



# Palabras en movimiento poético

## Palpitando por tus olas

Andrea Domingo Fernández

Y entonces paré. O me pararon. No sé. Tal vez. Eran lugares oscuros, cielos apagados, silencio. A veces, ruido. Igual era yo.

Esa mano dejó de moverse, esa falda dejó de volar. También su espalda dejó de crecer y mis castañuelas dejaron de sonar. Esos quejíos ya no sonaban. O al menos, yo no lo escuchaba.

A lo mejor nos querían callar. Era difícil.

Y entonces, uno, dos, tres, cuatro...

Y respiro. Y respiras. Y respiramos,

y tú vuelas, y yo despierto,

y tú sueñas, y yo me muevo.

En sintonía. Suena a resurgimiento. Suena a volver. También huele a esperanza.

Entonces, lo entiendo. Siempre vienes, a por mí, a por ella, a por todas, siempre vuelves. Siempre que lo necesito. Que lo necesitamos. Porque cuando el mundo se vuelve oscuro y para, cuando el sol no brilla a nuestro favor, cuando el planeta se cae en pedazos, siempre me levantas, nos levantas.

Y ahora, empieza el principio (del fin)

Dedos que flotan, respiraciones infinitas, pies que salpican el aire, miradas que atraviesan (todo), luz que sale del centro, brazos que nos acarician, caderas que se convierten en mar.

Y somos olas, que laten en sintonía, porque de nuevo, la danza vino a rescatarnos.

Porque aunque el mundo se venga abajo, no dejaremos de latir. Y eso, solo eso, nos salvará. A unos pocos.

Y a los que quieran compartírnos.



## Esencia

Camila Almudena Martín

Dicen que los ojos son el espejo del alma, yo creo que el más fiel reflejo de mi espíritu es mi baile, es mi yo al desnudo en medio de una pieza musical.

Se dice mucho que cuando bailas sientes que vuelas, pero no porque tus movimientos sugieren elegancia como los de un águila emprendiendo vuelo, sino porque cuando bailas, te sientes libre. A pesar de que cada vez el arte se vea con menos prestigio, es el mismo el único que nos da la vida, o más bien, nos hace abstraernos de ella.

El baile es etéreo, como la caída de una pluma; que aunque se caiga lo hace como si ese fuese el propósito. A día de hoy, después de una vida bailando, me pregunto si soy lo que soy gracias a la danza, y siempre concluyo con la certeza de que simplemente soy por la danza. Porque a mi no hace falta mirarme a los ojos, solo con verme moverme se sabe cual es mi esencia, por ello lo llaman junto a la música el lenguaje universal, porque con solo seguir (o no) el ritmo de la música todos nos entendemos, o mejor dicho, todos nos conocemos.

Me gusta sentirme yo misma, y por eso bailo, porque solo cuando me dejo llevar por mis sentimientos y me rindo ante el poder de la melodía, me encuentro.

Cuando a la gente le comento que bailo no se lo esperan, me tienen por una persona muy tranquila, y la chispa asociada al baile no se asocia conmigo, lo que no saben es que gracias al baile puedo tener esa reputación de serena con la que tanto se me conoce.

Me cuenta mi abuela que un día empecé a bailar en su cocina y más nunca paré, yo siempre le contesto que solo estaría siguiendo la música y dejándome llevar, y es entonces cuando me doy cuenta de que el baile es eso. Es tan mágico porque no hay normas. Pues si el baile es el reflejo del alma, y no hay dos corazones iguales no podemos poner reglas a la expresión del mismo. Es solo tú y tu esencia, tu cuerpo y la música, tu sentimiento y su expresión.

Si me dijeren que me quedan cinco minutos de vida los pasaría bailando, porque es mi única manera de sentirme viva.



