



UNIVERSIDAD ACADEMIA DE HUMANISMO CRISTIANO

ESCUELA DE DANZA

LA MULTISENSORIALIDAD COMO PROPULSOR DE IDEAS EN LA PRIMERA
ETAPA CREATIVA DE UN PROCESO COREOGRÁFICO

Estudiantes: Valentina Belén Blanco Donoso y Belén Francisca Ortiz Fuenzalida

Profesor Guía Rox Gómez

Seminario de Grado para optar al Grado de Licenciadas en Danza

Santiago, 2023

AGRADECIMIENTOS

Agradecemos la participación de quienes fueron parte de este proyecto.

A nosotras, por apoyarnos en todo momento y por contenernos incondicionalmente, reconociendo el esfuerzo y la dedicación que pusimos en esta investigación.

Índice

Introducción.....	4
Antecedentes.....	6
Marco Teórico.....	11
Los sentidos y la danza.....	11
Sensación y percepción en la danza.....	14
Marco Metodológico.....	18
Diseño de Laboratorio.....	18
Proceso práctico.....	22
Resultados.....	29
No-visión.....	29
Experiencia sensorial como herramienta creativa.....	30
Efectividad de la multisensorialidad como recurso.....	31
Conclusiones.....	33
Referencias Bibliográficas.....	37
Anexo.....	38
Preguntas de laboratorio.....	38
Consentimiento informado.....	44

Introducción

A lo largo de esta investigación desarrollaremos una propuesta sensorial, en específico, una herramienta que pueda ayudar a enriquecer la creatividad y la sensibilidad de quienes son parte de un proceso coreográfico. Consideramos que este tipo de práctica sensibiliza la esencia particular de cada individuo, por lo cual, nos interesa considerar las diversas percepciones de cada persona, debido a que los sentidos nos vinculan con el mundo, generando distintas vivencias y experiencias personales.

Es importante repensar y replantear la manera de comenzar un proceso creativo desde un mundo transversal como son los sentidos del ser humano. Profundizar en el cuerpo, poniendo más atención en la sensación y percepción, explorando las fronteras y los límites de los sentidos para fomentar de esta manera la escucha y concientización del cuerpo, puesto que, activando los sentidos con diferentes estímulos, podemos ampliar las posibilidades en un proceso coreográfico y, de este modo, así percibir cómo estas instancias pueden inspirar tanto a intérpretes como a coreógrafos.

Los trabajadores de la danza se dedican constantemente al reconocimiento de sus sensaciones corporales. Este tipo de enseñanza es impartida por los profesores o coreógrafos actuales, dado que es una manera de conectar genuinamente con el cuerpo. Por eso es necesario seguir indagando e investigando en el tema. Nuestra investigación sobre los sentidos y la multisensorialidad de estos, reenfoca esta idea para que siga en vigencia, ya que nosotras somos parte de una institución que educa nuevas generaciones de bailarines, consideramos que la realidad que expresa el arte del movimiento corporal es valiosa precisamente por las prácticas iniciadas desde los sentidos.

Nuestra investigación se desarrollará a través de un enfoque cualitativo y el medio por el cual vamos a alterar y estimular la creatividad de cada proyecto será a través de una experiencia multisensorial. La metodología es cualitativa, ya que, la información que recogeremos luego de la experiencia, es la que nos ayudará a responder nuestras inquietudes investigativas, no la práctica en sí misma. Para nosotras es relevante proporcionar un espacio que sirva de herramienta para cada coreógrafo, pero lo es aún más saber cómo y de qué manera afecta esta experiencia en cada proceso creativo coreográfico, y que tan efectivo es utilizar el estímulo sensorial para inspirar la creatividad. En este sentido, creemos que la forma más idónea para obtener este tipo de información es de manera cualitativa.

Como muestra tenemos a cuatro participantes, estudiantes de danza de la mención de coreografía de la Facultad de Artes de la Escuela de Artes Escénicas de la Universidad

Academia de Humanismo Cristiano, y que además están en la etapa inicial de sus proyectos creativos coreográficos. A continuación expondremos una breve descripción de cada uno de los proyectos coreográficos de los cuatro participantes de nuestro laboratorio.

Proyecto A: Proyecto coreográfico dirigido por Ruby Leiton basado en la búsqueda de herramientas compositivas a raíz de **los sueños**, se pretende relacionar la danza, el lenguaje corporal y los sueños. Y de esta manera observar cómo es que a través de estos se puede generar material coreográfico y **lenguaje corporal** compositivo.

Proyecto B: Composición coreográfica dirigida por Francheska López, la cual busca hacer un recorrido desde la **estructura humana** impuesta en la sociedad, hasta la **desconfiguración** del cuerpo que el intérprete pueda generar. El principal interés de esto es encontrar nuevas posibilidades corporales, movimientos ocultos, lugares más incómodos o no habitados frecuentemente en la danza.

Proyecto C: El proyecto dirigido por Mauricio Orellana, en el cual se busca unir dos mundos aparentemente diferentes: la **danza y la astronomía**. La astronomía nos habla del **universo** y todo lo que hay en él, y la danza es una forma de expresión corporal. Se pretende ver cómo se puede eventualmente usar la danza para explicar y expresar ideas sobre el universo.

Proyecto D: Composición coreográfica dirigida por Renata Garrido, la cual se mueve en torno a las relaciones simbólicas y materiales entre el cuerpo y las **materialidades textiles** que lo cubren. Ocupa el cuerpo como un tejido compuesto por diferentes capas y texturas, siendo la piel la capa más superficial, conectando esto además con los tejidos del **útero, la vagina y los flujos**.

Las técnicas de recolección serán a través de preguntas escritas de breve resolución, que formulamos para que sean resueltas al final del laboratorio, y así podremos recoger de manera inmediata las primeras apreciaciones individuales de cada persona. Posteriormente, luego de una semana, tendremos una instancia de Focus Group, para recoger los aportes y cambios que haya tenido la experiencia multisensorial en cada proceso de su proyecto, además de proporcionar una instancia donde los participantes puedan compartir entre ellos su experiencia y reflexiones en torno a esta.

El fin de las prácticas es poder despertar los sentidos y aumentar la sensibilidad de estos, mediante actividades que nos permitan identificar las sensaciones y percepciones que tienen las personas como sujetos de estudio y así inspirar al coreografe.

Antecedentes

Para comprender, analizar y entender las sensaciones como una forma de conocimiento y de expresión, comenzaremos abordando dos autores que nos darán un entendimiento base, los cuales, pusieron su atención sobre la relación entre el cuerpo, las sensaciones, la percepción y el mundo. Por un lado, comprenderemos el pensamiento de Maurice Merleau-Ponty en su libro *Fenomenología de la Percepción* (1945) y por otro lado, David Le Bretón en *El sabor del mundo* (2007). Ambos autores son compatibles en su pensamiento, en tal medida Le Bretón cita a Merleau-Ponty, quien a su vez sostiene:

La cosa nunca puede ser separada de alguien que la perciba, nunca puede ser efectivamente en sí porque sus articulaciones son las mismas que las de nuestra existencia, ya sea que se plantee al cabo de una mirada o al término de una exploración sensorial que le confiera humanidad. En esa medida, toda percepción es una comunicación o una comunión, un retomar o un concluir por nuestra parte de una intención extraña o, a la inversa, el cumplimiento desde fuera de nuestro cuerpo con las cosas (Merleau-Ponty cit. en Le Bretón, 2007, p.14)

Ambos autores ofrecen perspectivas valiosas para entender mejor las sensaciones. Mientras que Merleau-Ponty se enfoca en la percepción desde un punto de vista filosófico, Le Bretón aborda el tema desde una perspectiva antropológica. Juntos, sus trabajos proporcionan una base sólida para profundizar en el estudio de las sensaciones.

Por otra parte, necesitamos complementar con una mirada psicológica y social, para entender el por qué y cómo es que es posible sentir, sin dejar de lado el contexto social que nos condiciona, ya que, nos permite asimilar cómo funcionan los sentidos y cómo se relacionan con nuestro cerebro y nuestro cuerpo, ayudándonos a comprender cómo los factores sociales y culturales influyen en nuestras emociones, pensamientos y comportamientos.

