

# **Entropía**

Solo coreográfico de danza contemporánea basado en la resiliencia tras sufrir abuso emocional, físico y sexual

Proyecto de Investigación - Creación en danza para optar al título de  
Licenciada en Educación Básica en Danza

**Por**

Tania Monsalve Román

**Asesora**

María del Pilar Naranjo

Facultad de Artes - Departamento de Artes Escénicas

Licenciatura en Educación Básica en Danza

Universidad de Antioquia, Medellín

2020

Foto: Miyer Juana Paniagua

## Contenido

Introducción.....	3
1. Planteamiento del problema .....	4
1.1. Surgimiento de la idea .....	4
1.2. Antecedentes .....	6
• Ana Mendieta (Cuba, 1948 – USA, 1985).....	6
• Jana Leo (Madrid/España, 1965).....	7
• Esther Mbabazi (Uganda, 1995) .....	8
• Bolewa Sabourin (París/Francia, 1985).....	9
• Álvaro Restrepo (Medellín/Colombia, 1957).....	11
• Débora Arango (Medellín/Colombia, 1907 - Envigado/Colombia, 2005).....	12
1.3. Justificación.....	14
1.4. Pregunta de Investigación .....	17
1.5. Objetivos .....	17
• Objetivo general.....	17
• Objetivos específicos.....	17
2. Contexto.....	18
3. Desarrollos conceptuales.....	19
3.1. Resiliencia .....	19
3.2. Re-significación de la realidad .....	21
3.3. Re-apropiación del cuerpo.....	22
3.4. Corporeidad de las emociones .....	23
4. Diseño metodológico .....	27
4.1. Tipo de investigación, enfoque y estrategia .....	27
4.2. Técnicas.....	28
• Relato de la memoria.....	28
• Contextualización.....	29
• Composición.....	30
• Estructuración de la propuesta de creación .....	32
4.3. Propuesta de creación .....	32
• Diseño dramático.....	33
• Video de la obra .....	36
5. Cronograma .....	37
6. Conclusiones .....	38

7.	Consideraciones éticas.....	42
8.	Bibliografía .....	43
9.	Anexos.....	46
	Anexo 1. Relato de la memoria de un abuso emocional, físico y sexual .....	46
	Anexo 2. Actividad de visualización .....	52
	Anexo 3. Dibujos realizados por niños abusados sexualmente (Video introductorio).....	53
	Anexo 4. Obras de Débora Arango .....	56
	Anexo 5. Vestuario.....	58
	Anexo 6. Afiche publicitario.....	59
10.	Agradecimientos .....	60

## Introducción

*“El cuerpo dice lo que las palabras no pueden decir.”*

Martha Graham

Quise iniciar con esta frase con la que encuentro mucha afinidad. Es de una de las revolucionarias de la danza moderna norteamericana, quien con su técnica dio otra perspectiva a la danza y al cuerpo. El estilo de Graham permitió dar protagonismo a sus emociones y logró reflejar en sus obras el deseo de transmitir con el cuerpo.

La corporalidad, principalmente la que he desarrollado mediante la danza, se ha convertido para mí en la herramienta principal para comunicar las emociones y sacar los sentimientos más profundos. Es el medio para llegar a un estado de total libertad, de trascendencia, en el que puedo ser consciente de mi propio cuerpo, independiente del espacio y el tiempo.

El presente trabajo hace una recopilación de las estrategias creativas y expresivas utilizadas por diferentes artistas que evidencian el gran poder que tiene el arte enfocado en un ámbito de transformación y/o crecimiento personal. Con el fin de generar denuncias y recuperar la dignidad, surgen experiencias de re-significación de la realidad y re-apropiación del cuerpo, que resultan determinantes para comprender la propuesta que aquí presento.

Se propuso la realización de un solo coreográfico basado en una experiencia personal de abuso sexual, físico y emocional vivida en la adolescencia. Ese abordaje estuvo sustentado en una propuesta de investigación-creación en la que la danza sirvió de pilar para disponer la resiliencia como tema de exploración y composición escénica. Con el fin de asentar esta premisa, se realizó la composición y posterior presentación virtual, obteniendo como producto un registro audiovisual de un solo coreográfico de mi autoría.

## **1. Planteamiento del problema**

### **1.1. Surgimiento de la idea**

Mi interés por la danza como medio para resignificar la realidad y en ese sentido, como medio de sanación, surgió mientras cursaba quinto semestre de la Licenciatura en Educación Básica en Danza. Siempre he encontrado un sentir especial por la danza, lo cual me ha llevado a explorarla a partir de muchos ámbitos. Uno de éstos fue como medio para lograr una recuperación física y emocional, luego de sufrir un episodio traumático marcado por actos de violencia y vulneración.

Comencé a interesarme en las personas víctimas del conflicto en Medellín, especialmente cuando conocí algunos proyectos orientados a crear ambientes sanos por medio de la danza y la música. La concepción de “ambientes sanos” permitía pensar en un escape a la situación de violencia que presenciaba y ofrecía un espacio en donde no se tuvieran prejuicios porque el principal elemento era el respeto propio y del otro.

Uno de estos proyectos que conocí en aquella época fue 4 Elementos Skuela, en el barrio Aranjuez de la comuna cuatro de Medellín. Esta escuela es considerada una de las cunas de B-Boys, MC, DJ's y grafiteros de la cultura urbana del país. Utilizando el arte como forma de expresión son una alternativa a la violencia en el barrio. Este proyecto empezó a transformar la realidad de muchos jóvenes al darle sentido al día a día por medio de un entretenimiento capaz de mostrar nuevos caminos de reconocimiento y otras formas de tener voz. En la constancia del entrenamiento, se han desarrollado procesos donde lo más relevante es el respeto por el espacio, por el cuerpo del otro y el propio, además de la insistencia en el compromiso y la responsabilidad de pertenecer a un grupo social significativo.

Luego de un tiempo de estar rodeada del tema, sentir y descubrir cómo el arte puede generar transformaciones en otros individuos y en colectivos sociales, inicié la investigación de mi proyecto de grado de una manera más concreta, más subjetiva y a partir de una experiencia personal.

Me interesa pensar en un relato, una retrospectiva de mi pasado, mediante la cual pueda comprender y evidenciar el impacto de la danza en mi propio desarrollo y en el fortalecimiento de mis capacidades, específicamente luego de que una situación adversa y/o desafortunada me ocurriera. A la edad de nueve años comencé a ser víctima de abuso emocional, físico y sexual por parte de mi padrastro. Esta experiencia, que duró seis años, marcó un antes y un después en mi vida.

Casos como éste abundan en una sociedad machista como la nuestra, y en su mayoría, son casos ignorados y/o nunca contados por miedo, vergüenza o desinterés. Más allá de mi historia, siempre me he preguntado cómo las personas que han sido abusadas sexualmente logran superarlo; ¿a qué o a quién acuden para sanarse?; ¿de qué manera adquieren fuerza para seguir adelante?; ¿cómo adquieren la capacidad de superar una situación que genera tanta vulnerabilidad? Preguntas como éstas son las que me suscitan las opiniones de quienes conocen mi caso y siempre me dicen cosas como: “es difícil creer que una persona como usted, que por fuera se ve siempre tan fuerte, haya vivido tal cosa”.

Esto me ha motivado a centrar mi tema de investigación en la resiliencia. Entendiendo que se trata de una capacidad que solo descubrimos en los momentos más complicados de nuestra vida, me interesó poner en evidencia lo que la danza ha logrado en mí, al indagar sobre mi propia capacidad de resiliencia, pensando en el arte como una herramienta mediante la cual se puede realizar un acercamiento a los sentimientos más profundos asociados a una realidad

opacada por la memoria de un abuso emocional, físico y sexual. Se trata de un acercamiento basado en la premisa de expresar mediante la corporalidad y re-significar la realidad.

Mi deseo con esta propuesta es generar una reflexión a partir de un aporte académico y una muestra artística, en quienes les interese las conexiones entre el abuso sexual, el cuerpo resiliente, la corporeidad de las emociones y la re-significación de la realidad a través de la danza.

## **1.2. Antecedentes**

Como antecedentes para este proyecto he considerado a algunos artistas que han basado sus obras en la crítica a la violencia y los abusos. Sus propuestas dan voz a las víctimas, contando sus propias historias o poniéndose en el lugar de éstas. De esta manera, promueven la creación de espacios en los que la función del arte es servir de herramienta fundamental como sensibilizador social y creador de denuncia; dejando ver también su potencial como herramienta para el desarrollo de la resiliencia. También quise mencionar como referentes ajenos a mi experiencia, unos trabajos de grado realizados en la Universidad de Antioquia, propiamente de la Licenciatura en Educación Básica en Danza.

- **Ana Mendieta (Cuba, 1948 – USA, 1985)**

Esta artista hispana tuvo gran reconocimiento dentro del arte contemporáneo. Dedicó la mayor parte de sus obras a la representación a través del cuerpo, utilizando el *performance* y el *body art*. Una mujer con personalidad luchadora, reivindicativa y provocadora, con un enfoque feminista, sello y común denominador en sus obras. A partir de su historia de abusos causados por el exilio, en una época en donde el racismo y la violencia de género fueron predominantes, ella buscaba defender a quienes ocupaban estos márgenes sociales,

creando una mirada crítica de la sociedad que le rodeaba para después gritar corporalmente el rechazo y el sufrimiento causado por estas realidades. (Yaconic, 2018)

A partir de una reflexión de su obra, “*Rape Scene*” (1973), que traduce “escena de violación”, mediante la cual muestra una fuerte denuncia en relación con la utilización de la mujer como objeto sexual y el poder dominante del hombre para tomarla sin su consentimiento, se puede sentir la fragilidad y el nivel de degradación al que puede llegar una persona que ha sido abusada. Con esto se crean en el espectador sensaciones y emociones de impotencia, desagrado, odio y tristeza, al ser partícipes de esta representación.

En Mendieta logro encontrar una muestra clara de la función del arte como creador de denuncia, de la fuerza y el impacto del cuerpo como herramienta para alzar la voz, crear identidad y fortalecer el espíritu para provocar en el otro un actuar. Son esas pautas las que quise incorporar en el solo coreográfico. La necesidad de formar el cuerpo para lograr hacer un movimiento, tener la libertad de poder expresar cualquier emoción, crear una coreografía y explorar nuevas posibilidades corporales. A partir de mi experiencia personal, la danza ha sido mi voz; la fuerza que me caracteriza y que ven en mí muchas personas. De ahí mi interés por indagar los factores que influyen para reconocernos como seres capaces de sobreponernos a cualquier adversidad.

- **Jana Leo (Madrid/España, 1965)**

La violación que sufre en su casa de Harlem en 2001, marca la obra de esta artista polifacética que lucha a través del arte contra el abuso, en todas sus formas. Esto lo hace creando varios espacios cuyo propósito es la generación de denuncia, principalmente, y el desarrollo de una campaña educativo-artística de participación llamada “No Violarás”, que

está dividida en 3 piezas: El Portal (asaltos de desconocidos), La Novicia (abusos perpetrados por la familia o en el colegio) y La Jauría de Perros (violaciones en grupo). En otra de sus obras, una serie llamada “Domestofobia”, escenifica el miedo al espacio íntimo tras ser vulnerado.

Una de las cosas que me llamó la atención de esta artista fue la manera en que utilizó su experiencia propia como un impulso para la creación de sus obras, que exponen sin tapujos el tema del abuso sexual; un tema que, a pesar de ser mal visto, es algo muy común e incluso tolerado socialmente.

