

Luz Carime Arredondo Galeano - CC. 31499604 - **Danza mi cuerpo, Danza la vida - “La Danza como herramienta de cambio social”**

Dir. Cra 1 # 46 -46 Barrio Bellavista – Buenaventura Colombia - Tel: 3178067911

Email: [luzcag01@gmail.com](mailto:luzcag01@gmail.com)

Profesional en Ciencias del Deporte de la Universidad del Valle, con experiencia en la danza desde los 5 años de edad. Me he desempeñado como bailarina de salsa y actualmente como directora artística de la escuela de Baile Esplendor Danza – Buenaventura. Mi mayor experiencia ha sido como docente de danzas en los ámbitos de educación inicial, básica primaria y básica media e instructora de Danza fitness y coreógrafa de bailes populares.

## **DANZA MI CUERPO, DANZA LA VIDA**

Como seres humanos tenemos la necesidad de comunicarnos, bien sea para expresar nuestras emociones, pensamientos y sentimientos en interacción con el mundo (Social, cultural y natural). Y en esa necesidad de comunicarnos hemos creado un sin fin de lenguajes que a través de la historia nos han permitido conocer del otro y de los otros, de interactuar, intercambiar y transformar nuestras vidas. Uno de los lenguajes de los cuales hemos hecho uso es la Danza, un lenguaje de expresión artística que nos ha dado el lugar de ser nosotros mismos, de expresar nuestros sentimientos, nuestras emociones, pensamientos, traducidos en movimientos a través de nuestro **cuerpo**.

A menudo tendemos a interrogarnos sobre lo que somos, pensamos, sentimos y hacemos. Pero estos interrogantes no siempre se orientan hacia un cómo somos, cómo pensamos, cómo sentimos y cómo hacemos. ¿Cuál es el medio por el que comunicamos todo lo que podemos percibir de nuestro entorno? Es así, como se nos presenta la necesidad de reflexionar y comprender qué nos motiva a vivir y darle significado a la vida. Me quiero centrar en primera medida, en algo que considero fundamental dentro de este ensayo: Comprender a través de qué vivimos y entender que no hay otro lugar. Es nuestra casa e incluso nuestro único medio de transporte con el que exploramos y conocemos el mundo y los mundos.

Pues bien, no estoy haciendo referencia a algo diferente y tampoco raro, no es una bicicleta, avión, moto y mucho menos un carro, se trata de nuestro propio **Cuerpo**. entonces, es aquí donde cabe preguntar **¿Qué es el Cuerpo? ¿Qué papel juega el cuerpo y la danza en la transformación de la sociedad?**

### **El Cuerpo**

En lo que concierne a la concepción de Cuerpo, autores como Marcel Mauss, Norbert Elías, Luc Boltansky, Mary Douglas, David Le breton, plantean diversas teorías; desde la dualista donde se percibe como un cuerpo **anatómico fisiológico** separado del alma y el espíritu. La teoría monista en la cual el cuerpo es concebido como una unidad indisoluble y no como un conjunto integrado. Y la teoría social en la que se considera como una construcción social y cultural del cuerpo y sus significados.

Luz Carime Arredondo Galeano - CC. 31499604 - **Danza mi cuerpo, Danza la vida - “La Danza como herramienta de cambio social”**

Dir. Cra 1 # 46 -46 Barrio Bellavista – Buenaventura Colombia - Tel: 3178067911

Email: [luzcag01@gmail.com](mailto:luzcag01@gmail.com)

Profesional en Ciencias del Deporte de la Universidad del Valle, con experiencia en la danza desde los 5 años de edad. Me he desempeñado como bailarina de salsa y actualmente como directora artística de la escuela de Baile Esplendor Danza – Buenaventura. Mi mayor experiencia ha sido como docente de danzas en los ámbitos de educación inicial, básica primaria y básica media e instructora de Danza fitness y coreógrafa de bailes populares.

Desde estas concepciones, asumo que el cuerpo es una unidad, única e irrepetible. Es el vehículo donde habita el alma, el espíritu, los sentidos, las emociones, los sentimientos y pensamientos. Es el lugar que nos permite estar en el mundo y con el mundo (natural, social y cultural) por medio del cual aprendemos y desaprendemos, gritamos y callamos, lloramos y reímos, cantamos y bailamos; que se forma y se transforma de acuerdo a un contexto y una cultura.

En una cultura como la nuestra donde el cuerpo cobra un valor significativo y todo lo que está relacionado con él: La salud, el cuidado, la belleza, la apariencia, la imagen, el deporte y el arte; es necesario plantear que su comprensión se debe abordar desde varias perspectivas. Se hace evidente la importancia que hoy juega el cuerpo en todos los contextos, y en especial en el mundo del arte y las relaciones sociales. Aquí me enfocaré en la relación del cuerpo y la danza como práctica lúdica - artística de encuentro y tejido social.

### **El Cuerpo, la danza y las relaciones sociales**

En una sociedad donde se exagera y sobrevalora el significado de la individualidad, el cuerpo en el ámbito de la danza se constituye en un nexo o punto de unión y de encuentro con los otros.

Lo anterior, visto desde una perspectiva del cuerpo como espacio **mental – físico** por medio del cual nos comunicamos y entablamos relaciones con nosotros mismos y con los demás. Un cuerpo que vive, se expresa y se comunica de manera permanente. Ahora bien, centraré mi atención en la influencia de la danza en la construcción de tejido social en un contexto más próximo Cali – Buenaventura.

### **El papel de la Danza en la construcción de tejido social**

Una precisión antes de continuar: En este ensayo danza comprende todas las formas de movimiento acompañadas de un ritmo musical. Y no se hace la separación entre baile y danza.

