



## **DANZA, MOVIMIENTO Y SONIDOS ARMONIZADORES**

**Newsletter 7 – 20 de febrero de 2015**

### **LA DANZA: PULSO Y CREACIÓN**

#### **El cuerpo que habitamos: sonido y movimiento**

*El gong es el sonido de la creación misma. Quien  
toca el gong toca el universo...*

Yogi Bhajan

**Danzar el propio Pulso es la meta!...** cómo hallarlo? No siempre es sencillo y cada danza comienza con esta búsqueda esencial... no se trata del **Ritmo** de la música, es decir de algo externo... sino de ese movimiento-sonido que se agita muy adentro, en lo más profundo del Ser, y nos impulsa a crear!... Adentrarnos en el mundo de los sonidos y la Creación puede ayudarnos a comprender...



## ***El Sonido del Origen***



El Big Bang - “gran

estallido”- es el momento en el cual de la nada, emerge toda la materia, es decir, el origen de todo lo que existe. Los seres vivos perciben este Sonido que aún late en el espacio... Cada célula tiene guardado en su memoria el sonido original y cuando “escucha” una música similar, la reconoce la recibe y, de este modo, ésta penetra sanándola o como un estallido la despierta de un sueño profundo (Rodríguez 2011). El poder sanador del sonido fue estudiado por varios investigadores, entre ellos: Gardner 1990; Andrews 1992; Pearsall 1998; Sales 2000; Gerber, R. 2001; Meyer *et al.* 2003.

Todo en el Universo es movimiento y cada impulso inicia una corriente de vibración denominado sonido. Los cuerpos, los planetas y los seres vivos emiten vibraciones. El cuerpo físico o planetario vibra con las siete notas de la escala musical y es posible elevar la tasa de vibraciones para pasarla a una octava musical superior (Meyer *et al.* 2003; Paymal 2010). El Universo mismo es sonido y movimiento, los planetas giran en el espacio creando una “sinfonía cósmica”, tal como la denomina Harris (2000 en Meyer *et al.* 2003). En la Tierra no hay vida sin movimiento, nuestro cuerpo late constantemente con un ritmo propio que el corazón expresa, cada organismo vibra, cada célula tiene un sonido que resulta de su actividad, cada átomo, cuyos electrones giran sin cesar, producen un sonido singular (Rodríguez 2011).



Wosien (1996)

considera que la mente humana guarda el conocimiento adquirido por el hombre antes de que emerja la conciencia de sí mismo. Si el hombre desea recuperar su integridad, intenta comprender las imágenes adormecidas en su mente. Entonces, entremos en el recuerdo de las **imágenes sonoras del origen del Universo y del mundo que habitamos**. Los sonidos ancestrales y sagrados nos ayudan a expandir la conciencia para que vibre en una octava musical superior. El gong, los cuencos tibetanos y de cuarzo, entre algunos otros, reproducen con fidelidad estos sonidos sanadores que impactan y estimulan a nuestras células.

### ***El “eco” del Origen***

Según Yogi Bajan (1929-2004), maestro de Kundalini yoga, “...el gong es el sonido de la creación misma...**quien toca el gong toca el universo**, de allí salió toda la música, todos los sonidos y las palabras”. El descubrimiento del gong tuvo lugar durante la Edad de Bronce -6000 años AP (antes del presente)- en Asia menor. Fue utilizado en Oriente por muchos gurúes como instrumento de “iniciación” espiritual y en general en meditación yoga, mientras que en Occidente formó y forma parte de orquestas (Rodríguez 2011).



Don Conreaux, -“**el hombre que**

**hace que el gong dance**”- como muchos afirman, es un gran músico, compositor, terapeuta del sonido y **gong-master** norteamericano. Don imparte sus enseñanzas alrededor del mundo. En el año 1976 comenzó a enseñar lo que denomina danza del gong, yoga - gong, baños de gong y meditación con gong. Hasta nuestros días continúa transmitiendo el arte y el poder del gong y, a la vez, formando a otros **gong-masters** (Conreaux 2008; Rodríguez 2011).

El gong es un instrumento alquímico con poder de transformación por medio de su resonancia holística y cada gong tiene una resonancia característica. Entre sus efectos podemos citar la eliminación de toxinas y de los síntomas de *stress*, el equilibrio del sistema nervioso central a niveles generales, entre otros. Para Conreaux las vibraciones del gong -“**gonging**”- son regalos del Universo que denomina “**energía libre**” y resume sus efectos con dos palabras: **sanación y transformación**. Su nombre -gong- viene de lo que el instrumento hace: “**it is what it does**” - “**éste es lo que hace**” (Conreaux 2008).



Entonces... danzar entre sonidos ancestrales tales como el del gong nos facilita ese re-encuentro con nuestro origen y nuestro Ser. Encontrar las vibraciones propias y auténticas, que sin duda están en nuestro cuerpo, y poder **danzar el propio Pulso** que responde a ese sonido que late muy adentro de cada una de las células... es una experiencia sanadora e integradora que nos lleva a nuestra auténtica Esencia que sin duda es CREACIÓN!

**María Fernanda Rodríguez**

**[www.cuerposquedanzan.com.ar](http://www.cuerposquedanzan.com.ar)**

### **Referencias citadas**

Andrews, T. 1992. *Sacred Sounds: Transformation through Music & Word*. Llewellyn Publications. USA.

Conreaux, D. 2008. As seen in Shining Bright Magazine. Extracto de un artículo de Don Conreaux, Australia. [on line]. [www.holistic-resonance.com/theway.html](http://www.holistic-resonance.com/theway.html). [Accessed November 2010]

Gardner, K. 1990. *Sounding the Inner Landscape: Music As Medicine*. Caduceus Publications. Stonington, Maine, USA.

Gerber, R. 2001. *Vibrational Medicine*. Bear & Company Rochester. Vermont, USA.

Meyer, W., N. Georgia & L. Garfield-O'Brien. 2003. *A Summary of Sound Therapy and Vibrational Healing Concepts Book 1*. <http://www.healingsounds.com/>. [Accessed October 2010]

Paymal, N. 2010. *Pedagogía 3000 y la Expansión de la Conciencia. Hacia el desarrollo integral del Ser Humano y el Bien Común*. Artes Gráficas Sagitario, La Paz, Bolivia.

Pearsall, P. 1998. *The Heart's Code*. Thorsons. Harper-Collins, UK.

Rodríguez, M. F. 2011. Los sonidos ancestrales: el origen como experiencia sanadora. *Pedagoogía 3000* 42, Serie. Publicación electrónica.

Sales, A. 2000. *Tuning Forks for Healing Therapy*. *Positive Health*: 24-28.