Captar esa idea de resistencia a través de la danza es lo que busqué representar en la obra expuesta como muestra de esta investigación-creación. Esta idea es muy bien representada por la artista, ya que su violación no fue motivo de represión; al contrario, esto le sirvió para encontrar mediante el arte, su forma de resistir, de expresar una inconformidad, de transmitir su deseo por crear una educación apropiada que ayude a disminuir estos casos.

- **Esther Mbabazi (Uganda, 1995)**

Entre las diferentes representaciones artísticas, la fotografía también permite dar a conocer historias en donde se vulneran los derechos que todos los seres humanos tenemos. Como dice Esther Mbabazi, fotógrafa ugandesa, “si el arte se utiliza para comunicar temas importantes en nuestra sociedad, el mundo tarde o temprano deberá reconocer los desafíos que todavía tenemos, y así, pequeños proyectos como el mío ayudarán a erradicar injusticias como la violencia sexual”. (Coll, 2016)

Su creación llamada “Shadowed - A photographic story about rape” hace visible la situación incómoda y el tormento que significa ser abusado sexualmente. Sin la intención

de re-victimizar a las víctimas, trabaja con un grupo de bailarines de danza contemporánea, con quienes reconstruye emociones y expresiones corporales de impacto en el espectador.

“Creo que los artistas tenemos que pensar en cómo contar historias de forma creativa sin la necesidad de poner a la víctima en otra situación difícil” E. Mbabazi. (Coll, 2016).

Destaco el uso de la expresión “no re-victimización” que expone Mbabazi, porque me cuestiona sobre el hecho de generar lástima o compasión con este proyecto y mi historia. Al igual que Esther, veo a la danza contemporánea como una forma de arte que me permite abordar una experiencia personal, con el ánimo de provocar una reacción encaminada a una toma de conciencia por parte del espectador, sobre una realidad que ha sido naturalizada y a la vez escondida. En lo personal, al servirme de esta como medio de exploración expresiva y emocional, pude crear una conexión profunda con el cuerpo y llegar a ser consciente de cada movimiento para dar una intencionalidad. Aunque mi especialidad sean otros estilos, propiamente los bailes de salón, siempre he sentido gran interés por el contemporáneo. Por esta razón, utilicé la danza contemporánea como principal componente del solo coreográfico que presenté.

- **Bolewa Sabourin (París/Francia, 1985)**

Este bailarín y coreógrafo se ha dedicado a trabajar con mujeres víctimas de violencia sexual a través del baile, como herramienta para la reapropiación de los cuerpos.

Decidió sumarse al Dr. Mukwege, Premio Nobel de la Paz 2018, y tomar acción en la recuperación de las víctimas del conflicto armado en la República Democrática del Congo, que en su mayoría son mujeres despojadas de su dignidad y utilizadas como arma de guerra.

Con el ánimo de ofrecer la danza como forma de resiliencia, nace Re-Création, una compañía que realiza un trabajo en conjunto con mujeres que han sufrido violencia sexual, realizando talleres de danza, en donde se muestra como herramienta para fortalecer la resiliencia, ayudando a la expresión y reapropiación del cuerpo.

Expone una denuncia a la violación como arma de guerra a través del espectáculo “LArmes” (2019). Esta puesta en escena es una mezcla entre danza y percusión, que trata de crear empatía con el público, mostrando una visión humanista y activista del arte. Mostrando un paralelo entre las “lágrimas” de ira que se sienten al llevar en el cuerpo la memoria de un abuso y el “arma” que se utiliza para tomar acción y llenarse nuevamente de valor.

De acuerdo con Sabourin y el encuentro que propone con la danza, resulta valiosa la manera como un medio de comunicación no verbal ayuda en los procesos de recuperación emocional. La danza funciona como canal para reapropiarse del cuerpo, para usarla como un arma contra el abuso, como una estrategia para crear fortaleza, para sublimar los efectos de cualquier acción que vaya en contra de nuestros derechos, de nuestra libertad de expresión, de decidir sobre nuestro cuerpo y nuestra identidad.

Dentro de su autobiografía “La Rage de Vivre” (“La Rabia por Vivir”), Sabourin habla sobre cómo la danza le permitió encontrar armonía en una vida caótica y le permitió vivir un “caos armonioso”. Me gusta la manera en la que este artista crea un juego de palabras para dar lugar a la importancia de la danza en el proceso de resignificar la realidad vivida; relacionando también este término con el significado de la palabra “entropía” en el ámbito de la psicología, se puede asemejar este “caos armonioso” con un nuevo orden que parte del caos, o un equilibrio en medio del caos.

Al ser la danza un medio para sacar los sentimientos que se llevan dentro, se convierte en un lenguaje mediante el cual se cuentan historias, se provoca al otro a tener empatía con lo que se está mostrando, a generar una opinión, a crear conciencia de una situación.

Como herramienta de creación artística, la fortaleza me ha permitido dejar de lado el temor a hacer algo por las críticas que pueda recibir, y me ha dado la determinación de poder decidir sobre mi cuerpo y mi identidad.

- **Álvaro Restrepo (Medellín/Colombia, 1957)**

Este bailarín y coreógrafo colombiano, radicado en Cartagena de Indias, creó un centro artístico llamado El Colegio del Cuerpo, eCdC, junto a la coreógrafa francesa Marie France Delieuvin. Su enfoque en el arte como forma de cambiar la vida, lo impulsa a la formación en danza contemporánea, dirigida a poblaciones vulnerables como niños y jóvenes de las barriadas de la ciudad, muchos de los cuales han pasado por situaciones del conflicto armado o han pasado por algún tipo de abuso y/o discriminación.

Cuando era niño sufrió abuso emocional y físico, al estar en un colegio de Bogotá. Luego de este proceso educativo complicado, encontró en la danza y el reconocimiento del cuerpo, una manera de abordar su realidad, para re-significarla, para entenderla.

Restrepo promueve una educación para la paz a través del arte, el cuerpo y el movimiento. En la compañía eCdC, enseña a sus alumnos a contar su historia, utilizando su cuerpo como vehículo de expresión. Esta muestra de resiliencia a través de la danza y su lenguaje corporal, deja en evidencia el poder tan grande que tiene el arte en los contextos psicosociales de una comunidad y en el desarrollo emocional del individuo.

Destaco de este artista la búsqueda constante por inculcar en sus alumnos, además del compromiso y la exigencia, una pedagogía del respeto, la dignidad y el placer por la disciplina.

- **Débora Arango (Medellín/Colombia, 1907 - Envigado/Colombia, 2005)**

Fue una pintora expresionista y acuarelista colombiana. Rebelde, transgresora, audaz, polémica, talentosa, Débora abordó la crítica social y política de su país y de su época: pintó obreros marginados, monjas, prostitutas, mujeres relegadas, el dolor y el maltrato, la situación política y las manifestaciones populares. Interpretó la realidad cotidiana, denunciando la violencia de una sociedad llena de prejuicios ancestrales. Fue la primera mujer colombiana que se atrevió a pintar desnudos por lo que fue duramente criticada; también lo fue por los retratos de conocidos políticos pintados con formas de animales.

Ella tuvo la entereza de ser coherente y de expresar hasta las últimas consecuencias su manera de ver la realidad, a pesar de la incompreensión permanente que rodeó toda su actividad artística y de los violentos ataques personales que debió enfrentar. Débora era una “mujer fuerte” que con sus pinturas dinamitó las bases de una sociedad hipócrita y conformista que se negaba a mirar su terrible situación. Siempre representó a la mujer como imagen de la lucha del país; en los cuerpos de sus mujeres, databa una misma mujer a través de los estados más elementales y profundos de una misma vida.

A pesar de haber pasado casi 40 años sin mostrar sus obras, luego de las fuertes críticas a su arte, esta artista se mantuvo fiel a su esencia y con un gran poder de resiliencia. Ahora es un fuerte referente en el mundo artístico. Personalmente me sentí inspirada por ella, y por algunas de sus obras, para incluirlas como representación física en mi obra, de las emociones y sensaciones ligadas a mi historia de abuso.

En la búsqueda que estuve realizando por encontrar otros referentes sobre el tema, ajenos a mi experiencia, encontré algunas conexiones con dos trabajos de grado realizados en la Universidad de Antioquia, propiamente de la Licenciatura en Educación Básica en Danza.

- Trabajo de grado titulado *“Danza y Pérdida, duelos en movimiento: Reconstruir la vida tras las heridas del conflicto armado en Colombia”*, realizado por María Antonieta Alfaro Alarcón, en el año 2018. Este trabajo tiene relación con el tema que estoy tratando, en el sentido de que parte del concepto de la danza como un medio para realizar un proceso de recuperación luego de un evento traumático. Se trata del duelo por la pérdida del territorio y de seres queridos, en el contexto del conflicto armado. La autora expone como la DMT (Danza Movimiento Terapia) sirvió de medio para abordar este asunto, y señala que se trata de un enfoque de la danza que ha sido poco abordado en nuestro país.

- Trabajo de grado titulado *“Narrando mi autobiografía: La violencia, transformadora de vida. Como el ave fénix que renace de sus propias cenizas”*, realizado por Diana Milena Vélez Ramírez, en el año 2017. Este trabajo autobiográfico guarda estrecha relación con la propuesta de creación que propuse, ya que expone una reflexión en torno a una historia de vida. De éste rescato cómo se muestra una transformación personal a través de la danza, teniendo el término de resiliencia como punto de partida.

### 1.3. Justificación

Este proyecto basado en el relato y posterior análisis de un acontecimiento de mi historia, como estrategia creativa, es una especie de catarsis que me permitió componer un solo coreográfico que evidencie cómo a partir de una experiencia fuerte de abuso en el pasado, fue la danza la que me permitió descubrir la fuerza que actualmente me caracteriza. A partir de mi experiencia y formación como bailarina tuve la posibilidad de ver la danza desde el ámbito profesional, y la manera en la que esta ha sido integrada junto a otras disciplinas para trabajar en conjunto en torno a los diversos aspectos desarrollados por el ser humano, como individuo y parte activa de una sociedad. Por esta razón, a lo largo del texto buscaré una integración de las dos visiones que tengo de la danza, como bailarina y como persona.

La danza, vista como una carrera profesional, demanda el desarrollo de muchas cualidades y capacidades que deben acompañar al bailarín por el resto de sus días, ya sea aplicadas en sus presentaciones o en su diario vivir. El cuerpo debe ser formado con disciplina y con el compromiso de mejorar cada paso, perfeccionar cada movimiento, corregir la técnica y aprender otras nuevas. La danza, en consecuencia, es una práctica que implica un nivel de fortaleza y autocrítica muy elevado.

Por otro lado, bailar es comunicarse, es transmitir, exteriorizar algo propio. Vista como un lenguaje, éste permite contar historias a través del movimiento, sin importar si es en un solo o en una agrupación. La fuerza que tiene la danza para transmitir y crear una conexión con el otro siempre se ha visto referenciada. Este énfasis en el movimiento como manera de expresar las emociones, también lo menciona Sabourin cuando habla del propósito de su proyecto *Re-Création*. Estas emociones al ser materializadas por medio de la danza, crean un estado de liberación y de consciencia. El cuerpo en armonía con la mente y el corazón.

Teniendo esto como precedente, podemos evidenciar que la danza como medio para la resiliencia, no está enmarcada en el ámbito profesional, es una posibilidad que cualquier ser humano tiene sin tener que ser bailarín o bailarina. Comprendida en el ámbito terapéutico ha sido abordada en varios países como Estados Unidos, México y España, donde es considerada como un estudio de especialización y una carrera profesional, llamada Danza Movimiento Terapia (DMT).

