



## La danza, lenguaje secreto del alma

**Nadia Carolina Vargas Ortiz**

CAT Ibagué – Semestre VII  
Lic. En Educación artística

*La danza es el lenguaje secreto del alma*  
Martha Graham

**E**xpresar lo que sentimos, transmitir emociones y lograr hacer sentir a otros lo que llevas por dentro, eso es algo que solo el arte puede lograr. Todo arte, cualquier obra artística sea de la naturaleza que sea, trata de decirnos algo, de comunicar, de establecer una conexión entre el artista y el exterior. La danza es una expresión artística que sin duda alguna puede llegar a transmitir los más profundos sentimientos; es un medio de comunicación que, aunque no posee un lenguaje verbal, el bailarín puede expresarse a través de sus movimientos. El baile sugiere en el individuo un deseo interno por comunicar algo; es por eso que la danza es una expresión inherente del ser humano y un elemento comunicador.

Yoleiza Toro Bocanegra en su reflexión expuesta en el libro “Pensar con la Danza” (2014), escribe: “Entendí nuevamente, que la danza acompaña desde siempre al ser humano y le es inherente” (p.327). Es así como podemos decir que desde la antigüedad vemos en la danza cómo esa expresión inherente y ese elemento comunicador ha estado presente; los primeros movimientos rítmicos se crearon para ritualizar acontecimientos importantes como nacimientos, defunciones, bodas etc. Un claro ejemplo de lo anteriormente mencionado son las danzas de las tribus indígenas, donde realizan todo un ritual para agradecer a sus dioses por sus beneficios o buscar su favor; bailan para celebrar la vida y conmemorar la muerte, para ahuyentar la desgracia, llamar la fertilidad y la lluvia, para dar gracias, pero también para enseñar a sus hijos y reconocerse ellos mismos en su cultura y tradición. El bailarín y coreógrafo Michel Fokine dio más importancia a la expresión sobre la técnica; y al citar este autor no estoy afirmando que la técnica no sea importante sino más bien hago referencia a que técnica

sin expresión y sin comunicar algo no es danza, pues para ser danza debe transmitir. Se puede saber mucho de pasos y ser preciso en la técnica, pero si no transmites con tu cuerpo, especialmente con tu corazón tu danza será vacía y será una presentación más a tu lista de bailes y no se convertirá en la oportunidad de tocar fibras a los espectadores. La danza se creó con la necesidad de transmitir, de llevar un mensaje, de dar a conocer una historia, así se crearon muchos de los bailes típicos colombianos que cuentan nuestra historia, nuestros orígenes. Los esclavos traídos de África vieron en el baile y la música una oportunidad para expresar lo que sentían en esos momentos de esclavitud, de opresión, una oportunidad para contar sus historias; historias que siguen vivas gracias a la danza y a esas tradiciones que se transmiten de generación en generación.

Herminia Pagola Martínez en su libro “La danza, ¿comprensión y comunicación a través del cuerpo en movimiento?” (2016), cita a Thomas Shack quien en su libro “The Neurocognition of Dance” (2010) escribe: “Mientras baila, el actor normalmente no se para en elementos o detalles, sino que experimenta la plenitud del ser en el aquí y el ahora y por lo tanto alcanza un nivel superior de comprensión e interpretación” (p.4). La danza es un ritual, toda tu alma, tus pensamientos, emociones y tu cuerpo se conectan en una sola función deleitarse con lo que se hace y darlo a conocer. Que sería de las fiestas de los pueblos, ciudades, países sin la danza. Que serían de las largas horas de los carnavales sin grupos de baile que nos contarán historias y nos transmitirán emociones.

Muchos bailarines y coreógrafos reconocieron que la danza es una expresión artística de comunicación como lo hizo el coreógrafo Rudolf von Laban, quien creó un sistema que pretendía integrar cuerpo y alma, poniendo énfasis en la energía que emanan los cuerpos, analizando el movimiento y su relación con el espacio; porque cuando se danza se conecta el alma con el cuerpo

y se puede experimentar y transmitir un sinfín de emociones, estés en una tarima, en tu casa o en un ensayo, la energía es igual y las emociones se apoderan de ti. Danzar te permite liberarte y expresar ese algo que llevas por dentro que muchas veces no sabes. La danza hace que el ser humano tenga un encuentro consigo mismo, con los demás y con el medio que los rodea. Esto lo sabía muy bien la bailarina y coreógrafa estadounidense Martha Graham, quien por medio de la danza trajo al escenario problemas que experimentaba el público de manera dramática. Danzar es contar historias con el cuerpo y no hay límites para ello, con la danza podemos expresar amor, tristeza, desconcierto, dolor, confusión, alegría, etc.

La danza, es profundamente una expresión de emociones internas, en la cual a través de los movimientos gestuales y corporales se persigue la intención de comunicarlas, el cuerpo nos permite dibujar una historia. La danza es expresión de la vida, es un espejo donde el alma habla por medio de los movimientos corporales.

