

UNIVERSIDAD DE PANAMÁ
FACULTAD DE BELLAS ARTES
ESCUELA DE DANZAS

TRABAJO DE GRADO

**“DANZANDO EN LA FE: LA INFLUENCIA DE LA DANZA MODERNA Y
CONTEMPORÁNEA EN LA DANZA RELIGIOSA HEBREA JORA”**

POR:

ORLY HERES

**TRABAJO DE GRADUACIÓN PARA
OPTAR POR EL TÍTULO DE
LICENCIATURA EN BELLAS ARTES
CON ESPECIALIZACIÓN EN
DANZAS CON ÉNFASIS EN DANZA
MODERNA**

PANAMÁ

2024

TRIBUNAL EXAMINADOR

El tribunal examinador en el uso de sus facultades ha revisado el trabajo de grado titulado:

“DANZANDO EN LA FE: LA INFLUENCIA DE LA DANZA MODERNA Y CONTEMPORÁNEA EN LA DANZA RELIGIOSA HEBREA JORA”

Para constancia de ello, el tribunal compuesto por:

Prof. _____

Evaluación: _____

Asesor

Prof. _____

Evaluación: _____

Jurado 1

Prof. _____

Evaluación: _____

Jurado 2

CIUDAD DE PANAMÁ – PANAMÁ

Dedicatoria

En el camino de esta investigación, me he encontrado con desafíos, aprendizajes y momentos de crecimiento personal. En cada paso he estado rodeada de personas extraordinarias que han dejado una huella imborrable en este trabajo.

A lo largo de este viaje académico, he sido testigo del poder del apoyo, la amistad y el amor. Agradezco profundamente a cada persona que ha sido parte de este proceso, pues han sido mi luz en los momentos más desafiantes.

Quiero dedicarle este trabajo con inmenso amor y agradecimiento a D-os, por brindarme la fuerza necesaria, determinación y oportunidades para alcanzar este importante logro en mi vida académica. A mis padres, por su amor incondicional, apoyo constante y sacrificios para que pudiese alcanzar todo lo que me propuse.

A mis hermanos por todos sus esfuerzos, colaboración, amor y sus valiosos consejos para ayudarme a lograr mis objetivos. Han sido un soporte para mí y un modelo a seguir, siempre me han guiado con su ejemplo y apoyo incondicional. Gracias a ustedes, he aprendido muchas lecciones valiosas que me han ayudado a crecer como persona y a enfrentar los desafíos con más confianza.

A mis amigos y seres queridos, por su ánimo, comprensión y aliento durante este largo camino hacia la culminación de mi tesis. Y a todas las personas que formaron parte de este proyecto, su contribución y colaboración fueron imprescindibles para el éxito de esta investigación.

Agradecimientos

Agradezco a D-os por guiarme a lo largo de mi vida y sobre todo en esta etapa de mis estudios, por otorgarme este preciado talento y habilidad. Ayudándome a desarrollarme en él, brindándome las herramientas necesarias para transmitir el conocimiento de la danza por medio del amor, con gran energía y dedicación. Por siempre ayudarme a confiar y a creer en mis sueños y metas, permitiéndome concluir con mi objetivo.

A mis padres, quienes me brindaron soporte, confianza y apoyo para poder construir y trazar este camino, implantando en mí una base sólida y de buena educación, dejándome la mejor herencia que son los estudios y el trabajo constante. Me siento muy agradecida, por ayudarme a cumplir mis metas y sueños. Son el pilar que me hace brillar.

A mis amigos, por acompañarme y motivarme a seguir avanzando cada día más, gracias por su apoyo constante, alegría y ganas. Por la confianza y los buenos consejos, por acompañarme en cada uno de mis ensayos, presentaciones y nunca dudar de mis capacidades.

A cada uno de los profesores de la Universidad de Panamá, Facultad de Bellas Artes; al difunto decano Mgter. Luis E. Troetsch; y a todo el personal docente, por haber compartido sus conocimientos a lo largo de mi educación y preparación, por sembrar, de manera especial en mi vida, el amor por compartir, enseñar y vivir la danza. A saber, que, con arduo esfuerzo, sacrificio y disciplina diaria, se formaría un cambio dentro de mí y en los demás. Gracias.

De manera especial, a mi tutora Anays Labrador por haberme guiado no sólo en la elaboración de este trabajo, sino también en el transcurso de mi carrera universitaria. Por haber brindado su apoyo como profesora y directora, abriéndome las puertas y permitiendo mi desarrollo profesional en la danza.

Al Ministerio de Cultura, que sin duda fue un ejemplo extraordinario, quienes abrieron las puertas de sus corazones y me permitieron formar parte en la vida de los niños, adolescentes y personal administrativo, preparándome para el futuro. Gracias, por brindarme esta bella experiencia, que siempre llevaré atesorada en mi corazón.

Doy gracias a la Escuela Nacional de Danza del Ministerio de Cultura junto a todos sus profesores y compañeros por el gran aporte contribuido a mi exitosa formación, las ganas, disciplina y motivación dada; con una variación de clases que me alentaban a explorar y a crecer.

Estoy agradecida por no rendirme y seguir adelante, a pesar de los obstáculos que se me presentaron, el dolor que me hizo crecer y el trabajo que pasé para llegar a este día; por haber alcanzado mis metas; por saber creer en mí y esforzarme al máximo hasta lograrlo. En la vida, siempre habrá obstáculos, y uno debe saber sobrellevarlos, tener paciencia y ser perseverante, porque con pasión y disciplina todo se logra. “Sabio es el que se cae siete veces y se vuelve a levantar”. Todo requiere esfuerzo, y cuando nos cuesta, es ahí cuando sabemos que realmente estamos logrando nuestro propósito. Por eso, me aplaudo y aplaudo a todos los estudiantes por lograr llegar hasta el final y terminar lo que una vez empezaron.

Índice General

Dedicatoria	iii
Agradecimientos	iv
Índice General	vi
Índice de Imágenes	ix
Índice de Tablas	x
Índice de Anexos	xi
Resumen	xii
Introducción	xiii
Capítulo I Aspectos Generales de la Investigación	1
1.1 Planteamiento del Problema	2
1.2 Objetivos de la Investigación	3
1.2.1 Objetivo General.....	3
1.2.2 Objetivos Específicos	4
1.3 Justificación del Estudio.....	4
1.4 Limitaciones de la Investigación	5
1.5 Tipo de Investigación	7
1.6 Delimitación y Población	7
1.7 Procedimiento de la Investigación.....	8
Capítulo II Proceso Creativo y de Composición de la Coreografía “La Esperanza es la Luz”	11
2.1 Justificación de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”.....	11
2.2 Objetivos de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”	12
2.2.1 Objetivos Generales de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz” ...	12
2.2.2 Objetivos Específicos de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz” .	12
2.3 Proceso Creativo de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”	13
2.4 Limitaciones de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”	15
Capítulo III Marco Teórico de la Investigación	18
3.1 Antecedentes del Estudio.....	18
3.1.1 ¿Qué es el Judaísmo?.....	19
3.1.2 ¿Quién es un Judío?.....	19

3.1.3 Origen del Judaísmo	19
3.1.4 Características del Judaísmo.....	20
3.1.5 Prácticas Religiosas	21
3.1.6 Costumbres y Tradiciones	23
3.1.7 Diferencias entre el Judaísmo Ortodoxo, Tradicional y Liberal	26
3.1.8 El Panorama de la Comunidad Judía en Panamá	28
3.1.9 Una Mirada a las Diferencias del Judaísmo entre Panamá e Israel	31
3.2 Vivencias de una Bailarina Hebrea.....	33
3.3 Bases Teóricas Sobre Danzas Hebreas, Danza Moderna y Danza Contemporánea.....	35
3.3.1 Estudio Sobre las Danzas Hebreas	35
3.3.2 Estudio Sobre la Danza Moderna y la Danza Contemporánea.....	43
3.3.3 Impacto Mutuo entre la Danza Moderna/Contemporánea y las Danzas Hebreas	45
3.4 Bases de la Composición Coreográfica	46
3.4.1 Principios de la Composición Coreográfica	47
3.4.2 Elementos del Lenguaje Coreográfico en el Espacio y en el Tiempo	48
Capítulo IV Proceso de Remontaje de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”	57
4.1 Justificación del Remontaje de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”	57
4.2 Objetivos del Remontaje de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz” ...	57
4.2.1 Objetivo General del Remontaje de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”	57
4.2.2 Objetivos Específicos del Remontaje de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”.....	58
4.3 Proceso del Remontaje de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”	59
4.4 Cronograma del Remontaje de la Composición Coreográfica “La esperanza es la Luz”	59
4.5 Limitaciones del Remontaje de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”	60
4.6 Análisis del Remontaje de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz	61
4.6.1 Componentes Generales del Remontaje de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”.....	61
4.6.2 Bosquejo Coreográfico:.....	64

4.6.3 Análisis de los Principios de la Composición Coreográfica en la Coreografía “La Esperanza es la Luz”	68
4.6.4 Desplazamientos de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”	72
4.6.5 Análisis Musical del Remontaje de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”	80
4.6.6 Análisis del Vestuario del Remontaje de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”	82
4.7 Compendio de Pasos, Movimientos y Saltos de las Danzas Hebreas “ <i>Yemenita</i> ”, “ <i>Jasídica</i> ” y “ <i>Jora</i> ” Utilizados en el Remontaje de la Composición Coreográfica “La Esperanza es a Luz”	83
4.8 Perspectiva del Proceso Creativo como Coreógrafa de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”	86
Conclusiones	90
Recomendaciones	92
Bibliografía	93
Anexos	96

Índice de Imágenes

Imagen 1: Vestuario Yemenita	40
Imagen 2: Vestimenta Jasídica	41
Imagen 3: Vestimenta Jora	42
Imagen 4: Escena de la Secuencia Coreográfica Hundida en la Oscuridad	65
Imagen 5: Escena de la Secuencia Coreográfica Fortaleza, la Luz que Emerge	66
Imagen 6: Escena de la Secuencia Coreográfica Tiempo de Celebración	68
Imagen 7: Desplazamientos de la Coreografía Hundida en la Oscuridad	72
Imagen 8: Desplazamientos de la Coreografía Fortaleza, la Luz que Emerge	75
Imagen 9: Desplazamientos de la Coreografía Tiempo de Celebración	78

Índice de Tablas

Tabla 1: Diferencias entre el Judaísmo Ortodoxo, Tradicional y Liberal.....	27
--	----

Índice de Anexos

Anexo A: Preguntas de Entrevista para la Bailarina Bárbara Zapata.....	96
Anexo B: Otros Artículos y Publicaciones de Interés.....	98
Anexo C: Bosquejo de los Vestuarios para la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”	99
Anexo D: Glosario de Términos Básicos de Danza en Hebreo.....	100
Anexo E: Cronogramas de Ensayos de las Tres Secuencias Coreográficas de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”	101
Anexo F: Cronograma de la Investigación.....	104

Resumen

La danza, en su esencia más pura, trasciende las barreras del tiempo y del espacio, fusionando el arte con lo divino, la expresión con lo sagrado. En este trabajo de grado nos adentramos en un fascinante viaje por medio de los pasillos del movimiento, explorando la intrincada relación entre la danza moderna y contemporánea y la danza religiosa hebrea “*Jora*”.

¿Cómo influyen una en la otra? ¿Qué elementos se entrelazan en su práctica y su significado? Mediante un breve análisis de antecedentes históricos, bases teóricas y procesos creativos buscamos plasmar la compleja relación entre la danza secular y la espiritualidad, entre la innovación artística y la tradición religiosa.

En un mundo donde las fronteras culturales y religiosas a menudo dividen, la danza con la composición coreográfica “La Esperanza es la Luz” emerge como un puente que conecta una lengua universal que habla al alma y al corazón por igual.

Palabras claves: Danza Contemporánea, Danzas Hebreas, Composición Coreográfica.

Introducción

Desde los albores de la humanidad, la danza ha sido un medio de expresión esencial, una forma de comunicar emociones, contar historias y celebrar la vida. En el contexto de la religión Hebrea, la danza adquiere un significado aún más profundo, sirviendo como un medio para conectarse con lo divino, expresar alegría, gratitud y devoción.

Por otro lado, la danza moderna y contemporánea ha surgido como una expresión artística que desafía las convenciones, rompe barreras y busca nuevas formas de comunicar ideas y emociones. Con sus movimientos fluidos e innovadores, la danza moderna ha revolucionado el mundo del arte, inspirando a generaciones de bailarines y coreógrafos a explorar los límites del cuerpo y la mente.

Desde una perspectiva creativa, la incorporación de elementos de la danza hebrea, con sus gestos rituales y simbólicos, aporta una carga emocional y cultural que enriquece la danza contemporánea. La *Jora*, como parte fundamental de las danzas hebreas, tiene una cualidad de circularidad, en la que el movimiento fluye sin un final claro, lo cual puede ofrecer una fuerte conexión con la idea de continuidad y transformación en la danza moderna.

En este sentido, el presente trabajo se estructura en cuatro capítulos que abarcan diferentes aspectos de esta investigación. Comenzaremos explorando los aspectos generales de la investigación, donde se desarrolla el problema, se plantean los objetivos tanto generales como específicos, se delinea la justificación y se detalla el tipo de investigación, así como las limitaciones, la delimitación y población del estudio.

El capítulo II se encuentra enfocado en el proceso creativo del montaje de la composición coreográfica “La Esperanza es la Luz”, destacando la interacción entre la tradición religiosa y la expresión artística contemporánea en la creación de esta obra.

Adentrándonos en el marco teórico, desarrollamos los antecedentes del estudio, explorando qué es el Judaísmo, las diferencias entre el Judaísmo ortodoxo, tradicional y liberal, y observando el panorama de la Comunidad Judía en Panamá. Además, analizamos las diferencias entre el Judaísmo en Panamá e Israel, con el fin de obtener un entendimiento más claro y profundo de la idea.

Posteriormente, abordamos las bases teóricas de ambas formas de danza y el impacto mutuo entre ellas. Finalmente, en este capítulo, realicé un estudio de las bases teóricas de la composición coreográfica, con el objetivo de comprender su estructura, metodología y aplicación de conocimientos aprendidos.

El capítulo IV presenta el proceso de remontaje de la composición coreográfica “La Esperanza es la Luz” donde se podrá conocer la justificación, los objetivos, el proceso, el cronograma y las limitaciones del remontaje.

Finalmente, concluyo con reflexiones sobre los hallazgos del estudio y posibles direcciones futuras para la investigación en este campo fascinante y en constante evolución.

CAPÍTULO I
ASPECTOS GENERALES DE LA INVESTIGACIÓN

Capítulo I Aspectos Generales de la Investigación

1.1 Planteamiento del Problema

La religión Judía es una de las más antiguas del mundo y ha sido influenciada por diversas culturas a lo largo de su historia. Algunas de las formas en las que esta influencia se ha manifestado, es en la práctica del rezo, bailes rituales y los ciclos de vida. Sin embargo, a pesar de estas influencias en la religión, su esencia y creencias fundamentales han permanecido intactas.

Se propuso como problema a estudiar en este trabajo de investigación, el modo de incorporar las técnicas de la danza moderna y contemporánea a la danza hebrea religiosa (*Jora*), buscando entender cómo pueden influenciarse mutuamente y el contraste que puede surgir de esta fusión. En este sentido, es importante conocer la terminología hebrea, ya que las danzas van acorde a toda la tradición.

Conocida como “el lenguaje del cuerpo”, la danza es una actividad de ejecución sumamente variada, puesto que cada pueblo y cada cultura (en este caso la Hebrea) tiene sus propios ritmos y bailes; como, la “*Jora*” tiene su propia vestimenta donde las mujeres usan faldones de color rojo o azul, usando como base telas blancas y los hombres, camisas con estos mismos colores, pero con pantalones blancos holgados; sus propias maneras de ejecutar la música en un ritmo ascendente y con el palmear de las manos.

La danza moderna/contemporánea es un estilo artístico de danza que se caracteriza por su libertad de expresión y su carácter innovador. Esta forma de danza tiene fines estéticos y suele ser utilizada en presentaciones escénicas. La danza moderna/contemporánea incorpora

diversos aspectos teatrales o dramaturgicos para perfeccionar el diseño de las coreografías y expresar ideas de manera más impactante.

Además, esta forma de danza está en constante evolución, por lo que se adhiere a vanguardias y continúa explorando nuevas formas de expresión rítmica corporal.

1.2 Objetivos de la Investigación

A continuación, se presentan el objetivo general y los objetivos específicos de la investigación.

1.2.1 Objetivo General

Este trabajo de investigación tiene como objetivo general abordar brevemente la importancia de los bailes, como la danza “*Yemenita*”, “*Jasídica*” y más en profundidad la “*Jora*”, en la religión Judía. Analizando así, cómo la danza ha sido utilizada en ceremonias religiosas, como los matrimonios o las fiestas judías y reconocer su evolución a lo largo del tiempo. También, valorar la universalidad de los términos y movimientos utilizados en estas danzas religiosas hebreas, destacando su enseñanza y aplicación a la danza moderna/contemporánea; buscando así, presentar una modernización innovadora de la danza religiosa hebrea “*Jora*” y un entendimiento profundo del lenguaje coreográfico de la danza moderna/contemporánea.

1.2.2 Objetivos Específicos

1.2.2.1 Investigar y documentar las raíces históricas y culturales de las danzas religiosas hebreas mencionadas, resaltando sus usos en ceremonias judías como bodas y festividades.

1.2.2.2 Analizar y documentar la influencia de los términos y movimientos de las danzas religiosas hebreas en la danza moderna/contemporánea, con el fin de desarrollar un enfoque pedagógico que promueva su integración efectiva en la enseñanza y ejecución de estas disciplinas.

1.2.2.3 Crear y presentar la composición coreográfica "La Esperanza es la Luz" como resultado de la fusión entre la danza religiosa hebrea "*Jora*" y la danza moderna, demostrando un dominio del lenguaje coreográfico moderno en la interpretación de esta danza tradicional.

1.3 Justificación del Estudio

Las primeras danzas probablemente formaron parte de rituales chamánicos y religiosos, para pedir a los dioses o rendir culto a las deidades protectoras. Conforme las sociedades fueron creciendo y transformándose, las danzas pasaron a ocupar un lugar más complejo como parte de las celebraciones populares.

Con este estudio se examinó la evolución y las aplicaciones actuales de la danza hebrea (*Jora*), incluyendo sus movimientos y músicas asociadas al rezo, rituales y los ciclos de una vida judía. Se buscaron avistamientos de la técnica de la danza moderna/ contemporánea en la danza hebrea (*Jora*) y viceversa, y su posible influencia positiva en las mismas. Se abordó la

problemática danzando en la cultura judía, combinando elementos de la danza moderna/ contemporánea y la danza hebrea religiosa (*Jora*).

La danza es una forma de arte que consiste en el uso del cuerpo en movimiento, efectuando desplazamientos o giros de manera rítmica, armónica y a veces teatral, en muchos casos siguiendo el ritmo de la música. La danza representa una de las expresiones culturales más antiguas de la humanidad, tanto en sus variantes artísticas como en la popular.

La relevancia de este trabajo se basa en que la unificación de las danzas hebreas con la danza moderna o contemporánea puede ser un enfoque muy poderoso, ya que no solo crea un puente entre dos tradiciones de movimiento, sino que también permite una reinterpretación y una nueva visión artística de ambas.

La unión entre lo tradicional y lo moderno explora el contraste de ambos estilos, lo cual podría abrir un espacio único para que otras personas también se conecten con el proceso creativo, permitiendo una comprensión más amplia de la diversidad y las tradiciones en el arte del movimiento.

Este trabajo de grado es relevante, porque la danza ocupa un lugar importante en la cultura y religión Hebrea, además de tener una profunda motivación personal.

1.4 Limitaciones de la Investigación

Este trabajo de grado presentó algunas limitaciones. Las primeras limitantes fueron la disponibilidad y accesibilidad de fuentes históricas y literarias relacionadas con las danzas religiosas hebreas. Como segunda limitante nos encontramos con la necesidad de traducir

textos en hebreo y otros idiomas cruciales, esforzándonos por hacer la mejor interpretación y sin posibles malentendidos.

Con la llegada de la pandemia por el Covid-19, me hospedé en una casa sumamente conservadora, donde no era cómodo usar pantalón frente a ellos debido a motivos religiosos. Esto representó un reto al tomar clases virtuales y armar una pieza coreográfica de danza moderna en un espacio limitado.

