



DANZA, MOVIMIENTO Y SONIDOS ARMONIZADORES

Newsletter 30 - 12 de diciembre de 2016

DANZAR EL TIEMPO QUE CONCLUYE ABRIENDO NUEVOS CAMINOS

Recuerdos y Anhelos

Que nadie corte nunca tus alas, tú eres quien decide lo alto que quieres volar... La única ley verdadera es aquella que conduce a la Libertad.

Richard Bach

Agradecer y dar la bienvenida



La danza expresa el movimiento que es la esencia de la Vida y la Energía más grande que nos lleva hacia adelante, el motor de nuestra existencia! En sintonía con este devenir, estamos presentes y en movimiento para agradecer el ciclo que concluye y dar la bienvenida al que comienza,

con el corazón abierto y disponibles!

Somos también capaces de explorar las huellas que dibuja nuestra danza hacia el futuro cuando expresa aquello que está despierto y muy vivo en nuestro cuerpo... estamos listos para danzar, trazando la trayectoria hacia un nuevo tiempo que aún no conocemos, pero presentimos muy adentro!

Cuando danzamos a menudo descubrimos aquello que nos otorga Presencia, aquello por lo queremos danzar y que da ímpetu a nuestro movimiento, llevándonos a descubrirlo en lo más hondo de nuestro ser. Este movimiento surge entonces de un lugar muy interno y propio en donde estamos presentes: desde allí danzamos y hacia ese punto nos dirigimos!

Recuerdos “sumergidos”



Retomamos la sabiduría de los Arcanos para entrar profundamente en nuestro ser y danzar con ellos siguiendo el camino hacia adentro (en el *Newsletter24* se desarrolló este tema). ARCANO significa “conocimiento secreto” (Silke R.¹ 1998), “[...]algo muy difícil de conocer por ser recóndito, secreto o desconocido”(Diccionario de la Real Academia 2001), tanto en la historia de los pueblos como en la vida de cada ser humano. “[...]Simbólicamente los Grandes Arcanos reflejan los diversos estados y facetas del hombre. Representan un proceso de crecimiento, recorriendo e incorporando la conciencia de sí mismo, paso a paso, en las diferentes etapas” (Silke R. 1998: 11).

En el Antiguo Egipto fueron halladas 78 planchas de oro en las cuales se habían grabado jeroglifos que se dividían en 22 Arcanos mayores (0 + 21) y 56 menores. Silke (1998) hace una correspondencia entre los 22 Arcanos mayores y las

etapas de la vida. El Arcano 0 es el punto de partida; los Arcanos 1 a 7 representan a la persona desde su nacimiento hasta los 28 años aproximadamente y reflejan la evolución del ego; del 8 al 14 se refieren a la etapa de los 29 a 56 años, momento dedicado a trascender el ego para encontrar el ser verdadero y, finalmente, del 15 al 21, se vinculan con el periodo a partir de los 56 años y se refiere al enfrentamiento, aceptación y disolución de los aspectos más difíciles hasta llegar a la integración de la dualidad; es el desprendimiento de lo material.



Los Arcanos, en tanto símbolos que reflejan imágenes arquetípicas, nos muestran el camino interior hacia la propia conciencia (Rodríguez 2016, *Newsletter* 24). Con ellos y desde el Presente, comenzamos a danzar hacia el Pasado para recordar y agradecer, y hacia el Futuro, abriendo nuevas sendas con proyectos, anhelos, sueños...

Pasado y Presente

Algunos de estos arquetipos nos remiten al Presente como resultado del Pasado, de un ciclo que concluye y que, sin duda, supuso crecimiento, experiencias, descubrimientos... ese “darse cuenta” de tantas cosas. Y esto conlleva Plenitud que proviene de muy adentro. Nos referimos a la madurez que se alcanza como resultado de un tiempo transcurrido y que puede verse reflejada en el **Arcano 21** que simboliza el punto de llegada, la totalidad, el mundo. En este caso, la culminación de un tramo más del camino que elegimos recorrer. Dancemos entonces la esencia de este arcano que nos lleva a comprender la Unidad en movimiento eterno!

