



UNIVERSIDAD ACADEMIA DE HUMANISMO CRISTIANO

ESCUELA DE DANZA

DE LAS POSIBILIDADES DE TRANSFORMAR:

Consciencia corporal, Creación de lenguaje y Composición

Alumno: Calderón Lecaros, Javier Ignacio

Profesora Guía: Retuerto Mendaña, Iria

Tesis para Optar al Grado de Licenciado en Danza

Tesis Para Optar al Título de Coreógrafo

Tesis Para Optar al Título de Intérprete

Santiago de Chile, 2019.

AGRADECIMIENTOS

A mi madre, Ana Lecaros, por ser el motor de inspiración, motivación, amor y contención que me permitió llegar a esta instancia. Cada palabra fue, es y seguirá siendo siempre aliento para aventurarse en cualquier camino, cualquier destino, cualquier ruta, para tomar cualquier decisión, para las experiencias más poéticas y extrañas del arte.

A mi familia, Camila Almarza y Valentina Töreay, por acompañarme en cada paso, con confianza y apoyo incondicional. El panorama a veces se vuelve oscuro, y cuando más perdido crees estar, existen personas como ellas iluminando hasta los lugares más recónditos del ser.

A mi tutora, Iria Retuerto, por otorgarme las herramientas necesarias, la confianza y la capacidad de creer que sí es posible. Entregarse en pequeñas partes siempre repercute en las reflexiones. Ahora todo es removido, la mente, los pensamientos, las ideas, y las ansias de seguir investigando seguirán tintineando hasta los últimos días.

Al movimiento, porque sin lugar a dudas, ningún viaje hubiese ocurrido sin él. La pasión de entenderse en un mundo donde el *todo* transita, fuera del tiempo y del espacio, hasta en lo más profundo de sí. En la oscuridad que alberga hasta las reflexiones e imágenes más retorcidas y singulares. *La Creación*. Gracias a mis maestros, mis acompañantes de viaje, y a cada sincronicidad que me situó en algún lugar, en algún momento, alguna vez, tal vez, y en una de esas, todo fue siempre:

El Cuerpo.

El Movimiento.

La Transformación.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	1
MARCO TEÓRICO.....	9
2.1 Sentido Kinestésico	10
2.2 Sentido Temporal	36
2.3 Fisicalidad Instintiva	52
MARCO METODOLÓGICO	65
3.1 Enfoque.....	65
3.2 Unidad de análisis	69
3.3 Muestra	69
3.4 Técnicas de recolección.....	70
3.5 Técnicas de análisis	74
ANÁLISIS DE RESULTADOS	76
4.1 Hacia un entendimiento del Cuerpo	78
4.2 Aproximaciones al manejo y comprensión del Tiempo	93
4.3 Hacia una Fisicalidad Instintiva: Cuerpo-Reacción-Estados.....	99
4.4 Transversalidades al manejo de transformar	106
CONCLUSIONES	113
BIBLIOGRAFÍA	118
ANEXO N° I.....	125
ANEXO N° II	194

INTRODUCCIÓN

Desde mis inicios en danza he encontrado en la creación una forma capaz de llenar espacios internos en donde la creatividad inunda de pulsiones, imágenes y emociones capaces de ser retratadas mediante la composición y la coreografía. Así, después de cinco años de prácticas, estudios e investigaciones propias en torno a la danza y propuestas contemporáneas, me ha resultado imprescindible el cuestionamiento del proceso creativo, como un motor de búsqueda concreto, asimismo, en la internalidad del *momento* como un universo lleno de posibilidades en tanto a los procesos más esenciales, íntimos y secretos que se llevan a cabo en la construcción de una pieza coreográfica. Se me ha hecho evidente la creación desde un punto apartado, que en el camino va recorriendo y encontrando lugares cada vez más propios, más cercanos al ser inconsciente, a la propuesta en tanto esencia y entendimiento. Un punto de partida imperdurable, que constantemente cambia. Un lugar que deja de *ser* para convertirse en algo nuevo, transmutado, pero con una esencia primigenia: *La transformación del cuerpo*.

Mary Wigman (2002) se refiere a la danza como “un lenguaje vivo que habla del hombre –un mensaje artístico que se lanza al más allá de la realidad a fin de hablar, por así decirlo, a un nivel más elevado, con imágenes y alegorías, de las emociones más íntimas del hombre y de su necesidad de comunicar” (pág.17). Ahora bien, hablar sobre danza es una inclinación casi simultánea a un mundo de subjetividades, donde cada persona, desde cualquier punto de vista, crea su propia versión y definición, un concepto que impulsa las percepciones más internas o bien zonas mucho más externalizadas y mecánicas a las posibilidades de instaurarse en el término *danza*.

Históricamente la danza se ha ido transformando y desarrollando en nuevas propuestas de lenguaje que varían según el contexto de despliegue, rompiendo esquemas antecesores entre estilos, que permitieron la apertura de nuevas formas de ver, pensar y mover la danza.

Por su parte, la danza contemporánea de hoy se permite utilizar cualquier técnica de entrenamiento, cualquier inspiración filosófica o religiosa (...) En esta danza, que parece va perdiendo sus características que la distinguen de otras, hoy se puede definir más por lo que no llega a ser que por lo que es. O sea, que no es ballet clásico ni danza moderna, tampoco danza autóctona, regional o baile popular, aunque se enriquezca de alguna de estas manifestaciones (Cabrera, 2006). Se comienza a concebir esta danza, entonces, como un área de construcción abierta, aumentando el espectro de posibilidades en tanto a propuesta creativa, visual, estética, de acción, etc. El estilo contemporáneo continúa constantemente reinventando formas de profundización mediante la observación y la permisividad diversa de expresiones y enfoques, tomándose de cualquier técnica o punto focal para procesos donde el eje principal pasa a ser la investigación, dejando entre ver la importancia del *camino hacia*, más que el mismo resultado posible.

A través del movimiento corporal se construyen los códigos estéticos que hacen posible una pieza coreográfica. Por ello, hacer referencia al cuerpo como instrumento y propósito de la creación en danza, pone en evidencia un proceso artístico en el cual el cuerpo es afectado, construido, transformado y mutado, pues es él quien realiza las acciones que determinarán su hacer en el arte (Villegas, 2016). Desde esta perspectiva es que se pretende entender la relación cuerpo-movimiento como actor protagonista de la propuesta creativa, encontrándose en él las variables necesarias para la vinculación de la transformación corporal de manera consciente como un camino esencial para esta investigación en danza contemporánea.

Para Cristine Greiner (2009), un rasgo importante en las experiencias contemporáneas es lo que debe ser expuesto para que la acción sea de hecho contemplada. Ya no sería importante

solo el hecho de mostrar un producto acabado en términos formales de creación, sino que para muchos enfoques de la producción contemporánea exponer el proceso, como un lugar de estructuración y experimentación, sería fundamental. Desde este lugar, podemos entender la investigación coreográfica y el proceso de composición como un universo donde la arquitectura y construcciones ocurren de manera intensificada, enfatizando la necesidad experimental, y su estrecha vinculación con la danza contemporánea en relación a la amplitud de potencialidades de acción.

El término *Transformación*, por su parte, navega en un mar de infinitas posibilidades, ya que la transformación como acción es inherente al cuerpo móvil, todo se transforma constantemente. Es importante distinguir el término como un lugar de cambios y modificaciones que ocurren en devenires constantes del tiempo-acción. Para esta investigación, específicamente, es que se plantea el proceso transformativo como un lugar concreto, real y consciente: “Se realiza una acción con la intención de que algo deje de ser como era y sea de otro modo, y ese **cambio es necesario**. Este corte temporal hace posible un nuevo comienzo, como dirá Arendt, la posibilidad de una historia distinta” (Cornago, 2015, pág. 17). Es importante entender, entonces, las necesidades que contextualizan la transformación de manera consciente, enfatizando en la intención y capacidad de decidir, generando así que el cambio se convierta en una necesidad fundamental para la construcción de esquemas de movimiento. Además, instalarse en las posibilidades comprensivas de sus limitaciones, sus variables tanto accionarias como identitarias, adentrarse en el sentido temporal, espacial y kinético, que colocan a este proceso en un lugar relevante en la exploración del movimiento y su relación con la coreografía.

La coreografía contemporánea aspira a conmove, persuadir, comunicar, narrar sucesos más que anécdotas, hacer ficción, imaginar, imitar, ocuparse de la condición humana y no sólo de la belleza de las formas (Crespo, 2003). Existe una relación cuerpo a cuerpo entre el creador,

la obra y el intérprete, es así como el proceso de creación depende de la comunicación sensible, estética y hermenéutica en todos los sentidos, de la búsqueda de significaciones (...)

La dirección es una construcción que parte del creador/director con todos los aspectos que conforman la construcción poética, simbólica y semiótica de la obra. La creación y dirección en danza, es un proceso de lenguaje, enmarcado en unos significados y significaciones culturales y contextuales específicos, los cuales están dados por los antecedentes del lenguaje corporal del creador y el intérprete, y por el lenguaje corporal emanado del contexto dramático y coreográfico (tema, idea, motivación, imagen, texto de la obra)(Villegas, 2016). La coreografía contemporánea sería, entonces, una estructura de movimiento interpretada por personas (en su mayoría bailarines), que confluyen en el accionar de cualidades, tiempos, energías y espacios determinados, con un lenguaje a nivel corporal y simbólico. Esta organización y estructura sería el trabajo de un creador (coreógrafo), que intenta aproximarse a cuestionamientos que reflejen sus concepciones, metodologías, y una perspectiva particular en su propia obra.

Según la coreógrafa Doris Humphrey, creador es: “Quien le gusta descubrir e inventar. No dejar de estar curioso sobre el significado de los movimientos, ni deja de suponer infinitas posibilidades y graduaciones del movimiento” (Anderson, 1974, pág. 179). En ello existe la riqueza de encontrar nuevas posibilidades, singularidades y sutilezas, descubrir en las diferencias de sus capacidades físicas y emocionales, las potencialidades del intérprete y el creador en el diálogo creativo. Pensando en esta definición de coreógrafo, se corresponde a ciertas formas de trabajo que se plantean desde la danza contemporánea, donde la observación se transforma en un eje fundamental, así mismo, la aceptación diversa de expresiones, cosmovisiones, percepciones y enfoques del otro, del cuerpo y de la danza que se plantea.

El coreógrafo trabaja con una forma de arte intensamente simbólica. De acuerdo con el temperamento de cada artista, se emplean grados variables de oficio cognoscitivo y de técnica

para lograr estas formas estéticas (Bloom & Chaplin, 1996). Respecto a los discursos coreográficos, esto es, el decir metafórico-corporal en el que integra la experiencia, la percepción, el entendimiento, el sentido y la comprensión de los artistas ante el mundo, éste es expresado a través de un lenguaje artístico específico inserto en la tradición de la danza escénica denominada contemporánea.

Como se ha mencionado anteriormente, el vínculo estrecho entre las propuestas contemporáneas y la capacidad creativa abierta, de múltiples posibilidades, genera una necesidad constante de investigación, tanto en la exploración e inmersión del cuerpo, como en la búsqueda de nuevos espacios que potencien la creación de lenguajes y dispositivos que proyecten y renueven las maneras de componer. Fontaine (2012), desde la perspectiva relacional de los entes que conjugan la creación es que hace alusión a una alianza existente entre:

Lo que el coreógrafo ha imaginado o concebido previamente, lo que él propone a los bailarines a partir de los ensayos y la manera en que ellos se lo apropian y eventualmente lo transforman, lo que los bailarines proponen al coreógrafo en función de consignas que les fueron dadas y de lo que ellos en sí mismos, lo que el coreógrafo analiza y siente durante el período de los ensayos, las propuestas de los artistas (compositor, escenógrafo, vestuarista, etc.) con quienes colabora, y, con frecuencia, la urgencia producida por la fecha de creación (pág. 67).

A partir de este punto, se desprende el planteamiento de la *Transformación del cuerpo* en la composición coreográfica como una vía de profundización en relación a las posibilidades de generar propuestas de lenguaje desde las perspectivas conjuntas del intérprete, coreógrafo y

composición misma, dentro del contexto creativo de danza contemporánea. Para ello es necesario visualizar al intérprete como un cuerpo móvil principal para el estudio, análisis y observación. Buscando espacios propicios para la diversidad de acción desde el coreógrafo hacia el intérprete, en la libre exploración y propuestas plausibles en el reconocimiento de la transformación como un lugar consciente y decidido. Considerando, además, el historial presente de ambos actores (Intérprete-Coreógrafo) a la hora de instaurar el diálogo investigativo para una mayor capacidad reflexiva en tanto a conciencia personal y vivencias empíricas, en la búsqueda más profunda de materialidad móvil-coreográfica resultante de procesos mentales para el intérprete y coreógrafo, en torno al aislamiento específico de propiedades o dispositivos que promuevan el trabajo coreográfico. Es necesario entender el diálogo que genera el cuerpo en movimiento coludido con la conexión hacia y desde lugares internos, profundos. Estos lugares movilizan el cuerpo hacia un hacer, un pensar y un sentir. Jérôme Bel recuerda que “aunque la representación permite una experiencia de un exterior, lo hace sólo en relación subordinada con el interior que la representación mantiene, preserva y reproduce” (Lepecki, 2006, pág. 94), lo que hace indispensable, el reconocimiento de experiencias sensorio-motoras, físicas, sociales, psicológicas, por nombrar algunas, que puedan influenciar o permear ciertos rangos de representatividad corporal respecto al cuerpo en movimiento y las decisiones que los actores tomen al momento de hacer.

Por consiguiente, este trabajo busca propiciar un espacio específico de investigación empírica, intentando comprender paradigmas y enfoques que surgen en la necesidad práctica-cognitiva respecto al fenómeno de la Transformación y su uso consciente en el cuerpo. Con el fin de encontrar aquellos puntos de convergencia en la relación transformativa del cuerpo en movimiento y la creación de lenguaje particular dentro de una composición de danza contemporánea, esta investigación está enfocada en la praxis, generando laboratorios que propicien un escenario apto para dilucidar desde la perspectiva del intérprete, las diversas

posibilidades implícitas en el entendimiento del accionar (corporal) en vinculación con la capacidad conectiva del estado (corporal), y la profundización de la transición como un lugar que potencia la unicidad de estas variables.

¿De qué forma el uso de la transformación consciente del cuerpo en movimiento incide en la creación de lenguaje del intérprete en la composición de una obra de danza contemporánea?, se plantea esta pregunta, entonces, con el fin de buscar aproximaciones que ayuden a comprender de qué forma el uso de transformación consciente del cuerpo en movimiento incide en la creación de lenguaje del intérprete en la composición de una obra de danza contemporánea. En base a ello, se desprenden parámetros específicos de búsqueda tales como:

- Profundizar en los diferentes dispositivos que propicien la transformación del cuerpo de manera consciente en el intérprete;
- Identificar las variables que potencien y dificulten el sentido y entendimiento de transformación corporal respecto de la creación de lenguaje;
- Reconocer la relación existente entre transformación y lenguaje en torno a la composición coreográfica contemporánea.

La transformación es un lugar inherente al ser, y está presente en todo tipo de asociaciones corporales, conceptuales y perceptuales. Al situarse en este lugar, es importante encontrar la reflexión desde el método compositivo, identificando perspectivas, puntos específicos y comunes, en el cómo y el qué del proceso transformativo, adentrándose en el uso de manera consciente y el reconocimiento de otros lugares que potencien la capacidad de transformar con la de crear nuevas maneras de movimiento.

Presentando la Transformación como una variable inmersa en la investigación del cuerpo dentro de la composición coreográfica, es necesario el manejo variado y específico de parámetros aplicables a los elementos constitutivos y construcciones tangibles e imaginarias

de la coreografía, para el mayor entendimiento de la correlación cuerpo-movimiento. Dada la compleja relación entre lo conceptual y empírico, es necesario profundizar en el reconocimiento de lugares previos y posteriores en torno a la transformación como operación mental y física tanto en el alcance del coreógrafo, en la creación misma, y adentrarse específicamente en el enfoque del intérprete.

Es una investigación que aportaría de manera directa al descubrimiento y profundización de diversas formas de moverse. Un enfoque que potenciaría la visión creadora de coreógrafos en base a la observación y decisión desde y para el intérprete. Vinculando estrechamente la capacidad de proponer y decidir en la búsqueda de un lenguaje afín con la obra que desease montar.

Además de generar un punto amplio de reflexión en torno al potencial corporal-creativo que cada intérprete tiene, y la capacidad de conjugación que el ente creador instala en su especificidad, se instaura la *conciencia de transformar* en un dispositivo capaz de innovar lenguaje y movimientos cargados de aplomo (en tanto conciencia y decisión), diversidad (en tanto kinética tempo-espacial), conexión (de estados físico-instintivos), fluidez (en relación a la transición y devenir temporal) y manejo (consciente del cuerpo muscular, articular, sus cualidades, movimientos, etc.).

MARCO TEÓRICO

La palabra transformación en sí misma es muy extensa, ya que puede abarcar un sinfín de áreas y formas de comprensión y aplicación. Es por ello que para esta investigación se entenderá un cierto tipo de transformación basada en la capacidad que tendría el cuerpo de cambiar y modificarse conscientemente en tanto movimiento y sentido de danza se aplique. Para esto, es necesario enmarcar el concepto de transformación en una serie de parámetros aplicables para una comprensión aproximada de lo que se entenderá por transformación consciente, y la posibilidad de llegar a este lugar específico con el manejo variado de líneas transversales que son propuestas desde la investigación personal, y serán apoyadas bajo fundamentos teóricos y epistemológicos, así como el entendimiento más práctico y en profundidad del movimiento y el contexto en que se desarrollará.

Un interés previo a la investigación ha llevado a encontrar tres principales parámetros que encauzarían el camino hacia la transformación del cuerpo en movimiento como un lugar consciente, generando una aproximación mayormente latente respecto al cuerpo, al movimiento y todo lo comprendido en ello.

- Sentido Kinestésico: como herramienta práctica para entrenar al cuerpo en la consciencia de transformar físicamente. Para este punto es que se desprenden tres intereses básicos referidos a: manejo específico de la *Eukinéctica* (tiempo-energía-espacio); *conciencia muscular* (eficiencia de tonos, habilitación de espacios, sentido de elasticidad, expansión y proyección muscular. *Cuerpo Elástico*); y *conciencia articular* (disociaciones y claridad del recorrido articular).
- Sentido Temporal: el segundo punto refiere a la relación que se establece entre el concepto de tiempo y movimiento, como herramienta de entendimiento. Éste sería el responsable de la existencia de la transformación, ya que instala el cambio como

necesidad, y lo comprende de manera más explícita, vinculándolos bajo las nociones de *Impermanencia Corporal* (nada permanece), *Sentido de Inmediatez*, corporalidades transitorias, pulsiones y flujos temporales, instalando la idea de un *Cuerpo Presente* (Habitar).

- Fisicalidad Instintiva: el tercer y último punto específico, es tomado como una herramienta de entendimiento y búsqueda. Ésta sería, en parte, consecuencia de la relación de los dos puntos anteriores. Propone el acercamiento a la noción de *Estado Corporal* (entenderse en el *tránsito de estados, texturas-colores*), la *fisicalidad* como propulsora de sensaciones y emociones, propiciando el entendimiento del *Estado de Danza* y el acercamiento a un *Cuerpo Instintivo (Animal)*.

Estos tres puntos funcionarían de manera correlacional entre sí, es decir, que cada una de estas herramientas complementa a la otra, la completa, y del mismo modo, lo harían de manera simultánea e individual. La comprensión en profundidad en estos puntos, plantea un supuesto de capas aplicables que en la conjugación conjunta propiciarían y/o aumentarían el espectro de posibilidades respecto a las formas y alcances del cómo, qué y cuándo cambiar el cuerpo, el movimiento, las formas, el estado, el cuerpo danzado.

2.1 Sentido Kinestésico

El primer punto comprende en ello el manejo o entendimiento de capacidades kinestésicas, como herramienta física-práctica basada en la relación aplicable entre la Eukinética, conciencia muscular y conciencia articular.

2.1.1 Eukinética

Al hablar de Eukinética, nos referimos al estudio y profundización de las cualidades del movimiento, estas forman parte fundamental en todo lo que a movimiento representa, y proporcionan la diversidad que caracteriza las variadas fuentes de danza, así como a cada ser danzante. Con ello, podemos distinguir las diferentes texturas, colores y matices que grafica el cuerpo en movimiento, encontrarnos con las emociones y la capacidad vinculante del sentir y del mover.

La Eukinética es la encargada de “estudiar la dinámica del esfuerzo en la ejecución del movimiento” (Lynton, 2000, pág. 1, en Fernández Labra, Núñez Navarrete, & Cifuentes Miranda, 2010, pág. 3), siendo distinguida con reformados nombres contextuales dependiendo del lugar y enfoque en que se desarrollaron los estudios (nucleation, dinámica, eukinética, esfuerzo (*effort*), teoría del esfuerzo forma (*effort shape*), entre otras). Cada una de estas visiones fue expuesta por autores que lograron adentrarse en la idea de análisis de movimiento mediante diversos métodos, definiciones y conceptos que fueron organizando lo que se puede entender hoy como eukinética. Dentro de esta área, nos encontramos con tres factores básicos definidos como Tiempo, Energía y Espacio:

(...) son principios universales que pueden ser calificados como categorías de análisis. A su vez estas categorías están íntimamente relacionadas con otra tríada que establece el nexo indisoluble entre pensamiento, sentimiento y forma, referidas a su vez a: mente, espíritu y cuerpo, que le confieren al movimiento sus características cualitativas. Aspectos interdependientes donde cada uno afecta al otro. El movimiento corporal afecta lo que pensamos y sentimos. Los

sentimientos afectan lo que pensamos y cómo nos movemos. Se trata de un saber del movimiento que conecta las actitudes interiores hacia los requerimientos físicos del movimiento, en este caso puestos al servicio del arte de la danza (Fernández Labra, Núñez Navarrete, & Cifuentes Miranda, 2010, pág. 4).

Con ello, logramos entender la relación entre moverse, sentir y pensar, como una vinculación directa y consustancial. Es decir, conviven la una con la otra de manera simultánea e ineludible, generando así la capacidad permeable de texturizar el movimiento respecto a la subjetividad que entrega la emoción, o la racionalidad del pensamiento en un estado cíclico y conectivo, permitiendo un diálogo esencial entre el cómo y por qué me muevo.

Camara & Islas (2007) aportan que:

El análisis del esfuerzo describe la manera en que se ejecuta un movimiento y cómo se utiliza la energía cinética. El esfuerzo puede pensarse como la interacción entre las actitudes interiores hacia los requerimientos físicos del movimiento y cómo estas tensiones responden a las demandas del medio ambiente (pág. 114, en Fernández Labra, Núñez Navarrete, & Cifuentes Miranda, 2010, pág. 50).

La simbiosis de estas actitudes interiores, permite entonces, la vinculación hacia el movimiento físico determinando la capacidad de respuesta al estímulo externo. Si se piensa en los factores constituyentes combinados es que encontramos una infinita gama de posibilidades en la tridimensionalidad del cuerpo y de cualidades resultantes.

2.1.1.1 Tiempo

El entendimiento de este concepto es algo que varía de persona en persona, ya que cada uno tiene nociones propias del tiempo. En ese sentido, todo ser vive en ritmos distintos y todos encuentran una forma de diálogo con la significancia del avance temporal.

El tiempo puede ser tomado como un lugar orgánico en el que podemos distinguir diferentes posibilidades de profundización, ya sea en un ritmo determinado, regular, irregular, cronométrico o natural, acentos, en una duración, *momentum*, en la pausa o inmovilidad. También entendidos en: “los opuestos: rápido - lento, pasando por los extremos; la gama de aceleración y desaceleración, la velocidad, el ritmo y la pausa expresiva”. (Fernández Labra, Núñez Navarrete, & Cifuentes Miranda, 2010, pág. 51)

El tiempo cronométrico, en términos simples, es el tiempo del reloj, el cual resulta bastante limitante a la hora de adentrarse en los mundos personales, situaciones particulares, ritmos naturales o cualquier otra variable que pueda intervenir. Según Bloom & Chaplin (1996), en la danza “se puede alcanzar la libertad abriendo estructuras internas dentro de un determinado lapso” (pág. 89). Es decir, se puede crear una cierta independencia del tiempo respecto al movimiento, otorgando inadvertidas posibilidades de moverse desde la autonomía, el sostener, el ampliar, generando una sensación inexistente de una cronometría específica.

La palabra ritmo es entendida como la “velocidad del compás” (ibíd., pág. 86). Podemos asociarlo a la capacidad de activar el cuerpo en secuencias repetitivas de movimiento, con cierto pulso determinado, reconociendo situaciones regulares y continuas, y otras marcadas por acentos y cambios rítmicos impredecibles que generan irregularidad. También entender que existen ritmos naturales intrínsecos en el cuerpo (respiración, latidos del corazón, etc). Es en esta lógica que se plantea la danza creada antes que la música, como un lugar de ritmo propio, donde se orilla la escucha de otro cuerpo -en el caso de que la danza se construya de

manera grupal-, o bien atender las propias reacciones físicas resultantes de moverse, escuchando la respiración, agitación, cansancio, entre otras muchas posibilidades.

Al explorar la relación entre rápido y lento se amplía la posibilidad de encontrar diferentes matices y generar contrastes, con ello diferentes grados de velocidad. Fernández (2010) entiende la velocidad como “cambios de tiempo que pueden desarrollarse en una misma o diferentes trayectorias” (pág. 53). Relacionado a esto, el *momentum* es lo que ocurre cuando se encuentra un ritmo en el aumento o disminución de velocidad. Asimismo, acelerar o desacelerar ocurre cuando “un movimiento o una serie de movimientos logre desarrollarse en una manera continua y progresiva, sin interrupciones, ligado de rápido a lento o lento a rápido” (ibíd.). El tiempo es el encargado de determinar la duración de un movimiento, ésta es básicamente “el lapso que se requiere para ejecutarlo (...) Dentro de ese rango se puede tomar una decisión para determinar la duración exacta que se desea, es decir la relación del movimiento con el compás” (Bloom & Chaplin, 1996, pág. 88).

Continuando la idea de tiempo como flujo, dentro de éste conviven pequeños intervalos o acentos que matizan la temporalidad. Cuando este flujo genera una pausa, es visible su opuesto, “la inmovilidad”. “La inmovilidad no es inacción, es una espera con un sentido de progresión (...) La inmovilidad se va acumulando en el pasado, reteniendo, saboreando el presente, anticipando el futuro” (ibíd., pág.98). Por su parte, Fernández (2010) se refiere a la inmovilidad como “pausa expresiva, puesto que no es anularse completamente” (pág. 54).

2.1.1.2 Energía

Para autores como Bloom & Chaplin (1996), en torno al término energía se ha generado cierta confusión debido a la multiplicidad de menciones que se ha usado para el mismo concepto. Se ha nombrado de diferentes formas que no necesariamente son atingentes a una variedad, en

términos prácticos, más bien, refieren a lo mismo. Con la finalidad de aclarar sus convenciones es que ellos construyen la siguiente definición: “Energía es el potencial de la fuerza, la capacidad de acción y de vencer la resistencia o la gravedad” (pág. 101). Para Fernández (2010):

El factor energía se constituye a partir del binomio u opuesto fuerte-leve. Ambos se relacionan con la noción de peso y lo que significa ir en contra o a favor de la gravedad. Ello se interpreta con la cantidad de energía o fuerza que se imprime (pág. 58).

La energía es la que proporciona la fuerza motriz, y es planteada a través de polos de tensión (resistencia a la gravedad) y relajación (resistencia mínima a la gravedad). De esto depende qué tan profunda pueda ser la exploración entre la relación de lo fuerte y lo leve, ya que el bailarín es el encargado de encauzar las condiciones para que el uso energético, o de cualquier otro factor, ocurra. Volviendo a las nociones interrelacionales respecto al pensar, moverse y sentir, es que el bailarín también es afectado de manera directa en este encauzamiento condicionado o no por una emocionalidad o por un pensamiento que active, en mayor o menor medida, el uso de fuerzas en tensión y/o relajación.

Se puede acumular la energía y entregarla a flujos externos, naturales o artificiales, o bien aplicar la fuerza en contra de un punto específico (gravedad, cuerpo, etc.), esto es conocido como energía pasiva y activa, respectivamente. Sumando la idea de la fuerza (fuerte o leve), se entiende que “la cantidad de fuerza afectará la calidad y la sustancia de cualquier movimiento” (Bloom & Chaplin, pág. 104).

Se distingue dentro de este factor, ciertas características que lo construyen: a) fuerza¹, es la magnitud o intensidad ejercida, gastada o liberada, existe en un *continuum* que oscila de lo fuerte o lo suave; b) dinámica, alude a la interacción de la fuerza con el tiempo (genera la acción en el cuerpo); c) cualidades del movimiento, atributos producidos por la dinámica (Bloom & Chaplin, 1996).

2.1.1.3 Espacio

“Bailar es hacer el espacio visible” (Dupuy, 1989, págs. 110-111 en Louppe, 2011, pág. 165)

Al hablar de espacio, se piensa en un lugar en el cual el cuerpo puede existir, estar, moverse, adentrarse, desplazarse y contenerse en él. Para Bloom & Chaplin (1996), “El espacio es el lienzo tridimensional dentro del cual el bailarín crea una imagen dinámica” (pág. 53). La preocupación por no establecer una definición dogmática del término, expone Fernández (2010), lo lleva a describir el espacio como un lugar marcado por el binomio central-periférico, el que hace referencia a la actitud y conexión de la persona con el término, “Es la conexión con el mundo interior del ser humano, a través de la sensibilización y del gesto, lo que conduce al movimiento” (pág. 56).

Existen muchas variables que van generando la capacidad en el intérprete de saber situarse respecto al espacio, donde se abre una amalgama de posibilidades en tanto direcciones, niveles, focos, entre muchas otras, que fomentan la exploración del movimiento. Fernández (2010), por su parte, sitúa al espacio como proveedor de los términos central y periférico y su conexión con el espacio interno (lo que sucede dentro del cuerpo) y externo (lo que sucede fuera del cuerpo). Con este último planteamiento es que se extiende la idea del juego corporal de tránsito constante entre lo central y lo periférico, nunca se puede estar puramente en uno de

¹“Laban utiliza la palabra peso en su *Effort Shape*, como equivalente cercano a la fuerza” (Bloom & Chaplin, 1996, pág. 102)

estos dos polos, pero si transitar de manera más innegable entre ellos. De esta forma, se pueden apreciar ciertas posibilidades de moverse de manera más central, ya sea en sensaciones, comenzando el movimiento desde los centros activos del cuerpo y centros más mínimos (articulaciones), o de forma más periférica, intentando generar el movimiento desde el afuera, de las secciones más lejanas del cuerpo, y su conducción desde un diseño corporal mucho más externalizado.

Se puede hablar de espacio como agente activo en todo movimiento, como un lugar físico, concreto y a su vez abstracto e intangible. Murray Louis afirma que “en su forma básica el espacio es un vacío –silente, estéril, inocente- previo a la conciencia, previo a la vida” (Bloom & Chaplin, pág. 53). Entonces se puede ver al coreógrafo y bailarín en el rol de ocupante, llenando y modelando este espacio vacío que se presenta. Por otra parte, Laban sugería que existía una relación recíproca del cuerpo en el espacio y del espacio en el cuerpo, ambos como agentes que dialogan de manera simultánea, en un estado de entenderse con el espacio y entender el espacio con uno.

Para concebir parte del tránsito corporal a través del espacio, es que se conocen ciertos niveles utilizados, distinguiendo tres principales: bajo (se refiere a las tendencia a las horizontalidad); intermedio (la transición entre lo bajo y lo alto); y alto (representa la elevación).

La escala de los niveles abarca desde el bajo afianzado al piso y el bajo enraizado (acostado), pasando por una variedad de bajos (arrastrado, sentado, arrodillado, agachado), por toda una gama de intermedios (*demiplié*, posición erguida, *relevé* y recorrido), y finalmente el nivel alto forzado, poco común y artificialmente elevado (ibíd., pág. 54).

En términos generales, es posible distinguir diversas formas de entender el espacio mediante indicadores que sitúan un entendimiento específico del factor. Bloom & Chaplin (1996), plantean cierta geometría del espacio constituida por varios sistemas que precisan una ruta un tanto más esclarecedora: se planea una dirección específica en la que se desarrolla el movimiento; una dimensión (altura, anchura, profundidad), que si bien la dimensión en el cuerpo es tridimensional, se puede vincular a punto mucho más purista en la exploración, visitando de una a dos dimensiones; un tránsito por planos (vertical, horizontal y sagital) que es el resultado del enlace de dos de las tres dimensiones; un diseño en base a la forma (diseño corporal), que puede ser estático o dinámico, curvo o recto y angular, simétrico o asimétrico, positivo o negativo; la importancia de determinar un foco (rostro), en base a enfrentamientos² simultáneos y múltiples; un espacio activo, cuando el espacio es capaz de vivirse a sí mismo o de forma autónoma; el uso de giros que intervienen el cuerpo y el espacio (espirales, esferas, círculos, curvas); la capacidad de distinguir un diseño de piso, referido al camino recorrido o la trayectoria utilizada en el espacio; entender el espacio escénico, como el uso de locaciones específicas que potencian la visualidad; el espacio personal, como un lugar íntimo y circundante en inmediatez; y finalmente el ambiente, como parte integral de la danza que afecta la forma en que se desarrolla el movimiento (en, desde y a través del cuerpo).

Jacques Robinson (1981) en el texto de Louppe (2011) menciona que “todo gesto modifica el espacio” (pág. 163), aportando a la idea de que un cuerpo en el espacio es lo suficientemente significativo como para transformarlo, asimismo, el modo en que se utiliza el movimiento, la gestualidad, o la intención de querer destacar algo por sobre otro, estaría actuando como interceptor del mundo abstracto y/o físico del espacio.

² “El término enfrentamiento se refiere a la orientación del cuerpo en relación con el movimiento e involucra otros factores además del rostro” (Bloom & Chaplin, 1996, pág. 67).

Bajo la conexión del cuerpo en relación al espacio, Louppe (2011) dice que “no existe para el movimiento (...) un origen generador en el interior del sujeto, sino al contrario, un factor esencial de alteridad” (pág. 163). De esta manera es que se sitúa al cuerpo no como una cuna de nacies fuentes de movimientos, sino como un lugar de constante alteración y transformación del mismo, es decir, el movimiento no nace desde el ser interno, sino que desde ahí, solo es alterado. En su estudio de la teoría de Laban sobre los cuatro factores³, destaca que “el espacio no es solamente un parámetro del ejercicio del movimiento en general, menos aún en un marco de difusión. Es una de sus fuerzas constitutivas. El bailarín vive del espacio y de lo que el espacio construye en él” (ibid, pág. 164). En ese sentido arremete que “las decisiones espaciales llevan consigo las marcas esenciales de la filosofía de una danza” (ibíd.), en tanto se desarrollan visiones propias o adquiridas de la danza, que permeen la capacidad de instalar imágenes, secuencias, movimientos, etc., y situarlos en un espacio específico. Estas develarían de manera implícita las nociones, perspectivas y enfoques en torno a la cosmovisión individual y personal sobre el entorno dancístico, como reflejo de un conocimiento adquirido y/o auto desarrollado del mismo. Laban, también instala ciertos cuestionamientos filosóficos y reflexiones, respecto a los conceptos descritos en los párrafos anteriores (direcciones, niveles, orientaciones, etc.) y su suficiencia para poder realmente describir lo que es espacio. Desde una perspectiva más sólida, se plantea un entendimiento plenamente poético del espacio: “la del *absolut space* invocado por Mary Wigman, el espacio absoluto, el espacio en sí” (pág. 164). Con esto refiere al “espacio más allá del espacio. Y al mismo tiempo, el espacio-materia, el espacio que el cuerpo encuentra como otro cuerpo” (ibíd.).

Desde una perspectiva un poco más actual, en el sentido contemporáneo, se comienza a abordar el espacio dentro de reflexiones filosóficas de análisis, adentrándose en situaciones

³ Laban separa cuatro factores constitutivos del movimiento: peso, flujo, espacio y tiempo (Louppe, Poética de la Danza Contemporánea, 2011).

mucho más amplias y abiertas al cuestionamiento, o aun en proceso de ser exploradas dentro de la investigación.

Dentro de las reflexiones que expone Laurence Louppe (2011) en su libro "*La poética de la danza contemporánea*", se presenta un espacio mucho más autónomo y a la vez activo, encontrándose en profundidad diversas formas de abordar la comprensión de espacio (s).

El espacio nunca viene dado: influimos en él a cada instante, del mismo modo que él influye en nosotros. Por otra parte, más aún que una construcción o estructuración, el espacio es una "producción" de nuestra conciencia (...) Un espacio que vive, que se mueve, que piensa y es pensado. (Louppe, *Poética de la Danza Contemporánea*, 2011, pág. 166)

Instala el cuestionamiento de la tradicionalidad de reproducción representativa del espacio para situar a la danza contemporánea como productora del mismo. Aludiendo a que el ejercicio en la praxis ya no se organiza o representa de cierta forma, sino que se convierte en el material mismo, en la sustancia que sostiene. "El cuerpo contemporáneo es el agente de su propio espacio: relación recíproca como siempre y que implica al conjunto de parámetros del movimiento" (ibíd., pág. 171). La relación que se tiene con el espacio, en términos concretos, es lo que Laban propone como espacio, pero esta perspectiva no alcanza para alojar la complejidad que trae consigo el término, ya que no propicia la comprensión de que el espacio pueda ser por sí mismo, de manera independiente, individual, a la vez en coexistencia.