Otras limitantes fueron la disponibilidad de informantes y el contexto cultural. La obtención de información de expertos en las danzas religiosas hebreas fue un desafío, ya que muchos no estaban dispuestos a participar de la investigación. Por otro lado, la interpretación y comprensión de las danzas religiosas hebreas pueden verse limitadas por la falta de un profundo entendimiento cultural de la Comunidad Judía y sus tradiciones; sin embargo, esta investigación busca ampliar dicho entendimiento.

El sesgo de selección de ciertas danzas religiosas hebreas y hacia ciertos aspectos de éstas, limita la representatividad del estudio. Por último, se encuentra la profundidad y amplitud de los resultados por la cantidad de tiempo disponible para llevar a cabo la investigación y la composición coreográfica.

Estas limitaciones fueron cuidadosamente consideradas y reconocidas para garantizar la transparencia y la fiabilidad de la investigación. Tomando las consideraciones adecuadas, abordamos estas limitaciones en la mejor medida posible para presentar resultados con honestidad y objetividad.

1.5 Tipo de Investigación

La metodología está basada en la investigación aplicada tecnológica- exploratoria, en la que se buscó analizar las prácticas culturales existentes de manera participativa, permitiendo una mejor integración de ambas corrientes.

Esta investigación está basada en la primera línea de investigación de la Facultad de Bellas Artes, que se enfoca en el discurso sobre el arte (Investigación sobre arte) desde una perspectiva teórica aplicada. Por medio de un enfoque interdisciplinario, se exploró su interacción social y su relevancia en los contextos educativos y profesionales.

La base de la investigación se encuentra en la composición coreográfica “La Esperanza es la Luz”, coreografía elaborada por mi persona durante el encierro por la pandemia del Covid-19 en una casa de ortodoxos, tratando de completar la materia de danza moderna de manera virtual; buscando demostrar el sincretismo entre la danza moderna/contemporánea y la danza religiosa hebrea (*Jora*).

1.6 Delimitación y Población

La composición coreográfica “La Esperanza es la Luz” ejecutada por la bailarina Krista Fragueiro, quien tiene 19 años y realizó sus estudios en la Escuela Nacional de Danzas del Ministerio de Cultura y en la academia Conservatorio de Danzas. Krista es panameña y posee 16 años de experiencia en danza moderna y ballet clásico. También se contó con la participación de la bailarina Bárbara Zapata, quien tiene 20 años y practica ballet clásico en la Escuela Nacional de Danzas del Ministerio de Cultura.

El espacio que se utilizó para entrenar y hacer el montaje coreográfico fue el Parque Recreativo y Cultural Omar Torrijos, situado en Vía Porras en la comunidad de Carrasquilla, ubicado en el corregimiento de San Francisco perteneciente al área urbana de la ciudad de Panamá. El corregimiento de San Francisco representa el eje comercial, financiero y turístico de la capital panameña. El barrio de Carrasquilla colinda con Punta Paitilla, que cuenta con una gran cantidad de restaurantes “*kosher*” y de escuelas judías, lo que atrae a dicha comunidad a esta parte de la ciudad.

Se seleccionó el Parque Omar para realizar los entrenamientos, el montaje y la filmación por ser al aire libre y un lugar accesible para todos los involucrados.

1.7 Procedimiento de la Investigación

Para el desarrollo de esta investigación, se comenzó con una búsqueda bibliográfica en textos y libros relacionados con los temas a desarrollar, tales como: metodología de la investigación, danzas hebreas religiosas, danza moderna/contemporánea, composición coreográfica, entre otros.

En la primera fase de la investigación, se desarrolló la problemática de la investigación. En esta etapa, se plantea el problema, los objetivos generales y específicos, y se señala la justificación y las limitaciones de la investigación.

En esta investigación se desarrolló un marco conceptual y un marco teórico que permitió establecer las bases conceptuales y teóricas para el entendimiento del montaje coreográfico “La Esperanza es la Luz”.

Concluimos con el registro escrito de la coreografía “La Esperanza es la Luz”, donde se presenta todo el proceso que llevó su montaje y su resultado final.

Para esta etapa fue necesario profundizar en los pasos fundamentales de la danza religiosa hebrea (*Jora*), con el propósito de que, al momento de la coreografía, las bailarinas pudieran contar con la capacidad de expresar ambos lenguajes de movimiento, tanto el moderno o contemporáneo como el de la danza antes mencionada. Por ello, se destinó un mes al entrenamiento con la enseñanza de los movimientos y pasos de las danzas hebreas, y luego se procedió al montaje coreográfico de “La Esperanza es la Luz”.

CAPÍTULO II

PROCESO CREATIVO Y DE COMPOSICIÓN DE LA COREOGRAFÍA

“LA ESPERANZA ES LA LUZ”

Capítulo II Proceso Creativo y de Composición de la Coreografía “La Esperanza es la Luz”

2.1 Justificación de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”

En medio de la pandemia de Covid-19, el mundo experimentaba un período de incertidumbre, ansiedad y aislamiento. A pesar de ser una tarea para la clase de técnica, la creación de una obra de danza que abordará temas de esperanza y resiliencia se volvió especialmente relevante y necesaria, en un momento en el que las personas estábamos buscando formas de consuelo, confort y conexión emocional.

La fusión de los estilos de danza moderna, contemporánea y hebrea me ofreció una oportunidad única para explorar la diversidad y la riqueza del arte del movimiento. La creación de esta obra pretendía me permitió sumergirme en un viaje que trasciende fronteras culturales y estilísticas, promoviendo el diálogo y la comprensión intercultural.

Por otro lado, la danza tiene el poder de conmover, inspirar y sanar. Esta composición coreográfica resultó ser un espacio de catarsis emocional y de reflexión, al tiempo de brindarme una plataforma para expresar y procesar las experiencias vividas durante la pandemia.

También, la creación de esta obra contribuye al enriquecimiento de mi repertorio artístico moderno/contemporáneo, tanto en términos de técnica, como de contenido temático. Al experimentar con la fusión de diferentes estilos y géneros de danza, se abre la puerta a nuevas posibilidades creativas y estéticas que pueden inspirar a futuras generaciones de artistas.

2.2 Objetivos de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”

A continuación, se presentan los objetivos generales y específicos de la composición coreográfica “La Esperanza es la Luz”.

2.2.1 Objetivos Generales de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”

2.2.1.1 Transmitir un mensaje de esperanza, resiliencia y unidad por medio del lenguaje universal del movimiento y la danza.

2.2.1.2 Explorar la influencia y la interacción entre elementos estilísticos y técnicos de las danzas modernas, contemporáneas y hebreas en la creación de una obra integradora y significativa.

2.2.1.3 Contribuir al enriquecimiento del vocabulario coreográfico y expresivo de la danza moderna, contemporánea y hebrea mediante la experimentación y la fusión creativa de técnicas y estilos.

2.2.2 Objetivos Específicos de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”

2.2.2.1 Diseñar una narrativa o estructura conceptual que refleje la temática de la esperanza y la luz, utilizando metáforas visuales y simbólicas mediante el movimiento.

2.2.2.2 Integrar técnicas y estilos de danza moderna/contemporánea y hebrea en la coreografía “La Esperanza es la Luz”, buscando un equilibrio armonioso y coherente entre los diferentes elementos.

2.2.2.3 Explorar la incorporación de movimientos y ritmos tradicionales de las danzas hebreas en el contexto de una narrativa contemporánea sobre esperanza y superación.

2.3 Proceso Creativo de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”

Todo comenzó el 15 de noviembre de 2019, cuando decidí embarcarme en unas vacaciones a Israel para estudiar un curso sobre las leyes de mi religión (Judía). Lo que inicialmente iba a ser una estadía corta, se extendió a un año debido a la pandemia de Covid-19. Durante ese tiempo, enfrenté una serie de desafíos que moldearon mi proceso creativo y mi desarrollo personal.

El inicio de la pandemia fue un período de incertidumbre. Las noticias provenientes de China, Italia y otros países alertaban sobre la gravedad de la situación. Con la emergencia sanitaria, mi institución cerró sus puertas, y nos enfrentamos ante la difícil decisión de regresar a nuestros países o quedarnos en Israel. Debido a las estrictas restricciones de viaje en Panamá, no pude regresar, por lo que decidí quedarme en Israel, hospedándome en las casas de diferentes familiares.

A pesar de las dificultades, continué mis estudios de danza en la universidad, ahora de manera virtual. La adaptación a las clases en línea, en un entorno diferente y lejos de mi hogar, me enseñó a ser más resiliente. Aprendí a manejar las restricciones culturales y religiosas del lugar en el que vivía, lo que me obligó a encontrar formas creativas de practicar y desarrollar mis coreografías. Cada nuevo entorno en el que me instalaba me ofrecía nuevas posibilidades, como más espacio para bailar, lo que finalmente me permitió completar mis proyectos académicos con éxito.

A nivel personal y profesional, este período me enseñó la importancia de la independencia y la capacidad de adaptación. Aprendí a confiar en mi propia percepción

corporal y a desarrollar una conexión más profunda conmigo misma. Estas experiencias me permitieron crecer como persona y como artista, fortaleciendo mi proceso creativo a pesar de las adversidades.

Para la creación de la composición coreográfica, el proceso creativo comenzó con la exploración de temas relevantes, como la esperanza y la resiliencia, así como de los elementos estilísticos y técnicos de las danzas modernas, contemporáneas y hebreas que se integrarían en la obra. Luego, trabajé en la creación de la coreografía, utilizando movimientos y secuencias que reflejaran la temática de la obra e integraran los diferentes estilos de danza de manera coherente y significativa.

Posteriormente, realizamos sesiones de retroalimentación con la profesora Anays Labrador, en las cuales perfeccionamos la coreografía, explorando diferentes ideas y técnicas de movimiento, y colaboramos para crear una actuación unificada y emocionalmente impactante.

Finalmente, se llevó a cabo la producción de la presentación virtual de la obra, preparando la plataforma de transmisión en línea. Se prestó especial atención a la calidad técnica y estética de la presentación virtual, para garantizar una experiencia inmersiva y significativa para el público, compuesto por la profesora Anays y mis compañeras de clase.

2.4 Limitaciones de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”

La pandemia de Covid-19 impuso severas limitaciones a mi proceso de creación coreográfica. La imposibilidad de asistir a las clases presenciales en la universidad fue uno de los mayores desafíos.

La diferencia de horario entre Panamá e Israel complicaba la participación en las sesiones en vivo; a pesar de que las clases en línea ofrecían cierta flexibilidad, la experiencia no era la misma. La danza, por su naturaleza, requiere una interacción física y táctil con el cuerpo, algo que las clases virtuales no podían proporcionar de manera efectiva. La falta de contacto directo con mis profesores y compañeros dificultó el aprendizaje y la evaluación precisa de mis movimientos.

Además, la limitación en el acceso a internet en ciertas casas donde me hospedaba, debido a las restricciones culturales, complicaba aún más la situación. Tener que depender de un teléfono “*kosher*” (restringido el acceso al internet) y comprar data móvil constantemente, interrumpía el flujo de mis clases y afectaba mi concentración y rendimiento.

Otra limitación fue la falta de un espacio adecuado para practicar. En algunas casas donde vivía, las normas religiosas no permitían que usara pantalones para bailar, lo que restringía mi vestimenta, en consecuencia, mi comodidad y libertad de movimiento. Estos factores, sumados a las tensiones familiares y la necesidad de mudarme constantemente de lugar, crearon un entorno inestable que dificultaba la continuidad y desarrollo de mis proyectos coreográficos.

Finalmente, el impacto en mi salud física debido al estrés, la mala alimentación y la inestabilidad constante de entorno, también afectó mi capacidad creativa. A pesar de estas limitaciones, logré adaptarme y sacar adelante mis estudios, lo que me enseñó valiosas lecciones sobre la resiliencia y la creatividad en tiempos de crisis.

CAPÍTULO III
MARCO TEÓRICO DE LA INVESTIGACIÓN

Capítulo III Marco Teórico de la Investigación

La influencia de la danza moderna y contemporánea en la danza hebrea ha sido fundamental para su evolución, permitiendo que esta tradición se mantenga viva y relevante en el contexto contemporáneo. A lo largo del siglo XX y XXI, la danza hebrea ha integrado elementos de la danza moderna, como la libertad de expresión emocional, la improvisación y la exploración del espacio, lo que ha ampliado su lenguaje y la ha hecho más accesible a audiencias modernas. (La evolución del Baile Moderno: Un Recorrido Histórico, 2024)

Esta fusión ha permitido a los coreógrafos y bailarines abordar temas como la identidad judía, la historia del pueblo israelí y las experiencias contemporáneas, manteniendo al mismo tiempo su conexión con las tradiciones culturales y espirituales. Así, la danza hebrea ha evolucionado, enriquecida por nuevas formas de movimiento y expresión, reflejando la complejidad y diversidad de la identidad israelí en el siglo XXI.

3.1 Antecedentes del Estudio

Los antecedentes del estudio exploran la rica interacción entre la danza moderna/contemporánea y las tradiciones de la danza religiosa hebrea, destacando su relevancia histórica y cultural. La investigación busca contextualizar cómo estas tradiciones han evolucionado y se han entrelazado, sirviendo como base para la composición coreográfica “La Esperanza es la Luz”, donde se integran elementos de ambas corrientes.

3.1.1 ¿Qué es el judaísmo?

El Judaísmo es una religión abrahámica¹ y una de las religiones monoteístas más antiguas del mundo, recoge la tradición y cultura del pueblo judío. Se centra en la filosofía de un D-os verdadero y su pueblo elegido. Es la religión del pueblo judío o hebreo. El Judaísmo se considera al mismo tiempo, una religión, cultura y nación.

3.1.2 ¿Quién es un Judío?

La ley judía considera a una persona nacida de una madre judía, o convertido de acuerdo con la ley judía. Recientemente, judíos americanos reconstructores y reformados han incluido a aquellos nacidos de padres judíos y madres gentiles si los niños son criados como judíos.

3.1.3 Origen del Judaísmo

El Judaísmo surgió del profeta hebreo Abraham y sus descendientes. Abraham era un pastor que vivía en Mesopotamia, actual Irak, y según la tradición recibió la llamada de D-os para establecerse en Canaán, hoy Israel. D-os le prometió a Abraham que su segundo hijo, Isaac, heredaría la Tierra de Israel. El hijo de Isaac, el patriarca Jacob, tuvo doce hijos de los que surgieron las Tribus de Israel. Sin embargo, el Imperio Asirio se apropió con los territorios en el siglo VIII a. C y las tribus fueron condenadas al exilio.

¹ Las religiones abrahámicas son las creencias monoteístas que reconocen una tradición espiritual identificada con Abraham, el término es usado principalmente para referirse colectivamente al judaísmo, cristianismo e islam. (Smith,1998)

Los descendientes de un hijo de Jacob, Leví, fueron esclavizados en Egipto, y D-os llamó al profeta Moisés a volver con ellos a la Tierra Prometida. Moisés desafió al faraón y liberó de la esclavitud al pueblo judío de Egipto; en el monte Sinaí recibieron los Diez Mandamientos, con los que D-os pidió a los judíos adoración exclusiva y que los cumplieren a cambio de protección para ellos y sus descendientes. Tras regresar a la Tierra Prometida, los israelitas fundaron el Reino de Judea y el rey Salomón construyó un templo en Jerusalén. Sin embargo, el territorio fue ocupado por los babilonios y persas en el siglo VI a. C. y finalmente en el año 70 a. C. por los romanos, que destruyeron el templo y expulsaron a los judíos.

El pueblo judío comenzó una diáspora por el Imperio romano que siguió en la Edad Media y Moderna. Experimentaron persecuciones, pogromos y matanzas en Europa y Oriente Próximo.

Esas experiencias llevaron al Judaísmo a impulsarse, recordando su pacto divino y su sufrimiento como pueblo. En el siglo XIX, entre el auge de los nacionalismos y el antisemitismo en Europa, surgió el movimiento sionista, cuyo objetivo era crear un estado propio. El Holocausto por parte de la Alemania nazi en el siglo XX, supuso un punto de inflexión que aceleró el proyecto hacia la Tierra Santa, donde en 1948 se fundó el Estado de Israel. (¿Qué es el judaísmo?, 2023)

3.1.4 Características del Judaísmo

Los judíos han visto tradicionalmente el Judaísmo como una cultura con su propia historia, un lenguaje (hebreo), una tierra ancestral, filosofía, normas éticas, prácticas religiosas

y gustos. El Rabino Mordechai Kaplan, ha descrito el Judaísmo como una civilización religiosa evolutiva.

3.1.5 Prácticas Religiosas

El Judaísmo siempre ha afirmado un número de Principios Judíos de Fe, a continuación, detallamos algunos:

3.1.5.1 Libros de Carácter Sagrado del Judaísmo

La “*Torá*” es el libro más sagrado del Judaísmo, compuesto por los primeros cinco libros de la Biblia Hebrea. Los Diez Mandamientos fueron revelados a Moisés por D-os en el Monte Sinaí y reflejan fielmente la voluntad divina.

La práctica de esta religión se basa en el culto y la difusión del *Talmud*, considerada la ley del Judaísmo o “*halajá*”, que narra Moisés y está compuesto por la *Torá* y la *Mishná*. La *Torá* forma parte del *Tanaj*, un escrito sagrado esencial para el culto judío.

Estos libros sagrados proporcionan a los judíos normas para su vida diaria, cuya observancia es fundamental en la religión Judía. (Editorial Grudemi, 2019)

3.1.5.2 Monoteísmo

El Judaísmo está basado en un estricto monoteísmo unitario, la creencia de un solo D-os. D-os es concebido como un ser eterno, el creador del universo y la fuente de la moralidad. D-os tiene el poder de intervenir en el mundo. (Dios en el judaísmo para niños, 2023)

3.1.5.3 Shabat

Según el calendario judío, regido por un calendario que combina el mensual lunar y anual solar, cuyos orígenes provienen de la antigüedad, los sábados (*Sabbat o shabat*) son días de la semana sagrados, destinados al reposo, durante los cuales no se debe llevar a cabo ningún tipo de trabajo.

3.1.5.4 Líder o Cabeza de la Religión

El rabino es la figura de mayor autoridad, liderazgo religioso y moral.

3.1.5.5 Símbolos del Judaísmo

El símbolo actual más conocido es la estrella de David, signo que el rey israelita David colocó en su bandera y su escudo de armas. Por otra parte, la menorá o candelabro ritual de siete brazos, instalado en los primeros templos judíos de Jerusalén.

3.1.5.6 Lugar de Culto

La sinagoga es el lugar ceremonial más importante de la religión Judía. Viene de un término griego que significa “asamblea” o “juntamiento”. El nombre es apropiado desde tiempos antiguos. Las sinagogas han sido centros de reunión donde se recibe instrucción y se adora a D-os. La *Encyclopaedia Judaica*² explica: “Los exiliados, privados del Templo, en una tierra extraña y con la necesidad de recibir consuelo debido a su angustia, se reunían de vez en cuando, probablemente durante el sábado, para leer las Escrituras”. Al parecer, una vez que los

² La **Encyclopaedia Judaica** es una enciclopedia en lengua inglesa que comprende 26 volúmenes y que se dedica al pueblo judío y su fe, el judaísmo. (Bureau of Jewish Education, 2007)

judíos recuperaron su libertad, continuaron reuniéndose para orar, leer las Escrituras, y abrieron sinagogas en los lugares donde se iban estableciendo.

3.1.5.7 Lengua Sagrada

El hebreo, que se emplea para todos los rituales y textos sagrados. Desde la antigüedad, el hebreo es la lengua escrita, litúrgica y de oración, empleado por el Judaísmo. El Judaísmo sostiene que aquello que ha quedado recogido en las escrituras, es la palabra real de D-os en su lengua original. El hebreo se mantiene como un importante elemento común y de cohesión en lo que concierne a las diferentes comunidades judías alrededor del mundo.

3.1.6 Costumbres y Tradiciones

A continuación, detallaremos las costumbres y tradiciones del pueblo judío.

3.1.6.1 Alimentación

La alimentación debe ser estrictamente de animales considerados puros, aquellos con pezuñas hendidas, rumiantes, pescados con escamas y aletas. Algunos animales considerados puros son: la vaca, la oveja, la gallina, entre otros. La carne debe ser preparada retirando la sangre y no puede ser consumida junto a ningún lácteo.

3.1.6.2 Festividades Judías

Se refiere a la conmemoración de uno o más días observados por el pueblo judío.

