზა) ოთხჯერ.

მთელი კომბინაცია გაიმეორეთ, მხოლოდ დაიწყეთ მოძრაობით უკან.

მეორე ფეხით.

4) Ronds de jambe (ორი ტაქტი 4 მეოთხედზე). სამი ჩქარი ronds de jambe par-terre en dehors 3 მერვედზე; მეოთხე მერვედზე აიწიეთ ნახევარ თითებზე, ფეხის გაშლით II პოზიციაზე. სამი ronds de jambe en l'air en dehors 3 მერვედზე (მეოთხე მერვედზე—პაუზა), ოთხი ronds de jambe en l'air en dehors 4 მერვედზე. Plié sur le cou de pied და ტრიალი en dehors 4 მერვედზე.

მთელი ეს კომბინაცია გაიმეორეთ en dedans.

მეორე ფეხით.

5) Battements battus და petits battements (რვა ტაქტი 4 მეოთხედზე).

ოთხჯერ 4 მეოთხედზე ორმაგი battement battu, თვითეულ მეოთხედის შემდეგ გაჩერება პოზაში effacée წინ demi-plié. შემდეგ ტაქტში battement battu სრულდება ზედიზედ, გაჩერებით მეოთხე მეოთხედზე პოზაში effacée წინ demi-plié.

ოთხჯერ თითო petit battement ყოველ 4 მეოთხედზე, II პოზიციაში გაჩერებით ყოველი მეოთხედის შემდეგ. ერთი

ტაქტი petits battements-ები ზედიზედ, მეოთხე მეოთხედზე გა-
ჩერება II პოზიციაში demi-plié-ზე.

ოთხჯერ თითო petit battement ყოველ 4 მეოთხედზე;
ყოველი მეოთხედის შემდეგ გაჩერება პოზაში effacé უკან
demi-plié.

ერთი ტაქტი—petits battements-ები ზედიზედ, მეოთხე
მეოთხედზე გაჩერებით პოზაში effacé უკან demi-plié.

გაიმეორეთ ზემოდაღწერილი petits battements-ების ორი
ტაქტი II პოზიციაში გაჩერებით.

მეორე ფეხით.

6) Développé (ორი ტაქტი ოთხ მეოთხედზე) მარჯვენა ფეხი
გამოიტანეთ წინ ცერით იატაკზე, demi-plié გააკეთეთ მარცხე-
ნა ფეხზე და (პირველი მეოთხედი) ასწიეთ მარჯვენა ფეხი 90°,
მარცხენა ფეხის მუხლის გაკიმვით (მეორე მეოთხედი), პატა-
რა მოკლე balancé აწეული ფეხით (მესამე მეოთხედი), გადაი-
ყვანეთ ფეხი II პოზიციაში (მეოთხე მეოთხედი). მოლუნეთ
ფეხი მუხლში (პირველი მეოთხედი), გაშალეთ მე-2 arabesque-
ის მდგომარეობაში (მეორე მეოთხედი), აიწიეთ ნახევარ თი-
თებზე, დაეცით აწეულ ფეხზე უკან demi-plié-ზე, გაკიმეთ
მარცხენა ფეხის თითები წინ (მესამე მეოთხედი), და სწრაფად
დადექით ამ ფეხის ნახევარ თითებზე, მარჯვენა ფეხის აწევით
მდგომარეობაში attitude croisée (მეოთხე მეოთხედი).

მთელი ეს კომბინაცია გააკეთეთ შებრუნებულად, უკნიდან.

მესამე ფიგურა II პოზიციაში და ყველა პოზები გვერდზე,
საბოლოო პოზა პირველ შემთხვევაში écarté უკან, მეორეში—
écarté წინ.

მეორე ფეხით.

ამ ვარჯიშის შესრულება შეიძლება ტაქტის ნახევარზე-
დაც.

7) Grands battements jetés balancés (ერთ ტაქტზე 4 მეოთხედზე).

ვარჯიშობა დაიწყეთ ფეხის უკან გაყვანით გაკიმული თითებით. ფეხი იტყორცნება წინ I პოზიციაში, შემდეგ ისევ უკან I პოზიციაში (პირველი და მეორე მეოთხედები) და ორჯერ — I პოზიციიდან II-ში (მესამე და მეოთხე მეოთხედი).

შემდეგ გატყორცნეთ ფეხი უკან, წინ და პოზიციაში.

