



Bullerengue y Teatro: Prácticas ancestrales para la didáctica de la expresión corporal del actor.

Teresa Sofía Padilla Díaz

Trabajo de grado presentado para optar al título de Licenciada en Teatro

Asesor

Urabá Ruiz Tabares, Licenciado en Teatro

Universidad de Antioquia
Facultad de Artes
Licenciatura en Artes Escénicas
Medellín, Antioquia, Colombia
2024

Cita	(Padilla Díaz, 2024)
Referencia	Padilla Díaz, T. (2024). <i>Bullerengue y Teatro: Prácticas ancestrales para la didáctica de la expresión corporal del actor</i> . [Trabajo de grado profesional]. Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.
Estilo APA 7 (2020)	



Grupo de Investigación Artes Escénicas y del Espectáculo.

Centro de Investigación Facultad de Artes.

Corrector de estilo y Normas APA: Sergio Meneses Aparicio.



Centro de Documentación Artes

Repositorio Institucional: <http://bibliotecadigital.udea.edu.co>

Universidad de Antioquia - www.udea.edu.co

El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Antioquia ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por los derechos de autor y conexos.

Dedicatoria

Dedicado a mis abuelas Luz Marina Romero y Teresa Díaz, quienes inculcaron en mí la perseverancia. Este trabajo es un tributo a ellas y a mi propia determinación, reflejada en las heridas en las plantas de mis pies por tanto bailar y en la pérdida de mis uñas por lavar a mano las faldas con las que he bailado a lo largo de este camino.

Agradecimientos

Quiero expresar mi profundo agradecimiento al Bullerengue, que me guio de vuelta a casa. Agradezco de todo corazón a San Juan de Urabá y a su gente, quienes me acogieron como a una hija que regresa al hogar después de un largo viaje, permitiendo que me sumergiera en su cultura, bailes, cantos e historias y en muchos de sus rincones donde me enamoré y vi cumplidos mis sueños. En este lugar fui profesora, bailarina, gestora cultural, actriz de cine, amiga y bailadora en la agrupación Eco de Tambó. A ellos les agradezco por los momentos *bullerengueros* compartidos, donde convivimos como una familia y me enseñaron con amor lo que significa ser *bullerengüero*.

Agradezco a La Poderosa, directora del grupo, por abrirme las puertas y transmitirme su sabiduría bullerengüera. Gracias a Las Tres Hermanas, Humo y Arena que me acogieron y siempre confiaron en mí. Sin ustedes nada de esto habría sido posible.

De manera muy especial quiero agradecer a la Casa de la Cultura de San Juan de Urabá y a su grupo Dinastía Negra, dirigido por Marino Sánchez Cuesta. Fue en este espacio donde entrené, aprendí y descubrí un profundo amor por el arte, junto con una admirable disciplina y constancia.

Agradezco enormemente al maestro Marino por hacerme parte de este grupo en el que cada momento fue una valiosa oportunidad de aprendizaje.

¡Gracias San Juan de Urabá!

Tabla de contenido

Resumen	9
Abstract	10
Introducción	11
1. Planteamiento del problema	12
1.1. Antecedentes	13
1.1.1. San Juan De Urabá	13
1.1.2. Eco de Tambó.....	14
1.1.3. Programas de Expresión Corporal: Arte Dramático en la Universidad de Antioquia - Expresión Corporal III.....	14
2. Justificación.....	16
3. Objetivos	17
3.1. Objetivo general	17
3.2. Objetivos específicos.....	17
4. Marco teórico	18
4.1. Percepción del espectador	18
4.2. La expresión corporal como fenómeno dialógico desde la corporeidad	19
4.3. Practicas ancestrales: el Bullerengue	20
4.4. Curso de Técnica Corporal Aplicada: Bullerengue.....	21
5. Metodología	22
6. Sistematización de experiencias	23
6.1. Encuentros corpóreos – rituales: De la experiencia bullerenguera a la reflexión teatral	24
6.1.1. Fiesta de cumpleaños “Hedonismo en el Mar”.....	24
6.1.2. Representaciones del ritual bullerengueru	26
6.1.3. Baile macho y baile hembra. Genesis de las bases del baile bullerengueru.	28
6.1.4. La conciencia de los pies en la alegría del Fandango.	30

6.1.5. Las caderas y su incidencia energética como centro del movimiento.	32
6.1.6. Manos y brazos que vuelan en el mar	33
6.1.7. El gesto del bullerengue.....	35
6.1.8. Dar el trapo	37
6.1.9. El cuerpo del lamento y el dolor	40
6.1.10. Los elementos del Bullerengue.....	41
6.1.11. La botella en la cabeza.....	50
6.1.12. Labores del Bullerengue	51
6.1.13. El llamador en mi cuerpo.....	54
6.1.14. Lereos y guapirreos liberadores	54
6.1.15. Bullerengue en tarima / Bullerengue rueda	56
7. Propuesta didáctica. Taller: El cuerpo del bullerengue.....	58
7.1. Día 1. Conocernos con los pies descalzos.....	58
7.2. Día 2. Trabajo de pies.	60
7.4. Día 3. Las caderas, centro del movimiento.	61
7.4. Día 4. Manos y brazos que vuelan en el mar.	62
7.5. Día 5. El gesto.	63
7.6. Día 6. La voz y el lereo.	64
1.7. Día 7. Labores y elementos del bullerengue.	66
1.7.1. Pescador.	66
1.7.2. Pilar el arroz.....	67
1.7.3. La señora del balay	68
La botella en la cabeza.....	69
Empollerarse	69
7.8. Día 8. Final - Ritual personal (training).	70

8. Reflexiones para la enseñanza de la expresión corporal en el teatro	71
El ritual de la Bailadora actriz.....	71
9. Conclusiones	81
9.1. Teatro y Bullerengue	81
9.2. Expresión corporal y Bullerengue.....	82
Referencias	84
Anexos.....	87

Lista de figuras

Figura 1. Cantador y bailadores de la Rueda de Bullerengue.	26
Figura 2. Representaciones del ritual de la Rueda bullerenguera.	26
Figura 3. Grabación las Machis de Urabá en Playa Mundito.	27
Figura 4. Enraizamiento.	28
Figura 5 La bailadora al tambor. Ensayo de bullerengue.....	28
Figura 6. Ensayo de bullerengue Eco de Tambó.....	29
Figura 7. Experimentación. El peso de la tradición.	30
Figura 8, Fandangos y otros bailes cantaos. Casa de la Cultura San Juan de Urabá.	31
Figura 9. Pies del fandango, herencia de pueblos originarios.....	32
Figura 10. Centro energético y motor del baile.....	33
Figura 11. Los barrancones – Playa Centro.	34
Figura 12. Ilustración alas en la mar, sentires de la experiencia.....	35
Figura 13. Bailador que llama la atención	36
Figura 14. La contesta de la bailadora.	37
Figura 15. Los tiempos en la fiesta bullerenguera.	38
Figura 16. Aliciente.....	39
Figura 17. Subir a la montaña, antropologías.	39
Figura 18. El trapo.....	40
Figura 19. La imposibilidad.	41
Figura 20. Ilustraciones de los ojos en el mar.	41
Figura 21. Danzas en patio ajeno.	42
Figura 22. Sombreros y coqueteos.	43
Figura 23. Flores y turbantes.....	44
Figura 24. Colores de la bulla, listas para la rueda.	44

Figura 25. Parafernalia bullerenguera.	45
Figura 26. Cantos y composiciones de ojos cerrados.	46
Figura 27. La madre del bullerengue.	47
Figura 28. Palmas y pulso.	47
Figura 29. La totuma y su brillo.	48
Figura 30. Parafernalias	48
Figura 31. Energías y potencias dionisiacas.	49
Figura 32. Centros del cuerpo en equilibrio.	50
Figura 33. A pilá el arroz.	52
Figura 34. Ventear.	52
Figura 35. Pargo Rojo.	53
Figura 36. Prosaica en la embarcación-	53
Figura 37. Gapiirrear	55
Figura 38. Bullerengue de proyección. Tarimas.	56
Figura 39. Sentidos en la tarima del bullerengue.	57
Figura 40. Pie de tambó.	61
Figura 41. Imaginación y lereo.	64
Figura 42. Voz y ancestralidad.	65
Figura 43. Los brazos y el equilibrio.	67
Figura 43. El Balay teatral.	68
Figura 45. Tambor y letras	71
Figura 46. Una ventana hacia adentro.	72
Figura 47. Yemayá.	74
Figura 48. El pensar de la semejanza.	74
Figura 49. Amistades Eco de Tambó.	80

Resumen

El Bullerengue es una práctica ancestral, propia de las comunidades afrodescendientes de los departamentos de Bolívar, Sucre y Córdoba. Se trata de un *baile cantao* en el que se plasma la cosmovisión de las comunidades. De la mano de esta práctica ancestral se pueden desarrollar y potenciar elementos para el actor o actriz en formación, específicamente en lo que corresponde a la expresión corporal. El Bullerengue plasma las vivencias de las comunidades a través de las actividades como la pesca, el lavado o el pilar el arroz, cantar y expresar emociones. Estas actividades, que hacen parte misma del baile bullerenguero, están ligadas a la expresividad corporal, por lo que constituyen una herramienta adecuada para la formación de las actrices y actores o de sus formadores. Se trata de un baile en el que no sólo se trabajan los músculos corporales, también los gestos, las intenciones y la voz. A través de este proceso de sistematización se busca resaltar como el Bullerengue puede transformarse en el camino de las actrices y actores para potenciar sus habilidades de la mano de la ancestralidad.

Palabras clave: bullerengue, expresión corporal, práctica ancestral, teatro, actrices, actores, vivencias.

Abstract

Bullerengue is an ancestral practice, typical of the Afro-descendant communities of the departments of Bolívar, Sucre and Córdoba. It is a sung dance in which the worldview of the communities is reflected. Through this ancestral practice, elements can be developed and enhanced for the actor or actress in training, specifically in what corresponds to body expression. Bullerengue reflects the experiences of the communities through activities such as fishing, washing or pounding rice, singing and expressing emotions. These activities, which are part of the bullerengue dance itself, are linked to body expression, which is why they constitute an appropriate tool for the training of actresses and actors or their trainers. It is a dance in which not only the body muscles are worked, but also gestures, intentions and voice. Through this systematization process, we seek to highlight how Bullerengue can become the path for actresses and actors to enhance their skills through ancestry.

Keywords: bullerengue, body expression, ancestral practice, theatre, actresses, actors, experiences.

Introducción

La presente sistematización es el resultado de la experiencia investigativa llevada a cabo en el municipio de San Juan de Urabá del departamento de Antioquia, parte de las vivencias de la práctica ritual del **Bullerengue**¹ con la Corporación Cultural Eco de Tambó, así como el compartir formativo y desde la oralidad con otros *hacedores* de este género musical como *cantadores*, *bailadores* y *tamboleros* que, en sus experiencias comunitarias y participación en festivales, proporcionaron reflexiones aplicables a la creación teatral desde el movimiento y la expresión nacida en sus danzas.

Barba, Savarese & Ceballos (1988), en su antropología teatral, desglosan el estudio de las capacidades expresivas del actor o *actor bailarín* desde el encuentro con la cultura y sus tradiciones personales o colectivas, una comprensión de los principios técnicos pre expresivos que el actor posee en relación con las diferentes culturas en las que interactúa o interactuó y cómo éstas pueden ser contrastadas con otras técnicas que permitan el crecimiento actoral.

Así pues, esta indagación recoge las vivencias acontecidas en algunos pueblos de la Costa Caribe donde el bullerengue hace parte del legado cultural de las comunidades y donde un acercamiento personal permitió extraer aportes para el estudio del cuerpo y la expresión corporal de actores en formación.

Por otra parte, esta sistematización permite contrastar los programas académicos de Expresión Corporal I, II y III de la Licenciatura en Artes Escénicas de la Universidad de Antioquia y el curso de Técnica Corporal Aplicada: Bullerengue, dictado por el maestro Urabá Ruiz Tabares en la seccional Apartadó de la misma Universidad; además, permite hacer un análisis del texto *La percepción del espectador* de Cardona (1993), que puede transformarse en puente teórico entre las experiencias rituales y corpóreas en el bullerengue y la formación teatral y la expresión corporal desde lo ancestral.

¹ Género musical, danza, rito y festividad, parte de la cultura de la población afrocolombiana que habita en la región de Urabá, la Costa Caribe colombiana y la provincia del Darién.

1. Planteamiento del problema

El trabajo de formación actoral en los distintos niveles de *Expresión Corporal*² de los programas de Artes Escénicas de la Facultad de Artes de la Universidad de Antioquia está basado en el estudio teórico-práctico de autores europeos como Jacques Lecoq, Rudolf Von Laban, Jerzy Grotowski y Étienne Decroux, quienes en su aporte a las técnicas corporales actorales construyeron y plantearon rutinas, formas y tareas de exploración corporal hacia la consciencia del cuerpo del actor para y sobre el escenario. Algunos de los planteamientos están basados en investigaciones de rituales de culturas nativas de África y Asia y están destinados, dentro de los objetivos del plan académico, al enriquecimiento corporal del actor (Grisales, 2013)

En algunas manifestaciones culturales y rituales de nuestro país se pueden encontrar elementos corporales y formas específicas del uso del cuerpo y el movimiento que pueden brindar posibilidades creativas para el trabajo de expresión del actor en formación, elementos que abarcan el baile, la representación, la fuerza física, la comunicación de los cuerpos en la ritualidad, la música y el canto.

Ejemplo de ello es el Bullerengue, “Ritmo sincopado, embrujador, que quiebra la materia y aflora los espíritus (...) Culto a la pubertad y a la maternidad, el bullerengue es lo que se llama un *baile cantao*” (Lemoine & Zalazar, 2013, p. 218).

Esta práctica, compuesta por la percusión de los tambores, el canto responsorial, el baile y la disputa entre cuerpos enfrentados desde el movimiento y la creación musical requiere, para llevarse a cabo, la entrega sonora y corporal de cada uno de los que participen en ella. Entrega sonora al tratarse de un *baile cantao* donde hay una voz líder, la del cantador, y unos coristas que responden a su canto. Entrega corporal, pues quienes bailan son hombres y mujeres que entran y salen, en relevos por parejas, de la **Rueda Bullerenguera**, que es el *lugar* y círculo hecho por personas donde se hace el Bullerengue. En sus movimientos y ademanes esconden simbologías y fuerzas, creaciones propias y formas de relacionarse los unos con los otros.

En este sentido, y con miras a ampliar el repertorio de las técnicas corporales dentro de los programas de Artes Escénicas, se plantea el estudio del cuerpo y el movimiento dentro del ritual

² Materia impartida en siete niveles; expresión corporal I, II, III, IV, V, VI y VII, durante los diez semestres de estudio de la carrera de Artes Escénicas de la Facultad de Artes de la Universidad de Antioquia. Consiste en el estudio teórico-práctico de técnicas actorales para el manejo del cuerpo en el teatro.

ancestral del Bullerengue de San Juan de Urabá, como una mirada nacional y local que potencie un acercamiento a lo propio y que aporte, desde la cultura, al trabajo formativo para la escena teatral, el cuerpo del actor y la pedagogía en el arte.

1.1. Antecedentes

1.1.1. San Juan De Urabá

San Juan de Urabá es un municipio del departamento de Antioquia ubicado en el costado norte de la subregión del Urabá, territorio bañado por el río y el mar con una población compuesta, en su mayoría, por población negra, afro e indígena, que ascendía, según el Departamento Administrativo de Planeación – DAP –, a 20.950 habitantes en el año 2020. (Departamento Administrativo de Planeación, 2020)

Fue fundada hacia 1896 por pobladores provenientes de las Islas del Rosario en Cartagena, que encontraron en la región posibilidades económicas en la extracción de caucho y raicilla. Para el año 2019, más del 60% de la población es rural y basa su economía en labores agropecuarias y en el cultivo de coco, plátano y frutas tropicales (Angulo, 2019; Departamento Administrativo de Planeación, 2020).

San Juan de Urabá tiene una de las Casas de Cultura más antiguas del Urabá, donde se han gestado semilleros y grupos alrededor de las artes plásticas, el teatro, la danza, la música y el bullerengue. Con más de 30 años de existencia, la Casa de la Cultura conserva las danzas tradicionales que hacen parte del patrimonio inmaterial del municipio (Angulo, 2019).