Entonces las relaciones que se empiezan a generar con el espacio, se vuelven cada vez más difíciles de determinar dogmáticamente, ya que el espectro se amplía en el recogimiento de los diversos parámetros objetuales, subjetivos, proxémicos, concretos, inmóviles, e intangibles. De este modo, se puede pensar en un espacio inmediato y de desarrollo simbólico como lo es

la *kinesfera*, en la conexión para con el mundo de manera individual. Pensar el espacio en su libertad de ser habitado: “Al liberar un espacio que se amplía a medida que avanza, se convierte en la caja de resonancia del movimiento, nos atrapa y nos expulsa a la vez” (ibíd., pág. 173). Pensar el espacio como un diálogo coludido no de un solo cuerpo, sino de varias presencias personales (*kinesferas*), según John Martin denominados “campos de acción”: “Es precisamente el “*Feeling Through*”⁴ de estas múltiples auras que bailan entre los cuerpos” (ibíd, pág. 176). Muchas son las posibilidades de aproximarse a la conexión con el espacio, tratar de comprenderlo, de situarse en él y situarlo en uno, de entenderlo por sí mismo, o en interferencias con otros espacios, con otros cuerpos, en el habitar y deshabitar.

2.1.2 Conciencia Muscular

“El esqueleto es la estructura y soporte del cuerpo, es el eje rígido sobre el cual se disponen el resto de las estructuras denominadas “blandas”: músculos (lisos y esqueléticos), tejidos conectivos (tendones, ligamentos, fascias) y la piel” (Sampayo, 2008, pág. 27).

Referirse a conciencia muscular implica centrarse en la asimilación de muchas conexiones físicas que ocurren en el cuerpo. Para poder entender la conciencia desde la perspectiva específica del movimiento en vínculo directo con la capacidad que tiene el cuerpo de cambiar y modificarse, de transformar, es que destaca la necesidad de una musculatura entrenada en estas aptitudes.

Se considera al cuerpo como un todo, una unidad que trabaja simultáneamente de una u otra manera, evidenciando las formas en que los músculos trabajan de manera conjunta para su activación y realización de acciones específicas. De esta forma, es necesario comprender las

⁴ [Sentir a través de] “*establece el ritmo con la mayor claridad y, a continuación, no hace sino designar los puntos intensos de un dibujo, dejándose la tarea de llenar el espacio y completar la forma*” (John Martin, *The Modern Dance*, 1933; trad. Fr. *La danse moderne* trad. de Jacqueline Robinson, Arles, Actes Sud, 1991, p. 70 en Louppe, 2011, pág. 175)

posibilidades de proporcionar a la musculatura la capacidad de alargarse, proveer equilibrio, estabilidad, flexibilidad, buscando nuevos espacios que potencian lugares más extremos del movimiento, para situar el entrenamiento muscular en nuevos recorridos posibles del cuerpo. En ello se busca una mayor “*calidad*” del movimiento, entendiéndose en la amplitud de la consciencia y la capacidad de distinguir estas nuevas rutas o recorridos de manera clara.

Sampayo (2008) expone: “Lo único que permanece constante es el CAMBIO, y el cambio es movimiento. Aún en el máximo estado de quietud de un organismo hay movimiento” (pág. 16). Bajo este alcance es necesario entender que la musculatura es un sistema activo en el cuerpo que nunca se detiene, su constante funcionamiento instala la capacidad de generar el movimiento en todo ámbito y contextos de la vida, desde el gesto más mínimo hasta la aplicación de coordinaciones y fuerzas durante horas.

El hablar de consciencia muscular, de actividad corporal consciente, es hablar de la práctica activa de la musculatura. Para ello, tenemos la capacidad de comprensión y desplazamiento, donde podemos entender el dónde estamos y en qué posición respecto al medio que nos rodea. Ya sea simplemente caminar, correr, hablar, danzar, etc. “aprendemos que nosotros mismos mejoramos paso a paso” (ibid, pág. 16). Bajo la visión de Sampayo (2008), existen dos facetas que transforman una pauta corporal habitual en un movimiento consciente: “observación e intencionalidad” (pág. 17), la primera consiste en parar nuestra actividad mental y dirigirla hacia la acción que llevamos a cabo, la segunda es por tanto, el comienzo de un movimiento.

Para encontrarse en la práctica de la actividad corporal consciente, es necesario conocer, a grandes rasgos, qué son los músculos, y cuáles son los sistemas que propician su funcionamiento adecuado. El músculo es una parte activa del aparato locomotor, “su función es la contracción de sus fibras, es decir, el engrosamiento y acortamiento de las mismas a partir de una excitación” (ibíd., pág. 37). Cada músculo cumple una función específica, pero siempre funcionan en la simultaneidad del movimiento. Para ello existen diferentes tipos de

musculatura: lisa (contracción involuntaria), estriada o esquelética (movimiento activo bajo control voluntario), y cardíaca (corazón, ritmo autónomo de contracción). La musculatura estriada es la que permite la capacidad de movilidad corporal, la cual está formada por haces de fibras contráctiles rodeados de tejido conjuntivo.

El músculo se fija al hueso mediante el tendón (inserción proximal y distal), los tendones son “una especie de cordones de tejido conectivo por medio de los cuales los músculos se insertan en los huesos. Su función es la de transmitir tensión a los huesos y provocar su desplazamiento” (ibíd., pág. 38). Los músculos y tendones son tejidos de distinta naturaleza fibrosa, pero ambos constituyen una unidad efectora de movimiento.

Cada músculo está compuesto por millones de fibras musculares, que según Jenkins & Little (1974), pueden ser las responsables del aumento de la coordinación de los movimientos rítmicos de las partes del cuerpo, porque conservan la energía del tono en la relajación de los músculos [...] (en Sampayo, 2008).

“Los músculos son un conjunto de unidades motrices y de tejido conjuntivo de unión [...]. La función muscular es la convergencia de cuatro fisiologías: excitabilidad (función nerviosa), contractibilidad (función de la fibra muscular), elasticidad (tejido conjuntivo o conectivo), y Tonicidad” (Bienfait, 1995 en Sampayo, 2008). Estos trabajan en estados constantes de contracción y relajación, en el caso de que alguno de estos estados se tornara permanente “la calidad del movimiento disminuye, transformándolo en brusco y doloroso o en extremadamente lento y carente de energía” (ibíd., pág. 16). Respecto a esto, es muy necesario entender la práctica consciente de la actividad muscular, para disminuir tensiones⁵ incorrectas, que puede provocar resistencias a la hora de ejecutar otras acciones; compensaciones y

⁵Una tensión es una resistencia interna a la fuerza externa (Alter, 2004 en Sampayo, 2008).

deformaciones⁶ (por deformación se suele compensar); los desequilibrios musculares y rigidizaciones del músculo y postura; entre otras tantas prácticas inadecuadas sobre la musculatura.

Propiciar la práctica consciente del trabajo musculo-articular es un piso amplio para encontrar nuevos lugares de exploración en el propio cuerpo, fomentando el aumento de flexibilidad muscular; relajación de tensiones musculares; estimulación de sistemas que lubrican las articulaciones y mantenimiento de sus tejidos con la elasticidad adecuada; mantenimiento en equilibrio del uso de fuerza y flexibilidad (necesaria para un cuerpo ágil); aumento de coordinación, amplitud y fluidez del movimiento; con ello la capacidad de reconocer y minimizar los esfuerzos excesivos que se puedan realizar, desarrollando así, mayor entendimiento corporal. “No son la anatomía y la disección las que definen la importancia de la musculatura en las diversas tentativas, sino la “conciencia muscular” (Greiner, 2009, pág. 61).

Para adentrarse en la búsqueda de una práctica consciente de la musculatura, es necesario, como ya se ha mencionado, disminuir tensiones incorrectas del músculo. En este punto es donde se plantea la eficiencia muscular en la activación de un tono específico para cierta acción específica, como regulador del movimiento y la permeabilidad de activación del conjunto de músculos efectores que realizan dicho gesto. Tono es:

“El permanente estado de ligera contracción en el que están todos los músculos, ya sea en reposo como en movimiento. La regulación del tono mantiene la postura y el equilibrio y prepara y orienta cada movimiento del cuerpo. Pero, además, afecta e incluso

⁶Es un cambio en la forma de un cuerpo cuando se ve sometido a una fuerza (presión o estiramiento). Una contracción en un músculo es una deformación en la que aquel experimenta una disminución de su longitud a partir de un estímulo nervioso (Sampayo, 2008, pág. 46).

determina la base de nuestras emociones y las variaciones del estado de ánimo” (Sampayo, 2008, pág. 48).

Según Rigal (1987), existe el “tono muscular de base”, es decir, la ligera excitación de un músculo en reposo, y el tono postural o conjunto de reacciones de equilibración y mantenimiento de la actitud (en Sampayo, 2008). Toda contracción muscular está a cargo de la actividad de la fibra muscular, y para que dicho proceso ocurra, es necesario un impulso nervioso. Por el contrario, su capacidad de relajación⁷, es totalmente pasiva, ya que la fibra no recibe impulso, esta cualidad incide en el óptimo rendimiento del músculo.

Existe otro proceso específico en el reconocimiento del tono, la *estampación*. Ésta refiere al peso que aplicamos con determinadas zonas de nuestro cuerpo sobre la superficie en la que trabajamos, manteniendo inactivas aquellas zonas del cuerpo que no estamos trabajando, consiguiendo su relajación y la sensación de imprimir su peso a través de zonas en contacto con el suelo. Así la regulación de tono se convierte en algo que ocurre de manera casi inconsciente respecto al todo del cuerpo. Con ello, se produce también la intención de concientizar la especificidad del punto que genera el contacto-esfuerzo-peso, para ir paulatinamente en el aumento comprensivo empírico del funcionamiento de todas las partes involucradas, tanto activas como inactivas.

El uso eficiente del tono muscular sitúa al cuerpo en un estado de agilidad al cambio, permeando la capacidad de encontrarse en nuevas texturas corporales que potencian tanto en percepción, estado y visualidad, un manejo de cualidades específicas que propiciarían el viaje muscular de manera consciente por lugares hipotónicos (tono bajo o pasivo), tonos medios, y/o

⁷“La relajación es un estado corporal caracterizado por un tono muscular bajo, un ritmo respiratorio y pulsaciones bajas, por una mayor concentración y mayor capacidad de percepción a todos los niveles” (Sampayo, 2008, pág. 63).

hipertónicos (aumento de tono), y toda las variaciones y regulaciones existente entre estos polos.

En conjunto a esta eficiencia muscular, se abre la posibilidad de habilitar nuevos espacios musculares en el cuerpo, planteado como un lugar de exploración capaz de propiciar conexiones más complejas del cuerpo, músculos, extremidades y todo lo que se vea inmerso en el movimiento. Este suceso es precedido por el entendimiento en profundidad de la *percepción*. Cada persona tiene la capacidad de percibir sus propias posibilidades, de sentir como se encuentra el cuerpo, el estado en el que se desenvuelve respecto a acciones determinadas, en posiciones, orientaciones y espacialidades. “El cuerpo y sus movimientos son la primera vía de percepción, transmisión y expresión del ser humano. Resuelven la materialización de la realidad psicológica y emocional del individuo y comunicación con el mundo que los rodea” (Sampayo, 2008, pág. 24)

La percepción interna es llamada *propiocepción* o *cinestesia*, producida a partir de la “excitación de receptores específicos, situados en la piel, articulaciones, músculos, tejido conjuntivo y laberinto del oído, así como de los estímulos que llegan a los centros nervioso superiores” (ibíd., pág. 58). Esta capacidad perceptiva ayuda a entender los posicionamientos, fuerza, elasticidad, y como el cuerpo se dispone en el espacio, todo directamente relacionado con el tono, alineaciones, flexibilidad, espiración y relajación de tejidos.

La respiración es ligada de manera funcional y orgánica a la capacidad de percibir, vista como uno de los motores en cualquier tipo de movimiento. Es la primera acción músculo esquelética que realiza el ser humano, involucrando órganos específicos para que la acción de respirar ocurra, genera un sistema de presiones que varía en función de las necesidades del movimiento que se quiera efectuar. Se regula a través de la inspiración y expiración (pulmones), la bajada del diafragma y la contracción de los músculos abdominales y la base de la pelvis. “Una

respiración consciente y dirigida ejerce efectos calmantes en todo el organismo y ayuda a la buena disposición de nuestro sistema músculo-esquelético” (ibíd., pág. 17).

Durán (1993), en el estudio que recopila los dichos de Roger (1941), sobre la técnica Graham y su potencial de respiración menciona:

Dos actos de respiración del cuerpo, inhalar y exhalar, que se desarrolla desde la experiencia misma del cuerpo hasta la actividad muscular independiente del acto de respirar. Estos dos actos, cuando se ejecutan muscularmente se llaman “*release*”, que corresponde a la inhalación, y “*contracción*” que corresponde a la exhalación” (...) En la *contraction-release* hay un momento de concentración de todas las fuerzas de la vida, rítmicamente seguida de una expansión (pág. 76).

La percepción también ayuda a comprender un rango completo de la estructura corporal, el conjunto de sus factores, que configuran una forma y un movimiento en el individuo, inclusive, propicia el reconocimiento de la estructura de carácter, entendiéndose en ello la expresión de un modo de ser, mediante pensamientos, sentimientos y acciones.

Para encontrar nuevas formas de habitar, y amplificar la relación cuerpo-movimiento dentro de sus rangos y posibilidades, es indispensable poder percibir más allá de la convencionalidad al momento de moverse, orillando en cierto modo a salir de lo predecible para conectar desde puntos más radicales las partes del cuerpo, tanto de manera externa como interna.

Parte importante de ampliar la consciencia cuerpo muscular, es entender que existe un *peso* en el cual nos entendemos como seres móviles. Potenciar la consciencia de un peso real, y la capacidad constante de transferirlo a través de las diferentes secciones de la estructura

corporal, como un lugar existente, tangible y favorablemente observable, así como en la relación con otras superficies que conectan el esfuerzo y empujes necesarios para que la transferencia de peso ocurra.

“La importancia del peso es uno de los grandes descubrimientos de la danza contemporánea: no solo el peso como factor de movimiento, según una visión que seguiría siendo planamente biomecánica, sino el peso como elemento poético primordial” (Louppe, 2011, pág. 93). En la teoría de Laban de los cuatro factores⁸ (*peso, flujo (grado de intensidad muscular), espacio y tiempo*), el peso es enunciado como uno de los lugares más importantes, ocupando, inclusive, un lugar aparte: “es a la vez el elemento ejecutante y ejecutado [*l’agent et l’agi*] del gesto. **La transferencia de peso es lo que define todo movimiento**” (ibíd., pág. 91). Es necesario entender la transferencia de peso como una acción relevante para que el movimiento sea efectuado, generando una conexión completa del cuerpo y la relación gravitacional. Los cuatro factores no existen mientras no se entrelacen decisiones para su aplicación, “estas decisiones son la vida misma: son a la vez vectores de actividad, pero también de estesia (*drivers*) [impulsos]” (ibíd., pág.92), es decir, funcionan de manera correlacional entre sí. Para que esta actividad ocurra, es necesario decidir qué es lo que se utiliza como motor, qué impulso es necesario seguir para entender la acción combinada de estos factores, y también distinguir tanto su potencial individual, como sus co-potencialidades (entre sí).

El peso en relación a la activación muscular potencia el sentido del *equilibrio*, el cual está “condicionado por la posición del centro de gravedad sobre la base de sustentación” (Sampayo, 2008, pág. 46). El equilibrio de cada parte corporal depende del equilibrio de la zona que subyace. Parte de los apoyos en el suelo, que son efectuados por los músculos tónicos antigravitacionales que, a través de los reflejos cortos, controlan los desequilibrios

⁸ “Estos cuatro factores no existen en sí mismos: no son aprehendidos bajo el ángulo de su propia sustancia, sino únicamente en la relación que podemos mantener con ellos” (Louppe, Poética de la Danza Contemporánea, 2011, pág. 92).

desde la cintura pélvica. El cuerpo en movimiento cambia continuamente de apoyos sobre el suelo, por lo que se debe adaptar constantemente el centro de gravedad a la nueva base de sustentación dentro de cualquier desplazamiento efectuado. “Pero el peso no solo es desplazado: a su vez desplaza, construye, simboliza a partir de su propia sensación” (Louppe, 2011, pág. 92).

El uso de la gravedad del cuerpo a partir de su propio peso, activa las conexiones para entender el cómo negar la gravedad. En ese sentido se plantea una relación de carácter dual: la elevación del cuerpo como una necesidad para poder dejarse caer, del mismo modo, para generar proyección es necesaria la acción de empujar y ceder. En concreto, la eficiencia de **trabajar con el peso.**

La “muerte vertical” evocada por Doris Humphrey extrae su estática de una fijación de todo el peso del cuerpo por los músculos tensores: un trabajo de mantenimiento mediante los “continuos ajustes” de todo el tejido corporal. Para salir de ello, para liberar el peso, dos figuras: el balanceo (*swing*), la caída (*fall*) (ibíd., pág. 93).

Esta caída llega a su desenlace en el encuentro con el suelo. “Todo movimiento es una caída diferida, y de cómo se produce el diferimiento de esa caída (por otra parte totalmente esperada) es de donde nace la estética del gesto” (ibíd., pág. 93). El sentido de caída en relación al suelo es un elemento muy utilizado en la danza contemporánea. Esta conexión permite al cuerpo moverse de manera específica en relación a sus centros de peso, así se puede encontrar un movimiento que utiliza la gravedad a su favor, de manera libre, la niega o la vence. El suelo “es nuestro mejor aliado contra la atracción gravitatoria” (Rouquet, 1991, pág. 79 en Louppe, 2011, pág. 94), funciona como superficie de transporte y de rebote (*rebound*); propicia la materialidad para un cuerpo sostenido o abandonado; favorece la conexión activa

de los músculos tensores y su capacidad de reposo; en su relación con el peso permite la aparición de cualidades de movimiento específicas, generando dinámicas que ascienden y descienden en esta conexión (verticalidad y capacidades); el cuerpo “se entrega y toma el suelo que a su vez se le entrega” (ibíd., pág. 94).

El factor *flujo*, planteado por Laban, también incide conjuntamente con el peso, pensando en que los cuatro factores funcionan en correlación: “según las decisiones adoptadas en relación con el flujo, la transferencia de peso tendrá resonancias muy diversas” (ibíd., pág. 95). En su teoría del *effort shape*, el flujo labaniano es resumido como la acción de “deslizarse”. En el flujo “retenido” (tensilidad aumentada), el peso toma un aspecto de corriente continua. Por otra parte, en el flujo libre (sin contención), “vemos el elemento gravitatorio propulsado sin ningún freno en el espacio descentrado” (ibíd., pág. 96).

En la práctica de *Contact Improvisation*, que propone Steve Paxton, se observa un trabajo en profundidad respecto al uso del peso y su relación con el flujo, permitiendo que el movimiento sea intervenido por la necesidad inmediata de lo que va apareciendo imprevisiblemente:

Aquello que tan pronto vuelve a dejar el flujo libre, como, por el contrario, vuelve a aumentar un poco la tensilidad para agudizar la precepción táctil. El *Contact* se ejerce entre dos: la idea es moverse en apoyo continuo uno sobre otro manteniendo siempre un punto o un plano de contacto (ibíd., pág. 96-97).

El trabajo realizado entre cuerpos que intervienen el uno con el otro, que se entregan en diversas acciones de peso y suspensiones, se define en ciertos caminos de entendimiento entre los cuerpos (*pathways*). Paxton señala que “estos caminos se perciben mejor cuando el tono muscular es un poco contenido, con el fin de tensar las extremidades, pero no hasta el punto de

debilitar las sensaciones de propulsión (*momentum*) o de inercia” (Paxton, 1974 en Louppe, 2011, pág. 97).

Así, del mismo modo que el tiempo se hace materia que es preciso escuchar y sentir en el transcurso del peso, también la resistencia del cuerpo da lugar a un espacio, espeso, donde el cuerpo no deja de leer sus propias marcas, un espacio receptivo cuyas propiedades táctiles pueden diversificarse: el movimiento, en esta configuración, puede dar lugar a espacios elásticos o rígidos, algodonosos o líquidos, según las cualidades presentes en la distribución específica del tono y del trabajo sobre las resistencias, adonde su intensificación nos conduce (ibíd., pág. 96).

En base a las relaciones que se instalan en torno al peso, es necesario situarlo como un factor indiscutiblemente activo en la capacidad de encontrar el movimiento y el cambio de manera consciente. Si bien el peso no es explícitamente percibido al momento de ver un cuerpo moviéndose, es esencial para el diálogo con el propio cuerpo, en conexión con las diferentes superficies en las que se deposita, y también, respecto de otro cuerpo. “La transferencia de peso, por lo tanto, no extrae su identidad de una sustancia interna, sino de ese reclamo espacial mediante el cual el cuerpo se construye en el movimiento que lo elabora” (ibíd., pág. 163).

En relación a todos los puntos anteriores que aluden a la consciencia muscular, para situar la *transformación del cuerpo* de manera consciente, se desprende el primer cuerpo sugerido, el **Cuerpo Elástico**: un cuerpo que nunca detiene la expansión muscular del movimiento; un cuerpo dúctil y proyectivo desde la activación y relajación muscular; un cuerpo plástico que aplica en consciencia el uso y transferencia de peso, flujo, densidad, elasticidad, fuerza,

flexibilidad, eficiencia de tonos y dentro de la maleabilidad habilita espacios poco habitados en el movimiento.

Desde una perspectiva física es importante entender las variables que intervienen para funcionamiento en conjunto con la musculatura. Sampayo (2008), describe ciertas características que aportan a este entendimiento, las divide en:

- *Fuerza muscular*: es la capacidad del músculo de contraerse (como consecuencia de un estímulo nervioso). Su fuerza será mayor mientras más fibras musculares se contraigan. Ésta permite al cuerpo ejercer su autonomía, resistiendo la fuerza de gravedad: estar de pie, realizar empujes, tracciones, levantamientos, saltos, soportar pesos, desplazarse, etc. Es importante que se utilice de forma económica, en su justo grado.
- *Elasticidad*: es la cantidad de fuerza de resistencia de un material, es decir, la capacidad del mismo de volver a su forma original después de haberle aplicado una fuerza. Esta propiedad lo capacita para volver a contraerse desde su relajación.
- *Extensibilidad*: es la capacidad del músculo (o de cualquier otro tejido) de estirarse en respuesta a una fuerza o tensión ejercida externamente. Esta será mayor cuanto menor sea la fuerza generada en el propio músculo, es decir, cuanto más relajado esté.
- *Flexibilidad*: es la que proporciona al músculo la capacidad de elongarse y soportar con más eficacia continuas acciones y tracciones. Ésta permite que articulaciones y músculos configuren gran cantidad de movimientos. Cuanto más elástico es un tejido, más fuerza es requerida para alargarlo. Para el desarrollo de la flexibilidad, es necesario estirarse hasta llegar al punto de tensión, de cierta molestia, pero nunca dolor. Para Sampayo (2008), la flexibilidad y el equilibrio “son la clave de un movimiento eficaz” (pág. 45).

Dentro del funcionamiento del cuerpo muscular, por muy pequeña que sea la acción o el movimiento, siempre existe al menos un músculo para realizarla y otro para llevar a cabo la acción contraria (músculo efector agonista y músculo en relajo antagonista). Para entender a grandes rasgos el funcionamiento de la estructura corporal, es muy importante conocer la manera en que el cuerpo está diseñado, cómo es dispuesto en relación a las partes y extremidades, cuáles son las fuerzas necesarias para la activación de cierta musculatura, de qué manera trabaja el músculo y cómo se interrelacionan entre sí, en el conjunto de acciones posibles. Muy ligado a esto, está el concepto de *sinergia*: “la actividad colaboradora de un grupo de músculos para conducir al cuerpo a la realización de una acción determinada” (ibíd., pág. 48).

Si bien, la búsqueda de un cuerpo elástico es planteada desde la fisiología, también es necesario situarla desde la externalidad espacial, imaginaria. Es importante entender la proyección de la imagen externa del cuerpo en movimiento como una materialidad envuelta por elásticos que activan la musculatura de manera interna y la sostienen desde la espacialidad, concentrando, más aún, la visualidad de un cuerpo que nunca detiene la expansión muscular del movimiento.

Físicamente, el estiramiento de los músculos anatómicos proporciona gran amplitud en los movimientos, protección articular y una nueva riqueza de posibilidades para moverse. Para que el músculo logre estirarse es afectado por fuentes externas, como la gravedad, la inercia del movimiento, la acción de los músculos antagonista, la fuerza de peso ejercido por otra persona o por otra parte del cuerpo independizada del propio individuo, etc. Todo el efecto de activación o relajación muscular, en tanto acciones y estados en que se encuentra la musculatura, influye directamente en la respuesta emocional ante distintas situaciones de la vida, por lo que instaurar la idea de un *Cuerpo Elástico*, fomentaría una perspectiva flexible y

saludable tanto para las posibilidades de movimiento, como para la perspectiva personal de la autoimagen y sentir individual.

2.1.3 Consciencia Articular

Entender el cuerpo, cómo se mueve, y bajo que impulsos, ayuda a ampliar las posibilidades existentes, diversificando la capacidad de elegir cómo moverse. El tercer sub eje del manejo Kinestésico del cuerpo, refiere a la consciencia articular. Para ello es necesario vislumbrar y comprender el recorrido que el movimiento hace a través de las zonas articulares, así también, reconocer el conjunto de articulaciones comprometidas para que dicho movimiento ocurra.

Cómo articular; qué partes del cuerpo activar y desactivar; cómo dimensionar la actitud corporal, para sí y para otro; y como relacionarse con estas conexiones. El movimiento en el cuerpo humano funciona como un complejo sistema de palancas donde cada articulación es el vértice o punto de apoyo. Las articulaciones son “los elementos a través de los cuales se unen dos segmentos óseos, dotando al esqueleto de capacidad para el movimiento. Este movimiento consiste en el desplazamiento de palancas óseas” (Sampayo, 2008, pág. 33). Se distinguen tres tipos: *sinartrosis*, articulaciones fibrocartilaginosas que permiten poco o ningún movimiento; *diartrosis*, articulaciones sinoviales en las que no existe continuidad sino contigüidad: superficies articulares, cartílago articular, cápsula articular, membrana sinovial, ligamentos; y *anfiartrosis*, articulaciones semi móviles.

Las articulaciones son aquellas que proporcionan el movimiento esquelético del cuerpo. Éstas poseen cierta dureza que permite que los cambios de posición ocurran, al servir de palancas para la tracción de los músculos. Unen cada segmento óseo (hueso), que en sí mismo, ya posee una dureza que otorga estabilidad, estructura y forma, y elasticidad que proporciona la capacidad de soportar cargas y presiones sin llegar a romperse (Sampayo, 2008). En este

sentido, el trabajo articular debiese ser en práctica paralela al trabajo muscular, sumándose a la consciencia postural y la estabilidad del esqueleto.

Una consciencia articular activa, permite que el movimiento circule de manera mucho más fluida a través del cuerpo y soporte articular, generando amplias nociones de los centros existentes en todo el cuerpo, tales como, el centro de peso o gravedad, centro de liviandad, centros de las manos y pies, o todas las posibilidades articulares que son visualizadas como micro centros.

La pelvis, donde se conecta uno de los centros más importantes (centro de peso), es la que proporciona a nuestro cuerpo una ventaja funcional muy importante, ya que se encarga del “reparto y distribución de los pesos, desde el centro hacia las piernas” (ibíd., pág. 35). Dentro de sus capacidades, se reconocen tres acciones posibles:

- *Anteversión*: la pelvis está basculada hacia adelante, crestas ilíacas adelantadas y sacro horizontal. La lordosis lumbar se incrementa.
- *Pelvis neutra*: el coxis está dirigido hacia el suelo y la pelvis está ligeramente inclinada hacia abajo y hacia atrás. La curvatura lumbar corresponde a la morfología individual de cada sujeto.
- *Retroversión*: la pelvis bascula hacia atrás, el coxis hacia delante y la curva lumbar se invierte.

“La adecuada movilidad de la pelvis a través de sus articulaciones determina gran cantidad de posturas que adopta nuestra espalda, así como el equilibrio general del cuerpo” (ibíd., pág. 37).

La consciencia articular facilita las conexiones del cuerpo y el movimiento, y entrelaza el posicionamiento articular en relación a la activación muscular. El flujo del movimiento es guiado desenvueltamente por la articulación, permitiendo que se generen disociaciones en la capacidad de acción. Estas disociaciones permiten clarificar y amplificar la consciencia de qué

muevo y cómo muevo, evidenciando de manera visible el recorrido articular del movimiento en el cuerpo.

Tal como plantea, Kuriyama (1999), “la cuestión fundamental está en el tránsito del cuerpo articulado hacia el cuerpo muscular. La transición se encuentra en los orígenes de la conciencia” (Greiner, 2009, pág. 62).

El sentido Kinestésico finalmente, será comprendido desde todos los lugares posibles mencionados anteriormente. Entendiendo como puntos más relevantes, en la investigación kinestésica, el acercamiento a la conciencia del uso eukinético, conciencia muscular y conciencia articular. De esta manera, la comprensión física del cuerpo es posicionada, como un motor de activación, herramienta práctica y el primer eje fundamental para aproximarse al macro entendimiento de la transformación consciente del cuerpo para la creación de lenguaje particular.

2.2 Sentido Temporal

La segunda capa de análisis para aproximarse a una noción de transformación consciente del cuerpo en movimiento, es la relación que se establece entre el concepto de tiempo y movimiento. Un sentido temporal de advenimiento a la hora de accionar en el cuerpo a través de la profundización del cómo es entendido filosófica y físicamente, en las relaciones amplias que comprenden el cuerpo, la perspectiva, la danza y otras reflexiones.

“La problemática del tiempo es una de las grandes cuestiones de la danza contemporánea” (Louppe, 2011, pág. 131). Con este pensamiento es que se comienza una larga lista de reflexiones en torno al tiempo, sus significancias y su relación para con la danza y ser

danzante. En el estudio realizado por Laurence Louppe (2011) en su libro *Poética de la Danza Contemporánea*, deja entrever diferentes puntos de vista respecto al sentido temporal.

Laban plantea que no existe ningún tiempo en sí: “únicamente contracciones y convulsiones de materias en polos de intensidades contradictorias. Así es, tal vez, como el bailarín Wigmaniano teje el vestido del tiempo” (ibíd., pág. 133). Cunningham por el contrario, insta una visión de tiempo como *materia suprema*, incluso como objetivo, ya que “procede de la esencia misma del gesto” (ibíd.). Carolyn Brown, se refiere a los dichos de Cunningham: “si cambias el tiempo y el espacio, el propio movimiento cambia” (ibíd.).

En su investigación, Cunningham somete la práctica compositiva al *chance process* [proceso aleatorio]⁹, entendido en su práctica como el recurso de un método aleatorio como vía propensa en la habilitación de nuevas posibilidades imaginarias en los procesos de azar, “son para él un modo de acceso a los recursos elementales que surgen las polaridades comunes del impulso motor” (Maletic, 1987 en Louppe, 2011). La aleatoriedad, en cierto modo, propicia un lugar primario al momento de accionar con el movimiento y la composición, ya que la percepción y los tiempos de intervención se ven modificados por ésta. Es así como lo aleatorio logra destruir cualquier tipo de encadenamiento que arraigue el sentido del movimiento, su conformación y/u organización estructural.

Desde la perspectiva de Deleuze (2007), se instalan ciertos *planos de inmanencia*, en donde el tiempo es expuesto por el cuerpo como una materia prima, es decir, que el tiempo no existe en sí como una categoría, sino que es visitado desde un plano mucho más sensible de la percepción. Menciona, además, que el movimiento “se hunde para perderse allí” (en Louppe, 2011, pág. 146), en el tiempo. El movimiento, al verse sumergido en el sentido de tiempo, propicia un estado de reajuste de los factores que influyen en su propio accionar, modificando las percepciones y visitando nuevas posibilidades de manejar duraciones, momentos e

⁹Charlip, 1992, págs. 40-43 en Louppe, 2011, pág. 135.

instantes en su inicio, desarrollo y desenlace. De esta forma, la percepción temporal es alterada por el movimiento, generando una relación del movimiento hundido en el tiempo no solo para perderse allí, sino también “para sobrevivir” (ibíd.).

Porque, entregado al tiempo, el movimiento reinventa todos los factores poéticos: espacialización, tensilidad, modalidades de la transferencia de peso, trabajo paradigmático y difractado sobre las referencias. Todo ello le sirve para poner a prueba la duración como materia, el instante como epifanía de una fulguración siempre reiniciada. El “trabajo de la danza” sobre el tiempo arrebató a Cronos su poder devorador sobre los cuerpos. Al “perderse” en el tiempo, el bailarín elabora *contrafatalismos* ligados a la renuncia del movimiento sobre su propio desenlace (ibíd.).

Merleau-Ponty se instala desde una perspectiva menos disoluble con el tiempo, insistiendo en la reciprocidad que existe entre el tiempo y el ser humano: “todos activos y todos pasivos, somos el surgimiento del tiempo”. “El tiempo estalla a través de mí, haga lo que haga” (Merleau-Ponty, 1976). La relación que aquí se plantea es un lazo indisoluble del existir por sí mismo (del ser) y existir con el tiempo. No es posible desligarse del tiempo, ya que existiría de manera autónoma a través del ser humano, pero si se tendría la “libertad de usarlo” (Fontaine, 2012, pág. 99). En un análisis similar a Merleau-Ponty, Deleuze (2008), establece el tiempo como un lugar ineludible, situando al sujeto-objeto como presa de sus variantes: “Allí donde se establece un movimiento entre cosas y personas, se establece una variación o un cambio en el tiempo, es decir en un todo abierto que los abarca y donde se sumergen” (Deleuze, 2008 en Louppe, 2011).

La danza, por su parte, es vista como una disciplina que compite constantemente con la dominancia e interrelación del tiempo. Su subjetiva existencia la conduce a dos puntos extremos, en el cual el tiempo puede ser creado, o en el cual puede morir. Badiou (1993), plantea que la danza está “sustraída de la decisión temporal” (en Fontaine, 2012, pág. 15) y que en ella se desarrolla “un algo de anterior al tiempo, de pre-temporal” (ibíd.), es decir, la danza en su existencia no puede decidir sobre el manejo del tiempo, ya que existe previo al mismo. En ese sentido, Fontaine explica que si “la danza es el cuerpo presa de la inminencia, lo que es inminente es el tiempo anterior al tiempo que va a haber” (ibíd.). Para Michel Serres (1982), “la danza es sola, ella es primera” (ibíd., pág. 24); ella es quizás anterior al tiempo: “ante alguna fuerza, ante toda fuerza, ante alguna cosa, ante toda determinación, la bailarina, la danza, ceden el paso [...]. Así nace el movimiento, así, quizás, nace el tiempo” (ibíd., pág. 25). Esta reflexión alude al cuestionamiento que involucra al movimiento danzado como un lugar primigenio, como si la danza existiese antes de todo, y en su capacidad de existir, inclusive, creara al tiempo, su propio tiempo. Dominique Noguez (1992), ve la danza como “el preámbulo de la eternidad” (ibíd., pág. 15). Dentro de esta última perspectiva, es que se instala el cuestionamiento del tiempo y la eternidad, como un lugar debatible dentro de los parámetros de lo intangible y filosófico de su relación.

Para Platón “el tiempo es la imagen móvil de la eternidad inmóvil” (Platón, 1950 en Fontaine, 2012). Por otra parte, Laurence Louppe (1996), habla de una “ilusión de eternidad inalterable” (pág. 33 en Fontaine, 2012, págs. 43-44), ya que el tiempo y la eternidad forman la ilusión casi inherente, por eso inalterable, en su relación con la danza, esperando muchas veces que la danza sea un desarrollo de éxtasis temporal. Pese que a que dentro de su mismo planteamiento Louppe recuerda que “el cuerpo del bailarín no está allí para instalar ficciones de eternidad” (ibíd.).

En relación a la coreografía, y el rol del creador, Fontaine (2012), sugiere que: “El coreógrafo no está en la eternidad; al contrario, se encuentra en el lugar próximo donde el tiempo se escurre, él se expone en el doble movimiento del abandono y del desafío” (pág. 43), puesto que desde la función del coreógrafo, es necesario poder visualizar lo que ocurre en su toma de decisiones, paralelamente a lo que es expuesto en la danza del intérprete. Entonces, se aprecian polos que someten la idea de danza y cuerpo bajo percepciones temporales abstractas y subjetivas, y a su vez, desde un lugar concreto y racional, así los “cuerpos se enfrentan a un tiempo poético (singular) y al tiempo métrico real” (Diverres, 1992, pág. 29).