მეორე ფეხით.

საჭიროა ტანის ბალანსირება, როგორც ნაჩვენებია battement balancé-სათვის.

ჩემის აზრით ეკზერსისი სავსებით სრულ განვითარებას აძლევს კუნთებსა და იოგებს და ვფიქრობ, რომ გაკიმვისათვის ზედმეტია ყველა იმ ხელოვნური, არაბუნებრივი ხერხების ხმარება, რომელთაც აქვთ ზოგჯერ ადგილი ძელთან ან უძელოთ. მაგ. იოგების გაკიმვა ფეხის ძელზე დადებით. მე ძალიან იშვიათად ვხმარობ ამ ვარჯიშს. მაგრამ ქვემოთ აღწერილი პატარა ხერხი კარგ მომზადებას აძლევს მოვარჯიშეს მუშაობის დაწყებისათვის.

დადექით პირით ძელისაკენ, ჩასქიდეთ მას ორივე ხელი, დადექით I პოზიციაში გაკიმული ფეხებით. გაიწიეთ მარჯვნივ ფეხის ქუსლების იატაკიდან აუღებლივ; დაბრუნდით უკან საწყის მდგომარეობაში და ისევ გააკეთეთ მარცხნივ.

გაიმეორეთ რამდენჯერმე.

ეგზერსისი შუა დარბაზში

გაკვეთილის არასაკმარისი ხანგრძლივობის გამო და პროგრამის უმოკლეს ხანში გავლისათვის ვარჯიშობა შუა დარბაზში ჩემის აზრით, შემდეგნაირად უნდა განაწილდეს:

1. პატარა ადაჯიო (petit adagio). Plié-ს კომბინირება სხვადასხვანაირ *développé* და *battements tendus*-სთან.

2. მეორე პატარა ადაჯიო-ში შედიან კომბინაციები *battements foudus, frappés* და *rauds de jambe en l'air*-თან დაკავშირებით.

3. დიდი ადაჯიო, რომელიც უნდა შეიცავდეს მთელ რიგ (სათანადო კლასისათვის) უძნელეს მოძრაობებს ადაჯიოს ხასიათისა.

4. ალეგროს დაწყებისას მე ვცდილობ ვავარჯიშო მოწაფე პატარა ხტომებით, ე. ი. დაბალი და მარტივი.

5. ალეგრო დიდი პას შესრულებით.

6. პირველად თითებზე ისეთ პას ვასრულებთ, რომელთაც აკეთებენ ორ ფეხზე: *échappé II* პოზიციაზე, შემდეგ *IV* პოზიციაზე. ამ სიფრთხილეს მიემართავთ იმიტომ, რომ ახალ მოძრაობაზე გადასვლისას, მუშაობაში მონაწილეობას იღებენ ახალი კუნთები, მიუხედავად იმისა, რომ ფეხები ამ მომენტი-სათვის უკვე გახურებულია.

7. დაამთავრეთ გაკვეთილი პატარა *changement de pieds*-თი, რომ მოიყვანოთ თანასწორობაში დიდი მუშაობით აღელვებული კუნთები და იოგები. ტანისათვის გააკეთეთ *port de bras*, რომ საბოლოოდ გაშალოთ და განავითაროთ მოქნილობა.

პატარა ადაჯიო

1. დიდი *plié V* პოზიციაში, ერთ ნახევარი ტრიალი *en dehors sur le coup de pied*, გაჩერდით 1-ლ *arabesque*-ის მდგომარეობაში ზურგით, იმავე მიმართულებით განაგრძეთ მოძრაობა და გამოიყვანეთ ფეხი წინ *en isé*, გაიხედეთ მარჯვენა ხელის ქვეშ, აწეული *III* პოზიციაში; გაუსვით ფეხით

იატაკზე და გაიყვანეთ მე-2 arabesque-ის მდგომარეობაში, demi-plié და გააკეთეთ ორი ტური (ტრიალი) en dehors en attitude croisée; დაამთავრეთ renversé en dehors-ით. ორი battements tendus უკან მარცხენა ფეხით, ორი – წინ მარჯვენა ფეხით, მათი შესრულებით მეოთხედებზე; მარცხენა ფეხით სამი battements tendus ჩქარი და $\frac{1}{8}$ — პაუზა, გაიმეორეთ მარჯვენა ფეხითაც, ექვსი battements tendus გვერდზე, II პოზიციაში, მათი შესრულებით მერვედებზე, და flic-flac en dehors გაჩერდით IV პოზიციაში, préparation მარცხენა ფეხზე ერთი და ორი ტრიალი en dehors sur le cou de pied.