La psicóloga y danza-terapeuta Petra Klein desarrolló una técnica llamada “danza para la vida” la cual está dirigida a desarrollar armonía interior y a aumentar el conocimiento de nosotros mismos. “La persona vive un encuentro profundo con su poder creativo, puede liberar sus potenciales interiores para sentir la plenitud existencial además de mayor ligereza, alegría de vivir, libertad de ánimo y vivacidad, y el despertar de fuerzas auto-curativas.” (Megías, 2009. Pag. 106)

La importancia del reconocimiento del cuerpo y el desarrollo de una conciencia corporal es fundamental para la creación de una identidad y para tener un correcto desarrollo de las capacidades físicas, afectivas, intelectuales, morales y sociales. Quiero rescatar lo mencionado por el bailarín Álvaro Restrepo, quien ha luchado por la idea de una educación artística más amplia desde la primera infancia, una educación corporal integral.

“Educar el cuerpo del niño en todas sus dimensiones, a través del arte y de otras disciplinas complementarias, para la dignidad y la conciencia, es blindarlo contra las amenazas que se ciernen en los períodos más frágiles de su existencia. El niño que se siente cuerpo desde los primeros años y que lo reconoce y valora como el hábitat sagrado donde acontece su vida, aprenderá a cuidarlo y a respetarlo y por ende a respetar el cuerpo/hábitat del otro.” (Restrepo, 2013).

Con base en esta afirmación, me atrevo a establecer una fuerte relación entre la importancia del arte, en este caso visto desde la danza, en la formación integral del ser humano; buscando el desarrollo de una identidad propia, y siendo el punto de partida para promover procesos de resiliencia, acompañados por una re-apropiación del cuerpo, y la re-significación de la realidad, posteriores a situaciones de abuso y/o violencia. De esta manera el arte se pone en función del individuo sirviendo como lugar de reconciliación y reclamación; viéndolo como el principal elemento de autonomía y resistencia, como posibilitador para alzar la voz, generando denuncia y realizando una invitación a la toma de conciencia ante problemáticas socioculturales.

El vínculo existente entre cuerpo, movimiento, conciencia y expresión, se ve reflejado de la mejor manera en la danza. Al ser una parte esencial de mi identidad y la mejor forma que tengo de comunicarme, quise realizar la composición de un solo coreográfico como muestra final, que acompaña la investigación de los referentes mostrados anteriormente y la exploración de mi propia historia. Esta propuesta la hice con el fin de reflejar la fortaleza de una mujer que ha sido vulnerada; que expresa desde su cuerpo, mediante su danza, emociones con movimientos intencionados, propiciando a una toma de consciencia tanto propia como del que la observa; y cómo de esta manera, sintiéndose a través de la danza, puede adquirir un nivel de estabilidad emocional y reconocimiento corporal, que sirva de base para superar las situaciones que generan brechas en su historia.

#### **1.4. Pregunta de Investigación**

¿Cómo crear un solo coreográfico basado en el concepto de resiliencia, a partir de las premisas de re-significación de la realidad y reapropiación del cuerpo?

#### **1.5. Objetivos**

- **Objetivo general**

Crear un solo coreográfico basado en el concepto de resiliencia, a partir de las premisas de re-significación de la realidad y reapropiación del cuerpo.

- **Objetivos específicos**

- Describir una relación entre danza y resiliencia, su integración para generar diálogos a través del cuerpo y para dar paso a la posibilidad de resignificar la realidad.
- Establecer un acercamiento al concepto de danza como estrategia para encontrar un equilibrio emocional, en medio de situaciones psicológicas después de un abuso sexual.
- Reunir recursos dancísticos utilizando mi propia historia como técnica de creación, partiendo de una autoexploración en donde busque evidenciar la resistencia y el poder femenino.
- Vincular la importancia de la expresión corporal mediante la danza contemporánea, que permita indagar en las posibilidades de una reapropiación del cuerpo.

## 2. Contexto

El presente proyecto pretende hacer un acercamiento a la violencia sexual y al reflejo de esos abusos perpetuados en la capacidad de superarlos mediante la danza. Al tratarse de una experiencia personal, me veo más identificada a hablar propiamente junto con los referentes, de la denuncia y la lucha contra la violencia de género; pero, si vamos más a fondo, cualquier persona puede estar propensa a sufrir un abuso, de la misma manera en que puede ser capaz de sobreponerse a éste.

La Organización Mundial de la Salud señala que la mayor parte de las agresiones sexuales tienen como víctimas a mujeres y niñas. Esto no es un secreto, ya que desde tiempos pasados se ha visto a la mujer como un individuo que no posee tanto poder como su semejante, la figura masculina.

A través de la danza, se han abordado estas problemáticas con el propósito de servir como herramienta de peso en el proceso de resiliencia. Se evidencian experiencias en Medellín que han aplicado la DMT como herramienta terapéutica en instituciones de protección a niños trabajadores y en situación de calle, y a jóvenes estudiantes en algunas zonas invadidas por la violencia; destaca Maria A. Alfaro, en su trabajo de grado. También, menciona la experiencia *El Colegio del Cuerpo* de Cartagena, dirigida por el bailarín y coreógrafo Álvaro Restrepo. Este es un espacio en el que se da la oportunidad de explorar la expresión corporal mediante la Danza Contemporánea.

### 3. Desarrollos conceptuales

Luego de realizar una selección entre los conceptos que podían abordarse para ser integrados de manera coherente con el objetivo de este proyecto, logro determinar cuatro conceptos a groso modo que en su conjunto reúnen los conocimientos previos al desarrollo de la idea representada.

#### 3.1. Resiliencia

Este es un término que ha venido ganando mucho terreno y cogiendo fuerza, en pro de dar explicación a la manera en la que evoluciona la sociedad y un individuo, que han sido sometidos a situaciones adversas. En textos de psicología, se la puede definir como la capacidad de resistir, de lograr sobreponerse ante situaciones traumáticas, a la capacidad de crecer en los contextos difíciles.

En la propuesta de investigación para llegar al solo coreográfico, la resiliencia se vincula a la premisa de encontrarse con esta capacidad estando sumergida en un medio artístico, específicamente la danza, dentro del contexto de una situación difícil marcada por un abuso. Estas situaciones que pueden llegar a crear una desestabilización en nuestro sistema, tanto físico como mental, nos crean un desequilibrio, y en cierta medida un caos en nuestra existencia. Es en este punto en donde encuentro una fuerte relación del término resiliencia, con el término entropía.

El concepto de entropía procede de un término griego que significa evolución y/o transformación; en un sentido amplio, desde la termodinámica se interpreta como la medida del desorden de un sistema, y la cantidad de la misma intercambiable con el medio. (Córdova, 2020)

“La enunciación del principio de entropía conmocionó a una ciencia que tenía como uno de sus principales bastiones la capacidad de predecir de manera determinista. Y, tan pronto como se conoció la tendencia al caos, se pensó en la auto-aniquilación del universo. No obstante, existen posturas científico-epistemológicas optimistas, porque el caos no implica necesariamente la destrucción definitiva del sistema afectado. Del caos puede también surgir el orden. Mejor dicho, un nuevo orden”. (Diaz, E.)

Este complejo concepto conmocionó el mundo en el sentido en el que podía ser asociado con conceptos de reversibilidad e irreversibilidad, equilibrio y no equilibrio, orden y caos, determinismo y azar. Por esta razón este concepto es referido al psicoanálisis y otras disciplinas afines.

Me vi atraída por esta palabra y lo que representó, más allá de su significado en las diferentes áreas del conocimiento, por el impacto que causó en su época al traer la idea de la tendencia permanente al caos en todos los sistemas, de donde surge una generación más afín con la epistemología centrada en nuevos paradigmas que incluyen el azar, el desorden y la idea energética de entropía. Lo que conlleva entonces a pensar en la necesidad de desorganizarse para luego crear-se. (Córdova, N.)

*"Es necesario llevar en sí mismo un caos para poner en el mundo una estrella danzante"*

Friedrich Nietzsche

Partiendo entonces de la definición de ambos términos, puedo encontrar una fuerte relación entre éstos, ya que la manera de llegar nuevamente a establecer el equilibrio de nuestro propio sistema y así disminuir el desorden que se ve evidenciado en el aumento de la entropía (caos),

es mediante la interacción con el medio (la danza) y la capacidad de ver este medio como el motor para obtener la energía necesaria (resiliencia) para llegar a un nuevo orden.

### **3.2. Re-significación de la realidad**

El abuso emocional, físico y sexual puede crear inseguridades frente al correcto desenvolvimiento social; como lo expone la artista Jana Leo en varias de sus obras, se crea temor frente a un espacio por el recuerdo de lo sucedido, o miedo a la amenaza de que vuelva a ocurrir el acto de abuso, cambiando por completo la realidad de la víctima de abuso.

Partiendo de un análisis de una experiencia propia, que expone un abuso sexual a temprana edad, he llegado a la conclusión de que la resiliencia es el eje central para la construcción de una re-significación de la realidad. Dar un nuevo sentido a nuestra vida y no quedarnos estancados en una situación del pasado, abolir los miedos, reconocer que tenemos derechos y libertad de expresarnos en cualquier espacio, encontrar la armonía en medio del caos, como lo menciona el artista Bolewa Sabourin.

Existe un campo de la danza conocido como la “danza-terapia”, más formalmente Danza Movimiento Terapia (DMT), que actualmente está considerado como una especialización dentro de la formación de un profesional en danza. Ésta se basa en la conexión cuerpo-mente, mediante el uso psicoterapéutico del movimiento, buscando las emociones y el lenguaje propio del cuerpo. Se caracteriza por utilizar a la danza y el movimiento como medios para ayudar a solventar los conflictos emocionales o psicológicos de las personas.

Por medio de la danza se da paso a un auto-conocimiento y al desarrollo de una conciencia por el cuerpo, lo que lleva a la posibilidad de exteriorizar aquello que es difícil de expresar verbalmente. El sentirse de esta manera a través de la danza, más allá del placer que pueda

generar el solo hecho de bailar, es principalmente el hecho de la conexión consciente entre las emociones y el movimiento, a partir de nuestras motivaciones internas.

### **3.3. Re-apropiación del cuerpo**

Este concepto traduce la necesidad de volver a sentir propio un cuerpo que fue vulnerado, que fue privado de la libertad de decidir sobre él. Quiero rescatar el enfoque y el significado que le dieron dos bailarines que ya mencioné anteriormente, Sabourin y Restrepo, ya que ambos trabajan este concepto en sus proyectos sociales.

Sabourin evidencia este proceso en las mujeres víctimas del conflicto en RDC (República Democrática del Congo); junto a ellas trabaja talleres de danza, en los cuales se promueve el reconocimiento del cuerpo como medio para crear diálogos. Al ser la danza el lenguaje de expresión y el movimiento el énfasis para comunicar las emociones, estas mujeres van creando nuevamente confianza en sí mismas y recuperando su propio cuerpo, visto como una herramienta de comunicación mediante la danza y no como un arma de guerra.

El cuerpo recuerda que se debe realizar una recuperación de éste después de situaciones de conflicto; establecer una reconciliación con el propio cuerpo, una recuperación de la dignidad. Así lo expone Álvaro Restrepo en eCdC, en donde argumenta que a partir de la danza se puede dar la recuperación del cuerpo y una transformación personal.