3.1.6.3 *Rosh Hashaná*- Año nuevo

Es conmemorado el primer y segundo día de “*Tishrei*” (séptimo mes del calendario hebreo) El nombre, según la “*Torá*”, es “*Yom Terúah*”. Es la fecha de la Fiesta de la Trompetas; conmemoración con sonar de trompetas, establecido en Levítico 23:24. Esta fiesta se celebra en el primer mes del calendario hebreo. Conmemora la creación del primer hombre como está narrado en la “*Torá*”. A partir de los diez “Días del Temor” antes de “*Yom Kipur*”.

Se conmemora orando en la sinagoga, donde se toca el “*shofar*” durante la plegaria matutina, con comidas festivas (*Jalá*- pan trenzado que se consume en *Shabat* y en días festivos). Suelen ingerirse auspiciosos alimentos como simbolización, entre ellos: las manzanas bañadas en miel, pescado y granadas, así como nuevos frutos en la segunda noche. Se abstienen del trabajo, conducir y de usar electrodomésticos.

3.1.6.4 *Yom Kipur*- Día de expiación

Día más sagrado del año judío. Es conocido como el día de la expiación, día del perdón y arrepentimiento sincero. Es, asimismo, el último de los diez días de arrepentimiento. En el calendario hebreo, “*Yom Kipur*” comienza con el anochecer del noveno día del mes “*Tishrei*” y continua hasta el anochecer del siguiente día. Este día significa para los judíos, conciencia y arrepentimiento. La suerte de cada uno para el año que viene está decidida. Para esta festividad, se realiza el ayuno, que comienza en el ocaso y termina al anochecer del siguiente día; la oración; la abstención de placeres físicos, como el baño o cualquier tipo de limpieza corporal, ya sea el lavado de dientes, el uso de cuero, la aplicación de cremas o bálsamos en el

cuerpo, las relaciones conyugales y el trabajo. “*Yom Kipur*” termina al sonar el “*shofar*”, marcando la conclusión del ayuno.

“*Rosh Hashaná*” (comienzo del año), junto con “*Yom Kipur*” (día del perdón), forman en la tradición judía una unidad llamada “*Yamim Noraim*” (días de sobrecogimiento), por ser el momento en que D-os juzga al mundo y decreta lo que sucederá en el transcurso del nuevo año.

3.1.6.5 *Sucot*- Tabernáculos

Conocida también como fiesta de las cabañas o fiesta de los tabernáculos, se celebra a lo largo de los siete días en Israel (del 15 al 22 de “*Tishréi*”, en septiembre-octubre) y ocho días en la diáspora judía (hasta el 23 de ese mes). Es una festividad de origen bíblico que rememora las vicisitudes de los israelitas durante su deambular por el desierto, y la precariedad de sus condiciones materiales, simbolizada por el precepto de morar en una cabaña provisoria, tras el abandono de la esclavitud en Egipto.

Significa alegría y agradecimiento a D-os. Esta festividad consiste en días no laborales (uno en Israel, dos en el resto del mundo) y cuatro días festivos laborables (cinco en Israel). Los días festivos no laborables tienen las mismas prescripciones que el “*Shabat*”, con la diferencia que en “*Sucot*” está permitido cocinar y cargar cosas en áreas públicas sin necesidad de un “*Eruv*”.

3.1.6.6 *Pésaj*- Éxodo de Egipto

Es una festividad judía que conmemora la liberación del pueblo hebreo de la esclavitud en Egipto, relatada en el Pentateuco, fundamentalmente en el libro del Éxodo. La festividad comienza el 15 del mes hebreo “*Nisán*”, tiene una duración de 7 días en la tierra de Israel y dura 8 días en la diáspora judía. Se acostumbra a comer pan ácimo llamado “*Matzá*” y se celebra llevando a cabo una tradicional cena la primera noche de la festividad, (las dos primeras en la diáspora) durante la cual se relata la historia de la salida de Egipto.

3.1.6.7 *Shavuot*- Entrega de la *Torá*

La festividad conmemora la entrega de las tablas de la ley por parte de D-os a Moisés, en el Monte Sinaí. Se celebra 50 días después de la fiesta de los panes sin levadura. Esta festividad es un día no laborable según la ley judía. Durante la festividad, se acostumbra a comer productos lácteos, acompañados por los siete frutos o siete especies característicos del Estado de Israel.

3.1.7 Diferencias entre el Judaísmo Ortodoxo, Tradicional y Liberal

El Judaísmo ortodoxo, tradicional y liberal son tres corrientes del Judaísmo que difieren en sus creencias, prácticas y enfoques hacia la religión. A continuación, se presenta un cuadro con una descripción general de las diferencias entre ellas:

Tabla 1:

Diferencias entre el Judaísmo Ortodoxo, Tradicional y Liberal

Diferencias entre el Judaísmo Ortodoxo, Tradicional y Liberal			
Aspecto	Judaísmo Ortodoxo	Judaísmo Tradicional	Judaísmo Liberal
Creencias	Adherencia estricta a las creencias tradicionales y a la interpretación literal de la “ <i>Torá</i> ”.	Equilibrio entre lo tradicional y lo contemporáneo, con apertura a la vida moderna.	Flexibilidad en la interpretación de creencias y prácticas religiosas.
Observancia Religiosa	Cumplimiento riguroso de las “ <i>mitzvot</i> ”, incluyendo el “ <i>shabat</i> ” y las leyes dietéticas “ <i>kosher</i> ”.	Observancia de las “ <i>mitzvot</i> ” de manera variada y menos estricta.	Menor énfasis en la observancia ritual; prácticas religiosas flexibles.
Género	Separación estricta de género; roles bien definidos.	Mayor flexibilidad en la igualdad de género y en los roles.	Inclusividad y participación igualitaria en todas las áreas religiosas.
Comunidad y Tradición	La comunidad, la sinagoga y la escuela religiosa son fundamentales en la vida diaria.	Combinación de tradición con adaptación a influencias seculares.	Apertura a la innovación litúrgica y teológica, promoviendo valores contemporáneos.
Innovación y Modernidad	Enfoque conservador, limitando cambios o reinterpretaciones.	Permite cierta adaptación para integrar valores modernos con las prácticas tradicionales.	Apertura a cambios como matrimonios interreligiosos y otros ajustes a las necesidades actuales.

Nota: Elaboración Propia

Éstas son algunas de las diferencias claves entre el Judaísmo ortodoxo, tradicional y liberal. Es importante recordar que, dentro de cada corriente, hay una diversidad de prácticas y creencias, y las personas pueden variar en su nivel de observancia y compromiso religioso.

3.1.8 El Panorama de la Comunidad Judía en Panamá

El panorama de la Comunidad Judía en Panamá es un reflejo de la diversidad y la rica historia de la diáspora judía en América Latina. La Comunidad Judía en Panamá ha existido durante más de un siglo y ha desempeñado un papel significativo en la vida cultural, económica y religiosa del país. La mayoría de los judíos panameños son descendientes de inmigrantes provenientes de Europa y Medio Oriente. Según el escritor Edilberto Gonzáles Trejos (2013), los “Judíos, tanto *sefaradim*³ como *ashkenazim*⁴, comenzaron a llegar a Panamá en cantidades importantes a mediados del siglo XIX, atraídos por alicientes económicos tales como la construcción del ferrocarril bioceánico y la fiebre del oro en California” (*ibidem*).

La ciudad de Colón fue pieza determinante en el crecimiento de la comunidad al sentirse atraída por su pujanza económica. El autor Daniel Abouganem (2023) en su libro “Historia de los Judíos en Colón. Una gran familia” señala: “para 1925 vivían allí 90 familias judías”. Ese mismo año arriba a Colón su abuelo, el primer rabino ortodoxo en llegar a Panamá. “Él era matarife y gracias a eso se pudo acceder a la dieta *kosher*”.

Sin embargo, menciona que no existían divisiones entre las congregaciones e incluso, en muchas ocasiones, llegaron a reunirse dentro de las sinagogas sin importar los elementos

³ **Sefaradim:** Descendientes de los judíos expulsados de España y Portugal, cuya mayoría pertenece a comunidades fuera de la península ibérica, siempre que sean descendientes de judíos ibéricos originarios de estos territorios.

⁴ **Ashkenazim:** Son judíos provenientes de la Europa Central y Oriental.

que los separan. “Nos criamos como si fuéramos hermanos o primos y eso, es lo que fui dejando plasmado también dentro del libro”, destacó el autor.

La cultura judía floreció dentro de la Zona del Canal y sus ritos fueron respetados. Muchos soldados de fe judía se encontraban en la Zona y descubrieron rápidamente un refugio donde cultivar su fe.

Hoy, la Comunidad Judía panameña es conocida por su compromiso con la preservación de su herencia cultural y religiosa. Cuenta con sinagogas, cementerio, escuelas judías y organizaciones comunitarias que promueven la educación y la identidad judía.

La Comunidad Judía de Panamá es conocida por su activismo y su compromiso con la justicia social. A lo largo de los años, ha participado en numerosas iniciativas benéficas y proyectos destinados a mejorar la calidad de vida tanto dentro como fuera de Panamá. La comunidad también ha mantenido fuertes lazos con Israel y ha brindado apoyo a causas relacionadas con la solidaridad judía en todo el mundo. Organizaciones como WIZO, “B’nai B’rith”, Fundación JUPA y la hermandad local de “Kol Shearit Israel” sustentan una variedad de proyectos, que van desde las escuelas judías hasta iniciativas de ayuda a causas nacionales y apoyo a Israel.

La Comunidad Judía ha contribuido al desarrollo económico de Panamá, en sectores como la banca y los bienes y raíces. Ha hecho aportes sustanciales a la institucionalidad panameña, particularmente en el ámbito sociocultural; se puede mencionar su colaboración al cuerpo de Bomberos de Panamá, Orquesta Sinfónica Nacional, Universidad Tecnológica y Biomuseo. (Wong, 2020)

La Fundación Espacio Creativo, fundada por Analida Galindo y Marlyn Attie (coreógrafa judía), es una organización sin fines de lucro fundada en 2013, que ofrece oportunidades a través de la danza, la educación y la cultura, con el objetivo de generar una transformación personal, social y cultural. “El programa siembra una semilla para convertirlos en personas de éxito”, comenta Alegre Saporta, fotógrafa judía y parte del equipo de la Fundación Espacio Creativo. (Fundación Espacio Creativo, 2024)

La sinergia entre la Comunidad Judía panameña y la sociedad en general es evidente en festividades y eventos interculturales que enriquecen la vida cultural del país.

En los últimos años, la presencia de intelectuales y artistas judío-panameños ha ido aumentando gradualmente, tanto en visibilidad como en número. La participación de intelectuales de origen hebreo, por ejemplo, el historiador Alberto Osorio judío-panameño q.e.p.d (exdirector del Instituto Nacional de Cultura (INAC) en el periodo 1989-1994), la profesora Irina Nemchenok de Ardila (docente en la Facultad de Humanidades de la Universidad de Panamá desde 1983), cineastas (Abner Benaím, Arian Abadi), teatristas (Aarón Zebede), narradores (Claudio de Castro, Dani Kuzniecky), pintores (Nessim Bassán), entre otros, es muy relevante en el entorno cultural panameño.

Para tratar el tema de la danza hebrea en Panamá, considero necesario hablar sobre su nacimiento en general en el país. A nivel académico se inició con la primera escuela de ballet clásico y bailes norteamericanos, con la señora Gladys Pontón de Huertematte en 1935. En 1948, Cecilia Pinel de Remón creó otra escuela, que dependía del Conservatorio Nacional de Música. Esta fue la Escuela Nacional de Danzas, donde se dictaban clases de ballet clásico, bailes de España y danzas folklóricas de Panamá. Pero, comenta en una entrevista, la directora

actual de la Escuela de Danza (MiCultura), Iguandili López (2020) que se podían observar también bailes traídos por los esclavos e inmigrantes de otros países.

La academia de danza Terpsícore de la Profesora Elizabeth Jiménez (q.e.p.d), ubicada en Vía Israel, Paitilla, contaba con una gran matrícula de niñas judías. En la actualidad Legacy Dance Studio, quienes decidieron continuar con el legado de la profesora “Lili”, siguen albergando y enseñando diferentes estilos de danza como el ballet clásico y la danza contemporánea a niñas de la comunidad judía. Otro referente sería la profesora Ileana de Sola, de ascendencia judía, quien fue fundadora del Ballet Concierto, cuna del Ballet Nacional de Panamá y bailó por muchos años danza contemporánea.

Con el paso de los años, los judíos panameños triunfaron en afirmar una comunidad fuerte y estable, caracterizada por sus prácticas tradicionales, seguridad económica y carencia de crisis demográficas. La Comunidad Judía en Panamá ha tenido un impacto significativo en la vida del país y sigue desempeñando un papel vital en la promoción de la diversidad religiosa y cultural en la nación centroamericana.

3.1.9 Una Mirada a las Diferencias del Judaísmo entre Panamá e Israel

El Judaísmo en Israel y en Panamá presenta diferencias claves debido a sus contextos culturales, sociales y geográficos. En Israel, el Judaísmo está profundamente integrado en la vida cotidiana, debido a que el país es un Estado judío. La religión está presente en instituciones públicas, el calendario nacional y las festividades oficiales, lo que facilita su práctica en todos los aspectos de la vida diaria. Además, el enfoque varía entre ultraortodoxos y modernos, reflejando una diversidad dentro de la religión.

En cambio, en Panamá, donde la comunidad judía es minoritaria, la práctica judía se adapta a un contexto multicultural. La comunidad enfrenta el reto de preservar su identidad religiosa en un entorno más diverso, lo que hace que las prácticas sean más autónomas y personalizadas. La comunidad judía en Panamá está más orientada hacia la educación y la transmisión de la tradición, dado que la comunidad es más pequeña y dispersa.

Otro punto de diferencia radica en las prioridades. En Israel, los temas de seguridad y la vida en un Estado judío son fundamentales, mientras que, en Panamá, la comunidad se enfoca más en la conservación cultural y religiosa, adaptándose a un entorno social y geográfico distinto.

En conclusión, mientras que el Judaísmo en Israel está más integrado y refleja la identidad del Estado judío, en Panamá la práctica es más autónoma y adaptada a la diversidad cultural del país.

3.1.9.1 Influencia en los bailarines hebreos en Panamá

Las diferencias en la práctica del judaísmo entre Panamá e Israel pueden influir significativamente en la vida de una bailarina. En Israel, la bailarina tiene mayor acceso a recursos y formación que integran la danza con las tradiciones religiosas, con oportunidades para participar en festividades y eventos religiosos, lo que facilita una conexión directa entre la danza y la fe. Las normas de modestia y separación de géneros son más estrictas, lo que puede influir en la forma en que se expresa artísticamente.

En Panamá, la comunidad judía es más pequeña y las danzas religiosas tienen menos presencia en la vida cotidiana, lo que limita las oportunidades de formación en danza litúrgica

o tradicional judía. Esto podría llevar a la bailarina a explorar estilos más seculares o a desarrollar una práctica más personal para fusionar su fe con el arte. Además, la menor presión religiosa y cultural permite una mayor libertad en la elección del repertorio, pero también podría generar conflictos de identidad al tratar de equilibrar su pasión por la danza con su religiosidad.

La actuación y presentación de una bailarina judía en Israel que crece y se rodea de un ambiente únicamente de mujeres, es plasmada diferente. Sus movimientos se reflejan reservados y modestos, en cambio los de una bailarina en Panamá suelen ser más libertinos, desenvueltos y atrevidos. Similarmente, el vestuario de una bailarina judía en Israel es notablemente más recatado y discreto que en Panamá.

En un entorno ortodoxo de Israel las escuelas de danza son separadas para estudiantes mujeres y hombres. Asimismo, las obras de teatro, que en ocasiones incluyen coreografías de baile, se presentan exclusivamente para público femenino, y cuentan con bailarinas, artistas y elenco completo femenino; mientras que en Panamá normalmente es mixto.

Es decir, en Israel la bailarina puede integrar más fácilmente la danza con su fe, en Panamá enfrenta mayores desafíos y debe buscar formas más personales de expresar su identidad religiosa a través del arte.

3.2 Vivencias de una Bailarina Hebrea

Ser una bailarina hebrea ha sido para mí una forma única de expresión artística que fusiona la danza con mis profundas raíces culturales y religiosas. No se trata solo de una

fuelle de inspiración o disfrute, sino de una conexión viva con mi herencia, transmitida a lo largo de generaciones.

A lo largo de mi trayectoria, he explorado las danzas tradicionales de la comunidad, a menudo vinculadas a festividades religiosas y celebraciones culturales. Cada danza es un acto de amor y devoción hacia mi fe. La disciplina que requiere aprender y ejecutar estos movimientos es considerable, ya que cada paso debe ser realizado con precisión y gracia. A medida que me sumerjo en la cultura y la religión, aprendo los significados y las historias que hay detrás de cada movimiento, lo que me permite comprender mejor el contexto de estas danzas y profundizar en mi fe.

Para mí, la danza se convierte en una expresión personal de devoción y un compromiso con la comunidad. Por medio de la danza, que se presenta en eventos culturales y sociales, puedo mostrar la belleza y elegancia de mis movimientos, llevando conmigo un pedazo de la rica historia de nuestra comunidad.

Las vivencias diferentes en Panamá e Israel influenciaron de varias formas mi camino como bailarina, entre ellas puedo mencionar: la manera de expresarme, acceso a recursos (internet, espacio físico para ensayos), integración de la danza con mi religión, restricciones religiosas (normas de modestia y separación de géneros), presión cultural (libertad) y apoyo familiar.

Ser una bailarina ortodoxa me permite compartir nuestra historia y creencias con una audiencia más amplia. Con cada paso, me convierto en embajadora de nuestra cultura y religión, transmitiendo nuestro patrimonio al mundo.

Practicar danza dentro del contexto del Judaísmo es una combinación de devoción religiosa, pasión por el arte y compromiso cultural. Cada gesto, cada paso y cada vestimenta cuentan una historia ancestral, permitiéndonos preservar y honrar una tradición rica y valiosa.

3.3 Bases Teóricas Sobre Danzas Hebreas, Danza Moderna y Danza Contemporánea

En esta sección, se exploraron las bases teóricas que sustentan el estudio de las danzas hebreas y su interacción con la danza moderna y contemporánea para entender cómo han sido influenciadas las danzas hebreas, en particular, las danzas: “*Yemenita*”, “*Jasídica*” y “*Jora*”, por las corrientes artísticas antes mencionadas. Se exploraron los elementos claves de cada uno de estos estilos, así como sus interacciones, creando un puente entre la tradición y la innovación en la danza religiosa hebrea.

3.3.1 Estudio Sobre las Danzas Hebreas

A continuación, introducimos la relevancia de las danzas hebreas, ricas en simbolismo y tradición, buscando comprender su significado y función dentro de la cultura judía. Se examinan, comprenden y se valoran las danzas hebreas, proporcionando un marco teórico para su análisis en el contexto contemporáneo.

3.3.1.1 ¿Qué son los *Rikudim*?

Los “*Rikudim*” son las expresiones culturales más representativas del pueblo judío. También conocido como: “*Rikudei Am*”, danza folclórica del pueblo de Israel. Sus ritmos se han nutrido desde los orígenes bíblicos por las influencias étnicas, hasta llegar a las danzas creadas con el espíritu de los “*kibutzim*”, así como de las distintas expresiones del Judaísmo.

Las danzas israelíes (*Rikudim*), reúnen el espíritu del regocijo por la tierra, con los valores en torno a la cultura y la religión. Se retoman con la creación del Estado de Israel en los “*kibutzim*” o granjas agrícolas, pero su contenido es milenario. En ellos se manifiestan sus variados orígenes, ya sean: asiáticos, europeos o africanos, y se pretende que sean otra posibilidad más de la expresión del pueblo judío.

En la vida comunitaria y religiosa del pueblo judío, la danza ha sido considerada desde los tiempos bíblicos como una expresión de alegría o de pena. En la actualidad, es parte integrante de las celebraciones religiosas, nacionales, comunitarias y familiares.

Hay dos formas de “*Rikudim*”, “*Leaka*” (elenco) que son pasos básicos de folclore israelí para poder usarlos después en diferentes coreografías o “*Jug*” (taller) que son coreografías establecidas para cada canción. (Rikudim, 2016)

El baile folklórico israelí surgió como una amalgama de danzas folklóricas judías y no judías de muchos lugares del mundo. Mientras que en otros países se estimula el baile folklórico para preservar antiguas tradiciones rurales, en Israel es una forma de arte en constante evolución desde los años 40, que se basa en fuentes históricas y modernas, con reminiscencias bíblicas asociadas con estilos de danza contemporáneos. Dando lugar a la creación de un multifacético género de danza folklórica que se manifiesta tanto en la participación individual como en presentaciones en escena. (Cultura: Danza, s.f.)