Desde una perspectiva más idealista, Badiou (1993), habla de un “cuerpo-pensamiento inocente primordial” (pág.19), posicionando a la danza como una entidad que “hace signo del cuerpo pensado, no del cuerpo-cuerpo” (pág. 241, en Fontaine, 2012, pág. 39). Sartre (1976) dice: “Nada puede estar tan poco en la carne como la bailarina, incluso si está desnuda” (pág. 401). Serres (1982), habla de un cuerpo “tan desnudo, tan blanco, tan vacío, tan ausente” (pág. 24), es un cuerpo que no envejece, que no muere, incluso que no existe (“el bailarín es totalmente abstracto, sin existencia y sin salida” (pág.24)) (en Fontaine, 2012, pág. 39). Si bien estas afirmaciones pueden ser cuestionables en muchos aspectos, lo que se plantea entonces, es la posibilidad de cuerpo que existe más allá de un sentido plenamente físico a través de la danza, sino más bien, una especie de cuerpo tácito situado entre la intangibilidad del ser, subyaciendo entre la negación de cuerpo-carne, promoviendo un cuerpo que es, más bien, ideado, un cuerpo etéreo. “La danza se vuelve entonces el arte que, por excelencia, niega la muerte del cuerpo y niega el tiempo (o lo mata o le precede)” (Fontaine, 2012, pág. 40).

El tiempo devela la condición finita de la humanidad, con ello la discutible capacidad de proceder ante la eternidad, no en un sentido físico-tangible, sino desde la cuestión ontológica. Desde este enfoque, el tiempo aporta una creación de realidad agotable e inevitable de ser, crecer y fallecer en el tiempo. “Al tiempo se lo define más como destructor que como

generador. Es el tiempo lineal, definido por la relación de sucesión, el que aporta la melancolía, la vejez, y la muerte” (Fontaine, 2012, pág. 44).

Xavier Le Roy (2001), habla en la entrevista de Fontaine (2012) mencionando que la *cuestión* del tiempo: “es el desafío primordial cuando se intenta hacer cambiar las percepciones y representaciones de los cuerpos” (pág. 129). Desde la búsqueda que realiza Le Roy, en torno a la transformación como eje transversal en el territorio exploratorio, es que se incita la capacidad de enlazar el tiempo y su entendimiento, con la necesidad constante de cambiar, en formas, ideas, sensaciones, representaciones, etc. Por ende, **entender el tiempo, es entender el cambio.**

2.2.1 Impermanencia Corporal y Sentido de Inmediatez

Parte de comprender el tiempo, es entender que nada permanece realmente, en el sentido corporal, en la carne, en la respiración, en el movimiento. Es necesario entender el “carácter temporal de la experiencia humana” (Ricoeur, 1983 en Fontaine, 2012), como un estado de convenciones y alteraciones que se relativizan en la construcción de experiencias concretas del *ser cuerpo y ser tiempo*.

Merce Cunningham, en sus reflexiones “opone la mecánica temporal de los fluidos, el agua a la vez como medio continuo y como mutación, como Impermanencia” (Louppe, 2011, pág. 136). En ese aspecto, no existen encadenamientos que aten al cuerpo a un tiempo determinado y constante. El sentido de Impermanencia corporal aparece en la necesidad intrínseca de cambiar, de mutar, de transformar. En 1955, Cunningham escribe: “La danza se ancla en el instante en que se presenta, y su vitalidad, su potencia y su seducción provienen justamente del carácter único del instante. Ella es tan exacta e impermanente como la respiración” (Lartigue, 1982, pág. 29), y en 1972: “La danza es un arte no permanente” (Vaughan, 1997, pág. 87).

Para comprender la danza como un arte impermanente, es importante distinguir la existencia de duraciones corporales, el cuerpo como tal, el sujeto, las cosas, las decisiones, tienen la capacidad e incapacidad de durar.

La imagen –entendida aquí como aquello de la obra que aparece- es tentativa paradójica de captar lo que hay de más efímero (...). Si, en tanto imágenes, las obras de arte son la duración de lo efímero, ellas se concentran en el aparecer como algo momentáneo. Hacer la experiencia del arte significa tomar consciencia tanto de su proceso de inmanencia como de su fijación al instante. (Adorno, 1971, pág. 47 en Fontaine, 2012, pág. 21).

La danza en su capacidad de producir afectos, inclusive si la materialidad no durara más que unos pocos segundos, podría “conservarse en sí en la eternidad que coexiste con esta corta duración” (Deleuze & Guattari, 1991, pág. 157-158). Acoplarse a la idea de instalar la danza como un momento trascendente, más allá de lo físico, es entender de manera particular las construcciones de lo que se dice finito (material) yuxtapuesto a la idea de lo eterno (existir y conservarse). Es pensar en la eternidad que subyace en un par de segundos, en sensaciones, y su capacidad de alojar la materialidad e inmaterialidad en su propia virtualidad de ser tiempo. Es pensar la resolución de un “momento” en otro sentido, el de *inmediatez*. Ernst Schoen se refiere a los *fuegos artificiales*, como el “único arte que no quiere durar, sino que desea, por el contrario, no brillar más que un instante y luego desaparecer en el humo” (Adorno, 1971, págs. 44-45). Es necesario comprender las artes temporales, entender que el desarrollo de cualquier

cosa dentro de este campo es un devenir de flujos tiempo-espaciales que arrastran al cuerpo y la danza a lugares ínfimos de la perceptibilidad del hacer, de la acción, de danzar.

Ahora bien, ¿Cómo se entiende lo inmediato?, podría tratarse de un suceso, hecho, acción que ocurre en un momento determinado por el ahora. En el plano de la improvisación se habla de componer en la inmediatez. Forti (1996), se refiere a “la poética de la danza improvisada”: “una inmediatez y ‘*sin embargo*’ una composición” (Bardet, 2010, pág. 133), entendiendo la improvisación como un lugar de acceso inmediato desde el movimiento, pero desechando la idea de vacíos existentes en el mover por mover, sino que dentro de este tránsito surgiría la composición. Desde este lugar, es posible hablar del término *Composición instantánea*, una relación íntima entre la acción de improvisar y el acto de componer, como ruta para avivar un sentido inmediato del cuerpo movilizado. La relación con el mundo que contextualiza el presente, logra tensionar la idea de inmediatez entre las sensaciones que se tienen y el movimiento que pudiese aparecer. La inmediatez, entonces, inmersa de igual modo en la existencia de duraciones corporales y flujos temporales, es abordada desde una perspectiva espontánea e inadvertida del hacer. Tal como Cunningham declara: “duraciones totalmente expuestas tanto a lo imprevisible como a la indeterminación” (Louppe, 2011, pág. 136). Instalando la posibilidad, en sí, de que lo que es llamado tiempo, en el acto del cuerpo danzado, sea creado por el mismo movimiento:

Un tiempo producido por las decisiones deliberadas de un sujeto que inventa su tiempo. Porque, para inventar tiempo, hace falta que uno mismo segregue su materia. Crear figuras de tiempo (duraciones o instantaneidades, dinámicas temporales o capas exentas de toda dinámica), pero sobre todo a través de ellas hacer surgir el tiempo como *fuera poética* (ibíd., pág. 137).

Es posible aseverar, en las aproximaciones a un cuerpo impermanente y sentido de inmediatez, que la acción es precedida de un carácter de decisión, en la instalación de un cuerpo en movimiento con la capacidad de *no permanecer*, y cambiar en el *inmediato*. Bajo estas concepciones, queda claro que el tiempo transcurre de infinitas formas y posibilidades, incluso fortuitamente, aunque no se desee que así fuese, pero en tanto se es consciente de su existencia, dentro de la espontaneidad y escucha corporal, es posible decidir, en él, sobre él e incluso antes de él. En este sentido, y bajo las palabras de Louppe (2011), “es importante liberar el tiempo (y el movimiento) de un ritmo impuesto del exterior” (pág. 133), es decir, de una presencia anecdótica dentro de él, nada influye desde lo externo, sino que instauro una relación directa entre tiempo y cuerpo-ser-materia.

Finalmente, es posible apreciar el tiempo como materia maleable, elástica y flexible. En ello una corporalidad transitoria, que nunca habita dos veces el mismo punto tempo-espacial, un cuerpo que nunca se detiene realmente, que maneja un *timing*¹⁰ específico en su capacidad de transformar (se), de generar cambios, y, a su vez, de ser el cambio. El poeta Charles Olson, visualiza la *materia-tiempo* como “flujo, la danza como corriente de agua, y el cuerpo del bailarín nunca se baña dos veces en el mismo río” (Louppe, 2011, pág. 134), en ello “el tiempo escapa de su poder de retención” (ibíd.), es decir, el tiempo como tal no puede ser encerrado, detenido, siempre seguirá un curso de manera autónoma a la existencia de un otro, sujeto, cosa, acontecimiento. Del mismo modo, el cuerpo no puede ser encadenado a un tiempo determinado y constante.

¹⁰Cunningham sobre el concepto de *Timing*: *Al comienzo del trabajo, nos fue necesario desarrollar este sentido que permite sentir sin ver dónde se hallan los otros bailarines, y en qué relación con uno mismo. Este sentido está muy ligado a la relación con el tiempo, lo que yo llamo el **Timing*** (Cunningham, 1980 et 1988, pág. 25 en Fontaine, 2012, pág. 84).

2.2.2 El Instante, La presencia, Lo Efímero: CUERPO PRESENTE

Al entender el tiempo en relación a un *instante*, y la danza en su calidad de *efímera*, se instala la necesidad de profundizar en las posibilidades de adentrarse en la idea de *presencia*, e instalar el segundo cuerpo a investigar, un *Cuerpo Presente*.

En primera instancia, se exponen los dichos de Paxton (1974), el cual se refiere a una “sensación de tiempo”: “Perder el control de su propio eje, soltando su propio peso en el peso del otro. Donde aparece un nuevo tiempo que no es medible y no tiene duración precisa” (Loupe, 2011, pág. 144). En el trabajo que Paxton realiza, sobre la relación del peso y el contacto de los cuerpos, es este tiempo, incapaz de medirse, el que propicia el *momento de*, el instante.

Todos estos intervalos de tiempo en los que se manifiesta el impulso, o incluso la aplicación a partir de un dispositivo de acoplamiento, hacen sentir, tanto al bailarín como al espectador, la importancia del “*instante*” que estos procesos invocan y a veces provocan. El instante como único marco posible de surgimiento de lo desconocido, como fractura de experiencia (ibíd., pág. 144).

Para Bardet (2010) “El instante se da a través de una imagen geométrica, es el punto indivisible en el sentido de lo uno, de la unidad, que tiene extensión y no ocupa ningún lapso de tiempo” (pág. 144). Bajo la concepción de unidad, el instante es encargado de instalar este parámetro, como un punto que, si bien debiese tener una duración para existir, es atemporal, ya que escapa del sentido tiempo, situándolo en otro plano intangible: “Esto es todo salvo el presente, cuando uno se plantea la cuestión del presente real, concreto” (ibíd.).

Por su parte, Odile Duboc menciona que la felicidad perfecta funcionaría en base a la conciencia de un instante que es vivido. En ello, la aproximación a hacer consciente la existencia de un tiempo y un funcionamiento en torno a él y fuera de él, que genera el discernimiento de lo que es entendido como *instante*, al mismo tiempo que se potencia la idea de un cuerpo en este ‘lugar’ no regido por lo temporal, “la conciencia de un cuerpo que se vehiculiza fuera del tiempo” (Fontaine, 2012, pág. 44).

Es posible entender que existe una toma de conciencia temporal por parte del cuerpo, que puede situarse tanto en diálogo con el tiempo, como en su negación del mismo:

Revalorizar el instante, porque con ello se sale de las construcciones operativas, es evidentemente otorgar al tiempo ese flujo indeterminado que algunos bailarines sitúan en el centro de su búsqueda artística: Cunningham, para quien el instante es la figura única de un “accidente” puro, desligado de todo campo determinista; Odile Duboc (...) es quien atrapa la eclosión de momentos corporales liberados de todo obstáculos (Louppe, 2011, pág. 300).

Louppe (2011), expone que “la cosustancia absoluta del gesto con el instante, incluso la duración de su desarrollo (*motion*, de Nikolais) es uno de los fundamentos de la danza contemporánea” (pág. 145). Además refiere a “La instantaneidad, como resistencia a la economía de la imagen detenida, que generaría ella misma lo “ulterior” de una acumulación simbólica” (ibíd., pág. 301). La estrecha relación del gesto vinculado al instante, lo instantáneo, sugiere de manera activa la negación a lo paralizado de la imagen, por lo cual es

sostenida por sí misma como un ‘algo’ que se instala bajo los parámetros del gesto y propicia su campo individual de simbolismos.

Continuando con las perspectivas expuestas en la Poética de la Danza Contemporánea, “El bailarín trabaja sobre el instante, pero también, ‘en’ el instante” (ibíd., pág. 145), transformándose en un elemento esencial para la elaboración de la ‘presencia’ del bailarín. “La presencia puede leerse como la cualidad de estar ahí” (ibíd.). Esto promueve la necesidad en el ser danzante de poder situarse tanto en la poética de la danza, como en la concreta y trascendental conexión con el cuerpo y el tiempo. Esta necesidad genera la urgencia en el bailarín de estar “presente en el presente (noción crónica)” (ibíd.). Sin esta noción de presencia, nada podría trascender al simple acto de lo instantáneo, y tampoco, podría corresponderse el gesto y la conexión con el instante que crea (y que a su vez genera el gesto). Sería necesario hacer del instante algo *consciente*¹¹.

Bardet (2010), se refiere a un “presente que siempre dura” (pág. 145), Noguez (1992), sugiere que “no hay más pasado, no hay más futuro, un infinito presente” (pág. 13) que implica a menudo un “fuera de tiempo” (ibíd.). Estas aseveraciones, desarrollan nuevamente la idea del habitar atemporal, que no es comandado por la lógica métrica del tiempo, sino que incitan al cuerpo a situarse en un presente inagotable. A pesar de esto, no es posible generar dichos tan deterministas a la hora de englobar el cuerpo y la danza en el tiempo, pensando en los dicho de Geisha Fontaine (2012), respecto a la construcción de una pieza coreográfica: “Toda danza lograda implicaría lo previsible de su desarrollo, la efectuación de lo que el espectador anticipa” (pág. 39). Mencionado esto, se amplía entonces el espectro que sigue nadando en las olas ambiguas del accionar en el tiempo y a través de él. En ese punto, por más que se intente habitar la explicitéz del presente, existirían variables que no participarían de manera directa

¹¹ Duboc (1993), propone la idea de “instante consciente”. En el caso de sus bailarines de “ser en el tiempo” generando un estado de presencia excepcional: “el cuerpo, al trabajar sobre su propia plenitud, mantiene el tiempo en suspensión” (en Louppe, 2011, pág. 145).

con un ahora, sino que vendrían desde lugares con tendencias anticipativas del accionar: “Venida del futuro según lo inesperado que le es propio” (Lyotard, 1988, en Fontaine, 2012).

Michel Guerín (1995), declara que “la danza es un presente que guarda el cuerpo” (págs. 68-69). La cualidad de *presente* sería propia de la danza y de otras “prácticas del instante”, según el psicoanalista Claude Rabant (1992), “se produce en la energía de una actualidad siempre exactamente nueva” (pág. 34), es decir, que el momento del ahora estaría continuamente renovándose, partiendo de nuevo una y otra vez, no en un sentido cíclico, sino en la capacidad de reinicio imprevisible del tiempo como presente.

¿Qué es, para mí, el momento presente? Lo propio del tiempo es transcurrir; el tiempo transcurrido es el pasado, y llamamos presente al instante en el que transcurre (...). Sin dudas, existe un presente ideal, puramente concebido, límite indivisible que separaría el pasado del porvenir. Pero el presente real, concreto, vivido, aquel del que hablo cuando aludo a mi percepción presente, ocupa necesariamente una duración. (Bergson, 2010 en Bardet, 2010, págs. 144-145).

Entonces al hablar de presente, también hablamos de una cierta duración para poder leer su existencia. Para que el presente exista, entonces, debe aceptarse la idea de que contiene una coexistencia, en su dimensión con una conciencia y con un cuerpo que dura. Esta duración sería lo que vuelve real presente, situándolo en un plano más concreto en el entendimiento, pero que exige un pensamiento mucho más sutil en torno al tiempo, transformando el concepto mismo para la articulación entre “presente, conciencia y corporalidad” (ibíd., pág. 145). Esta perspectiva se opone al discurso del instante en el accionar sensorio-motor, ya que “todo instante es siempre ya espeso y no es más realmente instantáneo” (ibíd.).

La unión del acto danzado con la actualidad del cuerpo en el momento instalado como un presente inagotable, en un reinicio constante, ha llevado a creer en lo *efímero* de la danza, “como si el movimiento estuviera para siempre incrustado en el presente, un presente que nunca podrá volver” (Louppe, 2011, pág. 145). Bajo este mismo pensamiento, Blanchot (2009) dice: “¿Qué es lo que retornará?, todo salvo el presente, la posibilidad de una presencia” (pág. 46), en ello, se fomenta la noción de que el presente se sitúa de manera única e irrepetible, nunca podrá ocurrir más de una vez de la misma forma. Eric Landowski (1997), plantea que el modo de presencia en el mundo sería todavía una forma única de atención sensible y disponible. De esta forma, ocurre lo inmediato en relación con las cosas, las personas y los acontecimientos, situando la espacialización –o acción del espacio- como una forma de “presentificación (acción de la presencia)” (Greiner, 2009, pág. 58). Construyendo así un contexto sin otra preocupación que aquella del “instante que estaría por venir” (ibíd.).

Greiner (2009), define sobre la idea de *presencia* del cuerpo:

1. La presencia del cuerpo emerge de movimientos no siempre visibles y claramente identificables, toda vez que se organizan en el tránsito entre el interior y el exterior del cuerpo. Su forma imperceptible nace del momento intersticial en que comienza el proceso de exposición al “otro”. Al transitar entre lugares (del y en el cuerpo) ilumina la posibilidad de la “diferencia”. Es entonces cuando el cuerpo demuestra aptitud para comunicarse y crear nuevas conexiones.
2. Es la presencia del cuerpo lo que da visibilidad al pensamiento y por eso parece cada vez más valorada en las experiencias del arte contemporáneo, cuyo objetivo ha sido, prioritariamente, exponer

pensamientos y proceso de creación más que productos o resultados finales.

3. La presencia del cuerpo es una acción política que se vuelve eficiente a medida que gana visibilidad, creando conexiones con la mirada de quienes la testimonian. En lo que respecta a la danza, para reconocer su presencia política es necesario aprender a leer las intertextualidades que el cuerpo inventa cuando danza, partiendo de los procesos que alimentan y modifican sus acciones en el mundo (pág. 59).

La presencia, entonces, se desarrollaría en base a esta sintonía del adentro con el afuera, un diálogo coludido en una inclusión perfecta de la duración interior, respecto en la duración general de las cosas, en su externalidad. Continuando en la reflexión de Greiner (2009), la presencia del cuerpo sería un momento donde algo se hace presente, ya sea una acción, una idea, una imagen, etc., ganando la visibilidad necesaria para establecer procesos de comunicación con el entorno en el que se sitúe (espectador-contexto). “La presencia sería la ‘carne del cuerpo’, pero también sus conexiones con diferentes objetos y realidades plurales (...), un flujo de informaciones no solamente individuales, sino colectivas” (ibíd., pág. 64). Entonces, el presente si bien es cuerpo, también es relación y conexión, con un contexto, con otro cuerpo, con el espacio, con realidades e informaciones diferentes. De esta forma, es convertido en “portador de una infinidad de posibles, y simultáneamente, de la imaginación (¿del recuerdo?) de otras potencialidades” (Fontaine, 2012, pág. 82).

Ahora bien, es necesario entender las relaciones con lo *efímero*. La visión del movimiento danzado como un lugar efímero, ha sido banalizado y reutilizado en muchos ámbitos, la danza en sí es vista desde el mismo arte y disciplina como efímera. “La danza es en esencia, inasible

y efímera” (Vaughan, 1997 en Fontaine, 2012, pág.17). Para Cunningham, el acto danzado posee una imponente cualidad de efímero, impermanente, evanescente, y ese carácter es decisivo.

“La palabra efímera, por otra parte es tan bella (*épi-héméra*, lo que no dura más que un día, “*Que du matin jus que sau soir*” [desde la mañana a la noche], como decía Ronsard de las Rosas), es continuamente tergiversada. Aplicada a la danza, en el discurso superficial de la ‘*doxa*’ queda banalizada hasta la saciedad”. Por último, oscurecida por la sombra de la fatalidad, se le suelen atribuir caracteres de impotencia para sobrevivir, de debilidad para afrontar del tiempo (Louppe, 2011, pág. 298).

Fontaine (2012), relativiza el pensamiento filosófico que une lo efímero con el concepto de eternidad en la danza, ya que es este mismo pensamiento, el que tiende a dar credibilidad a la danza. Con esto se vuelve a instalar la idea que la danza estaría ubicada fuera del tiempo, y que incluso, tendría el privilegio de “estar ‘antes del tiempo’. Hasta podría matarlo” (pág. 37). Esta noción que asocia la danza a lo eterno –inmortal- mataría al tiempo para “liberar la danza de su influencia” (ibíd.).

Desde la perspectiva de Christophe Wavelet (1995), lo efímero es una “celebración de la pérdida”, “el sentimiento de lo efímero se encuentra en el discurso del bailarín, pero desplazado (podría decirse que ennoblecido)” (Louppe, 2011, pág. 299). Este lugar ‘enaltecido’ con que se sitúa la danza, es para el bailarín, tal vez, un afanoso comienzo hacia una poética del entendimiento, que concurre a lugares más lejanos que lo físico y concreto con que se desarrollan los primeros acercamientos al movimiento. Adentrándose en una comprensión que conecta el movimiento con una *otra cosa* (intangibles), con esa evanescencia

de la carne-cuerpo en el tiempo, lo efímero más allá del movimiento mismo del gesto, sino en el “destello del encuentro” (ibíd., pág. 146), o “lo efímero absoluto de su encuentro” (Badiou, 1993, pág. 20).

En el intento de acercar la búsqueda de un cuerpo presente, se puede distinguir un cuerpo que logra habitar un ahora, constante e indeterminado; un punto conectivo que orilla al cuerpo al riesgo de un nuevo comienzo de manera instantánea, inmediata, que siempre muta y se transforma, que es impermanente, pero a la vez, suscita el momento, lo vive. Un cuerpo que logra el diálogo concreto y simultáneo del ser interno y las exterioridades. Conviven y viven un ahora con el cuerpo.

2.3 Fisicalidad Instintiva

Fisicalidad Instintiva es el término que engloba esta parte de la investigación. Éste hace alusión a las proximidades que tiene la acción física de propiciar un estado instintivo y emotivo en el ser. Es decir, para que la emotividad de un estado interpretativo ocurran, deber ser precedido por una fisicalidad o corporalidad que orille al cuerpo a encontrar algún estado específico desde lo instintivo.

Fromont (2005), menciona que “la expresión humana es primeramente expresión con todo el cuerpo” (en Borges de Barros, 2011, pág. 87). El sentido expresivo, la sensibilidad emotiva, la emocionalidad como tal, son explícitamente vinculantes al cuerpo físico-material, y con ello, a su animalidad. No podría entenderse la expresión de manera segmentada, ya que todo el cuerpo funciona como puente reactivo respecto a lo que sea que se pueda sentir, expresar o vivenciar.

2.3.1 Fisicalidad y Estado Corporal

“Mover para ser movido. Mover para que el movimiento mueva. Mover para entender, para intentar entender (...) Mover para poder ver. Que el movimiento revele el cuerpo” (Condró & Messiez, 2016, pág. 17). Con estas declaraciones, es necesario entender la importancia que el movimiento otorga al cuerpo. El movimiento es fisicalidad, y toda acción física mueve. En su comprensión, la fisicalidad es la propulsora de revelar lugares, tan íntimos como externos, en el cuerpo. Estos lugares serían siempre conductores hacia una conexión con la emotividad y el instinto: “Visualizar qué es lo que te mueve y dejarlo hacer. Convivir sin miedo con lo que sea que pase en ese encuentro. Permanecer en lo movido, moviéndose” (ibíd., pág. 19).

¿Cómo permanecer en lo movido, moviéndose?, una gran interrogante que permite acercarse a las posibilidades de entender cómo conectar con aquello que mueve. El *estado*, por ende, comienza a aparecer como un lugar para situar las comprensiones entorno al ser movidos. Es necesario, entonces, visualizar el cuerpo en una totalidad, un estado de ser y ser estado. Un cuerpo que es precedido por una historia, y que habla, casi siempre, desde la *experiencia* como motor de acción-reacción, al igual de una animalidad propia de la naturaleza humana. Una totalidad del moverse, pensarse y sentirse.

Que baile todo conmigo cuando bailo

Que bailen mi pasado y mi futuro.

Todas las veces que no pude bailar, que bailen cuando bailo.

Que bailen mis recuerdos con mis huesos y que mi dolor también baile con mi dicha.

Que baile todo conmigo cuando bailo.

(Condró & Messiez, 2016, pág. 20)

Desde esta perspectiva poética, es necesario entender que al moverse está todo inmerso dentro de uno, las percepciones temporales, las concepciones y entendimientos previos, la línea biográfica, social, contextual e historiográfica. Las intensidades emocionales simbólica y psicológicamente. El cuerpo responde al instinto de moverse, y con ello, todo lo que cada intérprete-performer-alumno-coreógrafo trae consigo, los lugares y vivencias a través de los diversos estados experienciales.

Mary Wigman, en sus creaciones, decía que su propósito no era interpretar las emociones, sino llegar a estados que propiciaran lugares específicos y requeridos para esa danza: “Mis danzas surgen, más bien, de ciertos estados psicológicos y de diversos estados vitales que desencadenan en mí un juego muy rico de emociones y me dictan las atmósferas específicas que debo seguir” (Durán, 1993, pág. 37). En el estudio que muchos bailarines y creadores han llevado, se habla de ciertos *estados* en que la danza es desarrollada. Comprender la diversidad de estados corporales por las que el movimiento es atravesado, otorga una infinidad de posibilidades dentro de la gama de sensibilidades corporales (físicas y cognitivas), emocionales y espirituales. Esta comprensión ampliaría las capacidades de manejar, en algún punto, el tránsito consciente por una diversidad y variedad de estados, como herramienta texturizadora del movimiento. Así, sería posible distinguir un amplio grado de matices, colores y tonalidades en el movimiento y la totalidad del cuerpo. Un cuerpo impregnado de sensaciones, visitando estados sensibles, alterados, conscientes, frenéticos, extáticos, calmos, etc.

Borges de Barros (2011), desde el área del teatro, se refiere a la existencia de técnicas corporales en el aprendizaje del actor, las cuales favorecen las percepciones para llegar a un estado o al accionar de algo. Estas técnicas son variadas, pero para este punto investigativo conviene destacar tres de ellas. Por ejemplo, un tipo de técnica serían las sacrificiales, las cuales se articulan a partir de rituales de paso y/o iniciativos: “la percepción es hacia la transformación, hacia los estados alterados. El cuerpo camina hacia la construcción del trance, de la manifestación del inconsciente, de lo sagrado y de lo simbólico” (pág. 88). Otro tipo de

técnicas corporales serían las específicas, generadas metodológicamente en la praxis del flujo orgánico de los movimientos corporales: “la percepción es hacia la habilidad y la destreza adquirida. El cuerpo camina hacia la construcción de la abstracción” (ibíd.). Por último, las técnicas corporales sensitivas o perceptivas, articuladas desde las concepciones del sistema holístico: “las percepciones son hacia un fenómeno de interacciones entre el todo y las partes. El cuerpo camina hacia la construcción de sus interacciones y correlaciones duales” (ibíd.). Concebirse en la percepción hacia estados alterados del trance, en conjunto con la abstracción de la fisicalidad, entendiendo el cuerpo como un todo y también como partes, insiste en la perspectiva de entender el tránsito físico a través de estados corporales como solvento para encontrar una emotividad y sensibilidad latente, desde el cuerpo.

El artista escénico, en su labor de comprender el cuerpo, debe estar siempre atento a los estados que pulsan, que aparecen y desaparecen, en ello “busca afinar las temporalidades que se desprenden de tal o cual estado, las toma, más que crearlas” (Fontaine, 2012, pág. 72). De ahí, la importancia de entender el cuerpo y el movimiento como una ruta de estados corporales que son otorgados de manera profunda en conexión con el interior. Condró & Messiez (2016), mencionan que “No hay cansancio, ni límite, hay movimiento. ¿Qué cosa es el cansancio sino el cuerpo asustado ante el límite? A punto de rendirse. Fuera de ese límite el cuerpo es potencia” (pág. 21). El cuerpo como una totalidad conectiva. Finito en la carne, pero infinito en la búsqueda, en las conexiones, en la destrucción de límites, en la apertura interna, un lugar lleno de potencialidades.

2.3.2 Estado de Danza: Sentido de Finitud y Ritualidad

Desde perspectivas personales, se intenta vincular el instinto y fisicalidad en un camino hacia lo que podría llamarse *Estado de danza*, el cual se alejaría de la banalidad que entrega la

práctica, del valor agregado: *Sentido de danza*. Que si bien pueden ser símiles en muchos aspectos, el camino de entrada en la relación del cuerpo y el movimiento es percibido de manera distinta. El *sentido de danza*, desde la perspectiva investigativa y como ya se ha mencionado, es visto como un valor agregado. Es ese sentido de *danzabilidad*, que indistintamente, fuese cual fuese el movimiento, se hace con una intención de “danzarlo”. Por el contrario, el *estado de danza* se visualiza como la conexión más profunda y primigenia que aparece en el cuerpo en relación al movimiento. Es la dimensión instintual, donde la danza entra como un motor creativo, que moviliza, desde lo interno. La perspectiva en que la danza es situada, es determinante en las conexiones que se pudiesen generar. Respecto a esto, si se piensa la danza desde una mirada externa (de afuera hacia adentro), el resultado sería limitante en tanto contenido real pudiese surgir, por el contrario, si la danza es abordada desde lo interno (de adentro hacia afuera), las posibilidades de encontrarse en una conexión profunda y sensible es mucho más amplia y propicia para desenvolverse en un estado honesto de movimiento y emocionalidad.

El estado de danza estaría vinculado a la *finitud* como motor de voluntad, corporal y en el hacer. Clemen Roseet (1960), dice sobre los bailarines: “ellos tienen, en el momento de su danza, la revelación aguda, más aguda que en los otros momentos de su existencia, de que son efímeros y mortales, que sus padres han muerto y ellos mismos van a envejecer” (Rosset, 1960, pág. 62, en Fontaine, 2012, pág. 42). Para Heidegger, la finitud es un punto central para situarse y pensar el tiempo, “es la muerte la que determina el *Dasein*¹² y el tiempo. Ella induce la preocupación como posición ética y como conocimiento verdadero. Pero el saber de la muerte puede también favorecer un uso de tiempo en la conciencia gozosa de nuestra finitud” (Fontaine, 2012, pág. 43). La finitud, entonces, sería activadora en el hacer y en la creación de consciencia. Propiciaría en el bailarín, un motor creativo y constante, entendiendo que el

¹²DA-SEIN de Heidegger: “*El ser para la muerte*” (Greiner, 2009, pág. 63).

tiempo físico es limitado, por ende, el hacer en danza se visualizaría como una necesidad, en ella, una conexión profunda y inagotable con el ser interno, en diálogo constante con la finitud del ser externo y su contexto.

Fontaine (2012), reflexiona en torno al notable deseo humano de trascender los límites temporales para pensarse en lugares fantásticamente eternos. Ella asevera que “la exigencia (artística, ética, estética, etc.) reside en nuestra finitud (...). Se trata de abrirse a las múltiples dimensiones del tiempo, sin privilegiar a que nos es inaccesible” (pág. 45). Daniel Sibony (1995), por su parte, habla sobre las limitaciones otorgadas por el ser danzante a los cuerpos que “adquieren peso” (pág. 189). Este peso sería la edad, lo que de manera inconsciente es repelido en las artes dancadas (siempre hay excepciones), ya que así no se aproximaría la idea de “ver una huella de la muerte, de su propia muerte” (ibíd.). Al instalar esta idea, es inevitable hablar de la desaparición, de la finitud del cuerpo-carne, y de cómo el artista evita encontrarse frente a frente con este desafío de “integrar la propia muerte” (ibíd.). Tal y como menciona Bel (2001), la “única certidumbre que se tiene por el momento: la muerte” (en Fontaine, 2012, pág. 123). Reconocer la muerte como el sentido último de la finitud, es llevar al cuerpo a una consciencia inevitable del existir, en el hacer, pensar y sentir, en el modo de vivir, y de vivenciar la danza.

Nietzsche (1982), reflexionaba que detrás de los sentimientos y pensamientos, es posible conectar con la sabiduría y el poder del *ser*. Éste sería el propio cuerpo. “La prodigiosa apertura que suscita la danza consiste (...) en vivificar la mente a lo largo de todos los rincones del cuerpo” (Rosales, 2013). Al pensar el cuerpo como un albergue de emociones, sentimientos, acciones físicas, pensamientos, y un sinfín de otras variables posibles, la danza pasaría a ser una de las encargadas de abrir, despejar y vivificar los lugares más recónditos del *ser*. Se transformaría en un espacio de encuentro, por un lado, con el impulso primario y un estado

más instintivo, y por el otro, con un espacio ritual inherente del ser humano y su espiritualidad, al trabajo en comunidad, al colectivo.

Gustavo Emilio Rosales (2013), instala perspectivas que posicionan a la danza como un invento crucial, puesto que permitiría cambiar voluntariamente el estado ordinario de consciencia. Las formas que comprenden la acción danzada, pasarían a ser intensidades, y el bailarín entraría en la noción del tránsito entre *ser signo* y *significar*, entre ser un acto cultural a ser cultura viva en plena acción. La danza sería una herramienta que conduce a vislumbrar su propia potencia como generadora de nuevos hechos y realidades. Así, el ser danzante se abriría paso en el tiempo, con la finalidad de extenderse a sí mismo como una apertura. Desde este lugar, Rosales se refiere a la cualidad de *ser y estar siendo* al mismo tiempo, abriéndose paso al entendimiento de la *virtualidad* del bailarín.

El bailarín en su hacer, crea imágenes dinámicas y activas, crea *danzas*. Todo aquello que es visible concretamente es la danza creada, una realidad física desarrollada bajo especificidades tangibles: gravedad, cuerpo, fuerza y tono muscular, control corporal, un lugar, en diálogo con otros aspectos contextuales: luces, sonidos, objetos, etc. Todo lo anterior compone una realidad, pero al encontrarse con cierto *sentido de danza*, desaparece: “tanto más perfecta es la danza y tanto menos vemos sus materialidades (*actualities*)” (Langer S. K., 1966). La realidad bajo este sentido de danza, constituye una “entidad virtual” (ibíd.), una especie de fuerza motora para la danza, una “aparición creada” (ibíd.), cuyos elementos constituyentes no son dados físicamente sino “creados artísticamente” (ibíd.). Esta *aparición* está implícitamente cargada de sentimiento, un sentimiento que “pertenece a la danza misma” (ibíd.). Esta fuerza es realmente percibida por el sujeto, ya que es creada por y para la percepción, esto sería lo

que la constituye como entidad virtual, por ejemplo: “La imagen¹³ en un espejo es una imagen virtual” (ibíd.).

La danza como forma perceptible logra expresar las conexiones, ritmos, crisis, complejidades, riquezas, mucho de lo que yace en el *interior* del ser humano, su experiencia directa con la vida. Una idea instalada dentro de la creación dancística logra reflejar mucho el modo en que el bailarín siente, y como conecta con sus emociones y experiencias subjetivas, las que dan unidad es identidad personal a su danza. Con ello es posible hablar de "vida interior" (ibíd.) de una persona, la cual sería su relato interno, y su modo de sentir con el mundo, su propia historia.

Entre todas las artes, la danza, ha sido atribuida a un origen sagrado. Ésta se origina en el espacio ritual, contextualizada bajo el deseo de lograr la unión con seres superiores que acercarían la inmortalidad al hombre. En la actualidad, lo que se busca es una inmortalidad en otro orden, se pretende acercarse a la "grandeza potencial humana" (Roger, 1941, en Durán, 1993, pág. 73). Las danzas en contextos rituales, siempre han sido efectuadas bajo el alero de algún acontecimiento importante. A nivel de la religiosidad universal es que se ha aseverado que: “la danza fue parte de la creación misma del universo, un proceso perenne y vibrante de nacimiento y muerte, (...) un perpetuo flujo de energía que tomó una infinita variedad de formas” (Waldeen, 1982, págs. 34-35). El potencial que el cuerpo tiene, convierte a la danza en una herramienta -"como imagen corporal de crecimiento y desintegración" (ibíd., pág. 24)-, en alimento místico para conexiones sagradas y espirituales con el alma.

Lo sagrado tiene que ver con algo mucho más profundo que una perspectiva estética. Por más que alguna danza se presente en equis lugar, no significa que ésta sea sagrada por su contexto físico. En el estudio que Waldeen (1982) describe sobre las danzas Balinesas, expone los

¹³Una imagen es, de hecho, un "objeto" puramente virtual. Su importancia radica en el hecho de que no lo usamos para guiarnos hacia algo tangible y práctico, sino que lo tratamos como una entidad completa con solo atributos y relaciones visuales. No tiene otros; Su carácter visible es todo su ser (Langer S., 1953, pág. 48).

dichos de Kakul (bailarín y creador): "El poder debe ser contenido desde dentro. ¡Hay que bajar el centro de gravedad! (...) El poder de esta danza no se puede comprender solo con la cabeza" (pág. 34). Se plantea una conexión de lo sagrado con la profundidad del ser, en su comprensión holística, "el espacio sagrado estructurado transforma el caos en cosmos, haciendo posible la vida humana" (ibíd., pág. 26). La danza y el bailarín actúan como emisores, receptores y conectores de forma simultánea frente a las energías, es aquí donde ocurren encuentros únicos, conexiones misteriosas, y emocionalidades que no son comprendidas desde la racionalidad.