Hector Aguirre nos orienta desde un aspecto antropológico y biológico, específicamente a partir de su artículo académico *Antropología de las sensaciones biológicas*. (2016). Asimismo, tomando en cuenta el área de la sociología, leímos un fragmento del libro *Los sentidos del cuerpo* (2019) escrito por Olga Ramos, cabe destacar que este libro está dirigido al género desde lo social, sin embargo, pudimos rescatar varias observaciones que aportan en nuestra investigación, ya que, hizo varias indagaciones sobre cómo la trayectoria

personal o el posicionamiento social afecta en nuestra percepción del mundo, y esto nos contribuye debido a que la percepción va de la mano con las sensaciones y los sentidos.

También consideramos importante leer a Ignacio Morgado que nos ayudó a entender las sensaciones desde el lado psicobiológico, dado que se desenvuelve en el área del cerebro y la psicobiología. En esta ocasión revisamos dos capítulos de su libro *Cómo percibimos el mundo: Una exploración de la mente y los sentidos*. (2012) , en concreto nos hace un recuento de las características de cada sentido del cuerpo humano, cómo funcionan, cómo se correlacionan entre ellos, y cómo todas las sensaciones que vamos adquiriendo, quedan guardadas en el cerebro. El aporte de su investigación en la nuestra, es que nosotras podemos apropiarnos de toda esta información psicobiológica de los sentidos y las sensaciones, que en general es muy concreta y clara, lo que nos ayuda a tener un mejor manejo en el tema central de nuestra investigación.

La obra de danza *Maneras de Ver*, coreografiada por Becky Siegel, busca: “Aplicar otros sentidos, explorar otras formas de mirar, experimentar otras sensaciones y reflexionar sobre conceptos como espacio, percepción o movimiento” (Siegel, 2019). Esto lo lleva a cabo con su compañía KonMoción, junto a personas que tienen distintos grados de discapacidad visual, como una forma terapéutica e inclusiva. Queremos destacar que nuestra propuesta sensorial, no va enfocada ni a la terapia ni a la inclusión de discapacidades sensoriales, más bien, busca ser una herramienta para la realización de procesos coreográficos. De todos modos, esto no significa que en otras instancias esto no pueda ser abierto para todo tipo de personas, sin embargo, por ahora lo enfocaremos en quienes tengan todos sus sentidos funcionales.

Por otro lado, encontramos algunas obras que exploran más a fondo los sentidos del cuerpo, generando una mejor experiencia al espectador, o premisas creativas para la misma obra. Utilizando el sentido de la audición, Javiera Peón, crea GONG en el año 2016-2017. En palabras de la autora:

Este proyecto explora el potencial de afección del sonido sobre la fisiología y composición del cuerpo. A través del gong –instrumento de percusión milenario que conduce a poderosos niveles de meditación y sanación–, se realizan sesiones diarias donde lxs participantes están invitadxs a tener una experiencia corporal inmersiva de escucha, siendo tocadxs, masajeadxs y movidxs por la vibración del sonido. (Javiera Peón, en web, 2016).

Como veremos más adelante, el oído tiene una conexión especial con el tacto, con la piel en sí y los sentidos internos del cuerpo, y es esto lo que GONG explora con las sensaciones que genera este instrumento. Se hicieron varias sesiones, entre 5 y 9, para fomentar un chakra distinto en cada sesión o los elementos de la naturaleza y así ver los cambios sensoriales que el gong provocaba en el cuerpo. Consideramos que esta obra, es un proceso en sí misma, ya que, al contemplar varias sesiones, el público puede ir poniendo cada vez más atención en sus sentidos, siendo participes activamente de esta.

El proceso mueve a la obra y la obra al proceso, ya que los cambios sensoriales que cada una puede apreciar de una práctica a otra, también se ven afectados por estímulos, sensaciones y emociones que viven en su día a día. Y es esto, la que para nosotras es uno de los factores más valiosos de un proceso coreográfico, considerar al intérprete, como persona, y cómo su persona afecta al desarrollo del proceso.

Por consiguiente, los objetos, la temperatura, un momento del día, también deben ser considerados acciones. No en tanto una operación metafórica o poética (<<verlo como>>) sino mediante una muy concreta comprensión del hecho que las cosas, los objetos y la temperatura actúan. En el acontecer de la danza, todos los elementos crean y son acontecimientos. (Lepecki, A. 2011. p.176)

Por otro lado, Paulina Mellado en su libro *Por qué, cómo y para qué se hace lo que se hace* (2008) escribe un capítulo, donde hace un compilado de distintas obras de danza y sus procesos. Lo cual nos permite identificar muchos caminos por los que se guía un proceso, y como estos mutan hasta el estreno de la obra. Incluso, Mellado coincide con Lepecki en que: “El material no está fijo, si lo están las partes y el lugar de investigación, la idea es dejar que cada día, cada trayecto, cada cuerpo, modifiquen, afecten, movilicen la obra” (Marini, D. cit. en Mellado, P. 2008, p.29). Destacamos que coincide con Lepecki ya que este también hace un rescate al error, y en cómo hasta el clima que puede haber en las prácticas afectan los resultados de un proceso coreográfico, todo esto, para nosotras ocurre debido a que cada persona del equipo de trabajo llega cargada de distintas sensaciones de su día, a las prácticas y ensayos para la obra.

Y efectivamente, son las sensaciones diarias, las que mueven el proceso y nuestra danza, gracias al conocimiento que nos entregan los sentidos, podemos dedicarnos al arte y a la danza, ya que somos ejercitadores de los sentidos. Es por eso que los artistas tenemos una

sensibilidad más desarrollada, al contrario de personas que no indagan constantemente en lo que sienten, tanto físico como emocionalmente.

Dentro de nuestro día a día no tenemos tiempo de apreciar y percibir con detención, de esta manera, como expone Aguirre: “La cultura occidental, con su funcionalidad ante el trabajo y por presiones de la clase poseedora de los medios de producción, ha generado diversas restricciones al movimiento, única forma que tenemos de sentir el cuerpo realmente vivo” (2016, p.86). Por consiguiente, ¿Cómo generar una escucha del cuerpo en instancias creativas, si no se le da el tiempo y espacio en el diario vivir?, ¿De qué manera ayudaría al proceso creativo del coreógrafo el que tenga en su día a día momentos cotidianos más conscientes en relación a sus sentidos?. “Uno se detiene ante una sensación que tiene más sentido que las demás y abre los arcanos del recuerdo o del presente; pero una infinidad de estímulos nos atraviesa a cada momento y se desliza en la indiferencia” (Le Bretón, 2007, p.11) Aquí, Le Bretón hace un hincapié en una especie de neutralidad que hemos adquirido hacia las sensaciones, es posible que la mayoría de las personas tengan el conocimiento de que recibimos durante el cotidiano un sin fin de estímulos, cercanos o lejanos, y la mayoría de estos terminan siendo desplazados. Creemos que los artistas deben darle una vuelta a este asunto, para de esta forma recuperar la atención a los estímulos, nosotras consideramos que son estos una excelente fuente de inspiración creativa.

Le Breton (2007), habla de que los sentidos son el sustento de los artistas, siendo estos indispensables al momento de crear y, de esta manera, explica como ellos existen en “otra dimensión del conocimiento sensible”. Debido a que, los artistas entrenan y trabajan constantemente con sus sentidos, la sensibilidad aumenta significativamente y, por consiguiente, aprecian de otras maneras los estímulos, ampliando su visión y permanencia. Es por ello que nuestra investigación busca relacionar los sentidos y la percepción sensorial con la danza, para aportar a los procesos creativos y coreográficos.

En función de la problematización nace nuestra pregunta de investigación, ¿De qué manera la estimulación sensorial basada en la no-visión es una forma efectiva de expandir la creatividad del coreógrafo? Este cuestionamiento será respondido a partir de un laboratorio de experimentación, en el que nuestro objetivo general será diseñar un ambiente que utilice diversos estímulos sensoriales para provocar una experiencia multisensorial, que amplíe las posibilidades creativas en un proceso coreográfico.

De forma más específica, nuestra investigación va dirigida hacia la primera etapa de un proceso coreográfico. Es por ello que pretendemos explorar cómo los estímulos sensoriales pueden ser utilizados para inspirar la creación artística, analizar el papel de la

experiencia multisensorial como herramienta creativa y, por último, identificar los estímulos sensoriales más efectivos para fomentar la sensibilidad en un proceso coreográfico.

