

## Alcune considerazioni sulle Gioiose Danze Khaita e la canzone Dzamling Gar

Date : November 14, 2018



Da quando sono iniziate le [Gioiose Danze Khaita](#) nel novembre 2011 Chögyal Namkhai Norbu ha costantemente e attivamente suggerito, modificato ed elaborato alcuni dei movimenti delle nostre danze anche 'solo' potenziandole con la Sua Presenza!

Come siamo fortunati! Per alcuni anni abbiamo apprezzato e contato sul Suo sostegno e la sua infinita compassione per sviluppare, fianco a fianco con il Maestro, un metodo chiamato "[Armonia nello spazio](#)", che armonizza le nostre bisbetiche qualità attraverso la melodia e il movimento insegnandoci concretamente il significato profondo della parola 'collaborazione'.

Oggi abbiamo più di 200 danze! Dalle più facili alle più complesse, tutte riflettono lo stesso principio: danzare insieme in armonia. Il ritmo guida i nostri passi e danziamo insieme in un unico flusso, il mandala simbolico della Comunità Dzogchen. La nostra gioia e profonda armonia come anche i nostri errori o preoccupazioni, tutto è un'offerta che, in quanto praticanti, è la più suprema, quella dello stato dell'integrazione.

**Abbiamo diversi tipi di Danze Khaita:**

- *kordros* (*kor* = cerchio + *dro* = danza) che abbiamo preso integralmente, o leggermente modificato, dai video originali;
- danze le cui coreografie sono state create dai nostri danzatori che si sono ispirati alla musica e al significato della canzone;
- la Danza Dzamling Gar, una danza unica, è stata composta da Rinpoche e coreografata in collaborazione con la Dot.ssa Phuntsog Wangmo e da me

### **Qualche parola sulla canzone e sulla danza Dzamling Gar**

Chögyal Namkhai Norbu ha composto la canzone Dzamling Gar alla fine del 2012 in occasione della nascita di Dzamling Gar, il Gar Globale della Comunità Dzogchen. Allora Rinpoche viveva in una casa alla La Caleta, dove nuotava ogni giorno in una bella piscina con la vista sull'oceano. È in quei momenti di rilassata gioia che la melodia e le parole della canzone sono sorte dalla Sua mente.

### **La danza**

In quei giorni, in seguito alla richiesta di Rinpoche – “Ora dobbiamo creare una danza per questa canzone” – la Dot.ssa Phuntsog Wangmo ha consigliato di usare alcuni movimenti delle danze tradizionali tibetane che ho coordinato con altri passi. Così è nata la prima coreografia della danza Dzamling Gar. A quel tempo si ripetevano gli stessi passi per tutte le tre parti della canzone.

Alcuni mesi dopo, a Tashigar South, mentre danzavamo Rinpoche ci guardava con attenzione prendendo appunti e a un certo punto ha deciso di cambiare la seconda e terza parte spiegandomi con chiarezza cosa fare.

Nella seconda parte è stato inserito un passo chiamato *tengdros* – un certo tipo di movimento e una certa direzione (procedendo verso il centro del cerchio per poi dirigersi all'esterno). Questa è la dinamica della seconda parte della canzone e rappresenta l'applicazione.

La terza parte è completamente diversa. Qui i movimenti sono più essenziali e simbolici, ognuno dei quali è strettamente collegato alla parola corrispondente.

Negli anni successivi Rinpoche ha suggerito qualche altro cambiamento come il modo di girare. Girevamo praticamente sempre verso sinistra ma dato che siamo praticanti Dzogchen “dobbiamo girare anche verso destra, così da bilanciare entrambi i modi”.

Nel video più recente della danza Dzamling Gar, girato a Dzamling Gar nell'agosto 2018, potete vedere chiaramente tutti i movimenti eseguiti in modo preciso dai nostri danzatori. Siamo stati fortunati ad avere l'aiuto di professionisti e del loro equipaggiamento (Elena Ihlicik con il suo drone, Carles Juez cameramen, Thomas Simoen girato e montaggio). Abbiamo anche fatto un nuovo video come contributo alla preparazione della futura inaugurazione della nuova Sala Conferenze.

*Adriana Dal Borgo*