El movimiento de los “*Rikudim*” ha evolucionado con el objetivo de que cualquiera pueda bailar de la misma manera en cualquier parte del mundo. Rondas, coreografías, pasos,

saltos y vueltas se enseñan de forma uniforme globalmente. De esta forma, las danzas siguen la tradición, siendo adaptables y transferibles. (¿Qué Son Los Rikudim?, 2022)

No obstante, para las presentaciones, los “Rikudim” asumen el papel de una danza coreográfica que se prepara especialmente cada vez que hay una ocasión y pretenden incluir el movimiento y arte de cualquier tipo de danza folclórica.

La danza como forma de arte fue introducida en el país en los años 1920 por profesores y amantes de la danza recién llegados de los centros culturales de Europa. Después de la independencia, alcanzó un alto nivel profesional gracias a varios conjuntos, cada uno con una orientación y un estilo diferentes.

Junto a la danza folclórica israelí, e influyéndola, están las danzas tradicionales de los diferentes grupos étnicos, que reflejan tanto “la fusión de las diásporas” como la naturaleza pluralista de la sociedad israelí. Sin embargo, en esta investigación nos centramos en tres estilos de danzas folclóricas o tradicionales, la “*Yemenita*”, “*Jasídica*” y “*Jora*”. (Cultura: Danza, s.f.)

3.3.1.2 Definición y origen de las danzas hebreas: “*Yemenita*”, “*Jasídica*” y “*Jora*”

- ***Yemenita***: Danza de los judíos de Yemen con pasos pequeños, saltos cortos y vibratorios.
- ***Jasídica***: Es el danzar que recuerda a los judíos de Europa, quienes pensaban que la danza era una de las maneras de conectarse con D-os, es una danza básicamente con contenido religioso. Con este baile se remarca la importancia de sentir la “*Torá*” con el alma y el corazón, más que con la mente; promueve en cierto sentido la expresión

física y desbordada de los sentimientos y la devoción. El baile, entonces se convierte en uno de los medios ideales para alcanzar dicho estado en que los jasídicos constantemente buscan; para ellos llega a ser una forma de rezo.

- **Jora:** Estilo típico de Israel. Es una danza de carácter alegre, por ser una danza célebre donde las personas tomaban las calles para celebrar la creación del estado de Israel en 1948. Contiene la fuerza y alegría de las polcas y mazurcas provenientes de Europa, de origen balcánico. Es típica de Rumanía. Esta danza ayudó a los judíos a olvidar las dificultades cotidianas, y en poco tiempo pasó a ser la danza tradicional de Israel. La danza “*Jora*” simboliza la unión, igualdad y vida en común. En general es una danza típica de celebraciones como bodas, “*bat mitzva*”, cumpleaños, “*bar mitzva*” y fiestas populares. (Ojeda, 2020)

3.3.1.3 Estructuras y pasos fundamentales de las danzas hebreas: “*Yemenita*”, “*Jasídica*” y “*Jora*”

- **Yemenita:** Una enorme gama de danzas llamadas “*Temanís*” porque acopian música y pasos de la gran migración yemenita a Israel. Uno de los rasgos más distintivos es la inclusión de pasos especiales distintos a los que los israelíes están acostumbrados, como saltos muy pequeños, delicados y reducidos en el espacio, balanceo del peso entre las piernas y el movimiento libre del cuerpo. El más conocido de éstos es el “*Tzá ad Temaní*” (Paso yemenita) que consiste en balancear el peso sobre uno de los pies y dar pasos cortos cruzados.
- **Jasídica:** Llegan a nosotros desde Europa, y su baile varía según el género. Estos últimos toman la música de la liturgia y los cantos religiosos, lo que le da un alto

contenido espiritual, ya que invoca a D-os; se observa en los brazos levantados hacia el cielo y en la danza en ronda. Los pasos son los que comúnmente asociamos con los bailes judíos, realizados en círculo e incluyendo todo tipo de movimientos, como saltos hacia atrás con giros, chasquidos de dedos, juegos con los codos, y bailes en los que los compañeros se agarran del brazo, junto con movimientos más lentos. (¿Cómo son los bailes judíos? 5 estilos distintos, 2020)

- **Jora:** Se realizaba acompañado del palmear de las manos y la música en un ritmo ascendente. Se compone de saltos, piruetas y vueltas al estilo ruso. Se danza descalzo, tomados de las manos y la mayoría de las veces en ronda, reflejando así la fuerza de estar juntos, unidos. Hombres y mujeres danzan separados, recordándonos el trabajo agrícola y el contacto con la tierra. Es un estilo de pasos ágiles, rápidos, pasos amplios con saltos, usando todo el espacio posible. (Origen de las Danzas Tradicionales Hebreas. s.f.)

Se danza formando un círculo, con las manos o palmas unidas. El movimiento base se realiza girando normalmente hacia la izquierda, con secuencias de cuatro pasos: tres hacia adelante y el cuarto hacia atrás. En el “*Jora*” israelí, el baile suele comenzar hacia la derecha con un ritmo rápido, y, en ocasiones, se danza en varios círculos concéntricos. Existen variantes en las que no es necesario cerrar el círculo, sino que los danzantes forman una línea curva. También hay variantes en los pasos hacia adelante, que pueden llegar a ser hasta ocho, y cinco hacia atrás, acompañados de diferentes movimientos con los brazos y los pies. En ocasiones, el “*Jora*” israelí incluye coreografías muy elaboradas, en las que solo una pequeña parte de la danza se realiza en círculo.

El “*Jora*” se danza al ritmo de canciones tradicionales judías e israelíes, como las conocidas “*Hava Nagila*” y “*Evenu Shalom Aleijem*”.

3.3.1.4 Vestimenta de las Danzas Hebreas: “*Yemenita*”, “*Jasídica*” y “*Jora*”

- ***Yemenita***: Las personas (tanto hombres como mujeres) usan grandes túnicas de colores llamativos con un tipo de paliacate amarrado a la cabeza.

Imagen 1:

Vestimenta “*Yemenita*”



Nota: Imagen de referencia de la vestimenta “*Yemenita*”. **Fuente:** Pinterest/ Danzas del Mundo/Ana Patricia Echeverri.

- **Jasídica:** Se suelen usar trajes largos de un negro muy oscuro o de color azul marino con sombreros negros claros o desteñidos, algunas personas utilizan un sombrero llamado “*Biber hit*” que es plano por arriba y forrado de terciopelo.

Imagen 2:

Vestimenta “*Jasídica*”



Nota: Imagen de la vestimenta de una pareja de danza “*Jasídica*”. **Fuente:** Escuela internacional de danza Jasiel; Una pincelada sobre danza jasídica.

- **Jora:** Esta danza no pide un vestuario en específico pues puede ser bailado en cualquier momento siendo un baile popular en fiestas, bodas, bar mitzva y bat mitzva.

Imagen 3:

Vestimenta “Jora”



Nota: Imagen de referencia de la vestimenta “Jora”. **Fuente:** Exhibición del baile "Hora Medura" bailado por las participantes del Taller de bailes hebreos de A. C. Sefarad Aragón en la feria Medieval de las Tres Culturas en Zaragoza, junio 2017.

3.3.1.5 Relación de las Danzas Hebreas con la Investigación

En mi trabajo, integré elementos de la danza hebrea, fusionándolos con la danza moderna y contemporánea. Esta combinación de estilos explora el intercambio entre ambos géneros y también refleja cómo se pueden complementar y enriquecer mutuamente; creando una propuesta única que fusiona tradición y modernidad.

La incorporación de movimientos propios de la “*Jora*”, no solo enriquece la pieza desde un enfoque técnico y artístico, sino que también aporta una conexión más íntima con mis raíces. Cada movimiento tiene un significado profundo y una historia detrás, lo que le otorga una identidad propia a la danza y la convierte en un acto de preservación cultural y de expresión personal.

A nivel personal, las danzas hebreas que reflejan mi cultura y tradición agregan una capa de autenticidad a mi trabajo coreográfico. Así, el proceso creativo se transforma en una forma de expresión que honra mis orígenes y, al mismo tiempo, dialoga con la danza contemporánea para generar nuevas posibilidades artísticas.

3.3.2 Estudio Sobre la Danza Moderna y la Danza Contemporánea

A principios del siglo XX se comenzó a cuestionar la técnica y la validez del ballet como expresión de arraigo popular y de este cuestionamiento nació la danza moderna. Luego durante los años 50, aparece la danza contemporánea cuestionando los preceptos de la danza moderna. Su período histórico se puede señalar como su primera diferencia. La danza moderna se desarrolla en el período moderno durante la primera mitad del siglo XX. La danza contemporánea adquiere su nombre durante los años 60 y pertenece al período contemporáneo y continúa actualmente en desarrollo.

La danza moderna y contemporánea utilizan el suelo, las caídas y las repercusiones como parte de la pieza. Los bailarines tienen un papel de mucha fuerza. Se utiliza el torso, la cabeza y los brazos como ayudantes de la expresividad. La música puede no estar en la obra y

no tiene un patrón musical definido, de hecho, se pueden interpretar en una sola pieza, estilos tan diversos como el jazz, rock, música clásica o popular.

Es difícil identificar un género del otro, ya que comparten filosofías similares, por lo cual a continuación presentamos algunos criterios para diferenciarlos:

La danza que utiliza exclusivamente técnicas de danza moderna tales como la técnica Graham, la técnica Duncan o la técnica Horton, se considera danza moderna.

Las coreografías que fueron creadas por coreógrafos de danza moderna de la primera mitad del siglo XX tales como: Martha Graham, Isadora Duncan, Hanya Holms, Doris Humphrey, Charles Weidman, Lester Horton, Alvin Alley y Pearl Primus, son danza moderna.

En la danza contemporánea, la composición prevalece ante la técnica. Mezcla en una sola pieza varias técnicas que son utilizadas de acuerdo con las necesidades creativas de la pieza. Todo el cuerpo es parte del movimiento, lo que incluye ropas para bailar, el pelo o incluso hasta se puede usar la voz y gestos como parte de la ejecución. La danza contemporánea parte del hecho filosófico que la danza es una forma de arte que, por ende, no requiere de técnicas estrictas, patrones cerrados o cánones.

La asimilación y goce estético de las danzas modernas o contemporáneas depende en gran parte del grado de percepción y valoración de los diferentes sectores sociales y culturales de la sociedad actual. Por lo tanto, existen, desde el aspecto social y cultural, diversas apreciaciones e interpretaciones de estas obras artísticas.

3.3.3 Impacto Mutuo entre la Danza Moderna/Contemporánea y las Danzas Hebreas

Estos estilos se han impactado mutuamente en el tiempo, generando un diálogo creativo entre la universalidad del movimiento y las raíces culturales específicas.

La modernidad también ha llegado a los “*Rikudim*” y en la actualidad se desarrollan danzas de cualquier lugar del mundo, con músicas diversas, que conservan los pasos tradicionales. Por ello, a veces se puede ver en las presentaciones, danzas latinas, griegas, americanos y celtas, bailados a la manera de los “*Rikudim*”. Una hermosa variedad para todos los gustos, recopilada para que estemos todos juntos disfrutando de esta actividad. (Zumárraga, 2015)

La danza moderna y contemporánea, junto con las danzas hebreas, han experimentado importantes encuentros a lo largo del tiempo, dando como resultado intercambios culturales y artísticos que han enriquecido ambas formas de expresión. (Origen de las Danzas Tradicionales Hebreas. s.f.). Se puede observar un punto de inflexión en la fusión de estos géneros en varias áreas claves:

Influencia coreográfica: La danza moderna surgió en el siglo XX, una ruptura a las formas de danzas tradicionales, incorporando a menudo elementos de danza étnica y danza folclórica en su repertorio. La danza hebrea refleja la diversidad de la cultura israelí y ha influido en la creación de danzas que proporcionan movimientos y ritmos únicos.

Narrativas y temáticas compartidas: Tanto la danza moderna como las danzas hebreas a menudo tocan temas como la identidad, la historia, la religión y la política. Esta fusión

temática ha dado como resultado, obras que exploran cuestiones sociales y culturales locales y globales, trascendiendo las fronteras y conectando al público con experiencias compartidas.

Experimentos en fusión de estilos: La danza contemporánea se caracteriza por un enfoque experimental y el deseo de mezclar diferentes estilos y técnicas. Esto ha llevado a colaboraciones entre coreógrafos y bailarines contemporáneos y artistas de danzas israelíes, lo que ha dado lugar a obras que combinan movimientos innovadores con tradiciones profundamente arraigadas.

Eventos y festivales internacionales: La organización de eventos y festivales de danza moderna y danza israelí proporciona una plataforma para el intercambio cultural y colaboración entre artistas de todo el mundo. Estos encuentros promueven el diálogo intercultural y fomentan la difusión y aprecio mutuo de ambas danzas.

En conclusión, el encuentro de danza moderna/ contemporánea y danza hebrea ha sido un punto de inflexión que ha enriquecido la práctica y la comprensión de ambas expresiones artísticas. Mediante la colaboración, la experimentación y el intercambio cultural, estos géneros continúan evolucionando y desafiando los límites del arte.

3.4 Bases de la Composición Coreográfica

Según Gastón Gáinza (2008) en el prólogo de “Al Danzar apuntes”, la práctica creativa tiene como objetivo fundamental permitir el crecimiento de las personas y el mejoramiento de las condiciones con que realizan su existencia. La danza es un sistema de signos, un lenguaje. También señala que ese lenguaje es por cuyo intermedio se propone un modelo de realidad, mediante el lenguaje primario de los movimientos del cuerpo.

La composición coreográfica es la organización y configuración de los elementos expresivos que integran el lenguaje del movimiento. Estos elementos son el vehículo de expresión en el espacio-tiempo, creado por el artista con el fin de dar a luz y concretar una propuesta creadora: el diseño de una coreografía. Gutiérrez (2008).

El lenguaje del movimiento, como todo lenguaje artístico, es un lenguaje convencional, sujeto a normas tácitas, reglas y convenciones. Es imprescindible la compenetración del espectador con los elementos expresivos, para su apreciación y disfrute.

3.4.1 Principios de la Composición Coreográfica

Éstos interactúan entre sí, y son válidos en función de la claridad del discurso:

- **Contenido-forma:** El contenido es la realidad subjetiva y objetiva del artista, mientras que la forma es la expresión perceptible de ese contenido. Ambos se configuran mutuamente en un proceso dialéctico, siendo inseparables en la obra. Cuando cambia la forma, cambia el contenido y viceversa.
- **Contraste:** El contraste dinamiza la forma artística y refuerza el significado. El antagonismo de fuerzas opuestas en el contenido y la forma impulsa el desarrollo de la acción coreográfica.
- **Unidad:** La unidad es la integración orgánica de los elementos en una obra. No es estática, sino que refleja una dinámica expresiva donde las partes y el todo están interconectados.

- **Variación:** Aporta nuevos significados y sentidos a la obra. Los motivos y frases coreográficas pueden ser variados infinitamente, enriqueciendo el contenido sin perder su esencia original.
- **Reiteración:** La reiteración de elementos coreográficos enfatiza aspectos del discurso y crea puntos de referencia, permitiendo que el espectador reinterprete el material. Es clave para capturar el ritmo musical y coreográfico. La reiteración es utilizada por los coreógrafos en casos muy puntuales, por su expresividad hipnótica de carácter obsesivo.
- **Proporción:** La proporción es la feliz relación de las partes de un conjunto, y a su vez incide en el carácter y la cualidad del todo. Por ende, se expresa espacial y temporalmente. Es importante para el coreógrafo tener sentido de la medida y de la proporción al construir su obra. Gutiérrez (2008).

3.4.2 Elementos del Lenguaje Coreográfico en el Espacio y en el Tiempo

A continuación, presentamos algunos elementos del lenguaje coreográfico en el espacio y en el tiempo, definidos por Gutiérrez (2008).

3.4.2.1 Elementos del lenguaje coreográfico en el espacio

Los elementos del lenguaje coreográfico en el espacio son:

El punto: Representa la presencia del bailarín en el escenario, simbolizando energía y potencia. Su cuerpo es una figura estrellada, que puede adoptar las más diversas formas en su relación con el espacio. Aunque parece en reposo, está lleno de tensiones internas, sugiriendo que algo está por ocurrir.

Las líneas: El campo visual se compone de dos líneas espaciales clave: las coordenadas horizontal y vertical. Ellas crean una relación básica, con el sentido del equilibrio, el cual se origina en el oído medio. Ambas líneas se estiman opuestas. Especialmente la línea determinada por dos puntos, indica una distancia, un trayecto por recorrer y se dirige hacia algún sitio, en una dirección.

Trayectorias: Son las formas creadas por el movimiento del cuerpo, estas trayectorias pueden ser rectas, quebradas, curvas, indirectas y circulares. En general, lo recto o lineal es lo directo, de una calidad un tanto fría; lo quebrado o angular sugiere fuerza; lo curvo, sensualidad y humanidad; lo indirecto como expresión es más indefinido.

Direcciones: Las direcciones en el espacio son líneas infinitas. Un movimiento puede tener uno o varios sentidos direccionales a la vez. Las direcciones, como tensiones ocasionadas por los movimientos de los bailarines, son líneas de fuerza en el espacio, que están siempre actuando y que alteran la condición del espacio. Las direcciones básicas manifiestan posibilidades expresivas que pueden variar según la intención.

Direcciones básicas:

- ✓ **Hacia arriba:** subir; aspirar a un mundo espiritual; adquirir una supremacía; crecer.
- ✓ **Hacia abajo:** bajar; caer; deprimirse; ser parte de un mundo terrenal; afirmar.
- ✓ **Hacia los lados derecho e izquierdo:** relacionarse de forma indirecta (evasiva); esquivar o escabullirse. En el caso de dibujar un gesto alejándose o acercándose al eje del cuerpo; ampliar o estrechar el espacio propio.

- ✓ **Hacia atrás:** retroceder; refugiarse en sí; quitar(se); acceder a un mundo desconocido; al caminar de espaldas y mantener el punto de interés atrás.
- ✓ **Hacia delante:** acceder a un mundo bajo control; enfrentar; avanzar; entregar(se).

Gutiérrez (2008) señala que se pueden mezclar las direcciones. Cuando se utilizan dos direcciones contrarias simultáneamente, surge una intención antagónica que genera tensión. Las direcciones básicas sugieren estabilidad.

Direcciones diagonales: Son las fuerzas direccionales del cuerpo más inestables, y en consecuencia las más provocadoras de la tridimensionalidad del movimiento. A partir del centro del cuerpo encontramos las siguientes diagonales: Derecha adelante; izquierda adelante; derecha atrás, izquierda atrás.

Foco: Es la mirada del bailarín. El foco produce impacto e inclusive establece nuevas direcciones en oposiciones al movimiento locomotor del cuerpo. El foco sugiere límites dimensionales con el ajustamiento de los ojos. Se puede tener la intención de dirigirse lejos, fuera de la escena, o cerca, según el punto de interés.

Dimensiones Espaciales: El espacio se observa también en términos dimensionales. En el centro del cuerpo del bailarín, se produce la intersección de las tres dimensiones espaciales en una cruz dimensional; cada dimensión está conformada por dos direcciones opuestas. Éstas son:

De altura: Conformada por las direcciones arriba y abajo. En esta dimensión, entra en juego la fuerza de gravedad que nos atrae como un imán hacia el centro de la tierra.

De anchura: Conformada por las direcciones del lado izquierdo y lado derecho. En la dimensión de anchura, ampliamos el espacio de las extremidades y al estrecharlo, nos sentimos angostos. Los movimientos pueden coincidir con la respiración, al inhalar el aire se ensanchan los pulmones y las formas. Al exhalarlo, éstas se convierten en angostas o cerradas.

De profundidad: Conformado por las direcciones adelante y atrás, es la dirección de la perspectiva. La dimensión de profundidad se refiere al tiempo, a lo sucesivo; es decir, a lo que pasa antes o después, a lo largo del desplazamiento.

Planos de movimiento: Son superficies rectangulares de sección áurea a las que se les trazan diagonales y que están conformadas por dos dimensiones. Estas intersecciones se producen en el centro del bailarín. Éstas son:

Plano sagital: (Plano vertical o de fuga) Divide al bailarín siguiendo la línea de la nariz y está conformado por las dimensiones de altura y profundidad. Se dan las acciones de avanzar o retroceder.