2. დიდი relevé en dehors 90° II პოზიციაში, გაუსვით ფეხი იატაკზე და მიიყვანეთ attitude croisée-ს მდგომარეობაში, coupé მარჯვენა ფეხზე, ოთხი ronds de jambe en l'air en dehors მარცხენა ფეხით demi-plié და pas de bourrée en dehors. იგივე en dedans.

დიდი ადაჟიო

პოზა croisé უკან მარცხენა ფეხით; demi-plié, coupé მარცხენა ფეხზე და balonné en écarté წინ, გაჩერებით effacé მოლუნული მარჯვენა ფეხით მუხლის უკან; გაკიმეთ ფეხი იმავე მიმართულებით effacé უკან, გააკეთეთ ამ ფეხზე ორი ტრიალი en dedans sur le cou de pied გაჩერდით მარცხენა ფეხი უკან écarté, ორივე მკლავი, III პოზიციაში, ნელა მოტრიალდით და გაიყვანეთ გაშლილი ფეხი პირველ arabesque-ის მდგომარეობაში, ტანის მობრუნებით წერტილისაკენ 2 (ნახ. 1, 3); მკლავები, მოსამზადებელ პოზიციის გავლით, გაიყვანეთ წინ გადაჯვარედინებული ხელებით. Coupé მარცხენა ფეხზე და გააკეთეთ pas ciseaux (გაჩერება მარჯვენა ფეხზე), მობრუნდით მარცხენა ფეხით effacé წინ, chassé იმავე მიმართულებით en

effacé, დაეციოთ მარცხენა ფეხზე demi-plié, რის შემდეგ გადადით მარჯვენა ფეხზე მდგომარეობაში attitude croisée სწრაფად მობრუნდით en dehors, დადექით მარცხენა ფეხზე მე-4 arabesque-ის მდგომარეობაში, გააქეთეთ renversé en écarté უკან, pas de bourrée en dehors, ორი ტრიალი en dehors IV პოზიციიდან sur le cou de pied, pas de bourrée en dehors და entrechat-six de volée მარჯვენა ფეხით.

ა ღ ე გ რ ო

1. დიდი sissonne წინ en tournant en dehors, assemblé წინ და sissonne-soubressaut attitude effacée-ს მდგომარეობაში მარჯვენა ფეხზე, გაუსვით მარცხენა ფეხით იატაკზე და გამოიყვანეთ წინ, გააქეთეთ glissade მარჯვენა ფეხით გვერდზე და cabriole fermée მარჯვენა ფეხით effacé.

2. ა) Saut de basque და renversé en dehors—გაიმეორეთ; sissonne tombée წინ en effacé, cabriole პირველი arabesque-ის მდგომარეობაში, pas de bourrée cabriole მეოთხე arabesque-ის მდგომარეობაში, sissonne tombée en tournant (en dehors) მარჯვენა წინ croisé coupé მარცხენა ფეხზე და jetté fermé fondu მარჯვენა ფეხზე გვერდზე II პოზიციაში.

ბ) ოთხი sauts de basque დიაგონალის მიმართულებით, მკლავებით III პოზიციაში, ოთხი chaînés იმავე დიაგონალის მიმართულებით წერტილისაკენ 2 (ნახ. 1, 3), préparation IV პოზიციაში croisé და ორი ტრიალი en dehors sur le cou de pied; დაამთავრეთ IV პოზიციაში.

3. Préparation croisée მარცხენა ფეხით წინ, grande cabriole fermée en effacé მარჯვენა ფეხით და მოტრიალდით en dedans თითებზე V პოზიციაში. გაიმეორეთ.