## Danza antipandémica

Marta Baeza

A pesar de que estás a metro y medio de distancia  
y que apenas te sonrío con los ojos...  
mi movimiento te puede tocar.  
Mi cuerpo es capaz de revelarte que no nos salvará lo distópico,  
sino lo utópico,  
sabe acompañar tu dolor por las ausencias,  
y también luchar para que las muertes no sean en vano.  
Muchos de ellos han jugado con nuestras vidas,  
pero no debemos dejarnos avasallar por la indecencia  
ni caer en la desesperanza.  
Recordemos que nuestra acción también puede ser política.  
Aprovechemos la suspensión para abrir la mirada,  
la conciencia,  
para dejar de consumir cosas  
y empezar a consumir todo el tiempo que podamos con la gente que está,  
y que amamos.  
Conservemos ese metro y medio de distancia para vernos mejor.  
Bailemos juntos como nunca lo hemos hecho.  
Sintámonos pegados,  
mientras nuestros pies marcan nuestras expresiones de amor.  
Acerquémonos en cada paso  
y ahora, más que nunca,  
asociémonos...  
aunque nuestras ideas nos parezcan irreconciliables.  
Abracemos el caos,  
el sexo sin estereotipos,  
la amistad sin reclamos  
y los regalos sin intereses de conciliación.  
Seamos flexibles,  
mostrémonos vulnerables  
y desatemos nuestra locura.  
Disfrutemos del silencio cuando se pueda  
y mientras tanto,  
hagamos más ruido que nunca.  
Y, por favor,  
dime con tu cuerpo que te importo  
y, si no sabes,  
¡apúntate de una maldita vez a clases de danza!



## No quiero ser una lechuga

Irene Manso Sanz

Por qué comencé a bailar, qué sentía antes de no saber nada de danza o de la vida adulta, cómo era cuando actuaba desde el instinto... Estas son algunas de las preguntas que últimamente no paran de rondar por mi cabeza. Pienso en mi identidad, en mi propia manera de hacer las cosas, de sentirlas ¿Cómo unirlo a todo aquello que hemos aprendido por el camino? ¿podremos mantenerlo siempre intacto?

El bailarín baila porque así consigue desarrollarse como lo siente en realidad y así se busca y así se construye; sin embargo, así puede perderse también. Es una reflexión acerca de la vida de aquellas personas que comenzamos con ilusión algo que en algún momento nos hizo tomar un camino. La educación la entendemos como motor de crecimiento; gracias a la educación adquirimos nuevas herramientas y conocimientos que nos deberían hacer libres y válidas para enfrentarnos a la vida. Sin embargo, con los años nos volvemos más sistemáticas y homogéneas.

El aprendizaje se termina convirtiendo en un torno desde el cual nos presionan y nos dan forma como si de barro estuviésemos compuestas y nuestra finalidad fuera encajar bien como pieza de decoración con cierta utilidad para los demás. Pero es que yo quiero buscar de nuevo el placer, el ritmo, la escucha más íntima. No quiero ser una lechuga.

Puede ser que sea esto la consecuencia de la llegada del vértigo. Como dice Kundera: "¿Qué es el vértigo? ¿El miedo a la caída? ¿Pero por qué también nos da vértigo en un mirador provisto de una valla segura? El vértigo significa que la profundidad que se abre ante nosotros nos atrae, nos escude, despierta en nosotros el deseo de caer, del cual nos defendemos espantados".

Hemos sido infantilizadas sin darnos cuenta, nos hemos quedado mudas.

Hemos estado en un espacio vacío de sentimientos, no importa cómo nos sentimos y nuestra creatividad ha muerto; nos hemos apagado, empequeñecido, ¿por qué siempre estamos dudosas e inseguras? ¿desde cuándo soy transparente?

Uno, dos, tres, cuatro, sólo sé obedecer órdenes.

Planteo espacios de libertad, expresión individual y colectiva: desenfreno, revolución y juventud. Así es como quiero bailar.



