

# Laag bij de grondse dansen

**DANS liet zich meeslepen door een Afro-Cubaanse les van Rafael Castellanos Salazar bij het hoofdstedelijke Dancestreet. 'Billen hard maar bovenlichaam los!'**

Voor aanvang van de les verontschuldigt Rafael zich in gebroken Nederlands: 'Vandaag geen percussie, maar met percussie nóg leuker!' Het is lastig percussionisten te vinden, legt hij uit, omdat ze prioriteit geven aan grotere klussen en geen tijd hebben voor het begeleiden van een enkele les op een avond. De muziek komt vandaag dus uit de stereo-installatie. Aan het kleine aantal leerlingen, slechts zeven vrouwen, is te zien dat Afro-Cubaans nog niet bekend is bij het grote publiek. En zéker niet bij het publiek dat afkomt op dansscholen waar klassiek ballet en moderne dans op het rooster staan. Je vindt de les eerder terug op salsascholen. Daar moet verandering in komen als de versgedrukte fullcolour flyers hun weg gaan vinden. Op de voorkant wordt reclame gemaakt voor Rafael's salsalessen. Op de achterkant staat 'Wil je vooral dansen voor je souplesse en conditie? Kom dan naar de Afro Cubaanse danslessen van Rafael!' En terwijl salsa een zaak is van vrouw én man, krijg ik het gevoel dat Afro Cubaans door die slogan uitsluitend een vrouwenaangelegenheid wordt. Want gaan mannen echt Afro-Cubaans dansen voor hun souplesse? En voor hun conditie gaan ze eerder naar de sportschool. Vermoedelijk gaan ze juist dansen voor het sociale element, en vanwege de aanwezigheid van vrouwelijk schoon.

## Harde billen

Na een warming-up met hoofd- en schouderisolaties, zijn de benen aan de beurt. De communicatie gebeurt met weinig woorden, waarin Rafael alleen kernachtig weergeeft wat hij wil. Gebarend legt hij uit dat de dansers laag bij de grond moeten bewegen, knieën buigen dus. 'Billen hard maar bovenlichaam los', zegt hij met een brede smile. Dan gebaart hij naar zijn ogen - eerst kijken - en doet een paar passen voor. De groep doet ze na. Zorgvuldig opbouwend komen er bewegingen met hoofd en armen bij. Die stap voor stap benadering is broodnodig, want het vereist de nodige coördinatie om alles goed uit te voeren. Eén danser - de enige met een donkere huidskleur - heeft geen enkele moeite met dit alles, en beweegt alsof het haar

tweede natuur is. En daarmee is dat cliché ook maar weer eens bevestigd. Dan verschijnen de eerste zweetdruppeltjes op ruggen en voorhoofden en zie: het begint zelfs te swingen! Rafael gebaart naar zijn oren, 'luister'. We horen dat de muziek verandert van ritme en intentie, en dus moeten de dansers hun bewegingen al dansend aanpassen. 'Draait ie op z'n rechterbeen?' vraagt een danser vertwijfeld aan haar buurvrouw. Hoewel de Cubaan aardig Nederlands verstaat, lijkt de groep zich belemmerd te voelen vragen te stellen. Waarschijnlijk wordt dat veroorzaakt door Rafael's beperkte spreekvaardigheid. Het is in deze les vooral een zaak van kijken, nadoen en de muziek volgen.

## Wedstrijd

De dans die Rafael in het tweede deel van de les aan de groep leert heet *gagá* en komt uit het zuidoosten van Cuba, oorspronkelijk van het Dahomey volk, het huidige Benin. Een feestdans, waarbij een stoet mensen dansend van de ene stam naar de andere gaat, en daar een wedstrijd aangaat. Jammer dat de groep deze informatie niet krijgt op het moment dat ze de dans leren! Rafael verdeelt de dansers in twee groepen. Al voetenstampend bewegen de dansers naar elkaar toe, haken hun armen in die van de tegenstander, draaien een rondje om elkaar heen en gaan weer uit elkaar. 'Zijn jullie moe?', checkt de onvermoeibare Cubaan. 'Een beetje' krijgt hij als antwoord.

Dat westerlingen niet zijn opgegroeid met Afrikaanse dans, blijkt vooral uit de moeite die de groep heeft met geaard dansen, gewicht zetten in elke stap. Rafael besteedt er extra aandacht aan en doet voor hoe het moet. Als de groep het nadoet is hij niet tevreden. 'Sorry, even deze beweging oefenen', en hij legt de installatie het zwijgen op. De dansers grijpen dit moment aan voor een slok water. 'Proberen zonder muziek?' Twee dansers wisselen veelzeggende ik-kan-er-niets-van-blikken uit. Dan mogen ze het nog eens proberen. 'Musica maestro!'