Sissonne tombée უკან: მარჯვენა ფეხით croisé, მარცხენა ფეხით effacée, მარჯვენა ფეხით en tournant en dehors წინ croisé cabriole მე-4 arabesque-ის მდგომარეობაში და დაამთავრეთ pas de bourrée-ით.*

თ ო თ ე ბ ზ ე

1. Préparation croisée მარცხენა ფეხი უკან, coupé მარცხენა ფეხით და თითებზე grand fouetté en dehors მარჯვენა ფეხით, მოლუნეთ მუხლი და სწრაფად გაატარეთ მარჯვენა ფეხი წინ croisé, ორჯერ აიწიეთ თითებზე sissonne მე-3 arabesque-ის მდგომარეობაში მარჯვენა ფეხზე; coupé მარცხენა ფეხით, fouetté მარცხენა ფეხზე en dehors 45°, pas de bourrée en dehors, préparation IV პოზიციაში და ორი ტრიალი sur le cou de pied en dedans მარჯვენა ფეხზე, გაჩერება V პოზიციაში.

2. Pas de chat დაამთავრეთ მარჯვენა მუხლზე, développé წინ მარცხენა ფეხის თითებზე effacé და მაშინვე გაიყვანეთ ფეხი უკან effacé ისევ თითებზე დგომით. Pas de bourrée (დაამთავრეთ მარჯვენა ფეხზე, მარცხენა - sur le cou de pied), fouetté en dedans მარჯვენა ფეხზე და en dehors მარცხენაზე, გაჩერება V პოზიციაში.

3. ორჯერ თითო ტრიალით en dehors მარცხენა ფეხით (ყოველთვის უნდა დაიწყოთ dégagé მარცხენა ფეხით), დიაგონალით წერტილიდან 6 წერტილისაკენ 2 (ნახ 1, 3), ორი fouettés en dehors და მესამე fouetté ორმაგი ისევ მარცხენა ფეხზე. გაჩერდით IV პოზიციაში, მარჯვენა ფეხი უკან.

* ამ კომბინაციის შესრულება შეიძლება ვალსის ტემპით.

ალფაბეტური სამიგბელი

ადაჟიო 1, 2, 5, 11.
 ალეგრო 1, 5, 11, 174.
 აპლომბი 2, 25, 26
 არაბესკი 66.
 არაბესკი allongée 66.
 არაბესკი ouverte 66.
 ატიტიუდი 64.
 ბატმანი 28.
 ბრუნვა (ან ტრიალი) ადაჟიოს
 დროს 159.
 ბატმანები (მეოთხედის) 42.
 ბიუმონტი XII.
 ბრუნვა არაბესკის მდგომარეობა-
 ში 151.
 ბრუნვა ატიტიუდის მდგომარეობა-
 ში 150.
 ბრუნვა à la seconde 90° 151.
 გადმობრუნებულობა (გადმობრუ-
 ნება) 3, 9, 24.
 გაკვრა-გამოკვრა (წვივების) 125,
 32.
 გადასაკიდი jeté 96.
 გაკვეთილი XII, 1, 5, 6, 7, 8, 11
 168.
 გაჟიგვა ძელთან 171.
 „დ ი დ ი“ 33.

„დიდი ადაჟიო“ 173
 ენრიკო, ჩეკეტი XI, XII, XIII,
 XIV, 163.
 ეკზერსისი (exercice) ნახევარ თი-
 თები (ფეხის) 7, 8, 10, 11, 12, 14.
 ეკზერსის ფეხის თითებზე 175.
 ეკზერსისი შუა დარბაზში 1, 11,
 171.
 ეკზერსისი ძელთან 1, 11, 168.
 ეკზერსისი (ხალხური ცეკვების)
 12.
 ვარიაცია 2.
 ვოლინსკი 84.
 იდზიკოვსკი XII. .
 იტალიური სკოლა 34, 52, 56,
 64, 67, 69, 90, 93, 163.
 კაბრიოლი 5, 122.
 კომბინაცია (კას) 10.
 კუთხის გრადუსები XIII.
 ლეგატი ნ. გ. 163.
 მამაკაცთა (ვაჟების) ცეკვა 155.
 მამაკაცის დახმარება (ქალის ცეკ-
 ვაში) 2.
 მამაკაცის დახმარება ტრიალის
 დროს 157.