## La muerte y la doncella

Emilia Conejo

La doncella, que es violín, quiere morir en adagio. Morir bailando una mazurca lenta con la muerte. La llama, pero de su boca salen solo naufragios, mentiras de sirena en las que encalla, claro, un marinero. Intrusa la lascivia, dice el libreto. La doncella que es violín que es sirena a su pesar lo mira de oblicuo. Que se vaya, le indica con pestañas de ave en celo, me repeles, marinero de cabellos de rayas y mirada engarzada. De-sa-pa-re-ce. Déjame a solas con la... muerte acude por fin al baile en adagio de la sirena embustera que es violín y que es doncella. Y con un gesto hacia la orquesta comienza la música. Y al son de los primeros acordes se desenredan sonrisas translúcidas de los cabellos de ella, que al soltarse anudan tintas en las pupilas del marino, y el cuerpo del violín se crece en zancadas con olor a cedro y brillan sus calados bajo los farolillos de su abismo. Esas pupilas dilatadas reflejan un carrusel que gira más y más rápido hasta perder el centro, caer y extinguirse bajo una manta. Y el náufrago, mientras se abriga con la lana yerta, intuye que ha de comenzar a modelar la ausencia, y siente sin más el dolor cromático de los fuegos artificiales.



## La primera bailarina

Emilia Conejo

*Cualquier hombre es la versión en sombras de un  
Gran Rey herido en su costado.*

Olga Orozco

La primera bailarina camina con muletas entre  
el sembrado de cristales. Se detiene y lanza de  
su saca semillas de sosiego.

El orfebre de la memoria recoge pedazos.  
Sabe poco de campo la tullida, pero sus gemelos  
sostienen el tono de su mirada, y los abejarucos  
que revolotean a su alrededor cosquillean  
sonrisas a los secretos.

Trenza su danza por los campos. Entre los  
hilos del sombrero se cuele el aire. Le susurra  
piruetas en los laberintos.



## La gente baila tango

Emilia Conejo

La gente baila tango en los quioscos de los parques y pasea su fox-trot sobre el cemento. Sudan agua de coco y gritan sus mantras al clamor de los atascos. Las palomas se disfrazan de arquitectas que estudian las estatuas y hacen cosquillas a las gárgolas. Es una tarde de verano aún sin maquillaje. Pura primavera invernal. Otoño.

## 200 grullas

Emilia Conejo

Doscientas grullas le mesan la barba a Walt Whitman en el desayuno y trepamos un horizonte dibujado en un papel. Un carillón de voces baila swing en cada oído, entre el tímpano y la escalinata que nos recorre el pecho. Olemos a jara y a madalenas.





## Bajo el lago

Rita Turza

Su piel se plisa,  
se arremolina,  
como muselina;  
rígido tutú  
coreografiado  
en cuatro actos.

El exterior entra,  
la danza final se rompe,  
Odette queda sumergida;  
niebla, niebla que crece  
como moho, luz mortecina  
que guarda el crepúsculo.

La orilla del lago,  
huellas en silencio,  
como elfo durmiendo;  
sueños en brazos de Sigfrido,  
oculto por siempre  
bajo el embrujo de Odile.

Gira, gira como peonza,  
*fouetté en tournant*  
sobre la grieta enroscada,  
últimos acordes escondidos.

Un bosque azulado,  
que oculta la noche  
en lo más profundo,  
debajo del lago.



## Maldita fortuna

Karen Andrea Rojas Vallejo

¿Tan mal está sentirse tranquila en medio de tanto virus?

¿Reír un poco,

respirar 3 veces 3,

¡¡¡bailar!!!,

emocionarme viendo la misma película una y otra vez,

tejer recuerdos de niñez,

perder la noción del tiempo

y saber que mi madre me recuerda el calendario con unos espaguetis o un

chocolate dominguero,

protagonizar un vídeo con mis pies,

esos que no me gustan y amo a la vez,

decirme -¡tienes que seguir aprendiendo!-,

ratificar que odio significativamente el reggaeton,

mirarme al espejo y decirle a ella -¡ahí estás!-,

encontrar en el arte la vida misma y catalogarlo oficialmente como ¡mi respirador!,

sentir placer Infinito en el silencio,

extrañar y llorar y añorar,

secarme las lágrimas y decir ¡¡ya pasó, ya pasó!!,

gritarle a "mi Dios" desde el interior que el agua fue, es y será su perfecto invento,

olvidar y ser olvidada,

envidiar a mi gata al verla tomar el rayito de sol que entra en este apartamento frío

y gris, sentir sus patitas en mi cara,

convivir con mi maldita rinitis y estornudar fuerte pero...