Nuestra necesidad parte de querer activar mucho más esta conciencia sensorial que poseemos, de replantear esta relación cuerpo-sentidos, debido a que, vivimos en una sociedad que nos impone muchas restricciones y limitaciones, lo que afecta nuestra capacidad de cuestionar, analizar y explorar. Puesto que tal como sostienen ciertos autores: “El ambiente cultural actual, afirmo, construido económica, social y culturalmente no está hecho para usar los sentidos ni expandir su función, sino para restringirlos” (Aguirre, 2016, p.87). Estamos inmersos en un sistema que reprime, lo que provoca que no podamos ver más allá de lo que nos muestran, lo que mueve nuestras sensaciones a una completa desatención.

Es por ello que consideramos que darle relevancia a una concientización entre el cuerpo y sus sentidos puede aportar significativamente al arte, a la danza, y a la vida diaria de cada persona. “Es importante plantear la posibilidad de que la persona enajenada de sí misma sea una que no tiene contacto con su cuerpo y que, al ser consciente de la ubicación del cuerpo, sea factible una verdadera liberación del ser.” (Aguirre, 2016, p.92). Sostenemos la idea de que esta desconexión puede deberse a diversos factores sociales, culturales o personales que impiden que la persona se exprese libremente, sea consecuente y reflexivo con sus acciones sensoriales. Por el contrario, al tomar conciencia de su cuerpo, la persona puede explorar sus capacidades creativas, expresivas y comunicativas.

Marco teórico

En el marco de esta investigación, asumimos que existen siete sentidos establecidos al día hoy que nos permiten acceder al mundo sensorial. Los cinco más conocidos son: el gusto, el oído, la vista, el olfato y el tacto, siendo estos los principales al momento de hablar sobre las percepciones que tenemos del mundo que nos rodea. En cambio, los sentidos que contribuyen con nuestra percepción interna son el vestibular que nos proporciona equilibrio y la propiocepción que ayuda a ubicar las partes del cuerpo.

La danza se desarrolla desde este lugar como una instancia donde se vivencian los sentidos directamente en las prácticas, sensibilizando los cuerpos con premisas relacionadas muchas veces con el sentir del momento presente, o activando los sentidos para luego conducir el movimiento y poder crear desde él.

Los Sentidos y la Danza

Morgado (2012) indica que: “Incluso con los ojos cerrados, cada uno de nosotros sabe en todo momento lo flexionados o extendidos que tenemos los brazos o las piernas y conoce la posición de las diferentes partes del cuerpo.” (p.45). Este es un gran ejemplo al momento de hablar de la propiocepción y la conciencia corporal, esto ocurre a través de los receptores sensoriales que actúan al momento de localizar nuestras partes del cuerpo. Además, para profundizar se suma la cinética con la sensopercepción y el movimiento, encargado de informar al cerebro su relación con el tacto y el espacio. Con el tiempo, nuestro sistema ya conoce todo nuestro cuerpo, Morgado (2012) nos explica que: “El cerebro recibe continuamente toda esa información y, aunque puede hacerlo, no necesita auxiliarse con la vista u otros sentidos para saber cómo están o lo que hacen en cada momento las diferentes partes del cuerpo.” (p.46). Esta es una de las razones por las que muchas sensaciones son preconcebidas, o existe una idea general de cómo se puede sentir.

El trabajo de este sentido nos sitúa directamente en el campo de la danza por la conciencia corporal que de esta se adquiere y se necesita, entrenando desde la percepción corporal la agilidad del cuerpo en movimiento y sus posibilidades en el espacio.

Asimismo, está sumamente relacionado con el sentido vestibular que nos da equilibrio a partir del oído interno, posicionando la cabeza respecto a la gravedad y, a su vez, proporcionando orientación espacial. Por ejemplo, al estar con los ojos cerrados, la cabeza se mantiene erguida en su posición, permitiendo que todo el cuerpo tenga conciencia de su peso al movilizarse: “Es por ello que la sensación consciente que tenemos del sentido del

equilibrio no es una sensación plenamente independiente, sino una sensación compleja compuesta de señales sensoriales diversas aunque coherentes entre ellas.” (Morgado, 2012, p. 51). Es decir, que el equilibrio depende de otras sensaciones para existir conscientemente, por ejemplo, sin el sentido vestibular el equilibrio se vería completamente desorientado.

Por otro lado, otro sentido que está muy presente en la danza es el tacto, el cual nos permite explorar el entorno a través de la piel, pudiendo de este modo percibir estímulos cercanos que tengan contacto directo con cualquier parte de nuestro cuerpo. Este sentido también nos ayuda a conectar con otras personas, como ocurre en el contact improvisación, en estas prácticas el tocar nos facilita reconocer de mejor manera la estabilidad corporal que cada individuo tiene, tanto individualmente como grupalmente, dado que hay que comunicar constantemente mediante el tacto y la escucha de este para lograr compartir ese momento de bailar en conjunto.

Por otro lado, y adentrándonos de a poco en la multisensorialidad que nos entrega el cuerpo humano: “la piel funciona también como un tercer oído que posiblemente ayuda a comprender el lenguaje, pues las corrientes de aire que creamos al hablar son captadas por la piel de nuestro interlocutor aunque su oído no sea consciente de ellas.” (Morgado, I. 2012, p.45). El oído es capaz de percibir sonidos por medio de la audición, a partir de ésta podemos escuchar y distinguir ondas vibratorias que transitan por el aire para luego ser procesadas en el cerebro. Cabe destacar que los sonidos que están en nuestro entorno no reciben todos la misma relevancia o los mismos significados, tanto por los recuerdos que tengamos de estos o por la atención que le damos: “De hecho, un músico es un experto que distingue aspectos del sonido que otros no pueden porque carecen del entrenamiento adecuado.” (Aguirre Arvizu, H. D. , 2016, p.91). Es así como en la mayoría de las danzas se entrena la apreciación musical de esta, ya que al ser conscientes de la audición se logra mejorar la coordinación de nuestras partes del cuerpo mediante la rítmica.

Por otra parte hay sentidos como el gusto y el olfato que no están relacionados directamente con la danza y sus prácticas, pudiendo encontrarlos algunas veces solo como fuentes de experimentación sensitiva o utilizados de una manera más performática. Además, el sentido del olfato tiene una gran influencia en nuestra percepción del mundo, principalmente nos permite detectar y distinguir diferentes aromas, pero también es un conductor hacia recuerdos vividos. Está estrechamente relacionado con el apetito y la saciedad, siendo los olores de los alimentos un fuerte estímulo para aumentar o inhibir el hambre de una persona, terminando por regular la intensidad del deseo de alimentarse. Esto es posible por la evolución que trajo consigo un sin fin de cambios biológicos en los humanos

y su desarrollo sensitivo, posibilitando de este modo la supervivencia de nuestra especie. Morgado explica que el olfato contribuye con una gran capacidad de adaptación al igual que el sentido del gusto, ayudándonos hasta el día de hoy a solo poder identificar aromas sin analizarlos en su totalidad, por no ser un sentido específicamente analítico.

Gracias al sentido del olfato podemos saber qué es lo que huele, pero no cómo es lo que huele, pues para eso tenemos otros sentidos, como la vista o el tacto. Analizándolo con detenimiento, apreciamos que la gran ventaja del olfato radica en su capacidad para inducir en los organismos respuestas emocionales relacionadas con la supervivencia, como el placer ante el olor de una buena comida o el asco ante olores de sustancias en descomposición. (Morgado, 2012, p.54).

El recuerdo de nuestras vivencias es revivido a menudo por el sentido del olfato y el gusto, transportando de manera vívida la sensación de estar allí, evocando memorias lejanas muchas veces de nuestra infancia vinculadas directamente a lo emocional. Por el contrario, los estímulos visuales o auditivos son recordados de forma más clara y eficiente.

Los sabores dulces, salados, amargos y ácidos se conectan con nuestras experiencias de disfrute o de asco, percibiendo los sabores de manera diferente dependiendo de cada persona en el acto de comer: “Digamos por último que las experiencias del gusto y el sabor no son inmutables, pues dependen en gran medida del apetito que tenemos y de muchos otros factores emocionales, sociales y culturales” Morgado, 2012, p.68). Y además por nuestra historia biográfica personal, es decir, por las ideas preconcebidas que tenemos de algunas sensaciones gustativas, debido a experiencias pasadas de cada uno.