მდგრადობა 1, 25.
 მოსაშხადებელი პოზიცია (მკლავების) 49.
 მკლავები 1, 49—64.
 მკლავები 1, არაბესკის დროს 52.
 პატარა ადაჟიო 172.
 პუანტები 135.
 პლე 8, 9. 13—18.
 პოზიციები 8, 9, 13—14, 17.
 პოზიციები (მკლავების) 49.
 რუსული სკოლა 64, 67, 69, 72.
 სტეფანოვი XIII, XIV.
 ტერმინოლოგია (საცეკვაო) XI
 ტერმინოლოგია ფრანგული XI
 ტრიალი (ტური) 141.
 ტრიალი sur la con de pied II,
 პოზიციიდან 153.
 ტრიალი préparation dégagée 145.
 ტრიალი IV პოზიციიდან 146.
 ტრიალი V პოზიციიდან 148.
 ფეხის გაშლა 39.
 ფრანგული სკოლა XI, 52. 64. 67, 69, 72.
 შირიავეი ა. ვ. 12.
 ძირითადი პოზები 1, 2.
 ხტომები V XII 1, 2, 34, 83.
 ხტომები (ფეხის თითებზე). 135.
 Aplomb 25—26
 Arabesque 66.
 Assemblé 3—4, 88, 92.
 Attitudes 64.
 Attitude croisée 64.
 Attitude effacée 66.

Balancé, pas 4, 122.
 Ballonné pas 115—116.
 Ballotté, pas 113—114.
 Basque, pas de 4, 107
 Battements balancés 35.
 Battements battus 43
 Battements développés 39.
 Battements divisés en quarts 42.
 Battements double frappé 36
 Battements fondus 37.
 Battements frappés 35
 Battements soutenus 39.
 Battements tendus 28.
 Battements tendu jeté 31
 Battements tendus pour batterie 32.
 Battements tendus simples 29
 Battements tombés 41.
 Batteries 125.
 Battus, pas 126.
 Bourrée, pas de 5, 72—77.
 Brise 132.
 Cabriole 122.
 Changement de pied 3, 85, 87.
 Chassé, pas 116.
 Ciseaux, pas de 112.
 Coupé 77.
 Couru, pas 77
 Croisé 19.
 Dégagé 145.
 Demi-plier 9, 13, 18, 83, 84, 85, 86.
 Ecarté 70—71.

Echappé, pas 4, 87.
 Effacée 21.
 Emboîté, pas 120—122.
 En dedans 23.
 En dehors 22
 En face 18.
 En tournant 5.
 Entrechats 128.
 Entrechat-cinq, 129.
 Entrechat de volée 131.
 Entrechat-huit 129.
 Entrechat-quatre 128.
 Entrechat-sept 130
 Entrechat-six 129.
 Entrechat-trois 129.
 Epaulement 18.
 Failli, pas 119.
 Flic-flac 78, 79.
 Fouetté en tournant 46
 Fouetté en tournant 45°, 162.
 Gargonillade, pas 110.
 Glissade, pas 117.
 Grande pas 33
 Grand battement jeté 9, 33.
 Grand battement pointé 34.
 Grand fouetté en face 163.
 Grand fouetté en tournant 165
 Grand jeté 93.
 Grand rond de samba jeté 47.
 Jeté pas 4, 92.

Jeté en tournant (par-terre) 99.
 Jeté entrelacé 96.
 Jeté fermé 94.
 Jeté passé 95.
 Jeté renversé 97
 Jeté ნახევარ ტურის განვლით
 განზე 100.
 Levé, temps 3. 138.
 Lié, temps 62.
 Passé 80.
 Petit battement 9, 37
 Port de bras 52.
 Préparation 1-47.
 Relevé, temps 180.
 Renversé 159
 Royal 128.
 Rond de jambe en l'air 45.
 Rond de jambe par terre 44
 Saut de basque 109.
 Sissone, pas 101.
 Sissonne fermée 102.
 Sissonne fondue 103.
 Sissonne ouverte 4, 101.
 Sissonne soubressaut 104.
 Sissonne tombée 103
 Soubressaut, pas 101.
 Sur le cou de pied 4, 35.
 Tours chaînés 153.
 Tours en l'air 155.

შ ი ნ ე ა რ ს ი

მთარგმნელის წინასიტყვაობა .	V
ავტორისაგან	X
გაკვეთილის აგებულობა	1

კლასიკური ცეკვის ფორმები

I ძირითადი ცნებანი	13
პოზიციები Positions des pieds	13
ცნებანი croisé და effacé	19
პოზა croisée	19
პოზა effacée	21
ბრუნვა En dehors და en dedans .	22
მდგრადობა Aplomb	25
II. ბ ა ტ მ ა ნ ე ბ ი)	28
Battements tendus	28
Battements tendus simples (მარტივი)	29
Battements tendus jetés	31
Battements tendus pour batterie (გაკვერა-გამოკე- რისათვის)	32
Grands battements jetés	33
Grands battements pointés	34
Battement balancé .	35
Battements frappées	35
Battement double frappés	36
Petits battements sur le cou-de-pied	37
Battements fondus	37
Battements soutenus .	39
Battements développés	39

