



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

**Newsletter 22 - 19 de abril de 2016**

### **DANZAR HACIA EL “CENTRO”**

#### **El origen y el tiempo**

*No te sientas solo, el Universo entero está dentro de ti.*

Rumi

#### ***Un lugar muy profundo... magia y misterio!***

Cuando danzamos nos encontramos a menudo con el misterio, entonces el movimiento nos lleva a descubrirlo explorando lo más profundo de nuestro **ser**. La danza surge de un lugar muy interno y propio. Ese lugar es nuestro “centro”: desde allí danzamos y hacia él nos dirigimos.



Visualicemos nuestro cuerpo, imaginemos una puerta de entrada... la abrimos y, al hacerlo, encontramos un largo y

sinuoso camino hacia adentro... podemos seguirlo, percibir a dónde nos lleva y cuán profundo es! Tal vez no podamos ver el final, pero la **confianza** será nuestra primera fortaleza. La propuesta es entonces entregarnos al movimiento que nuestro cuerpo nos ofrece y danzar ese camino, esa espiral hacia el Centro...



Seguramente, de allí venimos... cómo recordar el camino de regreso al **ser**, nuestro cálido y confortable hogar?... solo se trata de volver a ese lugar amado y añorado; hace falta **entrega** para lograrlo, es necesario fluir por las vueltas de la eterna espiral y este es el desafío de la vida y la **danza** nuestra segunda fortaleza.

### **El Origen**

En el año 1948, el físico ucraniano George Gamow planteó que el universo se origina de una gran expansión o *Big Bang* que habría tenido lugar hace aproximadamente 13800 millones de años. De acuerdo con esta teoría, un universo homogéneo lleno de materia podría expandirse indefinidamente o frenar su expansión lentamente hasta producirse una contracción universal. El alejamiento de las galaxias sugiere que el Universo está en expansión y aceleración (Hawking 1991; Barrow 2006). Por otra parte, diversas teorías indican que la vida en la Tierra comenzó hace cerca de 3400 millones de años atrás, a partir de materia orgánica inerte en un “caldo primordial” (Oparín 1952, 1968, entre otros).



A través de métodos e instrumentos muy avanzados es posible “oír” el sonido del *Big Bang*, el sonido del Origen en el espacio. Tal vez también sea posible “sentir y percibir” el origen de la vida en la Tierra y sin duda podemos recorrer esa espiral eterna hacia nuestro Centro: hogar y origen de nuestro ser. Un día, hace “x” años, dos células -óvulo y espermatozoide- se unieron para dar nacimiento a la singularidad que hoy somos. Estos gametos se fusionaron durante la reproducción sexual para crear un nuevo individuo con un genoma diferente derivado de nuestros padres. El encuentro del óvulo y el espermatozoide se asemeja a una **bella danza ritual** en la cual el espermatozoide vence obstáculos para alcanzar el objeto deseado. Por su parte, el óvulo se torna permeable y totalmente receptivo para que uno de ellos penetre generando vida... la gran explosión, el *Big Bang* de un pequeño e inmenso Universo!



### ***Danzar a través del tiempo***

Cuando danzamos expresamos a menudo nuestros sueños, poblados de arquetipos, símbolos y mitos, y también nuestra vigilia, expresión visible de los sueños. Los **arquetipos** son manifestaciones inmediatas del **inconsciente colectivo** mientras

que los **símbolos** son las imágenes arquetípicas en su proceso de acercamiento a la conciencia. Entrelazando ambas ideas, los **mitos** son la formulación colectiva de un proceso simbólico arquetípico que se presenta adaptado a la visión que cada pueblo tiene acerca del mundo y la realidad (Jung 1995, 1999; Rodríguez 2014: *Newsletter* 1).



Los grupos humanos que conservan sus tradiciones danzan para celebrar rituales dando vida a los mitos con arquetipos y símbolos. Los rituales son por definición “**costumbres o ceremonias** que se repiten de forma invariable de acuerdo con un conjunto de normas y pautas ya establecidas; son simbólicos y suelen expresar el contenido de algún mito”. Sin embargo, muchas veces **los mitos son construcciones personales que nos auto-formulamos** y se refieren a nuestra propia historia y, por lo tanto, los ritos que los actualizan también lo serán.



### ***Danza y Ritual***

El movimiento se torna ritual a través de la danza (Roth 1989). Y esta danza es tanto la expresión de lo personal y de los vínculos con los otros como una

manifestación de la propia sabiduría innata. En la danza el Universo penetra en cada individuo y lo hace parte de la humanidad, reflejando a la vez aquello que le es propio. Cuando danzamos nuestro **ser** se manifiesta (Rodríguez 2010). La danza nos trae el Universo y entonces somos parte de un Todo que se expresa en cada uno; guardamos un trozo de ese Universo muy adentro y, al relacionarnos con los otros, vamos armando ese enorme e infinito rompecabezas de la existencia.



