

**KALARIPPAJATTU** pochodzi z południowoindyjskiego stanu Kerala. Źródła historyczne poświadczają istnienie tej sztuki od co najmniej w XII wieku. Nazwa oznacza szkołę, miejsce (kalari) do treningu lub walki (payattu).

Powszechnie rozróżnia się trzy style kalarippajattu: północny (wadakkan), południowy (tekkan) i środkowy. W każdym z nich bogata w rytuały praktyka obejmuje naukę sekwencji ruchowych i chwytów obezwładniających przeciwnika, walkę wręcz oraz trening z użyciem broni drewnianej i metalowej (kije, noże, szable, włócznie), a także ćwiczenia siłowe, rozciągające i oddechowe. Trening fizyczny dopełnia system leczniczy blisko związany z ajurwedą, obejmujący m. in. masaże lecznicze i uelastyczniające ciało oraz naukę o marmach – witalnych punktach ludzkiego ciała. Elementy kalarippajattu od wieków wykorzystywane są także w treningu keralskich aktorów i tancerzy, np. kathakali.

Regularna praktyka kalarippajattu pozwala osiągnąć elastyczność, zwinność i koordynację ciała, poprawia siłę i wydolność organizmu, koncentrację i zmysł orientacji, uświadamia własne możliwości, pozwala kontrolować energię i kształci postawę duchową.

Kalarippajattu jest propozycją zarówno dla miłośników sztuk walki, adeptów jogi, aktorów i tancerzy, jak i dla wszystkich osób zainteresowanych poszukiwaniem nowej formy ruchu opartej na świadomej pracy nad własnym wnętrzem i jednocześnie pozwalającej na fizyczną ekspresję własnego temperamentu.

**BHARATANATJAM** jest klasycznym tańcem indyjskim. Narodził się w świątyniach południowych Indii i aż do początków XX wieku był integralną częścią rytuałów świątynnych. Przyszła tancerka, jako młoda dziewczyna oddawana była do świątyni, co oznaczało jej zaślubiny z bogiem. Stawała się dewadasi – służebnicą boga. Od tej pory jej obecność podczas rytuałów, procesji świątynnych i różnego rodzaju modlitw miała odstraszać złe moce, gwarantowała pomyślność i przychylność bóstwa.

Bharatanatjam jako taniec świątynny, choć nie tańczony już w świątyniach, związany jest z religią i mitologią hinduistyczną. Poprzez taniec opowiadane są historie bogów, bohaterów i władców zaczerpnięte z mitologii i wierzeń hinduskich. Taki aspekt tańca, w którym istnieje narracja nosi nazwę nritja. Aby przedstawić treść tańca, tancerka używa skodyfikowanych gestów dłoni (hasta) i mimiki twarzy, która podkreśla emocje odgrywanych postaci. Całości towarzyszy zmieniający się rytm, który tancerka podkreśla wystukując stopami. Aspekt abstrakcyjny tańca (bez narracji opowiedzianej gestem) to nritta. Ma dynamiczny i bardzo precyzyjny charakter. Różnorodne ruchy, skoki i obroty podkreślane są mocnymi, rytmicznymi uderzeniami stop o podłogę. Zatrzymania i pozy, jakie towarzyszą tańcowi nadają mu różnicowany w dynamice charakter.

Bharatanatjam jest stylem o wyważonej proporcji piękna, wdzięku i siły, dynamiki ruchu i pełnych gracji zatrzymań, tańca abstrakcyjnego i narracyjnego.

**Sankar Lal Sivasankaran Nair** pochodzi z Thiruvananthapuram (Kerala, Indie). Południowy styl kalarippayattu trenuje od 1994 roku. Uczył się m.in. u Tirupuram C. Madhavana (Anjaneya Kalari Sangham), Jayachandrana Naira (Kerala School of Martial Arts) oraz Thankappana Assana i Ajitha Kumara (Maruthi Marma Chikilsa Kalari Sangham and Ayurveda). Jest też dyplomowanym masażystą ajurwedyjskim. W latach 2005–2008 pracował z indyjską grupą teatralną Milón Méla, współprowadząc liczne warsztaty i występując na festiwalach w Indiach i Europie. Od 2008 roku mieszka we Wrocławiu. Uczy południowego stylu kalarippajattu i wykonuje masaże ajurwedyjskie. Współzałożyciel Studia Kalari.

**Justyna Rodzińska-Nair** – wrocławianka, absolwentka Międzywydziałowych Indywidualnych Studiów Humanistycznych na Uniwersytecie Jagiellońskim w Krakowie. W latach 2004–2005 związana z Ośrodkiem Grotowskiego jako uczestniczka teatralnych sesji warsztatowych, wolontariuszka, tłumaczka. Od 2006 zajmuje się organizacją warsztatów i koordynacją projektów w obecnym Instytucie Grotowskiego. Południowy styl indyjskiej sztuki walki kalarippajattu uprawia od 2005 roku. Ćwiczyła w Thiruvananthapuram pod kierunkiem Jayachandrana Naira (Kerala School of Martial Arts), a następnie Thankappana Assana i Ajitha Kumara (Maruthi Marma Chikilsa Kalari Sangham and Ayurveda). Współprowadzi treningi i warsztaty. Współzałożycielka Studia Kalari.

**Agnieszka Kapelko** – absolwentka kulturoznawstwa blisko- i dalekowschodniego UJ. Naukę tańca bharatanatjam rozpoczęła w roku 2004 w miejscowości Gokarna w stanie Karnataka pod okiem nauczycielki Rajeshwari S.Hande. Podczas kilkuletniej nauki tańca uczęszczała również na zajęcia w szkole Sruthilaya Nattiya Vidhyalaya w stanie Tamil Nadu. W roku 2009 zdała egzamin państwowy z tańca bharatanatjam, organizowany przez Institute of Art Gandharva Mahavidyalay w Mumbaju i otrzymała certyfikat 'Praveshika Purna'. Swoją technikę taneczną doskonalili podczas częstych wizyt w Indiach. Prowadzi lekcje bharatanatjam, bierze udział w pokazach, współpracuje z grupą Natyalaya.



Fot. Silvia Bernardi (Performazioni, International Workshop Festival, Bolonia), Ewa Grela