

Moure la música ballar el so al Mercat de les Flors

Recurs pedagògic

Música Dansa Taller

laCultivadora

laCultivadora és un projecte educatiu impulsat per: L'Auditori, el Gran Teatre del Liceu, el Mercat de les Flors, el Palau de la Música Catalana, el Teatre Lliure i el Teatre Nacional de Catalunya.

Introducció

Amb aquest taller, busquem pensar el cos com a una eina d'escriptura, com a un pinzell, que ofereix diferents traços, textures i colors amb el qual podem formar imatges, explicar històries i donar corporalitat a la música de Mahler.

Un cos despert i disponible per a l'acció i l'escolta, obert a descobrir el moviment a partir d'accions i gestos coneguts que es transformen en dansa ampliant la consciència d'aquests.

Traduir la música en moviment, transformar el so en dansa i deixar-se arrossegar per la màgia del ritme i les textures de la música de Mahler.

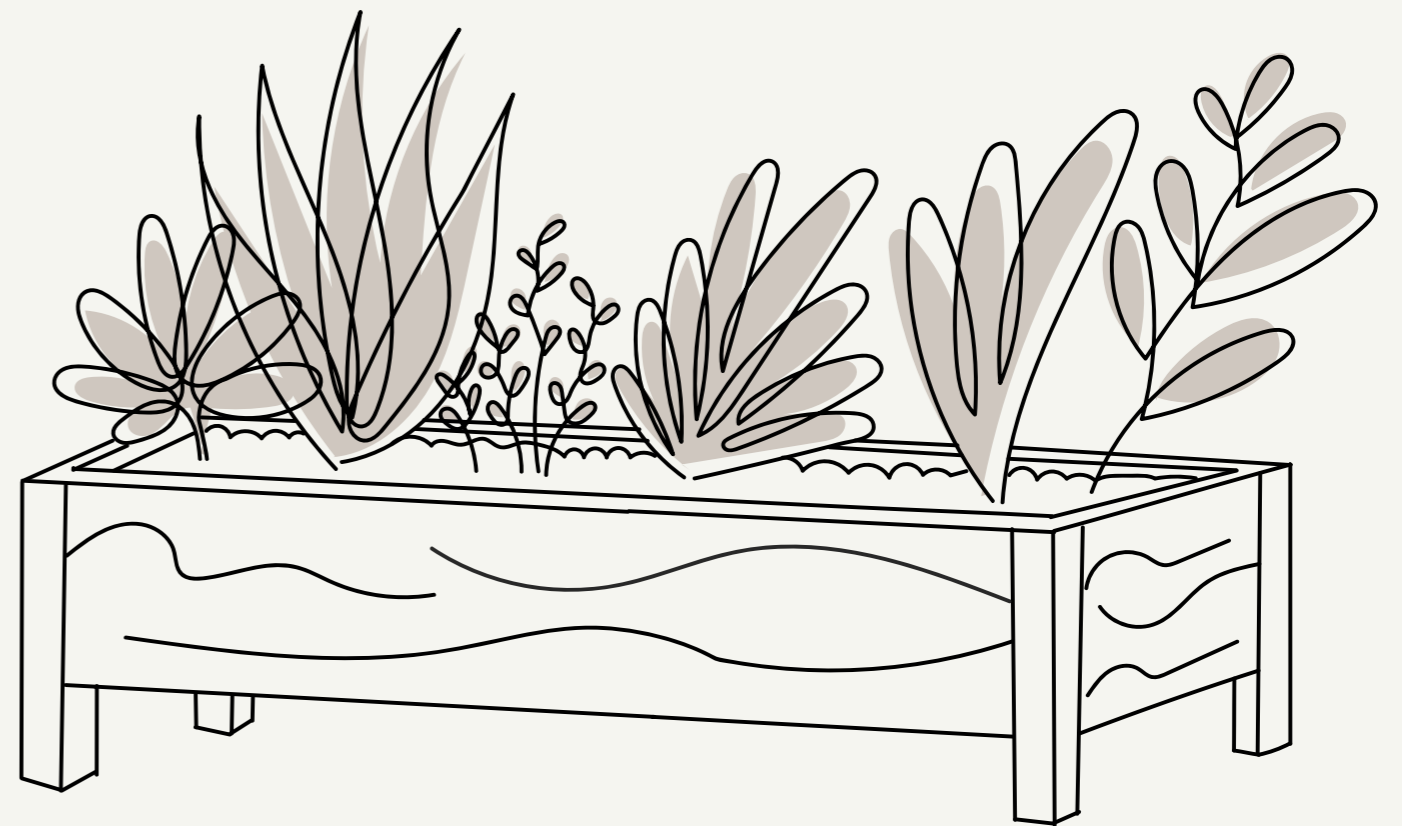


La sessió

La sessió consistirà en la realització de diferents composicions coreogràfiques senzilles a partir de la pràctica de determinats exercicis d'escriptura amb el cos. Cadascuna d'aquestes composicions serà executada amb alguna de les peces musicals seleccionades. I, a vegades, provarem la mateixa composició coreogràfica amb diferents músiques per a observar com pot canviar el significat, el ritme i la textura, en funció de la música amb la qual es dugui a terme.

Propiciar una escolta activa de les diferents músiques, atesos els diferents instruments, melodies i ritmes que les conformen i proposant la creació de textures corporals i coreogràfiques que facin conviure el sonor i el corporal.