“El potencial que existe en la danza es gigantesco, sobre todo, para construir una nueva ética y estética del cuerpo en un país que ha tratado el cuerpo con tanta violencia.” (Restrepo, 2015)

Para el bailarín es de vital importancia el conocimiento del cuerpo, ya que éste es su instrumento de interpretación. Teniendo presente al cuerpo humano como una unidad funcional que no solo es fisiológica, sino psicoorgánica; se deben conocer los mecanismos que lo rigen,

para el ejercicio de la interpretación en la danza, pero también debe ser consciente de las inherentes conexiones de lo corporal con lo psíquico, punto de partida del proceso de interpretación. Jerzy Grotowski, reconocido director de teatro, definía esta relación de cuerpo-memoria, centrado en la idea de que nuestro cuerpo es nuestra vida y que, en nuestro cuerpo están inscritas todas nuestras experiencias, desde la infancia hasta la edad madura. Nuestro mundo interior y exterior influyen incesantemente el uno sobre el otro. Dependiendo de quién venza a quien, aparecen las acciones impuestas o las voluntarias; de ahí que un mismo gesto pueda ser impuesto y voluntario. (Pérez, 2009)

El movimiento es algo innato en los seres humanos y de alguna manera siempre comunica algo de nosotros; visto desde la danza, sin ser una camisa de fuerza el poseer conocimientos técnicos propios del bailarín, todos podemos reconocernos como un cuerpo capaz de integrar el movimiento y la emoción, creando una conexión entre cuerpo y mente, y a su vez una apropiación del cuerpo y su propio lenguaje.

### **3.4. Corporeidad de las emociones**

En sí, cuando hablamos de expresión corporal, directamente asociada a la danza, se encuentran de manera implícita varios conceptos y conocimientos propios del ser humano, como son la corporeidad, la espacialidad, la temporalidad, la comunicación y la creatividad.

El concepto que entiende la corporeidad como una compleja trama en la que se entrecruzan diferentes dimensiones constitutivas de la identidad de cada persona, la describe como "la vivenciación del hacer, sentir, pensar y querer". (Zubiri, 1986 como se citó en Paredes, 2003). (Guillén, 2016)

Partiendo de la relación entre lo corporal y lo psíquico en el movimiento, un aspecto que surge con base en la expresión corporal es la "Sensopercepción", una técnica desarrollada por

Patricia Stokoe. Ésta va enfocada a la acción de tomar conciencia del cuerpo, de los diversos estímulos, sensaciones y percepciones, para crear aprendizajes corporales y motrices que generan mayor control de las diferentes calidades de movimiento. “La Sensopercepción como práctica pretende recuperar y enriquecer la vivencia del propio cuerpo para la danza, para la vida (Kalmar y Gubbay)”. (Guillén, 2018)

A esta técnica se le suma el Método Feldenkrais, que comparte muchos de sus principios como la autoconciencia a través del movimiento. Este es un método de educación somática que reagrupa un conjunto de técnicas centradas en el aprendizaje y la conciencia del cuerpo moviéndose en su entorno. Por este motivo, ha sido experimentado en múltiples ámbitos ligados al arte, la pedagogía, la salud o el deporte. La palabra “soma” procede del filósofo griego Hesíodo, significaba “vivencia corporal”. La Educación somática parte del movimiento que permite comprender la relación entre nuestro cuerpo en movimiento y nuestras emociones, pensamientos y sensaciones. Al desarrollar nuevas habilidades a partir del cuerpo, permite una mejor calidad de vida y adaptación en el entorno en que vivimos. (Ramón, 2020)

Es clave poder tener esta posibilidad de conexión con nuestras más profundas emociones, ya que podemos poner nuestro cuerpo en disposición de expresar hasta el más mínimo detalle, aprender a conocer nuestros límites y a determinar el nivel de intención que queremos crear con nuestros movimientos.

Una reciente ciencia llamada cinérgica, cinestesia o kinesia, estudia la relación entre lo corporal y lo psíquico en el movimiento (Pérez, 2009). Nace del desacuerdo que existe en el ser humano entre lo que es y lo que querría ser o, mejor aún, entre lo que es y lo que muestra. El cinérgico se ocupa de observar la diferencia entre el lenguaje de las palabras y el lenguaje del cuerpo.

Ya que el cuerpo es el instrumento del bailarín, es la corporeidad el lenguaje que interesa en esta investigación. El cuerpo y el movimiento, además de ser capacidades funcionales, se concretan en el trabajo del bailarín como elementos de comunicación y expresión. Según Quintana Yáñez (1997) las funciones de la expresión corporal son (Pérez, 2009):

- Función expresiva: medios para que el cuerpo se exprese, favoreciendo la adquisición de técnicas corporales como la relajación, concentración, sensibilización, etc.
- Función comunicativa: la comunicación se divide en verbal y no verbal.
- Función de conocimiento: la motricidad y la inteligencia se desarrollan de forma paralela.
- Función estética: búsqueda de la belleza corporal y búsqueda de la estética propia del movimiento, de la amplitud, coordinación, armonía y expresividad del gesto.
- Función catártica: el movimiento puede ayudar a conseguir un equilibrio emocional porque actúa liberando tensiones.

Estos conocimientos desarrollados desde distintas disciplinas, guardan una relación directa basada en la búsqueda común de un movimiento consciente; partiendo del significado de expresión corporal, dando relevancia al lenguaje del cuerpo y posibilitando la conexión con el mundo interior de cada sujeto al mismo tiempo que lo dimensiona como individuo influenciado por una cultura y su historia de vida.

En la danza, todas estas funciones están presentes en diferentes momentos tanto en la formación de cada artista como en la creación escénica. Nuestra esencia se desarrolla en nuestra realidad de seres corpóreos, creativos, dimensionados en un espacio-tiempo, y definidos en una sociedad. Tanto para el bailarín en su proceso creativo-profesional, como para cualquier persona; la función comunicativa no verbal es esencial, al estar acompañada del desarrollo de

la conciencia corporal, permite realizar una mejor apreciación de lo que realmente se desea comunicar partiendo de nuestras emociones, y la relación que ésta tiene con la función catártica, permitiendo liberar toda emoción que cree algún tipo de estrés o tensión, lo cual es fundamental desde el ámbito terapéutico o resiliente, para un proceso de recuperación y búsqueda de un equilibrio emocional.

## **4. Diseño metodológico**

### **4.1. Tipo de investigación, enfoque y estrategia**

Este proyecto tiene sus bases investigativas en la experiencia personal, por lo tanto, se recurre a un método de investigación cualitativa, mediante un relato de la memoria de un suceso de vida. Se da una integración de la investigación teórica de los conceptos resiliencia, re-significación de la realidad, reapropiación del cuerpo y corporalidad de las emociones a través de la danza, con las experiencias de vida que contienen episodios de abuso emocional, sexual y físico.

Se pretendió evidenciar la fuerza de la corporalidad y la danza, como estrategia en la búsqueda y fortalecimiento de la resiliencia. Esto, poniendo como contexto una historia propia de abuso y la oportunidad de encontrar en la danza el espacio para sobreponerse ante esta situación.

Como estrategia metodológica se utilizó el método de Investigación-Creación con el fin de evidenciar de una manera escénica la integración de los conceptos escogidos. Esto me permitió realizar la composición de un solo coreográfico, que plasma de una manera personal el significado de la danza, dando protagonismo a la figura femenina y la fuerza que puede emerger de ella. Esta obra está delimitada por las premisas antes mencionadas.

Según Bruce Archer, existen los siguientes grados de investigación en las artes: la expresión a través de los medios adecuados; la reflexión creativa sobre la experiencia humana; la interpretación cualitativa del pensamiento humano en la expresión; los juicios de valor; la exploración de valores de verdad en el texto; la clasificación de ideas, personas, casos y eventos; la identificación de la procedencia de comentarios sobre las ideas, las personas, las cosas y los

sucesos (Archer, 1995). Para que la práctica del arte sea considerada investigación, debe cumplir con una sistematización rigurosa, y los resultados deben ser publicados y compartidos por la comunidad artística. “El proceso creador en el arte, por ser una práctica que se lleva a cabo desde el conocimiento técnico práctico, posibilita al ser humano reflexionar sobre sus propios procesos tanto internos, como externos, y así mismo propiciar en el sujeto una especie de reflejo del ser, de lo que es, de sus debilidades y sus cualidades, de sus emociones y sus sentires, de sus oscuridades y deseos a través del objeto creado y de la reflexión constante sobre este.” (Cuartas, 2009)

#### **4.2. Técnicas**

A continuación, expongo los focos utilizados para el desarrollo de la investigación y posterior a eso la composición de la obra de creación.

- **Relato de la memoria**

Esta investigación, basada en el análisis de una experiencia personal (ver Anexo 1), permite recordar y reconocerse; abre la posibilidad de poder realizar una reflexión y un análisis enfocado a una vivencia o conjunto de experiencias, para darle un significado o trascendencia a la propia historia. Ésta es la base para comenzar el proceso de creación: una auto-observación que sirve de contexto para que el cuerpo se pueda conectar con las vivencias y emociones desde la corporalidad y poder traducirlo a lo que se quiere mostrar en la obra. Con esto se da paso a la creación de una estructura de movimientos y/o acciones que tengan sentido.

La estrategia que utilicé para realizar este proceso, incluyó la selección de una lista de canciones de mi preferencia con las cuales siento cierta conexión, y que en algún momento de mi vida movieron fibras; la grabación de varias sesiones de exploración de movimientos

con este acompañamiento musical, partiendo de la improvisación, desde la pauta de sentir y contar una historia a través del cuerpo; me permitió tener mayor conciencia de la manera en la que podía presentar en escena esas vivencias y emociones siendo representadas por expresiones desde lo corporal.

- **Contextualización**

Desde este análisis subjetivo que se plantea, propuse una búsqueda de artistas con el fin de explorar sus creaciones, sus formas de denuncia, sus encuentros con la danza como herramienta de resiliencia, y así aportar al asentamiento de las premisas expuestas, a través de sus exploraciones personales en los diferentes proyectos que desarrollaron. Acompañando este proceso, estuvo el reconocimiento de conceptos teóricos, análisis de entrevistas, documentos, soportes audiovisuales y tesis referentes al tema; el encuentro de espacios en donde la danza se constituye como la principal herramienta de transformación y en general, la indagación del contexto social de la danza en relación con el abuso y la violencia.

Realicé también una actividad de visualización del impacto que puede causar mi historia de abuso, en el significado e intención de unos movimientos antes propuestos. Consistió en enseñar una serie de movimientos consecutivos a un pequeño grupo de personas que han compartido espacios artísticos conmigo; luego les compartí mi historia de manera anónima a cada uno para que la leyera; posterior a eso les dije que volvieran a hacer la serie de movimientos como tratando de expresar lo que les había producido la narración (ver Anexo 2). Quise hacer este ejercicio para sustentar nuevamente que mediante la danza se pueden expresar todo tipo de sentimientos y que incluso podemos dar un significado diferente a una serie de movimientos aprendidos, cuando ya tenemos la necesidad de contar

una historia o exteriorizar una emoción, de reconocer en nuestro cuerpo un lienzo y una herramienta fuerte de comunicación.