Las practicas corporales y dancísticas significan la juntanza, la fiesta, el disfrute, el estar con el otro. Ejemplo de ello es el *Encuentro Infantil y Juvenil de Bullerengue*, donde los niños, jóvenes y adultos se encuentran a bailar y revivir la tradición al ritmo de tambores ejecutados con gran maestría y elegancia (Angulo, 2019).

1.1.2. Eco de Tambó

La Corporación Cultural Eco de Tambó “Memoria y Tradición” es un colectivo diverso, inclusivo y comunitario, con una apuesta de integración social a través del arte; el baile, la música y el canto tradicional del bullerengue, del municipio de San Juan de Urabá en Antioquia (Comunicación personal, Esmith Rivera Márquez 28 de noviembre de 2020).

Nace en el año de 2020 bajo la dirección del Maestro Esmith Rivera Márquez “La Poderosa”, acompañado por un grupo interdisciplinario de hacedores y creadores en danza, música, educación y patrimonio, que trabajan por la preservación del legado cultural de sus ancestros, hacia la proyección de la práctica bullerenguera como ritual de vida y de paz en todo el territorio nacional (Comunicación personal, Esmith Rivera Márquez 28 de noviembre de 2020).

Como colectivo y escuela cuenta con 27 integrantes: 3 cantadores, 5 músicos percusionistas, 5 bailadores, 6 bailadoras y 8 coristas. Como agrupación musical Eco de Tambó ha participado en el festival Nacional de Bullerengue de Necoclí en el año 2020 y el Festival Nacional de Bullerengue en Puerto Escondido, Córdoba en el año 2021. Fue creadora del Bullerengue para la Paz **Colombia me llora**, un homenaje a todas las víctimas del conflicto armado de Colombia desde una perspectiva de género; presentando testimonios, rememorando la historia y haciendo eco de las luchas de resistencia de la comunidad LGBTQ+ de todo territorio nacional (Comunicación personal, Esmith Rivera Márquez 28 de noviembre de 2020).

Actualmente, la Corporación hace parte de la Casa de la Cultura del municipio de San Juan de Urabá, consolidándose como una escuela de formación para formadores y como semillero de Bullerengue para las nuevas generaciones (Comunicación personal, Esmith Rivera Márquez 28 de noviembre de 2020).

1.1.3. Programas de Expresión Corporal: Arte Dramático en la Universidad de Antioquia - Expresión Corporal III

El curso Expresión Corporal III es un espacio para investigar y analizar las maneras como se ha concebido la noción de expresión corporal para la búsqueda del personaje teatral y las metodologías empleadas para su construcción. Se parte de la pregunta: ¿Cómo crear un personaje

a partir del viaje a la memoria mítica, pasando por el reconocimiento de la animalidad; la identificación de su animal para la creación de un personaje?

Para ello, se emplean las teorías del actor plasmadas por el ruso Constantin Stanislavski, los métodos de creación escénica del director estadounidense Lee Strasberg, las consideraciones técnicas para la creación de los principios del personaje teatral desde Meyerhold en su biomecánica y la teoría de Eugenio Barba en la antropología teatral (Grisales, 2013).

El curso aborda el estudio del cuerpo en relación con la construcción del personaje dramático, producida por el accionar desde el concepto de dramaturgias del actor, planteando el *hacer para comprender*. Se trata de una búsqueda personal, desarrollada con motivaciones sugeridas desde los principios del arte del actor y otras ciencias (Grisales, 2013).

Estas disciplinas y técnicas; ilustran la forma de crear una metodología que comprende la unión del interior –Imágenes del consciente e inconsciente– y el exterior –Como referente de la realidad–, utilizando como instrumento el cuerpo, la mente y el espíritu a manera de contenedores de emociones e imágenes para el desarrollo de la construcción del personaje (Grisales, 2013).

Como objetivo específico del curso se plantea el adquirir corporalmente la plasticidad de los estados experienciales de la animalidad, el animal y el personaje para la creación de códigos que componen las imágenes en la creación de éste último; por otra parte se busca potenciar las posibilidades expresivas del cuerpo para el reconocimiento de lo cotidiano y lo extra cotidiano y propiciar a los estudiantes diferentes tipos de entrenamientos para incentivarlos a estructurar su propio entrenamiento corporal, contribuyendo en su trabajo actoral. (Grisales, 2013)

2. Justificación

Ahora bien, ¿De qué manera la vivencia, práctica y estudio del Bullerengue pueden proporcionar recursos didácticos para el desarrollo de una propuesta pedagógica direccionada al estudio y fortalecimiento de la expresión corporal del actor?

Pensar en la creación y la formación actoral en torno al cuerpo exige recursos pedagógicos y didácticos que potencien la expresividad propia del actor y lo guíen hacia nuevas construcciones que enriquezcan la escena teatral. En este sentido se trata de un llamado, desde la exigencia, a expandir los recursos técnicos de los cuales se disponen como formador en formación para expandir la búsqueda de nuevas y posibles rutas de crecimiento técnico.

La presente sistematización pretende, en primera instancia, brindar un acercamiento a las manifestaciones ancestrales propias del territorio, en este caso la manifestación del Bullerengue, su vivencia, análisis y aprendizaje; en segundo lugar, busca una comprensión que genere puntos de encuentro y desencuentro para el estudio del cuerpo del actor en una propuesta didáctica. Es una forma de acercamiento a un recurso pedagógico que permita encontrar maneras de fortalecer las herramientas teatrales para la expresión corporal desde lugares poco explorados, fomentando el encuentro con nuestros territorios, nuestra ancestralidad y nuestras culturas.

3. Objetivos

3.1. Objetivo general

Evidenciar, mediante la sistematización de experiencias, la manera en que la práctica y el análisis del Bullerengue proporcionan recursos didácticos para el desarrollo de una propuesta pedagógica hacia el estudio y fortalecimiento de la expresión corporal de los actores.

3.2. Objetivos específicos

Analizar la experiencia propia, como relato personal, del trabajo expresivo corporal en el vivir bullerengüero en San Juan de Urabá.

Distinguir las diversas formas en las que se presenta la expresión corporal en el bullerengue, con bailadores, bailadoras y tamboleros en el municipio de San Juan de Urabá, Puerto Escondido, Montería y Necoclí.

Plantear los recursos técnicos del cuerpo, utilizados por bailadores y demás hacedores de bullerengue, hacia la construcción de un *training* de preparación corporal para el actor.

4. Marco teórico

4.1. Percepción del espectador

“Del cuerpo nacen todas las escrituras. Desde el cuerpo se hacen todas las lecturas” (Cardona, 1993, p. 11).

La percepción del espectador nace desde la pregunta *¿Qué es la vida?* hecha por el biólogo y filósofo chileno Humberto Maturama. Su respuesta direcciona la comprensión de los aspectos más significativos de la creación actoral desde la expresión corporal, desde una mirada filosófica que permite conectar las experiencias del bullerengue con la construcción de didácticas para el entrenamiento actoral. (Cardona, 1993)

La vida es autopoiesis, es decir, una auto creación o creación de sí mismo. Se concibe como la capacidad de autoorganizarse en forma de redes, en comunidades biológicas en continua transformación, para perpetuarse y seguir generando más vida (Cardona, 2020).

La autopoiesis se puede expresar como una dramaturgia biológica. Cuando se crean obras de danza o teatro, se organizan redes de relaciones siguiendo el mismo comportamiento de la vida biológica; relaciones con el espacio, las luces, la música, los compañeros de escena y con el espectador, pero, sobre todo, consigo mismo. El arte es, también, un generador de vida para perpetuarnos como especie (Cardona, 2020).

Los creadores más sólidos son los que incluyen su propia naturaleza, su *bios*, y su propia poética para construir estructuras resistentes que sostengan la fluidez de su intuición y de su mundo interior. Los animales en vida salvaje se pueden apreciar como bailarines y actores naturales, ya que, cuando obedecen a sus impulsos naturales, expresan toda una potencia energética que crea vida. Cuando se observa el cuerpo animal para cazar, para proteger su territorio o conquistar a la hembra se puede observar un cuerpo presente en puro estado de percepción, el animal está en el aquí y ahora alineando su intención con su acción, traduciéndose en presencia o plenitud en su ser, donde nunca pierde la conexión consigo mismo (Cardona 2020).

Desde este lugar, el animal conoce su entorno porque lo siente; sabe porque siente y porque siente, sabe. En el cuerpo de un bailarín actor sucede algo similar. Cuando éste adquiere una sabiduría natural es porque siente lo que sabe, conoce su espacio de desenvolvimiento y sabe

porque se permite sentir, conectando inteligentemente con su entorno desde el mismo (Cardona, 2020).

Algo muy importante en el *bios*, que direcciona la creación corporal en esta dramaturgia de la vida, es la comunicación con el espectador. Los intérpretes que se quedan en la memoria del espectador son los que expresan con claridad su necesidad de hacer lo que tiene que hacerse a partir de una autenticidad corpórea y gracias a la consciencia y emergencia de su *bios* (Cardona 2020).

En este sentido, en la experiencia del bullerengue, donde a través de la danza se disputan los bailarines y tamboreros por parejas, se encuentra un vaivén de cuerpos que conectan íntimamente el espacio ritual y musical con los objetivos individuales de los participantes y que, para llevarse a cabo, solicita de una presencia auténtica de *bios* que se conecten y compartan.

4.2. La expresión corporal como fenómeno dialógico desde la corporeidad

Los desafíos que enfrenta el sector educativo, respecto a las expectativas y retos que demanda la sociedad en el siglo XXI, requieren de una formación de docentes comprometidos con un cambio social en su práctica pedagógica, maestros que transformen su quehacer didáctico y metodológico.

En esta continua transformación de paradigmas educativos cabe pensar en la misma transformación del docente en formación, no solo apuntando a las tecnologías, sino al saber de su práctica docente con miras a fortalecer los procesos de formación que atañen al desarrollo creativo, que el estudiante pueda aprender y desaprender en cada momento, contando con una mentalidad flexible, adaptable a un mundo tan complejo, tan cambiante y contradictorio como lo es el mundo actual.

Preguntarse por el cuerpo es un tema de actualidad que empieza a tener su propio lugar de enunciación. Desde la Educación Física se estudian sus relaciones con el sujeto y todas sus posibilidades expresivas y comunicativas, y no solo se hace referencia al cuidado del cuerpo en términos de bienestar y salud. Por el contrario, el cuerpo habla permanentemente de todo lo que le acontece cotidianamente, lo cual hace que se generen unas relaciones sujeto-cuerpo que responden a una visión integral.

A lo largo del curso Expresión Corporal, lo más significativo es la construcción de un ámbito de reconocimiento de sí mismo y del otro. De igual manera, se asume el arriesgo de

interpretar situaciones de la vida cotidiana desde un vocabulario corporal muy elemental, permitiendo crear imágenes corporales que, en cierta medida, llevan a identificarse con la propia interpretación de la realidad y, por consiguiente, lleva a que las búsquedas personales adquieran sentido.

4.3. Practicas ancestrales: el Bullerengue

Las prácticas ancestrales son todos esos conocimientos de las condiciones locales por parte de una sociedad (conector con el desarrollo de la argumentación). En este sentido se puede decir que el trabajo de las parteras es una práctica ancestral, pues socialmente construyeron formas de atender los partos de las mujeres bajo la imposibilidad de asistir a un hospital o acceder a la “medicina occidental”.

El Bullerengue es un baile cantao, propio de comunidades afrodescendientes, a través del cual se pueden entender o explorar asuntos relacionados con las formas de vida y cosmovisión de ciertas comunidades mayoritariamente asentados en lo que hoy son los departamentos de Bolívar, Sucre y Córdoba. Así, el Bullerengue es historia, memoria y vida; es historia porque narra a quienes lo hacen, memoria porque posibilita entender los comportamientos actuales de las comunidades que lo practican, y vida, porque construye y posibilita las relaciones humanas y la construcción del tejido social en dichas comunidades (Angulo, 2018).

Es decir, “El Bullerengue es la escuela, la política, la economía, la espiritualidad, la música, el baile de estas comunidades” (F. J. Álvarez³, comunicación personal, 24 de junio de 2021).

El Bullerengue es conocido como una expresión que evoca aspectos sociales de la población afrodescendiente de la zona norte del país, la cual rememora la herencia cimarrona trasplantada al Nuevo Mundo. Se puede inferir que el bullerengue hace referencias, tanto en un sentido ancestral como presente, a las labores en el campo, al cuerpo como herramienta de trabajo y de expresión, y a la colectividad como forma de vida y a la muerte (Pérez, 2014, citado en Domínguez, 2022).

³ Cultor, investigador y bullerengero del municipio de Puerto Escondido.

4.4. Curso de Técnica Corporal Aplicada: Bullerengue.

Este curso, parte de los cursos Expresión Corporal I y II de Arte Dramático, dictado en la seccional Apartadó de la Universidad de Antioquia, y creado por el docente Urabá Ruiz Tabares, comprende la construcción de cuerpos a partir del Bullerengue como técnica corporal ancestral, sustentada en significados mágico-religiosos, climas, escenarios, prácticas, formas de relación colectiva, memorias –corporales y discursivas –, integralidad expresiva –voces, cuerpos, palabras, músicas, bailes–, dirigiendo la creación actoral desde una visión del cuerpo que se forma a través una incubación expresiva, estableciendo parámetros propios de entrenamiento, de pre expresividad, investigación de lenguajes expresivo-corporales y reconocimiento del contexto como fuente primaria de formación para la expresión corporal (Grisales, 2013).

Está dividido en dos momentos. El primer momento acompaña la exploración de los rituales de integración colectiva alrededor de la práctica del Bullerengue –fiestas, ruedas, paseos, momentos repentistas de baile y canto–, para su comprensión. Consta de un ejercicio creativo final y de la integralidad de elementos de la práctica Bullerenguera en otros cursos como Técnica Vocal y Lectura, Actuación, Música y Rítmica, Expresión Corporal. Se enfoca en promover la inquietud de los participantes por seguir conociendo sobre el Bullerengue a través de la investigación, la creación y la vivencia.

El segundo momento abarca una ruta de entrenamientos sustentados en la observación sobre cuatro conceptos que regularmente trabaja el Bullerengue como práctica corporal del cuerpo y la voz: fuerza-resistencia, equilibrio, agilidad y flexibilidad. Trabaja los subtemas del entrenamiento corporal, propiocepción, enraíce corporal, centro motor, respiración, tono o tensión muscular y presencia corporal y escénica.

Para el desarrollo del curso se utilizan objetos de trabajo como apoyo del desarrollo del entrenamiento y de reconocimiento corporal, el uso de la música como soporte expresivo, que detona el paso del lugar mecánico al orgánico y la utilización de escenarios en sus condiciones naturales, cotidianas, energéticas y climáticas, así como el uso de la materia orgánica que permite la apropiación e integración a la constitución corporal.

5. Metodología

Esta investigación se llevará a cabo bajo la metodología de sistematización de experiencias, ejercicio planteado en el transcurso de las vivencias de la autora como bailadora de Bullerengue con la Corporación Cultural Eco de Tambó del municipio de San Juan de Urabá, entre los años 2020 y 2022, así como la recopilación de encuentros significativos en otros territorios donde el bullerengue confluye como Puerto Escondido, Montería y Necoclí.

Esta sistematización, permitirá describir y analizar la vivencia individual de la autora orientada hacia la comprensión de los aspectos claves de la manifestación cultural del Bullerengue, en la pretensión de extraer elementos significativos para el planteamiento de didácticas para el fortalecimiento de la expresión corporal del actor.

Para el desarrollo se generaron acciones que fundamentaron el ejercicio investigativo. Se hizo uso de las entrevistas en las que se indagó sobre las bases teóricas que orientan la formación actoral de la expresión corporal en la Universidad de Antioquia, los retos que plantea esta formación y las nuevas visiones que como formadores se deben incluir en esta área.

Esta investigación se nutrirá de recopilaciones fotográficas y en video de las ruedas bullerengueras presenciadas en los Festivales y Encuentros Nacionales de Bullerengue y en donde la fiesta y convergencia de las distintas territorialidades enriquecen las reflexiones y el estudio.

6. Sistematización de experiencias

La sistematización de experiencias es una modalidad de trabajo que comenzó siendo una necesidad, arraigada a las experiencias populares comunitarias que tuvieron lugar en la década de los años 60 y 70 en América Latina, experiencias de trabajo comunitario asociado a la educación popular, a la Teología de la Liberación, a movimientos de izquierda y, por supuesto, a las nuevas ciencias sociales que empezaron a tomar fuerza, puntualmente, en Colombia. Estas experiencias de gran impacto comunitario, social y político empezaron a ver la necesidad de poder ser transmitidas y comunicadas a otros sectores, a otros espacios, a otras regiones y ciudades (Cifuentes & Pantoja, 2019).