Es por ello que nuestra propuesta multisensorial pretende integrar sentidos como el olfato y el gusto en experimentaciones creativas dirigidas a la danza, ya que nosotras consideramos que tienen un gran potencial, contribuyendo significativamente tanto en las prácticas dancísticas, como en los procesos coreográficos.

Por último, la visión es uno de los sentidos principales para poder descubrir el mundo y hacernos una imagen de él, ya que somos seres profundamente guiados por lo visual y lo que vemos muchas veces se impone sobre lo que pensamos. Por esta razón cuando no hay luz se intensifica la capacidad de sensibilizar otros sentidos que por lo general se ven opacados involuntariamente.

En efecto, el recurso de cerrar los ojos es algo que se ocupa bastante en la danza, para poder concentrarse más en otros sentidos. Un ejemplo de ello es el trabajo realizado por Becky Siegel, coreógrafa estadounidense, quien creó la obra “Maneras de ver” (2019), donde

su compañía “Konmocion” comparte el danzar con personas no videntes, llegando a la conclusión de que este recurso fue bastante beneficioso en sus prácticas, ya que ayudó a los bailarines videntes a lograr interiorizar y entender movimientos que llevan tiempo practicando, afirmando que: “la vista se convierte en un obstáculo porque la percepción muchas veces está acompañada de ideas preconcebidas” (Diario de noticias de Navarra, 2019). Es este sentido el que en la mayoría de las situaciones predomina y opaca a los otros, lo que ha afectado además en la sociedad, sobre esto Le Bretón lo expresa así:

El empleo corriente de la noción de la visión del mundo para designar un sistema de representación (también una metáfora visual) o un sistema simbólico adecuado a una sociedad traduce la hegemonía de la vista en nuestras sociedades occidentales, su valorización, que determina que no haya mundo que no sea el que se ve. (2007, p.14)

En general, el ser humano hace elecciones en base a lo que vemos y percibimos y, de esta manera, le damos sentido a las cosas. Por consiguiente, como dice Le Breton (2007) “las percepciones sensoriales son ante todo la proyección de significados sobre el mundo” (p.14) que se crea a partir de los sentidos y de las sensaciones que nos provocan el entorno.

Queremos volver a destacar que trabajaremos con personas que tengan todos sus sentidos funcionales, sin embargo, aislamos el sentido de la visión dada su hegemonía dentro de las maneras de percibir de la cultura occidental y, también, para resaltar la sensibilidad de la percepción de los otros sentidos.

Sensación y Percepción en la Danza

Para entender de mejor manera, a continuación hablaremos de algunos conceptos como la sensación, la percepción y los sentidos y cómo estos están involucrados en la danza. Podemos definir el término de sensación como: “Impresión que percibe un ser vivo cuando uno de sus órganos receptores es estimulado.” (Real Academia Española, s.f., definición 1). De esta manera se comprende que el cuerpo es el canal hacia el cerebro, es la vía por la cual sentimos y percibimos, y así terminamos por entender que las sensaciones son el sustento de la percepción. De acuerdo con esto Morgado expone que:

Aunque las sensaciones y percepciones se generan en el cerebro, especialmente, como veremos más adelante, en la corteza cerebral, no las sentimos en el mismo cerebro, sino en la parte del cuerpo que es estimulada. Es decir, si nos golpean en una mano sentimos el golpe en esa mano y si lo hacen en la cara lo sentimos en la cara, pero en

realidad son las partes de la corteza cerebral que reciben la información somática de las manos y la cara las que originan esas sensaciones. (2012, p.49).

Esto evidencia que nuestro organismo está dotado de una serie de receptores sensoriales que captan los estímulos del entorno o de nuestro propio cuerpo y los transforman para generar una representación de la realidad. Las sensaciones son, por tanto, el primer paso para la percepción. Y al igual como las sensaciones están presentes en nuestro día a día, lo están en nuestra danza, los movimientos se guían por cómo se experimentan las sensaciones y se perciben.

“La sensación es el resultado de cómo organizamos los sentidos” (Aguirre, 2016, p.5). Es cómo nos relacionamos con el mundo día a día, los sentidos del cuerpo humano son las maneras por las que percibimos la información que nos llega del entorno. Gracias a ellos, podemos ver, oír, oler, saborear y tocar todo lo que nos rodea, y así poder interactuar con el mundo. Los sentidos, además son fundamentales para nuestro aprendizaje, ya que desde que nacemos nos permiten conocer y comprender la realidad que nos envuelve. “Los cuerpos sienten y ese sentir da sentido al mundo.” (Ramos, 2019, p.18). Y de esta misma manera, la danza es una forma de sentir y de ser, a través de la corporalidad de las sensaciones.

Desde otro enfoque, Le Bretón entiende que “los sentidos son una materia destinada a producir sentido” (2007, p.11). Los sentidos nos entregan conocimiento, toda la existencia en nuestro día a día se desenvuelve a partir de las sensaciones, incluso, Le Bretón (2007) afirma que los sentidos, están antes que el pensamiento.

Para el hombre no existen otros medios de experimentar el mundo sino ser atravesado y permanentemente cambiado por él. El mundo es la emanación de un cuerpo que lo penetra. Entre la sensación de las cosas y la sensación de sí mismo se instaura un vaivén. (...) El cuerpo es proliferación de lo sensible. Está incluido en el movimiento de las cosas y se mezcla con ellas con todos sus sentidos.” (p.11).

De todos modos, cabe destacar que, así como los sentidos nos proporcionan conocimiento, nos muestran el mundo y nos conectan con las personas, entre muchas otras cosas, también nos limitan. El alcance que tiene cada uno de los cinco sentidos principales, es poco, por ejemplo, el rango de la audición que no puede distinguir diferentes frecuencias de vibraciones.

Según esos horizontes donde nuestros sentidos nos encierran a cada uno de nosotros como dentro de los muros de una prisión, decimos que esto está cercano y aquello

lejano, que esto es grande y aquello pequeño, que esto es duro y aquello blando. Nietzsche describe el encierro del hombre en el seno de los límites de su cuerpo y su dependencia con respecto al mismo en materia de conocimiento. (Le Bretón, 2007, p.21).

Hay que decir que, en general, el ser humano no ve más allá. Estar inmersos en una sociedad que piensa sólo en la producción no permite tener el tiempo de sentir, de darle tiempo y atención a las sensaciones, y esto, por supuesto de alguna manera influye en la percepción que tenemos, “ya que la percepción sensorial está mediada culturalmente, depende de nuestra trayectoria biográfica así como de nuestras posiciones sociales” (Ramos, 2019, p.25). Queremos hacer un hincapié en las posiciones sociales, por ejemplo las personas obreras, quienes están sumamente inmersos en este sistema capitalista, no poseen el tiempo para ver más allá, que es justamente lo que busca esta doctrina, a diferencia de personas de la alta sociedad que pueden disfrutar de muchas sensaciones agradables, dándoles la atención que ellos estimen convenientes, debido a que tienen el tiempo y además los recursos económicos para hacerlo.

Cada sentido tiene un papel importante en nuestro aprendizaje, cada uno nos ayuda a entender ciertas cosas, y así mismo todos trabajan en conjunto con el mismo objetivo, ya que, somos conscientes de que no podemos evitar que exista la multisensorialidad, al contrario, es esta la que nos proporciona una experiencia completa en nuestro día a día:

En la vida corriente no sumamos nuestras percepciones en una especie de síntesis permanente; estamos en la experiencia sensible del mundo. A cada momento la existencia solicita la unidad de los sentidos. (...) Los sentidos concurren en conjunto para hacer que el mundo resulte coherente y habitable. No son ellos quienes descifran al mundo, sino el individuo a través de su sensibilidad y su educación. Las percepciones sensoriales lo ponen en el mundo, pero él es el maestro de la obra. No son sus ojos los que ven, sus orejas las que escuchan o sus manos las que tocan; él está por entero en su presencia en el mundo y los sentidos se mezclan a cada momento en la sensación de existir que experimenta. No se pueden aislar los sentidos para examinarlos uno tras otro a través de una operación de desmantelamiento del sabor del mundo. (Le Bretón, 2007, p.44).