La creació en dansa respon a una necessitat de comunicar i expressar comuna a totes les arts. L'ús del cos com l'eina i el moviment com el llenguatge és una no-elecció que procedeix d'un impuls intern i primitiu en el qual la comunicació es produeix apel·lant a sensacions i emocions, on la informació es transmet de pell a pell, com si del cos de l'interpret emanés una energia que traspassés la seva pell i arribés així al receptor.



“Si no hi ha lloc per a la llibertat en plaers com la dansa, com podem esperar trobar-ho en els aspectes més seriosos de la vida? Si un mateix no s’atreveix a inventar els seus propis passos de dansa, és improbable que se li toleri el que s’atreveixi a inventar els seus propis passos religiosos, educatius o polítics”

- Neill “Summerhill”

A partir de la selecció d'alguns dels fragments musicals proposats en "Meravellós Mahler" us proposem els següents exercicis:

01. BALLAR UNA VEU

Descripció

Mitjançant l'escolta atenta s'incentiva a reconèixer la veu d'una peça musical i transferir aquesta informació rítmica al cos. La consigna és moure's només quan sona la veu i estar en pausa quan només hi ha música o silenci.

Objectius

- Reproduir els contrastos rítmics de la veu i traduir-los amb el cos.
- Identificar els espais musicals per a realitzar pauses en el cos.
- Manejar correctament la diferència entre el moviment i la quietud.

Proposta musical

2. Simfonia núm. 3 (Quart moviment: molt lent i misteriós). G. Mahler

Escolta-la

02. EL MIRALL I L'OMBRA.

Descripció

En una primera fase per parelles distribuïdes per l'espai es planteja que una persona acciona o es mou i una segona copia o segueix els moviments que realitza en un efecte de mirall. La idea és poder generar una comunicació a través del moviment simultània, sent capaços de poder imitar o seguir tots els detalls que mostra un cos i ser un reflex el més fidel possible.

En una segona fase, continuant el treball en parelles, es planteja exactament el mateix, només amb la variant de l'horitzontalitat. Una de les persones (l'ombra) estarà estirada al terra molt a prop de la seva parella en vertical, la parella en vertical en aquest cas serà qui accioni els moviments. La persona en horitzontal serà qui segueixi el més fidelment tots els detalls executant-los des de l'horitzontal.

Realitzarem les dues versions parant esment a la proposta musical intentant seguir el ritme o reaccionant al que la música ens provoca.

Objectius

- Capturar tots els detalls que ofereix un cos i interpretar-los. Activar la percepció a diversos nivells: sonor, visual i espacial.
- Traduir aspectes físics de la verticalitat a l'horitzontal.

Proposta musical

3. Simfonia núm. 3 (Primer moviment)
G. Mahler

Escolta-la

16. Simfonia núm. 3 (Tercer moviment: còmode sense presses). G. Mahler

Escolta-la

20. Simfonia núm. 1 (Tercer moviment: solemne i mesurat). G. Mahler

Escolta-la

03. ESCRIURE EL TEU NOM AMB EL CAP-NAS

Descripció

En el següent exercici s'intenta que les estudiants integrin el moviment del seu cap i columna al moment de realitzar en l'espai l'escriptura del seu nom amb el nas. És possible que l'escriptura corporal es realitzi en mode de fris, és a dir davant d'un grup, sigui de manera individual o per grups. En aquest apartat comença la introducció de la improvisació sota la consigna d'escriure el seu nom en l'espai, per la qual cosa és important donar marge al fet que explorin el seu moviment.

Ens mourem d'acord amb la proposta musical utilitzada. És possible que per tal que l'exercici evolucioni sigui necessari jugar amb altres consignes o tasques, com la velocitat, el lloc en l'espai, l'agrupació de cossos, les pauses i fins i tot canviar el motor d'escriptura, per exemple escriure amb l'espatlla o una altra part del cos.

Objectius

- Utilitzar i treballar la frontalitat (executar cap a una direcció concreta). La coordinació global del cos en realitzar una consigna.
- Practicar la improvisació corporal i la composició instantània.

Proposta musical

10. Simfonia núm. 6 (Primer moviment).
G. Mahler

Escolta-la

25. Hochzeitsstütck. Peça nupcial (Cicle: "La cançó del lament") G. Mahler

Escolta-la

04. L'ESBART.

Descripció

Com a primera fase és possible utilitzar l'analogia dels ocells, animant a desplaçar-se guiats per una persona que lideri el grup. Es tracta de moure's per l'espai a partir de la imitació dels desplaçaments que es realitzen col·lectivament dictats per un líder. Durant una segona fase, es poden afegir moviments senzills que la resta del grup ha de seguir.

És important que durant l'exercici la persona líder vagi canviant. El lideratge dependrà de si algú pren la iniciativa o bé pel lloc que s'ocupa en l'espai (com per exemple: si no tinc ningú davant, soc el líder).

Utilitzem les diferents propostes musicals que ens invitaran a moure'ns amb diferents qualitats de moviment.

Objectius

- Seguir fidelment tots els detalls corporals que una persona realitzi traduint tots aquells moviments instantàniament per seguir-la instantàniament.
- Desenvolupar la capacitat d'iniciativa o seguiment d'un moviment en funció de si s'és el líder o part de l'esbart.

Proposta musical

7. Das himmlische Leben. La vida celestial (Cicle de cançons: "El corn màgic dels infants") G. Mahler

Escolta-la

18. Simfonia núm. 3 (Sisè moviment: lent tranquil). G. Mahler

Escolta-la

24. Simfonia núm. 6 en la menor (Tercer moviment: andante moderato). G. Mahler

Escolta-la