

## DANZA ÁRABE TERAPÉUTICA

¿Quién en esta época desconoce la existencia de esta legendaria modalidad de expresión artística? Nos atrevemos a afirmar que nadie que se precie de un mediano nivel cultural; qué jamás la hayamos practicado es una situación diferente y lo que de ella conceptuemos depende de cómo se nos haya presentado. En términos generales, todas las expresiones artísticas generan en cada persona diversas sensaciones y respuestas psico-activas, al fin y al cabo, todos nacemos artistas en potencia, nosotros mismos somos obras de arte no terminadas, así que no escapamos al llamado de atención de tal o cual manifestación de creatividad. Pero más allá de las generalidades, hacemos parte de una cultura en la cual la expresión corporal, las disciplinas que exaltan la belleza física y en especial aquellas que la cultivan como una expresión del Yo Soy interior, definitivamente no pasan desapercibidas y este es el caso específico de la danza árabe y no de ahora, sino desde hace ya unos cuantos miles de años. Son contadas aquellas expresiones del arte corporal que han retado al tiempo y se han establecido cual iconos universales, mucho más si tenemos en cuenta que esta danza en particular, lejos de ser paulatinamente olvidada, ha retomado un auge tal, que ya podemos incluso ser testigos de su uso indiscriminado mercantilista, propio de una sociedad decadente como la consumista actual, que no tiene ningún pudor en desfigurar y corromper los más preciados valores estéticos de la sociedad.

Totalmente válido, que personas entregadas por oficio a aprender y cultivar esta disciplina así no sean de tradición árabe, -de la misma manera que no se requiere ser ario o caucásico para sensibilizarse con la música clásica,- dediquen su esfuerzo a la formación técnica de bailarinas; más no es esa mi línea ni propuesta; quizá lo que propongo sea menos llamativo y mucho menos espectacular, pero no por ello menos sagrado, cultural o saludable. Propongo volver sobre los orígenes sagrados de esta expresión artística que nunca mejor dicho, es sagrada porque explícitamente se trata de poner en movimiento armónico nuestra energía “sacra”, sí, la que anida o fluye desde o por el sacro, allí donde brota nuestro “mar de energía” sin el cual estaríamos perdidos; no por casualidad en occidente se le llegó a popularizar como “danza del vientre”, lo cual le hizo vulnerable a deformaciones mercantilistas y utilitaristas llevándola a niveles decadentes de bares y cabarets, pero ello no le quita su sagrado origen sufí. Darle entonces un tratamiento respetuoso y amoroso a nuestro cuerpo y no solo al físico, sino al invisible cuerpo de la energía que es lo que sutilmente somos, es el propósito del enfoque que después de años de práctica aplicada a esta disciplina he atinado redescubrir: la Danza árabe es una metáfora de la Geometría Sagrada hecha movimiento, nos hace sensibles al paso de la energía que surca por la multiplicidad de ductos y canales que nos conforman; es una manera estéticamente bella de permitirnos ser permeables a aquella substancia que nos nutre y nos define; no importa cómo le llamemos, ni siquiera de dónde proviene ni dónde se practica o con qué intención, es el movimiento con consciencia, dirección y sentido, es la danza con la vida y para la Vida lo que interesa.

Le llamo “*terapéutica*” como una manera de llamar la atención a que estamos enfermos por estancamiento, a que hemos descuidado alimentar la presencia de nuestra expresión corpórea; de la misma manera que no perseveramos en disciplinas que hubiéramos querido cultivar o cuanto menos explorar, resultamos siendo ostras que ven pasar la vida sin hacerla propia; se trata de hacer del movimiento armonioso una terapia limpia y de paso divertirnos en el acto. Aspiro a que este sea otro llamado que a tu puerta llega y

al cual no te resistas a abrir, así no sea a mis talleres, hay una buena gama de propuestas sanas a las cuales puedes ser afirmativo(a); nunca es tarde para subirte al autobús de la vida que te conduzca al aeropuerto de la Vida en plenitud. Pon la voluntad, súbete al autobús, el Cielo traerá el avión de la Vida con sentido espiritual.

Es una propuesta itinerante, que va de paso, con la intención de sembrar la idea para que la retomen muchas personas que deseen cultivarla personal o grupalmente; en algunas ciudades donde sea propicio haremos un seguimiento a través de talleres; la metodología es especialmente didáctica, no se trata de perfeccionar una técnica ni mucho menos practicar coreografías, se trata de tomar consciencia del sentido del movimiento y del fluir de la energía, de las posturas, del porqué y el para qué se mueve tal o cual parte del cuerpo; más que bailarines y bailarinas convoco a las personas, mujeres o varones, jóvenes o adultos de espíritu vivaz; aquellos que desean centrar su atención en una mirada interior y que por tanto no temen al ridículo; nadie en mis talleres hace el ridículo porque no hay tiempo de mirar al que está al lado, cada quien se centra en lograr su mejor performance, pero para sí mismo.

En estas mismas páginas encontrarás la programación acordada con los organizadores allí por donde la vida me lleve, será mutuamente grato si nos encontramos, que así sea.

Instructora: Alba Luz Ocampo (colombiana)