

LA VIDA ES UNA DANZA, EL MUNDO SU ESCENARIO.

“¿Cómo podría describir la alegría de bailar? con la primera nota surge en mi la sinfonía de todos los instrumentos combinados en uno sólo... Un fluido poderoso se eleva hacia mi y se hace el médium que condensa en una expresión unificada la alegría de Brunilda despertada por Sigfrido, o el alma de Iseo que busca su triunfo en la muerte”.

Isadora Duncan.

Introducción.

A lo largo de su historia el ser humano ha experimentado un anhelo ardiente por conocer, comprender y expresar la verdad. Una de las formas más puras de expresión que el hombre ha descubierto y desarrollado es el arte. La obra de arte es un espejo que refleja esencias, experiencia interna de aprendizaje y de comunicación profunda a través de la cual se toca la realidad del hombre, del mundo, del universo. Es una vivencia que trasciende el tiempo y el espacio, prisma multifacético de infinitas posibilidades; expresión tangible, concreta, materializada de un acto de voluntad único, original, indefinible e irrepetible.

Mi primer contacto consciente con el arte fue a través de la danza a la que hoy contemplo como una expresión del ser que se manifiesta, experiencia de autoconocimiento, de desarrollo y de unidad que trasciende lo humano y lo terreno. El danzante, impulsado por su natural tendencia a la autorrealización y la trascendencia se encuentra una y mil veces reflejado en el prisma multicolor y multiforme del escenario, se descubre, se encuentra con y en el otro, los otros, el mundo y el universo. Mounier¹ (1950, pg.41) sostiene que “La aspiración trascendente de la persona no es una agitación, sino la negación de sí como mundo cerrado, suficiente, aislado en su propio surgimiento. La persona no es el ser y sólo es consistente en el ser al que apunta.....sin esta aspiración, se dispersaría en sujetos momentáneos”.

Danzando... danzando me convertí en persona.

Tenía tan solo tres años y como un sueño recuerdo el salón de enormes proporciones, piso de madera pulida y brillante, espejos a lo largo y ancho de las paredes que reflejaban a un grupo de pequeñas bailarinas alumnas de Miss

Caroll, una reconocida maestra de ballet de aquella época. Vestida con el uniforme de la academia, un payasito de color de rosa y una falda blanca muy corta, asustada me aferraba a la mano de mi abuela quien cariñosamente me animaba a cruzar el umbral de la gran puerta de madera y cristales biselados que separaba el salón de un amplio vestíbulo en el que las madres, tejiendo y platicando, esperaban a sus hijas. Era mi primer día de clases, el corazón acelerado parecía querer salirse de mi cuerpo impulsado por la fuerza de la fascinación, el temor, la excitación y la inseguridad que aquella nueva experiencia, que marcaría mi vida, me causaba. Jamás olvidaré la emoción de ese día en el que estrené mis primeras zapatillas de ballet.

Durante años la danza se convirtió en el eje al rededor del cual giraba mi existencia. Gozaba del olor del tinte de mis zapatillas, de la textura de las punteras de piel de conejo, de los ensayos interminables, de los camerinos, de las luces que iluminaban el escenario, de los músculos cansados y adoloridos, y de la música que me hacía vibrar al penetrar al cuerpo y al alma. A los quince años decidí que quería ser bailarina, pero las circunstancias familiares y la oposición de mis padres derrumbaron mi sueño. Mucho tiempo experimenté la frustración de la ilusión perdida, hasta que en un momento de reflexión y encuentro conmigo misma, descubrí que mi existencia cobraba sentido cuando pude contemplarla como una danza en el escenario de la vida. Comprendí entonces que todo ser humano es a la vez obra de arte y artista, criatura y creador, uno y múltiple, existencia y esencia, materia y espíritu. A partir de ese momento mi concepción de la vida cobró un nuevo sentido, el significado del mundo, de la realidad y de la danza adquirieron una dimensión inconmensurable. Los seres humanos se transformaron en danzantes, la realidad se expandió hasta el infinito y el mundo pasó a ser un escenario de enormes dimensiones en el que la comunidad humana danza al ritmo de la sinfonía cósmica, magistralmente dirigida por el creador del universo.

Desde esta perspectiva, la danza se torna en fenómeno infinito de expresión que no puede quedar reducida al mundo de las bellas artes, sino que expande sus fronteras al arte universal de vivir, de crear, de crecer, de amar y de trascender.

Hablar de danza es hablar de movimiento, de libertad, de ritmo, de cadencia, de disciplina, de creatividad, de desarrollo y de dinamismo. La danza es expresión abierta de los sentidos, las ideas, los ideales, las emociones, los afectos, los valores y las experiencias humanas más profundas. Hablar de danza es hablar del escenario cambiante e ilusorio de la vida, de una coreografía dinámica, de espacios, de colores, de sombras y de luces, de tramoyas, de silencios, suspiros y sonidos. Hablar de danza es hablar de vida, de una existencia plena a la vez que vacía. Es hablar de equilibrio, de intencionalidad, de entrega, de amor, de conciencia y de armonía. Hablar de danza es hablar de encuentro, de espiritualidad y de organismo, de cielo y tierra, vida y muerte, de la nada y el todo, de unidad, de libertad, de esencia y de energía.