Esto debido a que, esta es la manera en la que percibimos y procesamos normalmente, por ejemplo, si vamos a comer algo primero tocamos y sentimos la textura, utilizando el sentido del tacto, del olfato, del gusto y de la visión a su misma vez. Es por esto que esperamos que

una metodología cualitativa a partir de una experiencia sensorial aporte significativamente al ámbito creativo de la danza, es decir, que la estimulación de los diferentes sentidos del cuerpo humano potencie las prácticas coreográficas y ayude en el proceso de distintos proyectos.

“¿Cuáles son los procesos creativos de los artistas? ¿Son los mismos procesos que se utilizan para pensar creativamente en cualquier otra área? ¿Pueden estimularse y mejorarse estos procesos? ¿cómo?” (Sanz Lobo, E. 2003, p.52). Esta última pregunta es la que nosotras nos hicimos, deseamos buscar una manera genuina y transversal para inspirar al coreógrafo en su proceso creativo, y es ahí donde el mundo sensorial nos hizo sentido.

En específico queremos, a través de una experiencia multisensorial, inspirar la etapa inicial de un proceso coreográfico dancístico, que es donde aparecen las primeras ideas, donde hay más exploración y experimentación, esto debido a que en la etapa inicial aún no hay tantas cosas establecidas, así mismo lo expresa Mellado, P. (2008): “El material no está fijo, si lo están las partes y el lugar de investigación, la idea es dejar que cada día, cada trayecto, cada cuerpo, modifiquen, afecten, movilicen la obra” (p.29)

Incluso, nuestra propuesta puede ayudar en distintas instancias del proceso, debido a que, como lo expresa Sanz Lobo, E. (2003): “El esquema mental que promueven los procesos secundarios desenreda la madeja del "por dónde empezar", que en ocasiones puede bloquear a la gente.” (p.53). Por lo que, esta metodología puede auxiliar en momentos de bloqueo o crisis creativa, es más, puede llegar a ser una herramienta para cualquier campo o área artística.

Marco Metodológico

De acuerdo a la información anterior, a continuación revelaremos el diseño del laboratorio, su proceso, los procedimientos y resultados obtenidos en las sesiones del Laboratorio de Investigación.

Diseño de Laboratorio

Se llevan a cabo cuatro laboratorios de experimentación, uno para cada proyecto coreográfico, en el cual cada coreografe, es estimulado en una sala multisensorial que diseñamos específicamente para cada uno y su proyecto, esta sala es completamente negra y oscura, solo está iluminada con dos velas y una lámpara cálida, además de eso todos los participantes entran con los ojos vendados y los pies descalzo. En esta sala, sólo está Belén (investigadora 1), Valentina (investigadora 2) más una ayudante para registro fotográfico, siendo Belén quien les habla y le da las instrucciones, y Valentina quien les guía por el espacio y va conjuntamente modificando las estaciones sensoriales. A continuación explicamos el diseño de cada experiencia multisensorial.

Proyecto A/Participante 1:

Ruby Leiton pretende hacer que el público le dé a su obra la interpretación que ellos desean, no mostrarle al público algo y que eso sea la única realidad, ella piensa que cada uno ve lo que necesita ver. Específicamente trabaja con los sueños de sus intérpretes, como un lugar de inspiración, trabajando mucho con la imaginación y los paisajes de los sueños, posicionando a sus intérpretes en los recuerdos de estos y ver cómo se movilizan desde ahí. Lo que nos dio posibilidades más abiertas de cómo diseñar su experiencia.

Entra a la sala con los ojos vendados, de fondo hay un sonido ambiental de un bosque, se escucha un río, pájaros y una suave brisa. Comenzamos situando a la participante en la sala, y llevándola por un camino sobre hojas de sauce levemente mojadas, mientras con un rociador de agua aumentamos la humedad. La hacemos reflexionar con preguntas como, ¿dónde estás? ¿qué escuchas? ¿Qué imágenes vienen a tu cabeza?. Junto con esto, mientras camina, le acercamos plantas y hierbas aromáticas a la nariz, para estimular su sentido del olfato. Y la volvemos a hacer reflexionar diciendo: Tómate tu tiempo para respirar profundo y sentir los aromas que te rodean, sentir la textura del suelo con los pies, tocar con las manos lo que te rodea. Luego de la caminata por el bosque, la sentamos en el suelo, para que

encuentre delante suyo un plato con panqueques de plátano y peta zetas, aún con el sonido del bosque, incentivando a que los huela, sienta su textura y los coma.

Como último módulo de la experiencia, la volvemos a hacer caminar por el espacio, en este momento, cambiamos el entorno, poniendo sonidos de feria de juegos, donde se escucha gente gritar y música ambiental. Le acercamos a la nariz unas palomitas de maíz, para que las huela y se ambiente en este nuevo lugar. Para finalizar le entregamos el paquete con palomitas para que las coma y siga caminando hasta salir de la sala.

Esta experiencia está pensada para movilizar la imaginación de Ruby, ya que su proyecto se trata de los sueños, y en general los sueños tienen situaciones muy inesperadas e ilógicas, como encontrar panqueques en el bosque. Elegimos el sabor del plátano porque en su obra está utilizando un plátano para experimentar con sus intérpretes.

Generalmente otra cosa que ocurre en los sueños, son los cambios de lugar repentinamente, es por esto que de un bosque la llevamos a una feria de juegos. Nuestra idea era que entrara en un estado parecido al del sueño, y pudiera vivenciar todo esto con más conciencia y atención a como lo haría en un sueño real estando dormida.

Proyecto B/Participante 2

Esta composición coreográfica trabaja con el concepto principal de la desconfiguración de la estructura humana, es decir buscar nuevas posibilidades corporales. Pero además tiene un motivo social, como coreógrafa a ella le interesa empatizar con las diferentes movilidades y los diferentes cuerpos, no encasillar la estructura humana dentro de una forma correcta, ni la más estética. Más bien entender qué hay muchas formas de expresión corporal, permitiendo al cuerpo del intérprete explorar. Uno de sus grandes recursos para movilizar a sus intérpretes es la música, buscando a través de las sensaciones que los sonidos le provocan al cuerpo, la desconfiguración de este. Con esta información diseñamos el laboratorio de esta forma.

Entra al espacio con los ojos vendados y pies descalzos, al ingresar, le colocamos audífonos para que experimente el sonido, se mueva con él y las sensaciones que le provocan. Este sonido es un audio de platos de vidrio rompiéndose, y conjuntamente con esto, para que pueda sentir estos vidrios físicamente, le lanzamos arroz en sus pies y al suelo donde se está moviendo. Al terminar la reproducción de este audio, le sacamos los audífonos y el mismo sonido lo ponemos ahora en un parlante para que sienta las vibraciones que la envuelven, y le hablamos, ¿Y ahora cómo lo sientes? ¿Llegas a percibir las ondas en tu piel?. Apagamos el parlante y le decimos que se siga moviendo con las sensaciones que le quedan, mientras se

mueve, le decimos que abra la boca para darle algo de comer, peta zetas, ya que estas al masticarlas producen un sonido dentro de la boca. Le decimos y preguntamos: esta es otra manera de estimular tus sentidos, ¿Qué imaginas? ¿Qué provoca ese sonido? ¿Esa sensación? ¿Qué sabor tiene? ¿Cómo se sienten esas explosiones en tu cuerpo?

Luego, comenzamos a estimular su olfato acercándole unas hojas de apio a su nariz, posterior a esto rompemos tallos de apio para seguir estimulando su audición. Y continuamente le entregamos el apio a ella, para que juegue con su olor, su sabor, su textura y su sonido.

Para finalizar, trasladamos a la participante a otra parte de la sala donde hay un plástico de burbujas en el piso, para que ella en este espacio pueda movilizar su cuerpo y buscar más posibilidades, simultáneamente experimentando el sonido de reventar burbujas, y pueda reventarlas con todas las partes de su cuerpo, le volvemos a dar instrucciones: Puedes ocupar todas las partes de tu cuerpo para reventar las burbujas, busca que otros lugares no has utilizado para provocar los sonidos de las burbujas.

Esta experiencia fue diseñada de esta manera, ya que la audición y los sonidos son algo que ella utiliza mucho en su proyecto, y así podemos inspirar y entregar más ideas para las prácticas con sus intérpretes, jugando no sólo con sonidos envasados si no también con sonidos de algún alimento como el apio al crujir o otra materialidad como las burbujas. Cabe destacar que además este plástico puede amortiguar y ayudar a buscar aún más posibilidades incómodas para posicionar el cuerpo. Por esta misma razón los peta zetas son una buena opción para que pueda llegar a sentir dentro de su cuerpo el sonido, y de esta manera estimular y explotar su sentido de la audición pero acompañado de los otros sentidos que ayudan y completan esta experiencia.