La danza es una de las técnicas más antiguas para llegar al *éxtasis*, un estado de trance modelado para un instante específico por una energía psíquica que sublima la fisicalidad (Rosales, 2013). En la antigüedad, existían algunos cultos hacia el Dios Dionisio, cuya finalidad era sacar la *éktasis*, que en su significancia podía referir a cualquier cosa. "desde un sacar de uno mismo, hasta una profunda alteración de la personalidad" (Waldeen, 1982, págs. 50-51). Se perseguía la liberación extática del ser, estado que otorgaba la sensación de independencia respecto a las limitaciones corporales. El *éxtasis* está emparentado con el sacrificio, donde se vacía el receptáculo del cuerpo y se hace apto para que las deidades entrasen en él, así como en toda la naturaleza. Los griegos hablaban de la *tyrbasia* (*tyrbe*: desorden, tumulto) como danza característica en su ditirambo a Dionisio, la cual estaba llena de movimientos y lograba orillar al cuerpo a un estado de alteración frenética. En la actualidad, Borges de Barros (2011), habla sobre la práctica de variadas técnicas ya mencionadas, entre ellas, las técnicas corporales sacrificiales (ritual): "La percepción es hacia la transformación, hacia los estados alterados. El cuerpo camina hacia la construcción del trance, de la manifestación del inconsciente, de lo sagrado y de lo simbólico" (pág. 88). La danza, por consiguiente, actúa como una línea conectora en la profundización del ser y el cuerpo, de los estados corporales y emocionalidades.

Roheim hablaba de lo esencial que es para el creador (coreógrafo) vislumbrar una especie de “pensamiento corporal” (Waldeen, 1982, pág. 60). Esta comprensión estaría contenida en el “conocimiento inconsciente que yace en centros más profundos del cuerpo que la cabeza o el ojo” (ibíd.), es decir, que si bien el acercamiento al cuerpo es algo intrínseco a la creación, el hecho de recurrir a la memoria de una imagen, hace que este acercamiento se torne superficial, ya que las fuentes más profundas para el movimiento de danza no yacen solo en la anatomía categórica del cuerpo, sino en “lo extrasensorial, lo subsensible o supersensible” (ibíd.).

El creador de danza debe recurrir a su consciencia simbólica¹⁴ para transmutar las percepciones de la realidad externa en realidad interna, y viceversa. Esta transmutación es vinculada al sentido de encontrar el *fuego* interior de la concentración: “Cada hombre padece su propio fuego” (ibíd.). En esta búsqueda, es importante evadir el lugar de lo conocido, de la imitación, de la literalidad, ya que dentro de esta diversidad de consciencias simbólicas, distintas en cada persona, se pretende acercar nuevas visiones del movimiento.

“La verdadera danza no se encuentra, mediante sistemas metódicos o generalizados de movimiento. La danza verdadera (...) es la fusión entre el ser interior y el mundo exterior, es consciencia simbólica que utiliza sus símbolos para transfigurar los sentidos –la percepción sensorial de este mundo-, en un lenguaje corporal capaz de comunicar un sentido transmutado de la realidad: la unificación del Eros dionisiaco y la visión de nuestro cuerpo integrado con el universo; todos somos miembros los unos de los otros...” (Waldeen, 1982, pág. 65).

¹⁴ “El movimiento de la danza es la vida simbólica” (Waldeen, 1982, pág. 64).

Nietzsche decía que “el cuerpo humano no es una cosa o sustancia dada, sino una creación continua” (Waldeen, 1982, pág. 57). Para comprender el estado de danza, la relación con lo finito y el accionar, y la ritualidad inherente al ser humano y al colectivo, es indispensable entender la danza como una creación que jamás se detiene, ya sea en términos prácticos o mucho más subjetivos en la relación energética-espiritual. La búsqueda de una fisicalidad que se enmarca en contextos mucho más sensibles, es un continuo de factores que proponen y enuncian, que accionan y reaccionan. Estos son los espacios necesarios para conectar con el cambio, ya sea en un plano físico (corporal) o en un plano inmanente de la relación con la energía suprema que mueve al ser humano para danzar: la finitud y la inmortalidad.

2.3.3 CUERPO INSTINTIVO

El Cuerpo Instintivo, sería el tercer cuerpo que se propone investigar. Es un cuerpo que acciona desde los sentidos primarios del movimiento, desde la reacción animal de entender y entenderse en el mover, como un estado físico y experiencial, alerta, consciente en su existencia (no así en su reactividad corporal).

Dentro de esta fisicalidad, es necesario hacer alusión a los impulsos, como acción y como estado. Estos serían los impulsos corporales necesarios para que el cuerpo físicamente sea movido. Según Nietzsche, *Apolo y Dionisio*, representaban dos impulsos en conflicto que al mismo tiempo interactuaban: “El primero Buscaba la Perfección, la estabilidad, y el segundo buscaba experimentar el éxtasis” (Durán, 1993, pág. 52). Desde este lugar, se establece la relación que hace Humphrey de *Caída y recuperación* “(...) emerge y así vemos que crecer es un impulso hacia afuera, un desafío al destino, un acto temerario de exploración que conduce al conocimiento de uno mismo o al desastre” (Stodelle, 1978 en Durán, 1993, págs. 52-53). Esta dualidad sería el “flujo constante que existe en todo cuerpo viviente, hasta en sus partes

más recónditas” (Stodelle, 1978), su sustancia. Laban (1994), hablaba de los impulsos que originan el movimiento, y los relacionaban a los cuatro factores¹⁵ para el entendimiento del cuerpo en movimiento; “para la circulación del “yo” desde la urgencia interior (*inner impulse*, impulso interior) con el objetivo de exteriorizar y simbolizar una relación” (Louppe, 2011, pág. 163). Bajo estas mismas concepciones, es que Bartenieff hablaba sobre el “inner impulse to move (el impulso interior para moverse)” (Fontaine, 2012, pág. 143). Este impulso sería la reacción ante lo primero, el primer movimiento, el primer pensamiento, la primera acción, el primer estado, para que el cuerpo sea movido. Es necesario entender un cuerpo renuente de la objetividad y estética del movimiento, ya que la urgencia por moverse sería una instancia para plantear el movimiento honesto, un movimiento que no quiere significar más allá de sus propios límites del ahora, y su trascendencia estaría en su honestidad, en su verdad.

Baril (1987), menciona que el trabajo de Alwin Nikolais es revelador, ya que muestra al hombre la imagen del universo que lleva en su interior, invitándolo a participar. “Nikolais se dirige mucho más a la sensibilidad carnal que a la sensibilidad espiritual” (pág. 298). Esta sensibilidad es la vinculación directa con la carne-cuerpo (físico), es decir, que la conexión es hacia el cuerpo, con todo lo que carga (nociones, pensamientos, historias, vivencias, etc.), y con su propio entendimiento en el movimiento. Waldeen (1982), dice que “toda realización es carnal, *carnaliter adimpleri...*” (pág. 55), y sobre los dichos de William Blake: “Volver el verbo a la carne, Hacer de nuevo carnal el conocimiento” (ibíd., pág. 59), mediante la percepción de los sentidos corporales. La sensibilidad carnal propiciaría la conexión con el impulso primario, ya que el cuerpo estaría disponible para la asimilación intrínseca en la activación y reacción con el movimiento. Un factor sorpresivo en las danzas de Mary Wigman, por ejemplo, era ver y sentir por primera vez la “reminiscencia de lo primitivo”

¹⁵ Dentro de estos cuatro factores se encuentran: Peso, Flujo (grado de intensidad muscular), espacio y tiempo (Louppe, 2011, pág. 163).

(Durán, 1993, págs. 32-33). Sumergiéndose en la fuente más antigua en la que el hombre tuvo sus impulsos creativos, en sí misma.

Es aquí, donde el instinto comienza a jugar un rol fundamental en el entendimiento de las conexiones interiores y el cuerpo físico (somático). Un cuerpo instintivo, animal, desde la perspectiva para abordar un movimiento primitivo, verdadero, sólido. Laplanche (2002), hace referencia a la conexión que existe entre el instinto y el cuerpo (relación somática), sin necesidad de oponer el entendimiento psíquico (pulsión) al cuerpo. Bajo la definición de Tinbergen (1951), instinto sería: “un mecanismo nervioso organizado jerárquicamente que, sometido a ciertas excitaciones incitantes y desencadenantes tanto de origen interno como externo, responde a ellas mediante movimientos coordinados que contribuyen a la supervivencia del individuo o de la especie” (Laplanche, 2002, pág. 4). Freud decía que el instinto tiene un carácter adaptativo, con una tensión somática inicial, “una acción específica” (ibíd.) y un “*objeto* adecuado a la satisfacción, que llevan a un alivio sostenido” (ibíd.). Esta tensión somática inicial, es asociada en la investigación al impulso urgente, la acción específica sería el movimiento sin un precedente más que la acción misma de ser ejecutado, satisfaciendo la necesidad transversal de la conexión carnal del cuerpo con el movimiento.

“Sólo se baila animal. Sólo los animales bailan porque bailar es previo al lenguaje. Bailar es bestial es volverse (volver a ser) bestias. Mirar los ojos de una bestia para entender algo del mundo de la danza” (Condró & Messiez, 2016, pág. 21). Entender que el ser humano es un animal, que el movimiento puede abordarse desde un punto instintivo, primario, es orillar al cuerpo a una fisicalidad que atraviesa por estados primigenios. Es entender el movimiento previo al entendimiento racional o subjetivo (previo al lenguaje), el movimiento por movimiento, que no suscita más que una corporalidad que pulsa desde los sentidos primitivos del ser interior.

MARCO METODOLÓGICO

3.1 Enfoque

El enfoque de esta investigación está vinculado a un ámbito recientemente desarrollado en el campo de las investigaciones: la *investigación en artes*. Esta surge como una necesidad de explorar desde un lugar más alternativo formas de representación de la realidad que permitan dar cuenta de las complejidades y experiencias que no son visibles bajo las formas tradicionales de investigación.

“La práctica del arte puede reconocerse como una forma legítima de investigación y que la indagación puede localizarse en la experiencia del taller” (Hernández, 2008, pág. 93). Cada investigador intenta dar significado a los cuestionamientos que se van presentando dentro de los procesos creativos. Es por ello, que la vinculación del investigador nace desde la particularidad de cada situación artística, siendo una forma de guía para el surgimiento de la investigación.

Barone y Eisner (2006), se refieren a este enfoque como una “investigación de orientación cualitativa que utiliza procedimientos artísticos (literarios, visuales y pre-formativos) para dar cuenta de prácticas de experiencia en las que tantos los diferentes sujetos (investigador, lector, colaborador) como las interpretaciones sobre sus experiencias desvelan aspectos que no se hacen visibles en otro tipo de investigación” (ibíd.). Por otro lado, para Huss y Cwikel (2005) la investigación en artes tiene como finalidad “utilizar las artes como un método, una forma de análisis, (...) dentro de la investigación cualitativa” (ibíd.), siendo una forma alternativa de investigación. En este sentido, las reflexiones de Silverman (2000), llevan a una comprensión de la investigación respecto al “*hacer*”, y ese *hacer* es lo particular que las artes introducen en

el campo de la investigación. Podría visualizarse como un método que investiga la experiencia en las artes creativas con el fin de comprender los diversos significados de las prácticas.

Barone y Eisner (2006), mencionan ciertas características de la investigación en artes, entre ellas: utiliza elementos artísticos y estéticos; busca otras maneras de mirar y representar la experiencia ya que no intenta encontrar certezas con explicaciones dogmáticas, sino ampliar las posibilidades de perspectivas inexploradas dentro del fenómeno que se quiera estudiar. Trata de desvelar aquello de lo que no se habla, es decir, intenta profundizar en todo aquello que se da por hecho y se naturaliza, busca develarlo. Si bien estas características no son exclusivas de la investigación en artes, permiten un lugar de comprensión que “transforma los sentimientos, pensamientos e imágenes en una forma estética” (ibíd.). Este enfoque, entonces, pretende expandir los puntos de vista y planteamientos que las investigaciones tradicionales no cuestionan, por lo que procura “sugerir más preguntas que ofrecer respuestas” (ibíd.).

Se entiende aquí que la investigación en artes es la que realizan solo aquellos profesionales cuya dedicación principal es la práctica artística (...) Con el tiempo, un investigador sin práctica artística previa puede llegar a verse habilitado para desarrollar una investigación en artes, de manera individual o colectiva (Sánchez Martínez, 2013, pág. 37).

Para Sánchez (2013), la investigación en artes presenta otras características que la diferencian de otros enfoques investigativos. Se plantea como un proceso de conocimiento, en ello la exposición pública del proceso es parte del proceso mismo, pero no es un conocimiento último, “en este sentido, tiempo, subjetividad y experiencia son inherentes al conocimiento artístico” (pág. 37). Este proceso es realizado por un “sujeto corporal e interesado” (ibíd.), el

cual puede ser un individuo, o un otro algo, que contribuyen participativamente del saber. Todos estos procesos son “comunicables” (ibíd.), situando la comunicación como un ámbito abierto y amplio, ya que no agota el sentido de la práctica artística, por lo que es irreducible investigativamente. Esto ha llegado a “garantizar un equilibrio entre la eficacia externa, referida a la comunicación de temáticas de conocimiento, y la coherencia interna de la propia práctica” (Sánchez, 2013, pág. 37). Por esto es que la palabra escrita “es uno de los medios más eficaces de comunicación de los procesos y de las prácticas” (ibíd.), pero no siempre logra dimensionar lo que un proceso necesita comunicar.

La investigación en artes es, ella misma, parte de un proceso de transformación cultural. Los procesos de investigación se sostienen en un tiempo y en un espacio, pero la práctica artística que sostiene esos procesos aspira siempre a una transformación simbólica global (ibíd.).

“El campo de la investigación artística es el proceso de creación y la investigación será tanto más interesante cuanto mayor sea el grado en que el proceso desborde su concreción en un resultado particular” (ibíd., pág. 39). Todo posible resultado artístico sería una parte del proceso, una parte del crecimiento investigativo, de la forma en que, lo que sea que se investiga, es articulado, seleccionado, suprimido y decidido. Debido a esto, es que la pieza artística nunca podrá dar cuenta del proceso completo, ya que existen aspectos que van quedando fuera de las decisiones, pero siguen formando parte del mismo. Todas las posibilidades que aparezcan dentro del proceso, dentro de su tiempo de desarrollo, pueden ser vinculadas o desvinculadas como parte intrínseca de la investigación.

La investigación en Artes, entonces, es un enfoque investigativo que propone vislumbrar el proceso artístico como un lugar en el cual existe la investigación pero desde puntos mucho más subjetivos (el arte en esencia es subjetividad), trascendiendo a los resultados y propiciando la adquisición de conocimiento mediante la práctica. “La investigación en artes no podría funcionar como una actividad paralela o extraña a la práctica artística, sino como una dimensión de esa misma práctica” (ibíd.).

Como se ha mencionado en el inicio de esta investigación, en relación a la danza contemporánea y en vinculación con la investigación en artes, es que diversos autores mencionan que un rasgo importante en estas experiencias es lo que debe ser expuesto para que la acción sea de hecho contemplada. Según Cristine Greiner (2009), ya no sería importante solo el hecho de mostrar un producto acabado en términos formales de creación, sino que para muchos enfoques de la producción contemporánea exponer el proceso, como un lugar de estructuración y experimentación, sería fundamental. Para la investigación, entonces, la observación y el proceso se transforman en un eje fundamental, así mismo, la aceptación diversa de expresiones, cosmovisiones, percepciones y sucesos desprendidos de la creación artística, en relación a un otro, al cuerpo, a la danza que se plantea, entre otras muchas posibilidades. La práctica investigativa se convierte en una necesidad constante, tanto en la exploración e inmersión del cuerpo, como en la búsqueda de nuevos espacios que potencien lugares particulares para la creación de lenguajes, nuevos dispositivos que renueven las maneras de componer y de visualizar los procesos investigativos y creativos.

3.2 Unidad de análisis

La unidad de análisis en esta investigación comprendió las características presentadas por el cuerpo en el movimiento propiciado por la transformación consciente. Un cuerpo transformado, modificado, disociado, reorganizado, en las posibilidades apreciables de un lenguaje corporal específico, que aparece de manera paulatina, progresiva o expedita en la aplicación de los parámetros que intentan definir una transformación corporal específica desde la perspectiva investigativa.

Este lenguaje corporal es definido por las características que lo avalen, y por la particularidad en la que se sitúa su movimiento o el desarrollo de éste. Encontrando en ello una especificidad concreta para promover una búsqueda más centrada en algún punto investigativo del cuerpo, y en pos de la creación contemporánea de obra. Se pretendió observar cuerpos que hubiesen comprendido y generado particularidades corporales como fenómeno del cuerpo transformado, un lenguaje que pueda entenderse en su distinción y en sus características específicas.

3.3 Muestra

El tipo de muestra que se realizó en esta investigación fue de tipo intencionada, ya que primeramente, como posibilidad metodológica, contempla solo a cuerpos que tengan conocimientos y manejos corporales (en este caso solo bailarines). Se probó y experimentó en prácticas de transformación consciente aplicables de manera horizontal a todos los cuerpos de estudio, que pudiesen vincularse desde las individualidades y posibilidades personales. En este universo se encuentran bailarines y bailarinas de diferentes edades, niveles académicos

(estudiantes y egresados), y manejo variado de técnicas de danza, los cuales fueron escogidos mediante una pre-selección a través de análisis presenciales de aptitudes físico-interpretativas, visualizando: permeabilidad y consciencia mínima a nivel corporal individual, y diversidad a nivel grupal. En su totalidad es una mezcla heterogénea de cuerpos que reaccionaran o no, en un plano muy amplificado de conceptos, de maneras diversas a indicaciones y parámetros específicos. En este sentido, la muestra enfatizó la finalidad intencionada de los resultados, ya que surgió como una manera de visualizar el espectro de posibilidades respecto a todos los antecedentes y las variables previstas que puedan condicionar de una u otra manera el entendimiento de dichas prácticas.

3.4 Técnicas de recolección

Para este punto, se realizaron diversos laboratorios coreográficos que permitieron, de alguna forma, operacionalizar y metodologizar la práctica el concepto de transformación consciente para la creación de lenguaje.

Los laboratorios/*labs* consistieron en sesiones guiadas de exploración corporal, improvisación y aplicación de parámetros específicos, dispuestos desde la investigación teórica hacia la experiencia empírica del cuerpo. Estas sesiones, tuvieron como finalidad la comprensión (y entrenamiento) del fenómeno del cuerpo transformado de manera consciente y las diferentes posibilidades en la aparición de algún lenguaje particular resultante. Además, del acercamiento directo a un sentido compositivo y discursivo en el movimiento: ¿qué se dice?, ¿cómo se dice?, ¿qué tan claro se dice?, con el cuerpo, con el movimiento.

Los *labs* se distribuyeron en cuatro sesiones de entrenamiento, en las que se abordaron diferentes puntos de entrada al cuerpo desde los tres ejes centrales de la investigación que intentó este tipo de transformación consciente. En cada sesión se entrenó la práctica individual

de cada punto investigativo, para comprender de manera disociada el funcionamiento en los cuerpos. Se apreciaron 2 momentos por sesión durante las tres primeras, y la última fue distribuida como un gran momento simbiótico de materialidades, que resumió los 6 momentos anteriores dejando un total de dejando un total de 7, siendo esta última, la sesión que fue grabada para una posterior observación y análisis. El momento 7 fue, en definitiva, donde se analizó de manera meticulosa todos los factores influyentes para que el fenómeno ocurriera o no. Este sería el momento para la aplicación conjunta y consciente del cuerpo en transformación, vinculando de manera simultánea y relacional los puntos investigados.

Los dispositivos utilizados para cada sesión, fueron distribuidos por eje investigativo, es decir, en primera instancia se intentó aproximar al cuerpo a un entendimiento del sentido *Kinestésico* como herramienta aplicable de manera práctica en el entrenamiento del cuerpo: eukinético, muscular y articular, en relación a la búsqueda de un *cuerpo elástico*; en segunda instancia, el cuerpo fue introducido a una comprensión del manejo *Temporal*, aquí la vinculación ocurrió de manera directa con la transformación, ya que fue necesario instalar el cambio como eje principal en el modo de transformar el cuerpo: impermanencia y sentido de inmediatez, en relación a la búsqueda de un *cuerpo presente*; en la tercera sesión, el cuerpo fue introducido dentro de los rangos *Físico-Instintivos*, como consecuencia del entendimiento Kinestésico-temporal: estados corporales, impulsos primarios (estado de danza y la colectividad), en relación a la búsqueda de un *cuerpo instintivo-animal*. Como última instancia, se generó la aplicación en capas de todos los dispositivos anteriores, combinando el entendimiento físico para adentrarse en el lenguaje, cualquiera que sea, que aparezca. Indistintamente, la transformación corporal (como suceso) fue apreciable en todas las sesiones, pero la sesión #4 (momento 7) sería clave para apreciar como el intérprete fue capaz de conjugar las herramientas kinestésicas, temporales y físico-instintivas, para poder entenderse en la transformación consciente del cuerpo.

De manera transversal son introducidos parámetros extraídos desde la investigación teórica, que complementarán un entendimiento más extenso en torno a la transformación consciente. Ejemplo de ellos serían: el entendimiento del peso y la transferencia del mismo; el sentido implícito del componer en el *ahora* (aproximación a la composición instantánea) para la exploración que propone ciertas construcciones; el sentido discursivo en la materialidad corporal (qué se dice?, cómo se dice?, qué tan claro se dice?), con ello la **decisión** de acción, es decir, la capacidad de tomar decisiones *in situ* en la práctica e investigación del movimiento, tratándose del cómo y cuándo cambiar, como una decisión que significa en el cuerpo, en el espacio, y en el tiempo; entre otras transversalidades.

Entrenamientos Previos (sesión 1-2-3)

Sesión #1

- *Momento 1A*: Búsqueda del *cuerpo elástico* (explorativo): Trabajo específico de musculatura en relación a la expansión consciente del músculo, uso eficiente del tono muscular. Consciencia del peso, y de la *transferencia* del mismo que propicia cada movimiento. Uso de la *Eukinética*, en relación al peso y tono, y actividad/pasividad dinámica/estático del músculo.
- *Momento 2A*: *FOLD* (explorativo): Trabajo específico desde la articulación y disociación de las partes. Estado progresivo en la activación articular. Trabajo con el pulso del metrónomo y todas sus posibilidades de ritmos, como estímulo sonoro para entender la disociación articular. Uso de la *Eukinética*, para entender disociaciones de grandes partes del cuerpo.

Sesión #2

- *Momento 1B*: Trabajo bajo el concepto de *Lo Impermanente* (explorativo): guía corporal para evadir lo estático, instalando el flujo constante y el tiempo como motores

de movimiento inevitable. *Sentido de inmediatez*: acercamiento a la idea de *decidir* al momento de accionar (relato corporal individual: ¿qué quieres contar con el cuerpo?), nada nunca se detiene realmente, todo siempre cambia, debe cambiar como una necesidad, como una decisión.

- *Momento 2B*: Búsqueda del *Cuerpo presente* (explorativo): la caminata como vía para entrar en la presencia del cuerpo propio, del estar y mirar, con otro cuerpo, con el colectivo. Acciones colaborativas para orillar al cuerpo a estar en un ahora, en el sentido inmediato.

Sesión #3

- *Momento 1C*: Trabajo de *Estados corporales/físico-instintivos* (explorativo): práctica corporal mediante el imaginario y reinterpretación de consignas, imágenes, ideas, memorias, conocimiento y visualizaciones.
- *Momento 2C*: Búsqueda del *Cuerpo animal*: el impulso primario (inner-impulse) como activador de acciones corporales y de movimiento. Estado ritual del grupo, trabajo del círculo y en círculo, sentido del colectivo, los cuerpos y la masa. La respiración como medio para orillar estados específicos en base al cuerpo hiperventilado, el alcance y sobrepase de límites, cuerpo activado por ello.

Laboratorio para Análisis

Sesión #4

- *Momento 1D*: Aplicación conjunta de todas las materialidades resultantes de las sesiones anteriores. Aquí se materializaría la práctica concreta de transformación consciente del cuerpo, mediante el diálogo de los puntos entrenados previamente. Compactando las indicaciones, vinculándolas a modo de resumen y utilizándolas en capas, combinando las comprensiones personales desde el intérprete. *Fold y cuerpo elástico* dentro de un manejo *impermanente* del cuerpo y *sentido inmediato* del tiempo.

Un cuerpo que está *presente* en el movimiento. Capacidad de cambiar de *estados*, de entrar en el movimiento *instintivo*. Decisión y claridad en el discurso corporal como motor objetual de la acción. Ejercicios de locomoción, exploración y prácticas de “relato personal” (solo de composición instantánea que aplica los tres ejes de investigación).

Técnicas anexas: Se generó una práctica mediante la observación de clases de Eukinética I, para una aproximación al entendimiento primero del cuerpo en la cualidad y reconocimiento consciente del movimiento. Estas observaciones fueron vinculadas como apoyo a la práctica empírica desde las directrices que son empleadas por el investigador dentro de los laboratorios. Se guardó un registro audiovisual en cápsulas de 15 segundos, que exponen los tres factores primarios: tiempo, energía y espacio.

3.5 Técnicas de análisis

La observación se hizo transversalmente a cada momento, tal y como mencionó, existen 2 momentos por sesión durante las tres primeras, y la última fue distribuida como un gran momento simbiótico de materialidades, en la búsqueda de especificidades del lenguaje corporal, dejando un total de siete momentos. Sólo este último, fue el momento (7) escogido para el análisis exhaustivo y detallado en la comprensión total de las herramientas entregadas en torno a la transformación consciente en el cuerpo y búsqueda práctica de un cuerpo transformado.

El análisis y observación se hizo mediante videos recolectados en la sesión #4, los cuales permitieron reducir los datos para llevarlos a un lenguaje escrito con el fin de ordenar toda la información recopilada de manera general y específica. Ésta fue posteriormente interpretada.

Los códigos y categorías, fueron vinculados y enfocados a lo más próximo para el entendimiento de la transformación consciente del cuerpo, para un acercamiento a lo que se entenderá como lenguaje. Para esto, se recurrió a códigos generales, transversales y específicos, tales como: espacio, tiempo, energía, músculo, articulación, tono, peso; temporalidad, impermanencia, inmediatez, presencia, instante, transición, flujo; estados, fisicalidad, emoción, instinto, entre otros. Estos fueron algunos de los principales códigos que propiciaron una cercanía teórica-práctica de lo que se quiso investigar. Las categorías que nacen a través de estos códigos son tres, los mismos tres puntos investigados en el marco teórico: Sentido Kinestésico (Categoría I); Sentido Temporal (Categoría II); y Fisicalidad Instintiva (Categoría III). Cada una de ellas con subcategorías específicas (9 en total) que entregarían un amplio entendimiento de la práctica consciente del cuerpo en transformación.

La evaluación para las categorías consistió en una tabla de valores cuantitativos (Anexo N° I), que a través de puntajes y porcentajes, entregó la cantidad de logros en el laboratorio (*Logrado (L)*, *Medianamente Logrado (ML)*, y *Escasamente Logrado (EM)*). De esta evaluación surgen los tres cuerpos a investigar (I1-I2-I3), quienes obtuvieron las puntuaciones: más alta, más baja e intermedia. A partir de esto, se creó una segunda tabla de valores, esta vez, a nivel cualitativo (Anexo N° II), ordenando la información de manera generalizada en tanto dificultades y potencialidades de estos tres intérpretes respecto a las categorías y subcategorías escogidas. Finalmente, desde esta última tabla, se desprende el análisis en profundidad (categorías y subcategorías) que da cuenta del fenómeno de transformación consciente del cuerpo en mayor o menor medida, respecto a la creación de lenguaje.

ANÁLISIS DE RESULTADOS

Mediante el intento de operacionalizar el concepto de transformación consciente a nivel corporal, es que se planteó una metodología de trabajo específica para la aproximación a este entendimiento. A través de fundamentos teóricos es que se implementan ciertas prácticas físicas de entrenamiento progresivo. Bajo esta sistematización, se logró obtener una serie de categorías y subcategorías que fueron puestas en práctica durante un período de 6 meses. Ciclo que fue reducido a tres sesiones de *Labs* en las que se entrenó de manera particular cada categoría en su individualidad, y una cuarta sesión donde se implementó la aplicación específica y conjunta de todas las categorías instaladas, mediante ejercicios de exploración e improvisación en locomoción. Este material fue impulsado mediante entrenamientos regulares a catorce intérpretes, de los cuales solo siete estuvieron en su totalidad en el proceso metodológico, práctico y teórico. De estos siete intérpretes son escogidos tres cuerpos para ser estudiados y analizados.

Para ordenar la información observada, fueron utilizadas tres grandes categorías, cada una con subcategorías específicas que entregan un entendimiento completo de la práctica consciente del cuerpo en transformación. La primera categoría es sobre el *Sentido Kinestésico*, para ello se subdividió en: *Cuerpo Elástico*, *Articulación (FOLD)*, y *Eukinética*. La segunda categoría es sobre el *Sentido Temporal*, y sus subcategorías: *Cuerpo Presente*, *Sentido de Inmediatez*, y *Sentido de Impermanencia*. La tercera categoría es sobre *Fisicalidad Instintiva*, dividida en: *Cuerpo Instintivo-Animal*, y *Estados Corporales*. Además, existe una subcategoría llamada *Transversalidades*, la cual plantea ciertos conocimientos aplicables que son transversales a las tres categorías anteriores. Ésta es creada a partir de las asociaciones expuestas en el marco teórico que promueven un entendimiento más profundo del cuerpo y su movimiento, utilizadas durante todos los procesos de entrenamiento (anterior, durante y

posterior al entrenamiento), vinculadas a la transferencia de peso, el sentido de composición instantánea, a la exploración personal dentro de sus posibilidades corporales, y al sentido discursivo creado por los recorridos del movimiento a través del cuerpo: qué se dice?, cómo se dice?, qué tan claro se dice?.

La evaluación para las categorías consistió en una tabla de valores (Anexo N° I) que permitió cuantificar a través de puntajes y porcentajes, la cantidad de logros en el laboratorio. Estos valores son tres: *Logrado* (L), *Medianamente Logrado* (ML), y *Escasamente Logrado* (EM). El *No Logrado* queda fuera de las posibilidades evaluativas, ya que en el transcurso de la investigación, los cuerpos estudiados fueron entrenados por un semestre para adquirir y profundizar en las aproximaciones metodológicas que llevan a una transformación consciente del cuerpo, por lo que al momento de realizar los laboratorios de movimiento, estaban todos los cuerpos en un nivel óptimo de entendimiento físico y teórico del tema investigado. Esta tabla fue construida con un total de 120 puntos equivalentes a un 100% de Logro.

Esta evaluación fue realizada a los siete intérpretes que participaron del proceso completo de entrenamientos, y los resultados arrojados permitieron escoger a los tres cuerpos de estudio. Desde este lugar, es que se escoge el puntaje con mayor porcentaje de logro como Intérprete 1 (I-1), el puntaje con menor porcentaje de logro como Intérprete 2 (I-2), y un tercer puntaje con un porcentaje de logro ubicado en la media, como Intérprete 3 (I-3). Éste último cuerpo de estudio es escogido, además, por las condiciones con las que se presenta ante la investigación (estudiante de primer año de la carrera de danza, con acercamientos iniciales a la técnica como método de comprensión dancística). A partir de esto se crea una nueva tabla de valores a nivel cualitativo (Anexo N° II), que ordena y analiza la información de manera generalizada en tanto dificultades y potencialidades de estos tres intérpretes respecto a las categorías y subcategorías. El desarrollo de estos indicadores, se traduce en el análisis y reflexión en

profundidad de los cuerpos investigados (I1-I2-I3), a través de su entendimiento de las Categorías (K-T-F) y subcategorías.

4.1 Hacia un entendimiento del Cuerpo

La investigación en torno a la transformación consciente del cuerpo, ha devenido en resultados y entendimientos en los cuerpos de los intérpretes que, en mayor o menor medida y desde diversas perspectivas, han podido encontrar una ruta de conocimientos que visibiliza las potencialidades y dificultades que se han desarrollado en la adquisición y concientización de los materiales investigados.

La aproximación al Sentido Kinestésico (Categoría I), por su parte, ha generado una amplitud en la capacidad de comprensión física, corporal y cualitativa del cuerpo en movimiento. Desde este acercamiento, los intérpretes lograron llegar a puntos comunes de la consciencia corporal, y comprensión sistemática del cuerpo en su elasticidad muscular (*Cuerpo Elástico*), precisión articular (*Articularidad/FOLD*), y cualidades del esfuerzo (*Eukinética*), cada una de éstas en calidad de subcategoría.

Hay que recordar que el músculo “A parte de su capacidad (activa) de contracción (...), tiene la posibilidad (pasiva) de ser elástico” (Calais-Germain, 2017, pág. 20). La profundización en la idea de un *Cuerpo Elástico* (subcategoría), permitió concientizar en la práctica y entrenamiento un cuerpo que, desde la activación y pasividad muscular, es capaz de desarrollar los movimientos desde un control interno (a nivel corporal) y externo (a nivel espacial). Tanto para I1, I2 e I3, fue apreciable un cuerpo muy elástico y expansivo en su accionar. La forma de abordar el movimiento potenció la manera en que las extensiones se pronunciaron hacia el espacio físico, por lo que el diálogo del cuerpo con su musculatura y espacialidad enriqueció la capacidad del movimiento para desarrollarse a través de recorridos

corporales y relacionales. El cuerpo es proyectado hacia un entendimiento elástico del movimiento mediante una búsqueda constante en el desarrollo de la acción física, sus recorridos, en relación con la gravedad, peso, y musculatura, logrando expandir dicho movimiento dentro de las capacidades corporales individuales que les que permiten alcanzar nuevos espacios de sostén muscular. Estas capacidades varían según el intérprete, dependiendo de cómo éste asuma desde sus proximidades las consignas y las lleve a cabo. En ese sentido, es necesario comprender que cada persona tiene sus propias experiencias, limitaciones, emociones, y vivencias *a priori* e *in situ* con el movimiento. Citro & Aschieri (2012), hablan de la danza desde un lugar sensorio-emotivo de los comportamientos “kinésicos”, que incluyen no solamente la experiencia física como lugar comprensivo para las sensaciones, sino que éstas también generan un “determinado “estado o vivencia”, una “experiencia somática” con fuerte carga emocional, cuyo significado no radica en un contenido simbólico consciente sino en una “inscripción emotiva”, es decir, generan determinados estados emotivos en el sujeto que los realiza” (pág. 211). Si se toman en cuenta estos antecedentes, es necesario establecer la variabilidad de capacidades como un punto de confluencia en las comprensiones individuales de los cuerpos para una consigna común. En ello, es posible que los intérpretes tengan mayores o menores posibilidades físicas elásticas desde su musculatura (entrenada o no); que existan “bloques” o lugares poco explorados en ciertas zonas musculares y del cuerpo en general; que las indicaciones sean procesadas desde las vivencias personales previas a la comprensión de “algo elástico”; que las emociones desde su “experiencia somática” puedan limitar, extralimitar, o indeterminar las comprensiones musculares; entre muchas otras posibilidades latentes desde su lugar biográfico y contextual de su desarrollo en algún área de movimiento. Si bien los tres cuerpos de estudio lograron alcanzar este lugar “elástico” de consciencia muscular, la maleabilidad corporal fue visiblemente influenciada a partir de sus

capacidades musculares individuales y prácticas de entrenamiento (aprendizajes) previas en su singularidad.

En el caso de I2, las condiciones corporales que presenta su cuerpo (entrenamiento previo de técnica académica), con una musculatura flexible y alargada, le permitieron un rango muy amplio de extensibilidad desde las extremidades superiores e inferiores, que solo fue potenciado “desarticuladamente” desde la práctica de esta metodología consciente. Por otra parte, para I3, que también presenta entrenamiento previo (danzas urbanas), con una musculatura mucho más compacta y rígida, sus condiciones corporales fueron cediendo en el transcurso de la práctica, lo que permitió que sus rangos de elasticidad y expansión aumentaran en el entendimiento completo del cuerpo. En el caso de I1, su corporalidad tiende a ser elástica debido su laxitud natural en el cuerpo. Cámara & Islas (2007), se refieren al estudio que hace Wilhelm Reich, sobre las corazas musculares y fijaciones emocionales que el cuerpo graba en su desarrollo de vida, que imposibilitan el acceso a nuevas experiencias:

“La falta de elasticidad neuromuscular y las corazas musculares son dos conceptos que habrían que tener presentes para la enseñanza del movimiento (...) tomando en cuenta que la carencia de nuevas experiencias fomenta la fijación del movimiento en patrones estables difícilmente removibles” (pág. 371).

En el caso de los cuerpos investigados, la aplicación consciente de un entendimiento “elástico” (*Cuerpo Elástico*), logró potenciar (caso I1 e I2), y habilitar (caso I3) las experiencias posteriores al entrenamiento inicial en torno al Sentido Kinestésico. De esta manera, fue necesario entender las experiencias previas de entrenamiento muscular, reconocer los lugares corporales menos visitados, con menor rango de movilidad y elasticidad, con posibles limitancias musculares, para adentrarse de mejor forma en la capacidad de “fomentar” nuevas

experiencias para que la vivencia, percepción, experimentación y sentir, fuesen constantemente potenciados, habilitados y permeados a través del cuerpo y la consciencia elástica del mismo.

