

El auge de una danza mágica

Pamela Martínez Ortega

El baile oriental es un fenómeno social que gana adeptas todos los años

Suenan los primeros acordes de *Habibi ya einy*. El ritmo transporta, casi sin que uno se de cuenta, a una cultura lejana. Munique Neith, bailarina profesional, sonrío ante un público expectante. Es su momento. Suave balanceo del cuerpo, rotación de caderas y empieza el espectáculo.

La danza oriental, popularmente conocida como danza del vientre o *belly dance*, se ha convertido en todo un fenómeno social. Sus incondicionales en todo el mundo se cuentan por millones. Para muchos, cuando se piensa en esta disciplina es inevitable visualizar bailarinas vestidas con poca ropa y realizando movimientos de cadera casi imposibles. Pero en realidad es mucho más que un baile de seducción, espectáculo y lentejuelas. “Es cultura, arte, pasión, aprendizaje, trabajo y sacrificio”, afirma contundente Munique Neith.

De origen ancestral pero asociada a la época faraónica, las sacerdotisas ofrecían bailes a los Dioses en ritos ligados a la fecundidad y al nacimiento. Más allá de la moda y el exotismo, es una actividad que manifiesta un profundo sentimiento de comunicación interior a través de la música y el movimiento. De ello resulta un encuentro que la bailarina tiene con los demás, pero sobre todo, consigo misma. “Su gran fuerza espiritual ha hecho que sea considerada como una danza mágica, casi hechizante”, asegura Devorah Korec, profesora y propietaria de la Escuela de Danza Oriental Sarabi de Barcelona.

La danza, al igual que el yoga o el tai chi, es una forma de vida. Este es el caso de Sara Gaspà, profesora de la Escuela de Danza Oriental de Sant Cugat del Vallés. “Empecé a bailar hace 12 años, porque a una amiga le apetecía probarlo y la verdad es que me embrujó”, afirma. “Siempre había querido ser historiadora, pero un año después de empezar a practicar danza oriental, ya sabía que aquello era lo mío. A mi madre no le gustaba y empecé a estudiar Humanidades en la Universidad Autónoma de Barcelona. No era feliz, así que lo dejé y puse mi propia escuela. Fue la mejor decisión que he tomado”.

El cine norteamericano y algunas artistas internacionales han presentado a la danza del vientre, de manera errónea, como un símbolo sexual. “Nadie puede negar que Shakira ha sido una gran embajadora de esta disciplina, pero últimamente la está mostrando como algo sucio y morboso, porque es lo que vende. Ella, que ha tenido a los mejores profesores de Egipto, debería saber que se trata de un baile sensual y no erótico”, comenta disgustada Sara.

Esta disciplina está muy relacionada con el sistema de chakras, que son los puntos de concentración de energía de las personas. El ser humano tiene 21 chakras menores y siete mayores. “En la danza oriental baila todo nuestro cuerpo, por ello se desbloquean estos puntos y la energía fluye, se libera nuestra mente y, a menudo, cura nuestros problemas no sólo emocionales sino también físicos” remarca Devorah Korec.

Cualquier persona puede animarse a practicar este baile, ya que parte de los movimientos son suaves y no exigen estar en plena forma física. Los gestos son fluidos y se disocian o coordinan diferentes partes del cuerpo. Se utilizan sobre todo los brazos, la cadera, el pecho y los hombros. No tiene por qué

haber mucho desplazamiento; la fuerza de esta danza está en que consigue ser muy expresiva con ondulaciones y vibraciones leves.

“Los beneficios de la danza oriental están demostrados. Mejora la flexibilidad, se gana firmeza abdominal, aporta tono muscular a la pelvis e incluso aumenta la fuerza de los dedos y las articulaciones” corrobora Devorah Korec. Muchas mujeres practican este baile para aliviar algunas dolencias. “Los movimientos que hacemos son como automasajes y por eso después de las clases tengo menos acidez, estreñimiento y mis problemas de espalda han mejorado. Estoy más relajada y con más energía” afirma Mireia Sanjuan, alumna.