Siguiendo la misma línea de la auto-observación, antes de darle estructura a mi solo coreográfico realicé un análisis de mi participación en dos obras de danza relacionadas con el tema de resiliencia y postconflicto (“Resiliencia”, muestra de danza ganadora Estímulos del PL y PP 2019; creación de Mayi Yépes Arboleda y Camilo Bernal, Compañía Intensamente Tango. “La Maza Está Callaita”, una articulación de los proyectos de Tatyana Zambrano y Henry Palacio). En la primera participación me sentí atraída por el contexto de la obra y el concepto de resiliencia visto desde la perspectiva de otras cuatro mujeres que compartían escenario conmigo; el estar ahí representando la realidad de mujeres que ha sufrido con la violencia de género, y el sentirme identificada como parte de un gran grupo, porque lamentablemente somos muchas las que hemos pasado por esta situación; me hizo apreciar más tema de generar denuncia a través de mi puesta en escena, de buscar mostrarme no como una más que fue abusada, sino como una más que tomo la decisión de alzar la voz. En la otra participación que realicé, hice parte de la etapa final de lo que puede verse como un proceso de re-significación de la realidad, partiendo de la exploración del contexto social, político y cultural de Colombia en relación con la lucha armada y el arte contemporáneo. Esto me dejó ver nuevamente como se puede dar un significado alternativo a una realidad mediante una representación artística, y una puesta en escena con diversos componentes que permiten que el espectador indague sobre el significado total de la obra.

- **Composición**

Con base en las pautas que tengo de la danza contemporánea fui determinando los movimientos y los pasos que lograban transmitir lo deseado desde las premisas planteadas.

Por medio de ésta, logro incorporar diversas técnicas que han marcado referentes en mi historia personal y profesional, obteniendo una mezcla de vocabulario coreográfico de diferentes géneros de la danza.

Inicialmente realicé una exploración con música escogida, con el fin de buscar posibilidades de movimientos con un significado específico, que contaran de manera clara una historia. Hice varias grabaciones diferentes y después me senté a analizarlas; con esto pretendía obtener una estructura básica de movimientos, que se pudiera seguir nutriendo con la incorporación de combinaciones específicas, incluso hasta el momento último de la presentación. Logré identificar componentes coreográficos que, asociados a elementos del relato, me ayudaron a dar una interpretación más cercana de mi historia. Partiendo de esta identificación previa vi la necesidad de agruparlos en tres escenas, que definen la estructura del solo coreográfico. Éste posee momentos marcados por los tres niveles de movimiento: bajo, medio y alto. La decisión de usar los tres niveles de movimiento para representar estos momentos, la tomé pensando en una asociación clara con tres etapas del desarrollo humano, que a su vez están cada una marcada por unos sentimientos ligados a la historia que quise contar. La etapa de la niñez, presentada en la primera escena va ligada a movimientos enfocados en el reconocimiento propio y del espacio que me rodea, predominando los niveles bajos que quise asociar con la inocencia, incorporando niveles medios en algunas ocasiones dando idea de ese deseo por descubrir cosas nuevas. Continuando con la etapa de la adolescencia, la segunda escena se divide en dos momentos marcados por un nivel medio de movimiento, que quise complementar con la incorporación del nivel alto, que representa un ambiente de tensión e impotencia, y el deseo de liberarse o escapar, seguido de la incorporación del nivel bajo en el segundo momento, denotando un sentimiento de derrota y vulnerabilidad; estos dos momentos que hacen parte del nudo

de la historia, están diferenciados por las emociones que los rigen. Como tercera y última etapa, quise representar la juventud y actual etapa de mi vida, con una sensación de liberación que nace del proceso de resiliencia y que se marca por los movimientos fuertes y vigorosos en un nivel alto.

Un fuerte referente que me inspiró en la composición coreográfica, específicamente de la segunda escena, fue Débora Arango quien, mediante sus obras, representaba en el cuerpo de la mujer las emociones más profundas de su existencia y el devenir en una sociedad marcada por la violencia y el machismo.

- **Estructuración de la propuesta de creación**

En esta etapa se pasa de la exploración de conceptos y apropiación corporal, a la definición de elementos del movimiento, como desplazamientos, giros y la intención de estos movimientos, los cuales deben estar pensados desde la forma, corporalidad, el tiempo y el espacio. Con esto se llega a una organización esquemática de movimientos y por último a la producción de componentes escenográficos para la muestra artística.

#### **4.3. Propuesta de creación**

Sinopsis: Una sociedad que tiende al caos, gobernada por la desigualdad de género, es un terreno hostil para nacer siendo mujer. Ella debe asumir este gran reto, enfrentando desde temprana edad múltiples abusos. A pesar de todo este caos que genera un aumento de entropía en su vida, ella ve en la danza el motor para generar la energía necesaria para poder resurgir como el ave fénix, mostrando con fuerza y determinación su gran poder de resiliencia.

Entropía/Caos + Motor/Danza = Energía/Resiliencia → Balance de Entropía = Equilibrio

ENTROPÍA, solo coreográfico de danza contemporánea basado en la resiliencia, se traduce como el encuentro con la capacidad que tenemos de resistir, de reencontrarnos con nuestro cuerpo, de sobreponernos con fuerza ante un estado de caos emocional provocado por una serie de abusos, rechazo y violencia al que estamos expuestas algunas mujeres desde el día en que nacemos.

Este registro audiovisual tiene como duración aproximada 18 minutos, y su diseño dramático se basa en la sensibilización visual y auditiva, con una puesta en escena pensada para ser difundida de manera virtual. Utiliza herramientas de composición coreográfica desde un recorrido por niveles bajos de movimiento hasta alcanzar niveles altos, con variaciones en la intensidad de acuerdo a los motores de movimiento y estímulos musicales. Lo anterior está estructurado en cuatro momentos, una introducción audiovisual y tres escenas relacionadas con sentimientos de inocencia, fragilidad y resiliencia.

- **Diseño dramático**

- I. Video que muestra imágenes de dibujos realizados por niños que fueron abusados sexualmente (ver Anexo 3). Acompañamiento musical con solo de guitarra, compuesto por Anderson Mejía.
- II. Primera escena: Inocencia. Movimientos en el nivel bajo y medio, sensación fluida, líquida. Emoción y sensaciones: tranquilidad, surgir, descubrir, reconocer, explorar. Rostro: mirada atenta, expresión de felicidad y curiosidad. Vestuario blanco (pureza, virginidad. Ver Anexo 5). Cabello: recogido en dos colitas.

Acompañamiento musical:

- Título: Love On The Brain (Instrumental Sax)  
Artista: Rihanna (Cover por Graziatto)  
Álbum: ANTI
- Título: Leftovers  
Artista: Dennis Lloyd  
Álbum: Leftovers

Luces en colores aguamarina, verde, azul, blanco y N/C, en ubicación cenital, frontal, diagonal a piso y calles de piso. Ambiente con efecto de humo de baja densidad.

Transición a la segunda escena: Voz en off con un fragmento narrativo de mi historia.  
Cambio de vestuario a rojo.

- III. Segunda escena: Fragilidad (está dividida en dos momentos). Momento I: movimientos en nivel medio y alto, sensación densa. Cuerpo: contracciones, en algunos momentos el motor de movimiento es la zona pélvica, movimientos específicos relacionados con el cambio abrupto de la situación, espirales, saltos, caída, recuperación. Desplazamiento por todo el espacio, corridas, rodadas. Rostro: mirada de desconcierto y miedo. Emoción: frustración, rabia, dolor, impotencia, ahogo, violencia, vulnerabilidad. Cabello: suelto. Pausa importante con voz en off para cambio de vestuario (de rojo a negro. Ver Anexo 5). Momento II: movimientos en nivel medio y bajo, sensación de dolor y vulnerabilidad. Cuerpo: contracciones, caídas, posiciones específicas (Referente Débora Arango, ver Anexo 4). Rostro: mirada de dolor y tristeza. Emoción: dolor, desasosiego, impureza. Cabello: suelto.

Acompañamiento musical:

- Título: you should see me in a crown (Instrumental Guitarra eléctrica)  
Artista: Billie Eilish (Coverpor Freewill)  
Álbum: WHEN WE ALL FALL ASLEEP, WHERE DO WE GO?
- Título: idontwannabeyouanymore  
Artista: Billie Eilish con acompañamiento de violín por ItsAMoney  
Álbum: don't smile at me

Luces en colores rojo, naranja, ámbar y N/C, en ubicación cenital, frontal, diagonal a piso, calles de piso. Ambiente con efecto de humo. Utilización de blackout y LED (strobers). Transición a la tercera escena: Voz en off con un fragmento narrativo de mi historia. Semi-desnudo.

- IV. Tercera escena: Resiliencia. Movimientos en nivel alto. Cuerpo: movimientos grandes, fuertes, saltos, giros, parada de manos, brazos grandes y largos (fuerza, defensa). Sale la esencia de Tania en la actualidad, se ven reflejados los géneros de danza que he aprendido en mi recorrido artístico. Rostro: mirada segura, fuerte, en el presente. Emoción: alegría, libertad, plenitud, euforia, transmutar, fortaleza, emancipación. Vestuario: camisa mostaza, pantalón de flores (Ver Anexo 5). Cabello recogido en media cola.

Acompañamiento musical:

- Título: Try  
Artista: P!nk  
Álbum: The Truth About Love
- Título: River  
Artista: Bishop Briggs  
Álbum: Church Of Scars

- Título: WATER  
Artista: Beyoncé Ft. Salatiel, Pharrell Williams  
Álbum: The Lion King: The Gift

Créditos: Voz en off y acompañamiento musical:

- Título: Freedom (Instrumental)  
Artista: Pharrell Williams  
Álbum: Freedom

Luces en colores amarillo, N/C y full color, en ubicación cenital, frontal, diagonal a piso y calles de piso. Ambiente con efecto de humo leve.

- **Video de la obra**

ENTROPÍA, solo coreográfico, se estrenó el 31 de mayo de 2020. Dicho registro se encuentra almacenado en Google Drive, y adicionalmente también está montado en YouTube, para su reproducción mediante el link.

Enlaces:

- **Google Drive**
- **YouTube**



## 6. Conclusiones

- Desde la investigación de los antecedentes, entre los cuales pude abordar artistas de diferentes áreas, logré establecer un acercamiento del arte en sus múltiples formas, como estrategia para abordar situaciones que en su mayoría, ocasionan desequilibrios emocionales. A partir de las premisas planteadas de re-significación de la realidad y re-apropiación del cuerpo, encontré que algunos de estos artistas también veían la danza como una fuerte estrategia para encontrar equilibrio psicológico y emocional, permitiendo que el cuerpo sea el medio de comunicar y expresar las emociones. Esto fue lo que busqué plasmar en mi solo coreográfico, al contar una historia en un ambiente que denotaba una retrospectiva y un encuentro conmigo misma.
- La danza facilita crear diálogos a través del cuerpo, permitiendo integrar el lenguaje no verbal a un arte escénico capaz de trascender en cualquier persona, ya sea que esté formada de manera profesional o no. Todos los cuerpos pueden bailar, y al bailar expresan corporalmente emociones, cuentan historias, generan denuncia; se llega a la posibilidad de crear un espacio de reconocimiento y conciencia de nuestra corporalidad. Personalmente puedo sentir como a través de la danza, puedo expresar libremente lo que con las palabras me quedaría corta.
- Al recurrir a mi propia historia y al recurso de la autoexploración como técnica de creación, fue más cómodo para mí reunir los recursos dancísticos necesarios y apropiados para contar una historia, en una integración del lenguaje corporal y audiovisual. La vinculación de la danza contemporánea, junto con las demás

herramientas de composición coreográfica adquiridas a lo largo de mi formación profesional, me permitieron indagar en las posibilidades de transmitir un claro mensaje de re-apropiación del cuerpo, y el entendimiento de éste como lugar de reconciliación y reclamación; viéndolo como el principal elemento de autonomía y resistencia, luego de haber sido trasgredido tras una situación de abuso físico y sexual.