Plano frontal: (Plano lateral o plano de la simetría) Divide al bailarín por las orejas y está conformado por las dimensiones de anchura y altura. Se dan las acciones de ampliar o estrechar el espacio propio.

Plano horizontal: (Plano flotante) Divide al bailarín por la cintura, (paralelo al piso y la línea de los hombros) conformado por las dimensiones de profundidad y anchura. Se dan las acciones referidas a la horizontalidad. Este plano también nos conduce al acto

de girar y a las acciones de abrir y cerrar desde una perspectiva aérea. Gutiérrez (2008). Todas las direcciones y dimensiones espaciales pueden ser combinadas.

Volúmenes espacio-corporales: El cuerpo del bailarín tiene densidad. Al danzar dibuja volúmenes, y éstos varían en una metamorfosis constante. Los planos diagonales, sagitales, horizontales y frontales están inscritos en los volúmenes. La danza es una expresión tridimensional. El diseño de planos y volúmenes le confiere a la danza un sentido arquitectónico, la de ser una arquitectura en movimiento.

Niveles espaciales: La noción de verticalidad permite distinguir varios niveles: bajo, medio, alto, y otros varios, en medio de éstos. Los niveles espaciales corresponden a las acciones motoras de: rodar o arrastrarse, andar en cuclillas o de rodillas; andar en puntillas; todas estas acciones con la característica de mantener la horizontalidad. Saltar tiene la connotación de ascender, como desafío a la gravedad, especialmente en los grandes saltos.

Extensión: Los movimientos amplios en extensión o tamaño, son de alcance lejano y se relacionan con la característica psicológica de extroversión. En cambio, los movimientos pequeños en extensión como los gestos, que acontecen en la proximidad del cuerpo, expresan sentimientos íntimos, de un carácter cercano a la introversión. El movimiento también puede extenderse y alejarse o retraerse y acercarse, con relación al eje del cuerpo. En el piso se dibujan trayectorias expansivas o reservadas e intimistas. Gutiérrez (2008).

3.4.2.2 Elementos del lenguaje coreográfico en el tiempo

Los elementos del lenguaje coreográfico en el tiempo son:

Ritmo y música: El ritmo organiza todos los elementos de las artes. Comprende una noción intermitente del espacio-tiempo; es el movimiento a nivel visual y sonoro. En la danza y la música, es posiblemente el nivel primario de organización estructural. Sin embargo, no hay que olvidar que el factor de la repetición en la percepción de los elementos sonoros o en la composición de los elementos espaciales y temporales de la danza, es esencial para la percepción del ritmo. Las pausas permiten la percepción de unidades y agrupaciones, ya que, éstas separan un grupo de elementos de otro. Una secuencia de movimientos finaliza o se interrumpe un instante, en una pausa.

El motivo: Elemento constructivo de estructura coreográfica. Es la unidad más pequeña de concentración de sentido. Un motivo puede ser desarrollado en el curso de una frase o puede, si es de mayor complejidad, ser desarrollado a lo largo de toda la obra. Los motivos se pueden entretrejer entre sí. Pueden igualmente cumplir el rol de ser elementos recurrentes dentro del discurso; pasar a ser puntos de referencia, y sufrir también modificaciones por medio de variaciones diseño, dinámica, tensiones direccionales, entre otros. Los motivos plásticos, musicales o sonoros participan también de la coreografía.

La frase: Es un elemento esencial de la composición coreográfica, ya que, en la sucesión temporal de los movimientos que la constituyen encadenados entre sí, como en una melodía, se configura y desarrolla el pensamiento coreográfico. Al final de

cada frase se da una mínima pausa, un respiro, que se puede utilizar como transición o punto de giro para intercalar nuevos pensamientos coreográficos. La frase se puede modificar ampliándola, reduciéndola, invirtiéndola o cambiando su dinámica, ritmo y uso del espacio.

La secuencia: Es la articulación de frases, motivos, imágenes metafóricas, acciones y otros elementos de construcción; incluso pausas, como detenciones dinámicas y transiciones, que en ocasiones son bastante extensas. Es un trozo coherente, un flujo dinámico de energías en el espacio-tiempo, que coexiste como una unidad de percepción para el público, como un todo visual. Las secuencias, al integrarse con el criterio de una forma continua, conforman secciones y luego parte que conducen a la construcción de una totalidad. Las secuencias pueden articularse como unidades contrastantes que se relacionan en función del propósito expresivo y del todo.

Imágenes: Las imágenes fluyen en el tiempo y el espacio, son efímeras, pero adquieren continuidad en la mente del espectador. Éste, con su capacidad de retener en la memoria los movimientos y sonidos, amplía la imagen de lo visual y lo sonoro, extendiéndola a unidades cada vez más amplias.

Acción: La acción en la danza es toda actividad que ocurre y evoluciona como parte de la acción coreográfica integradora general. Promueve todo dinamismo y cambio tras un objetivo. Responde a la pregunta del intérprete ¿Qué estoy haciendo? Las frases coreográficas contienen cantidad de acciones corporales que proyectan el contenido de la acción escénica: el bailarín penetra el espacio, corta el aire, lo comprime, flota, se desliza, establece vínculos dinámicos con otros bailarines; todos

se expanden y activan, generando determinadas tensiones en el espacio y una expresividad latente. Por ejemplo, se pueden dar acciones escénicas manifestando: una relación controversial entre dos personajes o a través de la relación de fuerzas en un momento dado.

Interpretación: La música forma parte esencial del trabajo de interpretación. Pero también se dan otros tipos de motivaciones-estímulos: ideas, situaciones, personajes que surgen del contenido de la obra. En un trabajo en conjunto, coreógrafo y bailarín realizan una labor de preparación durante los ensayos, buscando esclarecer el desarrollo de la acción coreográfica y las ideas expuestas. Es así, que la interpretación de la obra provoca y evoca sensaciones y emociones en el espectador, lo que da lugar a la expresividad propia de la danza.

Conflicto: El conflicto es el elemento dinamizador de cualquier discurso. Se produce como consecuencia de las fuerzas antagónicas en una obra que confronta dos o más personajes, dos tendencias en juego o visiones del mundo. Representa el nudo, las oposiciones y el contraste. El conflicto forma parte de la acción coreográfica y todos los elementos que entran en conflicto son parte de la unidad.

Acontecimiento: Como parte integrante de la acción coreográfica, sucede un acontecimiento que produce un cambio en el devenir de la obra: puede ser algo nuevo, distinto o predecible. Es un motivo que causa un fuerte impacto emocional. Esto se puede reflejar con cambios de luces, escenografías o vestuarios, por la inclusión de nuevas figuras, cambios de actitud en los personajes, o transformaciones importantes en el diseño de la obra, entre otros. Gutiérrez (2008).

CAPÍTULO IV

PROCESO DE REMONTAJE DE LA COMPOSICIÓN COREOGRÁFICA

“LA ESPERANZA ES LA LUZ”

Capítulo IV

Proceso de Remontaje de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”

4.1 Justificación del Remontaje de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”

El remontaje de la composición coreográfica "La Esperanza es la Luz" ofrece una oportunidad para revitalizar y ampliar el impacto de la obra original en un nuevo contexto. Dado que la pandemia de Covid-19 afectó y sigue afectando a muchas comunidades en todo el mundo, es crucial mantener y seguir compartiendo mensajes de esperanza, resiliencia y solidaridad a través del arte. El remontaje permite reevaluar y perfeccionar la obra original, incorporando nuevas perspectivas y experiencias acumuladas desde su creación inicial.

4.2 Objetivos del Remontaje de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”

Para el remontaje de la composición coreográfica “La Esperanza es la Luz” presenta los siguientes objetivos:

4.2.1 Objetivo General del Remontaje de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”

El remontaje de la composición coreográfica "*La Esperanza es la Luz*" tiene como objetivo general fortalecer y expandir su impacto emocional, preservando su esencia y refinando la ejecución de la obra mediante entrenamientos continuos y dirección coreográfica. Se busca resaltar su mensaje central de esperanza por medio del uso de iluminación y diseño

espacial, además de explorar colaboraciones con medios audiovisuales para enriquecerla. Se garantiza que la obra sea inclusiva culturalmente, utilizándola como una herramienta educativa para conectar con diversos públicos. Asimismo, es adaptada a nuevos formatos y plataformas, promoviendo su relevancia en diferentes contextos culturales y sociales. Con estos enfoques, *“La Esperanza es la Luz”* logra mantener su esencia, mejorando su calidad y llega a nuevas audiencias de manera conmovedora y relevante.

4.2.2 Objetivos Específicos del Remontaje de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”

4.2.2.1 Conservar la Esencia y el Mensaje de Esperanza de la Obra Original: Al remontar la composición coreográfica, el objetivo principal es preservar la esencia y el mensaje emotivo que caracterizan a la composición coreográfica *“La Esperanza es la Luz”*, asegurando que continúe siendo relevante y conmovedora para el público.

4.2.2.2 Mejorar la Calidad Técnica y Artística: Por medio del remontaje, se busca mejorar la calidad técnica y artística de la obra, refinando la coreografía, la ejecución de los movimientos y la expresión de los bailarines para crear una experiencia aún más impactante y memorable.

4.2.2.3 Adaptar la Presentación para Diferentes Formatos y Plataformas: Considerando que la obra original fue presentada de manera virtual, el remontaje implica la adaptación de la coreografía y la producción para diferentes formatos y plataformas, como presentaciones en vivo o grabaciones de video de alta calidad.

4.2.2.4 Ampliar el Alcance y la Audiencia de la Obra: Al remontar la composición, se busca ampliar el alcance y la audiencia de la composición coreográfica "La Esperanza es la Luz", llegando a nuevos espectadores y comunidades que puedan beneficiarse de su mensaje de esperanza y positividad.

4.3 Proceso del Remontaje de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”

El proceso de remontaje de la composición coreográfica “La Esperanza es la Luz” implicó una combinación de recreación fiel del trabajo original y de ajustes necesarios para adaptarse a las nuevas bailarinas y al contexto. Los ensayos se centraron en la precisión técnica, la expresión emocional y la cohesión de la coreografía, con el objetivo de crear una presentación impactante y conmovedora de la pieza. Se prestó especial atención a la conexión entre la danza y la música. El proceso culmina con la filmación de la composición coreográfica, donde se muestra el resultado del arduo trabajo y la dedicación de la coreógrafa y las bailarinas Krista Fragueiro y Bárbara Zapata.

4.4 Cronograma del Remontaje de la Composición Coreográfica “La esperanza es la Luz”

- Revisión del material existente sobre la composición coreográfica original.
- Identificar a las bailarinas que participaron en el proceso de remontaje.
- Reconstruir la coreografía original a partir de la documentación existente, ajustar la coreografía para adaptarse a las habilidades y características de las bailarinas seleccionadas (Krista Fragueiro y Bárbara Zapata).

- Ensayos regulares para pulir la coreografía, trabajar en la interpretación emocional y la conexión con la música.
- Ensayos completos con todos los elementos, ajustes finales en la coreografía, la interpretación y la técnica.
- Filmación de la actuación de la composición coreográfica “La Esperanza es la Luz”.
- Evaluación y retroalimentación después de la presentación de la filmación.

4.5 Limitaciones del Remontaje de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”

El remontaje de una composición coreográfica requiere tiempo, esfuerzo y recursos, incluyendo espacio de ensayo, coordinación con el personal artístico y técnico, y presupuesto para producción.

La disponibilidad de la bailarina Krista Fragueiro fue una limitante, especialmente por los compromisos profesionales no fue posible entrevistarla y dificultó su participación para aprender y ensayar la composición coreográfica, por lo cual se contó con la participación de la bailarina Bárbara Zapata para la primera coreografía.

Por último, encontrar un espacio adecuado para ensayar y presentar la obra, representaron desafíos adicionales durante el proceso de remontaje. Sin embargo, pese a estas limitaciones, se logró hacer el remontaje de la composición coreográfica “La Esperanza es la Luz” y coordinar los horarios con la bailarina, encontrando un espacio en el parque para realizar los ensayos y finalmente, la filmación de la coreografía.

4.6 Análisis del Remontaje de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”

A continuación, presentamos un análisis de algunos aspectos del remontaje de la composición coreográfica “La Esperanza es la Luz” como sus componentes generales, principios de la composición coreográfica, los desplazamientos, la selección musical y del vestuario para la coreografía.

4.6.1 Componentes Generales del Remontaje de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”

Aquí se presentan los componentes generales de la composición coreográfica como el título, el concepto, los nombres de la selección musical y el bosquejo coreográfico.

- **Título:** “La Esperanza es la Luz”
- **Bailarinas:** Krista Fragueiro (19 años) y Bárbara Zapata (20 años)
- **Concepto:** La coreografía sigue el viaje emocional de alegría de mi persona luego de pasar la oscuridad de la pandemia, con la luz de la esperanza, fusionando técnicas de danza moderna, contemporánea y elementos estilísticos de la danza hebrea “*Jora*” para expresar la resiliencia y la fuerza del espíritu humano.
- **Selección Musical:**

Hundida en la Oscuridad: *Hurricane* de Edén Golán

Fortaleza, la Luz que Emerge: *Yesh li et kol ha koaj* – Avi Ilson

Tiempo de Celebración: *You are the reason* - Calum Scott

Proceso Creativo: Esta composición coreográfica se encuentra conformada por tres coreografías, a continuación, detallaremos el proceso creativo de cada una de ellas:

- **Hundida en la Oscuridad:** El proceso de montaje fue largo, ya que dediqué tiempo a seleccionar los pasos hebreos que mejor se integraban con la estructura de los movimientos modernos y contemporáneos que incluí en esta coreografía. La primera parte de esta coreografía representa la oscuridad, la tristeza y la soledad que experimenté en los momentos de la pandemia. Refleja la desesperación que sentía al anhelar salir de ese profundo abismo en el que me encontraba.

Deseaba con todas mis fuerzas que todo volviera a la normalidad, pues estábamos en una situación incierta que nos llenaba de miedo ante lo desconocido. También expresa la frustración por todos los cambios que enfrenté, estando en un país ajeno, lejos de mi familia, y enfrentando los numerosos retos que trajo consigo la pandemia.

- **Fortaleza, la Luz que Emerge:** La segunda parte de esta composición coreográfica refleja el momento en que encontré un equilibrio adecuado en las circunstancias que me encontraba. Comencé a apreciar lo positivo de la situación: el encierro, la convivencia familiar y sus diferencias. Para mí, esta fase representó un nuevo comienzo.

Por esta razón, creé tres partes para esta composición, ya que cada una cuenta su propia pequeña historia dentro de una historia mayor.

Para la creación de esta parte de la composición coreográfica, permanecí relajada y decidí dejar todo en manos de D-os; luego de soltarme y aceptar el proceso, me permití ver lo positivo de la situación.

Para esta coreografía, proporcioné a la bailarina una breve introducción sobre mi religión, la danza hebrea, nuestras costumbres y otros aspectos relevantes, para que pudiera entender y conectarse al proceso. Le enseñé verbalmente la historia y luego, físicamente los pasos de danza hebrea por medio de la visualización y la práctica. Al principio, fue un desafío transmitir ciertos pasos o movimientos de la técnica hebrea llamada “*Jora*”, ya que no era algo común para la bailarina, quien desconocía este estilo. Sin embargo, con empeño, paciencia y dedicación, logré enseñarle los pasos, y la mayor satisfacción fue ver que los había aprendido.

Por un momento, sentí el orgullo que un profesor experimenta cuando su alumno logra hacer un avance y aprender lo transmitido correctamente. Por eso, aprovecho para agradecer a todos los profesores por confiar en el proceso que moldea al estudiante a llegar a su objetivo quienes confiaron en mis fortalezas y me apoyaron incondicionalmente, enseñándome cada día lo que hoy soy.

-Tiempo de Celebración: Esta última y tercer parte, es la más significativa para mí, ya que me conecté profundamente con la técnica, la música, el espacio, los movimientos y el vestuario. Es la pieza final de este rompecabezas, basado en la danza moderna y contemporánea.

Esta coreografía representa luz, esperanza, logro, claridad, visión, tranquilidad, estabilidad, felicidad y más. Simboliza el final de una etapa: el cierre de la pandemia, el fin de las preocupaciones y el estrés, el alivio tras haber estado sola sin mi familia por tanto tiempo, la ausencia de mis compañeros/amigos durante los últimos dos años, de mis profesores y de la universidad.

Este proceso culminó con mi regreso a casa, lo más importante para mí: mi círculo, zona de confort y rutina. Aunque no todo estaba completamente regulado, el simple hecho de estar en mi hogar lo significó todo. Es la tranquilidad que te brinda tu país, tu casa y tus seres queridos, quienes te calman y te hacen sentir que puedes lograrlo todo. Fue una satisfacción contarles a mis padres toda mi experiencia mientras estuve a distancia.

Una de mis partes preferidas en esta coreografía es la fluidez con la que la bailarina transita de un paso al otro. Pero si tuviese que ser más específica, destacaría la elevación del torso desde el suelo, donde la mano, al impulsarse hacia arriba, hala el torso y lo eleva, manteniendo los pies en el suelo. Este paso tiene un significado especial para mí, ya que al inicio de mi formación no podía realizarlo, pero con mucha dedicación logré dominarlo, y por eso lo incluí en la coreografía. Simboliza un reto y un logro personal.

4.6.2 Bosquejo Coreográfico:

-Hundida en la oscuridad: En esta coreografía, se utilizaron pasos y movimientos de danza moderna y contemporánea, así como de danza hebrea, logrando

complementarlos y unirlos para crear el contraste sutil que buscaba. La coreografía comienza con una llama que representa la luz que deseaba encontrar, a pesar de la distancia, lo que dio lugar a la aparición de una sombra, simbolizando la ilusión creada por mí, frente a la realidad.

Imagen 4:

Escena de la secuencia coreográfica **Hundida en la Oscuridad**



Nota: En la imagen se puede ver a la bailarina Bárbara Zapata sosteniendo la vela, que representa la luz que deseaba encontrar. **Fuente:** Catálogo de fotos personales.

- **Fortaleza, la luz que emerge:** Decidí crearla utilizando pasos y movimientos de la danza hebrea conocida como “*Jora*” porque reflejaba la felicidad que sentía al manejar la situación. Tenía como propósito que la danza representara como me sentía; utilizar la música, movimientos alegres, vivos y llenos de energía, la consideré como mi mejor opción, estando en Israel. Estar allí me permitió profundizar en mis raíces de una manera más fuerte, logrando una conexión interior que fue maravillosa experimentar.

Esta coreografía está compuesta por pasos y movimientos de la danza hebrea, basada en la técnica “*Jora*”. Aunque fue concebida utilizando únicamente pasos hebreos, también incluye otras técnicas; ya que, para mí, la danza es ese conjunto de sentimientos reflejados por medio del cuerpo. Al bailar, uno puede mezclar y unir esos movimientos basados en nuestros sentimientos.

Imagen 5:

Escena de la secuencia coreográfica Fortaleza, la Luz que Emerge



Nota: En la imagen se puede ver a la bailarina Krista Fragueiro ejecutando movimientos de la secuencia coreográfica Fortaleza, la Luz que Emerge. **Fuente:** Catálogo de fotos personales.

- **Tiempo de Celebración:** En esta parte final de la coreografía, más interpretativa y orientada hacia un final feliz y esperado, encontraremos movimientos fluidos, respiración relajada, innovación y una mezcla natural de todas las técnicas. El ritmo de esta pieza se ensambla con su velocidad y dirección, con movimientos de caída y recuperación, contracciones y relajación del cuerpo, y mucho trabajo en el suelo.

Los pasos o movimientos que utilicé incluyen: roll de cabeza, expansión de torso, T de rodillas, caída lateral, suspensión del cuerpo, diagonales, giros, postura de perro boca abajo, puntillas, deslizamientos, T con pierna arriba, elevación de pierna, pirueta, caída al suelo en giros, estrellita, estiramientos, contracciones, saltos, elevación del torso, entre otros. Me basé en cinco técnicas: Limón, Graham, Duncan y Hawkins, pero principalmente en la técnica de Horton, que durante mis estudios fue la que más me impactó.

Esta coreografía, compuesta con pasos y movimientos de la danza contemporánea/moderna y basada en las técnicas antes mencionadas, también incluye improvisaciones que nacen espontáneamente durante el proceso creativo. Es un sentimiento de empoderamiento y enriquecimiento, donde surgen ideas para alimentar la pieza.

