



DANZA, MOVIMIENTO Y SONIDOS ARMONIZADORES

Newsletter 20 - 22 de febrero de 2016

INVITACIÓN A DANZAR EL TIEMPO QUE COMIENZA

Vacío y Plenitud

*Alégrate porque todo lugar es **Aquí** y todo momento es **Ahora***

Siddharta Gautama Buda

Ahora soy ligero, ahora vuelo, ahora me veo a mí mismo por debajo de mí; un dios es el que ahora danza a través mío

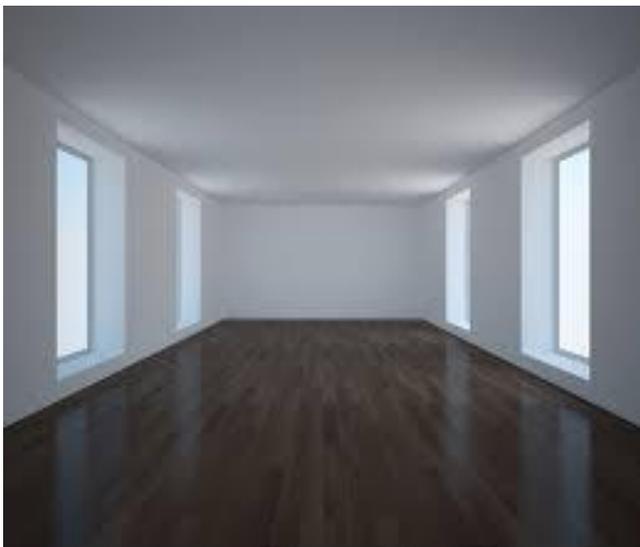
F. Nietzsche

El Comienzo!



El camino se abre y allí, **en el umbral de un nuevo tiempo**, reconocemos nuestros sueños y proyectos... nos

preguntamos entonces **cómo empezar a danzar hacia ellos y abrir nuevos caminos con pasión?** Si en verdad pudimos dejar ir aquello que concluyó, será sencillo dar lugar a lo nuevo que nos espera. “Desapegarnos” con pasión y reconocer esos espacios vacíos y fértiles, disponibles para dar lugar a aquello que comenzará a crecer en nosotros.



Como primer paso, imaginemos un enorme salón vacío, sin gente ni objetos, un escritorio sin papeles, libros, computadoras... una calle sin autos, un cielo sin nubes... tenemos todo el espacio del mundo **disponible** y allí estamos: listos para comenzar a recorrer un nuevo tiempo. Puede ser una buena y saludable práctica desprendernos de aquellas cosas que ya no necesitamos: ropa, objetos, papeles, recuerdos que ya habitan en nosotros, entre tantas cosas. Y sin duda, hacer de esta práctica un ritual nos ayudará a despejar el camino hacia adelante!

El Vacío, nuestro aliado

El "vacío" o "vacuidad" es un concepto que el Budismo expresa a menudo como no sustancialidad, latencia o relatividad: las cosas y los fenómenos no tienen una naturaleza fija o independiente. En el siglo VI a. C. Buda denominó *sunyata* (vacío universal) a esta interdependencia, inestabilidad y condicionalidad que luego desarrolla Nagarjuna (150-250 d. C.), para quien la existencia y no-existencia son la expresión de la naturaleza de todos los fenómenos. Nāgārjuna nació en India en una familia de casta *brahman*, probablemente en la Región de Andhra (sur de India). Fue el fundador de una de las tradiciones de pensamiento más influyentes denominada

escuela de la vía media o *madhiamaka*. Su doctrina del “vacío” fue debatida durante más de un milenio en China, Tíbet, Corea y Japón. El Budismo zen lo considera uno de sus precursores y sus ideas todavía despiertan intensos debates académicos. Probablemente es el pensador budista más influyente luego de Gautama Buda (Fantone 1962; Arnau 2007, 2008; Tola & Dragonetti 2012).



El concepto budista de “vacío” describe la insustancialidad. Los cuerpos físicos están formados por sustancias, en consecuencia, las propiedades de la materia están determinadas por dichas sustancias y su interacción. Las partículas subatómicas oscilan entre las fases de existencia y no existencia, adquiriendo distintas formas. Este "vacío" se asocia con el concepto de origen dependiente, según el cual los fenómenos surgen y mantienen su existencia en relación con otros fenómenos y, por lo tanto, nada existe independientemente ni en forma permanente. También se refiere a las emociones que permanecen en estado de latencia cuando dejamos de sentir las, es decir, existen solo mientras las sentimos (Arnau 2005; Tola & Dragonetti 2012).



Es muy interesante el planteo de Tola y Dragonetti (2012) acerca de la nada y el vacío: por qué hablamos de “vacuidad” en lugar de “nada”? Dragonetti sostiene que *sunya* es “vacío” y Tola agrega que este concepto significa carente de ser propio o vacío de sustancia. Entonces, no se podría traducir *sunyata* como “nada” porque estaríamos más cerca de un no-ser que la escuela de Nagarjuna no enfatiza.