El Arcano 21, El Mundo. “[...] Con El Mundo o El Universo hemos llegado al final del

Camino, al reencuentro con la Totalidad. Hemos comprendido que lo Divino no es exterior, sino que reside en nosotros mismos. Es tiempo de conclusión, de completud, de cosecha de lo sembrado. Los frutos están a la vista: la realización de los deseos y anhelos, la síntesis, la integración final de todo lo que existe. Es el amor total, la plenitud del Ser. Comprendemos que la verdadera unidad reside en el movimiento, en la danza del Universo, el *Anima mundi*" (Silke R. 2008: 17-18).



Presente y Futuro

Desde el Presente, y con verdadera **Presencia**, miramos ahora hacia el Futuro, con expectativas, proyectos e ilusiones. Dos Arcanos proponen ahora su danza:

El Arcano 6. Los Amantes. “[...] Llegamos al tiempo de la irrupción del amor y la sexualidad, la sensualidad, la pasión y la felicidad que genera lo nuevo. Es el tiempo de dejar la casa paterna. La unión de los opuestos significa establecer relaciones vitales que estimulan la creatividad y potencian el propio crecimiento. También representa la alternativa, la elección entre dos deseos o tendencias contrarias, la decisión” (Silke R. 2008: 9)



Nuevas relaciones vitales que nos llevan a crear...un nuevo latido, un sentido genuino de la Vida que fluye en nosotros y nos invita a dar el siguiente paso y crecer, porque ya estamos listos! Irrumpe entonces:

El Arcano 7. El Carro. “[...] El Carro representa la partida hacia lo nuevo, hacia lo desconocido. Simboliza el coraje de salir al mundo, de ser independiente, de concretar proyectos. Con la fuerza de la voluntad duplica el impulso necesario para salir a la lucha por la vida, orientado hacia el éxito y la realización en el mundo externo.” (Silke R. 2008: 9)



Vamos hacia un nuevo tiempo, que aún no conocemos pero presentimos. Estamos preparados para la gran aventura: el “viaje del héroe”! Campbell lo describió como un ciclo donde primero se abandona el hogar entrando en un mundo lleno de amenazas y pruebas; para esto el héroe debe cruzar el primer umbral, donde puede encontrar un guardián o dragón que se le opone y debe derrotar o conciliar.

Luego puede entrar vivo o descender a la muerte en un reino de oscuridad o mundo de fuerzas poco familiares, algunas de las cuales lo amenazan. El héroe tiene que resolver pruebas o acertijos, en ocasiones con la ayuda o guía de un mentor. En el final de su aventura se le presenta una prueba suprema y recibe su recompensa. Luego emprenderá el regreso y dejará atrás a sus rivales, emergiendo del reino de la congoja, resucitando y trayendo el don que restaurará al mundo (Campbell 2001).

Restauramos nuestro cuerpo para volver a empezar con nueva energía, para danzar el siguiente tramo de nuestra existencia. Y allí estamos, sumergidos, moviéndonos nuevamente y explorando el mundo como la primera vez... infinitas posibilidades frente al Futuro que aún no conocemos!

El Arcano 0, El Loco. “[...] Es el arquetipo de la totalidad contenida, de lo que aún no existe, del huevo del que todo emerge. Evoca al inocente, libre y despreocupado que se incorpora a la vida con total desparpajo y alegría, sin especulaciones. Viene de lo desconocido y va hacia la luz. En continua danza, experimenta las sorpresas e imprevistos con espontaneidad ya que no conoce los miedos y su confianza en la vida es absoluta” (Silke R. 2008: 6).



Este arcano representa el tiempo inicial, el punto cero, toti-potente, pleno de potencial creativo... El cero nos lleva a recordar el comienzo, cuando nos encontrábamos “cara a cara”, sin saberlo, con infinitas posibilidades de ser y hacer en el mundo. La Danza de nuestra vida estaba comenzando y seríamos los únicos protagonistas de ese movimiento que es parte del

Movimiento del Universo que habitamos... El Loco está listo para iniciar nuevamente la aventura de vivir... y va hacia delante, con inocencia y desnudez para explorar el tiempo que comienza!