- La idea inicial de presentar el solo coreográfico en el Teatro Universitario Camilo Torres Restrepo, el día 24 de marzo, a las 6 P.M, no pudo realizarse. Después de pasar por el proceso de solicitud del espacio en el teatro, el cual me había sido otorgado, e incluso alcanzar a realizar el material gráfico para la difusión publicitaria del evento, tuve que posponer la muestra debido al aviso del cierre del teatro y la cancelación de todos los eventos hasta nueva orden, como consecuencia del estado de alerta que se estableció a nivel nacional por la pandemia del Covid-19. Al ver que el estado de alerta y la cuarentena obligatoria que se impuso, ya llevaban aproximadamente dos meses, y al conocerse el decreto que estableció la suspensión de eventos masivos en el país, y por tanto la no apertura de los espacios como teatros en un periodo prolongado de tiempo, tomé la decisión de realizar una grabación casera del solo coreográfico. En el proceso de pensar cómo podía realizar la grabación, se me dio la oportunidad de articular mi proyecto a la red cultural de la productora antioqueña Mellizo Roldán Producciones (MZ Producciones), gracias a una alianza de coproducción-creación con la que decidieron apoyarme. Realizamos toda la producción en 23 días aproximadamente, desde la consecución de las luces, el sonido, los equipos de grabación, máquina de humo, proyector, y la adecuación del espacio, que fue la sala de una casa. El producto final fue un registro audiovisual del solo coreográfico, compartido al público desde la

virtualidad en un evento en vivo por la red social Facebook (**Facebook Live**), el 31 de mayo a las 5 P.M. Éste se complementó con un conversatorio luego de la presentación de la muestra artística.

- Con este proyecto deseo lograr asentar en el imaginario de quien lea este texto y/o pueda ver ENTROPÍA, el solo coreográfico, cómo la danza nos acerca a una estrategia para el desarrollo y fortalecimiento de la resiliencia, a partir de la importancia de crear conciencia de nuestra corporalidad y el fomento del diálogo no verbal, creando espacios de crecimiento personal desde el respeto por el propio cuerpo y el del otro. Veo el arte como un poderoso catalizador en los procesos catárticos del ser humano, que logra resignificar experiencias que han sido sumamente difíciles para quienes las viven.
- La muestra escénica de la obra en teatro, sigue en pie. Además, en este momento me encuentro generando una alianza con MZ Producciones para la circulación y difusión de ENTROPÍA, tanto en plataformas virtuales, como en teatros, Secretaría de la Juventud, Secretaría de la Mujer, entre otras entidades. Por otro lado, al conocerme mediante este proyecto, Sebastián Rúa, nos vinculó a MZ Producciones y a mí, a la postulación de una beca de creación en danza y tecnologías digitales, con una propuesta llamada “Excavaciones: tipologías del abuso sexual”, proyecto de danza transmedia.
- La experiencia con este proceso de investigación-creación, fue una montaña rusa. Tuve algunos momentos en la investigación previa en los cuales me bloqueaba y no sabía bien el rumbo que iba a tomar. De igual manera fue en el proceso de creación del solo coreográfico, el imaginármelo de una forma en escena para ser presentada en un teatro,

la gestión para el préstamo del espacio, el diseño de la pieza publicitaria, la edición de la música, todos procesos que se vieron truncados y perdieron sentido desde el día que comenzó la cuarentena. Luego, la mutación por la que tuvo que pasar para poder adaptarla a la situación de virtualidad en la que se encuentran ahora las expresiones artísticas; varias veces tuve que mover fechas, la última de éstas fue por un esguince de tobillo que tuve en el primer ensayo del montaje final. Fue todo un proceso del cual me llevo un montón de aprendizajes tanto investigativos, como en temas de montaje coreográfico y producción audiovisual. Es para mí de mucha satisfacción personal y profesional, el producto final obtenido; más aún luego de los comentarios que he recibido de parte de algunas personas que han podido ver la obra. Éste, al ser un proyecto que logré finalizar pese a los inconvenientes y al contexto social en el que tuvo que desenlazarse, que me retó y me dio la oportunidad de verlo desde otra perspectiva, una posiblemente con mayor alcance, lo considero como un claro ejemplo de resiliencia, y de la energía tan fuerte que tiene el arte en mí; especialmente la danza.

## **7. Consideraciones éticas**

Este proyecto busca acercar al lector a la realidad que enfrentan miles de mujeres que han sido abusadas sexualmente. A pesar de ser este un tema fuerte, por sus diferentes connotaciones sociales, deseo fomentar la creación de conciencia y no la re-victimización, haciendo valer los derechos fundamentales, y otorgando libre expresión para generar denuncia, sin agredir la integridad del otro.

Se le otorga reconocimiento a todos los que hicieron parte del proyecto, a los artistas tomados como referentes, y a todos aquellos que han influenciado mi formación y que de alguna manera son partícipes en mi historia.

## 8. Bibliografía

- Alfaro, M. A. (2018). “Danza y Pérdida, duelos en movimiento: Reconstruir la vida tras las heridas del conflicto armado en Colombia”. Trabajo de grado realizado para optar por el título de Profesional en Danzas. Facultad de Artes. Departamento Artes Escénicas. Licenciatura en Educación Básica en Danza. Universidad de Antioquia, Medellín.
- Archer, B. (1995). The Nature of Research. *Interdisciplinary Journal of Design*, 6-13.
- Coll, G. S. (1 de noviembre de 2016). El País. Recuperado el 13 de septiembre de 2019, de [https://elpais.com/elpais/2016/10/31/planeta\\_futuro/1477933147\\_169961.html](https://elpais.com/elpais/2016/10/31/planeta_futuro/1477933147_169961.html)
- Córdova, N. C. (2020). Facultad de Psicología Universidad de Buenos Aires. Obtenido de [https://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios\\_catedras/obligatorias/056\\_adolescencia2/material/fichas/el\\_principio\\_de\\_entropia.pdf](https://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/sitios_catedras/obligatorias/056_adolescencia2/material/fichas/el_principio_de_entropia.pdf)
- Crew Peligrosos. (20 de mayo 2014). “Crew Peligrosos - 4 Elementos Skuela”. Obtenido de <https://youtu.be/jgBTpIdHCQw>.
- Cuartas, S. L. (2009). INVESTIGACIÓN - CREACIÓN, UN ACERCAMINETO A LA INVESTIGACIÓN EN LAS ARTES. *Horizonte Pedagógico* Vol. 11 N°1, 87-92.
- Díaz, E. “Pedagogía del caos”. Obtenido de <http://www.estherdiaz.com.ar/textos/pedagogia.htm>
- Escuela Superior Tecnológica de Artes Débora Arango. Nuestra historia-Débora Arango: Biografía. Obtenido de <https://deboraarango.edu.co/portal/index.php/nuestra-historia-debora-arango>
- Fundación Liderazgo y Democracia. (20 de diciembre 2015). “Creador del Colegio del Cuerpo-Álvaro Restrepo”. *Columna. La Silla Vacía*. Obtenido de <https://lasillavacia.com/silla->

llena/red-1-der/historia/creador-del-colegio-del-cuerpo-lvaro-restrepo-trending1-der360-54890

García, C. I. (29 de julio 2019). “Danzar y danzar para remover las más dolorosas heridas”.

Entrevista. EL PAÍS, Madrid. Obtenido de

[https://elpais.com/elpais/2019/07/25/planeta\\_futuro/1564051382\\_082941.html?id\\_externo\\_rsoc=FB\\_CC](https://elpais.com/elpais/2019/07/25/planeta_futuro/1564051382_082941.html?id_externo_rsoc=FB_CC)

Guillén, E. C. (2016). LA EXPRESIÓN CORPORAL-DANZA COMO CONSTITUYENTE DE CONCIENCIA DE CORPOREIDAD EN LA FORMACIÓN DOCENTE UNIVERSITARIA. Revista del Instituto de Investigaciones en Educación. Facultad de Humanidades-UNNE. Año 7. N°9.

Guillén, E. C. (2018). Análisis y reflexión sobre el alcance del desarrollo de conciencia corpórea en la formación docente universitaria. Calle 14: revista de investigación en el campo del arte, 124-139.

Los Informantes. (21 de mayo 2017). “El Colegio del Cuerpo ayuda hace 20 años a curar el alma de miles de jóvenes en Cartagena”. Obtenido de [https://www.youtube.com/watch?v=\\_2VgWwEGPUA](https://www.youtube.com/watch?v=_2VgWwEGPUA)

MAMM, Museo de Arte Moderno de Medellín. Débora Arango: Patrimonio Vivo, Patrimonio Artístico. Óleos y Acuarelas pertenecientes a la colección del MAMM. Servigráficas Ltda. 2001

Megías, M. I. (2009). “Optimización en procesos cognitivos y su repercusión en el aprendizaje de la danza”. Universitat de Valencia. Facultat de Psicologia. Tesis Doctoral. Valencia, España.

Pérez, M. M. (2009). EL INSTRUMENTO DEL INTÉRPRETE EN LA DANZA: EL CUERPO COMO MEDIO DE EXPRESIÓN Y COMUNICACIÓN ESCÉNICA. *Danzarte: Revista especializada en Danza*, 50.

Portuondo, M.L (2009). “Ana Mendieta-Rape Scene: la detención del instante”. *Escaner Cultural*, Revista virtual de arte contemporáneo y nuevas tendencias. Obtenido de <http://revista.escaner.cl/node/1434>.

Ramón, S. (2020). Método Feldenkrais. Obtenido de <https://www.metodofeldenkrais.com/metodo-feldenkrais/que-es-el-metodo/>

Restrepo, A. (2013). “Cuerpo: Territorio de la vida, desde la cuna hasta la tumba”. Obtenido de [http://www.comfenalcoantioquia.com/Portals/descargables/pdf/educacion/Cuerpo\\_Cuna\\_y\\_Tumba-Alvaro\\_Restrepo.pdf](http://www.comfenalcoantioquia.com/Portals/descargables/pdf/educacion/Cuerpo_Cuna_y_Tumba-Alvaro_Restrepo.pdf)

Tejada, L. “Bolewa Sabourin, el hombre que ayuda a las mujeres violadas por medio del baile”. Artículo. *Marie Claire*. Obtenido de <https://www.marieclaire.com.mx/feminismo/bolewa-sabourin-el-hombre-que-ayuda-a-las-mujeres-violadas-por-medio-del-baile/>

Veléz, D. M. (2017). “Narrando mi autobiografía: La violencia, transformadora de vida. Como el ave fénix que renace de sus propias cenizas”. Trabajo de grado realizado para optar por el título de Profesional en Danzas. Facultad de Artes. Departamento Artes Escénicas. Licenciatura en Educación Básica en Danza. Universidad de Antioquia, Medellín.

