

Curso de Danza de la India - KATHAK - कथक

Dirigido a estudiantes y practicantes de Yoga que podrán incorporar el lenguaje de la danza y la música de India enriqueciendo su movimiento y la conciencia en él, y aportando a un nivel sutil la influencia de otras formas y estructuras basadas en la concepción cíclica del tiempo.

En este taller aprenderemos las claves del lenguaje de la danza Kathak, la danza clásica del norte de la India, considerando como eje transversal el Yoga y su filosofía. Experimentaremos la relación directa entre Yoga y Danza, la danza como forma de meditación en movimiento.

La danza Kathak

El Kathak es una de las ocho danzas clásicas de India cada una de las cuales pertenece a una región del país. El Kathak nace y se desarrolla en el norte, a lo largo de toda la franja del río Ganges.

La palabra Kathak proviene del vocablo sánscrito *katha*, que significa historia. Esta danza tiene su origen en familias nómadas de actores-bailarines que recorrían los pueblos narrando historias mitológicas. A partir del siglo XVI, recibe influencias de la danza persa y la mística sufí a través de los bailarines que llegan a India debido a la invasión mogol. Es entonces cuando el Kathak comienza a ser bailado en la corte.

La danza Kathak incluye diferentes tipos de piezas, unas son más rítmicas con énfasis en la expresión de todo el cuerpo y la percusión de los pies (acentuada por los *ghungharu*, cascabeles atados alrededor de los tobillos); y otras son más gestuales o narrativas, basadas en historias mitológicas.

El Kathak no es una danza rígida, dentro de su propio lenguaje y estilo permite usar movimientos muy personales.

Se baila con acompañamiento de percusión, principalmente la *tabla* y a veces el *phakawaj*, también del canto y de instrumentos melódicos como el *sarangi*, *el armonio*, *el sitar* o *el bansuri*.

Contenidos del curso

Práctica

- El eje del cuerpo. Los movimientos se articulan en relación al eje vertical de nuestra columna vertebral; las posturas y gestos son orgánicos, surgen de manera natural.
- La relación entre fuerza y fluidez, cómo generar un movimiento contundente pero a la vez relajado, un diálogo constante entre estabilidad/ fluidez, potencia/suavidad, y la importancia de la respiración en este equilibrio. Encontramos aquí una relación directa con el Yoga y sus prácticas.
- Los giros. Es una de las características principales de esta danza de influencia sufí: la búsqueda de una apertura a un vórtice de energía vertical que conecta nuestro cuerpo entre el cielo y la tierra.
- La voz y el ritmo (*bol*). Emisión de sílabas rítmicas que reproducen los sonidos de la percusión de los pies. Su finalidad es facilitar el aprendizaje de los patrones rítmicos de la danza, y en las actuaciones es algo básico para la comunicación entre percusionista y bailarín. Esta práctica, al igual que sucede en el canto, ejercita el control de nuestra respiración.
- El ritmo en los pies. Ejecución de diferentes patrones rítmicos marcados por la percusión de los pies. Conoceremos distintos ciclos rítmicos (*tala*) de la música indostánica. Exige atención y coordinación, es una excelente práctica para nuestros hemisferios cerebrales.
- La danza expresiva o narrada (*nritya*). Este aspecto de la danza nos abre la puerta a todo un mundo de simbología relacionado con las deidades del hinduismo, sus cualidades y arquetipos. La expresión del rostro y los gestos de las manos (*mudras o hastas*) se incorporan a la gestualidad de todo el cuerpo para narrar historias y mitos.
- Trabajaremos para finalizar una sencilla coreografía donde podremos expresar y vivenciar todo lo aprendido.