Proyecto C/Participante 3

Este proyecto busca unir la danza y la astronomía, unir el universo con la expresión corporal. Poder mostrar que la danza puede ser una forma poderosa de hacer que la astronomía sea más accesible y emocionante. No se trata de hacer una obra de danza con temas astronómicos, sino de explorar cómo la danza puede ayudarnos a entender mejor las leyes del origen del universo. Con esta información diseñamos el laboratorio.

Entra con los ojos vendados y pies descalzos, en la sala hay una música que simula el cosmos, lo hacemos reflexionar diciéndole: Percibe tu entorno, ¿Dónde estás? ¿Qué percibes? ¿Qué imágenes vienen a tu cabeza? eres libre de moverte por el espacio, sintiendo como las ondas sonoras atraviesan tu cuerpo ¿sientes el roce del sonido con tu piel?. Dejamos que

explore el sonido durante unos minutos y luego hacemos rebotar pelotas de ping pong, y continuamente se las lanzamos a él en distintas partes de su cuerpo, para que sienta el choque en su piel de estas bulliciosas pero livianas pelotas. Posteriormente, mientras continúa el sonido le damos peta zetas, para que pueda sentir estas mismas pelotas que estaban rebotando, ahora, dentro de su boca y de su cuerpo. Para finalizar, se sienta y descubre lo que está en el suelo, un bowl lleno de canicas, para que juegue con ellas, con su textura, su temperatura y su solidez, sin que de cuenta, cambiamos este bowl de bolitas por uno de crecencios y agua, y así de esta manera pueda sentir la diferencia de esta materia.

Este laboratorio fue diseñado para experimentar la materia, de formas pequeñas o grandes, con distintas texturas, formas, o temperaturas. Y que pueda comprender el universo desde lo mínimo, y que sienta que este puede estar dentro suyo, como los peta zetas, el cual también explota en su boca y puede relacionarlo con el bigbang, el cual también es una inspiración en su obra. Que vaya analizando las materias que pueden ir transformándose, cambiando y evolucionando, para comprender que existen muchas texturas para una misma forma.

Proyecto D/Participante 4

Esta investigación relaciona simbólica y materialmente el cuerpo y sus tejidos. En esta composición el cuerpo se constituye como un tejido compuesto de capas y texturas como la piel exterior e interior, lo externo y lo interno, permitiendo diferentes interrelaciones entre el cuerpo y el espacio circundante, siendo el tacto el motor principal para movilizar las sensaciones entre tejidos corporales y textiles. A su vez, los textiles de la indumentaria se conectan con la piel de forma directa y cotidiana, siendo el primer punto de contacto que tenemos con el exterior, comprendiendo a la materialidad textil como una extensión de los tejidos corporales, y a la vez, hallando en los textiles un soporte de vinculación creativa entre el cuerpo y el espacio. Para esta exploración ella indaga acciones de envolver y desenvolver, conectando esto además con el útero, la vagina y los flujos, los cuales ella ve como más materialidades y tejidos internos. Con esta información, diseñamos el laboratorio.

Entra con los ojos vendados y pies descalzo, colocándola en un cuadrado de plástico de burbujas muy mojadas, ya que, en su proyecto, ella ha estado trabajando con telas suaves y secas, y quisimos que probara con algo distinto, con mas sonido y humedad, la hacemos reflexionar: siente la textura con tus pies, siente la textura con la parte que tu quieras del cuerpo. Luego de esto, le acercamos un bowl con jalea de frambuesa, y le decimos: Lentamente siéntate en el suelo y descubre lo que está delante tuyo, eres libre de probarlo

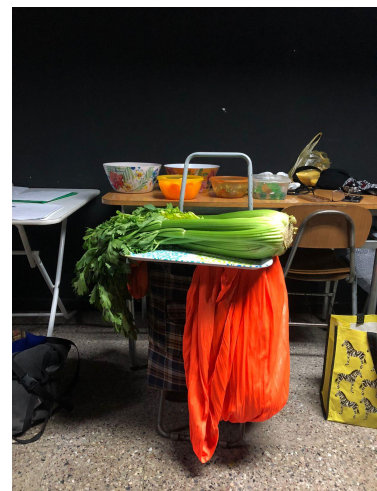
¿qué sabor tiene? ¿Qué olor tiene? ¿Qué imaginas con esa textura?. Para finalizar, la cambiamos de lugar en la sala, para envolverla con una tela muy larga y suave, para que ella se moviera con la tela y con el envolver, sienta las capas, la textura y el olor.

Ideamos esta experiencia desde lo mojado a lo seco, elegimos la jalea, para simular flujos vaginales, que pudiera sentir su sabor y que todo su cuerpo, no solo su boca pudiera sentir esta jalea. Al envolverla con la tela, ya estando húmedo su cuerpo, por estar en las burbujas mojadas y jugar con la jalea, quisimos simular un útero y que ella se sintiera dentro de este tejido.

Proceso Práctico

A continuación explicaremos cómo se desarrollaron los laboratorios de cada proyecto, teniendo en cuenta las observaciones y respuestas que cada participante entregó, dadas las preguntas escritas realizadas al terminar su módulo de experimentación.

Las preguntas con las cuales incentivamos las reflexiones en torno al laboratorio sensorial y a cómo puede afectar en su percepción fueron: ¿Qué estímulos consideras que fomentaron más tu sensibilidad? ¿De qué manera esta experiencia aporta en el proceso creativo de tu proyecto? ¿De qué manera ayudaría al proceso creativo del coreógrafo el que tenga en su día a día momentos cotidianos más conscientes en relación a sus sentidos?. Estas preguntas fueron pensadas para responder cada uno de nuestros objetivos específicos.



Proyecto A/ Participante 1

Cuando comenzó la práctica de Ruby, al ser la primera pudimos entender cuál era el ritmo que tendríamos que llevar para que nuestra propuesta sensorial funcionara. En ese aspecto la participante estuvo completamente entregada a lo que nosotras le propusimos, adentrándose en el imaginario del bosque al momento de avanzar por el camino de hojas descalza. Respecto a este momento “Ruby” nos comenta que “Sentir las hojas me llevó directamente a estar al borde de un lago. Sentir la materialidad me ayudó a transportarse a los lugares que me estaban proponiendo.”

Siguiendo con la planificación de este laboratorio, llegó el momento del sueño donde estimularíamos el gusto de la participante, es así como al tocar el plato con panqueques y olerlos, pudo obtener la confianza suficiente para llevarlo a su boca, siendo este el momento que más cautela tuvo para experimentar.

Ya finalizando el recorrido, al cambiar el sonido del entorno de bosque a feria de juegos, pudimos hacer que se riera al momento de entregarle palomitas de maíz, comprendiendo que el cambio de escenario que ocurría en su imaginario había resultado. Ella lo relata de la siguiente manera desde su percepción:

“Después el mini puente de los panqueques y la sensación explosiva en mi boca (que fue como pestañear y literal sentir que me transporte) estaba en una feria con juegos mecánicos(...)De repente pestañeo y fue como si los dos lugares por los que había transitado ahora eran uno solo (que random era) nunca había estado en una feria con piso de pasto y olor a eucalipto.”

En esta investigación, expusimos cómo las sensaciones ligadas al gusto o al olfato estimulan los recuerdos, muchos de ellos de la infancia, y esto es justamente lo que la participante nos cuenta que sintió: “Estaba en una feria de estas donde hay juegos mecánicos, Me acordé hasta de mi infancia donde disfrutaba más estar ahí.”

Pudimos corroborar que la experiencia le había gustado, ya que al momento de terminar el recorrido del sueño y quitarle la venda dijo: “Que random, tengo que probar esto con mis intérpretes”. Y es así también como ella lo comparte al momento de responder las preguntas escritas, donde “Ruby” nos menciona: “Me ayudó bastante en el sentido de querer utilizar materialidad a los ensayos. El querer situar a mis intérpretes un poco más físicas (tangible) a esos lugares que ellas me proponen desde sus sueños”. Y es que además cabe destacar que la mayoría de las sensaciones que tuvieron los participantes fueron estimuladas por objetos, o acompañadas de estos.

