

Obsah

Věnování	5	
Poděkování	7	
Předmluva.....	9	
Úvod	11	
1. kapitola		
<i>Zasvěcení</i>	17	
Získat plynulost: poezie rukou	29	
Abeceda gest: asamyukta a samyukta hastas.....	31	
Asamyukta hastas	31	
Samyukta hastas	35	
2. kapitola		
<i>Modlitba k bohu se sloní hlavou</i>	45	
Uzemnění nohou:		
Utváření rytmu - „tal“ - v tanci kathak	59	
Cvičení	62	
3. kapitola		67
<i>Ozvěna ticha</i>	67	
Otáčení kolem osy těla:		
Otočky - „chakkary“ - v tanci kathak	80	
Tanec 1	81	
Tanec 2	82	
Tanec 3	84	
Tanec 4	85	

4. kapitola	
<i>Shivův kosmický tanec</i>	91
Rozhovor s bohy:	
Modlitby - „vandana“ - v tanci kathak	99
5. kapitola	
<i>Tanec se závojem</i>	105
Hra s protiklady:	
Pohybové studie - „gat“ - v tanci kathak	118
Různé druhy chůze v pohybu „gat“	120
Pantomima	121
6. kapitola	
<i>Mugdha</i>	125
Dospět k výrazu: umění	
vyjádřit obsah - „Abhinaya“ - v tanci kathak.....	143
7. kapitola	
<i>Umrao Jaan</i>	151
Kreativita - experimentální a pedagogické aspekty.....	162
<i>Dodatek</i>	166