Yaconic. (10 de mayo 2018). “Ana Mendieta, la hispana que dedicó su obra y arte al cuerpo”. Obtenido de <https://www.yaconic.com/ana-mendieta/>

## 9. Anexos

### **Anexo 1. Relato de la memoria de un abuso emocional, físico y sexual**

Tenía yo 3 años cuando mi mamá, Ruth, licenciada en educación física, fue trasladada a trabajar en El Jordán (corregimiento de San Carlos, Antioquia). Mi abuela materna, Aura, fue quien me crio. Mi mamá venía de vez en cuando. Pasados cinco años de Ruth trabajar allá, yo ya con 8 años, cada vez que venía de visita a la casa, traía un hombre con ella. Su nombre era Iván, 11 años menor que ella, le faltaba el brazo izquierdo, tres dedos del pie derecho y tenía una cicatriz grande en la espalda. Yo aún no entendía qué papel cumplía ese señor en mi familia. Mi casa es de dos pisos (segundo y tercer piso); en ese entonces, cuando mi mamá venía, se quedaba en el tercer piso junto con Iván. Yo subía queriendo estar con mi mamá y él se aprovechaba de mi inocencia, y al mismo tiempo de mi mamá. Me hacía señas para que le tocara su pene, y para que yo mostrara mis calzones. Así, pasó un año, o menos, no recuerdo bien.

Al 2006, ya con 10 años, mi mamá decide llevarme a vivir con ella al pueblo. Entré a 5to de primaria e ingresé a la casa de la cultura en el arte de música, tocando saxofón tenor, luego quedé como la única niña en la banda pelayera del pueblo tocando saxofón. Iván, yo aún sin saber bien quien era, fumaba marihuana, consumía “perico”, bazuco y era alcohólico; en esos primeros meses, nunca mostró más indicios abusivos.

Un día de septiembre, mi mamá tenía que ir a cobrar el pago del mes y para eso debía viajar hasta San Carlos, ya que, en El Jordán, no había cajeros aún. Recuerdo que era muy temprano, 6 am más o menos, y ella me levantó para dejarme donde la cuñada Ema, hermana de Iván, yo le rogué que me llevara, pero no tenía pasajes para mí, y me dijo que no se demoraba. Tipo 8 am, estaba yo jugando con una hija de Ema, en ese momento llega Iván en una bicicleta, al parecer, estaba drogado porque tenía una actitud muy extraña; enojado me dijo que nos

fuéramos para la casa, yo asustada le dije que no, él responde: “vamos para que se cambie, que vamos para el charco”; yo acepté ir, pero también dije que si Marly, su sobrina, podía ir con nosotros. Iván de inmediato dijo: “no, vamos ya”; asustada, me fui detrás de él. Llegamos a la casa, yo entre primero, él detrás de mí y cerró la puerta con seguro. Me dijo que entrara a la pieza, tenía una mirada horrible, yo no entendía que pasaba. Me dijo: “bájese la pantaloneta”, yo más asustada todavía dije que no, me agarró fuerte de un brazo y repitió que me quitara la pantaloneta. Yo comencé a llorar, él me tiró a la cama y me quitó los calzones; me abrió las piernas y comenzó a hacerme sexo oral. Sin saber qué pasaba, yo lloraba aún más e intentaba cerrar las piernas, y él me gritaba diciendo que me quedara callada y abriera bien las piernas. Yo lloraba sin parar, pasó un rato y él se quitó la ropa, y se subió a la cama mientras yo le decía que ya me quería ir. Me agarró del cuello, se me montó encima y me dijo que me quedara quieta y abriera las piernas. A pesar de mi esfuerzo por no permitirlo, él logró abrírmelas y comenzó a ponerme su pene en mi vagina hasta lograr penetrarme. Ese dolor jamás se me va a olvidar, yo gritaba, lloraba, le decía que parara, le rogaba para que no siguiera, pero él me tapaba la boca con la mano. Las sabanas estaban empapadas de sangre, él seguía y el dolor cada vez era más intenso. Pasó un largo rato hasta que eyaculó en mi abdomen. Luego me dijo que me bañara y me vistiera. “No le vaya a decir nada a su mamá ni a nadie de su familia, que esto quede entre nosotros, porque si le dice a alguien le pego a usted y a su mamá”, fueron sus palabras mientras yo me paraba de la cama sin poder caminar del dolor. Él quitó las sabanas tranquilamente y las lavó, mientras yo lloraba en el baño, sentía dolor por todo mi cuerpo y me seguía saliendo sangre de la vagina.

Luego él salió y volvió con mecato, demasiado, y otras cosas para darme a cambio de mi silencio. Horas después, mi mamá llegó a la casa, él con la mirada me decía que no fuera a decir

nada. Así pase el resto del día, sentada en una silla de la sala y mi mamá sin sospechar nada. Ese, fue el primer día de varios años tormentosos.

A partir de ahí, Iván no dejaba pasar ni un segundo en el que mi mamá no estuviera en la casa, para aprovecharse de mí. Yo vivía con miedo, no podía contar nada debido a sus amenazas. El sentimiento es indescriptible, sentir que te tocan y te obligan a hacer mil cosas que una niña de 10 años, ni ninguna mujer, debería estar obligada a hacer.

Pasaban los días y la intensidad del abuso crecía, comenzaba a no dejarme salir, a prohibirme tener amigos, y a interponerse en mi formación artística. En ese momento ya era parte del grupo de danzas folclóricas de la Casa de la Cultura del pueblo y cada que ensayábamos, cada que había presentación o cada que íbamos a otra vereda a bailar; él me decía que yo no tenía que estar allá, que me saliera del grupo. Eso jamás pasó, ya que, bailando, era de la única manera que me olvidaba de las cosas tan horribles que me obligaba hacer.

En el colegio, sin mis compañeros tener conocimiento alguno de la situación, comenzaron a hacerme bullying diciéndome que yo era la moza de “el mocho”, apodo que tenía Iván en el pueblo. Cada vez tenía menos amigas por el miedo que generaba Iván, nadie se atrevía a entrar a la casa, cada día era peor el encierro en el que vivía. Mi única y más apreciada salida a eso, era la danza. Anhelaba con ansias los días en los que teníamos ensayo o alguna presentación.

Meses después, las amenazas iban aumentando al igual que el abuso sexual. Cuando mi mamá no estaba, me persuadía para dormir con él en las noches. También comenzamos a sufrir violencia intrafamiliar; cada vez que se drogaba con bazuco y estaba en la casa con sus amigos bebiendo, nos tocaba encerrarnos a mi mamá, a mi hermanita y a mí, todo el día en una habitación o irnos para algún lado hasta que todos se durmieran y así poder volver a la casa. A mi hermanita le pegaba horrible, la violencia aumentaba cada vez más. Un día, me invitaron a

unos 15s de una compañera del colegio, él accedió; pero cuando volví, me pegó porque supuestamente yo en la fiesta me estaba besando con un muchacho.

El día que mi mamá se enteró de la situación, tenía yo 12 años. Un día, estábamos todos en la casa y mi mamá se encontraba lavando ropa; Iván con su desespero de abusar de mí, me llevó para la terraza y cuando estábamos desnudos, llegó mi mamá y vio la escena. Su cara se transformó, no podía creer lo que estaba viendo... comenzó a pegarle y a preguntarle por qué me estaba haciendo eso, él trataba de calmarla y al mismo tiempo la amenazaba diciéndole que no le fuera a decir nada a nadie y mucho menos a nuestra familia aquí en Medellín. Yo lloraba sin saber qué hacer ni que decir, fue un momento abrumador.

Desde ese día, Iván pasó a tener dos mujeres, mi mamá y yo. Comenzó a dormir conmigo en la misma cama, a decirme que me amaba, que le tuviera un hijo, incluso me obligaba a planificar; miles de cosas que en estas líneas se quedan cortas.

Yo fui creciendo cada vez más y la intensidad del maltrato ya no tenía límite. Ya no me era suficiente bailar para sanar ese dolor físico, mental y emocional con el cual cargaba todos los días. Debido a eso, cada oportunidad que tenía de acostarme con un hombre, lo hacía, estuviera soltero, casado o con hijos; lo hacía con amigos de él, otros conocidos, hasta con el hermano, ya no me importaba. Iván nunca se enteró de eso, al fin y al cabo, al parecer tampoco le importaba que estuviera con otros hombres, ya que me comenzó a prostituir con dos o tres hombres; me vendía, yo era como un objeto para él.

Cuando cumplí 15 años, mi regalo fueron unos golpes de parte de Iván, porque en la pequeña reunión que mi mamá hizo, yo estaba bailando con un amigo.

Lo que he narrado en este escrito, han sido solo algunas de las miles de cosas por las que tuve que pasar en esos años de abuso, cosas de las que ni quisiera acordarme. Hasta el día en que tuve el valor para contar todo y hacer la respectiva denuncia.

30 de diciembre de 2011, vinimos a Medellín a pasear; mi mamá, mi hermanita y yo. Me encontraba hablando con una de mis primas, no recuerdo de qué, y de repente comencé a llorar y a decirle que Iván me había violado cuando tenía 9 años, y que los años que había estado en El Jordán, estaban marcados por el abuso y la violencia intrafamiliar. Su reacción inmediata fue ponerse a llorar, preguntándome por qué no le había dicho a nadie; de inmediato me dijo que fuéramos a denunciarlo. Yo tenía mucho miedo debido a las amenazas que me hacía él, sin embargo, tuve la fuerza para ir con ella el 31 de diciembre a hacer la denuncia a la fiscalía.

Me tomaron la declaración, y me hicieron los respectivos exámenes en medicina legal, estos arrojaron signos de acceso carnal violento y también una ETS. Convencieron a mi mamá de interponer otra denuncia por violencia intrafamiliar y también le hicieron examen de sangre, por lo de la ETS, el cual salió positivo para sífilis. Luego de casi tres meses de poner la denuncia, el 26 de marzo, nos contactaron a la audiencia y sentencia para Iván. Él no aceptó los cargos, diciendo que yo había accedido a todo. Al final, su sentencia fue de 18 años de cárcel.

A mi mamá y a mí nos hicieron el tratamiento médico para tratar la ETS que habíamos contraído, el cual tuvo una duración de 5 años.

Los sentimientos de esos años no tienen definición, lo único que sé es que la rabia, el dolor, la angustia, la impotencia, las ganas de matar, de suicidarme, de acabar con esa agonía, los sacaba de mi ser, bailando; por medio de la danza lograba sanarme, sanar mis heridas emocionales, mis heridas del alma, que al día de hoy, aún estoy curando.

Al día de hoy, soy una mujer sana, totalmente fuerte, que enfrentó esta situación y que día a día, lucha por seguir adelante a pesar de lo vivido. Acepto lo que me pasó, lo asumo con total madurez.

Mi fortaleza y mi gran compañera fue el arte, mi danza que nunca me dejó caer y que cada vez me hace más fuerte. La resiliencia, esa capacidad que todos los seres vivos tenemos, apenas la logro entender; apenas pude ver ese poder tan grande que tenemos de salir de ese abismo en el que la vida nos pone por X o Y motivo. Resiliencia, lo que me caracteriza, mi sello personal.

Espero que, así como el arte ha sido mi apoyo incondicional todos los días, logre fortalecer a los demás, así como lo hace conmigo.

## **Anexo 2. Actividad de visualización**

Esta actividad consistió en enseñar una serie de movimientos consecutivos a un pequeño grupo de personas; luego de esto, compartí a cada uno un texto con mi historia de manera anónima. Posterior a eso les dije que volvieran a hacer la serie de movimientos, tratando de expresar lo que les había producido esta narración.

Observaciones:

- Me resultó grato ver como cada uno de los participantes expresaba mediante los movimientos aprendidos, su sentir a partir de la historia leída.
- Movimientos que antes no tenían un significado o un sentido, se convirtieron en una manera de expresar emociones.
- Ya no importaban los tiempos, ni la intensidad, ni los niveles propuestos, yo no era una secuencia aprendida. Pude evidenciar que la danza, a partir de unas pautas claras, se había transformado en la voz de cada uno.
- En la socialización realizada al final de la actividad, varios de ellos me compartieron su sentir al encontrarse con la danza de una manera en la que nunca la habían visto.