Battements tombés	41
Battements divisés en quarts (მეოთხედი ბატმანები)	42
Battements battus	43
III. ფეხების წრიული ტრიალი .	44
Rond de jambe par terre .	45
Rond de jambe en l' air .	45
Grand rond de jambe jeté	47
IV. მკლავები	49
მკლავების პოზიციები	49
Port de bras	52
ეკზერსისში მკლავების მონაწილეობის მაგალითები	61
მაგალითი ძელთან .	61
Temps lié .	62
V. კლასიკური ცეკვის პოზები .	64
Attitudes	64
Attitude croisée	64
Attitude effacée	66
Arabesques	66
პოზა écartée	70
VI. შემაერთი და დამხმარე მოძრაობები	72
Pas de bourrée	72
Pas de de bourrée ფეხების შეცვლით .	73
Pas de bourrée ფეხის შეუცვლელად	74
Pas de bourrée dessus-dessus	75
Pas de bourrée en tournant .	76
Pas.couru	77
Coupé .	77
Flic-flac	78
Flic-flac en tournant .	79
Passé	80
Temps relevés	80
Petit relevé	80
Grand relevé .	82

VII. ბ ტო მე ბ ი	83
Changement de pied . .	85
Petit changement de pied .	85
Grand changement de pied .	87
Pas échappé .	87
Petit échappé .	87
Grand . . .	88
Pas assemblé .	88
Pas jeté .	92
Grand jeté .	93
Jeté fermé .	94
passé	95
„ entrelacé (გადასაკიდი)	96
„ reuversé . .	97
„ en tournant	98
„ „ (par-terre) . .	99
„ ნახევარ ტურის განვლით განხე	100
Sissonne . . .	101
„ ouverte .	101
„ fermée	102
„ fondue .	103
„ tombée . .	103
„ soubressaut . - .	104
Soubressaut	104
Pas de chat .	105
„ basque . . .	107
Grand pas de basque	108
Saut de basque . .	109
Gargonillade .	110
Pas de ciseaux	111
Pa ballotté	113
„ ballonné .	115
„ chassé .	116
„ glissade	117
„ failli .	119

Pas emboité	120
„ Emboite en tournant .	121
Pas balancé	122
Cabriole	122
VIII. წვივების გაკერა-გამოკერა (Batteries) .	125
Pas battus	126
Entrechats	128
R o y a l	128
Entrechat—quatre—six,—fuit .	128
trois,—cinq,—sept .	129
de volée	131
B r i s é	132
IX. ცეკვა ფეხის თითებზე .	135
X. ტრიალი (ტური)	141
მომზადება შესწავლისათვის .	141
ტრიალი preparation dégagée .	145
„ IV პოზიციიდან .	146
„ V „	148
„ attitude-ის, arabesque-ის, სხვა პოზების მდგომარეობაში.	149
ტრიალი à la seconde 90° (II პოზიციიდან)	151
Tours chaînés	153
Tours en l'air	155
საერთო შენიშვნები ყოველგვარი ტრიალის შესა- ხებ	156
XI. ტრიალის სხვა სახეები	159
ტრიალი adagio-ს დროს .	159
Renversé	159
Fouetté en tournant 45° .	162
Grand fouetté en face	163
fouetté en tournant	165
„ tournant sauté	167
და რ თ ვ ა	
სანიმუშო გაკვეთილი	168
აღფაბეტური საძიებელი	177

Перевод
Лили Гварамадзе

Изд-во „Федерация“
19 Тбилиси 40

ကျွန်ုပ်တို့: ဖ. ခမ္မဂဏ္ဌာပေဌဂဏ္ဌဂ

3. შპს „კორუპტორი“ მ. ჯაფარიძე

ბადაყუა წარმოებას 18.VII 1940 წ.
იქცოფ. დასაბეჭდა 25.X 1940 წ.
კირავი 1000. ნივრის ზომა 5 x 7,5
ჯორშის რაოდენობა 11,5 შვევთის
N 748. N 4284

ტამ. „ფუნქციონა“-ს სტამბა,
თბილისი, პეტრეწიკოვის 121