Concretando de esta forma nuestra primera práctica sensorial, con una reflexión que “Ruby” nos deja: “Creo que esta experiencia fue como darme cuenta que no sabía que la necesitaba hasta que la viví.”



Proyecto B/ Participante 2

En el segundo laboratorio, la participante mostró un poco de temor al momento de quedar sin visión, ya que pensó que con los ojos vendados podríamos entregarle algún objeto desagradable y asustarla. Pero al darle las instrucciones y explicarle cómo iba a ser el laboratorio se terminó entregando a la experiencia, entendiendo que la cuidaríamos en todo momento y que si algo no le gustaba tenía la libertad de no hacerlo.

Nosotras pudimos percatar que en la práctica Francheska estuvo más interesada en buscar sonidos con los objetos que le presentábamos, como el apio o el plástico de burbujas, más que estimular su tacto con ellos, aunque ambos sentidos formaban parte de un momento multisensorial. Al responder las preguntas pudimos percatarnos que si era la experimentación con sonido lo que más le interesó, siendo esta la que hizo que más conectara con su proyecto, es así como “Fransheska” lo expone:

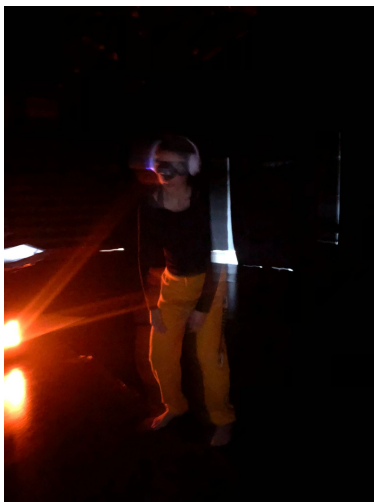
“En la última composición coreográfica que estoy desarrollando, trabajo mucho con la sonoridad de materiales, y creo que me ha servido mucho para poder traspasar al intérprete una idea más clara de lo que se quiere lograr en escena. Y en relación a eso es que, este laboratorio me sirvió para rescatar otras sonoridades que funcionan muy bien para complementar, justamente, el trabajo que venía haciendo. El apio, el peta

zeta y el plástico de burbujitas, son elementos en los que no había pensado antes y sus sonoridades funcionan muy bien en el trabajo compositivo que estoy realizando.”

Es así como en el transcurso de este laboratorio recorreremos los distintos sentidos, agudizando estos con diversos elementos que preparamos para una exploración al máximo, ya que de antemano sabíamos que Fransheska trabajaba ya de esa manera, y que en cambio de los otros participantes ella tenía la condición de TDAH. Esto hacía que al momento de investigar un objeto y proponer que lo percibiera con todos sus sentidos, ella enfocara su atención de manera super directa, y es así mismo como lo refleja en este comentario:

“Como coreógrafa con TDAH suelo siempre estar perdida por la cantidad de estímulos que la vida misma tiene(...)Y con anular la vista, lo que se logra, es no poder concentrarse en un solo estímulo, si no, en muchos más. Por lo que encuentro que es una práctica efectiva para quienes naturalmente no suelen prestar atención a estímulos varios.”

También encontramos importante la reflexión que escribe al término de la práctica sensorial, respecto a cómo considera importante implementar estas prácticas en un proceso coreográfico. “estos estímulos, los puedo traspasar a mis intérpretes, para que ellos puedan lograr mayor claridad de las ideas que quiero llevar a escena. Sirven para que la sonoridad de estos estímulos, hagan entrar al intérprete en el estado al que el coreografe desee llegar.”



Proyecto C/Participante 3

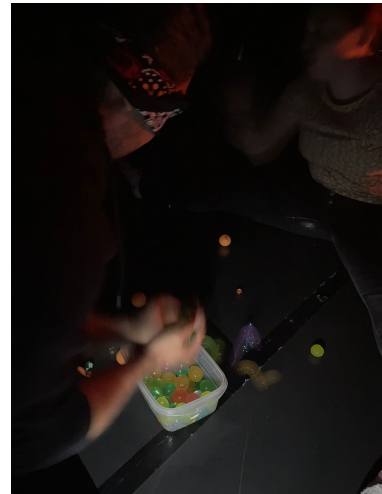
Con Mauro implementamos el imaginario del universo y su inmensidad, provocando una sensación de vacío al entrar a la sala en plena oscuridad, siendo el mismo vacío que él mismo mencionaba y hacía notar durante la práctica, dejando entrever que si funcionaba la sonoridad y la no visión en el comienzo de su laboratorio, “Mauricio” lo expone así:

“De variadas formas, mantener los ojos cerrados produce una sensación de “vacío” infinito, transitar el espacio de esa forma hace incluso que llegue a perder el equilibrio (como se supone que se sienten los astronautas). La materialidad, propone un sentir a nivel atómico o subatómico, como partículas que transitan el espacio creando diversos enlaces, direcciones, como componentes de partículas. Las pelotitas de agua ayudan a entender nuestro proceso evolutivo como seres humanos desde un comienzo acuático”

Al explorar el sentido del gusto, pudimos notar como corporalmente terminó repercutiendo el petazeta en sus movimientos, que hacía de manera sutil mientras explotaban en su boca. Era este ejercicio el que también tenía el fin de ver cómo el participante percibe el sonido desde adentro de su cuerpo, siendo estas mini explosiones un detonante de estímulos que se notaba que le impresionaba. De igual manera al utilizar distintas texturas de objetos circulares y estimular el tacto, la percepción y la incertidumbre de saber que era, provocó una dinámica de juego que ayudó a que el laboratorio fuera dinámico, así el participante lo expone: “la exploración a través del gusto y la materialidad con las pelotas. Las diferentes texturas de las pelotitas hicieron que mi percepción se expandiera y fuera capaz de poner más atención a lo sonoro y al tacto.”

Concluyendo de esta manera con una reflexión que otros participantes igual mencionaron en sus respuestas. “Sería de gran ayuda e importancia ponerle más atención a nuestros sentidos sobre todo como coreógrafes” Y esto que comentaron también lo expusimos en la investigación, sobre la relevancia de poner atención a las sensaciones que tenemos en el día por más mínimas que sean.

Como reflexión final “Mauricio” nos comenta que: “Lo que propusieron crea sensibilidades más profundas, lo que nos permitió ejecutar prácticas más conscientes.”



Proyecto D/Participante 4:

Nuestra cuarta participante y último laboratorio, estuvo recargado de estimulaciones respecto a la piel, siendo el tacto uno de los ejes principales de su proyecto, comenzando la práctica con un suelo de burbujas de plástico, experimentando tanto sonido como tacto. Es ahí cuando se pudo notar que al estar con los ojos vendados su sensibilidad aumentó, provocando de esta manera una exploración corporal a fondo en el entorno que le habíamos propuesto. Es por eso que “Renata” nos comenta que: “Todos los estímulos fomentaron mi sensibilidad de diversos modos. Me gusto mucho tener los ojos cerrados, pude concentrarme en mi piel.”

También en base a las preguntas escritas, “Renata” nos relata un poco cómo desde su propia percepción experimentó la práctica en sí, vivenciando e imaginando siempre desde el punto de vista de su proyecto el enfoque que le da a la experiencia sensorial, comentando que:

“Luego el agua como rocío junto al plástico de las burbujas daban una sensación fría (algo incómodo). La jalea volvió todo rosado, con olor a guinda, sabor a guinda, textura helada. Pero cuando se suma el envolver con la tela más la sensación rosada de la guinda, y media jugosa que aún estaba en mis pies y manos, se volvió todo cálido. Se siente muy bien estar cubierta, como estar la camita. En ese momento ya no me importó estar un poco pegajosa o jugosa por la jalea, y sentía a la jalea como parte de mi. Como mis fluidos, o vísceras. Luego la tela era más piel sobre mi. como una protección.”