Los tres cuerpos (I1, I2, I3) llegaron a comprender asociaciones simultáneas de activación muscular, es decir, que los movimientos son precedidos por más de una activación muscular consciente a la vez, encontrando recorridos y situaciones específicas para que eso ocurra. Echegoyen Monroy & Echegoyen Monroy (1993), hablan del dominio necesario en la activación muscular en danza:

Para obtener el control preciso del movimiento que se requiere en la danza se necesita de un dominio neuromuscular, es decir, de la contracción muscular exquisita de cada parte del cuerpo y, además, que sea un reflejo. Se debe poder hacer el movimiento sin pensar cuánto y cómo se requiere moverlo, haciendo en forma inconsciente un movimiento que alguna vez fue consciente. No se puede bailar y pensar como hacerlo; lo mas importante en este arte es la expresión del cuerpo (pág. 196 en Cámara & Islas, 2007, pág. 21)

En tanto más se profundiza en la capacidad de encontrar esta contracción muscular “exquisita”, más conscientes son las asociaciones y disociaciones musculares. Éstas aumentan las posibilidades de instalar la búsqueda corporal como un lugar de visita continua, abordando el recorrido de los movimientos a través del cuerpo como medio para habilitar “nuevos espacios” anatómicos y corporales, desde y para la expansión muscular. Ahora bien, cuando el cuerpo cuenta con ciertos aprendizajes “sabidos” o automatizados, reduce significativamente las posibilidades de encontrar singularidades en el movimiento desde estos nuevos espacios musculares. Estos aprendizajes previos hacen alusión a la “técnica” como herramienta que

potencia espacios para el ordenamiento corporal, pero en ocasiones también los limita en la automatización del movimiento: “Muchas veces se dicen que las técnicas “adiestran” a los alumnos, es decir, que en ellas se enseña a repetir ciegamente acciones, reduciendo el aprendizaje aun mero automatismo neuromuscular” (Cámara & Islas, 2007, pág. 22-23). En este caso, el cuerpo I2, cuenta con herramientas previas a nivel técnico (técnica académica) que han impedido la completa permeabilidad del cuerpo para con el movimiento. La técnica transmitida desde la imitación kinética es abordada, en muchos casos, desde la superficialidad de la forma, en ese sentido el estilo académico está muy adscrito a la forma corporal. Le Breton (2010), se refiere a la enseñanza de la técnica como un lugar de diálogo entre la gestualidad y la palabra, el ejemplo y la explicación: “El profesor muestra la postura, la progresión, y simultáneamente explicita su lógica, su intención, describe las sensaciones que es posible sacar a la luz. (...) La imitación es el primer modo de aprendizaje, que se cristaliza a través de la identificación con el profesor” (págs. 33-34). En ese sentido la figura de quien enseña pasa a ser el modelo de experiencia a seguir, donde en gran cantidad de oportunidades, el intérprete lo desconoce desde la vivencia con el movimiento, y lo vincula a la formalidad de lo que es visto exteriormente, incluso sin cuestionar el qué, el cómo ni el por qué, de eso que es movido. Esto genera una tendencia de aprendizaje a través de la visualidad de formas, y no el camino necesario para llegar a ellas. La discusión de la técnica como un lugar de aprendizajes “sabidos” y/o automatizados, permite aproximaciones a lo que podría ser la explicación de por qué este cuerpo investigado (I2), no logra llegar en profundidad a desarrollar la consciencia y desprendimiento de la técnica, para dar paso a otras posibilidades corporales. La relación de la técnica con el aparato musculo esquelético, dirige las reflexiones al modo de transmisión de dichas técnicas, que no fomentan el desarrollo consciente de las musculaturas que son capaces de funcionar de manera simultánea, disociada, seccionada,

extendida, activa y pasivamente, todo desde cuerpo propio en consciencia. Cámara & Islas (2007), hacen su alcance a la técnica:

Cada técnica –entendido aquí como sistema estabilizado de movimientos- propone determinados usos del cuerpo que los especialistas manejan como modelos: ciertos sistemas manejan las piernas: otros los brazos o el torso; otros más remarcan el uso de cualidades fuertes y controladas, mientras que algunos destacan la entrega de peso y gravedad. Todos estos sistemas parten de ciertas acciones estables que pueden recombinarse de diversas maneras, pero siempre respetando lo que generalmente se llama el *movimiento correcto* (pág. 20).

Este llamado “movimiento correcto”, incide de manera directa al modo en que los intérpretes se crean un panorama total del movimiento, incluyendo en ello, expectativas de cómo debiese ser cierto lugar (forma-movimiento-sensación), de la manera en que se crea un sesgo abosultista de “verdad” de danza, de la predominancia en pensarse y visualizarse desde el afuera hacia el adentro. Debido a esto, el método de “aprendizaje por imitación” se empezó a descalificar en danza para dar pie a la sistematización de la transmisión de las técnicas, dando cabida a la creatividad del alumno-intérprete-aprendiz, mediante la entrega de herramientas y posibilidades propias de búsqueda, a modo de potenciar lo que ya se conoce técnicamente: “Está la necesidad de propiciar espacios y tiempos de experimentación abiertos a las propuestas de los estudiantes, y no solo ceñidas al seguimiento de consignas docentes. Sin duda la vía de expresión artística es la experimentación” (ibíd., pág. 27). La bailarina Fabienne Lachère, habla de “robotizar” (ibíd., pág. 218) al alumno en un plan formativo, y menciona las

limitancias que se crean contextualmente para los bailarines en formación, mediante el método de enseñanza:

A partir de mi experiencia como bailarina profesional, no quiero, como formadora, enseñar solamente pasos, ni tener que seleccionar “cuerpos adecuados a la norma” para reproducir formas convencionales y quizás verlos rechazados más adelante por no ajustarse a “los estándares”, sin siquiera ser atendidos en las consecuencias psicológicas posrechazo. Tampoco quiero enseñar una “receta” en función de un examen para la obtención de un diploma. (...) no quiero condicionar a las personas para que almacenen un molde preestablecido, di dejar que su esfuerzo sea sancionado socialmente por cubrir bien, regular u honorablemente expectativas de otros. Quiero ayudar a que cada quien rescate su “dentro” y sea su propio juez (ibíd., pág. 224).

Es necesario mencionar entonces, que el método de enseñanza y aprendizaje influirían en cómo la técnica es limitante a la permeabilidad muscular y corporal. La idea no es negar la técnica en su capacidad de ordenamiento y estabilización interna, pero sí hacerla consciente desde la riqueza del movimiento: “(...) la conscientización corporal no sustituye a la técnica sino que la enriquece al proporcionarle un marco de referencia para su hacer en el cuerpo” (Aponte, 1993, pág. 216 en Cámara & Islas, 2007, pág. 29). De este modo, el desarrollo consciente de la habilitación de espacios musculares, es planteado como un medio que debiese trascender al automatismo, dialogando en un marco de libertades y ordenamientos, buscando de una u otra manera, encontrar nuevas formas de abordar el movimiento en un diálogo directo con las técnicas aprendidas, y que se convierta en un aporte a nuevas formas de saber.

Para generar una comprensión muscular íntegra, es imprescindible ser consciente del uso y transferencia de peso en los soportes (*Véase también en Subcategoría Transversalidades*), recordado a Laurence Louppe (2011): “La transferencia de peso es lo que define todo movimiento” (pág. 91) y “El peso como elemento poético primordial” (ibíd., pág. 93). Dentro de las dinámicas de movimiento, muchas veces, el depósito de peso en la estampación de la huella o la transferencia del peso de un soporte a otro, es poco consciente al momento de desarrollar las acciones físicas de movimiento. Para el cuerpo I2, la transferencia de peso entre ambos soportes fue apreciable en la medida justa del empuje del suelo, por ello, el peso depositado en ambas bases, se distribuye de manera eficiente y proporcional a la acción. Pese a esto, el cuerpo se instala con una precariedad en la entrega de peso al movimiento en general y, desde las dinámicas de peso, es visible un entendimiento de la suspensión solo hacia el arriba, y no en la oposición de fuerzas para una suspensión expansiva al suelo, que a su vez, no permite la búsqueda y/o habilitación de los mencionados “nuevos espacios” musculares para sostener el movimiento en su desarrollo y expansión. Con ello, el apresto corporal en relación al uso de peso en el accionar del movimiento, no logra definirse en la densidad necesaria para que la acción contenga cierto peso específico de manera consciente. Para los casos de I1 e I3, este uso de peso no logró concretarse de manera completamente íntegra. Si bien para I1 la transferencia de peso entre ambos soportes es evidente, al intentar sostenerse en un solo soporte y trasladar relativamente el eje, se coarta la libertad del movimiento intermitentemente, debido a la inestabilidad producida por desistir de estas dinámicas (peso-empuje), es decir, empujar-entregar bidireccionalmente y sostener hacia la tridimensionalidad. Debido a esto, es difícil concientizar la cantidad concreta de peso que es depositado en el soporte mismo, pese a que se distingue un manejo de la zona baja (centro de peso) que, por el contrario, permite visualizar el recorrido del peso entre ambos soportes constantemente. Para I3, el fenómeno se ve condicionado por otras razones que comprenden una motricidad más

consciente desde la perspectiva macrocorporal y tensional. Bajo este ángulo, el intérprete no logra disociar las extremidades grandes por ejes claros, debido a la inestabilidad que produce la transferencia de peso en los soportes. Esto genera una tendencia a sostenerse desde la tensión de las extremidades, sobre todo de la zona alta (hombros, brazos, codos, manos), quedando desprovista de estímulos conscientes respecto a la zona baja. En este sentido, ocurre una disociación compacta en dos bloques, la zona alta y la zona baja, cuya relación entre ambas partes no logra armonizarse en un diálogo corporal que se potencie entre sí. Debido a este lugar de tensiones y la discontinua consciencia del peso en los soportes, se genera una tendencia constante a subir la pelvis, con ello, la horizontalidad en el que ocurren los traslados de peso se vuelve inestable e intermitente. Técnicamente, aparece la constante del *tombé*, lo que golpea el traslado de peso, impidiendo que la transferencia se genere en la horizontalidad necesaria para que la activación muscular ocurra de manera consciente hacia el traslado mismo, en su desplazamiento y conducción de la pelvis. Ya que el peso se convierte en un factor fundamental para entender el movimiento en su totalidad, es necesario habilitar más la zona de la pelvis y rodillas (centro de peso), para que el cuerpo se permeabilice en la activación muscular y desplazamiento espacial desde la entrega de peso y el uso de gravedad. Limon & Virilio (1995), indican que “El peso y la gravedad son elementos esenciales en la organización de la percepción” (pág. 178 en Lepecki, 2006, pág. 152). Es decir, a mayor comprensión de la relación peso-gravedad, mayor expansión sobre las percepciones de la disposición y organización del cuerpo sobre su propio peso. Louppe (2011) cita a Cunningham para referirse al peso como uno de los “mejores descubrimientos de la danza moderna”, agregando que “frente al cuerpo que niega (y al hacerlo afirma) la gravedad elevándose respecto a ella, el cuerpo obedece a la gravedad dejándose llevar hacia el suelo” (Cunningham, “Space, Time, Dance”, 1952 en Louppe, 2011, pág. 93). Es posible afirmar, entonces, que la consciencia del peso es trascendental al entendimiento del cuerpo en movimiento, desde aquí,

todo desarrollo de acciones se vincula a su uso, tanto en conexión directa al piso (gravedad), como en las conexiones que se alejan de él. Por ende, para I3, es preciso comprender que la pelvis y rodillas actúan de manera funcional a la entrega de peso hacia la gravedad, permitiendo ampliar los rangos de disponibilidad en el traslado y entendimiento consciente de cuánto se entrega o se niega, abriendo paso a la consciencia del *flujo* corporal como carga interna de movimiento, la cual repercute de maneras variadas en la transferencia de peso.

Al adentrarse en la comprensión más compleja de la musculatura elástica, es necesaria distinguir conscientemente, la existencia de un tono muscular y su eficiencia en la acción a nivel de esfuerzo y energía. Para I1, existe un entendimiento visible en el uso eficiente de los músculos respecto del movimiento, aplicando cierto tono muscular específico reaccionario que potencia la acción inmediata. Por el contrario, para I2 e I3, se alcanzó poca comprensión de la eficiencia muscular, respecto al tono en relación con el movimiento ejecutado. En su singularidad, I2 con una cualidad muy flotante del movimiento, no logra contener ni desarrollar las acciones con el peso necesario para distinguir conscientemente estos lugares en la concatenación de activaciones musculares, por lo que el uso de energía no es concreto. Bajo estos aspectos, la eficiencia muscular está directamente relacionada al tono, y al uso de energía en relación al peso. Fernández Labra, Núñez Navarrete, & Cifuentes Miranda (2010), hablan sobre cómo los movimientos son originados en el sistema nervioso producto de estímulos: “Este resultado se refleja en esfuerzos internos involuntarios y voluntarios, los que a su vez son la repercusión de la energía nerviosa para que se efectúe el cambio de cualidad” (pág. 58). La energía permite la realización de un movimiento con cierto contenido, que varía en tanto ésta es alterada, en la simultaneidad del gesto muscular que permite materializar el movimiento como tal. Desde la relación con el peso, ir en contra o a favor de la gravedad, corresponde a la cantidad de energía o esfuerzo que se imprime en el movimiento:

(...) del mismo modo que el tiempo se hace materia que es preciso escuchar y sentir en el transcurso del peso, también la resistencia del cuerpo da lugar a un espacio, espeso, donde el cuerpo no deja de leer sus propias marcas, un espacio receptivo cuyas propiedades táctiles pueden diversificarse: el movimiento, en esta configuración, puede dar lugar a espacios elásticos o rígidos, algodonosos o líquidos, según las cualidades presentes en la distribución específica del tono y del trabajo sobre resistencias, adonde su intensificación nos conduce” (Louppe, 2011, pág. 96).

De este modo, es posible identificar cuando la entrega de peso es mayor o menor, generando variables en intensidad, tonicidad, eficiencia muscular, etc. Laban hablaba sobre la tensión y relajación de la energía, la primera alude a la resistencia a la gravedad, la segunda a la resistencia mínima a la gravedad. En tanto se vinculan la liberación o control de las energías, más claro es el flujo desarrollado (variación de tensiones corporales). Estos fenómenos corporales, con el diálogo intrínseco del peso y la energía, permiten al intérprete ser consciente del la distribución específica de tono muscular al momento de efectuar el movimiento, y por consiguiente, de entender la eficiencia energética del músculo.

Respecto a la consciencia en la capacidad de disociación muscular: I1 fue capaz de aplicar una energía justa en la ejecución de movimientos específicos, con la garantía de haber comprendido además la relación de la eficiencia muscular y tono. Por otra parte, I3, pese a que no comprendió en profundidad la eficiencia muscular, respecto al tono-movimiento, fue capaz de percibir a nivel corporal la aplicación de energía justa en relación al músculo y su acción de movimiento, esto mediante la disociación de las cualidades utilizadas para generar movimientos específicos. Fernández Labra, Núñez Navarrete, & Cifuentes Miranda (2010),

hablan de la riqueza de las cualidades de movimiento, en el uso de factores básicos, conteniendo variadas acciones, y el estrecho vínculo con la interpretación del movimiento, en ese sentido “pensar y ejecutar en términos de cualidades da más libertad y posibilidades de movimiento en conexión con una interpretación y búsqueda de movimiento, ya sea en planos concretos o abstractos” (pág. 46). Si se enlaza la idea interpretativa de las cualidades, con la comprensión corporal de energías justas en el músculo y su ejecución (pese a no ser consciente), en el caso de I3, le permitió adentrarse en una conexión cuerpo-interpretación-fisicalidad que repercutiría de manera directa con las capacidades musculares.

Desde el segundo acercamiento a un Sentido Kinestésico, se profundiza la práctica de la *Articularidad/FOLD* (Subcategoría), como medio para introducirse en el entendimiento de un cuerpo articulado y desarticulado. Desde este punto, se observó que I1, I2 e I3, comprendieron ampliamente la disociación articular en secuencias dinámicas de movimiento, permitiéndoles encontrar nuevos rangos en la acción realizada.

Respecto a la activación articular, I1 genera recorridos articulares evidentes en sus puntos de conexión activos, propiciando que el movimiento ocurra, pero la acción no es tan concreta en el recorrido que el movimiento realiza desde una articulación a otra. La acción en sí podría ser mucho más absoluta. Los puntos donde ocurre la activación articular, tienden a ser muy cercanos entre sí, lo que impide visualizar lugares extremos del movimiento y/o físicamente lejanos. Para I3, similar a I1, la activación articular es muy clara y precisa en la ejecución dinámica y estática del movimiento, potenciando recorridos articulares evidentes en sus puntos de conexión activos para el mismo. Por otra parte, la inestabilidad en el uso de sus soportes en la relación con el peso y la transferencia de éste, provoca que la activación articular a ratos disminuya su capacidad absoluta en ejecución y recorrido (pese a que ya es muy absoluta en este cuerpo específico). En el caso de I2, la activación *FOLD* no es tan absoluta en su acción

y recorrido. Debido a la rapidez, la activación articular tiende a mezclarse entre sí, lo que no permite apreciar el tránsito del movimiento desde una articulación a otra. Por esta causa, el movimiento se vuelve mucho más muscular que articular, perdiendo consciencia en la capacidad de entender el cuerpo desde una musculatura elástica, por una parte, y de manera articular, por otra.

Entender lo articular, es entender conscientemente la relación *poliarticular*¹⁶ con el músculo y su movilidad, además, cómo se ubican las partes del cuerpo y su disposición en el movimiento. Para I1 e I3, sus partes físico-corporales se dispusieron de manera muy consciente para la ejecución de la acción, permitiéndoles entender el cuerpo en una tridimensionalidad articular y disociación completa y seccionada. Bloom & Chaplin (1996), hacen referencia a la consciencia de las partes desde una perspectiva coreográfica:

(...) Aun cuando sólo se mueva una pequeñísima parte del cuerpo, el resto le sirve de apoyo y de esa manera permanece activo visual y coreográficamente. Pero al considerar cada una de las partes de manera especial, sus capacidades y sus limitaciones propias se vuelven más evidentes (pág. 37)

En tanto más claridad se tiene de la distribución corporal, más se amplía la posibilidad de experiencias individuales y generales a través el cuerpo (como materialidad). Contrariamente, en el caso de I2, no fue apreciable de manera visible la consciencia de dónde están ubicadas las partes corporales respecto a la activación articular dentro del movimiento dinámico.

¹⁶ Si un músculo atraviesa una articulación, se denomina *monoarticular*, su acción moviliza únicamente esta articulación. Pero, a menudo, un músculo atraviesa más de una articulación entonces se denomina *poliarticular*. Moviliza por tanto varias articulaciones. Para estirarlo hay que hacer el movimiento inverso de su acción, sobre sus diferentes articulaciones, a la vez y al mismo tiempo (Calais-Germain, 2017, pág. 22).

Debido a esto, es que el recorrido articular no fue claro en su desarrollo, por ende, el tono muscular necesario para complementar la acción de *FOLD*, no es consciente en su necesidad intrínseca de activarse en pro del movimiento. Por otro lado y respecto a esto último, I1 e I3, comprenden el tono muscular en una activación eficiente para la potencialidad articular en el uso justo de energía. Esta eficiencia permite dirigir el diálogo muscular-articular en completo favor del movimiento.

La tercera y última proximidad al entendimiento Kinestésico, radica en la comprensión y práctica de la *Eukinética* (subcategoría), como medio de enriquecimiento del movimiento en su ejecución y análisis cualitativo. En este punto, existen conocimientos específicos que generan puntos comunes entre los intérpretes. Los tres cuerpos analizados (I1-I2-I3), tienen un claro entendimiento de los cambios eukinéticos respecto a los tres *factores básicos* (Energía-Tiempo-Espacio), en su individualidad, en el diálogo de sus polaridades y en la disociación de sus *binomios*¹⁷ de acción. Explorar en los binomios, permite al cuerpo encontrarse con matices y contrastes que permiten entender trascendentalmente cómo funcionan las cualidades del movimiento:

Esto nos permite saber si un determinado movimiento o acción es rápido o lento, hasta que viene un cambio a otra velocidad. En estos contrastes entre rápido-lento debe existir consciencia con relación a los que se ejecute antes y a lo que se ejecute después (Fernández Labra, Núñez Navarrete, & Cifuentes Miranda, 2010, pág. 52)

¹⁷ Entiéndase binomio/polaridades, como los dos puntos opuestos de cada Factor Básico: Energía (Fuerte-Leve); Tiempo (Rápido-Lento); y Espacio (Central-Periférico).

La complementariedad y diálogo de las polaridades en los factores básicos, lleva a instaurar las llamadas “*cualidades del movimiento*”¹⁸. I1 e I3, propiciaron un recorrido diverso y contrastado por las cualidades de movimiento, en el diálogo conjunto y en su disociación, aplicando cambios dinámicos en la ejecución de las cualidades, que activan el cuerpo desde diferentes lugares respecto al abordaje del movimiento. En el cuerpo de I2, por el contrario, no se aprecian cambios dinámicos en las cualidades eukinéticas, por lo que el viaje corporal se ve plano a nivel de movimiento y flujo. Las polaridades específicas de la energía no logran instalarse corporalmente, es decir, lo fuerte no se ve ciertamente fuerte, y lo leve no se ve ciertamente leve, por lo que el cuerpo se sitúa en un plano medio a nivel energético, sin matices ni cambios radicales. Además, al recurrir de manera constante al mismo punto energético, no es apreciable un cuerpo-movimiento “texturizado” en el accionar, ni con variedad de “colores” posibles en su desarrollo. El factor energía es un punto común de falencia para I2 e I3, pero desde perspectivas contrarias, ya que para I3, existen puntos de tensión corporal en el diálogo de ciertas polaridades, relacionadas con la energía y además con el espacio. Para este cuerpo, lo leve y lo central tiende a tensionarse y rigidizarse en la medida en que aparecen a través del movimiento de manera conjunta (cualidad *Gleiten/Schlottern*).

Desde la importancia de ampliar el rango de aproximaciones a las cualidades, surge la vinculación y la comprensión del *impulso* y del *impacto* en el movimiento, que si bien no están directamente relacionadas a la eukinética, estas dos acciones están dotadas de cualidades específicas para poder ser ejecutadas. Desde este análisis, los tres cuerpos (I1-I2-3), adquirieron un entendimiento claro de lo que es el impulso y el impacto, y las diferencias que surgen en el accionar y desarrollo de sus recorridos espaciales. Como única dificultad, en el caso de I1, el *impacto* del movimiento se pierde de manera intermitente en la relación con las

¹⁸ Es necesario recordar que las cualidades nacen a partir de la combinación de las polaridades de los Factores Básicos. Son 8 cualidades en total: Schlag; Gleiten; Schlottern; Druck; Zug; Flattern; Schweben; y Stoss.

cualidades eukinéticas, por consiguiente, nunca logra instalarse como un lugar “habitado” a nivel cuerpo-movimiento.

4.2 Aproximaciones al manejo y comprensión del Tiempo

En la comprensión de la transformación consciente del cuerpo, se instala como segundo punto el Sentido Temporal (Categoría II), donde el cuerpo es puesto a disposición de la acción en perspectiva del tiempo, su entendimiento y manejo. Para ello, se desprenden los acercamientos al estado de presencia (*Cuerpo Presente*), la acción-reacción instantánea (*Sentido de Inmediatez*) y el flujo temporal en devenir continuo (*Sentido de Impermanencia*).

Para acercarse a la profundización y práctica del tiempo, se instala un segundo cuerpo investigado, la idea de un *Cuerpo Presente* (Subcategoría). Recordando a Claude Rabant (1992), el estado de lo presente “se produce en la energía de una actualidad siempre exactamente nueva” (pág. 34). Los tres intérpretes (I1-I2-I3), lograron adentrarse de variadas formas en el entendimiento de la presencia, tanto en prácticas de ensayo, como en investigación de *Labs*. A partir de esta necesidad de comprender el cuerpo-tiempo, se piensa el cuerpo desde un lugar activo, en lo macro y en lo micro (el todo y sus partes). I1 asimiló un uso muy activo del cuerpo en relación a sus partes, y la manera en que se disponen respecto a las disociaciones y simultaneidades que ocurren en el movimiento. Por su parte I2, también equiparó la corporalidad activa y generó intenciones de permanecer en el presente con el cuerpo, desarrollando un entendimiento capaz de resolver entre cada intervalo de movimiento. Estas intenciones sustentan su capacidad de instalar el presente como lugar habitable, en la constante de que el sentido de permanencia es mínimo a nivel cronológico, pero se relativiza a nivel de estado corporal. I3, por otro lado, en igualdad de entendimiento con los otros dos

cuerpos, reacciona con un cuerpo muy activo, vinculándolo específicamente al flujo del movimiento en relación al tiempo.

Otro punto que se aproxima a la idea de presencia corporal, es sobre la *decisión*. Una decisión que se materializa al momento de exteriorizar las posibilidades que otorga el cuerpo, el movimiento, el espacio, entre otras. Es una decisión que es “decidida” de manera *in situ* en la acción a realizar. Tanto para I1, I2 e I3, existe un uso claro en el manejo de tiempo y la capacidad de decidir. Ésta ocurrió en lo concreto del movimiento presente: se tomó decisiones respecto al movimiento y cómo abordarlo en el instante. En el caso de I1, se aprecian decisiones que pudiesen ser mucho más conscientes en la visualización de un cuerpo temporal completo, de este modo, al dejarse llevar mucho por el movimiento, se genera una tendencia de afectación psíquica desde lo interno a lo externo, en una lejanía que lleva a deshabitar la presencia, por lo que a la hora del desplante corporal se visualiza una suerte de “manipulación” energética externa, lo que vuelve intermitente la conciencia “visible”. Claudia Vicuña (2016) se refiere al acontecer del intérprete “Cuando “está siendo” en el tiempo presente, más aun si está en escena” (pág. 30), en este “estar siendo”, muchas veces ocurren contextos psíquicos y emocionales que se desprenden del estado de presencia, y te orillan a un estado mental, racional del pensamiento. Desde otra particularidad, para I3, la toma de decisiones instantáneas contrarrestó en gran medida el hábito de pensar antes de moverse, ya que potenció una relación corporal bastante completa en el presente de la acción y reacción del movimiento: “El momento del ahora siempre se está convirtiendo y ese es el momento de la danza” (Bloom & Chaplin, 1996, pág. 244)

La última idea que potencia un *cuerpo presente*, se visualiza en la acción-idea de *Habitar*. En la generalidad de la observación, los tres cuerpos de estudio, insisten en la intención de *habitar* el presente, generando cambios que mantienen el cuerpo activo y vivaz. I1, comprendió esta dinámica, disponiendo el cuerpo y la acción para que dialoguen de manera simultánea con el

tiempo y, por consecuencia, con la creación de un discurso corporal instantáneo. I2, generó una tendencia de sobre estimular movimientos repetitivos, adentrándose en dinámicas que se alejaban, por momentos, de un cuerpo completamente disponible para habitar el presente como un continuo. I3, por su parte, develó ciertos momentos que tienden a la racionalización por sobre el movimiento, lo que, por intervalos cortos, no permite visualizar el cuerpo en un relato completo del presente, y, contrario a lo que sucedía con la *decisión*, generó la tendencia a “pensar el movimiento” antes de accionar, quedando al descubierto en el inicio y resolución de la acción-gesto. Maturana (2008) dice que “Todo sistema racional se constituye en el operar con premisas aceptadas a priori desde cierta emoción” (pág. 16), en el caso de la tendencia a pensar el movimiento o racionalizar la acción “danzada”, se visualiza un lugar de pensamientos previos a la investigación, que develan ciertos comportamientos a la hora de abordar el material corporal, donde muchas veces se vio coartada la capacidad de exploración por la aparición de pensamientos o juicios que estancaban las diversas posibilidades, e intentaban enmarcarse bajo ciertos “estándares” del “cómo debiese ser” o “cómo debiese verse” lo que se está haciendo.

El entendimiento del tiempo en un presente continuo, lleva al intérprete a comprender la activación instantánea del cuerpo y cualesquiera sean sus movimientos inmersos en él. Desde el lugar de “lo inmediato” surge el llamado *Sentido de Inmediatez* (subcategoría), como un estado de percepción, acción y reacción del cuerpo en movimiento en relación al tiempo. Los tres cuerpos investigados lograron desarrollar la capacidad de resolver en base a la inmediatez, y en cada caso, se desarrollaron diferentes formas de potenciar y habilitar este contenido. En base a ello, I1 fue capaz de construir en “el momento” un recorrido corporal, generando dinámicas momentáneas que permitieron la fluidez del movimiento, potenciando así, el curso del mismo, soluciones rápidas y rutas poco habituales en el cuerpo. Por momentos, se perdió

el “control corporal”, en ese sentido, el “arreglo” como parte importante para fluir de manera libre, también es visto como una consciencia del control, pero con menor graduación racional. Desde este “arreglo”, es donde existen fugas energéticas que diluyen el movimiento y las rutas corporales tienden a desbordarse. Por su parte, I2, al igual que I1, generó dinámicas que permitieron el flujo del movimiento de manera libre. Pero a modo contrario, fue carente de potencia en el recorrido inmediato del movimiento, muchas veces minimizándolo. La baja potencia no permitió la aparición de resoluciones rápidas para el movimiento en sus direccionamientos y desarrollos, generando una visita reiterativa de lugares, similares entre sí o ya conocidos dentro de su cuerpo, resolviendo de manera mucho más cómoda que los otros cuerpos. Citro y Aschieri (2012) se refieren a las danzas como “prácticas sociales complejas” (pág. 60), que emergen desde la influencia sociocultural, incidiendo de diversas maneras en la vida de los performers, en sus posiciones identitarias y relaciones sociales. En ello, el intérprete (performer), resolvería desde sus significaciones asociadas, al igual que desde sus modos de estructuración, enseñanza, y práctica, es decir, lo que más lo identifica o lo que más le hace sentido al momento de encontrarse con el movimiento. Identificarse con ciertas afinidades propias en el movimiento puede visualizarse de manera dual en tanto limite o potencie el movimiento y la forma de abordarlo, desde este punto, se hace necesario poder ser consciente de las afinidades corporales individuales para poder encontrarse frente a nuevos resultados y permeabilidades físicas para la diversidad de lenguajes que se requieran, surjan o propongan. En el caso de I3, se visualizó una propuesta constante dentro de sus posibilidades físicas, potenciando el flujo transitorio que el mismo cuerpo fue proponiendo en lo inmediato, permitiéndole así, resolver de maneras particulares e instantáneas. Su cuerpo es reaccionario a la resolución rápida del movimiento, por lo que a ratos, el cuerpo tendía a tensionarse ya que la energía era constantemente explosiva. Este cuerpo propuso para este *sentido de inmediatez* una búsqueda particular de abordar *su* propio movimiento, un lenguaje personal y potenciado.

En esta apropiación, es posible visualizar una expresión única (pensando que cada ser es único en su existencia) en su manera de moverse, imaginar, de sentir (interpretación) y percibir el movimiento, todo esto respondería a un mundo propio que confluye en la creación de cierto tipo de movimiento, de cierto tiempo, de cierta energía y espacio. Es el todo y la especificidad, de su entendimiento corporal y de su interpretación de lo que se está haciendo. Fernández, Núñez, & Cifuentes (2010), hablan de la búsqueda interpretativa como un lugar de autoconocimiento y posibilidades de ampliar la manera de comunicarse, en la consciencia de darse cuenta de las nuevas experiencias, de la adaptabilidad, y lograr salirse de uno mismo para encontrar crecimiento en ello: “Esta experiencia es vital para limpiar el cuerpo de movimientos aprendidos, y así el alumno se conecte de una manera más humana, real y honesta con el sentido de la cualidad” (pág. 49). El estilo de cada persona, intérprete o performer, transita constantemente entre series de movimientos típicos y al mismo tiempo en particularidades. Aquí, el *sello* propio jugaría un papel tambaleante, ya que podría ser “una marca de distinción” (Bloom & Chaplin, 1996, pág. 173), o en el caso del uso excesivo de movimientos y la búsqueda de nuevo material se estancara, sería “simple rutina. Movimiento trillado” (ibíd.). El espectro que engloba la comprensión sobre “apropiarse” del movimiento, sobre encontrar sus potencialidades y particularidades, puede ser transversal a la hora de abordar la danza. Bloom & Chaplin (1996), mencionan la danza moderna en la que, por ejemplo, “el estilo personal del movimiento fue el punto de partida para la producción de las técnicas codificadas que existen hoy (...)” (ibíd.), y añaden “el enfoque personal es sin duda el factor con mayor responsabilidad sobre la existencia misma de la danza” (ibíd.). Entenderse en las apropiación física e interpretativa del movimiento, entonces, posibilitaría la capacidad de encontrar una *semántica propia* en la expresividad del movimiento y en su esencia individual, como un camino introspectivo para la singularidad.

Desde el entendimiento de un *presente continuo* (*cuerpo presente*), y la activación de *lo inmediato*, surge la tercera aproximación en la comprensión del Tiempo, el *Sentido de Impermanencia* (Subcategoría). Recordando los dichos de Bloom & Chaplin (1996): “Lo único constante es el cambio” (pág. 242), se logra entender la *impermanencia* como un lugar que ocurre por necesidad, la necesidad de cambiar (como *pregnancia corporal*). En la generalidad del Sentido Temporal, se observa a los tres cuerpos con un entendimiento bastante claro y extenso en posibilidades, dentro de las cuales, el cuerpo se dispone a una instancia de enfrentarse al tiempo y todo lo que en sí conlleva. Para I1e I3, este *cambio* fue potenciado evidentemente a nivel corporal, y ambos cuerpos se dispusieron a entender la continuidad del flujo que trasciende a la permanencia, indetenible e irreductible, generando interrupciones que propiciaron este lugar. Para I1, el *cambio* se instaló por cortos intervalos de tiempo casi iguales entre sí, pero que le permitieron habitar en su individualidad el *estado del cambio*. Sampayo (2008), bajo la misma línea de pensamiento que Bloom & Chaplin, dice que “Lo único que permanece constante es el CAMBIO, y el cambio es movimiento. Aún en el máximo estado de quietud de un organismo hay movimiento” (pág. 16). Por su parte, I3 fue concreto en generar gran cantidad de interrupciones (mediante la toma de decisiones), que propiciaron enormemente la permeabilidad del movimiento. Potenció desde sus habilidades kinéticas, la capacidad de cambiar, aplicando cambios radicales en la Eukinética, espacialidad y estados del cuerpo. En el caso de I2, el sentido de impermanencia no se logró apreciar desde la corporalidad, sino en el *ritmo*, generando situaciones, que si bien se mantuvieron en una corporalidad más constante, asimiló el cambio de rítmicas de la misma situación como un lugar impermanente. La tendencia fue a repetir el lugar del movimiento, que si bien, hay decisión en el cambio, no cambia tanto en la situación corporal, instalando un motivo o dinámica de motivo, la cual era desplazada a través del espacio. Todos estos *cambios* son esenciales a la hora de aproximarse al movimiento impermanente, también son lugares sin

vicisitudes futuras, obligando al cuerpo a encontrarse con lo inmediato, con resoluciones presentes en el desarrollo del movimiento, son lugares sin respuesta, o bien, como pregunta abierta “a veces uno cambia y cambia y cambia y todo se vuelve un círculo; a veces uno cambia y cambia y cambia y...” (Bloom & Chaplin, 1996, pág. 242). No existen certezas con la vivencia empírica en su resultado, pero sí es posible aseverar que el *cambio*, como estado, se convierte en necesidad, en habitar, en presencia e inmediatez.

4.3 Hacia una Fisicalidad Instintiva: Cuerpo-Reacción-Estados

La última perspectiva que abre paso a una nueva aproximación sobre la consciencia de transformar el cuerpo, es la *Fisicalidad Instintiva* (Categoría III). Para entender una fisicalidad instintiva, es necesario comprender el movimiento como generador de corporalidad naciente desde un plano interior hacia uno exterior, en ello surge el movimiento como *necesidad*, una urgencia animal de moverse. Dice Margarita Baz (1996): “La idea de “experiencia” o “vivencia” (...) se sustenta en el proceso de contrastación entre “la realidad interna” y la “realidad externa”” (Crespo, 2003, pág. 23). La animalidad surgiría desde la conexión de nuestro cuerpo con estas *experiencias*, que desde las cualidades del animal humano, se vincularían con el cosmos, en la espiritualidad, psiquis, cuerpo, y alma.