Teoría

1. Introducción. Danza y Yoga.
2. Breve historia de la danza Kathak.
3. Elementos característicos de esta danza.
4. Términos básicos para comprender la música del norte de India.
5. Estructura de la danza.
 - Danza abstracta: *nritta*
Estudio de los patrones rítmicos en la música clásica del norte de India
 - Danza expresiva: *nritya, abhinaya y rasa*.
La simbología del hinduismo en la danza expresiva.
6. El vestuario y complementos en estilos hindú y musulmán.
7. Desarrollo de una actuación.



Profesora - **Florencia Pivel** - Web - www.ompadmayaoga.com -

Biografía Kathak

Me formé como bailarina de danza Kathak durante tres años en la India. En Varanasi estudio con Mata Prasad Mishra y con Om Prakash Mishra. En Ahmedabad en la Kadamb School con Sandhya Desai. De vuelta en Madrid, organizo talleres y continúo estudiando con Priya Pawar.

Colaboro con diversos músicos y artistas, presentando un solo de danza Kathak y en proyectos relacionados con el Flamenco, danza muy cercana al Kathak, en las compañías de Manuela Carrasco con el espectáculo “Romalí, dos culturas”, y actualmente con Laura Tabanera y su espectáculo “Convivencia”.

Colaboro con el proyecto Pavitra en una muestra de las distintas danzas tradicionales indias. Uno de mis objetivos es acercar a Occidente la cultura de la India.

Como docente ofrezco talleres de Kathak en diversos sitios: escuelas de danza en Madrid; durante cinco años en Casa de la India, Valladolid, formando parte de la escuela Kalasangam; en seis ediciones del festival anual Danzas sin Fronteras y en el festival Andanças de Portugal.

Ofrezco charlas-demostración y talleres para escuelas de Yoga y en los cursos de verano de la Universidad de Barcelona y la Universidad de Granada.

Curriculum Vitae

Formación

Yoga - Meditación.

Formada por Federación Nacional de Yoga Sadhana dirigida por Carlos Fiel.

Curso de Yoga Terapéutico, dirigido por Victor Morera.

Profundización en Yoga “Sadhana Síntesis” por Danilo Hernández. Yoga Bindu.

Meditación Vipassana, enseñanza de S.N. Goenka. Dhamma Sacca.

Instructora del Método Pilates en Matwork y Máquinas.

Studio Pilates, Madrid, según normativa de Pilates Method Alliance (PMA).

Diplomada en Magisterio, especialidad Educación Musical.

Universidad Autónoma, Madrid.

PNL. Licencia Profesional en PNL (Practitioner). Talent Institut, Barcelona.

Danza Contemporánea, formada en:

- Centro de Danza Karen Taft, Madrid.
- Estudio de Danza Carmen Senra, Madrid.
- London Contemporary Dance School, Londres.
- Susan Klein Studio y Movement Research, Nueva York.

Danza clásica de India, Kathak, formada en:

- Kadamb Dance School. Ahmedabad, India.
- Mishra Family School. Varanasi, India.

Canto, formada con Pepe Arribas y Mónica Dorta. **Canto coral** con Rebeca Rods

Canto Dhrupad, canto clásico indostánico con los hermanos Gundecha.

Experiencia profesional

Bailarina desde 1992 hasta el presente en diferentes compañías: Carl Paris, Aracaladanza, Mata Prasad Mishra, Denise Perdikidis, Janet Smith, proyecto Pavitra, Laura Tabanera, Clara Mora y Manuela Carrasco entre otras.

Docencia

Clases de danza Kathak en Casa de la India, Valladolid; centro El Horno, Madrid; y festival Danzas sin Fronteras, formando parte del equipo desde 2004.

Clases de Pilates en suelo y máquinas desde el año 2005 trabajando para distintas empresas en Madrid: Studio Pilates, Pilates Siglo XXI y City Yoga.

Talleres de **Yoga del Sonido** para la escuela Pranamanas; centro de Yoga Almiña; y centro Jardín Mandala.

Fundo y dirijo el centro Om Padma Yoga, Galapagar-Madrid, donde imparto **clases de Yoga – Meditación, Danza y Pilates** desde el año 2009.