Una excelente manera de comunicar estas experiencias fue ordenarlas, en un primer momento, histórica y cronológicamente, además de plasmar sus modelos de trabajo y sus formas de intervención. Sin embargo, con ayuda de algunos académicos y a medida que los activistas, trabajadores sociales y culturales se fueron formando académicamente en las universidades, pronto surgió la sistematización como ese primer ordenamiento que se le daba a la práctica, conceptualizando las experiencias. (Cifuentes & Pantoja, 2019).

Esta conceptualización estaba en estrecha relación con una disciplina específica o vinculada con la sociología crítica o con la Investigación Acción Participativa –IAP–. Esto dio lugar a la posibilidad de trascender los resultados de la experiencia, es decir, reflexionar más allá de la propia experiencia, poniéndola en un contexto más amplio, no solo en el contexto académico, también en uno fundamentalmente político (Cifuentes & Pantoja, 2019).

Este estilo de trabajo resultó ser, en un principio, muy útil para los movimientos sociales, organizaciones políticas, movimientos asociados a la educación popular, etc. Este nuevo impulso de las Ciencias Sociales llevó a que todas estas experiencias fueran concebidas en términos del saber. La sistematización no solo cumplía la función de no dejar perder la experiencia en la memoria de aquellos que habían hecho parte de su construcción, si no que respondía a una necesidad del saber social, entendiendo que las prácticas sociales también constituyen un espacio privilegiado del saber y del conocimiento (Cifuentes & Pantoja, 2019).

La sistematización permite plasmar el saber social extraído de las reflexiones de la práctica. Es una herramienta política, académica y pedagógica en el que se posicionan trabajos contenedores de experiencias llenas de sabiduría y de conocimientos, amparados bajo este reconocido método

de investigación, que hoy por hoy, tiene carta de validez dentro del ámbito de las Ciencias Humanas y Sociales (Cifuentes & Pantoja, 2019).

6.1. Encuentros corpóreos – rituales: De la experiencia bullerenguera a la reflexión teatral

El periodo que comprende la experiencia tuvo su inicio el 22 de septiembre de 2020 y finalizó el 21 de enero de 2022. Se desarrolló, principalmente, en el municipio de San Juan de Urabá y centra su investigación en las prácticas con la Corporación Cultural Eco de Tambó, sus salidas a otros territorios en la proyección de su Bullerengue, así como la participación en eventos alrededor del municipio.

El 21 de septiembre de 2020 tuvo lugar la primera visita a la Casa de la Cultura de San Juan de Urabá para el encuentro con los integrantes de la corporación, donde se expusieron las ideas y alcances de esta investigación basada en el relacionamiento directo, diálogo y discusión que, como bailadora en aprendizaje, establecería la autora con los actores clave en esta indagación sobre las pedagogías del movimiento: Bailadoras de la tradición bullerenguera, bailadores docentes, cantadores y tamboleros

Estos actores, en la representación del bullerengue, instan situaciones que exigen la creación desde el baile colectivo y magnifican la práctica de este ritual hacia un conocimiento profundo de los cuerpos en la música, aportando desde su saber a las técnicas para el fortalecimiento de la expresión corporal del actor.

A continuación, se presentan 15 experiencias que sintetizan los objetivos y circunstancias de los encuentros. Por efectos prácticos y de entendimiento se narrarán los encuentros de forma anecdótica por parte de la autora Teresa Sofía Padilla Díaz.

6.1.1. Fiesta de cumpleaños “Hedonismo en el Mar”.

Esta experiencia se da el 22 de septiembre 2020 entre las 5:00 p. m. y las 6:00 a. m. del 23 de septiembre del 2020. La observación me permitió describir los marcos y características de la rueda de Bullerengue que permiten la creación de los movimientos de los bailadores, y la

presentación de su expresión corporal en medio de un festejo cotidiano. Se trató de un encuentro en el que se festejaba el cumpleaños de uno de los cantadores de Eco de Tambó.

El requisito para ser partícipe de la rueda de cumpleaños es descalzarse en la arena y ubicarse en círculo. Los tambores estaban en el centro del espacio y, al primer canto del cantador, todos participamos con las palmas al ritmo planteado por el tambor llamador, más sus *contestas* al cantador que los constituyó como un coro de *respondones* en la rueda.

Cuando entra la primera bailadora saluda al tambor con una reverencia y una vuelta. Su actitud es coqueta con el tambolero y su cuerpo se desplaza lentamente, en decadencia. Los pies se levantan sutilmente de la arena, como si se arrastraran persiguiéndose uno al otro. Algunas bailadoras nunca separan sus pies de la arena y su cuerpo, en la liviandad de los movimientos al tambor, parece, por momentos, como si cargara un peso considerable.

Las primeras canciones fueron en *aire sentao*; uno de los ritmos de Bullerengue más lentos y *lastimeros*, cargados de nostalgia y emotividad. En los gestos de las y los bailadores se expresa sutilmente el dolor de la situación narrada por el cantador, lo acontecido en los versos.

Las caderas de la bailadora se mueven en forma circular al ritmo de la percusión, en ocasiones se acaricia el vientre y los pechos, sus manos parecen imitar el movimiento de las olas del mar mientras lo hace. Entra un bailador, su cuerpo también está en decadencia. Su baile se presenta con una energía dosificada que se intensifica con los repiques del tambor.

Entre bailador y tambolero existe una disputa por la bailadora, una disputa que se expresa, dentro de muchas cosas, en la habilidad que posee el bailador con sus pies y sus movimientos para coquetear, en contraste con la habilidad del tamborero con sus repiques y dominio técnico y expresivo del instrumento. Cada uno de los participantes entra a la rueda en un relevo de bailadores, siempre una pareja, hombre y mujer.

En el cumpleaños participamos cinco cantadores y tres tamboleros –que se relevaron durante la noche la interpretación de las canciones–, quince bailadores y ocho personas del común, no hacedoras de bullerengue, que acompañaban la celebración.

Se registró en video parte de la experiencia de la fiesta de cumpleaños “Hedonismo en el mar” (BULLERENGUE Y TEATRO, 2023)

Figura 1.

Cantador y bailadores de la Rueda de Bullerengue.

**6.1.2. Representaciones del ritual bullerenguero****Figura 2.**

Representaciones del ritual de la Rueda bullerenguera.



Esta experiencia tuvo lugar el 09 de octubre de 2020 entre las 6:00 p. m. y las 8:00 p. m. El objetivo de la experiencia fue participar en la grabación de una rueda de bullerengue para un canal

televisivo, explorando otros acercamientos al baile y sus formas de presentación en otros contextos de representación.

Llegamos a Playa Mundito a las 6:00 p. m., donde se encontraba un equipo audiovisual del canal Teleantioquia organizando los aspectos técnicos para la grabación de la agrupación Eco de Tambó. Participamos 12 personas: 5 mujeres y 7 hombres. Juntos, organizamos el escenario en la playa y se encendió una fogata, compartiendo bebidas antes de comenzar la filmación. Desde el momento en que inició el canto, el Bullerengue se convirtió en un ritual. Intercambiábamos miradas coquetas y amables, creando una complicidad y alegría entre nosotros.

El baile nos brindó una sensación de libertad en los gestos y el cuerpo, pero al tener los pies en la arena, nos sentimos aún más enraizados. El director, Smith Herrera, me explicó que en el *bullerengue sentao* los pies no se despegan del suelo, como un recordatorio de los ancestros que bailaban encadenados o con grilletes debido a la esclavitud. Bailar en la arena también presentaba cierta dificultad.

En la variante de la chalupa, el ambiente era más alegre, pero los pies seguían arrastrándose, permitiendo que uno de ellos se eleva más que el otro de manera mínima. Sin embargo, siempre debía haber un pie conectado a la tierra. En el fandango de lengua reinaba la alegría y la fiesta, con libertad para separar los pies y jugar con ellos, ya que el baile consiste en brincar. Con esta explicación, me entregué por completo al ritual del baile.

Se registró en video parte de la experiencia (BULLERENGUE Y TEATRO, 2023)

Figura 3.

Grabación las Machis de Urabá en Playa Mundito.



Esta experiencia se enmarca en un episodio del programa *De Leones y Mariposas*, del canal Teleantioquia (Canal Teleantioquia, 2020, 18m25s).

6.1.3. Baile macho y baile hembra. Genesis de las bases del baile bullerengero.

Figura 4.

Enraizamiento.



La siguiente experiencia se dio el 16 de octubre de 2020 entre las 7:00 p. m. y las 8:30 p. m. en la Casa de la Cultura de San Juan de Urabá como espacio de ensayo. El objetivo era comprender los procesos de creación de movimiento desde las bases de los ritmos Sentao y chalupa, en la exploración de la historia y génesis del bullerengue.

Figura 5

La bailadora al tambor. Ensayo de bullerengue.



Los participantes, descalzos, nos dispusimos en el espacio y comenzamos a caminar sin que los pies se separaran del piso. Se utilizó la imagen simbólica de *lamer el piso* con las plantas de los pies. El director cuenta que los ancestros solían bailar después de sus labores en el campo, exhaustos. Pero, al estar esclavizados, no tenían permitido el quitarse los grilletes que los limitaban, así que bailaban con ellos sujetos a los tobillos.

Ese era el peso que provocaba que los pies estuvieran muy anclados al piso y, así, el ritmo del Sentao y la Chalupa presentarían las características de los pies arrastrados y tendientes a estar sujetos en el piso en la ejecución de su baile. El ensayo se centró en estos dos ritmos.

La consigna era mantener, lo más posible, las plantas de los pies lo pegadas al suelo, desplazándose hacia el frente, la derecha o la izquierda, en una especie de juego de perseguir a un pie con el otro para dirigirse hacia la dirección deseada. Después se le agregaría el movimiento circular de la cintura. El director expresó que esta es la base tradicional del baile bullerenguero y que está relacionada con nuestra relación con la tierra, fuente de energía y ancla. Al final, aprendimos a bailar al ritmo del tambor, cada participante expresando su propio estilo y movimiento.

Figura 6.

Ensayo de bullerengue Eco de Tambó.



Después de los ensayos regresé a casa y utilicé elementos a mi disposición, una botella y una tela, tratando de simular el peso y la sensación de los grilletes. Llené la botella de agua y la ate a mis pies, comencé a caminar sin separar los pies del suelo, adoptando la técnica de "lamer el piso" con las plantas de los pies, manteniéndolas lo más pegadas posible al suelo y desplazando un

pie con el otro para moverme en la dirección deseada: hacia adelante, derecha o izquierda. Luego, llevé este movimiento circular a la cintura.

Figura 7.

Experimentación. El peso de la tradición.



Es necesario interiorizar esta base en su simpleza y precisión, trabajando la consciencia de los pies como motor de creación de los demás movimientos. Adicionalmente, es una invitación a aprovechar la arena de la playa como espacio de fortalecimiento técnico, creación de resistencia física y consciencia del movimiento en el agua y la arena.

Se registraron en video parte de estas experiencias (BULLERENGUE Y TEATRO, 2023).

6.1.4. La consciencia de los pies en la alegría del Fandango.

Esta experiencia tuvo lugar el 23 de octubre de 2020 entre las 6:00 p. m. y las 9:00 p. m., teniendo como objetivo fortalecer la consciencia del movimiento desde el trabajo de los pies en el ritmo del Fandango.

Trabajamos con el ritmo faltante en la exploración de las bases del baile bullerenguero: El Fandango de Lengua. En este ritmo ternario, los pies se despegan del piso con pequeños saltos que permiten moverse con amplitud y agilidad.

El fandango se relaciona como un ritmo de libertad en el que ya no se poseen grilletes que limiten el movimiento y donde las letras, alegres y fiesteras, permiten la creación de movimientos más atrevidos para el coqueteo y el juego expresivo en medio del baile.

El Fandango de Lengua tiene diferentes bases y la que se trabajó en este encuentro proviene de la fusión de expresiones dancísticas de los pueblos originarios en la que negros e indígenas combinaron sonoridades de instrumentos para crear un baile alegre y jocosos, libre de grilletes y con letras festivas que permiten movimientos más atrevidos para el coqueteo y la expresión en medio del baile.

René García, uno de los cantadores y bailadores del grupo Eco de Tambó, junto con el director Esmith Rivera, nos enseñaron las bases del Fandango de Lengua. Comenzamos trabajando con el ritmo del llamador, imitando los movimientos del director para interiorizar el pase base del Fandango de Lengua, que consiste en pequeños brincos. Una vez que lo asimilamos, pasamos a desplazarnos de un lado a otro, en lo que se conoce como el baile paseado. Luego, incorporamos movimientos de cadera en forma de péndulo de lado a lado. Los hombres tenían mayor libertad en sus gestos y movimientos, lo que les permitía jugar con el equilibrio, la forma de desplazarse y los movimientos de brazos. Trabajamos estos movimientos durante dos horas.

Figura 8,
Fandangos y otros bailes cantaos. Casa de la Cultura San Juan de Urabá.



Figura 9.

Pies del fandango, herencia de pueblos originarios



Registro - https://www.youtube.com/watch?v=TARs_X8Kp48&t=6s

https://www.youtube.com/watch?v=8njB_Dh-yME&t=5s

6.1.5. Las caderas y su incidencia energética como centro del movimiento.

Experiencia del 30 de octubre de 2020 entre las 6:30 p. m. y las 9:00 p. m. Su objetivo fue despegar y perfeccionar el movimiento de las caderas en la resistencia y repetición de los bailes. El ensayo se desarrolló en la Casa de la Cultura y se basó en el canto de los ritmos Sentao y Chalupa.

Empezamos a interiorizar los golpes del tambor desde la marcación rítmica de las palmas. Proseguimos a responder el coro mientras se realizaban algunas correcciones de afinación. Después tres minutos del bullerengue, concentramos la atención en el movimiento de caderas.

¿Qué partes del cuerpo se mueven inicialmente al escuchar un bullerengue? ¿En qué parte se marca con mayor intensidad el ritmo de la canción? El director nos plantea estas preguntas y prosigue con la exploración corporal para que, individualmente, nos las respondamos y logremos conectarlas con nuestras creaciones en medio de un Rueda.

Empezamos a mover las caderas en forma circular, sintiendo nuestro útero con los ojos cerrados. Continuamos con un desplazamiento por todo el espacio para ir calentando el cuerpo. Luego, nos amarramos un turbante, apretado, en las caderas y la seguimos moviendo de manera circular. Primero a la derecha y después a la izquierda, haciendo la diferencia. Pude notar que hacia

el lado izquierdo se tiene más dificultad para moverse. Realizamos este ejercicio por 40 minutos de manera continua.

El ejercicio quedó registrado video

<https://www.youtube.com/watch?v=qXAal5YGqL4&t=18s>

Figura 10.

Centro energético y motor del baile



6.1.6. Manos y brazos que vuelan en el mar

Este encuentro se desarrolló frente al mar el 6 de noviembre de 2020 entre las 3:00 p. m. y las 5:30 p. m. El objetivo fue explorar y concientizar el movimiento de los brazos y las manos en la danza del bullerengue.

En este encuentro nos enfocamos en el movimiento de los brazos y las manos al ritmo del bullerengue sentao. Siguiendo las indicaciones del director del grupo comenzamos a movernos con los ojos cerrados, interiorizando el sonido del movimiento de las olas del mar para llevar esa

sensación a nuestros brazos. Mientras escuchábamos a La Poderosa, ella nos recordaba que los brazos y las manos están llenos de vida y de historias en el bullerengue y que el vaivén de las olas del mar se refleja en nuestros movimientos.

Aunque existen movimientos comunes que todos realizamos cada uno le atribuye y debe atribuirle su propio significado y sentir. Los brazos comunican lo que está sucediendo en el momento, transmitiendo mensajes al tambolero, al bailaror y a los participantes de la rueda. Pueden pedirle al tambolero, por ejemplo, que repique menos. A través de ellos contamos historias que ya están en nuestro cuerpo, quizás vividas por nuestros ancestros. Esto es lo que nos enseñó La Poderosa.

Luego, pasamos a realizar movimientos ondulares, simulando las olas del mar. Después de un tiempo sentí cómo mis brazos tomaron vida propia, moviéndose como alas de un pájaro en la mar. Esta imagen se formó en mi mente y me llenó de una sensación de libertad y conexión con el entorno.