En la actualidad, la danza se ha convertido en unos de los lenguajes de expresión lúdico – artística elegida por muchos para el sano disfrute de su tiempo libre. Varias son las

Luz Carime Arredondo Galeano - CC. 31499604 - **Danza mi cuerpo, Danza la vida - “La Danza como herramienta de cambio social”**

Dir. Cra 1 # 46 -46 Barrio Bellavista – Buenaventura Colombia - Tel: 3178067911

Email: [luzcag01@gmail.com](mailto:luzcag01@gmail.com)

Profesional en Ciencias del Deporte de la Universidad del Valle, con experiencia en la danza desde los 5 años de edad. Me he desempeñado como bailarina de salsa y actualmente como directora artística de la escuela de Baile Esplendor Danza – Buenaventura. Mi mayor experiencia ha sido como docente de danzas en los ámbitos de educación inicial, básica primaria y básica media e instructora de Danza fitness y coreógrafa de bailes populares.

motivaciones de las personas que acuden a esta opción: Entretenimiento, búsqueda del bienestar físico y mental, gusto y admiración por la práctica de la danza y la “profesionalización” en el ejercicio de esta actividad. La referencia más conocida en Colombia es Cali con sus escuelas populares de salsa. Allí generaciones de jóvenes han podido hacer de la danza (salsa) un estilo y un medio de vida, con unos valores que hoy le dan identidad a Cali y reconocimiento internacional. Así como en esta ciudad hay escuelas que trabajan con niños y jóvenes que tienen una proyección en el ejercicio del baile, también están los escenarios cotidianos y las discotecas donde confluyen personas adultas a disfrutar de esta expresión, sin más propósito del goce mismo del encuentro y compartir con los otros.

En el caso de Buenaventura, el ritmo, el cuerpo y la danza son parte de la identidad. Como sabemos su población en su mayoría afrodescendiente, preservan buena parte de la memoria ancestral y dentro de ella su predisposición a la danza y a la expresividad rítmica que encontramos en su corporalidad. El currulao es la danza tradicional, pero las gentes de Buenaventura por su condición de puerto, han estado expuestos a diversos ritmos musicales, nacionales e internacionales, especialmente los caribeños. Razón por la cual niños, niñas, jóvenes y adultos, encuentran en la danza el pretexto perfecto para compartir, aprender y crecer; una práctica que invita al autoconocimiento y reconocimiento de que somos seres sociales.

### **El papel transformador de la danza en la sociedad**

La danza desempeña un importante rol dentro de la transformación de una sociedad. Se ha hecho cada vez más evidente la necesidad de la danza en la vida de las personas. Gracias a su componente lúdico ha sido adoptada como práctica preferida por muchos que frecuentan escenarios como gimnasios, parques, escuelas de baile; donde a través de la danza construyen su identidad, fortalecen su autoestima, cuidan su cuerpo, mejoran su condición física, exploran sus movimientos corporales y se expresan. A través de la danza interactúan y se forjan relaciones de amistad, comparten anécdotas y cosas en común, gozando así de sus beneficios no solo físicos sino sociales y emocionales. Esta opción se ve acentuada por el reconocimiento en nuestra sociedad de la noción de tiempo libre, de ocio y uso creativo del mismo, como posibilidades asociadas al bienestar.

Luz Carime Arredondo Galeano - CC. 31499604 - **Danza mi cuerpo, Danza la vida - “La Danza como herramienta de cambio social”**

Dir. Cra 1 # 46 -46 Barrio Bellavista – Buenaventura Colombia - Tel: 3178067911

Email: [luzcag01@gmail.com](mailto:luzcag01@gmail.com)

Profesional en Ciencias del Deporte de la Universidad del Valle, con experiencia en la danza desde los 5 años de edad. Me he desempeñado como bailarina de salsa y actualmente como directora artística de la escuela de Baile Esplendor Danza – Buenaventura. Mi mayor experiencia ha sido como docente de danzas en los ámbitos de educación inicial, básica primaria y básica media e instructora de Danza fitness y coreógrafa de bailes populares.

Lo anterior, se evidencia en la escuela de baile Esplendor Danza que funciona en la ciudad de Buenaventura. Esta ha sido creada con el propósito de servir y contribuir a la comunidad al mejoramiento de la calidad de vida a través de la danza. En este lugar confluyen personas de todas las edades y de todos los estratos sociales, no solo con el objetivo de aprender géneros dancísticos específicos, sino también en búsqueda de bienestar. Por esta razón se ha convertido en un espacio de encuentro entre vecinos que a pesar de la cercanía de sus casas no habían tenido antes la oportunidad de conocerse y reconocerse como cercanos. En el escenario social de Esplendor Danza, donde la metodología es integrar participantes de diferentes edades, interactúan niños y niñas desde los 5 años con jóvenes y adultos, en especial mujeres, entre los 15 y 60 años. En las sesiones diarias comparten además del juego festivo al que invita la danza en sus diversos géneros folclóricos y latinos, fechas festivas, cumpleaños, karaokes, vídeos y películas alusivas a la danza.

Esto es en cierta manera una revelación o en todo caso una novedad en Buenaventura, pues en la ciudad existen numerosas escuelas donde se enseña la danza folclórica del pacífico, pero se hace énfasis solo en esta manifestación. En la experiencia de Esplendor Danza comprobamos que la gente de Buenaventura está abierta a otros ritmos, disfruta de ellos y se encuentran en ellos. Incluso los asistentes a la escuela, además de ser habitantes tradicionales de Buenaventura, son personas procedentes de otras regiones del país. Aquí, teniendo la danza como punto de encuentro hacen comunidad desde la diversidad. En una ciudad donde la desigualdad social y la marginalidad hacen contraste con el llamado “desarrollo moderno”. Un lugar donde en señal de resistencia danzan los cuerpos...Danza la vida.