Imagen 6:

Escena de la secuencia coreográfica Tiempo de Celebración



Nota: En la imagen se puede ver a la bailarina Krista Fragueiro ejecutando movimientos de la secuencia coreográfica Tiempo de Celebración. **Fuente:** Catálogo de fotos personales.

4.6.3 Análisis de los Principios de la Composición Coreográfica en la Coreografía “La Esperanza es la Luz”

- **Hundida en la oscuridad:** En esta sección, la bailarina debía conectar con mis sentimientos de oscuridad durante la pandemia y reflejarlos en su interpretación, esto; se logró con movimientos bruscos y rápidos, contrastados con movimientos más lentos y peculiares. Incorporé mucha fluidez en el torso y giros. Al inicio de la música, reflejé un momento de confusión que luego se tornó robótico,

simbolizando cómo, a veces, nos acostumbramos tanto a la rutina que actuamos de manera mecánica.

Añadí respiraciones exageradas como expresión de shock antes de caer. En la coreografía, se pueden observar muchos movimientos de danza moderna como: la estrella, el *roll back down*, la bolita, diagonales, giros, contracciones, movimientos asimétricos, *downwarn dog*, deslizamientos, estiramientos, volteretas hacia atrás, saltos, piruetas y el “gusanito”, que es cuando la mano guía al cuerpo a moverse en todas las direcciones a distintas velocidades con movimientos improvisados. También hay momentos en los que, al tocar partes de su cuerpo con la mano, esa parte del cuerpo inicia el movimiento, lo que refleja una alineación de los sentidos con el cuerpo y el tacto.

También, añadí el movimiento de “La vela”, uno de mis favoritos, ya que lo practicamos mucho en clase, viendo que este movimiento abre las puertas a otros, como la voltereta hacia atrás, el puente, entre otros. Como subdivisión de esta parte de la coreografía, para crear contraste, agregué pasos en puntillas con movimientos de brazos en forma de olas, representando la espera y la paciencia que debemos tener.

Para esta parte de la coreografía, utilicé el escenario del teatro Anita Villalaz, jugando con diferentes tonos de luces: algunas partes oscuras, otras claras y algunas de colores. Incluí el efecto de la neblina al final, representando una tormenta que nubla nuestro camino, ya sea por pensamientos o circunstancias de la

vida, y que solo superamos permaneciendo firmes, como una raíz, esperando a que pase la neblina y salga el sol.

- **Fortaleza, la luz que emerge:** En esta parte de la coreografía la bailarina debía representar la alegría y el equilibrio que yo había encontrado, las vivencias y la oportunidad de ver la vida con optimismo. Por ello, se incluyen movimientos más relajados, circulares, simétricos, lineales, además de movimientos de brazos, saltos y rebotes, "Cherkesia con pie arriba", jugando con los rebotes, y finalicé como si tuviera esposas en las manos, simbolizando el encierro de la pandemia y cómo, finalmente, solté esas ataduras, dejándolas atrás y permitiéndome avanzar.

Esta coreografía fue montada en un espacio libre, verde y amplio, que representa la libertad que sentía al liberarme de mis preocupaciones, ese espacio que logré crear entre una situación y otra. Lo verde, simboliza sentirse vivo y agradecido por todas las cosas que a veces damos por sentado, como la salud, la familia, los estudios, la fuerza para levantarse y enfrentar los desafíos, el trabajo, el hogar, entre otras no valorizadas hasta perderlas.

El espacio elegido fue el parque Urracá, a plena luz del día, para que fuera lo más natural posible. Los árboles al fondo representaban la vida y el aliento; la brisa daba un efecto placentero, asemejando la libertad.

- **Tiempo de Celebración:** Reflejando esa paz interior que encontré, basé esta composición en movimientos ligeros, sutiles y delicados. Utilicé mucho el contacto con el suelo, conectando ese aspecto con la tierra. Como dice el dicho:

“tener los pies bien puestos en la tierra”, es decir, aferrarnos a ese sentir sin desviarnos en nuestros pensamientos y conocer bien nuestras raíces, manteniéndonos firmes sin que nada nos derrumbe.

Los movimientos se expresan de manera pausada, y esa vela que la niña quería encontrar al principio es la que finalmente encontró, aquella por la que se esforzó y trabajó hasta alcanzarla, guiada por la chispa que se encendió en ella. Esa ilusión que convirtió en su realidad.

El espacio utilizado fue dentro del parque Urracá, un lugar natural y libre que permite a uno expresarse, soltarse y conectarse con el entorno; parte esencial del proceso que buscaba. Se realizó en horas de la tarde, para asemejar el atardecer, un panorama hermoso que todos buscamos y deseamos ver. Elegí esta parte del espacio ya que tenía un fondo impactante y llamó mi atención con sus colores y reflejo de sus costumbres, creando un escenario vital para una coreografía que narra una historia.

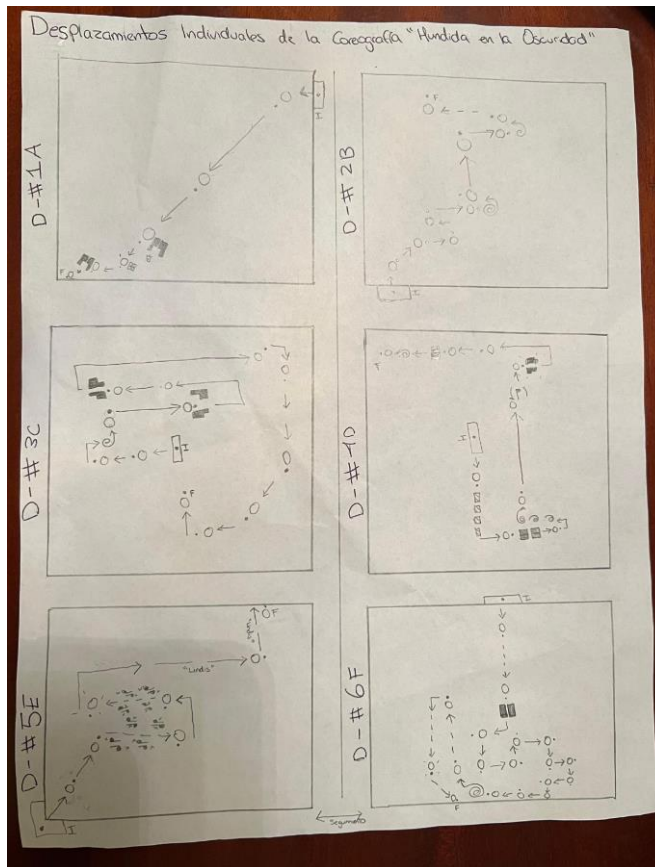
También enfrenté algunos retos, como los rieles de metal en el fondo, que, gracias a la ayuda de un trabajador del municipio, se pudo mover a un lado. Además, lidié con el ruido de los niños, el bullicio y las obras de mantenimiento que se realizaban en ese momento. Para el montaje, llevé una escalera, ya que parte de esta coreografía se inspiró en mi estadía y en las coreografías que realicé en Israel; donde había una escalera que utilicé como parte del escenario, simbolizando la esperanza y el recurre a D-os, una súplica que finalmente fue atendida.

4.6.4 Desplazamientos de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”

En las siguientes imágenes se presentan los desplazamientos de las tres partes de la composición coreográfica “La Esperanza es la Luz”.

Imagen 7:

Desplazamientos de la coreografía **Hundida en la Oscuridad**



Nota: En esta imagen se pueden ver los desplazamientos realizados por la bailarina Bárbara Zapata en la secuencia coreográfica “Hundida en la Oscuridad” de la composición coreográfica “La Esperanza es la Luz”.

4.6.4.1 Descripción de desplazamientos individuales de la coreografía “Hundida en la Oscuridad”

A: La bailarina sale del lado Noreste y se desplaza diagonalmente hacia abajo caminando, llegando al lado Sur, se agacha en plié y recoge la vela del suelo y regresa la vela al suelo nuevamente haciendo un plié.

B: La bailarina sale del lado Sur y se desplaza hacia el Noreste, moviéndose de manera abstracta formando figuras con su sombra, luego se desplaza con sus pies hacia la derecha, sale un poco hacia la izquierda y regresa a la derecha para hacer un giro en el puesto que termina hacia la izquierda; formando ondas con su torso y se desplaza hacia el Noreste, quedando en el medio para desplazarse levemente a su derecha sin parar, y realiza un giro terminando con el frente en el lado Oeste, se desplaza caminando y rota para el frente Norte.

C: La bailarina está en el medio, sentada en el suelo y se desplaza hacia el lado Oeste con dos (2) desplazamientos en *swings* de suelo; de ahí, se desplaza hacia atrás con una voltereta quedando con el frente hacia el lado Norte de espalda y se desplaza hacia el lado Este con un gran salto para luego desplazarse al lado Oeste con otra caminata y salto. La bailarina empieza a moverse por el espacio hacia muchas direcciones.

D: Inicia en el medio Norte desplazándose hacia el lado Sur con cuatro (4) *relevés*, luego se desplaza hacia su derecha en 2da posición abierta, ambas piernas saltan levemente dos (2) veces y regresa con giros consecutivos hasta llegar al frente Norte; después se desplaza realizando un paso con una pierna (patada) en *flex* hacia su frente, llevando todo su cuerpo y

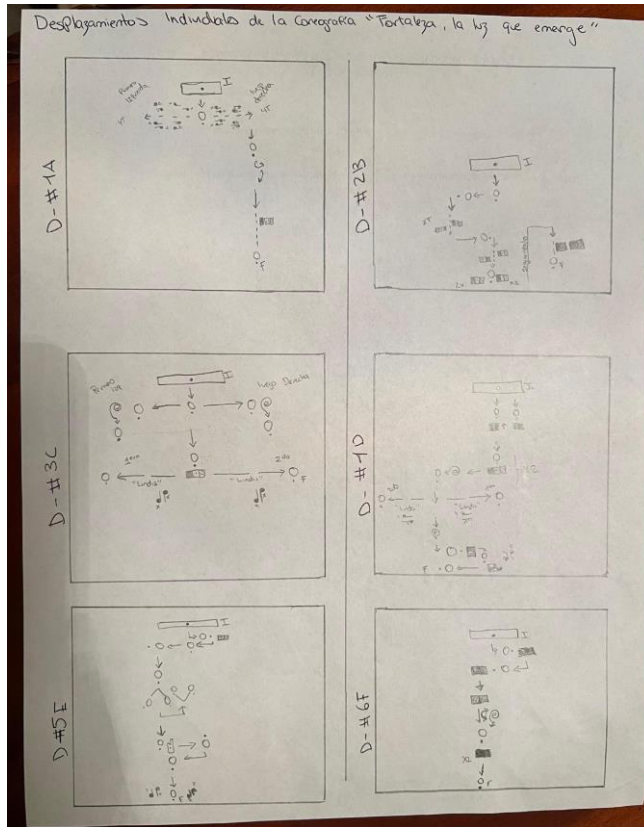
realiza un plié girando con el frente al lado Este rotando pierna de base y quedando frente al lado Oeste para desplazarse con un salto y gira hacia el lado Oeste.

E: La bailarina comienza en la diagonal del lado Suroeste y se desplaza diagonalmente haciendo un paso llamado “*shaftemaim*” (pie pasa adelante atrás intercalado) dos (2) veces, primeramente, al lado derecho y luego al izquierdo y rota quedando en frente del lado Sur desplazándose con un “*lindis*” (impulso) hacia el lado Este y hacia el frente del lado Norte.

F: La bailarina se desplaza hacia el lado Sur haciendo cuatro (4) pasos de caminata rápida como impulso para el gran salto con ambas piernas y luego se desplaza por todo el espacio haciendo movimientos abstractos “el gusanito” en doce (12) tiempos y se desplaza con un giro para el lado Norte con caminatas; camina hacia el frente Sur en cuatro (4) tiempos y rota a desplazarse con la caminata diagonal al lado Sureste en dos (2) tiempos.

Imagen 8:

Desplazamientos de la coreografía **Fortaleza, la Luz que Emerge**



Nota: En esta imagen se pueden ver los desplazamientos realizados por la bailarina Krista Fragueiro en la secuencia coreográfica “Fortaleza, la Luz que Emerge” de la composición coreográfica “La Esperanza es la Luz”.

4.6.4.2 Descripción de desplazamientos individuales de la coreografía “Fortaleza, La Luz que Emerge”

A: La bailarina inicia en el medio Norte, se desplaza en cuatro (4) tiempos hacia la izquierda, intercalando el pie. Luego se desplaza en cuatro (4) tiempos hacia la derecha repitiendo y permaneciendo en la misma línea. Queda en el lado Este y se desplaza con un pequeño rebote

hacia el frente, haciendo un giro incompleto y regresa hacia el frente inicial con varios rebotes en el pie derecho, girando por el mismo lado, a su vez alzando las manos hacia arriba en forma de “u”.

B: Inicia centro y se desplaza hacia la izquierda con un rebote, realiza rebotes en el puesto dos (2) tiempos, repite lo mismo al lado derecho. Se mantiene en el puesto haciendo cuatro (4) rebotes intercalados y luego hace dos (2) saltos en el puesto con plié cerrada pierna derecha, dando una ilusión que se mueve hacia atrás.

C: Inicia centro, se desplaza con un paso de caída y recuperación hacia la izquierda, brazos en 3ra posición, gira con una *pirouette* cerrada y repite hacia el otro lado. Rebota y se desplaza a la izquierda con un “*lindis*”, impulsa extendiendo sus brazos en 2da posición, abre las piernas con despegues leves del piso y cierra brazos, repite al otro lado. Se desplaza a la izquierda intercalando los pies y repite.

D: Inicia en el centro con un salto y da un paso hacia atrás, repite con la otra pierna. Luego rebota y realiza un giro hacia su izquierda elevando los brazos hacia arriba. Cambia de frente al lado Este y hace un salto con la pierna derecha hacia atrás y la izquierda vertical en dirección al piso; cae con el frente al lado Sur, la pierna derecha extendida en punta y despegada del suelo pasa por al frente mientras que la otra hace un pequeño salto quedando con el frente Oeste.

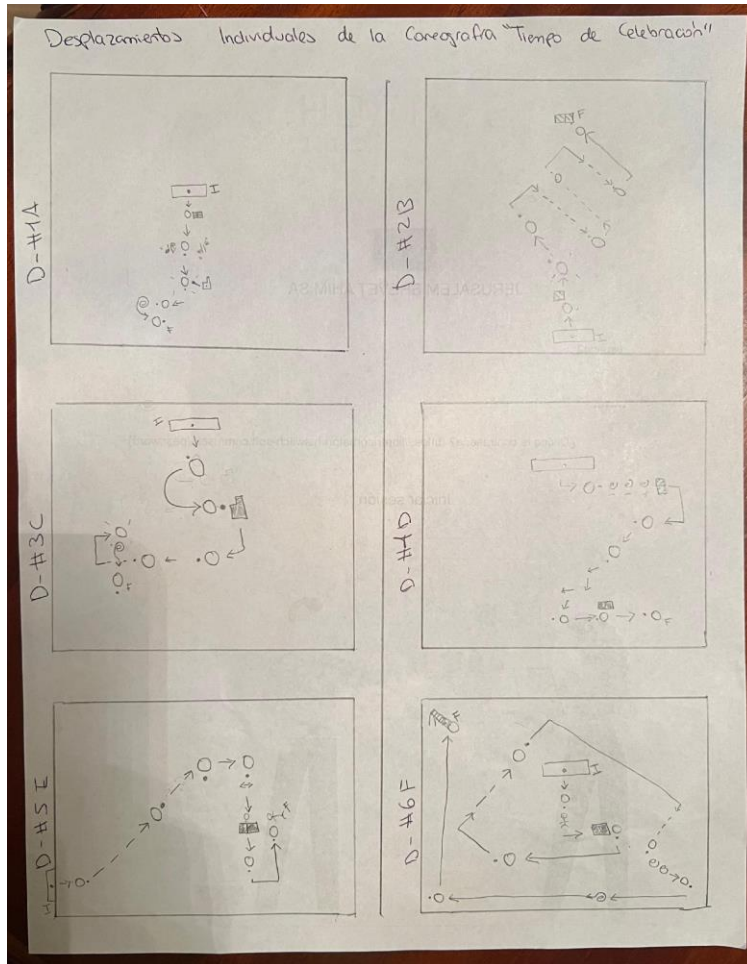
E: Inicia medio, se desplaza a su derecha en 2da posición cerrada con una flexión de rodillas, regresa y repite lado izquierdo. Realiza un desplazamiento de pierna derecha adelante, izquierda adelante y regresa pierna derecha atrás, izquierda atrás; igual con los brazos dos (2)

veces. Da un paso hacia el frente con la pierna izquierda y el pie derecho hace un *coupé derrier*, cambiando de frente hacia el Norte atrás para regresar por el mismo lado hacia el Norte frente. Realiza un paso común del Medio Oriente que requiere de mover los hombros adelante y atrás tres (3) veces en cada lado.

F: Inicia en el medio y realiza un salto hacia el frente Este moviendo las caderas, luego salta hacia el frente Oeste y aplaude dos (2) veces y regresa con un salto hacia el frente Norte; realiza un giro con tres (3) saltos dando una vuelta completa terminando en el centro y hace una flexión de rodillas colocando ambos brazos de un lado y luego del otro lado “tocando el tambor”, mientras que cuando su torso se inclina hacia la derecha, la pierna izquierda se extiende en punta y viceversa dos (2) veces.

Imagen 8:

Desplazamientos de la coreografía "Tiempo de Celebración"



Nota: En esta imagen se pueden ver los desplazamientos realizados por la bailarina Krista Fragueiro en la secuencia coreográfica "Tiempo de Celebración" de la composición coreográfica "La Esperanza es la Luz".

4.6.4.3 Descripción de desplazamientos individuales de la coreografía “Tiempo de Celebración”

A: La bailarina inicia en el medio del suelo sentada con rodillas flexionadas encima de sus pies y abre sus brazos a los lados con las palmas hacia afuera expandiendo todo su torso; cuando regresa los brazos, se agarra de las manos y extiende su torso hacia el frente, a la vez que levanta la mitad superior de su cuerpo del suelo y mueve los hombros y brazos hacia atrás intercalando cuatro (4) veces; al terminar extiende su pie derecho en punta hacia el lado, junto con su brazo circularmente y gira su cuerpo hacia la izquierda llevando el movimiento a dar una vuelta completa y terminar en un perro boca abajo mirando hacia el lado Este.

B: Estando en el perro boca abajo, levanta la pierna derecha en punta hacia arriba abriéndola mientras que la deja caer y rota su cuerpo levantándose con la pelvis, dando una ilusión de que su mano derecha levanta el cuerpo hacia arriba y queda frente a la diagonal Noroeste parada. Se desplaza hacia atrás dando seis (6) pasos rápidos, levanta brazos y se desplaza nuevamente hacia adelante, se repite dos (2) veces más, terminando en puntillas.

C: La bailarina se desplaza circularmente haciendo un *pivot* con el pie derecho en punta, brazo izquierdo arriba, cambiando de frente al lado Este con otra rotación de pierna que termina con el frente al lado Oeste, se desplaza con un paso a la derecha en puntilla para realizar una *pirouette* y termina en el frente Norte medio (frente inicial de la coreografía.)

D: La bailarina desde el frente medio Norte se desplaza hacia su derecha haciendo diagonales en puntilla, entra al piso con un giro quedando con el frente diagonal Suroeste y se desplaza haciendo tres (3) *swings* de suelo, quedando en el frente Oeste, desplazándose hacia atrás con

una vela abierta quedando boca abajo, y se levanta la pelvis con las piernas colocando el peso en el hombro.

E: La bailarina inicia con el frente Oeste y se desplaza caminando hacia la diagonal Noroeste, quedando con el frente al Norte de espalda y se agarra la cabeza haciendo un movimiento cabeza-torso circular desde la derecha hacia la izquierda y repite. Realiza un salto en puntillas y cae en el piso, desplazándose con un empujón hacia atrás, quedando acostada boca arriba en todo el medio.

F: Despega su torso del suelo elevando la mitad superior, manteniendo los brazos en el piso y realiza un salto hacia la derecha, llevando su otra pierna y cuerpo para levantarse y queda con el frente hacia el lado Oeste. Se desplaza corriendo levemente hacia la diagonal Noroeste y después se desplaza hacia atrás con pasos rápidos y giros hacia la diagonal Sureste y Oeste, terminando con un desplazamiento circular y finaliza en la escalera.