“Voluminosos, amplios, hinchados como velas al viento los movimientos de mi danza me arrastran hacia adelante.. y hacia arriba.. Siento en mi la presencia de un poder supremo que escucha

la música y la difunde por todo mi cuerpo, buscando una salida... una explosión. A veces, este poder brotaba con furia, y otras bramaba y me golpeaba hasta que mi corazón se encendía de pasión y yo pensaba que eran llegados mis últimos momentos de vida. Otras veces me acariciaba tristemente y yo sentía de súbito una angustia tal, que elevaba al cielo mis brazos e imploraba ayuda de donde la ayuda no puede venir. Pensaba a menudo que era un error calificarme de bailarina: yo era más bien un centro magnético que reunía las expresiones que me enlazaban con la orquesta vibrante, tremante..... Había un flautista que tocaba tan divinamente el solo de las almas felices de `Orfeo`, que con frecuencia quedaba inmóvil en escena, mientras corrían las lagrimas de mis ojos: el escucharle me producía éxtasis y la misma sensación me producían por momentos los violines y toda aquella orquesta, cuyas sinfonías se elevaban al cielo inspiradas por su admirable director” (I. Duncan. Op.cit, Pg. 189).

Al leer y releer este pasaje de la vida de Isadora con el que me identifico plenamente, me pregunto, ¿No es ésta la expresión de la vida humana? ¿Por qué no vivir la vida como esa danza que no rompe el equilibrio, que no se aferra a un tiempo y a un espacio definido; una danza que trasciende murallas, ideologías, corazas, identificaciones parciales, obstáculos, convencionalismos insensatos, paradigmas obsoletos y posturas dogmáticas? ¿Quién o qué puede impedirnos danzar de esa manera en el escenario de la vida? ¿Podemos hacer de la vida, en nuestro propio escenario y con nuestra propia danza, un camino de humanización y de trascendencia?

Todos los seres humanos formamos parte del cuerpo de ballet del universo. La coreografía, los atuendos, los movimientos, los ritmos y la escenografía son expresiones singulares, únicas de danzantes que al re-unirse conforman un mosaico multicolor y multiforme en el que las individualidades se entrelazan. Somos individualidades que crean su propia danza, seres creados con posibilidades de crear, organismos que naturalmente tienden a la autorrealización y a la trascendencia. Somos seres sensibles, capaces de vibrar, de expresarnos, de ex-ponernos para llegar al encuentro, danzantes, cuya expresión comunica la esencia cuando despertamos de la ilusión y descubrimos la total unificación en el amor.

“En el encuentro yo-tu descubro los sonidos, las notas, la expresión de otro yo que me conmueve hasta las lagrimas. Al escucharlo, al contemplarlo, amarlo en el silencio, experimento asombro y me extasio ante el milagro del encuentro yo-tu que se trasciende hasta abrazar a la comunidad humana entera. Entonces la orquesta cósmica, bajo la batuta del creador del universo, eleva su sinfonía”. (González-Garza, 1995, pg. 190)

La vida al igual que la danza es un proceso que se inicia y se realiza -en sus primeras etapas- en forma individual. El solista, se centra en el ego con el objeto de conocerse, aceptarse y manifestarse como un danzante único, individual, irrepitible e irremplazable. Esta fase del desarrollo se centra en la satisfacción

de las carencias, el control de los impulsos y tensiones, así como en la identificación con el ser individual-personal. Corresponde a una etapa primitiva y egocéntrica del proceso evolutivo de desarrollo en la que el individuo no se eleva más allá de sus preocupaciones, sus carencias y sus necesidades cotidianas. En una segunda etapa, la danza es una expresión de la dimensión mental-racional, siempre buscando la perfección a través de los conceptos y las técnicas. Cuando ésta no se trasciende y el danzante vislumbra el conocimiento teórico y la técnica como fines en sí mismos y no como medios para alcanzar un fin, pierde la libertad, la espontaneidad, la sencillez y se convierte en esclavo de métodos, escuelas, sistemas y convencionalismos que rigidizan y automatizan sus movimientos. González-Garza expresa este pensamiento cuando expresa:

“El artista al crear su obra lo hace desde la esencia, de lo contrario el acto creador no se realiza ya que una obra de arte no puede partir de los conceptos, las teorías, las técnicas o las estructuras rígidas de pensamiento, sino del ser que se es. Esta es la razón por la cual una obra de arte trasciende al tiempo, al espacio, a los individuos y a las cosas, porque al surgir de la esencia se convierte en una obra universal....” (Op.cit, pg. 185)