Na dik 80 minuten zijn de dansers uitgeput. Net op tijd begint de cooling down. Zittend op de grond doen ze nog wat beenspieroefeningen en stretchen hun vermoeide spieren, terwijl Rafael behulpzaam armen losschudt en op ruggen duwt.

Afro-Cubaanse lessen bij dancestreet:

[www.dancestreet.net](http://www.dancestreet.net)

Lessen van Rafael Castellanos Salazar en Renata Plat:

[www.salsa-azucar.nl](http://www.salsa-azucar.nl)

## De leerlingen

Voor Natasja Bell is Afro-Cubaans niets nieuws onder de zon. Ze volgde al Afro-Cubaanse lessen bij een collega-docent, en deed ook aparte *Orisha*-lessen. Vorig jaar was ze twee maanden in Brazilië - 'omdat het land me fascineert' - en danste gedurende één maand van 's ochtends tot 's avonds Afrikaans, samba, zouk en buikdans en binnenkort gaat ze er weer heen. Vindt ze het moeilijk? 'Nee, het ligt me wel. Natuurlijk is iedere stijl weer wennen, maar de muziek en dans zijn heerlijk'.

Voor Rachel Heffels was het de allereerste kennismaking. Haar dansachtergrond beperkt zich tot salsalessen. 'Na mijn les was er altijd een Afro-Cubaanse les, en dat vond ik leuk om te zien', verklaart ze haar interesse. Zo belandde ze bij Dancestreet. 'Wat ik het moeilijkst vindt, is met souplesse bewegen, en de coördinatie. In plaats van gewoon los te bewegen, ga je nadenken hoe je het moet doen. Maar het is wel lekker om los te leren bewegen!'

## De oorsprong van Afro-Cubaanse dans

Cuba heeft haar wortels in twee culturen, de Spaanse - van de Spaanse kolonisten- en de Afrikaanse. Afrikanen uit West-Afrika brachten hun cultuur als slaven mee naar Cuba. Deze slaven kwamen van verschillende stammen, zoals de Yoruba en Dahomey uit West-Afrika. Met name het geloof van de Yoruba ging een grote rol spelen op het Caribische eiland. De katholieke Spaanse heersers verboden de slaven de eigen religie uit te oefenen, waarop de Yoruba hun religie gingen camoufleren. Ze gebruikten katholieke heiligen om er de eigenschappen van hun eigen goden - *Orisha's*- aan toe te schrijven. Deze religie noemden ze *Santería*- de weg van de heiligen. *Santería* is de meest dominante Afro-Cubaanse religie geworden en wordt een gedanste godsdienst genoemd. Het Allerhoogste goddelijke is daarin vertegenwoordigd door de god Olorun, die via afgezanten- de mindere goden *Orisha's*- in contact staat met de mens.

Veel van de Afro-Cubaanse dansen zijn dansen ter vereering van deze *Orisha's*. Elke god wordt vereerd met een eigen dans, met specifieke bewegingen, kleding en attributen. Een *Orisha* heeft een eigen kleur, gesteente of metaal, plant, dier en een dag, meestal de feestdag van de katholieke heilige waarmee de *Orisha* geassocieerd wordt. Zo is *Yemayá* de moeder van alle *orisha's*, en godin van de zee en de oceanen. In haar

dans lacht ze uitbundig en maakt golvende bewegingen - als het water- en draait ze om de oceaanwinden te verbeelden. Ook maakt ze zwem- en roeibewegingen en bewegingen die erop wijzen dat ze schelpen, algen en vissen zoekt.

Door dans openbaren de *Orisha's* zich aan de gelovigen. De Afro-Cubaanse dans is ook onderdeel van de folklore, en wordt uitgevoerd op het toneel en voor het plezier gedanst. Er zijn ook dansen overgeleverd van andere Afrikaanse volken en niet geassocieerd aan *Santería*, zoals de *gagá*. Ook de salsa heeft zich laten beïnvloeden door de *Orishadansen*, te zien aan typische *Orishabewegingen*. Latijnse invloeden zorgden ervoor dat de Cubaanse variant van de Afrikaanse dansen een sensueler en esthetischer accent kreeg.

Muziek is een belangrijk onderdeel van de *Santería*, het wordt zelfs de taal van de goden genoemd. Zang en ritme-instrumenten begeleiden niet alleen de dansen, maar ook de belangrijkste ceremonies en rituelen. De ritme-instrumenten zijn meestal trommen, maar ter vervanging daarvan gebruikt men ook schudkalebassen - kalebassen met een kralennet- en houten kisten, waarop men gaat zitten en met de handen ritme slaat.