El entendimiento de una Fisicalidad Instintiva, se ha dividido en dos aproximaciones: un *Cuerpo Instintivo (Animal)* y *Estados Corporales* (Subcategorías). A partir de la idea de un *Cuerpo Instintivo* (Subcategoría), se propone adentrarse en una corporalidad reactiva, de impulsos y claridad física, la “honestidad” del movimiento “puro”, antes que el pensamiento. Para los intérpretes, fue una de las categorías más complejas de abordar y comprender, en específico esta subcategoría. Así, en el caso de II, se aprecia un cuerpo muy reactivo al primer impulso de movimiento, pero opacado por la poca permisibilidad para que el movimiento siga

fluyendo luego este primer impulso, por tanto, la acción en su desarrollo es dudosa. El primer impulso se mostró claro y concreto, honesto en la medida que se ejecutó, pero se aprecia una tendencia a decidir mucho por sobre el movimiento mismo, sobre analizar y racionalizar antes de escuchar al cuerpo (pensar antes de hacer). Maturana (2008), se refiere a *lo racional* como algo que se “constituye en las coherencias operacionales de los sistemas argumentativos que construimos en el lenguaje para defender o justificar nuestras acciones” (pág. 18). Desde este punto, y si se logra hacer una analogía respecto al fenómeno que ocurre en el comportamiento del intérprete respecto a la racionalización de la danza, es posible entender esta “justificación de acciones”, como una suerte de *juicios* que el intérprete se hace sobre sí mismo o sobre su accionar. Pese a que la danza, generalmente, carece de referencias externas identificables (danza pura), aun así el intérprete está continuamente esperando referencias exteriores, modelos, secuencias, formas, patrones o estructuras a seguir. Este comportamiento genera la tendencia a mirarse, pensarse y analizarse desde afuera hacia adentro, y no desde adentro hacia afuera, por lo que la danza comienza a superficializarse en la mirada de los externos. José A. Sánchez (2009), dice que “Podemos pensar que cualquier formato escénico conocido deriva del hecho de que un ser humano actúe para alguien que lo mira” (pág. 24), si esta perspectiva del actuar se enfatiza de sobremanera al momento de concebir la danza, el cuerpo comienza a instalar imágenes idealizadas de las acciones, formas y estilos de movimiento: “esto debiese verse así”; “esto es más bello que esto otro”; “esto se ve más o menos danzado”, entre otras varias formas de generar expectativas y juicios valórico-sociales, en torno a lo más y/o menos “aceptable” que pudiese ser el movimiento. Bajo estas percepciones racionales del cómo debiese ser algo (en este caso la danza), es que la autoimagen comienza a jugar un rol importante en cómo es abordado el movimiento. “La imagen del cuerpo es producto de la historia de cada sujeto, de la intersubjetividad imaginaria marcada de entrada por la dimensión simbólica, la síntesis viva de nuestras experiencias emocionales (...) es la memoria

inconsciente de toda vivencia racional” (Dolto, 1990, pág. 294 en Crespo, 2003, pág. 24), y en una línea similar Bloom & Chaplin (1996), mencionan que “La autoimagen incluye aspectos mentales, sociales, emocionales y físicos” (pág. 174), es decir, el cómo veo depende netamente del nivel experiencial que tenga el intérprete respecto a su cuerpo y al entendimiento con el movimiento, encontrando una lista extensa de matices influyentes a priori y a posteriori desde su territorio biográfico. Tomando en cuenta todo lo anterior, I1 llevó al cuerpo a un estado de afectación tambaleante entre lugares externos e internos de la fisicalidad, dejando entrever nuevamente, el fenómeno de *racionalización* en la reactividad corporal luego del primer impulso. Tampoco se dispuso el cuerpo para una investigación de estímulos que potenciaran la fisicalidad de lo instintivo. Para I2, por el contrario, el primer impulso no fue claro ni entendible. Si bien, se respetó el movimiento posterior al primer impulso que otorgó cierta claridad en el desarrollo de la acción, desde “*lo instintivo*”, el movimiento fue carente de *animalidad primaria*, lo que, desde una perspectiva personal, sería una reacción innata del cuerpo en su fisicalidad explícita, desde la urgencia animal de moverse. La intérprete no fue permeable al movimiento en su mismidad, sino que fue propensa a la racionalización (pensar antes que hacer), con ello fue apreciable, igual que en I1, la escasa manera de establecer estímulos que fomenten una fisicalidad específica, desde y hacia *lo instintivo*. El desarrollo corporal en su continuidad fue apreciable más como secuencias o motivos amparados bajo la “idea de danza”, abordado desde patrones conocidos, y el llamado movimiento “danzado”, en el intento de encontrar un impulso primario, perdiendo la calidad de reactivo. Esta situación, nuevamente conduce a la reflexión que instala la racionalización de la danza como un lugar fenomenológico en los intérpretes. Este comportamiento o perspectivas serían precedidos por contextos previos o formativos en el que el intérprete se ha desarrollado hasta el momento. Desde el punto de vista de Javier Contreras en los textos de Cámara & Islas (2007), vincula la formación de “ejecutantes” bajo dos

apuestas pedagógicas divergentes: la primera “tiende a fracturar el autoestima del bailarín, para que (...) quede supeditado siempre a una autoridad externa (maestro, compañía, escuela o coreógrafo)” (págs. 239-240), y la segunda, “procura que el aprendizaje técnico se vuelva un descubrimiento de la insustituible singularidad personal” (ibíd.). Estas afirmaciones conllevan a una serie de hechos que redirigen los lugares de aprendizajes, presentando dos polos que repercuten en las perspectivas que el intérprete lleva consigo para y con el movimiento. Primeramente incide en la creación de percepciones exteriores del cuerpo y del movimiento, ampliando el lugar de la ejecución como meramente eso: “una ejecución”, carente de sentido, ciertamente vacía a niveles emocionales o interpretativos, “robotizando” en algún punto el cuerpo y mecanizando los movimientos para que el aprendizaje resulte subordinado a la orden externa de lo que se quiera. También, genera la sensación de tener que cumplir con ciertos “estándares” dancísticos para sentirse más inmerso en este mundo artístico, incluso, podría generar problemas más profundos a nivel “moral” en el hecho de sentirse “mejores” o “peores” bailarines. La bailarina Anadel Lynton se refiere a los cánones de la danza profesional:

La formación técnica sistematizada, con vocabularios establecidos, codificados y reconocibles; la coreografía fija y repetible con exactitud; los exámenes de admisión basados en características anatómicas relacionadas con las exigencias de estas técnicas como primer rasero; (...) el autoritarismo; la organización matri o patriarcal de las compañías... Todas estas han sido premisas casi incuestionables (Cámara & Islas, 2007, pág. 258).

Estas “verdades incuestionables” (Ibíd. pág 267), son traspasadas por formadores que de manera consciente o inconsciente transmiten las enseñanzas en base a sus experiencias de aprendizaje, muchas veces aprendidas como dogma, a través de un trabajo “mecanicista y reproductivo” (Kaehler, 2001, pág. 1 en Cámara & Islas, 2007, pág. 300). Todo estos antecedentes, propician que el ser danzante tienda a racionalizar el estado del movimiento, dejando que pensamientos racionales impidan la aparición del instinto, incluso las ganas de moverse porque sí. Por el contrario, el polo segundo en el análisis de Contreras, sería el que, en términos formativos, abogaría por el aprendizaje de técnicas como un lugar de experimentación y descubrimientos en base a la irremplazable singularidad que el alumno, intérprete, performer, pueda tener.

Para I3, el cuerpo tampoco fue completamente reactivo al primer impulso. Fue claro en su punto de inicio (del accionar), pero se diluía en su desarrollo, por lo que no lograba concretarse instantáneamente, pero al instalarse en un tiempo-espacio, se esclarecía el lugar de desarrollo del movimiento impulsado. Se logró apreciar una marcada tendencia a pensar sobre el movimiento (racionalizar (fenómeno que ocurre en los tres cuerpos investigados)), por ende no lograba alcanzar los puntos de fuga energética máxima de la acción, ni los puntos extremos del cuerpo. Brotando, nuevamente, esta idea de “danza” en la que, en el desarrollo del movimiento, se establecen patrones, formas y valores estéticos predeterminados por agentes de conocimientos previos. Es necesario entender, que la técnica es un lugar de ordenamiento importante, y en el diálogo con la creatividad, se convierte en un camino que logra canalizar las diversas expresiones que el intérprete sostiene. Este diálogo se refiere a la “tensión intrínseca entre el rigor técnico y la disciplina” (Cámara & Islas, 2007, pág. 19), por una parte, y la “libertad creativa y el estilo” (ibíd.), por otra. Para Díaz y Díaz, la primera se organiza en torno al desarrollo de destrezas basadas en códigos convencionales (cánones expresivo básicos), y la segunda, mediante la vía de experimentación (ibíd.). La necesidad de entender

los aprendizajes previos como vía de posibilidades y no de limitancias, facilitaría las perspectivas para poder trascender, e incluso, prescindir de las formalidades corporales, dando pie a nuevas rutas experienciales dentro de la asimilación completa del movimiento. Desde la perspectiva de Jean Le Boulch: “cuando la asimilación de la técnica queda en nuestra memoria corporal, rígida, fija, sin posibilidad alguna de ajustarse a nuevas experiencias, el movimiento pierde toda posibilidad plástica, necesaria para la adaptación de nuevas situaciones” (ibíd, pág. 367). Entonces, no se trataría de negar la técnica como lugar de importancia corporal, sino de cuestionar el cómo ésta es transmitida y concebida al momento de la enseñanza, y de qué maneras es posible permear los cuerpos mediante una enseñanza-aprendizaje no racional, experimental, potenciador, y cuestionador. En el caso de I3 y en análisis con lo anterior, se visualizó un cruce entre ideas y acciones que instalaron la fisicalidad en un lugar de inestabilidad discursiva, es decir, lo que se intentó proyectar con el movimiento se volvió ambiguo, entre la acción de una fisicalidad específica (más instintiva), y las ideas de lo que “debiese” ser técnicamente danzado y correcto. La fisicalidad, a ratos, se distinguía en un lugar instintivo/animal y actuaba de manera reactiva, pero luego intervenía la idea de lo “danzado”, este último es un concepto reiterativo, de la mano con la idea de “racionalizar la danza”, de los cuales sería necesario profundizar en el análisis y alcances comprensivos para llegar a un *cuerpo instintivo*.

En segunda instancia hacia una Fisicalidad Instintiva, hay adentrarse en la comprensión de los *Estado Corporales* (subcategoría). Para ello, es necesario amplificar la percepción y sensibilidad corporal en relación al contexto simultáneo de las internalidades y externalidades del cuerpo. Muy por el contrario a la anterior subcategoría (*Cuerpo Instintivo-Animal*), esta segunda subcategoría (de la Categoría III) fue asimilada con extensa claridad corporal y sensitiva. Tanto I1, como I2 e I3, fueron capaces de llegar a un estado corporal específico. En

la propuesta educativa que hace Laban, se acentúa la posibilidad de “experimentar un amplio espectro de posibilidades de movimiento y los estados interiores que devienen en la experimentación” (Fernández Labra, Núñez Navarrete, & Cifuentes Miranda, 2010, pág. 44), estos estados interiores, son las posibilidades de situar al cuerpo en la diversidad de impulsos que conllevan a encontrarse con ciertas relaciones a niveles emotivos, psíquicos, sociales y físicos (del movimiento). Incluso, pensándolo desde un lugar mucho más interno, Greiner (2009), dice: “Los estado corporales, generados en todo momento, no son necesariamente visibles” (pág. 65), por ende, la “imagen sensomotora no es necesariamente imagen visual, sino un conjunto de dispositivos sensoriales para producir un estado corporal funcional que desemboca inevitablemente en una acción, siendo ellos mismos acciones internas del cuerpo” (ibíd.). Los tres intérpretes, de igual manera, fueron capaces de transitar a través de diversos estados corporales, comprendiendo disociaciones entre un estado y otro, entendidos dentro de las particularidades que cada uno tiene, y comprendidos *in situ* dentro de su propia fisicalidad en desarrollo. En el caso de I1, corporalmente se percibió un excelente sentido del estado corporal, de manera psíquica y física, de su habitar y transitoriedad. Su cuerpo habitó, por momentos, un estado de afectación que tambaleaba entre lo externo e interno, por lo que se proyectaba, en esos momentos, la acción de manera fortuita y no tan asumida. Para I2, el viaje corporal muchas veces se apreció de manera reducida, en ese sentido, sería necesario radicalizar el cuerpo y sus movimientos. En general, a nivel energético el cuerpo accionó desde un lugar mucho más *soft*, otorgando una imagen desprovista de peso, casi superficial (ser tocado por encima), relacionada directamente con el uso de peso en relación a la gravedad (entregar-ceder-rechazar-suspender). Por su parte, I3, fue capaz de transitar a través de múltiples estados corporales, generando viajes con gran intensidad energética y diversidad de cualidades. Nuevamente apareció la tendencia de abordar, en este caso, los estados corporales, desde la “idea de danza”, por lo que la fisicalidad del estado fue reducida por momentos de su

desarrollo. Para apartar relativamente esta perspectiva “danzada”, sería conveniente rehuir de valores agregados y valores estéticos predeterminados por cánones establecidos. Sería necesario potenciar el cuerpo en movimiento en su mismidad (posibilidades musculares), singularidad, estado de presencia (inmediatez e impermanencia), e insistir en el lugar instintivo y animal que el estado del cuerpo entrega por naturaleza. Comprender el *Estado de danza*, sería conectar con lo sagrado, desde cuerpo, mente, alma y espíritu, y abrazar la animalidad como un estado propio e innato en el movimiento.

4.4 Transversalidades al manejo de transformar

Para poder transitar a través de las posibilidades que la transformación consciente del cuerpo puede entregar, es necesario situarse en entendimientos transversales aplicables a los tres grandes pilares investigados: Sentido Kinestésico, Sentido Temporal, y Fisicalidad Instintiva (Categorías I-II-III respectivamente). Desde este lugar es posible analizar cómo es que una misma instrucción o entendimiento corporal es tambaleante o no respecto del contexto. Las *Transversalidades* (Subcategoría), son aplicadas en el análisis a las tres categorías principales, y se dividen en: Transferencia de peso; Sentido de composición instantánea (improvisación); Capacidad explorativa; Resolución y profundización; y Sentido discursivo del movimiento (Qué se dice?, Cómo se dice?, Qué tan claro se dice?). En este caso se designará la sigla inicial de cada categoría (K-T-F), más la sigla del intérprete investigado (I1-I2-I3), para referirse a la misma *transversalidad* pero en los diferentes contextos, por ejemplo: KI1, para referirse al Intérprete 1 bajo la lupa del Sentido Kinestésico, TI3, para referirse al intérprete 3 bajo el Sentido Temporal, o FI2, para referirse al intérprete 2 en la Fisicalidad Instintiva.

Desde la *transversalidad* de la transferencia del peso, fue posible visualizar en el caso de KI1, TI1 y FI1, un entendimiento general de su propio cuerpo y posibilidades físicas, no

presentando mayores dificultades en la asimilación de los recursos transversales a la categoría de tiempo y su manejo, en ello, la transferencia de peso entre los soportes es clara y consciente tanto en su activación muscular, en las dinámicas de cambio temporal, y en el diálogo a la reactividad del movimiento y sus impulsos. Por otra parte, tanto para KI2, TI2 y FI2, la aplicación consciente de la transferencia de peso entre los soportes, es muy visible dentro de las dinámicas del movimiento y del cambio temporal. No obstante, en la situación KI2, la relación con el uso de peso real, versus el entendimiento de suspensión desde una sola polaridad, genera un estado de ambigüedad globalizada a nivel corporal, por lo que todos los puntos posibles abordados a nivel Kinestésico se vuelven nebulosos y en cierta medida, menos logrados. En el caso de KI3, TI3 y FI3, la relación con el entendimiento del peso y su transferencia fue algo que no logró llegar a concientizarse en ninguna de las tres categorías. En KI3, la transferencia de peso y el uso eficaz de los soportes en relación al mismo, es carente de entendimiento práctico a nivel muscular, ya que al tener poca claridad del empuje como motor de los recorridos corporales, todo tipo movimientos, acciones, y desarrollos corporales escasean en su amplitud de ejecución. En TI3, si bien hay un excelente sentido y entendimiento del tiempo y su manejo en general, la zona de la pelvis fue poco frecuentada a nivel consciente, interrumpiendo la capacidad que el centro de peso tiene como eje corporal tanto en el equilibrio, suspensión y tridimensionalidades. Todo esto en relación directa a los soportes y transferencia de peso, que se ven afectados constantemente por la poca consciencia al momento de trasladarse. Para FI3, en la misma dinámica de las categorías anteriores, se percibió una transferencia de peso poco clara en el desarrollo de la fisicalidad, así como la entrega de peso hacia los soportes era débil en relación al viaje a través de los estados corporales.

A partir de la *transversalidad* del sentido de composición instantánea, se observó que mediante el desarrollo de los ejercicios de laboratorio, en todas las categorías (K-T-F), los tres

intérpretes (I1-I2-I3), lograron vincular la capacidad de improvisación con una perspectiva compositiva inmediata. Es así como lograron vincular, desde la exploración, la improvisación, la composición y el desarrollo del material investigado, lugares mayormente evidentes. Es el caso de FI1, que logró componer desde lo inmediato en el desarrollo de la fisicalidad y estados corporales, dentro la misma reactividad del cuerpo; o KI2, que logró aplicar la composición, mediante el uso de ciertos dispositivos compositivos de ordenamiento (repeticiones, amplificaciones, contrastes, etc). También, KI3, compuso buscando aproximaciones espaciales, temporales y energéticas armónicas, simétricas, asimétricas, irregulares, entre otras. En TI3, comprendió el tiempo a favor de la composición instantánea, usando dinámicas que potenciaban el flujo y cambios temporales, tanto física como situacionalmente.

Desde la *transversalidad* de la capacidad explorativa, se pretende visualizar intérpretes con intenciones claras sobre la exploración en relación a su propio cuerpo respecto de las indicaciones dadas (para la exploración). Es así como cada uno logró introducirse en maneras personales de exploración, con interrogantes propias a través de la momentaneidad del ejercicio. En KI1 y TI1, la exploración fue muy evidente, dentro de las posibilidades que su cuerpo le entrega. En tanto en FI1, profundizó en zonas investigativas mas allá de la indicación dada, que permitieron adentrarse en nuevas y distintas manera de vivir y abordar el movimiento, no obstante, la exteriorización extrema de éste, hizo que el desarrollo del estado psíquico se volcara al ensimismamiento. Para el caso de KI2, se observó una exploración personal en torno a las posibilidades de su propio cuerpo y las indicaciones dadas, pero en TI2, la exploración no logró profundizarse tanto, ya que no fue reconocible por la intérprete las variantes que aparecen en el uso de flujos temporales. Del mismo modo, en FI2, la exploración y profundización desde sus capacidades físicas llegó a lugares corporales poco permeables y automatizados (Lenguaje aprendido). Respecto a lo que ya se ha mencionado sobre aprendizajes previos, es necesario sumar la expresión de Baz (1996), sobre la “experiencia del

cuerpo como la actualización del vínculo con nuestra imagen y esquema corporal” (pág. 40 en Crespo, 2003, pág. 23), volviendo a plantear la idea que vincula la autoimagen con la nivel experiencial que tenga el intérprete respecto a su cuerpo y al entendimiento con el movimiento. Para KI3 y TI3, la intención exploratoria, al igual que KI1-TI1, fue clara y muy visiblemente potenciada, desde sus facultades físicas que le permitieron adentrarse en un lenguaje personal. Pero en FI3, la exploración no fue suficientemente concreta, ya que es un cuerpo con gran potencialidad de arrojo corporal (en la acción de movimiento), pero se vio disminuido por la reactividad poco reconocida en el cuerpo con la relación exploratoria.

La *transversalidad* de profundización y resolución, permite visualizar el cuerpo del intérprete como un lugar de inmensas posibilidades, encontrando en ellas la capacidad de resolver dentro de sus proximidades físicas, profundizando para alcanzar nuevos y distintos, incluso desconocidos, lugares del movimiento. Se observó en el caso de KI1, TI1 y FI1, resolver dentro de sus capacidades físicas y profundizar en una corporalidad, para llegar a lugares distintos con y para el movimiento, permitiendo la aparición de particularidades del mismo, bajo dinámicas de flujo y temporalidades. Para KI2 y FI2, esta búsqueda de nuevos espacios corporales no fue utilizada en su máxima capacidad. Se generó una tendencia a acomodar el movimiento con un rango de dificultad mucho menor a sus posibilidades reales, físicas, extensivas, energéticas, entre otras. Pero en TI2, sí se observó resolviendo dentro de sus capacidades físicas, entrando en un flujo que orilló al cuerpo a ser reaccionario a la rapidez extrema del movimiento, logrando sostenerse de lugares corporales que contenían al cuerpo dentro de esta dinámica. Para el caso de KI3 y FI3, se apreciaron resoluciones dentro de sus posibilidades físicas, intentando profundizar en lugares poco habituales de su propio movimiento. En ello, intentó romper la construcción de patrones en la automatización del movimiento, proponiendo diversas formas de abordar los recorridos corporales. En TI3, la extensión del movimiento por momentos fue reducida, impidiendo al cuerpo llegar a su punto

máximo de extensibilidad. A pesar de ello, se encontró con maneras singulares de moverse, debido a la intención de resolver dentro de un flujo de rapidez y lentitud extrema.

Finalmente, en la *transversalidad* del sentido discursivo, se intenta observar la capacidad comprensiva respecto a los recorridos que el movimiento hace a través del cuerpo del intérprete, en el entendido de este sentido discursivo, se alzan las preguntas: ¿Qué se dice? (el movimiento); ¿Cómo se dice? (con el movimiento); ¿Qué tan claro se dice? (lo que se dice (a través del movimiento)). En el caso de KI1, TI1 y FI1, el discurso en general fue muy claro. Se dispuso la acción con un sentido discursivo concreto en relación a lo Kinestésico, Temporal y Físico Instintivo, donde fue posible materializar las preguntas (Qué, Cómo, y Qué tan claro) a nivel de movimientos y recorridos corporales. Para KI2, esta transversalidad fue la más frágil a nivel comprensivo, ya que el discurso corporal al momento de accionar, no fue claro. En ello, la precariedad del uso y entrega de peso a nivel global del cuerpo, no permitió que los recorridos corporales fuesen vivificados en el momento en que se ejecutó el movimiento. Del mismo modo, para TI2, el desarrollo de las acciones muchas veces no fue claro, faltando precisar aún más el “qué se dice” mediante el “cómo se dice”. Desde este lugar, la consciencia con la que fue abordado el sentido temporal se perdió a ratos desde el aspecto general. Para FI2, siguiendo la misma ruta que las otras categorías, se observó poca permeabilidad y un lenguaje automatizado, volviendo más nebuloso la finalidad del discurso corporal. En última instancia, en el caso de KI3, fue apreciable una comprensión del recorrido que el movimiento hace a través de su cuerpo, por lo que el sentido discursivo en la acción se transformó en un aporte a la capacidad de resolver los desarrollos constantes del movimiento. Qué se dice, cómo se dice, y qué tan claro se dice, se convirtieron en motores de búsqueda inmediata *en* la acción y *para* la acción. Al igual con TI3 y FI3, se profundizaron los recorridos del movimiento mediante el sentido discursivo. Así la práctica instantánea, permitió que las rutas corporales fuesen evidentes en la acción-diálogo (Cuerpo-movimiento). La importancia de comprender

los discursos a nivel corporal, radica en la necesidad de esclarecer lo que el movimiento es por sí mismo, en sus rutas, en sus flujos, kinestésias, y “estésias (*drivers*) [impulsos]” (Louppe, 2011, pág. 92). En este sentido, “tener conciencia del movimiento es descubrir su motivación para reducirlo a su forma más esencial” (Cardona, 2000, en Fernández, Núñez, & Cifuentes, 2010, pág. 72), sería distinguir los objetivos o finalidades del movimiento (aunque no existiesen de forma racional o concreta), para que ello, surja la simplicidad de *lo que es*, y no de *lo que quisiese ser*. Entonces, el análisis discursivo a nivel corporal permea el lugar de la experiencia, en tanto el intérprete es capaz de percibir y dar cuenta de su mundo antes de crear el discurso mismo: “Sólo a partir del modo de vivir y comprender algo se articula y se organiza la totalidad del conocimiento” (Crespo, 2003, págs. 18-19). En términos no muy apartados, hablar de dramaturgia corporal sería bastante adecuado en la creación de un discurso y sus rutas de movimiento: “La dramaturgia es el principal generador de una eficaz correspondencia entre la emisión y la percepción, entre el creador e intérprete de una coreografía y el espectador” (Fernández Labra, Núñez Navarrete, & Cifuentes Miranda, 2010, pág. 73).

Este análisis de resultados, logró dar cuenta de la existencia de potencialidades y dificultades que los cuerpos investigados (I1-I2-I3) tienen respecto a la internalización práctica de esta posibilidad metodológica de transformación consciente del cuerpo. De esta manera, es posible distinguir lugares de mucha solidez y muy bien adquiridos en la práctica, y otros lugares de matizadas carencias en el reconocimiento y adquisición de conocimientos, ya sea por percepciones y vinculaciones personales, o por influencias y alcances previos a esta práctica metodológica. El entendimiento concatenado de las categorías, lleva al cuerpo a comprenderse y situarse a través de la consciencia corporal, habilitando y expandiendo las propias

posibilidades, singularidades y subjetividades en la relación de transformar el cuerpo en un Sentido Kinestésico, Temporal y Físico Instintivo.

CONCLUSIONES

El camino hacia la comprensión de una *transformación consciente del cuerpo*, fue una ruta que poco a poco se fue encontrando con fenómenos que develaban, propiciaban, potenciaban, y ampliaban las construcciones corporales en el movimiento. La profundización y asimilación teórica, fue sistemáticamente nutriendo el ejercicio práctico para decantar en aproximaciones a las que esta investigación propuso llegar. La comprensión en profundidad de las principales categorías que cimientan el ejercicio de transformación consciente fueron un puente de conocimientos que entregó extensas posibilidades en el accionar de los cuerpos (intérpretes). De este modo, el acercamiento a un Sentido Kinestésico, a un Sentido Temporal y a una Fisicalidad Instintiva, se convirtieron en el motor que en su diversidad de diálogos, propiciaron el lugar de la transformación consciente de manera concatenada, segmentada, individualizada, singularizada, entre otras tantas posibilidades a través de la creación de lenguaje en la composición de una obra de danza contemporánea. Entonces, ¿De qué forma el uso de la transformación consciente del cuerpo en movimiento incide en la creación de lenguaje del intérprete en la composición de una obra de danza contemporánea?, mediante esta investigación se logró llegar a una serie de conclusiones que se aproximan como posible respuesta a esta interrogante. Por consiguiente, se comprendió que la transformación consciente del cuerpo en movimiento, logró incidir en la creación de lenguaje de las siguientes maneras:

Lenguaje Singular. El manejo de los parámetros de transformación consciente propició la conjugación de un lenguaje singular en cada intérprete, en el cual sus propias posibilidades físicas, de movimiento, psíquicas y perceptuales se proyectaron en el cuerpo a través de los códigos de movimiento que constantemente aparecía. Un lenguaje funcional a sus cuerpos, anatomías y autonomías individuales. Se encontró un lenguaje que se introduce en las retrospectivas personales para develar expresividades únicas y particulares. Desde su presente,

su propia corporalidad, particularidad e individualidad, en sensaciones propias, afectos y ritmos internos. Un lenguaje que no discrimina, ya que constantemente potencia la esencia individual del intérprete, y la búsqueda de semánticas propias en la investigación corporal. Un lenguaje que permitió a cada intérprete entender las afinidades y dificultades de su movimiento, entender la manera natural en que se mueven, y por tanto, encontrar en ello un potencial intrínseco de consciencia y profundización corporal.

Lenguaje de categorías concatenadas. La comprensión de la transformación consciente del cuerpo, construyó un lenguaje capaz de comprender sus propias categorías de manera concatenada, es decir, que funcionan las unas con las otras de manera simultánea y complementaria, o individual sin perder consciencia de las otras. Lo que permitió al intérprete relacionar constantemente los cúmulos de conocimientos entre sí.

Lenguaje no racional. Se crea un lenguaje que potencia las vivencias experienciales (*in situ*) por sobre la racionalidad del pensamiento-acción, validando la experiencia subjetiva del cuerpo como lugar de consciencia y exploración corporal. Este lenguaje dio paso a que las vicisitudes del inconsciente aparecieran llanamente en la subjetivación de la experiencia, permitiéndole al cuerpo viajar a través de los diversos flujos, estados, emociones, fisicalidades, interpretaciones, etc. Les permitió escuchar su propia experiencia, y en ello, su validación en la práctica.

Lenguaje de la consciencia y autoconocimiento. La transformación consciente del cuerpo les entregó herramientas para un proceso minucioso de consciencia y una amplitud en el autoconocimiento corporal. Abrió paso al desarrollo de empatía kinética, consciencia del tiempo y espacio, ayudó a distinguir las posibilidades corporales, reconocer las tensiones y bloqueos, y la cantidad de energía que comúnmente interferían con la escucha corporal. Potenció las singularidades de cada intérprete, abriendo paso a nuevas rutas relacionales con el propio cuerpo, e incluso, en la capacidad de hacer *insight* a niveles físico-emocionales. Se

propició un lenguaje que ayudó a descubrir y re-descubrir sus propios cuerpos, sus propias posibilidades y dificultades, transformando el cuerpo no solo desde un lugar físico, sino que desde un terreno íntimo e invaluable del auto-conocimiento, en sus percepciones sensitivas, psicológicas, emocionales, y trascendentales (cuerpo-mente-espíritu).

Metodología proyectiva a la composición y complementaria a las técnicas formativas. La transformación consciente del cuerpo se instaló como una posibilidad metodológica que se proyecta en un desarrollo compositivo, otorgando opciones variadas para la búsqueda de lenguaje (dispositivo coreográfico). Esta posibilidad metodológica potenciaría el estudio de cuerpos entrenados en danza y artes del movimiento, fomentando el movimiento desde las libertades posibles y apartando la idea de “límites” a los que se debiese llegar. Si bien, esta metodología se plantea como una posibilidad, no existe certeza de ser abordada en su totalidad, por lo que solo fue visualizada como una “aproximación a”. Es una metodología complementaria a las técnicas formativas (academicistas), ya que entrega la posibilidad de exploración personal en todos sus rangos prácticos, entregando consciencia y profundidad en la manera de abordar el movimiento, rehuendo a la uniformidad que la técnica contiene. Esto da paso a una ruta formativa propia, en tanto necesidades personales. Si bien la técnica, desde la perspectiva investigativa, es todo “lo que allí ocurre”, en terminos formativos, la imitación kinética, y los patrones de mecanismos formativos generan cierto sesgo de la experiencia propia que, si bien ocurre en el cuerpo, no logra compenetrarse a las mecanicidades, extrapolando la totalidad de la experiencia a la mera acción ejecutada de patrones de movimiento. Como bien dice Aponte (1993), “[...] la conscientización corporal no sustituye a la técnica sino que la enriquece al proporcionarle un marco de referencia para su hacer en el cuerpo” (pág. 216 en Cámara & Islas, 2007, pág. 29). La capacidad de entender el movimiento de manera consciente debiese, por tanto, acompañar siempre los procesos de manera integral, y al ser eje central de esta metodología, logró propiciar en profundidad las conexiones con el

cuerpo y las sensibilidades del movimiento propio, incluyendo además, la relación con los otros cuerpos (intérpretes). Por ello, surge la necesidad metodológica de otorgar espacios para generar consciencia del cuerpo, del movimiento, de cómo se vive, se siente, se percibe y se ve, exaltando e incrementando las posibilidades personales y la capacidad de búsqueda, investigación, y desarrollo creativo. De este modo, el desarrollo consciente de la transformación corporal, es planteado como un medio que debiese trascender al automatismo, dialogando en un marco de libertades y ordenamientos, buscando de una u otra manera, encontrar nuevas formas de abordar el movimiento en un diálogo (directo o indirecto) con las técnicas aprendidas (formativas-academicistas), convirtiéndose en un aporte a nuevas formas de saber.

El lenguaje del cuerpo sustituye al lenguaje sobre el cuerpo. Como última conclusión, esta posibilidad metodológica, promovió el *lenguaje del cuerpo* como vía principal de búsqueda y desarrollo de movimiento. Es decir, el *lenguaje* que el cuerpo contiene en su mismidad, naturalidad y singularidad, tiene un rango de importancia mucho mayor en la búsqueda de corporalidades (lenguajes), sustituyendo al *lenguaje* que se instaura sobre el cuerpo como agente externo, en ello, las técnicas aprendidas, secuencias, estilos, patrones, pasos, estructuras, etc. Se defiende la idea de que el cuerpo comprende por sí mismo. La importancia que sostiene esta idea, radica en el entendimiento del cuerpo como un templo de saberes, que al ser entrenado dentro de las posibilidades conscientes que éste tiene, disminuiría las acciones que racionalizan, mecanizan, y automatizan el movimiento, ya que el mismo cuerpo comprendería la facultad transformativa que tienen sus movimientos y estados, desarrollando autonomía corporal. Como decía Merleau-Ponty (1993): “Es por mi cuerpo que comprendo al otro, como es por mi cuerpo que percibo cosas” (pág. 202-203), es necesario entender el cuerpo como canal de percepciones, experiencias y subjetividades, confiando en que el saber del intérprete está en el cuerpo.

Finalmente, la investigación logró encontrarse con aproximaciones que dieron cuenta de las diversas formas y perspectivas en que la transformación consciente del cuerpo incidió en la creación de lenguaje en el extenso proceso de creación de una obra de danza contemporánea. Creando un lenguaje singular; no racional; de funcionamiento concatenado en sus categorías; un lenguaje consciente y que potenció el autoconocimiento; convirtiéndose en una metodología que es posible proyectar hacia la composición, y un entrenamiento capaz de complementar las técnicas formativas; entendiendo que el cuerpo *contiene* lenguaje y *comprende* desde el mismo.

La transformación consciente del cuerpo, invita al diálogo con uno mismo, descubriendo y re-descubriendo lo que cada cuerpo tiene que trabajar, incluido lo que ya se tiene a nivel de lenguaje y corporalidad. Este es un medio experiencial que invita al encuentro de caminos propios, a las versatilidades y permeabilidades del cuerpo, a las infinitas posibilidades del movimiento, del tiempo, del espacio, de los músculos, de los instintos y estados. Es el entendido de la relación entre lo micro y lo macro, lo interno y lo externo, de la dualidad y la amalgama de texturas, colores, intensidades entre ello. Es una de las tantas opciones, una mera posibilidad que colabora y potencia el desarrollo de lenguaje, que entrega consciencia íntegra en el intérprete, coreógrafo, y composición. Es un acto artístico de creación: *la transformación*.

BIBLIOGRAFÍA

- Adorno, T. W. (1971). *Théorie esthétique*. (M. Jimenez, Trad.) París: Kliencksieck.
- Alcaíno, G., & Hurtado, L. (2018). *Danza Contemporánea en Chile 2000-2015, Autobiografía de una escena*. Santiago de Chile: Hueders.
- Alter, M. J. (2004). *Los estiramientos. Desarrollo de Ejercicios* (6a ed.). Barcelona: Paidotribo.
- Anderson, J. (1974). *Dance*. New York: Newsweek Books.
- Aponte, S. (1993). Aproximación a la nueva danza 1993 en la Escuela Nacional de Danza Contemporánea . En *Memoria de la Primera Reunión Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Artística Superior* (pág. 216). México D.F.: INBA/ANUIES/UV.
- Badiou, A. (1993). *Danse et pensée: une autre scene pour la danse*. Sammeron: GERMS.
- Banes, S. (1987). *Terspsichore in sneakers: Post-modern Dance*. Middletown: Wesleyan University Press.
- Bardet, M. (2010). *Pensar con Mover, Un encuentro entre danza y filosofía*. Buenos Aires: Cactus.
- Baril, J. (1987). *La Danza Moderna*. (M. T. Cirugeda, Trad.) Barcelona: Paidós Ibérica, S. A. .
- Baz, M. (1996). *Metáforas del cuerpo. Un estudio sobre la mujer y la danza*. México: UNAM/ Porrúa/ UAM.
- Bel, J. (Marzo de 2001). Jérôme Bel: la parte et la disparition. 17. (L. Goumarre, Entrevistador) Artpress.
- Bergson, H. (2010). *Materia y Memoria*. Buenos Aires: Cactus.
- Bernard, M. (1993). *Sens et fiction*. n° 17.

- Bienfait, M. (1995). *La reeducación postural por medio de terapias manuales*. Barcelona: Paidotribo.
- Blanchot, M. (2009). *El paso (no) más allá*. (C. De Peretti, Trad.) Barcelona: Paidós Ibérica.
- Bloom, L. A., & Chaplin, L. T. (1996). *El acto íntimo de la coreografía*. México, DF: Litografía Eros.
- Borges de Barros, A. (2011). *Dramaturgia Corporal* (1a ed.). Santiago de Chile, Chile: Cuarto Propio.
- Cabrera, J. (2006). *La Danza Contemporánea*. Jalisco: Consejo estatal para la Cultura y las Artes, Colección Becarios.
- Calais-Germain, B. (2017). *Anatomía para el Movimiento, Introducción al análisis de las técnicas corporales*. Barcelona: La Liebre de Marzo, S.L.
- Cámara, E., & Islas, H. (2007). *La enseñanza de la danza contemporánea. Una experiencia de investigación colectiva*. México D.F.: Universidad Autónoma de la Ciudad de México. Instituto Nacional de Bellas Artes y Literatura. Centro Nacional de Investigación, Documentación e Información de la Danza José Limón.
- Camara, E., & Islas, H. (2007). *Pensamiento y Acción, método de Leeder de la Escuela Alemana*. Ciudad de México, México: Instituto Tecnológico de Monterrey, Instituto Nacional de Bellas Artes de México, Centro Nacional de Investigación, Documentación e Información José Limón.
- Charlip, R. (1992). *Merce Cunningham, Dancing in Space an Time*. Pennington (NY): A Capella Books.
- Citro, S., & Aschieri, P. (2012). *Cuerpos en Movimiento, Antropología de y desde las danzas*. Buenos Aires: Biblos.