La danza de la vida es un proceso de concientización y de integración en constante y continuo dinamismo, cuyo motor se encuentra en el mundo interno de la persona. Las emociones, los conocimientos, las ideas, los pensamientos, las experiencias individuales y los valores, así como de las necesidades y motivaciones personales que el individuo experimenta lo mueven a la acción. Cuando a medida que el sí mismo -self- se realiza y que la conciencia se expande, el danzante trasciende las fronteras del individualismo. Al descubrirse como un ser integral (bio-psico-social-espiritual) y como parte y partícipe de la coreografía universal, las motivaciones deficitarias se tornan en impulsos creadores, se descubre el gozo de salir al encuentro del tú, del nosotros, de los otros, del mundo y del universo. A lo largo de este proceso la persona desarrolla la capacidad de expresión del ser, de comunicación de la esencia, y se reconoce como un ser con, por y para los demás. La individualidad se trasciende y se produce el milagro del encuentro, en el momento en que los solistas se reúnen formando un solo cuerpo de danza, en la que cada uno ejecuta su parte entrelazándose, armonizándose y unificándose con el universo.

“Los solistas se funden en el encuentro.... La coreografía humana se trasciende para llegar a formar parte de la coreografía cósmica, en la que las fronteras del individualismo, del egocentrismo se disuelven...” (González-Garza, Op.cit. pg. 186).

La experiencia milagrosa del encuentro conduce a un estado de éxtasis, de eternidad, de plenitud en el amor que no puede expresarse en palabras por no existir aquellas que permitan una descripción fiel de la experiencia inefable que es el encuentro consigo mismo, con los demás, con el mundo y con el ser que nos trasciende. Es entonces cuando la experiencia estética se convierte en experiencia mística, entendida como momento de eternidad, de unicidad, de

plenitud en el amor en el que se trascienden los disfraces, las máscaras, las candilejas, los aplausos, las polaridades, el egocentrismo y el individualismo.

En la danza-vida jamás se deja de crecer y de aprender. Es un proceso, semejante a una espiral, a través del cual se armonizan las polaridades, se unifica lo corporal con lo racional, lo racional con lo afectivo, lo organísmico con lo social, lo social con lo espiritual y lo espiritual con lo trascendente. Sus movimientos, como bellamente lo expresa Isadora, se amplían y se hinchan "como velas al viento", combinando las fuerzas opuestas del universo nos conducen hacia adelante y hacia arriba en una secuencia de acciones continuas, envolventes, integradoras y ascendentes en las que se combinan el dinamismo y la receptividad, los movimientos evolutivos e involutivos de la espiral. Paulatinamente los polos se van conjugando libre y suavemente, en la medida en que el danzante aprende a observar, a crear, a ser quien es, a moverse con libertad y con responsabilidad.

Existen dos universos en los que se encuentra nuestro ser, uno a cada lado de nuestra piel. La danza consciente y libre, unifica y armoniza estas realidades, permitiéndonos con ello alcanzar la realización plena de las potencias y los dinamismos humanos fundamentales. A lo largo de este proceso de desarrollo el ser humano va logrando el control de su cuerpo y la integración de éste a las dimensiones psicológica, social y espiritual que conforman su naturaleza. Con esta integración de las dimensiones humanas, que incluye la síntesis de las polaridades sombra-persona, mundo interno-realidad externa y materia-espíritu, entre otras, se promueve el desarrollo y el cultivo de las fuerzas espirituales del cual resulta un ejercicio consciente de los valores más elevados: bondad, verdad, belleza, justicia, unidad, solidaridad, servicio, compasión, en una palabra, amor trascendente.

Como conclusión me atrevo a afirmar que solamente a través de la danza-vida puede expresarse el sentido de la existencia, así como la comprensión de la trascendencia. Isadora Duncan decía: si yo pudiera explicar de qué se trata, no tendría sentido que lo bailara.

Referencias bibliográficas.

- Duncan, Isadora. (1929). *Mi vida*. Madrid: Editorial Cenit.
- Fregtman, Carlos. (1990). *El sonido de la nueva era*. Uno mismo, N° 5. pp. 38-41, México.
- González Garza Ana María. (1995). *De la sombra a la luz*. México: Editorial Jus..
- González Garza Ana María. (2009). *Colisión de paradigmas, hacia una psicología de la Conciencia Unitaria*. Barcelona: Kairós.
- Mounier, Emmanuel. (1950). *Le Personalisme*, París: Presses Universitaires de Francia. Trad. española, (1962). Aisenso, A. y Dorriots, B. Buenos Aires: Editorial Universitaria de Buenos Aires.
- Ruiz Luis Bruno. (1990). *Escrituras del cuerpo donde la naturaleza habla. El arte y sus expresiones*. Revista Médica, septiembre, pp. 34-46. México.