Pero el mayor beneficio que aporta esta disciplina a las mujeres es que despierta el amor propio. “Cuando practicas danza del vientre de manera regular, te desinhibes y te aceptas tal como eres. En este baile se trabaja desde el interior, de forma que la belleza física no nace como un fin, sino como una consecuencia. Te sientes guapa por dentro y por fuera y eso es lo más importante” remarca Sara Gaspà.

Todo esto, junto a la llegada de nuevas culturas a las sociedades desarrolladas, ha sido lo que ha provocado que desde hace unos años haya más matriculaciones en las escuelas y academias de danza oriental. “En los últimos tres años se ha incrementado entre un 60 y un 70% el número de alumnas y me consta que en los otros centros de Barcelona se sigue un ritmo similar” asegura Devorah Korec.

“La danza ha evolucionado mucho en los últimos años. Vivimos en la era de Youtube, Twitter y Facebook. Las personas viajan más a Egipto u otros países

y eso les permite observar cómo actúan las profesionales de esos lugares. Hay muchísima información que ha provocado un enorme interés en la *belly dance* y esto ha originado no solo que haya un mayor número de alumnas, sino que además sean más exigentes” reflexiona Munique Neith.

La media de edad de las mujeres que practican esta danza oscila entre los 20 y los 40 años, aunque cada vez son más comunes tanto las sesiones infantiles como las dedicadas a señoras de más de 60 años, que quieren recuperar la movilidad y vitalidad. “Tengo una clase destinada a niñas de entre tres y seis años. Trabajar con ellas es muy gratificante porque no existen las barreras, ni los tabús y cualquier paso es posible” remarca Sara Gaspà.

Aunque la danza oriental suele calificarse como un baile femenino, que considera el vientre de la mujer como algo sagrado y sus movimientos como divinos, algunos hombres también la practican. Shokry Mohamed fue el primero que estableció una escuela en España, en 1990. “Aunque no lo creamos, en los últimos 30 años este país no ha evolucionado mucho en cuanto a machismo. Los hombres siguen pensando que bailar es cosa de mujeres y si hablamos de *belly dance* la idea se intensifica” lamenta Mohamed. “En mi academia sólo tengo cinco chicos, en cambio el número de alumnas oscila entre 200 y 210. Estos datos dicen mucho de la visión que tienen los hombres españoles de esta disciplina”.

Laura Pons también ha dedicado su vida a la danza, pero de una manera muy diferente. Utiliza esta disciplina para ayudar a las madres a tener a sus bebés. Es la danza oriental para el nacimiento consciente. El objetivo de sus clases no es formar bailarinas para subir a un escenario, sino ayudar a las mujeres a

tomar conciencia de su cuerpo, de cómo es, cómo reacciona ante algunas situaciones y cómo pueden utilizar los movimientos para mejorar el parto.

En un parto medicalizado la mujer se queda en una actitud pasiva. A partir de ahí “los especialistas son los que mandan”, afirma Laura. “Considero que esto debería ser exclusivamente una opción cuando haya motivos de salud que realmente lo justifiquen”.

Con la epidural, se pierde la sensibilidad de cintura para abajo. Laura defiende dar a luz de manera natural, porque permite saber en todo momento lo que pide el cuerpo. “En mis propios partos me balanceé, hice círculos de todos los tamaños y colores, utilicé los movimientos de la danza en todas las posturas imaginables. Creo que si una mujer ha bailado durante el embarazo, si confía en su pelvis, en su útero, en que puede traer al mundo a su hijo, puede utilizar esta fuerza para superar lo que a veces son situaciones imprevistas”.

Desde el año 2002, Laura Pons da clases de danza del vientre a mujeres embarazadas. “Ella estuvo conmigo la primera vez que di a luz y la verdad es que fue perfecto. Por supuesto que sufrí, no existe un parto sin dolor, pero la conexión con mi bebé fue tan fuerte que quiero volver a experimentarlo con la niña que estoy esperando” remarca Judith Domenech, alumna.

Habibi ya einy llega a su fin y Munique Neith realiza sus últimos contoneos de cadera sobre el escenario. Después de este espectáculo, el público entiende el verdadero sentido de la danza del vientre. Hoy han aprendido que una bailarina nunca se desnuda, nunca enseña. Una bailarina insinúa, conquista con su mirada y con su gesto. Acaban de redescubrir la esencia femenina.