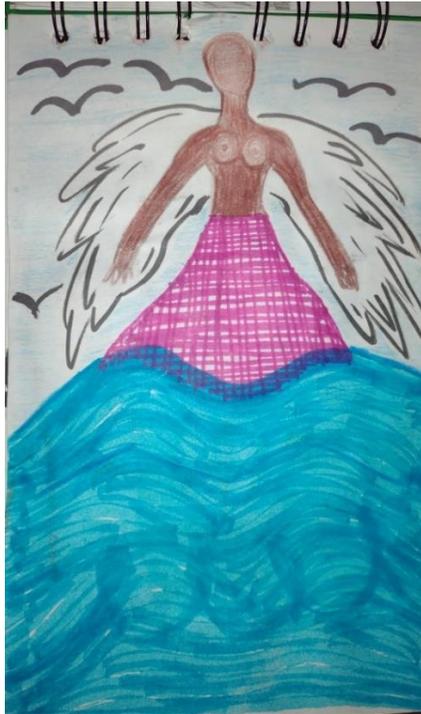
Figura 11.

Los barrancones – Playa Centro.



Figura 12.

Ilustración alas en la mar, sentires de la experiencia.

**6.1.7. El gesto del bullerengue**

Esta experiencia tuvo lugar en la Casa de la Cultura el 13 de noviembre de 2020. El objetivo del encuentro fue evidenciar el gesto, las caras, las muecas en el coqueteo del baile.

En este encuentro nos enfocamos en el trabajo de gestos faciales, miradas y muecas que se observan en los bailadores y bailadoras de bullerengue. Entendimos que esto no es un asunto mecánico, sino que está relacionado con los acontecimientos que suceden en una rueda de bullerengue como la conquista, el coqueteo y el erotismo. Hablamos de estos temas porque son los que connotan el nacimiento del gesto en medio de lo que se está viviendo.

La música de los tambores y el objetivo interior de cada uno en la rueda como cantar para avivar el baile, la percusión que anima la fiesta y la teatralidad de las y los bailadores en sus objetivos interiores de conquista, generan una atmosfera que requiere que emane la expresividad propia de cada uno y en la que el gesto cobra gran importancia.

Los coqueteos, las miradas y los roces que se presentan en este baile surgen de lo más profundo de cada participante. Utilizamos palabras como *arrechera* para describir esas ganas de

conquistar, hablamos también de la *calentura* y el erotismo. Todo esto se refleja en el rostro, en la mirada, en la boca. En el caso de los hombres la mirada y las muecas captan nuestra atención, mientras que las mujeres se comunican a través de una sonrisa o indiferencia. Con la mirada, comunicamos y conquistamos.

Después de que el director nos habló sobre esto y nos enfatizó que no debíamos fingirlo si no sentirlo, comenzamos a llevarlo al gesto y a las muecas. Si no sentíamos algo en el momento no debíamos forzarlo. Empezamos a comunicar con la mirada y el primer paso fue mirar a quien bailamos, mirar al tambolero. Para esto nos emparejamos y nos sentamos cómodamente frente a frente, sosteniendo nuestras manos y mirándonos durante 15 minutos, tratando de comunicar sensaciones y emociones con la mirada. Fue un momento que nos permitió reconocer al otro, mirarnos en el espejo del otro.

Al final, esto es de lo que se trata el bullerengue, de la reunión, la convivencia y el encuentro, al igual que sucede en el teatro.

Figura 13.

Bailador que llama la atención



Figura 14.

La contesta de la bailadora.

**6.1.8. Dar el trapo**

Este encuentro se dio en la Bahía aguacate, del municipio de Capurganá. Del 14 al 17 de noviembre de 2020. Este encuentro giró en torno a la pregunta ¿Qué es dar trapo?

Durante este viaje tuvimos poco tiempo para dormir, pero mucho para bailar y cantar. En la rueda de bullerengue, se escucha constantemente la expresión *dar trapo* y quería entender qué significa. *Dar trapo* implica llevar el cuerpo al límite, disfrutando al máximo.

Durante estos días tuvimos presentaciones y celebración desde la mañana hasta la noche, bailando y cantando sin parar hasta el amanecer. El cansancio no existe en este tiempo, nuestros cuerpos están preparados para bailar, tocar palmas y disfrutar sin un límite a la vista. Es una experiencia de convivencia, donde nos quedamos sin voz.

Por la mañana acompañamos a algunos turistas durante el desayuno, mientras seguimos haciendo el bullerengue, acompañados de ron. Incluso los turistas y otros invitados participaron en

la rueda de bullerengue. Después del almuerzo nos presentamos nuevamente ante otro grupo de turistas y de allí continuamos hasta la noche, con pequeños descansos para comer.

En realidad, no queríamos dejar de dar trapo y seguimos bailando hasta las 6:00 de la mañana. No éramos solo nosotros los que estábamos dando trapo, si no toda la comunidad, ya que El Aguacate es un territorio pequeño, una comunidad donde todos se conocen y estaban felices por tener bullerengue en sus fiestas. Había personas de todas partes de Colombia y del mundo, todos convocados por el tambor. Me dejé llevar por la fiesta y mi cuerpo bailó hasta el amanecer, deseando cada vez bailar más.

Experimenté hacer coros con la voz ronca y sentí que *dar trapo* me hizo explorar diferentes formas de cantar, como si mi voz cambiara, a veces ronca, a veces suave, a veces fuerte. Del mismo modo, mi cuerpo encontró otros matices al bailar, otros sentimientos que surgieron desde lo más profundo.

Figura 15.

Los tiempos en la fiesta bullerenguera.

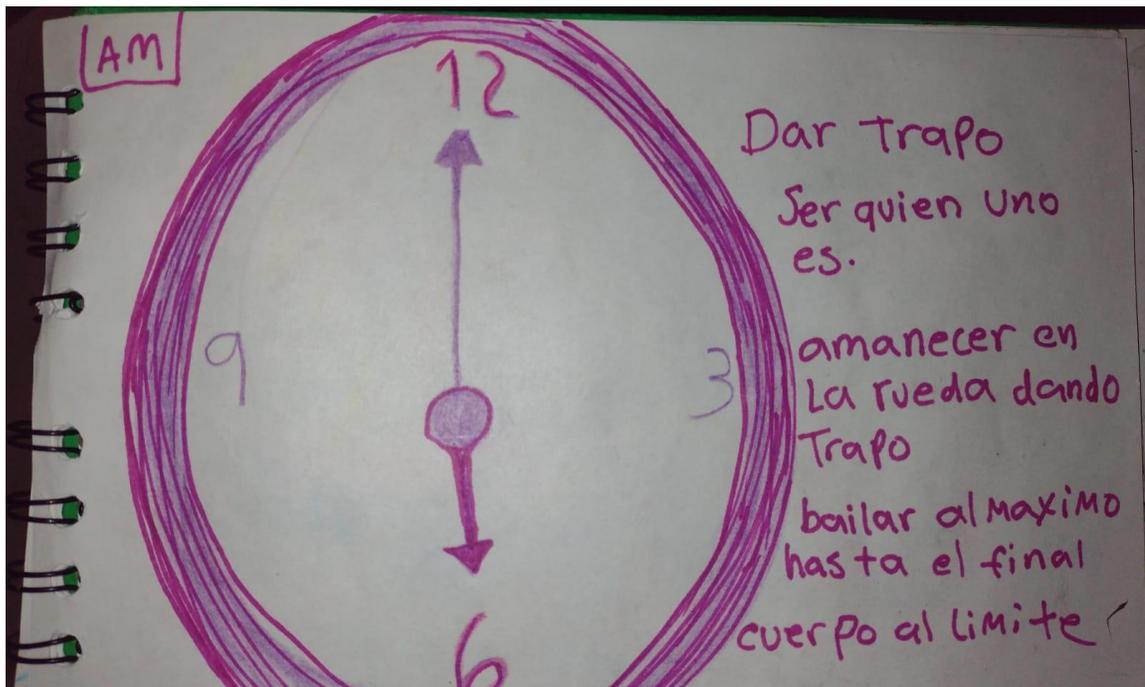


Figura 16.
Aliciente



Figura 17.
Subir a la montaña, antropologías.



Figura 18.*El trapo***6.1.9. El cuerpo del lamento y el dolor**

El siguiente encuentro se llevó a cabo en la Casa de la Cultura el 20 de noviembre de 2020 de 7:00 p. m. a 9:00 p. m. Su objetivo fue experimentar el dolor y el llanto y llevarlo al cuerpo danzado.

Nos encontramos grabando un video para un bullerengue de Jhonny Rentería, cantador Urabaense, y comenzamos la experimentación en la premisa del dolor de nuestros ancestros al escapar de la esclavitud y correr en busca de su tierra, solo para darse cuenta de que no se puede regresar.

La primera toma consistió en correr hacia el mar, mirarlo y llorar, expresando así el dolor y la tristeza de la impotencia. En la segunda toma, representamos la historia de nuestros ancestros estableciéndose en nuestros nuevos hogares; los palenques, y en los bailes que se danzan en ellos. Nunca se olvida el dolor de no poder volver a África. En la tercera toma, mostramos la figura del náufrago, representando a aquellos cuerpos que padecieron en los barcos negreros y anhelan regresar a su lugar de origen. Simbolizamos el mar como todas las lágrimas derramadas a lo largo de la historia. (Teresa Padilla, 2020)

Figura 19.
La imposibilidad.



Figura 20.
Ilustraciones de los ojos en el mar.



6.1.10. Los elementos del Bullerengue

Este encuentro se dio en Casa de René García el 30 de noviembre de 2020 a partir de la 4:00 p. m., teniendo como objetivo el conocer y comprender los elementos que conforman el Bullerengue.

Cada uno de los elementos en el bullerengue es importante, aunque la **falda**, conocida como “**pollera**”, ha sido para mí el elemento más significativo. A través de ella me he sentido guiada en

este viaje bullerenguero, pues representa una conexión profunda con los tambores, mi ancestralidad y feminidad. Es parte integral de mí.

Para que la pollera deje de ser simplemente un adorno o parte del vestuario, es necesario entender su simbolismo y cargarla de energía bullerenguera. Tengo varias faldas, pero hay una que llegó de una manera especial en mi cumpleaños, el 30 de noviembre.

Llegué a la casa de René García, cantador del grupo Eco de Tambó y encontré muchos elementos del bullerengue: sombreros, faldas, uniformes completos, totumas y turbantes. Sin embargo, había una falda que había pertenecido a Agustina Yepes, una bailadora y matrona muy poderosa de la zona, quien lamentablemente había fallecido unos años atrás. La falda fue sacada de una bolsa brillante y colocada en una hamaca.

Después de bailar y cantar algunos bullerengues y hablar sobre Agustina Yepes, René tomó la falda y me la regaló como símbolo de mi entrada en el mundo de las bailadoras y matronas y como un regalo de cumpleaños, uno muy significativo.

La falda o pollera es uno de los elementos fundamentales del bullerengue, ya que nos permite recordar cómo vestían nuestros ancestros. Sin embargo, su significado se profundiza aún más cuando bailas y te sumerges en el simbolismo de sus agarres y en el peso que llevan sus telas. Es el peso del dolor, pero también el peso del agua del mar que moja las telas de mi pollera.

Figura 21.

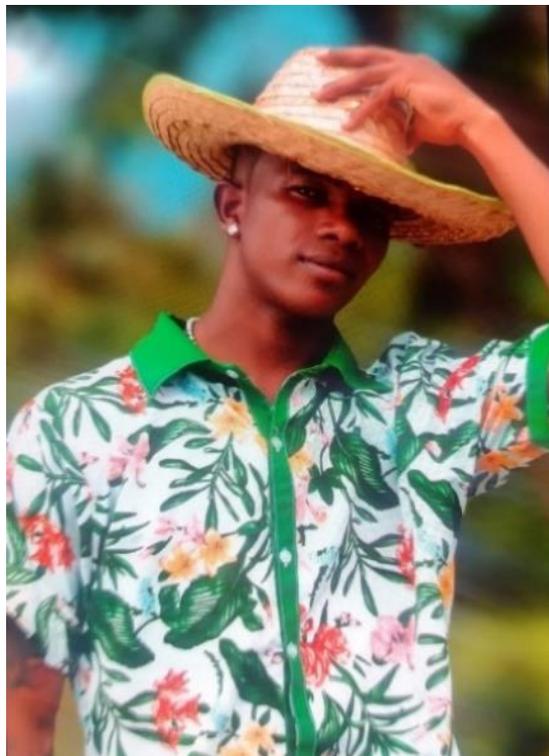
Danzas en patio ajeno.



Por su parte, el **sombrero**, originalmente utilizado por los pescadores y agricultores para protegerse del sol, en el bullerengue adquiere un significado especial. Los bailarores bullerengueros lo utilizan como una herramienta para conquistar a la bailadora. Mediante movimientos y soplos de aire fresco, mientras realizan maniobras con el sombrero para captar su atención y evitar que preste atención al tambolero. Además, no solo una forma de llamar la atención de la mujer, también sirve para crear un ambiente de seducción en el baile a través del coqueteo.

Figura 22.

Sombreros y coqueteos.



Los **turbantes, las flores y los collares** son elementos que van más allá de su función estética. Tienen un significado arraigado en nuestras culturas y tradiciones y nos permiten expresar nuestra identidad y conectar con nuestras raíces. Al usarlos nos embellecemos, no solo físicamente, sino también espiritualmente, honrando nuestra historia y transmitiendo un mensaje de orgullo y pertenencia.

Figura 23.
Flores y turbantes.



Figura 24.
Colores de la bulla, listas para la rueda.



El **maquillaje** ha sido una poderosa forma de expresión a lo largo de la historia. Desde tiempos ancestrales, el maquillaje ha desempeñado un papel significativo en ritos espirituales, jerarquías sociales y la representación de la cultura tradicional, como en el bullerengue.

El maquillaje es exclusivamente utilizado por las bailadoras, quienes lo utilizan con gran libertad y creatividad. Aunque las diversidades y algunos hombres actualmente utilizan ciertos polvos y colores.

El maquillaje básico en el bullerengue se caracteriza por sombras de colores fuertes. Aunque la elección del color de las sombras es libre, es importante que contrasten con el vestuario. Este contraste resalta la belleza y la expresividad de los ojos, añadiendo un toque de misterio y fascinación a la presentación.

El maquillaje en el bullerengue va más allá de la mera estética, es un medio de expresión que permite a las mujeres transmitir emociones y contar historias a través de su mirada. Cada trazo y elección de color en el maquillaje tiene un propósito, ya sea para resaltar la fuerza y la pasión del baile o para transmitir un mensaje simbólico.

Figura 25.

Parafernalia bullerenguera.



Los siguientes elementos son la **voz** y el **verso**. El verso se inspira en la vida cotidiana, en el canto al mar, a las aves, al pescado, a la tierra, a los pueblos, al amor, a las cantaoras fallecidas. Un ejemplo es el coro “Mi pescaito de la mar”, en el que se retrata la vida del pescador y su relación con el mar. Estas canciones capturan la esencia de las comunidades costeras.

Es interesante destacar que la mayoría de los cantadores interpretan estas canciones con los ojos cerrados, permitiendo que la voz fluya desde lo más profundo de su ser. Esta entrega y conexión emocional se refleja en la intensidad y la pasión con la que se interpretan los bullerengues. A través de la voz y el verso, se refleja la realidad y las vivencias de las comunidades afrodescendientes, transmitiendo su cultura, tradiciones y emociones más profundas.

Figura 26.

Cantos y composiciones de ojos cerrados.



Percusión: Los tambores son fundamentales en el bullerengue, y el tambor alegre o hembra es el protagonista. Es conocido como el "rey" que convoca a todos, ya que lleva consigo las voces de nuestros ancestros.

Este tambor es de gran tamaño y quien lo toca se le llama tambolero. Su función es acompañar a la bailadora, enamorándola con sus repiques. A su lado se encuentra el llamador o macho, un tambor más pequeño, pero igual de importante. Su tarea es realizar el llamado y mantener el pulso que guía todos los movimientos.

Figura 27.

La madre del bullerengue.



Las **Tablitas**, **totuma** y **palmas** son elementos que dan brillo a la ejecución musical. Acompañan con toda su energía al llamador y alimentan la cadencia de las caderas.

Figura 28.

Palmas y pulso.



Figura 29.
La totuma y su brillo.



