

Cuba: Mujeres danzan por arte y sanación

Por Sara Más

La Habana, diciembre (SEMIac).- Enseñada hace milenios de las madres a sus hijas para preparar sus cuerpos para el parto, la danza del vientre del mundo árabe se baila en el occidental para sanar la vida de las mujeres que han sido víctimas de la violencia.

“Más allá de las historias personales, esta experiencia vale para revolucionarse como ser humano y trabajar el empoderamiento femenino”, dice a SEMIac Gretel Sánchez Llabre, directora de la compañía Q-band Soho.

Esa agrupación, creada en 2003 a partir de las enseñanzas y talleres impartidos de la profesora estadounidense Tiffany Madera (Hanan), cuenta con cuatro bailarinas y acaba de celebrar en La Habana, entre el 16 y 18 de diciembre, el Primer Festival Havana Habibi, con la participación de profesoras internacionales, el estreno de un documental, varios talleres de trabajo en la sala de teatro Las Carolinas y presentaciones en espacios abiertos de la Habana Vieja.

Además de las presentaciones artísticas, la compañía Q-band Soho imparte talleres a niñas y mujeres, a partir de los cinco años y sin límites de edad ni distinción de características físicas.

Jóvenes, octogenarias y adultas de distintas generaciones se unieron a esta experiencia durante uno de esos talleres, concebido justamente como espacio para el crecimiento personal de las mujeres, con la participación del proyecto Palomas, que dirige la realizadora Lizette Vila.

“Se trata de una práctica muy original que se enfoca en esta danza como sanación para los cuerpos y las personas”, comentó Vila a SEMIac.

Dignidad, libertad, felicidad, agradecimiento y luz fueron algunas de las palabras con las cuales las participantes acuñaron sus vivencias, al finalizar el taller.

Para Sánchez Llabre, directora de Q-band Soho, el secreto está en la filosofía que se inculca con esta danza.

“Depende de la apropiación que cualquier mujer haga de ella, no importa cuál sea su historia. Es entregarse a una nueva manera de mover y conocer su cuerpo, sin juzgarlo, sin una norma estricta, para conocerse y expresarse como ser humano, amarse más a sí misma y simplemente ser feliz”, explica la bailarina.

Aunque lo llamativo de esta danza, desde la mirada occidental, es su sensualidad, dista mucho del verdadero sentido de su práctica, según estas maestras.

“Siempre que enseñas, no importa si a jóvenes o viejas, profesionales o no, la danza es muy sanadora: cambia a la mujer de adentro hacia afuera”, sostiene a SEMIac la profesora estadounidense Myra Krien, quien dirige [Pomegranate Studios](#), para la autoestima, empoderamiento y educación a través de la danza e impartió uno de los talleres de trabajo durante el festival.

“Esta danza conecta a las mujeres con su propio cuerpo, con la belleza de la existencia humana y lo que significa estar vivas, desde el momento en que ponen sus pies en el suelo y tienen conciencia de lo que sienten”, relata Krien a SEMlac.

Sentir la tierra, el sol, la luz, el aire, respirar, tener conciencia del cuerpo, de su centro, sentir el corazón son algunas de las acciones a las que siguen conectarse con las otras, protegerse, apoyarse...todo mientras se siente la música y se baila.

“Por eso es tan sanador para mujeres que han sufrido enfermedad, violencia física, sexual o depresión. Es importante para ellas ser capaces de entender lo que les ha sucedido; e incluso, por haber vivido esas cosas, poder sentir mucho más el regalo de la vida.

“Lo que hago es tratar de facilitar que las personas tengan esa experiencia, no solo hablando, sino sintiendo con el corazón”, asegura.

Este primer festival de la danza del vientre en La Habana toma su nombre del documental *Havana Habibi*, del neoyorquino Joshua Bee Alafia, que fue exhibido el viernes 16 en el centro cultural Fábrica del Arte, en la capital cubana.

El corto relata la trayectoria de trabajo de la profesora estadounidense Tiffany Madera (Hanan) y sus lazos con Cuba, a la vez que documenta la creación y crecimiento de la compañía Q-band Soho de la isla caribeña.