

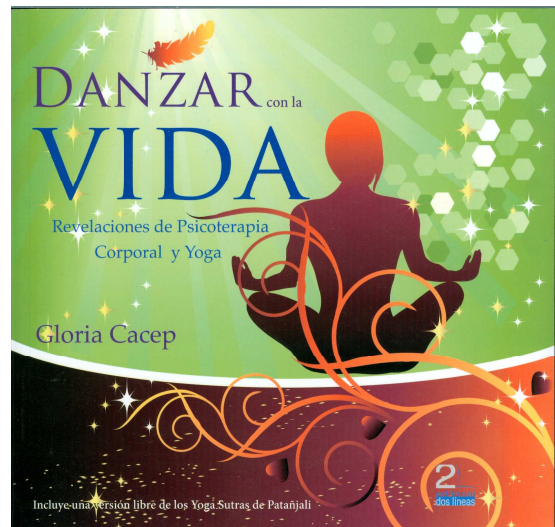
PROLOGO PARA EL LIBRO

DANZAR CON LA VIDA

DE GLORIA CACEP

POR GUADALUPE COELLO

Conocí a Gloria como participante de la Formación de Terapeuta Corporal que imparto en Torreón. Mujer sensible con una extraña combinación entre lo profundo y lo etéreo.... Al presentarse en el grupo lo hace con las palabras con que comienza su libro *"Tomo este entrenamiento como un viaje de regreso a casa"*... Cada sesión de la Formación comienza con **MAR Movimiento Armónico Restaurador, ¿Por que **MAR** ?... Y yo diría ¿Para que **MAR**?:**



MOVIMIENTO: Dar movimiento a nuestra danza a nuestro viaje por la vida, movimiento con sonido con textura, movimiento colorido; la vida es movimiento a veces confuso, caótico, vinculante y trascendente; movimiento en soledad, en compañía, en grupo y otra vez la soledad.... Quien no danza su soledad no estará vivo, quien no danza su soledad no podrá morir dignamente.

ARMONICO: Lograr la armonía es un toque de gracia que puede perderse de pronto y también recuperarse, no es una guía de felicidad de diez pasos fáciles; la armonía de cuerpo mente y espíritu es sudar la vida con la danza, es abrazarse al gozo de estar vivo, es respirar, jadear, suspirar, gritar y luego entrar en el silencio; la armonía tiene un ritmo, se comparte, es recuperar el olfato, el vigor, el sentido. La armonía es una estructura de nuestro mente-cuerpo que nos lleva a la unicidad a través de danzar las dualidades.

Es nuestra tarea evolutiva encontrar esta armonía, encontrar esta danza de nuestras dualidades, danzando armónicamente nuestros conflictos, es un viaje. Como dice Gloria en su libro, "*Viajar es una actitud corporal: hay que moverse detenerse, entrar en estados contemplativos y soltar*".

RESTAURADOR: Volver a poner el cuerpo-mente en el estado original, renovarnos es imprescindible, va de adentro, afuera de lo interno a lo externo, con caminos de ida y vuelta. Restaurar la sabiduría natural, restaurar es un movimiento interior, es sanar haciendo una clara diferencia entre curar y sanar; tal vez podemos decir que un cáncer se cura con una extirpación, pero ¿se ha sanado? No.

La sanación implicada en MAR lleva a muchas dimensiones: sanando las heridas en el nivel emocional, mental espiritual y físico. Logrando dismantelar las creencias, los *introyectos* que nos empobrecen y hacen nuestra vida rígida y monótona, sacando con la danza, restaurando nuestro máximo potencial con un MOVIMIENTO ARMONICO Y RESTAURADOR. MAR.

Y así, después de cada sesión de MAR donde las almas se tocan por instantes, donde la única consigna es: deja tu cuerpo moverse en libertad, encuentra tu propio ritmo , danza tus miedos, tu alegría, tus tristezas, encuentra tu propia vivencia; tus valores, tus objetivos, danza a tu ser amoroso, tu guerrero, tu niño, danza tu camino, tu destino, tu vida, tu muerte; y ahora céntrate , recoge tu energía ve a cada rincón donde desplegaste el vuelo de tu danza y toma esa energía restaurada ponla en el centro de tu cuerpo, en tu *hara* y escribe tu experiencia

Ahí descubro que Gloria tiene talento, tiene el duende de García Lorca que comunica, que incendia los sentidos, ese duende que nos sorprende que nos retumba y hace conmovernos en lo más profundo.

Me identifico con Gloria, ella crece en su Tabasco siempre cálido con su vegetación desbordante, exhibiendo su exuberancia para captar nuestros sentidos, crece como lo dice en su libro llena de contradicciones, rebelde, discutiendo y defendiendo sus opiniones desde niña.... Con Carlos Pellicer como tutor

Yo crecí en mi amada Chiapas, entre el calor de Tuxtla Gutiérrez y el frío de San Cristóbal las Casas, en aquellos caminos llenos de bruma, de selva, de pájaros azules, de *huelas de noche*, ese lugar mágico al que he regresado cada vez que me siento perdida en el asfalto, cuando siento que la verdad se me escapa en el tráfico; cuando me siento extraviada es momento de regresar a mis raíces de infancia y oler el café y saborear *los nanches*, volver a escuchar a mis tutores Rosario Castellanos y Sabines . Soy contestataria por herencia, desde *los pollinos* hasta *los zapatistas*, llevo la libertad en la sangre. Sé de la soledad de ser libre, y del canto de la marimba en mis entrañas.

Nostalgia

***"Ahora estoy de regreso.
Llevé lo que la ola, para romperse, lleva
—sal, espuma y estruendo—,
y toqué con mis manos una criatura viva;
el silencio.
Heme aquí suspirando
como el que ama y se acuerda y está lejos"***

Rosario Castellanos

Me identifico con Gloria en el encuentro de Román Rolland, con su excepcional *Juan Cristóbal*, Schopenhauer y tantos autores comentados en las sesiones de terapia. Te invito a viajar con Gloria, a *Danzar con la Vida*, en su regreso a casa encontrando a Nietzsche, a Platón a Sócrates, Freud, Jung, a Lowen, Pierrakos, siempre de la mano de Carlos Pellicer y conjurando al cuerpo como centro.

MARABIERTO GC