sin contagiar a nadie con mi perenne tristeza,

recurrir a la fortaleza de mi madre aunque no la entienda ni sepa sus porqués,

sonreír o echarme a carcajadas por publicaciones estúpidas y muy creativas,

derrumbarme en la desesperanza de otros y sentir una pizca o un puñado de

fe, leer hasta dormirme, asustarme, desvelarme o

simplemente desarmarme,

tomar un tequila bien guardado en el olvido,

dormir y no querer soñar y mucho menos despertar?

...soy una maldita afortunada ¡carajo!

¡Soy una maldita afortunada!



## La última vez que mi abuela me vio bailar

Mar Eguiluz

Corrían los años 80 y yo bailaba por segunda vez en la mítica Sala Olimpia de Madrid. Aquel teatro era templo y a la vez refugio de la danza contemporánea, en su escenario, cabían los pies de muchos artistas, en zapatillas, en puntas, descalzos, en botas... Eran tiempos locos y la compañía de danza que formé junto a mi primer marido...sí, después hubo más, no compañías, pero sí maridos.tenía el nombre tan loco de Rayo Malayo Danza (debo de aclarar que Rayo Malayo era la clave que teníamos para indicar la urgencia de acudir al baño y no me acuerdo que habíamos desayunado ese día para decidir que le poníamos ese nombre, pero así se quedó). Éramos jóvenes, locos, apasionados y bailábamos como respirábamos, a todas horas. Con una pequeña subvención creamos el primer espectáculo y conseguimos 3 representaciones en la Olimpia y después de estrenar, me decidí: invité a mi abuela.

Antes de seguir, debo de contaros quien era mi abuela. Barbara Concepción (así se llamaba) era una señora vasca, seria y muy elegante a la que nunca había tocado el sol (literalmente, si bajaba a la playa de las Arenas siempre lo hacía vestida y con sombrilla) y que siempre comía con servilleta de tela (importante dato); yo era su nieta mayor y su ahijada y me quería a su manera fría y distante, pero no conseguía entender nada de mi vida, ni lo que hacía, ni con quien me había casado ni por supuesto lo que bailaba.

El espectáculo se llamaba "No es todo metal" y no solo era interprete y la de producción, también diseñé el vestuario. Muy inspirada, me fui a una corsetería de toda la vida y con fajas, sujetadores y corsés nos vestimos toda la compañía, incluidos los chicos (mas tarde creo que Madonna me copio). Intentando acercarme a la madre de mi padre y sabiendo que aunque fuéramos en ropa interior, no la ofendería pues nos cubrían bastante para ser la época del destape, le pedí que viniera a la segunda función.

Hacia la mitad de ultima pieza, sin avisar, un tirante del sujetador se rompió y con un pecho al aire tuve que seguir bailando, la teta liberada de su yugo parecía querer salir de mi cuerpo, no ayudaba la batería de saltos que tenía ese momento coreográfico, ni la luz que realzaba la blancura de la mama, en fin, ...fue, ...mucho rato...tiempo infinito... se hizo eterno... ..nunca había pasado y nunca volvió a pasar, solo ese día que estaba ella, mi abuela, la que nunca se reía, la que de la severidad hacía una profesión. Yo quise morir, que el escenario me abdujera, que me secuestrara un troll, desaparecer ... pero terminé el espectáculo y salí a saludar. No quedaba otra.

Nunca se habló de ese tema, ni de la Olimpia, en la memoria familiar no ha pasado, así conseguí mi abuela salvar su dignidad y pensaba, que la mía.



## Sol negro

María Zaballos Terán

Aquella maestra comparaba a los grupos de bailarinas que se desplazaban juntas por el escenario con las bandadas de pájaros. Como estas, iban en la misma dirección, avistando el mismo horizonte, comunicándose a través de señales y protegiéndose unas a otras del viento y las inclemencias del viaje.