4.6.5 Análisis Musical del Remontaje de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”

- **Hundida en la oscuridad:** La canción “*Hurricane*” de Edén Golán busca reflejar la emotividad, la esperanza y la transformación que sufrimos muchos durante la pandemia del Covid-19. La canción es una fusión de tecno con música tradicional hebrea, seleccionada con el objetivo de añadir autenticidad y conexión cultural a la coreografía, representando la celebración. Esta canción tiene una energía edificante y optimista que puede reflejar la idea de la luz y la esperanza luego de la oscuridad, proporcionando un

impulso emocional a la coreografía. La letra de la canción habla de superar tiempos difíciles y mantener la fe, lo que resuena con el tema de esperanza de la coreografía.

- **Fortaleza, la luz que emerge:** Esta canción refleja la alegría, celebración alcanzada, y el cambio y transformación que se experimenta desde el sufrimiento. El uso de “*Yesh li et kol ha koaj*” de Avi Ilson, permitió la rica exploración de movimientos que reflejan el mensaje de la canción sobre fuerza, motivación y empoderamiento. La estructura musical se sustenta en transiciones fluidas entre energía y calma, lo que se tradujo en movimientos coreográficos amplios y vibrantes, en contraste con pasos más íntimos. La canción está cargada de un mensaje positivo y alentador, lo que permite que la coreografía transmita alegría, determinación y conexión. La canción utiliza una combinación de instrumentos modernos como guitarras, batería y sintetizadores, mezclados con arreglos tradicionales que aportan un toque cultural distintivo. Esto permitió utilizarla como enlace entre los movimientos modernos y los elementos de la danza tradicional.

Tiempo de Celebración: La pieza musical “*You Are the Reason*” de Calum Scott, contribuye a la emotividad y conexión profunda de la canción con la bailarina. Se encuentra diseñada para expresar vulnerabilidad, amor y arrepentimiento; la canción comienza de manera suave estableciendo un tono melancólico y reflexivo. En el momento en que la pieza presenta una ligera subida de intensidad musical, destacamos el tiempo de celebración; para terminar de manera suave, volviendo al tono íntimo del inicio, cerrando de manera reflexiva la narrativa coreográfica. La combinación de piano, cuerdas y percusión sutil, refuerza la carga emocional que refleja la montaña rusa de sentimientos que me encontraba sintiendo durante toda la pandemia.

4.6.6 Análisis del Vestuario del Remontaje de la Composición Coreográfica “La Esperanza es la Luz”

Como propuesta de vestuario he optado por un diseño que refleje la fusión de estilos de danza moderna/contemporánea y elementos de danzas hebreas. La bailarina porta diferentes vestuarios en cada una de las secciones de la composición coreográfica.

- **Hundida en la oscuridad:** La bailarina vestía un leotardo negro representando la oscuridad; con el cabello recogido al inicio y luego suelto y despeinado, simbolizando la confusión. El maquillaje era sutil, con pies descalzos, usando medias, simbolizando el frío que hacía en esa época en Israel.
- **Fortaleza, la luz que emerge:** La bailarina lleva un conjunto de dos (2) piezas que permite la libertad de movimiento y expresión, con los colores de la bandera de Israel (blanco y azul claro); tonos suaves y fluidos característicos de la cultura hebrea. La falda de rayas, además de ser una falda amplia, incorpora un elemento de la vestimenta tradicional hebrea y se visualiza con un estampado geométrico; inspirado en la cultura hebrea, se usó una camisa blanca para dar un efecto más ordenado. Se puede notar la vestimenta recatada, ya que parte de esta coreografía se basó en las leyes que seguimos los hebreos, especialmente al estar en un ambiente religioso, por ende, modesto. Reflejo una parte de mí por medio de esta vestimenta, que incluye una falda debajo de la rodilla y mangas por debajo del codo. Me siento orgullosa de poder compartirlo a través de esta experiencia específica. La bailarina llevaba el pelo recogido en un moño o cola, todo conectado con nuestras leyes, y como calzado, usaba zapatos de jazz.

- **Tiempo de Celebración:** Tras el calentamiento, la bailarina usó una licra color crema y una blusa blanca, larga y suelta, simbolizando la paz y la luz encontrada. Elegí una blusa más larga para incluir los parámetros de mi religión, disimulando la figura del cuerpo y permitiendo moverse de una forma más modesta. La bailarina llevaba el cabello en una coleta baja, para mantener un sentido de orden y simetría; estaba descalza, lo que permitía una mayor conexión con el suelo y una sensación de libertad en los movimientos.

4.7 **Compendio de Pasos, Movimientos y Saltos de las Danzas Hebreas “Yemenita”, “Jasídica” y “Jora” Utilizados en el Remontaje de la Composición Coreográfica “La Esperanza es a Luz”**

1. **Dabke:** Característico de los países del Medio Oriente, que se asemejan a olas u ondas del mar, y giros de la mano.
2. **Lindis:** Un paso hebreo que consiste en impulsarse mientras se abren las manos y los pies. Es un desplazamiento del cuerpo con las piernas en 2da posición cerrada, y brazos abiertos en 2da posición con dedos hacia arriba en forma de *flex*. Para luego cruzar los brazos levemente. En este caso, lo realicé hacia adelante y luego cambié de dirección hacia atrás.
3. **Cherkesia con pie arriba:** Se utiliza frecuentemente en danzas que celebran la alegría, fuerza y comunidad. Es un paso vigoroso, se destaca en secuencias de alta energía y es particularmente utilizado para mostrar destreza y agilidad. Además, su estilo vibrante y distintivo ayuda a conectar a los bailarines con las tradiciones circasianas, aportando un aire étnico y folclórico a las coreografías israelíes.

4. **Maagalim (círculos):** De más de 2000 personas, que bailaban la misma danza y unificaba a todo el pueblo mediante el movimiento.
5. **Movimiento de Cadera (*Hefei Temaní*):** Movimiento ondulante de las caderas que acompaña a los pasos básicos. Se realiza de manera suave y fluida, acentuando el ritmo de la música. Este movimiento representa la conexión con la tierra y la humildad, reflejando la vida cotidiana de la comunidad yemenita.
6. **Movimiento de Elevación (*Haramat Yadayim*):** Las manos se elevan desde la cintura hasta por encima de la cabeza en un movimiento fluido y continuo, acompañando el ritmo de la música. Representa la alabanza y la conexión con lo divino, uniendo el cuerpo con el espíritu.
7. **Movimiento de Giro (*Sivuv Jora*):** Un giro rápido y energético realizado en el lugar o mientras se avanza en el círculo. Los brazos pueden estar estirados o recogidos cerca del cuerpo. Este movimiento expresa la fuerza y el dinamismo de la comunidad, así como la alegría compartida.
8. **Jug (Taller):** Forma de *Rikudim*: Coreografías establecidas para cada canción.
9. **Leaká (elenco):** Forma de *Rikudim*: Pasos básicos de folclore israelí para poder usarlos después en diferentes coreografías.
10. **Paso Giratorio (*Sivuv Temaní*):** Comienza con un pequeño salto hacia el aire y se aterriza girando sobre un pie mientras el otro pie se eleva ligeramente detrás. Este paso es fluido y continuo, lo que requiere una buena coordinación y equilibrio. Ejecutado en celebraciones y ceremonias, especialmente en bodas. Representa la alegría y la unidad del grupo.

- 11. Paso de Marcha (*Masa Jora*):** Un paso fuerte y decidido, donde se avanza con un pie al frente, seguido por el otro en un patrón rítmico y constante. Se ejecuta en procesiones y eventos ceremoniales. Representa la marcha del pueblo judío hacia un futuro prometedor.
- 12. Paso de Rueda (*Galgal Jora*):** Los bailarines se toman de los brazos o las manos y se mueven en un círculo apretado, avanzando hacia la izquierda con pasos cortos y rápidos. Ejecutado en celebraciones comunitarias, como bodas y festividades. Simboliza la unidad y la continuidad de la vida.
- 13. Paso Yemenita (*Tza'ad Temaní*):** Este paso es fundamental en la danza yemenita. Se realiza comenzando con un paso hacia atrás con el pie derecho, seguido por el pie izquierdo que cruza por delante del derecho, y finalmente el pie derecho da un pequeño paso hacia adelante. Ejecutado en tiempo triple, típico en la música yemenita. Este paso simboliza el regreso y la humildad, elementos claves en la cultura yemenita.
- 14. Salam:** Conjunto de movimientos (brazos se levantan hacia arriba de forma circular, entrelazándose; mientras que la pierna derecha pisa al frente y la izquierda se levanta levemente del piso).
- 15. Salto de Alegría (*Simchat Jora*):** Un salto hacia adelante, donde un pie se eleva más alto que el otro, y se aterriza suavemente. Este salto se repite, alternando los pies. Se utiliza en momentos de mayor júbilo, expresando la felicidad colectiva.
- 16. Salto en Círculo (*Kefitzat Jora*):** Un salto pequeño y colectivo donde todos los bailarines saltan simultáneamente mientras mantienen el círculo. Es un salto de coordinación grupal y energía compartida. Se realiza en momentos de gran celebración, reforzando la unidad y la cohesión del grupo.

17. Shaftemaim: Consiste en pasos entrelazados en diagonal hacia adelante y hacia atrás.

18. Shimmy: Movida de hombros a la vez diagonal, aparece en la danza hebrea moderna, donde aporta un toque de energía y dinamismo. El “*shimmy*” se usa para expresar emociones intensas, alegría y vitalidad.

19. Grapevine: Este paso es característico por su movimiento fluido y en zigzag, que simboliza el fluir del agua, y se encuentra en muchas danzas folclóricas israelíes. Simboliza unidad y movimiento en grupo. Es un paso fácil de seguir, lo que lo hace ideal para que las personas bailen en círculo, promoviendo la participación comunitaria y el disfrute de la música y la cultura israelí.

4.8 Perspectiva del Proceso Creativo como Coreógrafa de la Composición

Coreográfica “La Esperanza es la Luz”

Para montar una coreografía, uno tiene que sentir, y esos sentimientos se transforman en pasos o movimientos por medio de la técnica y la improvisación. Así es como se compone esta pieza coreográfica: representando y reflejando mis sentimientos, diferentes en cada pieza.

Con esta coreografía, logré conectar y transmitir el mensaje que quería compartir con la humanidad: está bien sentirse perdidos, ahogados, desesperados, porque todo es cuestión de tiempo para que esos sentimientos pasen y terminen. Es un llamado a reflexionar, a trabajar en nosotros mismos, a explorar nuevos métodos, a sobrevivir y transformar nuestras circunstancias en realidades. No se trata de cambiar el mundo, sino de cambiarnos a nosotros mismos, de seguir adelante, luchar, y aceptar para crecer. Es un

mensaje de unión, donde solamente juntos podemos vencer. Aprendí varios factores durante todo este proceso, los cuales deseaba compartir con ustedes.

La danza es algo sagrado, que en todos los tiempos se ha practicado y se seguirá practicando, puesto que nos conecta como personas, como pueblo y con D-os.

Para componer todas estas coreografías tuve que inspirarme, estando en época de Covid-19, alejamiento de mi hogar y mi familia, en otro país y bajo diferentes circunstancias. Todo esto me inspiró, con pensamientos que luego convertí en acciones y movimientos que reflejaban esas ideas. Me tomó varias semanas armar cada una de ellas. Lo primero que hice fue seleccionar una canción que representara esa etapa. Luego, cada noche antes de dormir, pensaba en los pasos que quería crear y cómo combinarlos.

Después, en mi cuarto, ponía la música y comenzaba a crear los pasos, repitiendo la canción una y otra vez, ajustando los movimientos a medida que escuchaba. Me filmaba para tener un registro de los pasos y los escribía en mi cuaderno, describiendo cada movimiento en mis propias palabras para poder transmitirlo y pulirlo más tarde.

Siento que logré el propósito que me propuse: unir las danzas, complementando la danza hebrea con la contemporánea y moderna. No solo las uní, sino que también las enseñé con un toque de estilo propio de movimientos y una historia antigua. Cada bailarín tiene su historia, una historia que contar y transmitir de muchas maneras. Su estilo y su formación lo hacen único, y eso es lo más hermoso: cada uno tiene su originalidad, lo que lo define. Conseguí transmitir no solo quién soy, sino también mi cultura, mi danza, mis conocimientos y el reto de unir dos técnicas completamente distintas, pero

complementarias. Como futura docente, no hay mayor satisfacción que ver tus logros reflejados y poder transmitir el mensaje con tu cuerpo, alimentando a otros con tus conocimientos y experiencias.

También, puse en práctica mis clases de escenografía, buscando los espacios adecuados, con sus dimensiones, luces, ensamblaje, montaje, audio y filmación. Todo esto fue otro logro para mí, incluyendo la explicación del cuerpo y sus extremidades, de cada movimiento y su significado.

Consideré puntos claves como la gravedad, una herramienta innovadora para crear dinámicas de movimiento basadas en el peso del cuerpo a diferentes alturas, jugando con el equilibrio. Utilicé movimientos naturales, más ligeros, fluidos o rígidos, que surgieron de manera espontánea y orgánica, observando la anatomía del cuerpo. La respiración es fundamental a la hora de bailar, ya que nos permite coordinar los movimientos. Al igual que el ritmo, mantener una escucha auditiva es crucial para cualquier montaje, creando un patrón rítmico, ya sea con o sin música. Además, jugué con los niveles entre el suelo, espacio y aire, utilizando distintas velocidades en los movimientos, lo que aporta un sentido de suspenso y despierta al público.

Toda creación conlleva un proceso, con sus retos y sus resultados a lo largo del camino; lo que permite encontrarnos y desenvolvernos en nuevas situaciones, abriendo la puerta a crear la realidad que deseamos. Como dice Wayne Dyer: “Cuando bailas, tu propósito no es llegar a un cierto lugar del suelo, sino disfrutar cada paso que das”. Lo más importante no es hacer una coreografía perfecta, sino disfrutar del proceso.

Como en todo ejercicio, siempre hay un calentamiento previo y posterior a la producción. En todas las prácticas, realizamos un calentamiento completo de pies a cabeza. Incluimos rotación de cabeza, luego hombros, brazos, muñecas, torso hacia cada lado, arriba y abajo, cadera, pelvis, rodillas, espalda, piernas y pies, además de estiramientos para mejorar la longitud y la flexibilidad. También hubo prácticas de montaje de la coreografía y ensayos previos a la grabación final.

Desde mi perspectiva como coreógrafa, la bailarina Bárbara Zapata enfatiza, en la entrevista, aspectos fundamentales de la interacción entre las técnicas de danza hebrea y contemporánea. Su observación sobre la estructura lineal y el uso de líneas y círculos en la danza hebrea, en contraste con la fluidez de la danza contemporánea, reafirma la riqueza que surge de su combinación. Al describir el proceso de aprendizaje, destaca cómo los retos técnicos y emocionales se transformaron en una experiencia gratificante y nutritiva, permitiendo una profunda conexión con la narrativa de la pieza. La experiencia con las restricciones culturales, como el vestuario, sensibilizó a la intérprete y amplió su perspectiva artística. Esto refuerza cómo las barreras culturales pueden ser herramientas para construir significados más profundos y transmitir emociones universales a través del movimiento.

Conclusiones

Por medio de esta investigación, se han alcanzado varias conclusiones significativas.

La Cultura de Israel o Cultura israelí, estaba en desarrollo mucho antes de la fundación del Estado de Israel en 1948. Gran parte de la diversidad cultural de Israel procede de los diferentes orígenes culturales de los judíos que integran Israel. Con una población de orígenes muy diversos, los nuevos inmigrantes traen elementos culturales de sus países, siendo así que la sociedad israelí es muy rica en cuanto a su diversidad cultural y actividad artística, que contribuye a un desarrollo continuo de la cultura israelí, que avanza junto con los cambios culturales en todo el mundo. La cultura también está muy basada en la historia del Pueblo Judío que se desarrolló en formas diferentes durante los cientos de años en los que los judíos se encontraban en la diáspora.

Para los judíos ha sido importante crecer en la transmisión de vínculos y valores educacionales judíos y sionistas por medio de la cultura y el arte de la danza. Asociamos “*Rikudim*” a lo vivencial, nos nutrimos experimentándolo entre nosotros mismos, así como compartiéndolo y proyectándolo en el otro, he aquí la esencia del “*Rikud*”.

El estudio de la influencia de la danza moderna y contemporánea sobre las danzas hebreas resalta la importancia del intercambio cultural y la colaboración entre diversas tradiciones artísticas. Este diálogo enriquece tanto a las danzas religiosas como a la danza moderna y contemporánea, ampliando sus horizontes y promoviendo una mayor comprensión mutua. Así, se demuestra que, aunque las danzas religiosas hebreas mantienen una conexión profunda con su tradición ancestral, se adaptan y evolucionan en respuesta a

los cambios sociales y culturales, lo que asegura la vitalidad y relevancia continua de la danza religiosa hebrea en el contexto contemporáneo.

En consecuencia, podemos concluir que la influencia de la danza moderna y contemporánea sobre las danzas hebreas constituye una forma poderosa de expresión espiritual y artística, capaz de transmitir significados profundos y emociones complejas por medio del movimiento y la música.

Este trabajo de grado contribuyó a profundizar nuestra comprensión de la interacción entre la danza moderna y contemporánea y la danza religiosa hebrea “*Jora*”, resaltando su importancia tanto en el ámbito artístico como en el espiritual. Se espera que esta investigación inspire nuevos estudios y colaboraciones que continúen explorando y enriqueciendo la rica tradición de las danzas religiosas hebreas dentro del contexto contemporáneo.

Recomendaciones

Se recomienda realizar estudios más profundos sobre la historia y la evolución de las danzas religiosas hebreas, explorando cómo ha sido influenciada por diferentes corrientes artísticas a lo largo del tiempo y cómo continúa adaptándose en la era contemporánea.

Se sugiere fomentar la colaboración interdisciplinaria entre académicos, bailarines, coreógrafos y líderes religiosos para explorar de manera más holística la intersección entre lo sagrado y lo artístico de las danzas religiosas hebreas, para así promover un diálogo interdisciplinario enriquecedor.

Es importante desarrollar estrategias para preservar y promover la práctica de las danzas religiosas hebreas, reconociendo su importancia como parte integral del patrimonio cultural y religioso judío, y asegurando su transmisión a las generaciones futuras.

Alentamos a los artistas y coreógrafos a seguir explorando nuevas formas de expresión dentro del contexto de las danzas religiosas hebreas, integrando elementos de la danza moderna y contemporánea de manera creativa y respetuosa con la tradición.

Se recomienda promover la sensibilización y la apreciación cultural entre las comunidades judías y no judías, destacando la belleza y la profundidad de las danzas religiosas hebreas y su contribución al patrimonio cultural mundial.

Por último, sugerimos ofrecer programas de formación y educación continua en danzas religiosas hebreas, tanto para profesionales como para aficionados, proporcionando oportunidades para profundizar en la comprensión y práctica de esta forma de arte única.