Citro (2009) plantea que en los rituales se da la intensificación de las sensaciones y emociones y, de este modo, la danza y la *performance* ritual modifican la materialidad corporal del danzante. Así por ejemplo, en las danzas rituales los danzantes encarnan y, por lo tanto, **son** aquello que convocan a través del movimiento de sus cuerpos.



Danzar nuestras emociones, sentimientos y creencias... danzar nuestra alegría y nuestro dolor...danzar nuestros miedos y nuestras fortalezas... **encarnar** todo aquello que sentimos, son caminos y modos genuinos en los cuales la persona utiliza la energía de su cuerpo para acrecentar su poder y vivir tal como elige hacerlo. La propia danza es entonces un ritual al cual siempre se puede volver y repetir para revivir aquello que muchas veces es un mito para nosotros, en el sentido de "narración y explicación acerca de la

génesis y el desarrollo de lo que nos sucede”. De ahí que todas las representaciones corporales cobren especial importancia para este fin. Es importante acá el concepto de **sensación kinestésica** que propone Whitehouse para referirse al movimiento corporal y su registro. Esta sensación es realmente consciente cuando la persona encuentra la conexión interna, es decir el propio movimiento que se desarrolla en su propio espacio o *kinesfera* (Whitehouse 1958).

### **La puerta de entrada, el camino y el recuerdo**



Nuestro **cuerpo** es la puerta de entrada al **espacio** sagrado en donde celebramos nuestros rituales... y la **danza** el camino que nos lleva al origen, propio y del Universo del que formamos parte. Es posible que percibamos en nuestras células aquellos movimientos del óvulo y el espermatozoide, esa danza primordial y “ritual” que nos dio la vida. Es probable que **recordemos** de dónde venimos. Tal vez, logremos visualizar el camino de regreso al **Comienzo** en donde seguramente están todas las respuestas que buscamos...allí, en nuestro **Centro**, hacia donde danzamos!

### **Eterna espiral hacia el Centro**

*Hacia abajo*

*hacia arriba*

*y hacia adentro...*

*eterna espiral hacia el centro*

*Allí, donde habito*

*Vueltas... giros*

*todo es movimiento*

*Quién soy si no me muevo?*

***Si me detengo: muero!***

*Entonces, voy hacia abajo*

*y la Tierra me abraza*

*... hacia arriba*

*y el cielo me envuelve*

*... hacia adentro*

*y mi Ser me contiene*

*en profundo silencio*

*con Amor verdadero...*

***Si me detengo: muero!***



María Fernanda Rodríguez

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

### **Referencias citadas**

- Barrow, J. D. 2006. *Las constantes de la naturaleza*. Barcelona: Editorial Crítica.
- Citro, S. 2009. Ancianos: Los cuerpos del poder. En Citro, S. (Ed) *Cuerpos Significantes. Travesías de una etnografía dialéctica* (pp. 175 – 242) Buenos Aires: Biblos
- Hawking, S. W. 1991. *Historia del tiempo: del Big Bang a los agujeros negros*. Barcelona: Círculo de Lectores.
- Jung, C. G. 1995. El acercamiento al Inconsciente. En Jung, C. G. (Ed) *El hombre y sus símbolos* (pp.18 – 103). Buenos Aires: Paidós
- Jung, C. G. 1999. *Recuerdos, sueños y pensamientos*. Barcelona: Seix Barral.
- Oparin, A. I. 1952. *The Origin of Life*. New York: Dover.
- Oparin, A. I. 1968. *The Origin and Development of Life* (NASA TTF-488). Washington: D.C.L GPO.
- Rodríguez, M. F. 2010. La danza: expresión del Ser (Dance: the expression of Being). *Pedagoogía 3000* 24, Serie 2. Publicación electrónica.
- Rodríguez, M. F. 2014. La magia y el misterio de danzar arquetipos, símbolos y mitos. *Newsletter* 1. Versión electrónica: [www.cuerposquedanzan.com.ar](http://www.cuerposquedanzan.com.ar)
- Roth, G. 1989. *Maps to Ecstasy*. New York: Interliscense Ltd. & New York Library.
- Whitehouse, M. S. 1958. El Tao del cuerpo. En Johnson, D. H. (Ed) *Bone, Breath and Gesture* (capítulo 4). Berkeley, CA: North Atlantic Books.



