

Sobre la danza Oriental Duende

septiembre 23, 2009 por duendencuentros

La Danza Oriental Duende por La Negra



Me formo en Danza Duende desde el año 2004. En la actualidad doy clases y talleres de Danza Oriental Duende en Barcelona y en diferentes lugares de Europa y Argentina. Me han pedido que escriba sobre este tema y debo confesar que no me resulta fácil, aunque me

apasiona y me atrae la idea de que más gente pueda interesarse en algo que transforme su vida. No es fácil escribir sobre algo que es muy vivencial y que a veces nos deja sin palabras que puedan explicarlo. Optaré entonces por ser lo más precisa posible y por hablar desde mi experiencia.

Qué es la Danza Oriental Duende

La Danza Duende es una creación de la bailarina Myriam Szabo y se remite a todos los aspectos de la vida, no sólo la danza. Aclaro esto porque al aparecer la palabra "danza" en el nombre podemos pensar que se limita sólo a este aspecto, pero en realidad se refiere a LA DANZA DE LA VIDA. BAILAR LA VIDA.

La Danza Oriental Duende es una rama de la Danza Duende que, de hecho, no tiene una forma específica. Como el agua que adopta la forma del contenido (océano, río, vaso, cántaro...), el trabajo duende se adapta a las distintas formas del arte y en este caso toma la forma de la Danza Oriental.

En este sentido no difiere de la Danza Oriental general, es decir, el lenguaje corporal es el mismo. Aunque se vive de un modo tan diferente que a veces no lo parece y tiene como objeto explorar la

energía femenina en complemento con la masculina. Este aspecto le da una gran relevancia en este momento del mundo en que vivimos cuando estas energías están claramente desequilibradas (el ritmo de vida actual, la competitividad son algunos ejemplos de una predominancia de energía masculina en detrimento de la femenina y claro está, no hablamos de mujer – hombre).

El entrenamiento Duende nos sugiere una vivencia plenamente consciente del momento presente. Esto tiñe nuestro movimiento de una calidad completamente diferente de la manera habitual de bailar esta danza, nos exige una presencia auténtica. Cuerpo, mente y emociones deben bailar una danza armónica y sincronizada.

Es un trabajo que implica, entre otras muchas cosas, observar y liberarse de las tendencias habituales y en este punto se aleja mucho de la forma en que se aprende la danza oriental, ya que hay una tendencia a aprender un movimiento y repetirlo siempre de la misma forma. Esto es algo muy natural, repetimos lo que “nos sale bien” (lo que nos da seguridad) muchas veces no nos damos cuenta de este aspecto y caemos en la trampa de bailar siempre igual. De esta manera la danza se acartona y se empobrece con el tiempo.

Con este entrenamiento nos abrimos a la posibilidad de ampliar libremente nuestras capacidades creativas, en este caso utilizamos la danza oriental como base de lenguaje pero no nos limitamos, al contrario, nuestro registro se abre y enriquece.

Mi investigación implica un profundo conocimiento de mí misma como persona, en la danza y en la vida con un claro compromiso ético.



Cómo es una clase de Oriental y Free Duende

En la Danza Duende en general no hay fórmulas, sino personas, profesores, que nos estamos formando (este proceso continúa) en este camino y cada uno pone en práctica el entrenamiento Duende con sus propias herramientas y lenguaje. Por lo tanto, es obvio que tenemos cosas comunes, pero no hay "una clase tipo".

Dentro de la Danza Oriental desde la perspectiva Duende investigo junto con mis alumnas este lenguaje corporal que nos trae a la esencia femenina y a su capacidad de contenerlo todo. Alejándonos de hábitos y estereotipos que nos confunden y entristecen.

Utilizo mucho con mis alumnas las prácticas que a mí me sirven y que son una constante dentro del mundo Duende, por ejemplo para abrirnos de manera efectiva a ese "vivir el momento presente" no hay mejor herramienta que sentarse unos minutos a meditar.

Otras prácticas habituales tienen que ver con la creación con cierto método. Aunque parezca paradójico tiene mucho sentido, ya que si bailamos improvisando de manera super libre todo el tiempo, tal vez caemos en la trampa de no ser conscientes de lo que hacemos y perder ese instante (otra vez lo mismo) entonces se aplica el trabajo mental, después de haber dejado que surja el movimiento libre y genuino. Se llega a sorprendentes y esclarecedoras situaciones, llenas de magia e inteligencia a la vez.

En las clases de Danza Oriental Duende que imparto, sé que hay algunas cosas que quiero trabajar, algunas herramientas básicas para meterse dentro del lenguaje y entrenamiento Duende, si se trata por ejemplo de un grupo principiante... Me permito "respirar" al grupo, percibir sus deseos y necesidades y trabajo sobre cosas que surgen en el momento.

La Danza Oriental Duende es un trabajo duro y maravilloso, profundo y mágico en el que bebemos de la Danza Oriental como de una fuente de la que podemos salir y entrar, sin apegos ni rechazos. Con el soporte o el hilo conductor del trabajo Duende que nos abre infinidad de posibilidades.

A quiénes va dirigida la Danza Oriental Duende

Aunque es una manera bonita y efectiva de incorporar la técnica de la danza oriental, normalmente se acercan personas que ya tienen cierto nivel y quieren "algo más", salir de lo habitual, ampliar sus capacidades creativas, conocer ciertos aspectos de su ser a través del movimiento...

El único requisito necesario para entrar en una clase de Oriental Duende es una actitud valiente, que no significa no tener miedo, sino querer aceptarlo todo.

Cuando se trabaja sobre los hábitos, nos metemos con nuestras creencias, que de hecho nos sostienen (o eso pensamos) y las personas que han aprendido el lenguaje de una danza y de alguna manera eso se desmonta (aunque luego lo volvamos a montar, pero será enriquecido) se sienten muy vulnerables, pequeñas, para luego, sentir la alegría de seguir creciendo.

En este momento hay un extenso programa de Danza Duende en Barcelona y en otras ciudades españolas y europeas, que nos ofrece un amplio abanico para conocer y profundizar en este trabajo, que no es otra cosa que el fascinante camino de nuestra propia vida.

(Extracto de un artículo escrito por La Negra para la revista "Gracia Oriental" y AprendeDanzaOriental.com)

ENTREVISTA la Danza Oriental Duende por La Negra
por Marga Gomez