

# Salsa & Samba

## Ekstaza vrhunca na plesišču

### Kaj imata skupnega salsa & samba?

Gre za temperamentne latino ameriške ritme ter zvrsti plesa, ki vibrirajo v duhu sončne energije, veselja, kreativnosti in optimizma.

Korenine obeh zvrsti glasbe segajo v Afriko, od koder so bili zemeljski ritmi tolkal prinešeni v Brazilijo, ter severneje na karibsko otočje (Kubo, Puerto rico, Dominikansko republiko).

Tako se je v zibeljki Brazilije rodil ples po imenu **Semba**, kar v prevodu pomeni popek.

Popek predstavlja točko povezanosti, enosti, enega diha, enega duha, povezave z mamo, povezave s samim seboj, je naš center moči, varnosti ter kreativnosti.

**Semba** je ples v krogu, kjer plesalci izbirajo svoje izvoljenke s posebnim gibom dotika popkov obeh plesalcev. Od tod izvirajo izraziti gibi bokov, ki jih še dan danes občudujemo na braziskih karnevalih sambe.

Povdarjene gibe z boki pa najdemo tudi pri Salsi, ki je nastajala v latinski ameriki oz. na karibskem otočju v petdesetih in šestdesetih letih. Za očeta salse lahko imenujemo kubanski ritem Son.

Beseda salsa nas spominja na mehiške omake, ki so začinjene z različnimi začimbami. Tudi salsa je kot zvrst glasbe začinjena z različnimi ritmi. Tako je s prepletanjem raznovrstnih ritmov nastala salsa, kot mešanica sona, guarache, guaguanco-ja, cha cha cha-ja, rumbe yambu, mamba, latino jazz,...

Lahko bi rekli, da gre za neskončne varijacije frekvenc glasbe ter plesnih gibov, kjer se plesalec in plesalka v čutnem gibanju zlivata v eno.

### Ples solo ali v paru?

Vsak posameznik, ki ima željo ter voljo plesati, se mora na svoji lastni razvojni poti v plesalca oz. plesalko, prvotno zavedati samega sebe, svojega telesa, izraza občutij, svojega lastnega centra. Sprva se posameznik uči "abecede" korakov ter motorike gibov, da bi lahko kasneje tvoril "besede" plesnih figur ter "stavke" plesnih koreografij v paru. Za vsak partnerski odnos velja, da je le-ta obstojen in skladen šele takrat, ko sta dva posameznika zmožna vsak zase samostojno obstati v svojem lastnem centru, samostojnosti in celovitosti. Da bi se lahko plesni par na plesišču zvil v eno in doživel neke vrste ekstazo plesnega vrhunca je pomembno, da se plesalka v popolni predanosti in zaupanju prepusti vodstvu in gibanju plesalca. Tako se lahko združita moški in ženski princip v enovito celoto.

### Najpomembnejši plesni korak

Ne glede na to koliko časa ste posvetili plesu, koliko korakov ste osvojili, koliko uric ste preplesali, je vaš edini in najpomembnejši korak dolg le 30 cm. To je korak, ko stopite iz svoje glave v svoje srce.

### Povabilo na ples

V kolikor vas mika, da bi bolje spoznali same sebe, vas vabimo, da se nam pridružite na plesnih delavnicah sambe in salsa heart beat-a.

V Klub salsa libre academia v Ljubljani, od 23. do 25. maja zopet prihaja izjemen plesni pedagog, plesalec in koreograf Marcus Vinicius Suarez.

Vinicius prihaja iz Ria de Janeiro, kjer je s sambo preživel velik del svojega življenja. Danes živi v Nemčiji, kjer kot plesni pedagog in kreativen koreograf ustvarja nove plesne mojstrovine.

**Samba** je veselje življenja z neskončno pozitivno vibracijo. Lahko rečemo, da gre za ples, kjer se duša in telo zlijeta v eno. Na delavnici sambe se boste naučili tekočega gibanja celega telesa s pravnim dihanjem, občutka vašega telesa na plesišču, pridobili na samozavesti in odkrili senzualnost telesa.

Vse to pa bo potekalo v prijetni atmosferi vročih temperamentnih samba ritmov. Poleg delavnic sambe pod vodstvom Viniciusa, pa se boste lahko udeležili tudi delavnice salsa heart beat-a pod vodstvom Sabine Remškar.

### Salsa heart beat

Že v našem prednatalnem obdobju se v kontaktu z materinim bitjem srca na najbolj prvinski način povezujemo z ritmom univerzuma. Na delavnicah bomo ponovno vzpostavili povezavo z občutkom za ritem in poglobili zavedanja našega telesa s posebnimi gibalnimi tehnikami, ter s tem plesu dodali posebno noto izraznosti.

Zatorej zaplešimo Sambo in Salso in pustimo soncu v nas, da sije, življenje je večni ples.

Sabina Remškar