Figura 30.
Parafernalias



Otro elemento importante es el **ron**, el *aliciente*. Como dice la Yoli, hacedora tradicional de bullerengue de Necoclí, “El ron es el que nos inspira, el que nos domina. Bullerengue sin ron no es bullerengue” (Angulo, 2018, 1m12s)

Otros elementos que rodean o rodearon alguna vez el bullerengue, aunque no profundizaremos son: la brujería, partería, plantas sanadoras, santería, hamaca y fuego.

Figura 31.

Energías y potencias dionisiacas.



6.1.11. La botella en la cabeza

El espacio para esta experiencia fue mi vivienda en San Juan de Urabá el 4 de diciembre de 2020 desde las 10:00 a. m., espacio que usé para trabajar el equilibrio.

Exploré un ejercicio inspirado en las habilidades tradicionales de las abuelas durante las fiestas: bailar con una botella en la cabeza sin que esta se caiga. Las bailadoras más experimentadas aseguran que una verdadera bailadora puede realizar esta hazaña, así que decidí probarlo por mi cuenta en casa. Este ejercicio requiere concentración y control del centro del cuerpo.

Para comenzar, utilicé una botella de plástico para evitar riesgos innecesarios, aunque el objetivo final es hacerlo con una botella de vidrio. Empecé con pasos suaves de bullerengue sentado, enfocándome en mantener la botella en equilibrio sobre mi cabeza. Aunque se me cayó varias veces al principio, logré sostenerla por unos segundos. Es un ejercicio que demanda mucha concentración.

Después de tomar un descanso, me enfoqué en fortalecer mi centro, apretando el abdomen y manteniendo la cabeza lo más quieta posible, mientras mis caderas seguían moviéndose. El objetivo era lograr estabilidad en la parte superior del cuerpo, mientras las caderas continuaban su movimiento. Descubrí que fijar la mirada en un punto fijo me ayudó a mantener el equilibrio.

Figura 32.

Centros del cuerpo en equilibrio.



6.1.12. Labores del Bullerengue

Esta experiencia sucedió el 17 de diciembre de 2020 a partir las 10:00 a. m. El objetivo del encuentro fue conocer la vida cotidiana del bullerengue y hacer un registro fotográfico del mismo.

Las labores del bullerengue se entrelazan estrechamente con la vida cotidiana y las actividades económicas de San Juan de Urabá, transmitiéndose de generación en generación a través de la participación en las tareas domésticas y agrícolas, así como en los momentos festivos que rompen la rutina diaria.

Otro aspecto importante a destacar es el trabajo físico de lavar. Cuando se lava la ropa a golpe del *manduco* se requiere el uso de movimientos repetitivos de las manos y los brazos para frotar y enjuagar. Estos movimientos pueden ser rítmicos y coordinados, lo que potencialmente influye en la expresión corporal de los bailarines del bullerengue

Salí por mañana a observar, fotografiar y dibujar las labores diarias del bullerengue. Visité a las mayores y sabedores tradicionales en sus labores de siembra, cría de gallinas, cocina, lavar, pescar, pilar, ventear el balai, observar la fabricación de carbón y recoger plátano. Me detuve en las que más me llamaron la atención: el pilar el arroz y ventearlo, lavar y pescar. De cada labor tomé una acción física que me llamo la atención, para estudiarla, hacerla y representarla con mi cuerpo.

- **Pescar:** Remar - tirar la atarraya – recoger la atarraya
- **Pilar el arroz:** Pilar el arroz (simulando el objeto).
- **Lavar:** Pulso del manduco, extender la ropa (con un pie llevo el pulso y con el otro extendiendo).
- **Ventear el balay:** Menear el cuerpo con la ondulación del balay.

Observé a Doña Nudys, nieta de Agustina Yépez, en su labor de Pilar el arroz. Hace un ciclo de movimientos apoyados en el centro del abdomen, los repite al golpear un mazo de madera en el pilón. Lo que se pila es un puño de arroz. Doña Nudys piló por 40 minutos sin parar. (BULLERENGUE Y TEATRO, 2023)

Figura 33.
A pilá el arroz.



Figura 34.
Ventear.



La actividad de pescar también puede influir en la expresión corporal del bullerengue. Los movimientos utilizados para lanzar las redes, recoger los peces y mantener el equilibrio en el agua pueden influir en la forma en que los bailarines se mueven y se expresan durante el baile.

Figura 35.
Pargo Rojo.



Figura 36.
Prosaica en la embarcación-



6.1.13. El llamador en mi cuerpo

El espacio de la Casa de la Cultura el 23 de diciembre de 2020 entre las 7:00 p. m. y las 9:00 p. m. fue el lugar de este encuentro que tuvo como objetivo la integración del ritmo del llamador en el cuerpo durante el baile de Bullerengue.

Durante nuestro encuentro nos enfocamos en aprender a tocar el llamador y llevar ese pulso musical al cuerpo, con el objetivo de integrar el ritmo del Bullerengue en nuestra expresión corporal. Comenzamos reconociendo que el llamador desempeña un papel fundamental en este estilo de baile, marcando el ritmo constante y enérgico que caracteriza al Bullerengue.

Nuestro primer paso fue aprender a tocar el ritmo sentao en el llamador, el cual consta de solo dos pulsos. Cada uno de nosotros interpretó este ritmo de manera personal, utilizando sílabas como *yu-ka* o *tu-pa* para guiarse. Este aprendizaje nos permitió comprender y dominar el pulso del llamador, estableciendo una referencia rítmica clara.

A continuación, nos enfocamos en llevar ese pulso al cuerpo. Sincronizamos nuestros movimientos de cadera con el ritmo del llamador, creando una conexión íntima entre la música y nuestra expresión corporal. Siguiendo las indicaciones del llamador nos desplazamos por el espacio, permitiendo que el pulso del ritmo influyera en nuestros movimientos y generara una armonía entre el tambor y el baile.

Además, llevamos ese pulso del llamador a nuestras palmas, creando un vínculo aún más profundo entre el bullerengue y nuestro cuerpo. Este ejercicio nos ayudó a interiorizar el llamador y fortalecer nuestra conexión con el baile del Bullerengue.

Se realizó un registro en video de una parte de esta actividad (BULLERENGUE Y TEATRO, 2023)

6.1.14. Lereos y guapirreos liberadores

El 20 de enero de 2021 se llevó a cabo el siguiente encuentro en la Casa de la Cultura con hora de inicio a las 4:00 p. m. y hora de finalización a las 6:30 p. m. El objetivo del encuentro fue explorar el lereo y el guapirreo.

Tuvimos la oportunidad de trabajar con el profesor René García los coros bullerengueros, con énfasis especial en soltar la voz. Trabajamos la intención del lereo y los guapirreos.

Estudiamos el lereo del bullerengue sentao *A la luna* de Carolina Olivares. El profesor René García nos guio con un calentamiento vocal para entonar y explorar la colocación de este lereo, enseñándonos a abrir la boca y emitir sonidos de forma controlada. Fue emocionante escuchar cómo los hombres entonaban la expresión *Yyyeeleeee* y luego las mujeres se unían en coro.

Después, el director Esmith nos brindó una valiosa charla sobre el lereo y su función en el bullerengue. Nos explicó que no solo es un adorno musical, también puede reemplazar el llanto y el lamento al ser utilizado para terminar un verso en caso de que olvidemos la letra.

Nos animó a explorar el poder de los lereos para expresar nuestras emociones y darles vida a los bullerengues. Además, nos habló del guapirreo, esos gritos y saludos que se dan en el bullerengue. Nos enseñó ejemplos como *joyelooo!*, *jupaaaa!*, *jupaje!*, que son gritos liberadores que nos permiten conectar mente y voz.

El guapirreo se convirtió en un ejercicio para sacar nuestra voz de forma más auténtica y natural. El profesor René nos invitó a atrevernos a guapirrear más en nuestras presentaciones, acercándonos al micrófono y dejando que nuestra voz resuene con fuerza y pasión bajo el impulso de gritos onomatopéyicos.

Nos dimos cuenta de que la voz también forma parte de nuestra presencia escénica como actores y que a través de los lereos y guapirreos podemos transmitir una energía única, cautivadora y auténtica.

Figura 37.
Gapirrear



6.1.15. Bullerengue en tarima / Bullerengue rueda

El último encuentro se dio en una tarima de San Juan de Urabá, en la cancha La Floresta en septiembre de 2021

En la tarima, los bailarores de bullerengue se encuentran en frente de su público, rodeados de luces, micrófonos y cámaras. En este espacio, todos desean mostrar lo mejor de sí, ya que el tiempo para realizar los bullerengues es más limitado y todos compiten por tener la oportunidad de bailar. Además, es común que los bailarores luzcan más elegantes en la tarima, ya que se busca mostrar una representación más formal y elaborada del ritual del bullerengue, especialmente en fiestas y festivales de competencia nacional.

Durante mi participación en festivales de Necoclí y Puerto Escondido, pude experimentar lo diferente que es estar en la tarima en comparación con estar en una rueda de bullerengue. En la tarima, la competencia entre bailarores se intensifica, mientras que en la rueda de bullerengue se enfatiza más el cortejo entre bailarores, bailadoras y tamboleros. Además, en la tarima se exige que los bailarores cuenten con todos los elementos del vestuario tradicional, mientras que en la rueda se puede utilizar ropa del común.

En la tarima, el cuerpo de los bailarores se expande más y se requiere una mayor conciencia del tiempo. Aunque es importante dejarse llevar por la música y el ritmo, también es necesario mantener cierta contención, ya que se cuenta con un jurado y un tiempo limitado para realizar la presentación.

Figura 38.

Bullerengue de proyección. Tarimas.



Figura 39.

Sentidos en la tarima del bullerengue.



7. Propuesta didáctica. Taller: El cuerpo del bullerengue.

El presente taller comprende un desarrollo metodológico de ocho días u ocho momentos específicos de exploración, creación y desarrollo de conciencia corporal a través del bullerengue.

7.1. Día 1. Conocernos con los pies descalzos.

Duración estimada 2 horas.

Objetivos: Dialogar entorno a sus vidas; quiénes son y de dónde vienen. Conocer a los compañeros a través de una secuencia de movimientos, permitiéndose ser reconocidos en él. Explorar nuevas sensaciones con los pies descalzos a través de la metáfora de pisar la arena del mar.

Los estudiantes y la profesora se disponen en un círculo. Denominaremos a este espacio Círculo del movimiento.

Cada estudiante debe mencionar su nombre y realizar un movimiento libre. Este movimiento puede generarse desde diversos lugares, por ejemplo, la sensación del momento, la resonancia de su nombre al pronunciarse, etc.

Los demás observan el movimiento y lo repiten. Una vez terminada la secuencia de presentaciones, todos repiten su movimiento sin decir el nombre. Este ejercicio se repetirá varias veces y se le irán incorporando palmas.

Todos se sientan conservando el círculo y nuevamente cada estudiante se presenta; esta vez con nombre, apellido y una breve historia de donde nació, donde se crio y por qué le gusta bailar. Es importante conocerse, narrarse y escucharse.

La profesora se presenta e inicia la conversación sobre las experiencias ancestrales que han tejido la historia del bullerengue. Se busca en este momento recordar. Se repite el Círculo del movimiento con el mismo movimiento que cada uno propuso al inicio.

Se promueven los juegos desde la imaginación usando como elemento el sonido de las olas del mar para ambientar el espacio. Cada estudiante elige un lugar y se ubica en él. Con estos juegos se pretende enraizar y tener conciencia de los pies para llegar al *pie del tambó*.

Se realiza el ejercicio de *la pata salaa*.

Con los ojos cerrados se les invita q que imaginen la arena del mar, tratando de sentirla entre los dedos, en los pies, imaginando que sienten la sal en los pies, se les pide que los muevan y comiencen a jugar. Se invita a los estudiantes a que se dejen llevar por la sensación y tomen el tiempo necesario para escuchar atentamente el pulso de su corazón, que es el mismo llamador.

Se les pide que se acuesten en el piso con los ojos cerrados, escuchando atentamente el sonido del mar y sintiendo el pulso del corazón. Se les invita a imaginar que se cubren con arena y a que se sumerjan en esta sensación, dejando que surjan movimientos suaves acompañados por el sonido del mar. Después de un tiempo estimado de 10 minutos, se les dice que se pongan de pie y se sacudan.

Se invita a los estudiantes a seguir las siguientes premisas:

- Sientan los pies hundiéndose en la arena, sientan la arena entre los dedos.
- Rocen el piso con la planta de los pies imaginando que arrastran la arena al moverse.
- Muévase por el espacio con la sensación de la arena en los pies.
- Muévase por todo el espacio dibujando *ochos* con los pies, arrastrándolos sin levantarlos en ningún momento.

A través de estas premisas se propone agudizar la percepción del espacio y de los demás compañeros, evitando tropezar uno con otros. Los desplazamientos se estimulan con diferentes ritmos en distintas velocidades. Después de la exploración se insta a que cada uno se instale en un lugar dentro del espacio. Ahora se pide que se realice la secuencia con los ojos cerrados.

Instalados en el espacio por segunda vez, se les pide que se imaginen enterrando los pies profundamente en la arena y convirtiéndose en una palmera, respirando y sintiendo la brisa del mar. Se le da un tiempo a la vivencia de las sensaciones de la palmera.

Se vuelve al Círculo del movimiento para cerrar.

7.2. Día 2. Trabajo de pies.

Objetivos: Profundizar en el diagnóstico de los estudiantes. Fortalecer la conciencia de los pies en los ritmos de Sentao, Chalupa y Fandango del Bullerengue. Explorar en el cuerpo el concepto de *Enraizamiento*.

Se inicia con el Círculo del movimiento. En este momento se busca un objeto que simule los grilletos amarrados en las pantorrillas de los pies, como los ancestros esclavizados, poniendo peso en los pies. Se propone una botella de un litro llena de agua.

Se camina por el espacio con la botella amarrada con la premisa o técnica de *lamer el piso* con los pies, haciendo referencia al pie de fandango.

Con el ritmo de tambó se da comienzo a *Pie de tambó*. Con la imagen de lamer el piso con las plantas de los pies se va llevando el ritmo del bullerengue sentao, que es la génesis del bullerengue. Cuando sientan los pies activos se juega con los otros dos ritmos: chalupa y fandango, dejándose llevar por el ritmo y las sensaciones que cada uno genera.

Con los pies ya libres se empieza a bailar Fandango de Lenguas; ritmo ternario que permite despegar los pies del suelo con pequeños saltos. Este baile brinda mayor amplitud y agilidad en el movimiento de los pies. Se les expresa que ya no tiene los grilletos en los pies, son libres y pueden moverse con mayor libertad al ritmo propuesto por el tambor.

En un solo espacio se mueven los pies de un lado al otro; lo que permite jugar con el equilibrio. Se realiza un movimiento pendular de la cadera hacia adelante y hacia atrás. Cuando se haya explorado lo suficiente este movimiento, se les invita que se desplacen por el espacio paseando los pies en forma de círculos y formando un ocho.

Este ejercicio se puede realizar en un espacio que aumente la resistencia de los pies, ya sea en una cancha de tierra o arena o dentro de una fuente de agua que ponga mayor resistencia al movimiento, en aras del fortalecimiento técnico y la consciencia del movimiento en otros entornos.

Se hace una cartografía de pies, dibujando los pies en una cartulina y los pintándolos con colores que representen el recorrido de la vida. Se invita a reflexionar sobre las preguntas ¿Por qué lugares he caminado? ¿Son pies fuertes o débiles? ¿Cuáles son sus características?

Figura 40.*Pie de tambó.*

Los colores escogidos son importantes para esta actividad y se puede acompañar la cartografía con frases, palabras y sensaciones que se experimenten durante el trabajo de pies.

Se finaliza el encuentro con el Círculo del movimiento y cada estudiante comparte, en una suerte de galería, su cartografía de pies.

7.4. Día 3. Las caderas, centro del movimiento.

Objetivo: Desarrollar, perfeccionar y fortalecer el movimiento de las caderas en el bullerengue, explorando sus distintas posibilidades.

Se les pide a los estudiantes que cierren los ojos y escuchen un Bullerengue en cualquiera de sus ritmos. Se les cuestiona sobre su vivencia del ritmo con preguntas como ¿Qué parte del cuerpo se mueve inicialmente al escuchar un Bullerengue? ¿En qué parte del cuerpo se marca con mayor intensidad el ritmo de la canción?