Algunas se asemejaban al alabastro de Baudelaire, torpes y toscas en tierra firme, pero ágiles y ligeras cuando con sus compañeras sobrevolaban el cielo.

Llegó la primavera y el tiempo se detuvo. Marzo trajo consigo un temporal silencioso y devastador. Las aves interrumpieron su marcha, las tribus se disolvieron y hubo que enjaularse y dejar de volar. Los otros pájaros, que antes eran vehículo y seguridad, se convirtieron en amenazas, sobre todo si estaban cerca. Muchas se quedaron sin aire y perdieron la vida. La muerte y el miedo se transformaron en losas que caían sobre sus cuerpos, antes libres y con exuberantes plumas, ahora máquinas pesadas e imbuidas por el tedio.

Pero algunas de ellas, incluso enjauladas, incluso rotas y huérfanas, intentaron remontar el vuelo. Como el ave Fénix, brotaban desde la oscuridad, empujando a sus compañeras y volviendo a ser su guía. Siendo el motor de las renovadas bandadas, que retomarán su camino hasta que llegue la próxima tormenta.



## La historia de caminar sin camino

Silvia Medina Jiménez

Hace algo más de un año, mientras caminaba por un lugar bastante lejano, un hombre me paró en mitad de la calle y en un idioma que no era el nuestro, me dijo:

- Chica, ¿qué estás mirando?

Estas palabras llegaron a mí como una brisa de viento inesperada, lo que creó en mi cara una mueca de rareza como respuesta y por no saber que responder mantuve silencio.

Tras algunas segundos de miradas, volvió a hablar y comenzó a recitar con su cuerpo un gran entusiasmo:

- Mira a tu alrededor, mira donde estás, tu no eres de aquí e ibas caminando mientras mirabas al suelo, pensando en otras cosas que no es el ahora, pensando en cosas de atrás.

Hoy en día al recordar sus palabras lo que escucho no es otra cosa que:

- Deja de mirar, observa, escucha, párate, siéntate, siente y disfruta de lo que ves, observa el movimiento irrefrenable de la vida, observa la danza de la vida, la danza que hace unos meses nos cortaron. Observa, escucha, párate, siéntate, siente y disfruta del poder estar hoy aquí viviendo el movimiento, la danza de nuestro ser en la individualidad y en la colectividad.

Pues no somos más que eso, movimiento, ¿y qué es el movimiento sino danza?



### Nosotras (El Cairo del vagón de las mujeres)

Patricia Álvarez

En el metro, el vagón de las mujeres me pone a prueba.

Tocar y ser tocado...

Una vuelta a la esencialidad de nuestros cuerpos en el espacio común.

El necesario trabajo de comprensión y no de protección ante lo que está fuera de uno.

Hay una naturalidad en el uso del espacio común en el vagón de las mujeres del metro de El Cairo.

La naturalidad con la que las mujeres ocupamos el asiento, que no tiene límites físicos entre personas, como los pesos se apoyan, se deslizan y como en una impro de contacto se utilizan los unos a los otros sustentados por la delicada forma de las geometrías del cuerpo.

Las estudiantes rígidas, las madres acogedoras, las vendedoras ambulantes con sus bolsas, las extranjeras de sí mismas, como yo..., las de clase acomodada...

Es una naturalidad que me asusta, y me siento invadida, pero por otro lado adoro esos momentos de intimidad con todas mis hermanas en el metro y observo...

Las mejores clases de danza árabe las he tomado en el transporte público. El gesto real de quienes no se sienten observados, los apoyos, las tensiones, la confianza, la mirada furtiva, el descanso en una ciudad que no descansa, la aceptación del tiempo, la paciencia de aquellos que han dejado el control en manos de esa ciudad madre que nos acoge a todos.

Juego a hablar árabe con mi cuerpo.

Me centro en observar a las mujeres, de todas las edades, distintas en su forma de vestir, de hablar, de moverse.