El “vacío” es uno de los pilares fundamentales sobre el cual podemos construir la siguiente etapa. El vacío, como espacio simbólico, que nos lleva al aquí y ahora de nuestra existencia, lo único real y auténtico; el vacío que nos invita a estar **disponibles** para que lo nuevo y el cambio se desenvuelvan a través de nuestro ser en el mundo...el vacío, lo no-permanente que nos lleva a construir y re-inventar cada instante y cada etapa de nuestra vida: única, nueva y relevante.

Movimiento y Danza



El movimiento nos impulsa hacia adelante...caminamos hacia el futuro y, cuando aprendemos a captar la armonía de la

Vida: **danzamos!** Y al danzar gestamos algo nuevo, creamos belleza, autenticidad, identidad y a menudo surge algo que aún no existe, salvo en nuestra imaginación o en nuestros sueños.



La danza y el movimiento, que ésta conlleva, crean en nosotros nuevos espacios por donde discurre la fuerza vital y creativa que necesitamos. Esos **espacios vacíos** comienzan a hacerse visibles por fuera y por dentro... espacios sin contenido, listos para ser llenados con lo nuevo que empieza a gestarse en nosotros. Espacios de **creación**, espacios **disponibles que se abren al futuro**, espacios que recibirán nueva materia para construir la siguiente etapa de nuestra historia. El movimiento penetra en ellos dándole forma -transitoria porque luego surgirá otra- y otorgándole sentido. Y esa forma-sentido es la danza, **nuestra Danza**, que cada día nos alcanza como estamos y nos sorprende.



Ya hace mucho tiempo, Nietzsche (1844 - 1900) se refirió a las **bailarinas de pies ligeros** que danzan contra el

espíritu de la pesadez. La imagen abstracta de la bailarina que danza es una práctica filosófica más que una metáfora inspiradora (Baidet 2012). “... Es preciso subrayar que **la danza es aquí la risa del filósofo**, es colectiva, y es la danza de las bailarinas que arrastran al filósofo en su huella sobre el suelo” (Baidet 2012: 34). Nietzsche “... **no creería más que en un dios que supiese danzar**... Ahora soy ligero, ahora vuelo, ahora me veo a mí mismo por debajo de mí; un dios es el que ahora danza a través mío. Así habló Zaratustra” (Nietzsche 1972: 70-71).

Un nuevo tiempo en Plenitud!



La **danza** nos vuelve más ligeros, más alegres y más flexibles. Un cuerpo en movimiento está abierto para que el cambio suceda y, al mismo tiempo, preparado para avanzar hacia el futuro fluyendo entre obstáculos y partes amables del camino. La danza surge en un lugar muy interno y propio. Por momentos nos movemos y otras veces “somos movidos” (Whitehouse 1958), por aquello que nos habita; entonces, nuestras emociones, sensaciones, pensamientos, creencias, recuerdos, sueños, sentimientos, entre tantas cosas, cobran forma y sentido en nosotros.

El **vacío** es otro gran recurso como espacio simbólico interno y externo, disponible y abierto, que nos permite dar forma a lo nuevo que nace muy adentro. El

vacío, que nos permite “ver” hacia adelante con mayor amplitud y claridad. El vacío que nos libera de cargas del pasado que ya no necesitamos llevar.

La danza nos invita a dejar ir aquello que dejó de pertenecernos para poder avanzar con “pies ligeros” en un inmenso espacio pleno de Vida y fuente de Creación!



Amanecer

Luz, sombras... Amanece en el vacío

Amanece en el camino

Amanece de mil colores

El Arco iris!

Colores, sonidos... una campana

un silencio, largo y profundo

sigue y sigue... hacia adentro

hacia afuera... el Amor

Poesía, fuerza, entrega

Amanece!

*... y Aquí estás y aquí estoy
amanece... la esperanza
color, espuma, sonido, silencio
una ola gigante... de Amor
Amanece en el Desierto
y las flores se abren
Mil colores...
.....
El comienzo, la Existencia
Plenitud...

Amanece:
Y Aquí estoy!*

María Fernanda Rodríguez

www.cuerposquedanzan.com.ar

Referencias citadas

- Arnau, J. 2005. *La palabra frente al vacío. Filosofía de Nagarjuna*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Arnau, J. 2007. *Antropología del budismo*. Barcelona: Kairós.
- Arnau, J. 2008. *Arte de probar. Ironía y lógica en India antigua*. Madrid: Fondo de Cultura Económica.
- Baidet, M. 2012. *Pensar con mover. Un encuentro entre Danza y Filosofía*. Buenos Aires: Cactus.
- Fatone, V. 1962. *El budismo "nihilista"*. Buenos Aires: Eudeba.
- Nietzsche, F. 1972. *Así habló Zaratustra*. Madrid: Alianza.
- Tola, F. & C. Dragonetti. 2012. *Filosofía Budista*. Buenos Aires: Las Cuarenta.
- Whitehouse, M. S. 1958. El Tao del cuerpo. En Johnson, D. H. (Ed) *Bone, Breath and Gesture* (Capítulo 4). Berkeley, CA: North Atlantic Books.