Se da paso al movimiento de las caderas de manera circular, conectando con la energía y el calor que emana del centro del cuerpo. Luego se les indica que se desplacen por todo el espacio como un ejercicio de calentamiento, bailando la canción.

Después del calentamiento cada estudiante amarra un turbante o trapo largo de forma apretada alrededor de las caderas y siguen moviéndolas en círculos, primero hacia la derecha y luego hacia la izquierda. Se realiza este ejercicio de manera continua durante 40 minutos o hasta el límite de resistencia del movimiento de la cadera.

Después de este tiempo se genera un espacio de reflexión en torno a las sensaciones y vivencias del ejercicio.

Se finaliza la clase con el Círculo del movimiento.

7.4. Día 4. Manos y brazos que vuelan en el mar.

Objetivo: Trabajar y fortalecer el movimiento de brazos y manos en distintas calidades de movimiento.

Se inicia con el Círculo del movimiento para saludarse. Se ambienta el espacio con el sonido de las olas del mar. Se les pide a los estudiantes que comiencen a moverse con los ojos cerrados, interiorizando el sonido, para convertirlo en movimiento en brazos y manos. Luego, se realizan movimientos ondulares. Moviéndolos como las alas de un pájaro en vuelo repetidas veces y sin parar, se deben desplazar por todo el espacio.

Se evoca la imagen de una garza en vuelo, pidiendo a los estudiantes imitar sus movimientos con los brazos, llevándolos hasta los dedos y mezclando esos movimientos con la sensación de los brazos el agua, en las olas del mar.

Se les pide imaginar que los brazos son alas de un pájaro, promoviendo el explorar una amplia gama de movimientos que imiten el aleteo, la expansión y la contracción, característicos de las aves en vuelo. Este ejercicio ayuda a activar los músculos de los brazos y los hombros y a desarrollar la conciencia corporal en conexión con la imaginación y la creatividad.

Con este *vuelo de pájaro* se busca desarrollar una conexión con el propio cuerpo y el mundo que lo rodea. Estos movimientos se nutrirán con los ejercicios realizados en las sesiones anteriores, vinculando todo lo trabajado y explorando tres nuevas canciones de Bullerengue.

Se finaliza el encuentro con el Círculo del movimiento.

7.5. Día 5. El gesto.

Objetivo: Trabajar el gesto facial, la mirada y las muecas en el baile del bullerengue.

Se hace el Círculo del movimiento y todos se quedan inmóviles en el puesto. Van pasando en parejas al centro del círculo y, frente a frente, se les pide que se miren por un minuto.

Se realiza otra ronda por parejas, pero esta vez con música. Se ingresa al centro del círculo con la premisa de coquetear; inicialmente con la mirada y luego acrecentando el coqueteo con el gesto.

Se les pide que realicen unos guapirreos de forma exagerada usando expresiones como *jupa!*, *jepa!* y *jwepa!* Se propone conversar sobre estas expresiones con anterioridad. Se utiliza la sonoridad de los *jupa!*, *jepa!* y *jwepa!*, primero de forma suave y, cuando el estudiante lo considere pertinente, lo exagera con más movimientos y gestos.

El guapirreo es una manifestación de la espontaneidad, la alegría y la conexión emocional que se experimenta durante la interpretación del bullerengue. Se van a llevar estas expresiones al rostro, exagerando al máximo los gestos.

La práctica de los guapirreos, incluyendo el *jupa!* y *jepa!*, puede ser muy útil para los actores de teatro como una forma de activar el gesto y la expresión corporal, al involucrar los músculos faciales y trabajar en la proyección vocal de forma espontánea a través de estos sonidos colectivos. Los actores pueden calentar y sacar su voz natural y activar el gesto para ampliar sus expresiones faciales.

Al realizar los guapirreos de forma exagerada, se involucra los músculos de la cara, como los de los labios, la mandíbula y las mejillas. Esto puede ayudar a crear una mayor resonancia y presencia en la voz.

El *jupa!* y *jepa!* durante una presentación de bullerengue involucra diferentes músculos faciales y proyección de la voz, lo que puede contribuir a una mayor resonancia y potencia vocal. Con una correcta técnica de respiración y una postura adecuada se puede lograr una proyección vocal más sólida y expresiva.

Se recomienda explorar el crescendo del gesto de lo suave a lo exagerado, de la tensión a la relajación. De igual forma con los demás movimientos del cuerpo para ir identificando los lugares de mayor tensión corporal.

Para hacerlo más retador y jugar con la imaginación, se agrega una acción y una labor del Bullerengue: lavar. Con este ejercicio se trabaja la teatralidad y otros objetivos del gesto, buscando construir una mayor naturalidad y fluidez de este.

Se hace la despedida con el Círculo del movimiento agregándole los gestos experimentados.

7.6. Día 6. La voz y el lereo.

Objetivo: Trabajar la entonación y la liberación de la voz a través del lereo.

Se da inicio con el Círculo del movimiento.

Al terminar el círculo todos se quedan en el puesto y se empieza a entonar el lereo del bullerengue *Yo no quiero cantar* de la cantadora Pabla Flores (Flores, 2024). El lereo es un llanto melódico que impregna la música con su tono melancólico y emotivo, creando una atmósfera de nostalgia, añoranza y profundidad emocional.

Esta expresión se entona de manera repetitiva y cadenciosa, permitiendo que la voz exprese sentimientos profundos. El lereo se convierte así en una poderosa herramienta para transmitir la riqueza emocional y espiritual.

Es fundamental permitir que el lereo llegue sin forzarlo. Si no surge de inmediato, no hay que preocuparse, con paciencia fluirá de forma natural.

Figura 411.

Imaginación y lereo.



Entre todos se inventa un lereo y se repete varias veces. Este puede funcionar como un recurso vocal para calentar la voz y enriquecer las interpretaciones al ser libre y espontáneo, desde las posibilidades vocales de cada participante.

Ahora se interpreta el coro del bullerengue escogido y se le incluyen las palmas. Se da un tiempo para explorar, perfeccionar y disfrutar el lereo y el canto. Luego, se experimenta con el lereo proyectándolo dentro de un balde. Así, cada estudiante podrá ampliar el sonido y escuchar mejor su voz.

El balde se convierte en micrófono para cantar y escuchar la propia voz, aprendiendo a amarla. Se invita a los estudiantes a reconocer cuándo no se han sentido cómodos y cómodas con su voz. Este ejercicio de la voz en el balde rememora juegos de infancia.

Figura 422.

Voz y ancestralidad.



Para finalizar se canta un bullerengue y se hace el Círculo del movimiento.

1.7. Día 7. Labores y elementos del bullerengue.

Objetivos: Conocer la vida cotidiana del bullerengero a través de la ficción en el movimiento. Fortalecer el equilibrio. Manejar diferentes elementos u objetos para la escena, reales e imaginarios.

Para el trabajo de equilibrio se solicita a los estudiantes apoyarse en un solo pie durante 2 minutos y luego en el otro durante el mismo tiempo. Se les invita a que imaginen que lo hacen dentro de un bote.

1.7.1. Pescador.

Con los dos pies apoyados, se simula el lanzamiento de la atarraya, su agarre y proyección de la mirada y la recogida de los peces manteniendo el equilibrio; tal como lo hacen los pescadores dentro del bote en movimiento.

Se buscará de que se realicen movimientos lo mejor coordinado posible, tratando de generar y memorizar una partitura de acciones, con el objetivo de lograr un lanzamiento potente y preciso. Se les recuerda mantener el equilibrio en la amplitud cada vez mayor de los movimientos.

El trabajo de un pescador implica el uso de los brazos y el equilibrio en su labor diaria. Enfocaremos la actividad en simular el lanzamiento de la atarraya, la recogida de peces y el mantenimiento del equilibrio.

Se realizan movimientos coordinados que involucran tanto los brazos como el cuerpo, con el objetivo de lograr un lanzamiento potente y preciso, al mismo tiempo que mantenemos el equilibrio de manera efectiva. Se practica la secuencia alternando el apoyo en un solo pie, simulando las condiciones de equilibrio precario en un bote.

Durante la fase de recogida, se pone el foco en jalar las redes con fuerza, de forma repetida, lo que ayuda a trabajar la resistencia muscular en los brazos. Se repite este ejercicio hasta alcanzar el punto de cansancio.

Figura 433.

Los brazos y el equilibrio.



Este entrenamiento no solo fortalecerá los músculos implicados en la pesca, también mejorará la capacidad para mantener el equilibrio y ejecutar movimientos coordinados de manera eficiente, tal como lo hacen los pescadores.

1.7.2. Pilar el arroz.

Se continúa con la acción de Pilar el arroz. En este ejercicio los movimientos deben apoyarse en el centro del cuerpo y se realizan repetidamente imitando la acción de triturar granos de arroz en un pilón. Se sugiere hacer preguntas como ¿Cómo se agarra el mazo del pilón? ¿Con qué fuerza lo hago? La realización de estos movimientos se hará llevando una métrica o pulso por 5 minutos.

Pilá el arroz es una acción que viene de la vida cotidiana del bullerenguero y se convirtió verso:

A pilá pilá lloro yo

A pila el arroz lloro yo

El que lo pilaba ya se acabo

A pila el arroz lloro yo

1.7.3. *La señora del balay*

Luego se pasa a la acción de Vetear en el balay. Se simula ventear el balay de manera enérgica con un sombrero. De manera similar, las totumeras ejecutan estos movimientos al tocar el bullerengue. La intención es enfocarse en las caderas y su incidencia energética como centro del movimiento.

Se ejecutan movimientos rítmicos y coordinados con el cuerpo, balanceando y agitando el balay de forma enérgica, tal como lo hacen las matronas o las totumeras. Estas acciones requieren un uso activo del cuerpo, la cintura, los brazos, las manos y la postura en general

Se invita a los estudiantes a que mantengan en su mente la imagen de una mujer que ventila el maíz o el arroz, jugando y desplazándose con estos movimientos por el espacio, hasta llevarlo a la cintura y transferirlo a las caderas en un movimiento pendular.

Figura 44.

El Balay teatral.



Las caderas y la conciencia de su movimiento como centro son fundamentales para el actor por varias razones: Las caderas son una parte clave del cuerpo para la expresión corporal en la actuación, al prestar atención a las caderas y ser consciente de su movimiento, el actor puede transmitir emociones, intenciones y características de sus personajes; las caderas son el centro de gravedad del cuerpo humano y juegan un papel crucial en el equilibrio y la estabilidad del actor en

el escenario; al tener conciencia de sus caderas y aprender a controlar su movimiento, el actor puede mejorar su capacidad para moverse con fluidez.

Las caderas son una zona del cuerpo que a menudo almacena tensiones y emociones. Al trabajar en la conciencia y liberación de la tensión en las caderas, el actor puede explorar y expresar emociones más profundas y auténticas en sus interpretaciones. Esto le permite explorar diferentes estilos de actuación, personajes y situaciones de manera más creativa y versátil.

En resumen, las caderas y su conciencia son importantes para el actor de teatro porque contribuyen a la expresión corporal, el equilibrio, la conexión emocional y la versatilidad en escena.

Luego, se invita a los estudiantes a jugar con el sombrero intentando hacer malabares con él. Se conforman parejas y entre ellas se lanzan el sombrero sin dejarlo caer, intentando sorprender al compañero con algún truco de agilidad. En este espacio se da un tiempo prudente para que cada estudiante se familiarice con el sombrero y proponga trucos con él.

La botella en la cabeza

Después se realiza la actividad de la botella en la cabeza. Con una botella de plástico llena de agua, se pone sobre la cabeza y se menea la cintura en círculos, sin dejarla caer. Para aumentar el grado de riesgo y concentración, se puede proponer utilizar una botella de vidrio.

Posteriormente se les pide que se pongan un balde sobre la cabeza y se mueva por el espacio con él, agachándose y haciendo varios movimientos, tratando de que nunca se caiga.

Luego, cada estudiante trae su balde y se sienta a aprender los ritmos bases del bullerengue Sentao y Chalupa usando el balde como llamador.

Empollerarse

Finalmente, se le pide que se empolleren, invitándolos a realizar una exploración libre del movimiento con la falda; agarres y vueltas. Cada estudiante toma una falda y busca un espacio y se pone a jugar con ella.

Al terminar la exploración se organiza una rueda y se propone una *guerra* de polleras. Cada estudiante ingresa al centro de la rueda y realiza faldeos por un minuto, se van haciendo relevos

hasta que todos los estudiantes participen. Se practica esta *guerra* de polleras con los tres ritmos del bullerengue.

7.8. Día 8. Final - Ritual personal (training).

Se da inicio con el Círculo del movimiento.

En este momento se busca conversar y dialogar sobre todo el recorrido del curso: Retos, dificultades, sensaciones, opiniones en general. El espacio está dedicado a responder dudas e inquietudes y a explicar las premisas del ejercicio final o ritual personal, generado de la exploración.

Con el camino recorrido se va a crear un *training* personal donde se involucre todo lo estudiado, recorriendo cada parte del cuerpo estudiada: Pie, caderas, brazos, gesto, lereo y las labores y objetos del bullerengue.

Se contará con 1 hora para prepararlo y 1 hora para presentarlo.

8. Reflexiones para la enseñanza de la expresión corporal en el teatro

A través de la experiencia de aprendizaje del bullerengue se propone una ruta hacia el entrenamiento corporal de actores y actrices desde una puesta en escena dentro de la rueda de bullerengue, que espeja la preparación hacia la puesta en escena teatral. Esta rueda será, no solo un encuentro festivo, también una exploración de las disputas entre los bailadores que, al final, es un juego o una *agresión ritualizada*. Se trata de una lucha por la conquista de una pareja o por la jerarquía, una relación que preserva la vida, la autopoiesis. Es la disputa de un cuerpo viviente que se relaciona para poder preservarse, reproducirse y encontrarse con el otro.

A continuación, se plasmará las reflexiones que permitieron la creación de la propuesta didáctica del numeral 7 de la presente sistematización, a través de la experiencia de la autora en el camino de aprendizaje del Bullerengue. Para efectos de conexión con el sentir de quien las escribe, estas reflexiones se narrarán en primera persona.

8.1. El ritual de la Bailadora actriz

Figura 45.

Tambor y letras



La bailadora actriz o bailarín actor proviene del concepto de bailarín actor de la antropología teatral de Barba, Savarese & Ceballos (1988), y es una adaptación basada en mi experiencia bullerenguera.

Este ritual es una oración e invocación a los espíritus de mis ancestros a través de mi cuerpo, recorriendo todo lo vivido en la búsqueda del cuerpo del bullerengue. A través de esta oración corporal preparo mi cuerpo para la escena, siendo consciente de que al salir a escena no estoy sola, me acompañan las sombras de mis antepasados.

El exceso de razón puede ser perjudicial al impedir sumergirte en el mundo de la semejanza. La semejanza no es la única forma de entender la vida, pero es parte de mí y mi cosmogonía. En lugar de cuestionarla o incluso negarla, deseo aceptarla y expandirla.

La primera vez que sospeché que este era *mi lugar* fue con la danza Odissi, que practiqué entre 2014 y 2015 con la maestra de danza Odissi, Carolina Prada, una colombiana que se radicó en la India para comprender desde su territorio esta danza sagrada. Ella me enseñó que la danza es una oración, y con esta danza sagrada de la India, sentí la conexión entre mi mente y cuerpo con mi ancestralidad. Cardona (1993), aborda la danza Odissi destacando que, en la India, esta danza dialoga con lo metafísico, pues lo divino reside en el gesto.

Otra experiencia que marcó mi camino fue el acercamiento a la danza Butoh, que conocí a través de Diana Fernández, licenciada en danza de la Universidad de Antioquia y reconocida como bailarina *mutante*. Esta danza se nutre de presencias invisibles y tiene una visión del universo dentro del cuerpo.

La danza Butoh se relaciona con lo subterráneo, con aquello que guarda los secretos del latido de la naturaleza. Para acceder a estos secretos, Nakajima Natsu, bailarina de la primera generación de danza Butoh, insta a sus alumnos a esforzarse por borrar su yo individual y convertirse en conciencia universal. Esta idea se refleja en Cardona (1993, citada en Peña, 2009)

Una forma de vivenciar este diálogo metafísico es a través de la imaginación, así que vamos a cerrar nuestros ojos y abrir los ojos de la imaginación para conectar con las imágenes del adentro.

Figura 46.

Una ventana hacia adentro.