- Condró, L., & Messiez, P. (2016). *Assymetrical Motion, Notas sobre movimiento y pedagogía*. España: Continta Me Tienes.
- Cordero, R., & Salinas, F. (2017). Hacia una sociología de la abstracción: observaciones acerca de la mediación. *Cinta Moebio* 58 , 64.
- Cornago, Ó. (2015). *Ensayos de Teoría Escénica*. Madrid: ABADA Editores, Lecturas de Estética.
- Crespo, N. (2003). *LA DANZA, mirada en movimiento*. México D.F.: Grupo Resistencia S.A. de C.V.
- Cunningham, M. (1980 et 1988). *Le Danseur et la Danse: entretiens avec Jacqueline Lesschaeve*. (J. Lesschaeve, Trad.) París: Belfond.
- Cunningham, M. (1952). Space, Time, Dance. En *Transformations* (pág. 7). Nueva York: CNDC.
- Deleuze, G. (2007). *La imagen-tiempo: estudios sobre cine 2*. (I. Agoff, Trad.) Barcelona: Paidós Ibérica.
- Deleuze, G., & Guattari, F. (1991). *Qu'est ce-que la philosophie?* París: Minuit.
- Diverres, C. (1992). Le defi de la danse. En D. Noguez, *Cahier la danse* (pág. 29). París: Jean-Michel Place.
- Dolto, F. (1990). *La imagen inconsciente del cuerpo*. Barcelona: Paidós.
- Duboc, O. (1993). *L'épreuve du temps*. 15.
- Dupuy, D. (1989). *La danse du dedans, en la danse, naissance d'un mouvement de pensé*. París: Armand Colin.
- Durán , L. (1993). *La humanización de la Danza*. México, D.F.: Centro Nacional de Investigación Documentación e Información de la Danza José Limón.

- Echegoyen Monroy, S., & Echegoyen Monroy, G. (1993). Sobre la enseñanza interdisciplinaria en la Escuela Nacional de Danza Nellie y Gloria Campobello. En *Memoria de la primera reunión Nacional de Universidades e Instituciones de Educación Artística Superior* (pág. 196). México D. F.: INBA/ANUIES/UV.
- Fernández Labra, R., Núñez Navarrete, R., & Cifuentes Miranda, M. J. (2010). *Eukinética, Profundizando las cualidades del movimiento*. Santiago de Chile, Chile: La Vieja Ciudad.
- Fontaine, G. (2012). *Las Danzas Del Tiempo*. (M. Espezel, Trad.) Ciudad Autónoma de Buenos Aires: Ediciones del CCC. Centro Cultural de la Cooperación Floreal Gorini.
- Forti, S. (1996). *Improviser dans la danse*. Alès: Le Cratère Rèèd.
- Fromont, M. (2005). Cuerpo y lenguaje no verbal. *Recreate* (3).
- Greiner, C. (2009). La visibilidad de la presencia del cuerpo como estrategia política. En A. Buitrago, J. A. Sánchez, C. Greiner, M. Garcés, Z. Günsür, J. Conde-Salazar Pérez, y otros, *Arquitecturas de la mirada* (págs. 57-75). Alcalá de Henares, España: Centro Coreográfico Galego/ Mercat de Les Flors/ Institut del Teatre/ Universidad de Alcalá.
- Guerín, M. (1995). *Philosophie du geste*. Arles: Actes Sud.
- Hernández Hernández, F. (2008). La investigación basada en las artes. Propuestas para repensar la investigación en educación. *Educatio Siglo XXI* , 85-118.
- Kuriyama, S. (1999). *The expressiveness of the Body and the Divergence of Greek and Chinese Medicine*. Nueva York: Zone Books.
- Laban, R. V. (1994). *La Maîtrise du mouvement*. Arles: Actes Sud.
- Landowski, E. (1997). *Présences de l'autre*. París: PUF.
- Langer, S. (1953). *Feeling and Form, a theory of art*. Nueva York: Charles Scribner's.
- Langer, S. K. (1966). *Los problemas del arte*. Buenos Aires: Infinito.
- Laplanche, J. (2002). Pulsión e Instinto. *ALTER* , 1-12.

- Lartigue, P. (1982). *Creuser le mouvement*. París: n° 10.
- Le Breton, D. (2010). *Cuerpo Sensible*. Santiago de Chile: Metales Pesados.
- Le Roy, X. (Noviembre de 2001). Respuestas de Xavier Le Roy. (G. Fontaine, Entrevistador)
- Lepecki, A. (2006). *Agotar la Danza, Performance y política del movimiento*. España: Centro Coreográfico Galego, Mercat de les flors, Universidad de Alcalá.
- Limon, E., & Virilio, P. (1995). *Paul Virilio and the Oblique*. Lusitania.
- Loupe, L. (1996). Le danseur et la poétique du temps. En *Age du corps maturité de la danse*. Ales: Le Cratere Théâtre.
- Loupe, L. (2011). *Poética de la Danza Contemporánea* (1a ed.). (A. Fernández Lera, Trad.) Salamanca, España: Ediciones Universidad de Salamanca.
- Lynton, A. (2000). *Introducción al análisis del movimiento y sus posibles usos en la investigación de la danza y otros campos*. México: Cenedi-danza.
- Lytard, J.-F. (1988). *L'Inhumain: causeries su le temps*. París: Galilée.
- Maletic, V. (1987). *Body, Sapce, Expression*. La Haya: Mouton de Gruyter.
- Maturana Romesín, H. (2008). *Emociones y Lenguaje en Educación y Política*. Santiago de Chile: Comunicaciones Noreste LTDA. .
- Merleau-Ponty, M. (1976). *Phénoménologie de la perception*. París: Gallimard, coll. "Tel".
- Moraga L., P., & Vera J., D. N° 51. *El cuerpo de la danza. Pensamiento y ejecución en la danza contemporánea*. Santiago: Centro de Investigaciones Sociales. Universidad ARCIS.
- Nietzsche, F. (1982). *Así hablaba Zaratustra*. Madrid: Edaf.
- Noguez, D. (1992). Si la danza es un pensamiento. En D. Noguez, *Chier la danse* (pág. 15). París: Jean-Michel Place.

- Paxton, S. (1974). Contact Improvisation. En S. J. Cohen, & S. J. Cohen (Ed.), *Dance as a Theatre Art* (págs. 222-227). Nueva York: Dodd-Mead.
- Platón. (1950). *Timée*. (E. Chambry, Trad.) París: Garnier.
- Rabant, C. (1992). *Inventer le réel, le déni entre perversion et psychose*. París: Denöel.
- Ricoeur, P. (1983). *Temps et Récit*. París, Seuil: Colección "Points".
- Robinson, J. (1981). *Eléments du langage chorégraphique*. Paris: Vigot.
- Roger, F. R. (1941). *Marta Graham. A modern dancer's primer foraction*. Nueva York: McMillan.
- Rosales, G. E. (12 de Enero de 2013). *El Cuerpo en estado de Danza: Revista DCO*. Recuperado el 11 de Junio de 2019, de Revista DCO, Danza, Cuerpo, Obsesión: <http://revistadco.blogspot.com/>
- Rosset, C. (1960). *La Philosophie trafique*. París: PUF.
- Rouquet, O. (1991). *La Têteauxpieds*. París: Recherche en Mouvement.
- Sampayo, S. (2008). *Estiramientos y Conciencia Corporal*. Madrid, México, Buenos Aires, San Juan, Santiago, Miami: EDAF, S. L. .
- Sánchez Martínez, J. A. (2013). IN-DEFINICIONES. El campo abierto de la investigación en artes. *Artes La Revista* , 36-51.
- Sánchez, J. A. (2009). La mirada y el Tiempo. En A. Buitrago, J. A. Sánchez, C. Greiner, M. Garcés, Z. Günsür, J. Conde-Salazar, y otros, *Arquitecturas de la Mirada* (págs. 13-55). Alcalá de Henares, España: Centro Coreográfico Galego/ Mercat de les Flors/ Institut del Teatre/ Universidad de Alcalá.
- Sartre, J. P. (1976). *El ser y la nada: ensayo de ontología feonomenológica*. París: Gallimard.
- Serres, M. (1982). *Genesis*. Créteil.

Sibony, D. (1995). *Le corps et sa danse*. París: Seuil.

Simmel, G. (2008). *De la esencia de la Cultura*. Buenos Aires: Prometeo.

Simmel, G. (1986). *Sociología I: Estudios sobre las formas de socialización*. Madrid: Alianza.

Stodelle, E. (1978). *The dance technique of Doris Humphrey*. New Jersey: Princeton Book Co.

Tinbergen. (1951). *The study of instincts*. Oxford.

Vaughan, D. (1997). *Merce Cunningham: Un demi-siecle de danse*. (D. Luccioni, Trad.) París: Plume.

Vicuña, C. (2016). Sinóptico de una Danza. *A.dnz* (02), 30-33.

Villegas, L. M. (14 de Abril de 2016). Creación y Dirección en Danza Contemporánea. Antioquia, Colombia.

Wavelet, C. (1995). "*Les notations en danse*", comunicación sobre "*Danses Tracées*". París: Opéra Batille.

Wigman, M. (2002). *El Lenguaje de la Danza*. (C. Murias Vila, Trad.) Barcelona: Ediciones del Aguazul.

ANEXO N° I

Laboratorio de Aplicación Prácticas: Transformación consciente del cuerpo para creación de lenguaje.

Ejercicios guiados de exploración e improvisación.

Tabla de Análisis Porcentual (Valores): “*Logrado/Medianamente Logrado/Escasamente Logrado*”.

1. NOMBRE: BELÉN VARGAS				
Sentido Kinestésico: - <i>Cuerpo en sensibilización</i>				
<i>Cuerpo Elástico</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.- 33,3%)	Puntuación (N° / %)
Comprende asociaciones simultáneas de la activación muscular.	X			3
Proyecta el cuerpo y su movimiento hacia un entendimiento elástico de la musculatura.	X			3
Se intenta habilitar nuevos espacios	X			3

musculares para sostener el movimiento.				
Se distingue uso claro de soportes y empujes necesarios del suelo.	X			3
Se aprecia movimiento constantemente extensivo y proyectado al espacio en su relación muscular.	X			3
Comprende visiblemente la eficiencia muscular en relación al movimiento.	X			3
Aplica tono muscular específico para el requerimiento inmediato del movimiento.	X			3
Aplica energía justa para la ejecución del movimiento.	X			3
Subtotal (24 pts):				24
Articulación (FOLD)	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.- 33,3%)	Puntuación (N° / %)
Entiende disociaciones articulares en movimiento	X			3

dinámico.				
Genera recorridos claros de los puntos de conexión activos para el movimiento.	X			3
Genera consciencia visible de las partes y su disposición en el movimiento.		X		2
Aplica de manera eficiente el tono muscular en relación articular para el uso justo de energía en la ejecución.	X			3
Subtotal (de 12 pts):				11
<i>Eukinética</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.- 33,3%)	Puntuación (Nº / %)
Aplica claramente cambios en los factores básicos: Tiempo energía espacio.	X			3
Aplica cambios dinámicos en la ejecución de la cualidad de	X			3

movimiento.				
Comprende el impulso e impacto del movimiento en relación a su cualidad específica.		X		2
Subtotal (9 pts):				8
Transversalidades:	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.- 33,3%)	Puntuación (N° / %)
Aplica de manera clara y consciente la transferencia de peso en los soportes.	X			2
Aplica el sentido de componer en lo inmediato	X			2
Se observa intención de exploración clara en relación a su propio cuerpo y la indicación dada.	X			2
Resuelve dentro de sus posibilidades físicas, intentando profundizar para llegar a lugares	X			2

distintos del movimiento.				
Comprende con claridad el recorrido del movimiento a través de su propio cuerpo, en el entendido del sentido discursivo: Qué se dice? Cómo se dice? que tan claro se dice?.		X		1
Subtotal (de 10pts):				9
Total (de 55pts):				52

Sentido Temporal: - <i>Cuerpo en acción</i>				
<i>Cuerpo Presente</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Se aprecia un uso activo del cuerpo y sus partes.	X			3
La decisión en los movimientos es clara y concreta. Toma decisiones.	X			3
Se aprecia claridad en el sentido del habitar el		X		2

presente con el cuerpo y movimiento.				
Subtotal (9pts):				8
<i>Sentido de Inmediatez</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Resuelve desde el cuerpo en el accionar inmediato.	X			3
Resuelve desde el cuerpo dentro del flujo que ocurre en el momento.		X		2
Potencia el curso del movimiento, encontrando soluciones rápidas y rutas poco habituales en el cuerpo.		X		2
Subtotal (de 9pts):				7
<i>Sentido de Impermanencia</i>	Logrado (3 pts)	Medianamente logrado (2pts)	No logrado (0 pts.)	Puntuación
El cambio se instala como un lugar de pregnancia corporal.	X			3
Genera interrupciones que propician el cambio		X		2

constante en el movimiento.				
Subtotal (6pts):				5
Transversalidades:	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Aplica de manera clara y consciente la transferencia de peso en los soportes.		X		1
Aplica el sentido de componer en lo inmediato.	X			2
Se observa intención de exploración clara en relación a su propio cuerpo y la indicación dada.	X			2
Resuelve dentro de sus posibilidades físicas, intentando profundizar para llegar a lugares distintos del movimiento.		X		1
Comprende con claridad el recorrido del movimiento a través de		X		1

su propio cuerpo, en el entendido del sentido discursivo: Qué se dice? Cómo se dice? que tan claro se dice?.				
Subtotal (de 10pts):				7
Total (de 34pts):				27

Fisicalidad Emotiva: - <i>Cuerpo en reacción</i>				
<i>Cuerpo Instintivo</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
El cuerpo es reactivo al primer impulso de movimiento.	X			3
Se respeta el movimiento luego del primer impulso otorgando claridad al desarrollo a la acción..		X		2
El primer impulso es claro y concreto, honesto en la medida en que se ejecuta.		X		2
El intérprete permite que		X		2

el movimiento sea antes que el pensamiento, a través de estímulos propios que fomentan la fisicalidad.				
Subtotal (12pts):				9
<i>Estados Corporales</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
El intérprete es capaz de llegar a un estado corporal específico.	X			3
El intérprete es capaz de transitar a través de diversos estados corporales.	X			3
Comprende disociaciones entre un estado y otro.	X			3
Subtotal (de 9pts):				9
<i>Transversalidades:</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Aplica de manera clara y consciente la transferencia de peso en		X		1

los soportes.				
Aplica el sentido de componer en lo inmediato.	X			2
Se observa intención de exploración clara en relación a su propio cuerpo y la indicación dada.	X			2
Resuelve dentro de sus posibilidades físicas, intentando profundizar para llegar a lugares distintos del movimiento.	X			2
Comprende con claridad el recorrido del movimiento a través de su propio cuerpo, en el entendido del sentido discursivo: Qué se dice? Cómo se dice? que tan claro se dice?		X		1
Subtotal (de 10pts):				8
Total (de 31pts):				26

TOTAL (de 120 pts.):	105
----------------------	-----

TOTAL (de 100%):	87,5%
TOTAL (de 7,0):	6,1

2. NOMBRE: FRANCISCA PERALTA				
Sentido Kinestésico: - <i>Cuerpo en sensibilización</i>				
<i>Cuerpo Elástico</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Comprende asociaciones simultáneas de la activación muscular.	X			3
Proyecta el cuerpo y su movimiento hacia un entendimiento elástico de la musculatura.	X			3
Se intenta habilitar nuevos espacios musculares para sostener el movimiento.	X			3
Se distingue uso claro de soportes y empujes necesarios del suelo.		X		2

Se aprecia movimiento constantemente extensivo y proyectado al espacio en su relación muscular.	X			3
Comprende visiblemente la eficiencia muscular en relación al movimiento.		X		2
Aplica tono muscular específico para el requerimiento inmediato del movimiento.		X		2
Aplica energía justa para la ejecución del movimiento.	X			3
Subtotal (24 pts):				21
Articulación (FOLD)	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Entiende disociaciones articulares en movimiento dinámico.	X			3
Genera recorridos claros de los puntos de conexión activos para el movimiento.	X			3
Genera consciencia	X			3

visible de las partes y su disposición en el movimiento.				
Aplica de manera eficiente el tono muscular en relación articular para el uso justo de energía en la ejecución.		X		2
Subtotal (de 12 pts):				11
<i>Eukinéica</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Aplica claramente cambios en los factores básicos: Tiempo energía espacio.	X			3
Aplica cambios dinámicos en la ejecución de la cualidad de movimiento.	X			3
Comprende el impulso e impacto del movimiento en relación a su cualidad específica.	X			3
Subtotal (9 pts):				9
<i>Transversalidades:</i>	Logrado	Medianamente	Escasamente	Puntuación

	(3 pts-100%)	logrado (2pts-66,6 %)	logrado (1 pts.-33,3%)	(N° / %)
Aplica de manera clara y consciente la transferencia de peso en los soportes.		X		1
Aplica el sentido de componer en lo inmediato	X			2
Se observa intención de exploración clara en relación a su propio cuerpo y la indicación dada.	X			2
Resuelve dentro de sus posibilidades físicas, intentando profundizar para llegar a lugares distintos del movimiento.	X			2
Comprende con claridad el recorrido del movimiento a través de su propio cuerpo, en el entendido del sentido discursivo: Qué se dice? Cómo se dice? que tan	X			2

claro se dice?.				
Subtotal (de 10 pts):				9
Total (de 55 pts):				50

Sentido Temporal: - <i>Cuerpo en acción</i>				
<i>Cuerpo Presente</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Se aprecia un uso activo del cuerpo y sus partes.	X			3
La decisión en los movimientos es clara y concreta. Toma decisiones.	X			3
Se aprecia claridad en el sentido del habitar el presente con el cuerpo y movimiento.	X			3
Subtotal (9 pts):				9
<i>Sentido de Inmediatez</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Resuelve desde el cuerpo en el accionar inmediato.	X			3

Resuelve desde el cuerpo dentro del flujo que ocurre en el momento.	X			3
Potencia el curso del movimiento, encontrando soluciones rápidas y rutas poco habituales en el cuerpo.	X			3
Subtotal (de 9 pts):				9
Sentido de Impermanencia	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts-66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
El cambio se instala como un lugar de pregnancia corporal.	X			3
Genera interrupciones que propician el cambio constante en el movimiento.	X			3
Subtotal (6 pts):				6
Transversalidades:	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts-66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Aplica de manera clara y consciente la	X			2

transferencia de peso en los soportes.				
Aplica el sentido de componer en lo inmediato.	X			2
Se observa intención de exploración clara en relación a su propio cuerpo y la indicación dada.	X			2
Resuelve dentro de sus posibilidades físicas, intentando profundizar para llegar a lugares distintos del movimiento.	X			2
Comprende con claridad el recorrido del movimiento a través de su propio cuerpo, en el entendido del sentido discursivo: Qué se dice? Cómo se dice? que tan claro se dice?.	X			2
Subtotal (de 10 pts):				10
Total (de 34pts):				27

Fisicalidad Emotiva: - <i>Cuerpo en reacción</i>				
<i>Cuerpo Instintivo</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
El cuerpo es reactivo al primer impulso de movimiento.	X			3
Se respeta el movimiento luego del primer impulso otorgando claridad al desarrollo a la acción.		X		2
El primer impulso es claro y concreto, honesto en la medida en que se ejecuta.		X		2
El intérprete permite que el movimiento sea antes que el pensamiento, a través de estímulos que fomentan la fisicalidad.	X			3
Subtotal (12 pts):				10
<i>Estados Corporales</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts-	Escasamente logrado	Puntuación (N° / %)

		66,6 %)	(1 pts.-33,3%)	
El intérprete es capaz de llegar a un estado corporal específico.		X		2
El intérprete es capaz de transitar a través de diversos estados corporales.		X		2
Comprende disociaciones entre un estado y otro.		X		2
Subtotal (de 9 pts):				6
Transversalidades:	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Aplica de manera clara y consciente la transferencia de peso en los soportes.	X			2
Aplica el sentido de componer en lo inmediato.	X			2
Se observa intención de exploración clara en relación a su propio cuerpo y la indicación dada.		X		1

Resuelve dentro de sus posibilidades físicas, intentando profundizar para llegar a lugares distintos del movimiento.	X			2
Comprende con claridad el recorrido del movimiento a través de su propio cuerpo, en el entendido del sentido discursivo: Qué se dice? Cómo se dice? que tan claro se dice?		X		1
Subtotal (de 10 pts):				8
Total (de 31 pts):				24

TOTAL (de 120 pts.):	101
TOTAL (de 100%):	84,2%
TOTAL (de 7,0):	5,9

3. NOMBRE: ALEXANDRA BONNAUD
Sentido Kinestésico: - <i>Cuerpo en sensibilización</i>

<i>Cuerpo Elástico</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Comprende asociaciones simultáneas de la activación muscular.	X			3
Proyecta el cuerpo y su movimiento hacia un entendimiento elástico de la musculatura.	X			3
Se intenta habilitar nuevos espacios musculares para sostener el movimiento.		X		2
Se distingue uso claro de soportes y empujes necesarios del suelo.	X			3
Se aprecia movimiento constantemente extensivo y proyectado al espacio en su relación muscular.	X			3
Comprende visiblemente la eficiencia muscular en relación al movimiento.		X		2
Aplica tono muscular	X			3

específico para el requerimiento inmediato del movimiento.				
Aplica energía justa para la ejecución del movimiento.		X		2
Subtotal (24 pts):				21
Articulación (FOLD)	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (Nº / %)
Entiende disociaciones articulares en movimiento dinámico.	X			3
Genera recorridos claros de los puntos de conexión activos para el movimiento.	X			3
Genera consciencia visible de las partes y su disposición en el movimiento.		X		2
Aplica de manera eficiente el tono muscular en relación articular para el uso justo de energía en la ejecución.	X			3

Subtotal (de 12 pts):				11
<i>Eukinética</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Aplica claramente cambios en los factores básicos: Tiempo energía espacio.	X			3
Aplica cambios dinámicos en la ejecución de la cualidad de movimiento.	X			3
Comprende el impulso e impacto del movimiento en relación a su cualidad específica.	X			3
Subtotal (9 pts):				9
<i>Transversalidades:</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Aplica de manera clara y consciente la transferencia de peso en los soportes.	X			2
Aplica el sentido de componer en lo	X			2

inmediato				
Se observa intención de exploración clara en relación a su propio cuerpo y la indicación dada.	X			2
Resuelve dentro de sus posibilidades físicas, intentando profundizar para llegar a lugares distintos del movimiento.		X		1
Comprende con claridad el recorrido del movimiento a través de su propio cuerpo, en el entendido del sentido discursivo: Qué se dice? Cómo se dice? que tan claro se dice?.	X			2
Subtotal (de 10 pts):				9
Total (de 55 pts):				50

Sentido Temporal: - <i>Cuerpo en acción</i>				
<i>Cuerpo Presente</i>	Logrado	Medianamente logrado (2pts-	Escasamente	Puntuación

	(3 pts-100%)	66,6 %)	logrado (1 pts.-33,3%)	(N° / %)
Se aprecia un uso activo del cuerpo y sus partes.	X			3
La decisión en los movimientos es clara y concreta. Toma decisiones.	X			3
Se aprecia claridad en el sentido del habitar el presente con el cuerpo y movimiento.	X			3
Subtotal (9 pts):				9
<i>Sentido de Inmediatez</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Resuelve desde el cuerpo en el accionar inmediato.	X			3
Resuelve desde el cuerpo dentro del flujo que ocurre en el momento.	X			3
Potencia el curso del movimiento, encontrando soluciones rápidas y rutas poco habituales en el		X		2

cuerpo.				
Subtotal (de 9 pts):				8
Sentido de Impermanencia	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
El cambio se instala como un lugar de pregnancia corporal.		X		2
Genera interrupciones que propician el cambio constante en el movimiento.		X		2
Subtotal (6 pts):				4
Transversalidades:	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Aplica de manera clara y consciente la transferencia de peso en los soportes.	X			2
Aplica el sentido de componer en lo inmediato.	X			2
Se observa intención de exploración clara en		X		1

relación a su propio cuerpo y la indicación dada.				
Resuelve dentro de sus posibilidades físicas, intentando profundizar para llegar a lugares distintos del movimiento.		X		1
Comprende con claridad el recorrido del movimiento a través de su propio cuerpo, en el entendido del sentido discursivo: Qué se dice? Cómo se dice? que tan claro se dice?.	X			2
Subtotal (de 10 pts):				8
Total (de 34pts):				29

Fisicalidad Emotiva: - <i>Cuerpo en reacción</i>				
<i>Cuerpo Instintivo</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
El cuerpo es reactivo al	X			3

primer impulso de movimiento.				
Se respeta el movimiento luego del primer impulso otorgando claridad al desarrollo a la acción.	X			3
El primer impulso es claro y concreto, honesto en la medida en que se ejecuta.	X			3
El intérprete permite que el movimiento sea antes que el pensamiento, a través de estímulos que fomentan la fisicalidad.		X		2
Subtotal (12 pts):				11
<i>Estados Corporales</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
El intérprete es capaz de llegar a un estado corporal específico.		X		
El intérprete es capaz de transitar a través de diversos estados corporales.		X		

Comprende disociaciones entre un estado y otro.		X		
Subtotal (de 9 pts):				6
Transversalidades:	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Aplica de manera clara y consciente la transferencia de peso en los soportes.	X			2
Aplica el sentido de componer en lo inmediato.	X			2
Se observa intención de exploración clara en relación a su propio cuerpo y la indicación dada.		X		1
Resuelve dentro de sus posibilidades físicas, intentando profundizar para llegar a lugares distintos del movimiento.		X		1
Comprende con claridad el recorrido del movimiento a través de	X			2

su propio cuerpo, en el entendido del sentido discursivo: Qué se dice? Cómo se dice? que tan claro se dice?				
Subtotal (de 10 pts):				8
Total (de 31 pts):				25

TOTAL (de 120 pts.):	104
TOTAL (de 100%):	86,6%
TOTAL (de 7,0):	6,1

4. NOMBRE: JOSHUA LEYTON				
Sentido Kinestésico: - <i>Cuerpo en sensibilización</i>				
<i>Cuerpo Elástico</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Comprende asociaciones simultáneas de la activación muscular.	X			3

Proyecta el cuerpo y su movimiento hacia un entendimiento elástico de la musculatura.	X			3
Se intenta habilitar nuevos espacios musculares para sostener el movimiento.	X			3
Se distingue uso claro de soportes y empujes necesarios del suelo.		X		2
Se aprecia movimiento constantemente extensivo y proyectado al espacio en su relación muscular.	X			3
Comprende visiblemente la eficiencia muscular en relación al movimiento.		X		2
Aplica tono muscular específico para el requerimiento inmediato del movimiento.		X		2
Aplica energía justa para la ejecución del movimiento.	X			3
Subtotal (24 pts):				21

Articulación (FOLD)	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Entiende disociaciones articulares en movimiento dinámico.	X			3
Genera recorridos claros de los puntos de conexión activos para el movimiento.	X			3
Genera consciencia visible de las partes y su disposición en el movimiento.	X			3
Aplica de manera eficiente el tono muscular en relación articular para el uso justo de energía en la ejecución.	X			3
Subtotal (de 12 pts):				12
Eukinética	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Aplica claramente cambios en los factores básicos: Tiempo energía	X			3

espacio.				
Aplica cambios dinámicos en la ejecución de la cualidad de movimiento.	X			3
Comprende el impulso e impacto del movimiento en relación a su cualidad específica.	X			3
Subtotal (9 pts):				9
Transversalidades:	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Aplica de manera clara y consciente la transferencia de peso en los soportes.		X		1
Aplica el sentido de componer en lo inmediato	X			2
Se observa intención de exploración clara en relación a su propio cuerpo y la indicación dada.	X			2
Resuelve dentro de sus	X			2

posibilidades físicas, intentando profundizar para llegar a lugares distintos del movimiento.				
Comprende con claridad el recorrido del movimiento a través de su propio cuerpo, en el entendido del sentido discursivo: Qué se dice? Cómo se dice? que tan claro se dice?.	X			2
Subtotal (de 10 pts):				9
Total (de 55 pts):				51

Sentido Temporal: - <i>Cuerpo en acción</i>				
<i>Cuerpo Presente</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Se aprecia un uso activo del cuerpo y sus partes.	X			3
La decisión en los movimientos es clara y concreta. Toma	X			3

decisiones.				
Se aprecia claridad en el sentido del habitar el presente con el cuerpo y movimiento.	X			3
Subtotal (9 pts):				9
<i>Sentido de Inmediatez</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Resuelve desde el cuerpo en el accionar inmediato.	X			3
Resuelve desde el cuerpo dentro del flujo que ocurre en el momento.	X			3
Potencia el curso del movimiento, encontrando soluciones rápidas y rutas poco habituales en el cuerpo.	X			3
Subtotal (de 9 pts):				9
<i>Sentido de Impermanencia</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
El cambio se instala como un lugar de	X			3

pregnancia corporal.				
Genera interrupciones que propician el cambio constante en el movimiento.	X			3
Subtotal (6 pts):				6
Transversalidades:	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Aplica de manera clara y consciente la transferencia de peso en los soportes.		X		1
Aplica el sentido de componer en lo inmediato.	X			2
Se observa intención de exploración clara en relación a su propio cuerpo y la indicación dada.	X			2
Resuelve dentro de sus posibilidades físicas, intentando profundizar para llegar a lugares distintos del movimiento.	X			2

Comprende con claridad el recorrido del movimiento a través de su propio cuerpo, en el entendido del sentido discursivo: Qué se dice? Cómo se dice? que tan claro se dice?.	X			2
Subtotal (de 10 pts):				9
Total (de 34pts):				33

Fisicalidad Emotiva: - <i>Cuerpo en reacción</i>				
<i>Cuerpo Instintivo</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
El cuerpo es reactivo al primer impulso de movimiento.		X		2
Se respeta el movimiento luego del primer impulso otorgando claridad al desarrollo a la acción.	X			3
El primer impulso es claro y concreto, honesto		X		2

en la medida en que se ejecuta.				
El intérprete permite que el movimiento sea antes que el pensamiento, a través de estímulos que fomentan la fisicalidad.		X		2
Subtotal (12 pts):				9
Estados Corporales	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
El intérprete es capaz de llegar a un estado corporal específico.	X			3
El intérprete es capaz de transitar a través de diversos estados corporales.	X			3
Comprende disociaciones entre un estado y otro.	X			3
Subtotal (de 9 pts):				9
Transversalidades:	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Aplica de manera clara y		X		1

consciente la transferencia de peso en los soportes.				
Aplica el sentido de componer en lo inmediato.	X			2
Se observa intención de exploración clara en relación a su propio cuerpo y la indicación dada.		X		1
Resuelve dentro de sus posibilidades físicas, intentando profundizar para llegar a lugares distintos del movimiento.	X			2
Comprende con claridad el recorrido del movimiento a través de su propio cuerpo, en el entendido del sentido discursivo: Qué se dice? Cómo se dice? que tan claro se dice?	X			2
Subtotal (de 10 pts):				8
Total (de 31 pts):				26

TOTAL (de 120 pts.):	110
TOTAL (de 100%):	91,6%
TOTAL (de 7,0):	6,4

5. NOMBRE: GABRIELA VILLALOBOS				
Sentido Kinestésico: - <i>Cuerpo en sensibilización</i>				
<i>Cuerpo Elástico</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Comprende asociaciones simultáneas de la activación muscular.	X			3
Proyecta el cuerpo y su movimiento hacia un entendimiento elástico de la musculatura.	X			3
Se intenta habilitar nuevos espacios musculares para sostener el movimiento.		X		2

Se distingue uso claro de soportes y empujes necesarios del suelo.	X			3
Se aprecia movimiento constantemente extensivo y proyectado al espacio en su relación muscular.	X			3
Comprende visiblemente la eficiencia muscular en relación al movimiento.			X	1
Aplica tono muscular específico para el requerimiento inmediato del movimiento.			X	1
Aplica energía justa para la ejecución del movimiento.		X		2
Subtotal (24 pts):				18
Articulación (FOLD)	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Entiende disociaciones articulares en movimiento dinámico.	X			3
Genera recorridos claros de los puntos de conexión		X		2

activos para el movimiento.				
Genera consciencia visible de las partes y su disposición en el movimiento.			X	1
Aplica de manera eficiente el tono muscular en relación articular para el uso justo de energía en la ejecución.			X	1
Subtotal (de 12 pts):				7
<i>Eukinética</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Aplica claramente cambios en los factores básicos: Tiempo energía espacio.	X			3
Aplica cambios dinámicos en la ejecución de la cualidad de movimiento.		X		2
Comprende el impulso e impacto del movimiento en relación a su cualidad	X			3

específica.				
Subtotal (9 pts):				8
Transversalidades:	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Aplica de manera clara y consciente la transferencia de peso en los soportes.	X			2
Aplica el sentido de componer en lo inmediato	X			2
Se observa intención de exploración clara en relación a su propio cuerpo y la indicación dada.	X			2
Resuelve dentro de sus posibilidades físicas, intentando profundizar para llegar a lugares distintos del movimiento.		X		1
Comprende con claridad el recorrido del movimiento a través de su propio cuerpo, en el		X		1

entendido del sentido discursivo: Qué se dice? Cómo se dice? que tan claro se dice?.				
Subtotal (de 10 pts):				8
Total (de 55 pts):				41

Sentido Temporal: - <i>Cuerpo en acción</i>				
<i>Cuerpo Presente</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación
Se aprecia un uso activo del cuerpo y sus partes.	X			3
La decisión en los movimientos es clara y concreta. Toma decisiones.	X			3
Se aprecia claridad en el sentido del habitar el presente con el cuerpo y movimiento.	X			3
Subtotal (9 pts):				9
<i>Sentido de Inmediatez</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts-	Escasamente logrado	Puntuación (N° / %)

		66,6 %)	(1 pts.-33,3%)	
Resuelve desde el cuerpo en el accionar inmediato.	X			3
Resuelve desde el cuerpo dentro del flujo que ocurre en el momento.	X			3
Potencia el curso del movimiento, encontrando soluciones rápidas y rutas poco habituales en el cuerpo.		X		2
Subtotal (de 9 pts):				8
Sentido de Impermanencia	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts-66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
El cambio se instala como un lugar de pregnancia corporal.	X			3
Genera interrupciones que propician el cambio constante en el movimiento.	X			3
Subtotal (6 pts):				6
Transversalidades:	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts-	Escasamente logrado	Puntuación (N° / %)

		66,6 %)	(1 pts.-33,3%)	
Aplica de manera clara y consciente la transferencia de peso en los soportes.	X			2
Aplica el sentido de componer en lo inmediato.	X			2
Se observa intención de exploración clara en relación a su propio cuerpo y la indicación dada.	X			2
Resuelve dentro de sus posibilidades físicas, intentando profundizar para llegar a lugares distintos del movimiento.	X			2
Comprende con claridad el recorrido del movimiento a través de su propio cuerpo, en el entendido del sentido discursivo: Qué se dice? Cómo se dice? que tan claro se dice?.		X		1

Subtotal (de 10 pts):	9
Total (de 34pts):	32

Fisicalidad Emotiva: - <i>Cuerpo en reacción</i>				
<i>Cuerpo Instintivo</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
El cuerpo es reactivo al primer impulso de movimiento.		X		2
Se respeta el movimiento luego del primer impulso otorgando claridad al desarrollo a la acción.	X			3
El primer impulso es claro y concreto, honesto en la medida en que se ejecuta.			X	1
El intérprete permite que el movimiento sea antes que el pensamiento, a través de estímulos que fomentan la fisicalidad.			X	1

Subtotal (12 pts):				7
<i>Estados Corporales</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
El intérprete es capaz de llegar a un estado corporal específico.	X			3
El intérprete es capaz de transitar a través de diversos estados corporales.	X			3
Comprende disociaciones entre un estado y otro.	X			3
Subtotal (de 9 pts):				9
<i>Transversalidades:</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Aplica de manera clara y consciente la transferencia de peso en los soportes.	X			2
Aplica el sentido de componer en lo inmediato.	X			2
Se observa intención de		X		1

exploración clara en relación a su propio cuerpo y la indicación dada.				
Resuelve dentro de sus posibilidades físicas, intentando profundizar para llegar a lugares distintos del movimiento.		X		1
Comprende con claridad el recorrido del movimiento a través de su propio cuerpo, en el entendido del sentido discursivo: Qué se dice? Cómo se dice? que tan claro se dice?		X		1
Subtotal (de 10 pts):				7
Total (de 31 pts):				23