Bibliografía

- Berna, A. (2023). *Rescatando las raíces de la Comunidad Judía en Panamá*. La Estrella De Panamá. <https://www.laestrella.com.pa/vida-y-cultura/cultura/rescatando-raices-comunidad-judia-panama-CELE492752>
- *Dios en el judaísmo para niños*(2023). Enciclopedia Kiddle
- Abouganem, D. (2023). *Historia de los judíos en Colón: Una gran familia*. Abouganem Morhain.
- Kanfoudi, A. (2023). *El origen del Judaísmo*. El Orden Mundial. Recuperado 1 de marzo de 2024, de <https://elordenmundial.com/mapas-y-graficos/origen-del-judaismo/>
- *¿Qué son los Rikudim?*. (2022). Aurora. <https://codetribe.co.il/aurora/2022/08/26/que-son-los-rikudim/>
- Wong Vega, L. (2020). La Poesía Hebrea-Panameña. *Investigación Y Pensamiento Crítico*, 8(3), 89–107. <https://doi.org/10.37387/ipc.v8i3.173>
- Ojeda, E. (2020). *Danza en Israel*. Prezi. <https://prezi.com/p/lupfvwioug2b/danza-en-israel/>
- *¿Cómo son los bailes judíos? 5 estilos distintos*.(2020). Enlace Judío. <https://www.enlacejudio.com/2020/06/25/como-son-los-bailes-judios-5-estilos-distintos/>
- Editorial Grudemi (2019). *Judaísmo*. Recuperado de Enciclopedia Iberoamericana (<https://enciclopediaiberoamericana.com/judaismo/>). Última edición: abril 2024. Consultado el 09 de diciembre de 2024.
- *¿Qué es el judaísmo? - Enciclopedia de Historia*. (2019). Enciclopedia De Historia. Recuperado 1 de marzo de 2024, de <https://enciclopediahistoria.com/judaismo/>.
- *Introducción al Rikudim*. (2017). Jaziel Internacional. Recuperado 10 de diciembre de 2024, de <https://jazelinternacional.com/2017/08/25/introduccion-al-rikudim/>
- *Rikudim*.(2016). Hay Música para todos. <https://www.facebook.com/haymusicaparatodos/posts/rikudim-también-conocido-como-el-rikudei-am-danza-folklórica-del-pueblo-de-israe/889927307797202>

- Zumárraga Novelo, J. (2015). *Danza, porque practicarla en la iglesia y como mantenerla*. Jupa Ministerio.
- Verbel, L. (2014). *La Etnia Hebrea en Panamá*. Trabajo de curso. Licenciatura en Geografía e Historia. Facultad de Humanidades. Universidad de Panamá.
- González Trejos, E. (2013). *La Comunidad Judía en Panamá. Un acercamiento histórico*. Conferencia dictada el 13 de febrero de 2013 en Israel, Tel Aviv, en el marco de la 26a. Feria Internacional del Libro de Jerusalén, Israel.
- Gainza, G. (2008). Prólogo. *Al Danzar Apuntes*. Universidad Nacional.
- Gutiérrez, E. (2008). *Al Danzar Apuntes*. Universidad Nacional.
- Bureau of Jewish Education (2007) *Encyclopaedia Judaica*. Edition Online
- Smith, Jonathan Z. (1998), «*Religion, Religions, Religious*», en Taylor, Mark C., ed., *Critical Terms for Religious Studies*, University of Chicago Press, pp. 269-284, ISBN 978-0226791562
- *La Comunidad Judía de Panamá*. (s. f.). ESefarad. Recuperado 1 de marzo de 2024, de <https://esefarad.com/la-comunidad-judia-de-panama/>
- *Qué es el Judaísmo*. (s. f.). edx.Org. Recuperado 1 de marzo de 2024, de <https://www.edx.org/es/aprende/judaismo>
- *Origen de las Danzas Tradicionales Hebreas*. (s.f.). Jaziel Internacional. <https://jazielinternacional.com/wp-content/uploads/2018/01/origen-de-las-danzas-tradicionales-hebreas.pdf>
- *Rikudim*. (s. f.). Escuela Integral. Recuperado 1 de marzo de 2024, de <https://www.escuelaintegral.edu.uy/rikudim/>

- *¿Sabes la diferencia entre danza moderna y contemporánea?* (s. f.). Danzaida Shop. Recuperado 1 de marzo de 2024, de <https://danzaidashop.com/sabes-la-diferencia-entre-danza-moderna-y-contemporanea/>
- *Todo Sobre El Cristianismo Para Niños Origen, Creencias y Principios.* (2018). Prepara Niños. Recuperado 1 de marzo de 2024, de <https://preparaninos.com/cristianismo-para-ninos/>
- *Panamá tiene una fuerte Comunidad Judía.* (s. f.). Delacole.Com. https://www.delacole.com/cgi-perl/medios/vernota.cgi?medio=lavozjudia&numero=360¬a=360-2#google_vignette
- *La Evolución del Baile Moderno: Un Recorrido Histórcio.* (s.f.). Baile Moderno Bilbao. <https://bailemodernobilbao.com/baile-moderno-historia/>
- *Cultura: Danza* (s.f.). Israeli Missions Around the World. <https://embassies.gov.il/MFA/Spanish/Pages/CULTURA-%20Danza.aspx>
- *Judaísmo - Concepto, características, creencias y libros sagrados.* (s. f.). Concepto De. Recuperado 1 de marzo de 2024, de <https://concepto.de/judaismo/>
- Ocegueda, M. (2013) *Pasos Básicos de Danza Hebrea.* (s.f.). Escuela Internacional de Danza Jasiel. <https://www.slideshare.net/slideshow/pasos-basicos-de-danza-hebrea/28123621>

Anexos

Anexo A: Preguntas para entrevista a la bailarina Bárbara Zapata

1. ¿Cómo se diferencian la danza hebrea y la danza contemporánea/moderna?

La danza contemporánea es una técnica muy orgánica, son unas series de pasos que utilizamos en la vida diaria, solamente que le damos ese sentido de movimiento, de asertividad, dependiendo de lo que vamos a hacer.

La danza hebrea, a diferencia es más lineal, estructural, usa más diagonales, líneas y círculos en el espacio.

2. ¿Cómo se sintió bailar por primera vez la danza hebrea?

Fue una técnica bastante nueva para mí, no pensaba tener la oportunidad de vivirla, y de entrar a conocer dicha cultura. Realmente me fascinó, me gustó mucho y más el hecho de aprender movimientos nuevos y de poder entrelazarlos.

3. ¿Cómo te pareció esa unificación de las dos técnicas?

Las dos se complementan una a la otra, se nutren entre sí y realmente el resultado es muy bonito.

4. Al hacer esta coreografía, conociendo todo mi proceso y experiencia pasada, ¿cómo se sintió bailarla, qué emociones tuvo?

Basándose en la narrativa, se adentró a poder tratar de empatizar y entrar en los sentimientos de aquella Orly de ese momento y fueron muchos sentimientos encontrados como: la frustración, ira, tristeza, anhelo, entre otros. El sentirse limitado a no poder hacer lo que uno realmente quiere llevar a cabo, pero al final como todo, no hay mal que dure 100 años, uno encuentra la luz y la dualidad en el equilibrio.

5. ¿Te fue fácil aprenderte la coreografía?

Tuvo sus retos, al principio hubo cosas que se me dificultaron, pero con bastante ensayo, práctica y preparación obtuvimos un resultado gratificante, logré comprender la explicación verbal y física.

6. ¿Cuál fue el movimiento que más te gustó de la coreografía o de esta técnica?

Es difícil elegir uno específico, porque la coreografía se sintió muy fuerte y me gustaron muchos movimientos, pero si tuviera que elegir, me gustó el contorsionar o lo que le decimos “el gusanito”; que me generó un sentimiento de libertad y fluidez.

7. ¿Qué le parecieron las restricciones de la cultura judía, vestir falda en vez de pantalón, cómo fue vivir esa parte de la historia?

Claramente, para nosotros los latinos que no conocemos, pero respetamos otras culturas, y yo que personalmente nunca la experimenté, me pareció una cultura muy interesante. Nunca tuve la oportunidad de poder convivir con alguien de la religión y realmente, esto me ha nutrido bastante; sí es un contraste, pero crea mucha sensibilidad el conocer y no ser ignorantes al respecto.

8. ¿Qué aprendiste en general de toda esta pieza?

Relacionándome emocionalmente con la historia de este proyecto, aprendí a siempre seguir y trabajar por lo que uno quiere, no rendirse y buscar el equilibrio siempre de todas las cosas; así como se buscó el equilibrio entre el pantalón y la falda, simbólicamente, se le busca el equilibrio a la vida.

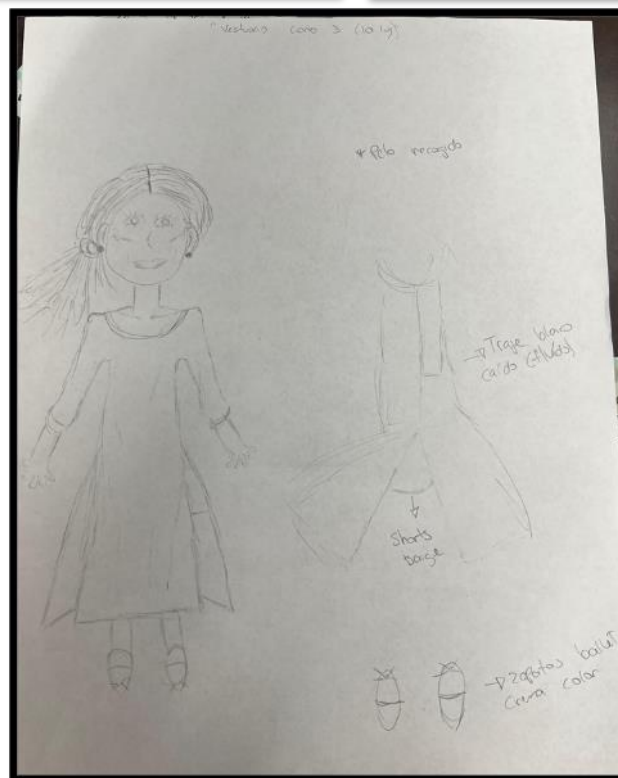
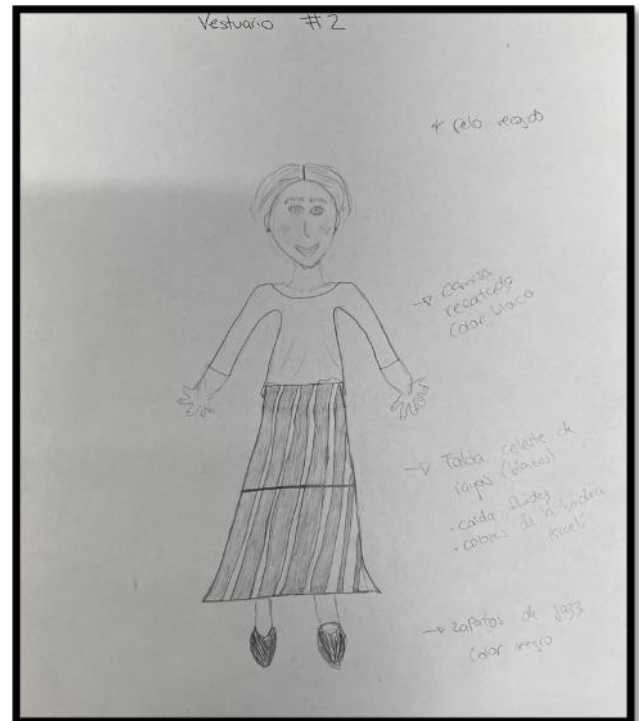
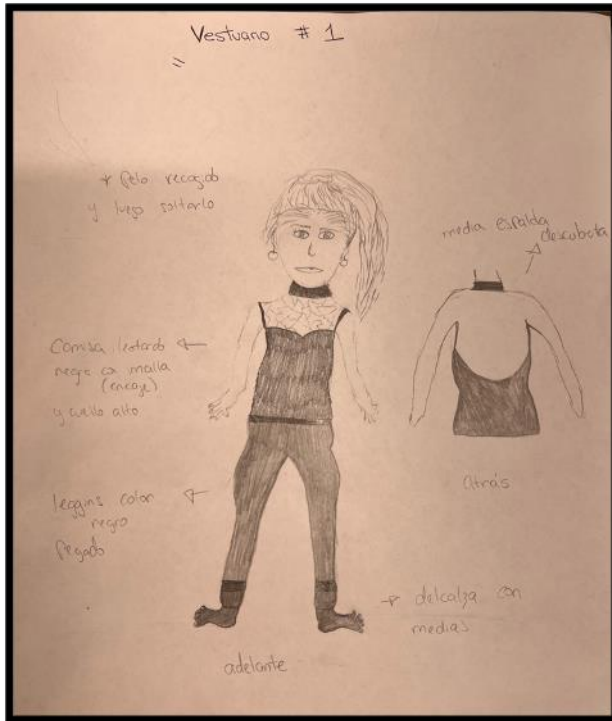
A nivel técnico, es otro tipo de danza, técnica, pasos y nuevos movimientos que nunca había experimentado de la danza hebrea; fueron muy nutritivos para mí a nivel artístico y profesional.

Anexo B: Otros Artículos y Publicaciones de Interés

El siguiente artículo explora cómo la psicología aplicada a la danza puede ayudar a los bailarines a manejar el estrés, mejorar la concentración y superar los bloqueos emocionales y físicos. Se destaca la importancia de trabajar la mente del bailarín para fortalecer su rendimiento escénico, promover la autoconfianza y desarrollar técnicas de visualización, manejo del miedo y estrategias para afrontar las presiones del mundo de la danza.

Integrar estos conocimientos en la investigación amplía la perspectiva sobre la importancia del entrenamiento mental y su influencia en la práctica y enseñanza de la danza. El artículo se puede encontrar en el siguiente enlace: <https://www.wiljimenezkuko.com/post/psicología-de-la-danza-trabajando-la-mente-de-los-bailarines>.

Anexo C: Bosquejos de los vestuarios para la composición coreográfica “La Esperanza es la Luz”



Anexo D: Glosario de Términos básicos de danza en hebreo

Término en Español	Termino en Hebreo	Significado
Rikud/Rikudim	ריקודים / ריקוד	Danza
Hivrit	עברית	Hebreo
Sivuv	הקפה	Vuelta
Yad	יד	Manos
Raglaim	רגליים	Piernas/pie
Guf	גוף	Cuerpo
Igul	מעגל	Circulo
Likfotz	לקפוץ	Saltar
Rosh	ראש	Cabeza
Liftoaj	לפתוח	Abrir
Lehakot	להקות	Banda o Grupo
Lisgor	לסגור	Cerrar
Lemala	למעלה	Arriba
Lemata	למטה	Abajo
Lalejet	ללכת	Ir/andar
Mayim	מים	Agua

Anexo E: Cronogramas de ensayos de las tres secuencias coreográficas de la composición coreográfica “La Esperanza es la Luz”

Cronograma 1: Ensayos de la secuencia coreográfica: **Hundida en la Oscuridad**

Cronograma de Ensayos de la Secuencia Coreográfica: Hundida en la Oscuridad				
FECHA	HORA	ACTIVIDAD	LUGAR	RESPONSABLES
1-8-24	6pm a 7pm	Primer día, introducción a la danza moderna contemporánea, prefacio a la religión hebrea y sus costumbres. Prólogo a todas mis vivencias y experiencias en Israel, por la cual inicia esta coreografía.	Area social, edificio residencial	Orly Heres Bárbara Zapata
6-8-24	3pm a 5:30pm	Calentamiento de cuerpo entero, enseñanza de pasos de la primera parte de esta coreografía, práctica de lo aprendido, estiramiento final.	Gimnasio en edificio residencial	Orly Heres Bárbara Zapata
13-8-24	3pm a 5pm	Calentamiento de cuerpo entero, enseñanza de pasos de la segunda parte de esta coreografía, práctica de lo aprendido hoy y luego práctica de todo unido, estiramiento final.	Gimnasio en edificio residencial	Orly Heres Bárbara Zapata
21-8-24	2:45pm a 5:30pm	Calentamiento de cuerpo entero, enseñanza de pasos de la tercera parte de esta coreografía, práctica de lo aprendido hoy y luego práctica de todo unido, estiramiento final. Ver detalles finales (vestuario, maquillaje, escenografía, lugar.)	Gimnasio en edificio residencial y en un área del área social	Orly Heres Bárbara Zapata
27-8-24	1:30pm a 4pm	Calentamiento de cuerpo entero, práctica general de toda la coreografía, filmación de la coreografía, observaciones, estiramiento final. Conversatorio.	Teatro Anitta Villalaz	Orly Heres Bárbara Zapata

Elaboración Propia

Cronograma 2: Ensayos de la secuencia coreográfica: **Fortaleza, la Luz que Emerge**

Cronograma de Ensayos de la secuencia coreográfica: Fortaleza, la Luz que Emerge				
FECHA	HORA	ACTIVIDAD	LUGAR	RESPONSABLES
5-5-24	6pm a 7pm	Primer día, breve introducción a la danza moderna contemporánea y en específico a la hebrea, prefacio a la religión hebrea costumbres, leyes y restricciones. Prólogo a todas mis vivencias y experiencias en Israel, por la cual influye e inicia esta coreografía.	Area social, edificio residencial	Orly Heres Krista Fragueiro
8-5-24	3pm a 5pm	Calentamiento de cuerpo entero, enseñanza de pasos de la primera parte de esta coreografía, práctica de lo aprendido, estiramiento final.	Gimnasio en edificio residencial	Orly Heres Krista Fragueiro
14-5-24	5pm a 7:30pm	Calentamiento de cuerpo entero, enseñanza de pasos de la segunda parte de esta coreografía, práctica de lo aprendido hoy y luego practica de todo unido, estiramiento final.	Gimnasio en edificio residencial	Orly Heres Krista Fragueiro
22-5-24	3:30pm a 5:30pm	Calentamiento de cuerpo entero, enseñanza de pasos de la tercera parte de esta coreografía, práctica de lo aprendido hoy y luego practica de todo unido, estiramiento final. Ver detalles finales (vestuario, maquillaje, escenografía, lugar.)	Gimnasio en edificio residencial y en un área del área social	Orly Heres Krista Fragueiro
28-5-24	2:45pm a 4pm	Calentamiento de cuerpo entero, práctica general de toda la coreografía, filmación de la coreografía, observaciones, estiramiento final. Conversatorio.	Espacio bajo techo en el Parque Úrraca, (a lado de la biblioteca.)	Orly Heres Krista Fragueiro

Elaboración Propia

Cronograma 3: Ensayos de la secuencia coreográfica: **Tiempo de Celebración**

Cronograma de ensayos de la secuencia coreográfica: Tiempo de Celebración				
FECHA	HORA	ACTIVIDAD	LUGAR	RESPONSABLES
4-6-24	Zoom 8pm a 8:50pm	Primer día, clase explicativa sobre la coreografía montada, ver detalles de pasos específicos de la danza moderna con seguimiento a las pautas religiosas hebreas. Prólogo más específico sobre esta última coreografía que yo monté en Israel para un examen la cual fue mi inspiración y hace realidad esta.	Area social, edificio residencial	Orly Heres Krista Fragueiro
10-6-24	3:15pm a 6pm	Calentamiento de cuerpo entero, enseñanza de pasos de la primera parte de esta coreografía, práctica de lo aprendido, estiramiento final.	Gimnasio en edificio residencial	Orly Heres Krista Fragueiro
11-6-24	2pm a 4:30pm	Calentamiento de cuerpo entero, enseñanza de pasos de la segunda parte de esta coreografía, practica de lo aprendido hoy y luego práctica de todo unido, estiramiento final.	Gimnasio en edificio residencial	Orly Heres Krista Fragueiro
19-6-24	2:30pm a 5:30pm	Calentamiento de cuerpo entero, enseñanza de pasos de la tercera parte de esta coreografía, practica de lo aprendido hoy y luego práctica de todo unido, estiramiento final. Ver detalles finales (vestuario, maquillaje, escenografía, lugar.)	Gimnasio en edificio residencial y en un área del área social	Orly Heres Krista Fragueiro
25-6-24	3:30pm a 5:45pm	Calentamiento de cuerpo entero, práctica general de toda la coreografía, montaje escénico y reformas a objetos en el lugar, filmación de la coreografía, observaciones, estiramiento final. Conversatorio.	Espacio bajo techo en el Parque Urraca, (a lado de la biblioteca.)	Orly Heres Krista Fragueiro

Elaboración Propia

Anexo F: Cronograma de la Investigación

	2023						2024												
	Jul	Ago	Sep	Oct	Nov	Dic	Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Sep	Oct	Nov	Dic	
Elaboración del anteproyecto	■																		
Entrega de anteproyecto		■																	
Revisión por la comisión TG/ Aprobación Anteproyecto			■	■															
Entrenamiento de danzas de la bailarina			■	■	■	■	■												
Desarrollo generalidades de la investigación			■	■	■														
Montaje coreográfico								■	■	■									
Desarrollo del marco conceptual						■	■	■	■	■									
Desarrollo del marco metodológico										■	■	■							
Redacción del proceso de composición coreográfica / Revisión del trabajo final										■	■	■	■	■	■	■			
Entrega de tesis																	■		
Sustentación																			■

Elaboración Propia

CERTIFICACIÓN

El suscrito licenciado en Humanidades con especialización en español por la Universidad de Panamá con título de licenciatura número 45268, **Fredy Villarreal Vergara**, con cédula de identidad personal **7-107-774**

CERTIFICA QUE:

Ha revisado el documento titulado

TRABAJO DE GRADO

“DANZANDO EN LA FE: LA INFLUENCIA DE LA DANZA MODERNA Y CONTEMPORÁNEA EN LA DANZA RELIGIOSA HEBREA JORA”

POR:

ORLY HERES

C.I.P. 8-941-2097

y que dicho documento se apega a las normas de redacción y ortografía de la lengua española. Para que conste y surta los efectos oportunos, se firma la presente certificación en La Villa de Los Santos, a los 2 días del mes de noviembre de 2024.



Fredy Villarreal Vergara