Las danzas rituales resaltan lo sagrado y esencial en la estructura humana, los movimientos y cantos que emergen del cuerpo permiten manifestar los ritmos de un universo paralelo en nuestras células, dando lugar a la idea de que en la más profunda espiritualidad puede emerger la más profunda animalidad. (Cardona, 1993).

Para mí es necesario conectar con mi ancestralidad, con las cosas que creo y que me hacen vibrar, conectarme con el agua y el fuego la humedad, el calor, lo femenino y lo masculino. Encontrarme con mis orichas Yemayá y Changó. Escribió Zapata (2021):

Ancestros
sombras de mis mayores
sombras que tenéis la suerte
de conversar con los Orichas
acompañadme con vuestras voces tambores,
quiero dar vida a mis palabras.
Acercaos huellas sin pisadas
fuego sin leña
alimento de los vivos
necesito vuestra llama
para cantar el exilio del Muntu
todavía dormido en el sueño de la semilla.
Necesito vuestra alegría
vuestro canto
vuestra danza
vuestra inspiración
vuestro llanto.
Vengan todos, esta noche.

Es el convivio con los ancestros, el llamado al agua al fuego, a Yemayá y a Changó.

Las ofrendas son, para esos ancestros, gesto de agradecimiento. Ofrendas que se pueden dar a través de los frutos de la naturaleza como los mangos, limones, cocos, flores; o con el sonido de maracas, esos que se pueden encontrar en el territorio y que son tan agradables para mí y los orichas.

Yemayá es la diosa del mar, de los ríos, en ella traigo el mar caribe que me vio crecer, el río Sinú que es mi territorio. Los momentos más felices de mi vida los he pasado ahí entre el mar el río, son ellos parte de este cuerpo.

Figura 47.
Yemayá.



Nota. Fuente <https://la-candela-salsa.de/yemaya-afro-cuban-dance-class/>

Figura 48.
El pensar de la semejanza.



Changó es el fuego. Mi signo zodiacal es sagitario, mi elemento es el fuego, soy de tierras calientes, de Montería Córdoba, la villa soñada. Su temperatura es de 40 grados centígrados y crecí así, caminado por esas calles bajo el sol de la resistencia. Pero changó también es danza, con lo que mejor expreso, es mi lenguaje.

8.2. La experiencia.

Esta experiencia alrededor del Bullerengue comenzó con un baile, con una rueda de bullerengue. La observación de la rueda de bullerengue en la fiesta de cumpleaños *Hedonismo en el Mar* me permitió apreciar la extraordinaria presencia escénica y expresión corporal de los bailarones. A lo largo de la noche y la madrugada, pude presenciar un ritual de cortejo y disputa en el que los cuerpos estaban cargados de significado.

Los pies, enraizados y equilibrados, las caderas marcando el ritmo y los movimientos de las manos y los gestos faciales expresando coqueteo, crearon una tensión constante entre los bailarones y los tamboreros.

En este ritual, los cuerpos se movían con una energía dosificada, intensificándose con los repiques del tambor. La habilidad de los bailarones para coquetear con sus movimientos de pies y la destreza técnica y expresiva de los tamboreros con el instrumento creaban una disputa por la atención de las bailarones. Cada participante entraba en la rueda en parejas, hombre y mujer, en un relevo constante.

La presencia escénica de los bailarones, su conexión con la música y el ritmo, y la expresión de emociones a través de movimientos sutiles, como el dolor en las canciones de aire Sentao, me mostraron la riqueza y la profundidad de la expresión corporal en el bullerengue. Además, la participación de cantadores y tamboreros, junto con aquellos que no eran hacedores de bullerengue, pero acompañaban la celebración, creó un ambiente de convivio y calor humano.

La rueda de bullerengue en la fiesta de cumpleaños me permitió apreciar la teatralidad, la energía, la disputa y la presencia escénica de los bailarones. Los cuerpos enraizados, los movimientos llenos de significado y la conexión con la música y el ritmo me mostraron la importancia de esta expresión cultural en la preservación de la identidad y la memoria ancestral.

Durante la grabación de la rueda de bullerengue, experimenté, junto con mis acompañantes, una fusión de elementos como el pie en la arena, las miradas, los gestos, la complicidad, el equilibrio, la espontaneidad y el fuego. Estos elementos se entrelazaron para crear una experiencia enriquecedora, donde pude explorar diferentes facetas del baile y su presentación en diversos contextos.

Además, la conexión con la tierra, la comunicación visual y la energía compartida fueron aspectos fundamentales que destacaron en mi vivencia. También fue notable la relación que establecí con el espacio, los participantes y el fuego, que no solo simboliza fiesta y reunión para los bullerengueros, también representa una fuente de fuerza y energía, pues sentí que muchos de los que allí nos reunimos experimentamos una sensación de ardor al bailar y cantar.

De allí inició mi proceso de formación y en mi primer encuentro, el objetivo era comprender los procesos de creación de movimiento a través de los ritmos Sentao y Chalupa en el bullerengue. A medida que exploraba la historia y génesis de esta danza, me sumergí en una experiencia enriquecedora y significativa.

La historia compartida por el director sobre cómo nuestros ancestros bailaban con grilletes sujetos a sus tobillos me impactó profundamente. Al simular el peso y la limitación de los grilletes con una botella atada a mis pies, pude experimentar de manera más vívida la conexión entre el movimiento y la historia del bullerengue. Adoptando la técnica de *lamer el piso* y llevando el movimiento circular a la cintura, me conecté con la tierra y su energía, comprendiendo la importancia de esta conexión en el baile bullerengüero.

Finalmente, al bailar al ritmo del tambor, cada uno de los que participábamos de este encuentro expresó su propio estilo y movimiento, sintiendo el impulso y la libertad de dejarse llevar por la música. Esta experiencia me dejó con un profundo aprecio por la riqueza cultural y la fuerza que el bullerengue representa.

Este encuentro me permitió, no solo comprender los procesos de creación de movimiento en el bullerengue, también conectarme con mi historia, la tierra y la energía compartida a través de la danza. Fue una experiencia transformadora que me dejó con una mayor apreciación y comprensión de esta hermosa tradición cultural.

Mi encuentro en la playa me dejó con la reflexión de que se hace necesario interiorizar esta base en su simpleza y precisión, trabajando la consciencia de los pies como motor de creación de los demás movimientos. Me invitó, adicionalmente, a aprovechar la arena de la playa como espacio

de fortalecimiento técnico, creación de resistencia física y consciencia del movimiento en el agua y la arena.

Cuando me encontré con el ritmo del fandango de lengua, la alegría y celebración me permitieron jugar con el equilibrio. Mi pensamiento se fue hacia el hecho de que los pies ya no tienen grilletes, son libres y pueden seguir el ritmo del tambor. Sentí mi cuerpo más expandido y pude experimentar la emoción de alegría y fiesta que transmite el fandango de lengua en el bullerengue. Mientras observaba el baile de los hombres, noté que había más riqueza en la búsqueda del trabajo corporal.

La siguiente experiencia me permitió conectar de manera más profunda con mi cuerpo y explorar el poder y la resistencia de mis caderas en los bailes de bullerengue. A través de la repetición y la resistencia pude experimentar una mayor fluidez y control en el movimiento de mis caderas. Además, noté la importancia de la conciencia corporal y cómo el uso del turbante ajustado en las caderas me ayudó a enfocar mi atención y mejorar mi técnica.

El encuentro frente al mar me permitió sentir que mis brazos son como alas y que están llenos de la brisa del mar. A través de ellos pude comunicarme de manera espontánea y expresar mi historia danzando. También siento que mis manos tienen la capacidad de sostener el peso de mi dolor y el dolor arrastrado como consecuencia de nuestros ancestros esclavizados. Las manos y los brazos se convierten en una dramaturgia, transmitiendo emociones y experiencias de una manera única en el bullerengue.

Al grito del maestro, como recordación de la falda de la cumbia *jábrete como una garza!* recordé que me sentí como garza grande y majestuosa al manipular la falda de bullerengue. Pude entender que esa imagen agrandaba mi cuerpo, porque así es la garza, grande y majestuosa, caminando con su cuello estirado. Dice Cardona (1993) que “En la más profunda animalidad anida, también, la más pura espiritualidad” (p. 50).

La mirada y el gesto sostenido, ya sea triste o alegre, representan unos ojos coquetos, pero a la vez expectantes de lo que está sucediendo y de lo que puede suceder. Es un cuerpo en tiempo presente, expresando emociones y vivencias a través de la mirada.

Entendí que *Dar trapo* es ser yo misma, intensificada, en la fiesta y con el otro. Es encontrarse con quien realmente eres. Como me dijo Fernando Cardales, cantador de bullerengue, cuando el cuerpo está cansado no se puede superponer más, no hay espacio para la actuación, solo sale la autenticidad, sin máscaras ni representaciones.

En medio de la pandemia, junto a Fernando Cardales, quise rendir homenaje a Jhonny Rentería, cantador de bullerengue fallecido. Experimenté el dolor real de llorar por la pérdida de un amigo y descubrí que a través de mis movimientos también podía expresar el llanto.

Comprendí que las lágrimas no solo se encuentran en los ojos, sino que también pueden manifestarse a través de los movimientos de las manos y los gestos, enraizándome en mis pies y sintiendo la tristeza desde adentro para expresarla a través de mi baile.

Mas tarde comprendí que las mujeres afrodescendientes siempre han demostrado una gran destreza al llevar objetos en la cabeza; canastos, palanganas o baldes. Esta habilidad proviene del equilibrio y el centro que han desarrollado a través de las tareas diarias. Al practicar el baile con una botella en la cabeza, pude apreciar la destreza y concentración que se requiere para mantener el equilibrio y control del cuerpo. Es un homenaje a la tradición y una forma de honrar las habilidades transmitidas por generaciones.

Y al acercarme a las tradiciones descubrí que, mientras se pila el arroz, el golpe y el pulso del pilón son los mismos que se usan en el llamador y la totuma y con ese ritmo se crean versos y lereos. Al mismo tiempo, el cuerpo se fortalece y se entrena al pilarse el arroz, ya que este proceso requiere movimientos repetitivos y coordinados. Aquellos que pilan deben golpear el arroz con fuerza y ritmo para separar los granos de la paja. Estos movimientos pueden influir en la fuerza y precisión de los movimientos corporales durante el baile del bullerengue.

Después de pilarse el arroz se procede a ventearlo en el balay. Vi hacerlo a una señora que, a pesar de su avanzada edad, muestra mucha entereza en el meneo del balay. Esto me hizo recordar un bullerengue que invita a que mire como se menea la señora del balay. Las señoras realizan movimientos rítmicos y coordinados con su cuerpo, incluyendo balanceos, giros y el agitar el balay de manera enérgica. Estas acciones requieren un uso activo del cuerpo, involucrando la cintura, los brazos, las manos y la postura general. De manera similar las totumeras ejecutan sus movimientos de manera enérgica.

La vida cotidiana de los bullerengueros y sus labores diarias tienen un impacto directo en la expresión corporal y el baile del bullerengue, enriqueciendo esta tradición cultural con movimientos auténticos y significativos. El Bullerengue no solo es un baile, es también una forma de conectar con las raíces, la historia y la identidad de la comunidad, transmitiendo sus valores y experiencias a través del lenguaje del cuerpo y la danza.

Mi experiencia me llevo a dirimir que, mediante la sincronización de nuestros movimientos de cadera, el desplazamiento influenciado por el llamador y la incorporación de las palmas, puedo establecer una conexión íntima entre la música y la expresión corporal. Esta conexión me ha permitido interiorizar y expresar de manera más profunda el ritmo del llamador, convirtiéndose en una valiosa herramienta para enriquecer la expresión corporal en el escenario y el manejo del tempo/ritmo.

Al dominar esta rítmica se puede adquirir una habilidad esencial para los actores al momento de interpretar y transmitir la energía del bullerengue en diversas actuaciones.

Aprendí a utilizar el lereo como un recurso vocal para enriquecer las interpretaciones, y a aprovechar el guapirreo como una forma de liberar la voz y conectarse con la esencia de la música y la comunicación del bullerengue. Fue una experiencia enriquecedora que me animó a seguir explorando y desarrollando mis habilidades vocales.

Finalmente, tuve la oportunidad de estar en una tarima. La tarima representa un espacio diferente para los bailarores de bullerengue, pues la competencia y la representación más formal del ritual se hacen presentes. Aunque requiere una mayor preparación y atención a los detalles, es una oportunidad para mostrar lo mejor de sí mismos y destacar en festivales y eventos. Sin embargo, no se debe olvidar que la esencia del bullerengue se encuentra en la rueda, donde el cortejo y la conexión entre los bailarores y tambolero son los protagonistas. Ambos espacios son importantes para preservar y difundir esta tradición cultural tan rica y significativa.

Fue a través de toda esta experiencia que logré encontrar el camino para proponer transformar la esencia del Bullerengue en una herramienta didáctica para el desarrollo de las actrices y actores.

Figura 49.

Amistades Eco de Tambó.



Finalizo el ritual tal como empezó.

9. Conclusiones

9.1. Teatro y Bullerengue

El teatro y el bullerengue son expresiones artísticas que comparten similitudes en su esencia y en la forma en que se desarrollan. Según la definición propuesta por Dubatti (2012), el teatro es un acontecimiento que se forma a través del convivio, la poiesis y la expectación.

El convivio, entendido como la reunión de dos o más personas, es un elemento fundamental, tanto en el teatro como en una rueda de Bullerengue. En ambas formas de expresión se crea un espacio de encuentro y comunión entre los participantes en el que se comparten experiencias, emociones y energías. (Dubatti, 2012).

El acontecimiento, por su parte, implica que algo único y especial sucede en tiempo presente. En el teatro, esto se traduce en la representación de una historia, la cual no se repetirá exactamente igual en cada función (Dubatti, 2012). En el Bullerengue, cada rueda es una experiencia única donde los versos y los coqueteos se crean en el momento, en respuesta a la energía del grupo y la interacción entre los bailadores.

La poiesis, entendida como el acto de creación deliberado y consciente, es otro punto en común entre el teatro y el Bullerengue. En el teatro, los actores y directores trabajan en conjunto para dar vida a una obra, utilizando su creatividad y técnica para transmitir emociones y contar historias (FHAYCS Audiovisuales, 2016). En el Bullerengue, los bailadores también son creadores, pero en lugar de seguir coreografías preestablecidas, expresan su sabiduría ancestral a través de su cuerpo, transmitiendo las vivencias de su cotidianidad y las emociones que habitan en ellos.

La vida diaria de los bullerengueros, con actividades como pelar el arroz, lavar y pescar, configura el baile cantado del Bullerengue. Estas actividades se convierten en la base de su expresión corporal, fortaleciendo su resistencia física, coordinación y fuerza muscular. Cada movimiento enérgico y rítmico del bullerengue refleja la vitalidad y la conexión profunda con su cultura y su identidad.

En resumen, el teatro y el bullerengue comparten la esencia de ser acontecimientos que se forman a través del convivio, la poiesis y la expectación. Ambas expresiones artísticas se nutren de la reunión de personas, la creación consciente y la vivencia del momento presente. El

bullerengue en particular se enriquece de la sabiduría ancestral y las labores diarias de los bullerengueros, que se manifiestan en su expresión corporal durante el baile.

Tanto el teatro como el bullerengue son medios poderosos para transmitir historias, emociones y la riqueza cultural de una comunidad.

La oración es una comunicación con lo metafísico. Barba (1994) aborda la oración como “La proyección de todo nuestro ser, una tensión hacia algo que está simultáneamente dentro y fuera de nosotros, un vuelco de la energía interior, el echarse a volar de la intención/acción” (p 16).

9.2. Expresión corporal y Bullerengue

El baile bullerengero es un ritual de cortejo y disputa donde los bailarores muestran una extraordinaria presencia escénica. Los cuerpos son significantes y se puede observar cómo los pies están enraizados y equilibrados, mientras que las caderas juegan un papel fundamental en el ritmo y movimiento al compás del tambor que nutre la puesta escénica del baile y la vida. También es notable cómo las manos tienen muchos movimientos y significados y los rostros reflejan gestos de coqueteo y expresión emocional. La continua disputa entre el bailaror y el tambolero añade un conflicto constante que mantiene los cuerpos en tensión y creación.

La expresión corporal en el bullerengue es un encuentro profundo con la identidad del individuo, una conexión directa con la memoria de nuestro territorio. A través del cuerpo y la danza nos acercamos a quienes somos y a nuestras raíces.