En danza todo puede ser una ventaja, y una de las mayores es el caos, que te habla de aquello que tiene potencial de encuentro. Y la coreografía del caos reina en la ciudad inmensa de El Cairo, donde todas las mujeres bailan sus danzas integradas. Salvajes o sumisas, despiertas en el marco de

un adormecimiento general entre pitidos de coche, aceras reventadas y basura...y la belleza de la gran dama, tan superviviente de sí misma, que ya no tiene de que preocuparse...

Convertirnos en seres adaptados que usan lo que hay, puntos de apoyo para caminar y seguir adelante. Adaptarse, no es conformarse, pero sí es quitarse un montón de problemas innecesarios y centrarse en aquello que te rige, que te mueve.

El Cairo...

Siempre hablando en susurros de lo esencial.

Una masterclass de coreografía. Orgánica y viva.

A veces nos tienen que prestar los ojos para ver. Yo he necesitado los ojos de muchas mujeres, para entender lo que mi danza busca. He necesitado sus ojos para disfrutar de los gestos, las manos que hablan, los pies que caminan pausados, que esquivan las aceras, los coches.

Entender que a veces hay que cubrirse para desnudarse entera, y que las libertades son igualmente dictaduras si se llevan como consignas irrefutables e indudables.

Reflexionando lo que significa ser mujer, en cada lugar, en cada contexto. Hoy desde aquí soy solo una mujer que danza.



## Salto

Magalí Labarthe

Voy a saltar tan alto  
que el tiempo quedará quieto.  
Voy a saltar tan fuerte  
que mis pulmones gritones  
soplarán todo lo que estorbe.  
Mis cabellos suspendidos  
barrarán mi cielo .  
Voy a saltar muy lejos.  
Tan lejos que mis rodillas y mi cuerpo  
quedarán desparramados por el aire .  
Juntaré fuerza de mi vientre,  
de mis puños  
y de mis empeines,  
como la fuerza con la que grita una mujer que pare.  
Mi voz  
saldrá expulsada como alumbramiento .  
Voy a saltar.  
Lo haré con tanto impulso,  
para que cuando caiga,  
el piso lejano quede retumbando  
y me siga sacudiendo.



## Danza

Magalí Labarthe

En un vaivén  
de soy,  
eres,  
y somos  
sucede el baile etéreo  
que descomprime  
y expande

.  
Suspendidos  
nuestros cuerpos abrigados.  
Se acercan y se alejan  
con figuras espiraladas.  
Dando saltos se integran,  
Unánimes.  
Refractando la luz  
de genuina incondicionalidad

.  
Nuestra carne blanda  
se separa,  
los estados cambian  
y los lazos laten  
como cordón umbilical  
que se suelta  
para ser.

.  
La danza cósmica  
cuando es libre  
es perpetua.



## Me danzo

Magalí Labarthe

Frialdad.

Quietud.

Rigidez.

Es lo que tú ves,

porque no me has visto danzar.

No me has visto desarmarme en notas,

ni arquear mi espalda

hasta el punto de tocar

lo más profundo de mi ser.

Me danzo en secreto.

No me muestro.

¿Será que con el bendito movimiento me olvido hasta de mí?

Olvido.

¡Olvido todo! o casi.

Lo que queda es la sensación

de cómo mis falanges

sienten el pulso de la tierra.

De cómo de mi piel escondite

brotan alas con las que vuelo,

sin despegar mis plantas

a más de un metro del piso.

Doy saltos a la libertad

Me desarmo

como diente de león.

Estiro mis piernas

al encuentro con mi esencia.

Mis poros abiertos sudan equilibrio.

Inspiro.

Exhalo.

Doy giros y más giros

hasta perder el punto de vista

y que el vértigo arda sin quemar.

Luego me arrullo.

Me abrazo.

Me acuno.

He visto como me danzo.

He visto como mis empeines

pueden frenar el tiempo.

He visto danzarme con la soltura de un cuerpo

sin pasado, ni futuro.