Entre símbolos y en movimiento

El Loco es metáfora y símbolo del comienzo de nuestra existencia y la del mundo. Y esta metáfora cobra actualidad cada vez que algo está gestándose en nosotros... tal vez es el **misterio**, esa parte que quiere salir a la superficie y ser “visible y vigente” en nuestra historia.



Los Amantes, la decisión, el amor, lo nuevo que irrumpe en nuestro camino. **El Carro**, la partida hacia el futuro, el viaje del héroe! **El Mundo**, la totalidad, el Ser en plenitud que se expresa despojado de lo material que pudo haberlo atrapado.

Y los símbolos danzan y cobran sentido en nuestro cuerpo a medida que nos movemos para que salgan a la luz. Las barreras son derribadas y aflora aquello que nos hizo ser lo que hoy somos, porque la punta del *iceberg* que representa nuestra existencia (Rodríguez 2016, *Newsletter* 29) es una mínima parte de esa maravillosa totalidad que somos.

En camino....en mi cuerpo: Soy!



Para finalizar estas palabras y reflexiones, les propongo una caminata muy lenta y consciente con los ojos entre-abiertos, como si hundiéramos los pies en la tierra húmeda. Imagino entonces un lugar en la naturaleza en donde me gustaría estar -un bosque, un campo, entre tantos otros- y comienzo a explorarlo, muy despacio: qué sensaciones tengo a medida que avanzo? qué sonidos escucho? qué olores y perfumes percibo? qué colores me llaman la atención?... cómo es ese lugar? qué seres lo habitan? cómo es el suelo? hay allí agua, arena, nieve o tierra?... continuo avanzando: cómo me desplazo? es fácil o difícil?... en dónde estoy?... **Quién soy?**



Y a partir de aquí, **estoy en mi cuerpo y lo habito...** y el camino sigue hacia adentro de mi ser: cómo me desplazo? siento deseos de caminar, correr, flotar o danzar? cómo me siento allí? qué sensaciones

percibo? qué emociones se despiertan a mi paso? qué colores observo? Me detengo cuando lo necesito, hago una pausa para luego retomar el camino y, cada vez que pauso, me pregunto: **quién soy y a dónde voy?** Continúo hacia una nueva etapa y hacia mi centro y registro cada vez que encuentro algo que no conocía...

Quién soy?... simplemente: **SOY**. Soy el mundo, la totalidad... soy, y me permito ser, la Vida que fluye a través de mi cuerpo sagrado, dándole sentido a todo aquello que en él se manifiesta!

Que la danza perdure en cada célula de nuestro cuerpo para que seamos parte de la eterna sinfonía en movimiento del Universo en donde habitamos... Que así sea para todos los seres del mundo!



“...Aminoró la velocidad hasta que el viento no fue más que un susurro en su cara, hasta que el océano pareció detenerse ahí abajo...”

Richard Bach

Notas

- 1- Silke Rasenack **-Silke-**, maestra del color, es artista textil y autora de Los Arcanos en Seda. Se la cita en adelante como Silke R.
- 2- Este *Newsletter* está relacionado con el Número 24, disponible en la sección correspondiente de www.cuerposquedanzan.com.ar

Referencias citadas

Campbell, J. 2001. *El héroe de las mil caras: Psicoanálisis del mito*. México: Fondo de Cultura Económica.

Rasenack, S.1998. *Los Arcanos en Seda. Amandaro*. Buenos Aires: Talleres Gráficos Mundial.

Rasenack, S. 2008. *Los Arcanos mayores. Las 22 cartas de los Arcanos mayores*. Buenos Aires: Silke R. De Dross.

Rodríguez, M. F. 2016. La danza de los Arcanos. Sabiduría ancestral. *Newsletter 24*. Disponible en: www.cuerposquedanzan.com.ar

Rodríguez, M. F. 2016. Danza y sensaciones sentidas. Nuestro cuerpo visible e invisible. *Newsletter 29*. Disponible en: www.cuerposquedanzan.com.ar

María Fernanda Rodríguez

www.cuerposquedanzan.com.ar