Cardona (2020), menciona la importancia de recordar y no olvidar, y es a través del cuerpo que podemos acceder a esas memorias. En la búsqueda de la autora de este trabajo por reconectar con su memoria ancestral y reconocer su territorio en su propio cuerpo y movimiento, se adentró en el estudio y observación del Bullerengue de San Juan de Urabá, una danza tradicional de la región caribeña y parte de su herencia cultural.

Al observar a los bailarores de bullerengue se centra la atención en el cuerpo del bailaror, aquel que transmite toda una ancestralidad a través de sus movimientos precisos y claros. Al igual que un animal, el bailaror ejecuta un ritual de disputa y agresión ritualizada, como describe Cardona (1993). Esto permite preguntarse ¿Qué ocurre en esos cuerpos antes de expresarse? ¿Cómo se preparan o entrenan? La respuesta, obtenida a través de la vivencia de Bullerengue, no es otra que la vida diaria, es ella la que da forma al cuerpo del bailaror de bullerengue.

Las labores cotidianas son el corazón del bullerengue. El cuerpo del bailaror se moldea a través de las labores cotidianas que realiza, como lavar, pescar y pilá el arroz. Estas actividades requieren movimientos específicos y repetitivos que pueden ser los que fortalezcan y tonifiquen diferentes grupos musculares.

El lavado implica movimientos de frotación y estiramiento de brazos y manos, lo cual puede ayudar a fortalecer y tonificar la musculatura de esa zona. La pesca puede requerir movimientos de lanzamiento y recogida de redes o cañas de pescar, lo que implica fuerza y coordinación en brazos y piernas. Por otro lado, la tarea de pilá el arroz implica movimientos de golpeo y trituración con un pilón, ayudando, quizá, al fortaleciendo los músculos de brazos y hombros.

Estas actividades diarias desarrollan la resistencia física, la coordinación y la fuerza muscular de los bailarores de bullerengue. Los movimientos y habilidades adquiridas se transfieren y se reflejan en su expresión corporal durante el baile. La energía, la fuerza y la vitalidad necesarias para llevar a cabo estas tareas se manifiestan en los movimientos enérgicos y rítmicos del bullerengue.

Además, el cuerpo del bailaror refleja una profunda conexión con la cultura y la identidad. Estas labores diarias, como lavar, pescar y pilá el arroz, forman parte de la vida cotidiana de las comunidades afrodescendientes, de donde surge el bullerengue como expresión artística y de resistencia. Por lo tanto, el cuerpo del bailaror no solo se forma a través de las labores físicas, también incorpora la memoria y la historia de su comunidad, transmitiendo una sabiduría ancestral y creativa a través de su movimiento.

En resumen, las tareas cotidianas como lavar, pescar y pilá el arroz contribuyen a la formación del cuerpo del bailaror de bullerengue, desarrollando su resistencia física, coordinación y fuerza muscular. Estas actividades también reflejan una profunda conexión con la cultura y la identidad, infundiendo en el cuerpo del bailaror una sabiduría ancestral que se expresa a través del movimiento en el bullerengue. Todo lo que sucede antes de bailar, esa preparación y entrenamiento, es sistematizado y analizado para desarrollar una propuesta pedagógica que fortalezca la expresión corporal de los actores de teatro.

Referencias

- Angulo, J. [Jhonma Angulo] (18 de marzo de 2018) *Bullerengue, Piel y Tambores - Trailer 1*. [Archivo de video]. YouTube. https://youtu.be/m5DaD08KWN8?si=Ht_J_PMHm3OEOQZD
- Angulo, J. [Jhonma Angulo] (10 de febrero de 2019). *San Juan de Urabá es magia*. [Archivo de video]. YouTube. <https://youtu.be/P36pkhod1K4?si=hw9sCAaxEAJMk9wp>
- Barba, E. (1994). *La canoa de papel*. Catálogos.
- Barba, E. (2011). *El training del actor. Teorías de la actuación*. <https://bit.ly/3X0AaA8>
- Barba, E., Savarese, N., & Ceballos, E. (1988). *Anatomía del actor: diccionario de antropología teatral*. <https://ci.nii.ac.jp/ncid/BA12333547>
- BULLERENGUE Y TEATRO (19 de agosto de 2023). *Fiesta bullerenguera “Hedonismo en el mar”*. [Archivo de video]. YouTube. https://youtu.be/JaD_7n2nhc8?si=BadBDvObORVYTZcQ
- BULLERENGUE Y TEATRO (19 de agosto de 2023). *Ritual del bullerengue*. [Archivo de video]. YouTube. https://youtu.be/L0plbPbNi4A?si=2THlh_qFyAJqYk7J
- BULLERENGUE Y TEATRO (12 de septiembre de 2023). *Genesis de las bases del baile bullerengüero (ENRAIZAR LOS PIES)*. [Archivo de video]. YouTube. https://youtu.be/4Mbv4AoEBA?si=Q1_9JZp_n-8GJutB
- BULLERENGUE Y TEATRO (12 de septiembre de 2023). *Los bailadores de bullerengue deben saber tocar el llamador* [Archivo de video]. YouTube. <https://youtube.com/shorts/DSqnF48fYw4?si=FPJcTwS1FN3Z2VII>
- BULLERENGUE Y TEATRO (12 de septiembre de 2023). *El baile sentao Genesis del bullerengue*. [Archivo de video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=vm0ESIQ4rzg&t=72s>
- BULLERENGUE Y TEATRO (24 de septiembre de 2023). *La génesis del bullerengue* [Archivo de video]. YouTube. <https://www.youtube.com/shorts/f0ZU1FcmVx8>

BULLERENGUE Y TEATRO (20 de febrero de 2024). *La diferencia entre bailarín y bailador (entrevista a Marino Sánchez)*. [Archivo de video]. YouTube. <https://youtu.be/UuZQyEdI1Rw?si=YA5y8CQ1LKpenpnK>

BULLERENGUE Y TEATRO (20 de febrero de 2024). *El bullerengue para la expresión corporal del actor de teatro (Palabras de Marino Sánchez)*. [Archivo de video]. YouTube. <https://youtu.be/8uRB6fDke90?si=faUW28NkyiuGv7Et>

Canal Teleantioquia (14 de diciembre de 2020) *De Leones y Mariposas, Las Machis (Camaleón) – Teleantioquia* [Archivo de video]. YouTube. https://youtu.be/LfojNAnRK7w?si=56hUG625oh_q6emu

Cardona, P. (1993). *La percepción del espectador*. Cenidi Danza/INBA. ISBN: 9682954932

Cardona, P. (2020). *De la crítica al Bios y a la poética del bailarín/actor*. <https://bit.ly/4aIhf0g>

Cifuentes, R. & Pantoja, G. (2019). *Sistematización de experiencias para construir saberes y conocimientos desde las practicas: Sustentos, orientaciones, desafíos*. Brujas.

Departamento Administrativo de Planeación (2020). *Fichas Municipales 2019-2020*. <https://bit.ly/4e6oHVQ>

Domínguez, G. (2022). El bullerengue en María La Baja: Construcción de un relato folklórico. *Cuadernos de Música, Artes Visuales y Artes Escénicas*, 18 (1), 236-249. <https://doi.org/10.11144/javeriana.mavae18-1.bmrf>

Dubatti, J. (2012) *Introducción a los estudios teatrales*. Atuel.

Expuestos ESE. (9 de junio de 2017). *Entrevista a “Patricia Cardona” // EXPUESTOS*. [Archivo de video]. YouTube. <https://youtu.be/e1wf4Ibplms?si=3iCGA2mtK2yyzWnC>

FHAYCS Audiovisuales. (29 de agosto de 2016). *Apuntes 11 Jorge Dubatti - El teatro como acontecimiento*. [Archivo de video]. YouTube. https://youtu.be/5DaY_NTwDxE?si=ouWB874ySiC1qBaF

Flores, P. (2024) Yo no quiero cantar [Canción]. En *Bullerengue Pa'l Mundo*. Corporación Buen vivir.

Grisales, J. I. (2013). *Dramaturgia del acontecimiento social II*. Universidad de Antioquia.

- Lemoine, L. & Salazar, J. A. (2013) ¡Ay Petronita, la vida vale la pena! Semblanza de la cantadora Petrona Martínez. *Nómadas* 39, 2017-2228. <http://www.scielo.org.co/pdf/noma/n39/n39a15.pdf>
- Padilla, T. [Teresa Padilla] (22 de noviembre de 2020) *BULLERENGUE "Lamento de la mujer"- Bulla y tambó/Jhonny Rentería*. [Archivo de video]. YouTube. <https://youtu.be/qqs01Ini4KA?si=JvuXzY3phl4GGLFE>
- Peña, I. [Isaac Peña] (19 de diciembre de 2009). *La percepción del espectador 02/05*. [Archivo de video]. YouTube. https://youtu.be/vXugXqm8r2o?si=oqeAVHT_Z-uPl4RT
- Peña, I. [Isaac Peña] (19 de diciembre de 2009). *La percepción del espectador 03/05*. [Archivo de video]. YouTube. <https://youtu.be/NFedX3g8AMA?si=qnGQxrTYtn7Igl5D>
- Peña, I. [Isaac Peña] (19 de diciembre de 2009). *La percepción del espectador 04/05*. [Archivo de video]. YouTube. <https://youtu.be/vQgbgVRpMh8?si=mn3EsA7mVZicfoY->
- Peña, I. [Isaac Peña] (19 de diciembre de 2009). *La percepción del espectador 05/05*. [Archivo de video]. YouTube. <https://youtu.be/16WRn8H4nt8?si=187xrLE6UKUX11j4>
- Zapata, M. (1983) *Cangó, el gran putas*. Ediciones LAVP.

Anexos

Anexo 1. Entrevistas

Las entrevistas se transcriben manteniendo los modismos y formas de expresión de las personas entrevistadas. Las preguntas y comentarios del investigador están resaltadas en negrilla.

Entrevista N1: Urabá Ruiz Tabres. Bullerengero, especialista en intervenciones psicosociales, licenciado en teatro y gestor cultural.

¿Qué es para ti el bullerengue y qué tan importante es en tu vida?

El bullerengue es una práctica cultural, sobre todo comunitaria, que convoca a comunidades a través de la música el baile la oralidad y detrás de estos elementos... pues... asuntos como la cocina, la medicina y la organización comunitaria, el cuidado materno-infantil, la espiritualidad, acompañan esta convergencia. Es una práctica resultante de procesos de mestizaje, de encuentros de diversidades culturales, no es una práctica de origen africano, es una práctica que se configura con saberes de origen africano, con saberes de origen europeo y saberes de estos territorios ya existentes de pueblos originarios. Entonces esto permite que podamos hablar de una práctica de diversidades culturales de mestizajes de convergencia.

¿Cómo llegas tú al bullerengue?

Yo llego al bullerengue con la idea de llegar a un ritual de comunidad, a un ritual de expresión y afirmación de identidades, de formas de habitar el mundo, de afirmaciones... afirmaciones que hablan sobre habitar el mundo. El bullerengue fue la posibilidad de reconocermé, de reconocer mis raíces, de hablar sobre lo que tiene valor para mí, de volver a lo esencial de encontrarme con otras y otros y, en ese encuentro, expresar, decir qué hago, decir en qué creo, decir a qué le temo, decir qué amo. Entonces se vuelve importante para mí porque me permite ser estar y conectarme con otras y otros.

Urabá, en la Seccional Apartadó de la Universidad de Antioquia, existe un curso de Expresión Corporal dentro del programa de Arte Dramático que comprende la construcción de cuerpos a partir del bullerengue como técnica corporal ancestral, del cual tú fuiste el

creador. Cuéntanos la Genesis de este curso. ¿En qué consiste? Y sobre aquello que expresas como lo mágico/religioso.

El programa de Arte Dramático llega al campus de Apartadó, a la región de Urabá, buscando fortalecer, formar y estimular los procesos de creación, investigación/creación, docencia de los artistas escénicos en el territorio y escuchando las dinámicas territoriales. La expresión corporal de este programa, o el curso de expresión corporal de este programa, ausculta sobre técnicas corporales que puedan fortalecer el ejercicio actoral en formación, que puedan formar actores y actrices, sobre técnicas aplicada al cuerpo que lo potencia, escuchando el territorio. Entonces surge la Técnica Corporal Aplicada I, Bullerengue I y Técnica Corporal Aplicada II, Bullerengue II. Se acompañan esos cursos de Expresión Corporal I y Expresión Corporal II para potenciar su ejercicio desde entrenamientos, desde el fortalecimiento de un tiempo pre expresivo, desde la exploración de técnicas que desarrollen elementos necesarios para esa expresión corporal, y el bullerengue llega porque el bullerengue tiene un trabajo corporal dentro de su expresión o dentro de su desarrollo sociocultural; y esto, entonces, permite sospechar sobre unos cuerpos que se están fortaleciendo, que se desarrollan y que, naturalmente, es de la danza y lo que tiene que suceder antes en el cotidiano, en el entorno sociocultural, para que se dance, hay unas capacidades en desarrollo, hay unas cualidades que emergen y hay unas posibilidades expresivas desde estos movimientos. Entonces, se invita a esta práctica, sobre todo a su componente danzarín, a sus movimientos, a configurar esta técnica corporal aplicada que nos permite, no solo fortalecer un cuerpo, entrenarlo, habilitarlo para la expresión corporal, sino que también nos hace sospechar sobre las técnicas corporales aplicadas que pueden haber en los territorios y cómo desde el conocimiento propio de los territorios podemos, también, pensar el fortalecimiento de estos artistas de las artes escénicas y, por supuesto, pensar en el desarrollo de técnicas corporales que la alimenten. El mundo del teatro, el mundo de las Artes Escénicas es pensar el lugar propio de desarrollo expresivo-creativo, el fortalecimiento.

¿Crees que estas prácticas ancestrales también puedan entrar aportar al área de técnicas corporales del programa de Teatro o de Artes Dramáticas de la Universidad de Antioquia, seccional Medellín?

Hoy el programa es un contenido novedoso en cuanto a lo específico del desarrollo que propone, es un modelo que bien han utilizado en otros escenarios del mundo, y es explorar técnicas

cercanas que, en realidad, es próximas para las necesidades que se tengan corporales y actorales en ese sentido. Este contenido puede aportar, en cualquier parte del mundo, al fortalecimiento de actores y actrices, hoy hablando del arte drama, y puede dar ideas sobre la exploración de técnicas corporales que hay en nuestras realidades próximas. El hip hop... la labor de... la labor es cotidiana, de un escenario de trabajo de obreros; por ejemplo, en una plaza de mercado, habla, entre otras actividades que vinculan el movimiento, que demandan un esfuerzo, el desarrollo de una habilidad que tienen unos puntos fuertes, como el equilibrio, la resistencia, la fuerza, la flexibilidad, la propiocepción, entre otros; que puedan explorar y se puedan desarrollar. Estamos hablando, entonces, de sospechar sobre el desarrollo de técnicas que podamos poner al servicio del arte dramático.

Entrevista N2. Venus Paternina, Reina Nacional del Bullerengue 2019-2022 en Puerto Escondido - Córdoba.

Háblanos sobre el sentir de los bailadores, tu sentir como bailadora de bullerengue.

Uno en ese momento está enamorado del tamborero, yo me enamoro, yo les tiro besos; en alguna oportunidad yo he besado algún tambolero porque me da emoción, ellos me pican el ojo, me dicen ven y yo voy.

Hay bailadores que son de hacer bobadas, payasadas, pero que la bailadora le preste atención; el bailador hace todo lo posible para que la bailadora no se vaya detrás del tambolero, por eso se tiran al suelo, se arrastra, te jalan, te coge, te agarra, te soba, para que te quedes con él.

Lo importante de bailar bullerengue es sentirlo, la persona que baila bullerengue sin sentirlo no lo está haciendo bien, porque no es una coreografía, es lo que salga en el momento, si te nace tirarte al suelo, así algunos lo vean mal, si tú lo sientes, hazlo.

Entrevista N3. Farnecy Morelo Barrios, bailarador tradicional de bullerengue de San Juan de Urabá.

Háblanos sobre el sentir de los bailaradores, tu sentir como bailarador de bullerengue.

El bullerengue es la felicidad y la oportunidad de lucirme, porque uno en el bullerengue sale es a lucirse y a enamorar, cuando una persona quiere conquistar a otra hace lo que sea y eso es lo que uno le demuestra a la bailadora, con la destreza corporal, que uno trabaja y tiene fuerza para defenderla.