A continuación, adjunto el registro audiovisual de esta actividad.

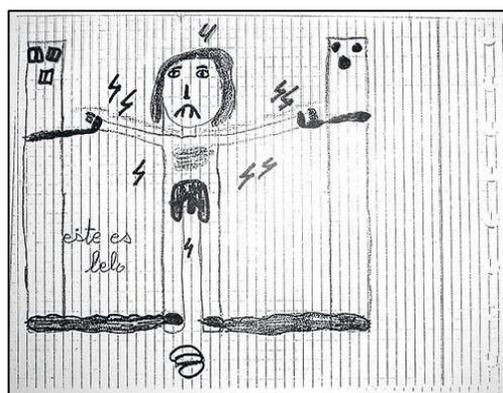
[Parte 1](#) | [Parte 2](#) | [Parte 3](#) | [Parte 4](#)

### Anexo 3. Dibujos realizados por niños abusados sexualmente (Video introductorio)



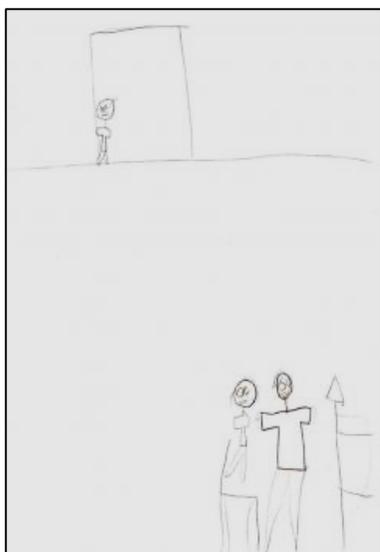
El abuso sexual se manifiesta en los dibujos elaborados por la víctima Mexico, primer lugar en abuso sexual infantil, según la OCDE. La Jornada. Enero, 2019. Obtenido de <https://www.jornada.com.mx/2019/01/06/politica/008n1pol>

Niña de 10 años. “Esta es la tortura que quiero (para él), o peor”. Sufrió abusos sexuales por su padre. Exposición de dibujos realizados por niños maltratados, organizada por AVAIM (Asociación Vasca para la Ayuda a la Infancia Maltratada). La huella del maltrato infantil. El árbol del monoloco. Mayo, 2008. Obtenido de <https://elmonoloco.wordpress.com/2008/05/26/la-huella-del-maltrato-infantil/>



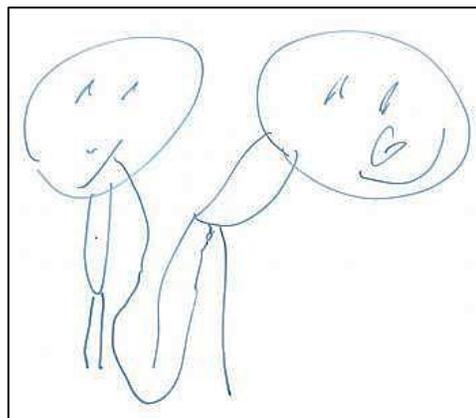
Paula, 9 años. “Papá me buscaba para lastimarme y yo me escondía debajo de la cama para que no me encontrara”. Preste atención a los dibujos de sus niños, pueden ser reveladores. Aldea Sur, comunidad y noticias. Septiembre, 2018. Obtenido de <https://aldeasur.com/preste-atencion-a-los-dibujos-de-sus-ninos-pueden-ser-reveladores/>

“El que me hizo daño y he dicho, finalmente, que es verdad que me lo hizo” David, 8 años. Sufrió abuso sexual. Exposición “Els monstres de ca meva” (Los monstruos de mi casa). Octubre, 2010. Obtenido de [http://quindrop.com/monstresdecameva/pagina.php?Cod\\_fam=6](http://quindrop.com/monstresdecameva/pagina.php?Cod_fam=6)



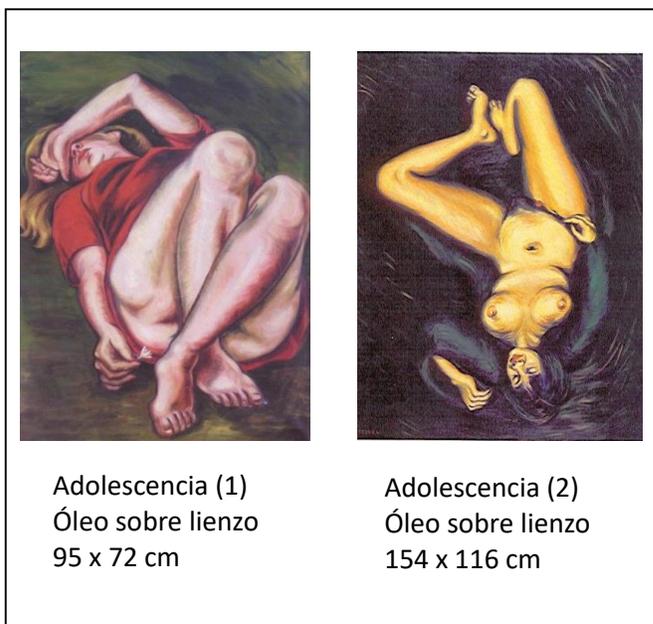
Isabel, 8 años. Sufrió abusos sexuales en el ámbito familiar. Exposición “Els monstres de ca meva” (Los monstruos de mi casa). Octubre, 2010. Obtenido de [http://quindrop.com/monstresdecameva/pagina.php?Cod\\_fam=6](http://quindrop.com/monstresdecameva/pagina.php?Cod_fam=6)

Victor, 7 años. Abusado a los 4 años por su padre. Exposición “Els monstres de ca meva” (Los monstruos de mi casa). Octubre, 2010. Obtenido de [http://quindrop.com/monstresdecameva/pagina.php?Cod\\_fam=6](http://quindrop.com/monstresdecameva/pagina.php?Cod_fam=6)





#### Anexo 4. Obras de Débora Arango



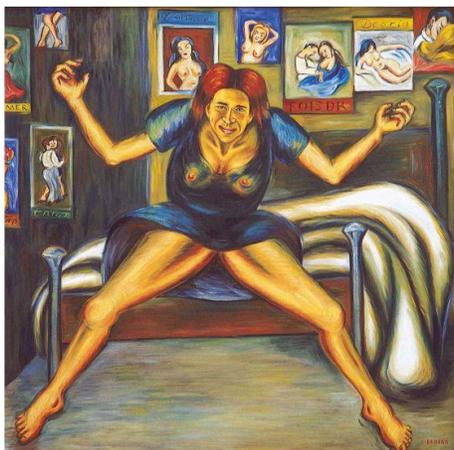
Estas imágenes me evocan un cuerpo que es vulnerable en su desnudez, que se muestra rendido, cansado de luchar. La transición de colores rojo a negro, va en la misma línea de la transición de vestuario de la segunda escena de ENTROPIA.



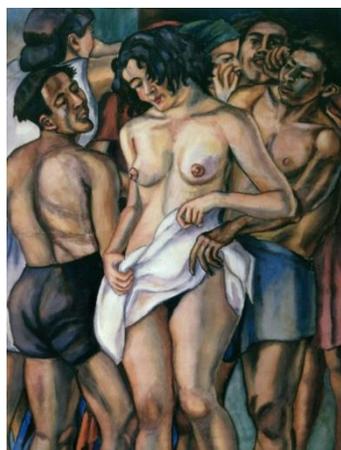
ENTROPIA | Foto fija | Miyer Juana Paniagua

Débora resaltaba los rasgos corporales para realizar mayor énfasis en las emociones que quería transmitir en sus pinturas, con el objetivo de mostrar siempre el cuerpo como un medio transgresor en medio de una sociedad tradicionalista y conservadora.

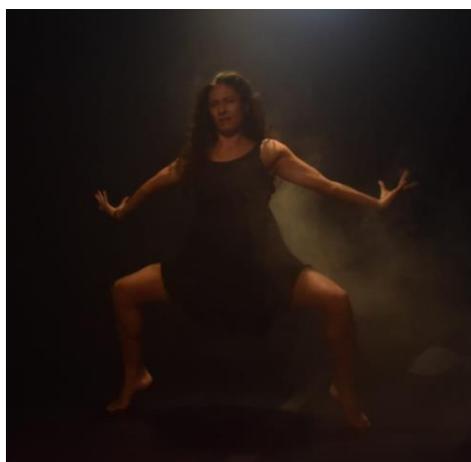
Quise representar “Esquizofrenia”, ya que, a pesar de mostrar el desespero, hasta un punto de locura, se deja ver también la grandeza y la fuerza de la mujer, incluso en momentos difíciles. Con “Frine” se vuelve a la figura frágil de la mujer, rodeada del autoritarismo tradicional de la figura masculina, y tratada como objeto sexual, en un intento de ella por pasar desapercibida.



Esquizofrenia en la cárcel  
Óleo sobre lienzo  
162 x 165 cm



Frine o Trata de blancas  
Acuarela  
99 x 131 cm



ENTROPÍA | Foto fija | Miyer Juana Paniagua

## Anexo 5. Vestuario

Estos son los vestuarios utilizados en el solo ENTROPÍA. *Foto Fija Miyer Juana Paniagua.*



Inocencia

Primera escena

Fragilidad

Segunda escena. Pate I



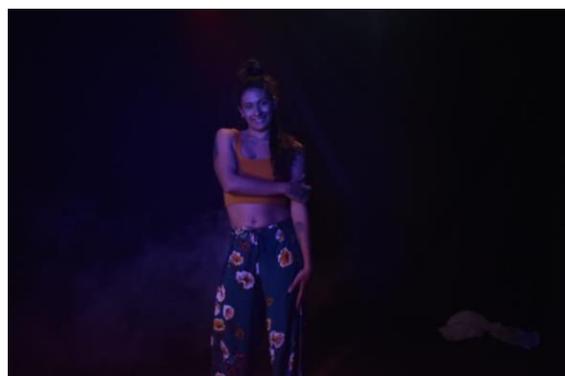
Fragilidad

Segunda escena. Parte II



Resiliencia

Tercera escena



Anexo 6. Afiche publicitario



MELIZO ROLDAN  
Producciones (Mezcla)  
Comunicación de Artes, Cultura y Música



Mujerjuana .ph



ENTRADA LIBRE  
\*\*\*\*\*  
SIN BOLETA

f y t de Acultura

comunicacion@searcultura@udea.edu.co | 2105127 - 2105125 |

**UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA**

Vicerrectoría de Extensión  
Departamento de Extensión Cultural  
Facultad de Artes



## 10. Agradecimientos

- A la maestra María del Pilar Naranjo por su acompañamiento en todo el proceso de investigación y creación del proyecto.
  
- A Mellizo Roldán Producciones por todo el proceso de gestión, organización logística y producción para llevar a cabo la presentación virtual de Entropía.
  
- A Sebastián Rúa, Verónica Giraldo, Anderson Mejía, Daniel Saldarriaga, Miyer Juana Paniagua y Katherin corrales, por su apoyo en la edición del video, edición musical, diseño gráfico y fotografía.
  
- A la familia Román Cuartas, por el apoyo brindado desde el inicio de la carrera.
  
- A la Facultad de Artes de la Universidad de Antioquia en general por brindar espacios de reconocimiento, investigación y creación artística.