TOTAL (de 120 pts.):	96
TOTAL (de 100%):	80%
TOTAL (de 7,0):	5,6

6. NOMBRE: GABRIELA BARRIENTOS				
Sentido Kinestésico: - <i>Cuerpo en sensibilización</i>				
<i>Cuerpo Elástico</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Comprende asociaciones simultáneas de la activación muscular.	X			3
Proyecta el cuerpo y su movimiento hacia un entendimiento elástico de la musculatura.	X			3
Se intenta habilitar nuevos espacios musculares para sostener el movimiento.	X			3
Se distingue uso claro de soportes y empujes necesarios del suelo.		X		2
Se aprecia movimiento constantemente extensivo y proyectado al espacio en su relación muscular.	X			3
Comprende visiblemente	X			3

la eficiencia muscular en relación al movimiento.				
Aplica tono muscular específico para el requerimiento inmediato del movimiento.	X			3
Aplica energía justa para la ejecución del movimiento.	X			3
Subtotal (24 pts):				23
Articulación (FOLD)	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Entiende disociaciones articulares en movimiento dinámico.	X			3
Genera recorridos claros de los puntos de conexión activos para el movimiento.	X			3
Genera consciencia visible de las partes y su disposición en el movimiento.	X			3
Aplica de manera eficiente el tono muscular	X			3

en relación articular para el uso justo de energía en la ejecución.				
Subtotal (de 12 pts):				12
<i>Eukinética</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Aplica claramente cambios en los factores básicos: Tiempo energía espacio.	X			3
Aplica cambios dinámicos en la ejecución de la cualidad de movimiento.	X			3
Comprende el impulso e impacto del movimiento en relación a su cualidad específica.	X			3
Subtotal (9 pts):				9
<i>Transversalidades:</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Aplica de manera clara y consciente la transferencia de peso en	X			2

los soportes.				
Aplica el sentido de componer en lo inmediato	X			2
Se observa intención de exploración clara en relación a su propio cuerpo y la indicación dada.	X			2
Resuelve dentro de sus posibilidades físicas, intentando profundizar para llegar a lugares distintos del movimiento.	X			2
Comprende con claridad el recorrido del movimiento a través de su propio cuerpo, en el entendido del sentido discursivo: Qué se dice? Cómo se dice? que tan claro se dice?.	X			2
Subtotal (de 10 pts):				10
Total (de 55 pts):				54

Sentido Temporal: - *Cuerpo en acción*

<i>Cuerpo Presente</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Se aprecia un uso activo del cuerpo y sus partes.	X			3
La decisión en los movimientos es clara y concreta. Toma decisiones.	X			3
Se aprecia claridad en el sentido del habitar el presente con el cuerpo y movimiento.	X			3
Subtotal (9 pts):				9
<i>Sentido de Inmediatez</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Resuelve desde el cuerpo en el accionar inmediato.	X			X
Resuelve desde el cuerpo dentro del flujo que ocurre en el momento.	X			X
Potencia el curso del movimiento, encontrando	X			X

soluciones rápidas y rutas poco habituales en el cuerpo.				
Subtotal (de 9 pts):				9
Sentido de Impermanencia	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts-66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
El cambio se instala como un lugar de pregnancia corporal.	X			3
Genera interrupciones que propician el cambio constante en el movimiento.	X			3
Subtotal (6 pts):				6
Transversalidades:	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts-66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Aplica de manera clara y consciente la transferencia de peso en los soportes.	X			2
Aplica el sentido de componer en lo inmediato.	X			2

Se observa intención de exploración clara en relación a su propio cuerpo y la indicación dada.	X			2
Resuelve dentro de sus posibilidades físicas, intentando profundizar para llegar a lugares distintos del movimiento.	X			2
Comprende con claridad el recorrido del movimiento a través de su propio cuerpo, en el entendido del sentido discursivo: Qué se dice? Cómo se dice? que tan claro se dice?.	X			2
Subtotal (de 10 pts):				10
Total (de 34pts):				34

Fisicalidad Emotiva: - <i>Cuerpo en reacción</i>				
<i>Cuerpo Instintivo</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado	Puntuación (N° / %)

			(1 pts.-33,3%)	
El cuerpo es reactivo al primer impulso de movimiento.	X			3
Se respeta el movimiento luego del primer impulso otorgando claridad al desarrollo a la acción.		X		2
El primer impulso es claro y concreto, honesto en la medida en que se ejecuta.	X			3
El intérprete permite que el movimiento sea antes que el pensamiento, a través de estímulos que fomentan la fisicalidad.		X		2
Subtotal (12 pts):				10
<i>Estados Corporales</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
El intérprete es capaz de llegar a un estado corporal específico.	X			3
El intérprete es capaz de transitar a través de	X			3

diversos estados corporales.				
Comprende disociaciones entre un estado y otro.	X			3
Subtotal (de 9 pts):				9
Transversalidades:	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts-66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Aplica de manera clara y consciente la transferencia de peso en los soportes.	X			2
Aplica el sentido de componer en lo inmediato.	X			2
Se observa intención de exploración clara en relación a su propio cuerpo y la indicación dada.	X			2
Resuelve dentro de sus posibilidades físicas, intentando profundizar para llegar a lugares distintos del movimiento.	X			2
Comprende con claridad	X			2

el recorrido del movimiento a través de su propio cuerpo, en el entendido del sentido discursivo: Qué se dice? Cómo se dice? que tan claro se dice?				
Subtotal (de 10 pts):				10
Total (de 31 pts):				29

TOTAL (de 120 pts.):	117
TOTAL (de 100%):	97,5%
TOTAL (de 7,0):	6,8

7. NOMBRE: CONSTANZA TAPIA				
Sentido Kinestésico: - <i>Cuerpo en sensibilización</i>				
<i>Cuerpo Elástico</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (Nº / %)

Comprende asociaciones simultáneas de la activación muscular.	X			3
Proyecta el cuerpo y su movimiento hacia un entendimiento elástico de la musculatura.	X			3
Se intenta habilitar nuevos espacios musculares para sostener el movimiento.	X			3
Se distingue uso claro de soportes y empujes necesarios del suelo.	X			3
Se aprecia movimiento constantemente extensivo y proyectado al espacio en su relación muscular.	X			3
Comprende visiblemente la eficiencia muscular en relación al movimiento.		X		2
Aplica tono muscular específico para el requerimiento inmediato del movimiento.		X		2
Aplica energía justa para		X		2

la ejecución del movimiento.				
Subtotal (24 pts):				21
Articulación (FOLD)	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Entiende disociaciones articulares en movimiento dinámico.	X			3
Genera recorridos claros de los puntos de conexión activos para el movimiento.	X			3
Genera consciencia visible de las partes y su disposición en el movimiento.	X			3
Aplica de manera eficiente el tono muscular en relación articular para el uso justo de energía en la ejecución.	X			3
Subtotal (de 12 pts):				12
Eukinética	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado	Puntuación (N° / %)

			(1 pts.-33,3%)	
Aplica claramente cambios en los factores básicos: Tiempo energía espacio.	X			3
Aplica cambios dinámicos en la ejecución de la cualidad de movimiento.	X			3
Comprende el impulso e impacto del movimiento en relación a su cualidad específica.	X			3
Subtotal (9 pts):				9
Transversalidades:	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts-66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Aplica de manera clara y consciente la transferencia de peso en los soportes.	X			2
Aplica el sentido de componer en lo inmediato	X			2
Se observa intención de exploración clara en	X			2

relación a su propio cuerpo y la indicación dada.				
Resuelve dentro de sus posibilidades físicas, intentando profundizar para llegar a lugares distintos del movimiento.		X		1
Comprende con claridad el recorrido del movimiento a través de su propio cuerpo, en el entendido del sentido discursivo: Qué se dice? Cómo se dice? que tan claro se dice?.	X			2
Subtotal (de 10 pts):				9
Total (de 55 pts):				51

Sentido Temporal: - <i>Cuerpo en acción</i>				
<i>Cuerpo Presente</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Se aprecia un uso activo	X			3

del cuerpo y sus partes.				
La decisión en los movimientos es clara y concreta. Toma decisiones.	X			3
Se aprecia claridad en el sentido del habitar el presente con el cuerpo y movimiento.	X			3
Subtotal (9 pts):				9
<i>Sentido de Inmediatez</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Resuelve desde el cuerpo en el accionar inmediato.	X			3
Resuelve desde el cuerpo dentro del flujo que ocurre en el momento.	X			3
Potencia el curso del movimiento, encontrando soluciones rápidas y rutas poco habituales en el cuerpo.	X			3
Subtotal (de 9 pts):				9
<i>Sentido de</i>	Logrado	Medianamente	Escasamente	Puntuación

Impermanencia	(3 pts-100%)	logrado (2pts-66,6 %)	logrado (1 pts.-33,3%)	(N° / %)
El cambio se instala como un lugar de <i>pregnancia</i> corporal.	X			3
Genera interrupciones que propician el cambio constante en el movimiento.	X			3
Subtotal (6 pts):				6
Transversalidades:	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts-66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Aplica de manera clara y consciente la transferencia de peso en los soportes.	X			2
Aplica el sentido de componer en lo inmediato.	X			2
Se observa intención de exploración clara en relación a su propio cuerpo y la indicación dada.	X			2

Resuelve dentro de sus posibilidades físicas, intentando profundizar para llegar a lugares distintos del movimiento.	X			2
Comprende con claridad el recorrido del movimiento a través de su propio cuerpo, en el entendido del sentido discursivo: Qué se dice? Cómo se dice? que tan claro se dice?.	X			2
Subtotal (de 10 pts):				10
Total (de 27 pts):				34

Fisicalidad Emotiva: - <i>Cuerpo en reacción</i>				
<i>Cuerpo Instintivo</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
El cuerpo es reactivo al primer impulso de movimiento.	X			3
Se respeta el movimiento	X			3

luego del primer impulso otorgando claridad al desarrollo a la acción.				
El primer impulso es claro y concreto, honesto en la medida en que se ejecuta.	X			3
El intérprete permite que el movimiento sea antes que el pensamiento, a través de estímulos que fomentan la fisicalidad.	X			3
Subtotal (12 pts):				12
<i>Estados Corporales</i>	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
El intérprete es capaz de llegar a un estado corporal específico.	X			3
El intérprete es capaz de transitar a través de diversos estados corporales.	X			3
Comprende disociaciones entre un estado y otro.	X			3
Subtotal (de 9 pts):				9

Transversalidades:	Logrado (3 pts-100%)	Medianamente logrado (2pts- 66,6 %)	Escasamente logrado (1 pts.-33,3%)	Puntuación (N° / %)
Aplica de manera clara y consciente la transferencia de peso en los soportes.	X			2
Aplica el sentido de componer en lo inmediato.	X			2
Se observa intención de exploración clara en relación a su propio cuerpo y la indicación dada.	X			2
Resuelve dentro de sus posibilidades físicas, intentando profundizar para llegar a lugares distintos del movimiento.		X		1
Comprende con claridad el recorrido del movimiento a través de su propio cuerpo, en el entendido del sentido discursivo: Qué se dice?	X			2

Cómo se dice? que tan claro se dice?				
Subtotal (de 10 pts):				9
Total (de 31 pts):				30

TOTAL (de 120 pts.):	115
TOTAL (de 100%):	95,8%
TOTAL (de 7,0):	6,7

ANEXO N° II

Tabla de análisis II: “Dificultades y Potencialidades”

CATEGORÍA I:		Sentido Kinestésico
SUBCATEGORÍA		Cuerpo Elástico
I	Dificultades	Potencialidades
I-1	<p>La transferencia de peso para sostenerse en un soporte genera inestabilidad y coarta por momentos la libertad del movimiento. Por ende, es difícil visualizar la cantidad concreta de peso que es depositado en el soporte mismo.</p>	<p>Es apreciable un cuerpo muy elástico y expansivo en su accionar. La forma en que se aborda el movimiento potencia la manera en que las extensiones se pronuncian al espacio físico, por lo que el diálogo cuerpo muscular-espacialidad enriquece la complicidad del movimiento como recorrido muscular.</p> <p>La transferencia de peso entre ambos soportes es clara. Se aprecia un manejo de la zona baja (centro de peso), que permite visualizar el recorrido del peso entre ambos soportes constantemente.</p> <p>Se aprecia una búsqueda continua e insistente en la manera de abordar el recorrido del movimiento a través del cuerpo posibilitando nuevos espacios desde y para la expansión muscular.</p> <p>Comprende asociaciones simultáneas de activación muscular, en ello un entendimiento visible en el uso eficiente de los músculos</p>

		<p>respecto del movimiento, de su tono muscular específico reaccionario para la acción inmediata, y el uso de energía justa aplicable en la ejecución de movimientos específicos.</p>
I-2	<p>El cuerpo en su generalidad se instala con una precariedad en la entrega de peso a todo el movimiento. La comprensión del peso es visible en un entendimiento de la suspensión solo hacia el arriba, y no en la oposición de fuerzas para una suspensión expansiva al suelo. Es por esto, que no es posible distinguir una búsqueda y/o habilitación de nuevos espacios musculares para sostener el movimiento en su desarrollo y expansión.</p> <p>El apresto corporal en relación al uso de peso en el accionar del movimiento no logra definirse. La densidad necesaria para que la acción contenga cierto peso específico no ocurre de manera consciente.</p> <p>La eficiencia muscular está directamente relacionada al tono, y al uso de energía. En este caso, el movimiento al ser muy flotante, no logra contener ni desarrollarse con el peso necesario para distinguir conscientemente estos lugares en la concatenación de</p>	<p>El cuerpo es proyectado hacia un entendimiento elástico del movimiento. Las condiciones corporales que presenta el cuerpo, le permiten un rango muy amplio de extensibilidad desde las extremidades superiores e inferiores.</p> <p>Comprende asociaciones simultáneas de activación muscular.</p> <p>La transferencia de peso entre ambos soportes es apreciable en la mitad justa del empuje del suelo, y el peso depositado en ambos.</p>

	activaciones musculares.	
I-3	<p>No logra disociar las extremidades grandes por ejes claros, debido a la inestabilidad que genera el traspaso de peso en los soportes. Esto genera una tendencia a sostenerse desde la tensión de las extremidades, sobre todo de la zona alta (hombros, brazos, codos, manos). No potencia la zona alta respecto a la baja. En este sentido, ocurre una disociación compacta en dos bloques, la zona alta y la zona baja. La relación entre ambas partes no logra armonizarse en un diálogo corporal que se potencie entre sí.</p> <p>Se genera una tendencia constante a subir la pelvis, con ello, la horizontalidad en el que ocurren los traslados de peso se vuelve inestable e intermitente. Técnicamente, aparece la constante del tombé, lo que golpea el traslado de peso, impidiendo que la transferencia se genere en la horizontalidad necesaria para que la activación muscular ocurra de manera consciente hacia el traslado mismo, en su desplazamiento y conducción de la pelvis.</p> <p>Poca comprensión de la eficiencia</p>	<p>Comprende de manera evidente asociaciones simultáneas de activación muscular.</p> <p>Proyecta el cuerpo en una búsqueda constante de musculatura elástica. Expandiendo el movimiento dentro de sus capacidades corporales para alcanzar nuevos espacios de sostén muscular.</p> <p>Expansión amplia hacia el espacio en el desarrollo del movimiento y sus recorridos corporales.</p> <p>Aplicación de energía justa en relación del músculo y su acción de movimiento, mediante la disociación de las cualidades que utiliza para generar movimientos específicos.</p>

	<p>muscular, respecto al tono en relación con el movimiento ejecutado.</p> <p>Falta consciencia en el entendimiento de peso hacia los soportes para que la transferencia de éste ocurra. Para ello, hay que depositar cierta cantidad de peso específica en su accionar. El peso se convierte en un factor fundamental para entender el movimiento en su totalidad. Entonces, es necesario habilitar más la zona de la pelvis y rodillas (centro de peso), para que el cuerpo se permeabilice en la activación muscular y desplazamiento espacial desde la entrega de peso.</p>	
SUBCATEGORÍA		Articulación (<i>FOLD</i>)
I	Dificultades	Potencialidades
I-1	<p>La activación <i>FOLD</i> no es tan concreta en el recorrido de una articulación a otra. La acción podría mucho más absoluta.</p> <p>Los lugares donde ocurre la activación articular, tienden a ser muy cercanos entre sí, lo que impide visualizar lugares extremos del movimiento o físicamente lejanos.</p>	<p>Comprende de manera muy clara la disociación articular en secuencias dinámicas de movimiento.</p> <p>Genera recorridos evidentes en sus puntos de conexión activos para que el movimiento ocurra.</p> <p>Sus partes físico-corporales se disponen de manera consciente para el movimiento. Lo que permite entender el cuerpo en su tridimensionalidad articular y disociación.</p>

		Comprende el tono muscular en una activación eficiente relacionado directamente con la activación articular en el uso justo de energía a favor del movimiento ejecutado.
I-2	<p>La activación <i>FOLD</i> no es tan absoluta en su acción y recorrido.</p> <p>Debido a la rapidez, la activación articular tiende a mezclarse entre sí, lo que no permite apreciar como el movimiento transita de una articulación a otra. Por esta causa, el movimiento se vuelve mucho más muscular que articular, perdiendo consciencia en la capacidad de entender el cuerpo desde una musculatura elástica, por una parte, y por otra de manera articular.</p> <p>No es apreciable de manera visible la consciencia de dónde están ubicadas las partes del cuerpo respecto a la activación articular dentro del movimiento dinámico.</p> <p>Debido a esto, es que el recorrido articular no es claro en su desarrollo, por ende, el tono muscular necesario para complementar la acción de <i>FOLD</i>, no es consciente en su necesidad intrínseca de activarse a favor del movimiento.</p>	Comprende visiblemente la disociación articular en secuencias dinámicas de movimiento.

I-3	<p>Inestabilidad en el uso de soportes en la relación con el peso y la transferencia de éste. Esto provoca que la activación articular sea menos absoluta en su ejecución y recorrido (pese a que ya es muy absoluta en este cuerpo).</p>	<p>La activación articular es muy clara y precisa en la ejecución dinámica y estática del movimiento.</p> <p>La disociación articular en secuencias dinámicas de movimiento es comprendida ampliamente, lo que permite encontrar nuevos rangos en la acción realizada.</p> <p>Los recorridos articulares son claros en sus puntos de conexión activos para el movimiento.</p> <p>Concientiza la disposición de sus partes físico-corporales para ejecutar el movimiento. Lo que amplía la posibilidad de entender el cuerpo en una disociación completa y seccionada, y en su tridimensionalidad a nivel articular.</p> <p>Uso justo de la energía en la activación del tono muscular para potenciar la acción articular. Esta eficiencia permite dirigir el diálogo muscular-articular en completo favor del movimiento.</p>
SUBCATEGORÍA		Eukinética
I	Dificultades	Potencialidades
I-1	<p>El impacto del movimiento se pierde en la relación con las cualidades del movimiento. Nunca logra instalarse como un lugar habitado a nivel de movimiento.</p>	<p>Amplio entendimiento de los cambios eukinéticos, respecto a los factores básicos en su individualidad (Energía-Tiempo-Espacio), como en el diálogo de sus polaridades.</p> <p>Se propicia un recorrido diverso por las</p>

		<p>cualidades de movimiento, en el diálogo conjunto y en su disociación. Aplica cambios dinámicos.</p> <p>Comprende de manera clara el impulso del movimiento en relación a las cualidades específicas.</p>
I-2	<p>No se aprecian cambios dinámicos en las cualidades eukinéticas. Por lo que el viaje corporal se ve plano a nivel de movimiento.</p> <p>Las polaridades específicas de la energía no logran instalarse corporalmente. Lo fuerte no se ve ciertamente fuerte, y lo leve no se ve ciertamente leve. Por lo que el cuerpo se sitúa en un plano medio a nivel energético, sin matices ni cambios radicales.</p> <p>Se recurre de manera constante al mismo punto energético, por lo que no es apreciable un cuerpo-movimiento “texturizado” en el accionar, ni con variedad de “colores” posibles en su desarrollo.</p>	<p>Comprende los cambios eukinéticos de los factores básicos (Energía-Tiempo-Espacio), en su individualidad, y en la disociación de sus binomios de acción.</p> <p>Comprende el impulso y el impacto del movimiento en relación a las cualidades específicas que aparecen en el desarrollo de recorridos espaciales.</p>
I-3	<p>Existen puntos de tensión corporal en el diálogo de ciertas polaridades, relacionadas a la energía y al espacio. Lo leve y lo central tiende a tensionarse y rigidizarse en la</p>	<p>Gran comprensión de los cambios eukinéticos, respecto a los factores básicos en su individualidad (Energía-Tiempo-Espacio).</p> <p>Aplicación de cambios dinámicos en la</p>

	medida en que aparecen a través del movimiento de manera conjunta (cualidad Gleitten/Schlottern).	<p>ejecución de las cualidades eukinéticas, propiciando recorridos amplios en su propuesta corporal, y contrastes diversos que activan el cuerpo desde diferentes lugares respecto al abordaje del movimiento.</p> <p>Entendimiento claro del impulso e impacto del movimiento en relación a las cualidades específicas que se desarrollan.</p>
SUBCATEGORÍA		Transversalidades
I	Dificultades	Potencialidades
I-1		<p>Entendimiento general de su propio cuerpo y posibilidades físicas.</p> <p>Aplica constantemente un sentido compositivo en base a lo inmediato (composición instantánea).</p> <p>Explora las posibilidades que su cuerpo le entrega mediante las indicaciones dadas en cada ejercicio, resolviendo con sus capacidades físicas y profundizando en corporalidad para llegar a lugar distintos con y para el movimiento.</p> <p>Se dispone la acción con un sentido discursivo claro en relación a lo Kinestésico, donde es posible materializar las preguntas del Qué, Cómo, y Qué tan claro se dice lo que se dice a</p>

		nivel de movimientos y recorridos corporales.
I-2	<p>En la búsqueda de nuevos espacios corporales a nivel Kinestésico, el cuerpo no es utilizado en su máxima capacidad. Existe una tendencia a acomodar el movimiento con un rango de dificultad mucho menor a sus posibilidades reales, físicas, extensivas, energéticas, entre otras.</p> <p>El discurso corporal al momento de accionar, no es claro, ya que la precariedad en el uso y entrega de peso a nivel global del cuerpo, no permite que estos recorridos sean vivificados en el momento en que se ejecuta el movimiento.</p> <p>La relación con el uso de peso real, versus el entendimiento de suspensión desde una sola polaridad, genera un estado de ambigüedad globalizada a nivel corporal, por lo que todos los puntos posibles abordados a nivel Kinestésico se vuelven nebulosos y en cierta medida, menos logrados.</p>	<p>La transferencia de peso entre los soportes es aplicada de manera visible y consciente en el hacer del movimiento dinámico.</p> <p>Aplica el sentido de componer en lo inmediato (composición instantánea), a través de la exploración constante y el uso de ciertos dispositivos compositivos de ordenamiento (repeticiones, amplificaciones, contrastes, etc).</p> <p>Se observa exploración personal en torno a las posibilidades de su propio cuerpo y las indicaciones dadas.</p>
I-3	<p>La transferencia de peso y el uso eficaz de los soportes en relación al mismo, es carente de entendimiento práctico. En tanto se aclare</p>	<p>Aplica un sentido de componer en lo inmediato (composición instantánea), buscando aproximaciones espaciales, temporales y</p>

	este recorrido y motor, todo tipo movimientos, acciones, y desarrollos corporales podrán esclarecerse en su amplitud de ejecución.	energéticas armónicas, simétricas, asimétricas, irregulares, entre otras. Intención de exploración en su propio cuerpo respecto a las indicaciones dadas. Resuelve dentro de sus posibilidades físicas, intentando profundizar en lugares poco habituales de su propio movimiento. En ello, intenta romper la construcción de patrones en la automatización del movimiento, proponiendo diversas formas de abordar los recorridos corporales. Comprende el recorrido que el movimiento hace a través de su cuerpo, por lo que el sentido discursivo en la acción se vuelve un aporte a la capacidad de resolver los desarrollos constantes del movimiento. Qué se dice, cómo se dice, y qué tan claro se dice se convierten en motores de búsqueda inmediata en y para la acción.
CATEGORÍA II:		Sentido Temporal
SUBCATEGORÍA		Cuerpo Presente
I	Dificultades	Potencialidades
I-1	Las decisiones pueden ser mucho más conscientes en la visualización de un cuerpo temporal completo. Al dejarse llevar mucho por el movimiento, se genera una tendencia	Uso muy activo del cuerpo en relación a sus partes, y la manera en que se disponen respecto a las disociaciones y simultaneidades. Existe un uso claro en el manejo de tiempo. Se

	<p>de afectación psíquica desde lo interno a lo externo, por lo que a la hora del desplante corporal se visualiza una suerte de manipulación energética externa (manipulación).</p>	<p>aprecia la capacidad de decidir en lo concreto del movimiento presente. Toma decisiones respecto al movimiento y cómo es abordado en el instante.</p> <p>Comprende el sentido de habitar en un tiempo presente. Dispone el cuerpo y la acción para que dialoguen de manera simultánea con el tiempo y cómo este va generando discurso instantáneo.</p>
I-2	<p>Se genera una tendencia de sobre estimular movimientos repetitivos, generando dinámicas que se alejan por momentos de un cuerpo completamente disponible para habitar el presente como un continuo.</p>	<p>Existen intenciones de permanecer en el presente con el cuerpo, mediante su capacidad de resolver entre cada intervalo de movimiento.</p> <p>Las intenciones sustentan su capacidad de instalar el presente como lugar habitable.</p> <p>Se aprecia un cuerpo activo en relación al manejo de tiempo.</p>
I-3	<p>Ciertos momentos “expresan” racionalización `por sobre el movimiento, lo que, por intervalos cortos, no permite visualizar el cuerpo en un relato completo del presente. Se genera la tendencia a “pensar el movimiento” antes de accionar, quedando al descubierto en el inicio y resolución de la acción.</p>	<p>La toma de decisiones contrarresta en gran medida el “pensar antes de mover”, ya que se potencia una relación corporal bastante completa en el presente de la acción y reacción del movimiento.</p> <p>El cuerpo y sus partes se relacionan de manera activa con el flujo del movimiento en el uso de tiempo.</p> <p>La decisión en los movimientos es clara y</p>

		<p>concreta.</p> <p>Se insiste en la intención de “habitar” el presente, generando cambios que mantienen el cuerpo activo y vivaz.</p>
SUBCATEGORÍA		Sentido de Inmediatez
I	Dificultades	Potencialidades
I-1	<p>Por momentos se pierde el control corporal, en ese sentido, el arrojo como parte importante para fluir de manera libre, también es visto como control, pero con menor grado jerárquico. En este lugar, es donde existen fugas energéticas que diluyen el movimiento y las rutas corporales tienden a desbordarse.</p>	<p>Es capaz de construir en el momento un recorrido corporal.</p> <p>Construye dinámicas momentáneas que permiten la fluidez del movimiento.</p> <p>Potencia el curso del movimiento, encontrando soluciones rápidas y rutas poco habituales en el cuerpo.</p> <p>Resuelve desde la inmediatez.</p>
I-2	<p>Falta potencia en el recorrido inmediato del movimiento. Extremizarlo.</p> <p>La baja potencia no permite que aparezcan resoluciones rápidas para el movimiento en sus direccionamientos y desarrollos.</p> <p>Tiende a visitar lugares similares o ya conocidos dentro de su cuerpo, por lo que se resuelve de manera mucho más cómoda.</p>	<p>Resuelve desde el cuerpo en un accionar inmediato.</p> <p>Genera dinámicas que permiten el flujo del movimiento de manera libre.</p>

I-3	<p>Por momentos el cuerpo tiende a tensionarse, ya que la energía es constantemente explosiva.</p>	<p>Propone dentro de sus posibilidades físicas y potencia el flujo momentáneo que el mismo cuerpo va proponiendo en el inmediato, lo que le permite resolver de maneras particulares e instantáneas.</p> <p>Es reaccionario a la resolución inmediata del movimiento.</p> <p>Propone el sentido inmediato desde una búsqueda particular de abordar su propio movimiento. Lenguaje potenciado.</p>
SUBCATEGORÍA		Sentido de Impermanencia
I	Dificultades	Potencialidades
I-1	<p>No presenta mayores dificultades en el entendimiento del “cambio”.</p>	<p>Se potencia el cambio evidente a nivel corporal.</p> <p>El cambio se instala por cortos intervalos de tiempo casi iguales entre sí, pero que permiten habitar en su individualidad el estado del cambio.</p>
I-2	<p>Tendencia a repetir el lugar del movimiento, si bien hay decisión en el cambio, no cambia tanto en la situación corporal.</p> <p>Se instala un motivo o dinámica de motivo, la cual es desplazada.</p>	<p>El sentido de impermanencia no se aprecia desde la corporalidad, sino en el ritmo.</p> <p>Generando situaciones, que si bien se mantienen en una corporalidad constante, asimila el cambio de rítmicas de la misma situación como un lugar impermanente.</p>

I-3	No presenta mayores dificultades en el entendimiento del “cambio”.	<p>El cambio se instala como un lugar de constante visita.</p> <p>Genera gran cantidad de interrupciones, mediante la toma de decisiones, que propician enormemente la permeabilidad del movimiento.</p> <p>Potencia desde sus habilidades kinéticas, la capacidad de cambiar. Aplicación de cambios radicales en la Eukinética, espacialidad y estados del cuerpo.</p>
SUBCATEGORÍA		Transversalidades
I	Dificultades	Potencialidades
I-1	No presenta mayores dificultades en la asimilación de los recursos transversales a la categoría de tiempo.	<p>Excelente entendimiento general del tiempo y del cómo manejarlo.</p> <p>Aplica de manera consciente la transferencia de peso dentro de las dinámicas de cambio temporal.</p> <p>Amplia la exploración según la indicación dada.</p> <p>Resuelve dentro de sus capacidades personales y singulares de moverse, logrando potenciar la composición instantánea desde su abordaje individual con el desarrollo de sus dinámicas de flujo y corporalidad.</p> <p>Comprende el recorrido del movimiento a</p>

		través del sentido discursivo. Desde el cuerpo en movimiento, es claro lo que dice y cómo lo dice.
I-2	<p>Desde el sentido discursivo del movimiento, el desarrollo de las acciones muchas veces no es claro. Falta precisar aún más el qué se dice mediante el cómo se dice. Desde este lugar, la consciencia con la que es abordado el sentido temporal se pierde a ratos desde el aspecto general.</p> <p>La exploración no se profundiza tanto, según la indicación dada. Ya que no es reconocible por la intérprete, las variantes que aparecen en el uso de flujos temporales.</p>	<p>Aplica de manera consciente la transferencia de peso dentro de las dinámicas de cambio temporal.</p> <p>Resuelve dentro de sus capacidades físicas.</p>
I-3	<p>La extensión del movimiento, por momentos, es reducida. No permitiendo al cuerpo llegar a su punto máximo de extensibilidad.</p> <p>Es necesario visitar más la zona de la pelvis para permitir que el centro de peso sirva de eje corporal tanto en el equilibrio, suspensión y tridimensionalidades, en relación directa a los soportes y transferencia de peso, que se ven afectados constantemente por la poca consciencia al momento de trasladarse.</p>	<p>Excelente sentido y entendimiento del tiempo y su manejo en general.</p> <p>Potencia la exploración según la indicación dada, desde sus facultades físicas que le permiten adentrarse en un lenguaje personal.</p> <p>Resuelve dentro de sus capacidades físicas y singulares de moverse.</p> <p>Comprende el tiempo a favor de la composición instantánea, usando dinámicas que potencian el flujo y cambios temporales, tanto física como</p>

		<p>situacionalmente.</p> <p>Profundiza en el recorrido del movimiento a través del sentido discursivo. Es evidente lo que dice, cómo lo dice y qué tan claro lo dice.</p>
CATEGORÍA III:		Fisicalidad Instintiva
SUBCATEGORÍA		Cuerpo Instintivo - Animal
I	Dificultades	Potencialidades
I-1	<p>No permite que siga fluyendo el movimiento luego del primer impulso.</p> <p>Tendencia a decidir mucho por sobre el movimiento mismo.</p> <p>Lleva al cuerpo a un estado de afectación que tambalea en lo externo e interno de la fisicalidad, dejando entrever cierta racionalización del la reactividad corporal luego del primer impulso.</p> <p>No se respeta el movimiento posterior al primer impulso, por lo que la acción en su desarrollo es dudosa.</p> <p>No investiga en estímulos que potencien la fisicalidad de lo instintivo mediante del cuerpo. Tendencia a racionalizar antes de escuchar al cuerpo (pensar antes de hacer).</p>	<p>El cuerpo es muy reactivo al primer impulso de movimiento.</p> <p>El primer impulso es claro y concreto, honesto en la medida que se ejecuta.</p>
I-2	El cuerpo es abordado desde patrones	Se respeta el movimiento, posterior al primer

	<p>conocidos. Se piensa mucho desde “la danza” al intentar encontrar un impulso primario, por ende no es reactivo.</p> <p>El primer impulso nos es claro. Se aprecia más como secuencias o motivos amparados bajo la idea de “danza”, por lo que tampoco es honesto en su fisicalidad.</p> <p>Desde lo instintivo, el movimiento carece de animalidad primaria.</p> <p>La intérprete no es permeable al movimiento en su mismidad, sino que tiende a la racionalización (pensar antes que hacer). Por lo que no establece estímulos que fomenten una fisicalidad específica, desde y hacia lo instintivo.</p>	<p>impulso, otorgando claridad en el desarrollo de la acción.</p>
I-3	<p>El cuerpo no es tan reactivo al primer impulso.</p> <p>Se piensa en el movimiento, por ende no logra alcanzar los puntos de fuga energética máxima de la acción, ni los puntos extremos del cuerpo.</p> <p>Se aprecia una idea de “danza” en la que, en el desarrollo del movimiento, se establecen patrones o formas estéticas predeterminadas por agentes de conocimientos previos.</p> <p>El primer impulso es claro, pero se diluye al</p>	<p>Se respeta el movimiento, posterior al primer impulso, otorgando claridad en el desarrollo de la acción.</p>

	<p>instante de su desarrollo, por lo que no logra concretarse.</p> <p>Tendencia a la racionalización (pensar antes que hacer). Se genera un cruce entre ideas y acciones que instalan en la fisicalidad en un lugar de inestabilidad discursiva. La fisicalidad a ratos es instintiva/animal y reactiva, luego es “danzada”.</p>	
SUBCATEGORÍA		Estados Corporales
I	Dificultades	Potencialidades
I-1	<p>El cuerpo habita por momentos un estado de afectación que tambalea en lo externo e interno, por lo que se proyecta, en esos momentos, la acción de manera fortuita.</p>	<p>Excelente sentido del estado corporal, de manera psíquica y física.</p> <p>Es capaz de llegar a un estado corporal específico.</p> <p>Es capaz de transitar a través de diversos estados corporales. Comprendiendo disociaciones entre un estado y otro.</p>
I-2	<p>El viaje corporal muchas veces se aprecia de manera reducida. Es necesario radicalizar el cuerpo y sus movimientos.</p> <p>En general, a nivel energético el cuerpo acciona desde un lugar mucho mássoft, otorgando una imagen desprovista de peso,</p>	<p>Es capaz de llegar a un estado corporal específico.</p> <p>Es capaz de transitar a través de diversos estados corporales, apreciables a nivel situacional.</p> <p>Comprende disociaciones entre un estado y</p>

	casi superficial (ser tocado por encima).	otro.
I-3	<p>Tendencia a abordar los estados corporales desde la idea de “danza”, por ende no son tan honestos en su fisicalidad.</p> <p>La fisicalidad del estado es reducida por momentos de su desarrollo. Es necesario potenciar este sentido, desde el lugar instintivo, no de la perspectiva danzada.</p>	<p>Es capaz de llegar a un estado corporal específico.</p> <p>Es capaz de transitar a través de diversos estados corporales, generando viajes con gran intensidad energética y diversidad de cualidades.</p> <p>Comprende disociaciones entre un estado y otro.</p>
SUBCATEGORÍA		Transversalidades
I	Dificultades	Potencialidades
I-1	Exteriorización extrema del movimiento hace que el desarrollo del estado psíquico se vuelque al ensimismamiento.	<p>El discurso en general es muy claro.</p> <p>Aplica de manera evidente la transferencia de peso en los soportes, en diálogo a la reactividad del movimiento y sus impulsos.</p> <p>Compone desde lo inmediato en el desarrollo de la fisicalidad y estados corporales.</p> <p>Explora desde la relación con su cuerpo y sus posibilidades, profundizando zonas investigativas mas allá de la indicación dada, que permiten adentrarse en nuevas y distintas manera de vivir y abordar el movimiento.</p>

I-2	<p>No profundiza de manera radical en el cuerpo, para llegar a lugares distintos del movimiento.</p> <p>Falta exploración y profundización desde sus capacidades físicas para llegar a lugares corporales permeables y no automatizados.</p> <p>De esta manera es posible aclarar el sentido discursivo de lo qué se dice y cómo se dice, desde el cuerpo y movimiento.</p>	<p>Se aprecian maneras diversas de resolver desde sus posibilidades.</p> <p>La transferencia de peso es evidente entre los soportes.</p> <p>Comprende la composición en lo inmediato.</p>
I-3	<p>La transferencia de peso es poco clara en el desarrollo de la fisicalidad, así como la entrega de peso hacia los soportes es débil en relación al viaje de estados corporales.</p> <p>Falta exploración en relación a su propio cuerpo y la indicación dada.</p>	<p>Potencial para explotar más las indicaciones que se entregan, idealmente llegar siempre a un 200%, luego de eso, se sugiere regular.</p> <p>Comprende el sentido de composición instantánea en el desarrollo de la fisicalidad y estados corporales.</p> <p>Resuelve dentro de sus posibilidades físicas intentando profundizar para llegar a lugares distintos del cuerpo.</p> <p>Comprende con claridad el recorrido que el movimiento hace a través del cuerpo. En el entendido discursivo de qué se dice, cómo se dice y qué tan claro se dice (Cuerpo-movimiento).</p>