Mediante concurría el laboratorio se formó un ambiente muy solemne y relajado a la vez, dado que la participante fue conectando con su cuerpo y sus sensaciones gradualmente, por ejemplo al momento de probar la jalea y jugar un rato con ella, no le importó ensuciarse, si no que siguió explorando e introduciendo cada vez más en un estado corporal de estimulación. Esto siempre desde un lugar amable y de disfrute, concluyendo la experimentación con la tela gigante, donde al envolverla completamente existió un momento de solo esperar lo que sucedía, ya que fue un momento de quietud para luego despojarse de este peso. La participante lo expresa así:

“En ese punto ya no importaba nada, y podía girar y girar, y revolcarme en todo(jalea, plástico de burbujas, tela, agua) con total libertad. El momento del despojo fue divertido también, ya que no quería dejar las telas y la leve tensión que se produce al quitarmelas, incentivan aún más mis ganas de no soltarlas. Me sentí bien como una niña. Además me sentí muy segura y apapachada en la experiencia, lo cual me dio libertad de moverme.”

Según las reflexiones de todes les participantes pudimos notar que como coreógrafes siempre piensan en sus intérpretes, Renata expresa que : “Me sirvió para conectar y tener muy presente el sentido del tacto, para así ser más consciente de lo que puedo transmitir a mis intérpretes y desde que lugares o formas” Y que además, en general mientras hacían las exploraciones y según nos comentaron se cuestionaban cómo llevan a cabo las exploraciones con sus intérpretes, y la importancia de probarlo de distintas maneras, y cómo se olvida sentir desde el cuerpo, así lo expresa la participante: “A partir de esta experiencia me doy cuenta que en el proceso de crear se piensan muchas ideas, pero muchas de ellas no nos detenemos a experimentar cómo se sienten (nos fijamos mucho en cómo se ven esas ideas)”



Resultados

Posterior a las sesiones de laboratorio de experimentación, concluimos la recolección de información con un focus group que llevamos a cabo dos semanas después del laboratorio multisensorial, para que de esta manera los proyectos coreográficos pudieran tener más prácticas y ensayos, teniendo más tiempo para notar cómo afectó la experiencia en sus procesos. Esta instancia la hicimos enfatizando en tres temas a tratar que desarrollaremos a continuación, junto con las opiniones de cada participante.

No-visión

En primera instancia quisimos corroborar uno de los temas que desglosamos en nuestra investigación, qué es cómo la visión opaca a los otros sentidos y nos predispone a ciertas sensaciones, ideas y símbolos, generando una representación del mundo, por lo que comenzamos el focus group con nuestra pregunta de investigación: ¿De qué manera la estimulación sensorial basada en la no-visión es una forma efectiva de expandir la creatividad del coreografe?

Nuestra investigación enfocada en la multisensorialidad ha buscado volver al cuerpo, y las sensaciones que pueden ir acompañadas de estímulos que entregan distintas materialidades. Mauricio nos expresó que: “los ojos cerrados ayudan a abrir la percepción, agudizan los sentidos, era capaz de sentir todo al máximo, porque la atención estaba dispuesta al cuerpo.” Y esto es justamente lo que nosotras consideramos relevante, que la sensibilidad que expresa la danza es sumamente notable y fundamental precisamente por las prácticas que nacen del cuerpo.

Por lo que la decisión que tomamos, de desplazar a la visión aportó en la atención que hubo para los otros sentidos, “Ruby” expresó que: “a mi me ayudó a percibir mejor desde el tacto las cosas que ustedes me proponían, estar tapada con los ojos vendados me ayudó a imaginarme todo desde lo que yo quería ver” así mismo lo sintió la última participante “Renata” que nos comenta: “los ojos cerrados me sirvió mucho para conectar inmediatamente con los otros sentidos, con la sensación corporal del tacto”

Al realizar prácticas en torno a la danza y la creación, sucede muchas veces que la teoría y la conceptualización de los proyectos, supera la experiencia corporal de sus integrantes, y es de esta manera que se terminan olvidando las percepciones reales de los sentidos, esto ocurre por no dar tiempo suficiente en la práctica para introducirse y lograr conectar con ellos. “Renata” según su experiencia nos expresa que:

“Porque una como coreógrafa lo está todo el rato pensando, olvidando conectar con mi propio tacto, a pesar de que igual he hecho ensayos conmigo misma, al momento de empezar a traspasarlo a otras personas, había olvidado la noción de tacto, porque piensas como hacerlo, de qué manera. cómo transmitirlo, y de repente dejas de lado el aspecto corporal que está ahí. Me sirvió para dejar la mente de lado.”

Por otro lado también hubieron apreciaciones de cómo la no visión no afecta de igual manera a todas las personas, es así como “Fransheska” nos comenta que:

“no se si a mi me ayudó para sentir más estímulos, ya que soy una persona que siempre está sintiendo y escuchando muchos estímulos a la vez, por mi TDAH (Trastorno de déficit atencional con hiperactividad). Pero sí me ayudó a estimular el imaginario con los estímulos, siento que la novisión mas que sentir más los estímulos me ayudó al imaginario.”

De todos modos, según expresaba ella, y como lo entendimos, es una persona que está acostumbrada a tener muchos estímulos en su día a día, pero eso no significa que le ponga atención a todos, lo que por supuesto también sería difícil por la gran cantidad de estos. Y podemos observar esto, ya que, dentro de la investigación pudimos encontrar estudios que exponen cómo los estímulos al ser tantos, se inhiben unos con otros, y terminaban sin ser percibidos.

Experiencia sensorial como herramienta creativa

Dentro de nuestros intereses para esta investigación, ideamos que esta experiencia multisensorial, pueda ser una herramienta creativa, un recurso para el coreógrafo, en cualquier momento del proceso coreográfico. En base a los relatos de los participantes pudimos notar que en todo momento piensan en sus intérpretes y su equipo: “en mi caso siento que sería muy nutritivo para el intérprete, no se si tanto a mi para crear pero si a ellos para adoptar la idea que uno quiere transmitirles.” (Francheska). Y además de cómo pudieron reenfoque las formas de transmitir las ideas coreográficas, así lo expresa Renata:

“me hizo tener presente lo importante de transmitir esa sensación a mis intérpretes, y en ese sentido, el primer ensayo que tuve en relación a la tela, luego de esta experiencia sensorial, me preocupe mucho de transmitir esta sensación de tacto que yo ya había sentido, les hice un camino desde el imaginario desde los órganos, vagina,

utera, y siento que funcionó demasiado bien porque yo ya tenía mucho más presente lo que buscaba que ellas sintieran, al vivirlo yo pude ser más consciente de lo que quería transmitir. “

Por otro lado, Ruby abrió una interrogante respecto al proceso coreográfico y sus etapas, preguntandose ¿en qué momento sirve realmente esta experiencia?. “Yo ahora estoy en otro lugar de mi creación coreográfica, pero en una primera etapa siento que estas prácticas hubieran sido perfectas para mover su imaginario. “

Varies de los participantes expresaron que esta experiencia sirve más en una primera etapa, para poder tener sensaciones en común con las que trabajar, tener material para indagar, y poder explorar. Incluso, Renata lo expresa como “un banco de sensaciones en común”, y por otro lado, Mauricio invita a que esta experiencia no sólo contemple al coreografe: “está bueno que todo el equipo, coreografe e intérpretes tengan esta experiencia al inicio, para que todos tengan una experiencia en común, con la cual trabajar e ir sacandole este potencial.”

Efectividad de la multisensorialidad como recurso

En un principio nosotras queríamos tener resultados sobre los estímulos con más efectividad, para poder considerarlos y utilizarlos al momento de necesitar perfeccionar esta herramienta creativa. Esta reflexión la expresamos en el focus group y salieron las siguientes opiniones.

Dos participantes expresaron que fue la experiencia completa la que tuvo efectividad, Ruby expresó que: “No sé si hubo uno más efectivo que otro, si no que el tránsito de todo, todo junto, fue lo que me aportó y que ahora estoy integrando en mi obra también para los tránsitos de escenas“. Por lo que entendemos que en esta experiencia, ningún estímulo fue desplazado, ni ninguno sobresalió por encima de los otros, si no que se complementaron entre todos, “para mi también fue como que la suma de todos generó una apertura, todo fue un sumar.”(Renata)

De igual forma, por otro lado pudimos notar que los sentidos del gusto y del olfato son los menos explorados artísticamente. Mauricio comentó que: “me llamó la atención el gusto, ahora estoy más consciente con los sabores, y esto es precisamente por la práctica que me hicieron, hay un mundo completo en los sabores, que en la danza está inexplorado.”

Dentro de las observaciones generales no guiadas que nacieron en el focus group, y que fueron las reflexiones más relevantes que quedaron en los participantes, se volvió a hablar de la importancia de comenzar en el cuerpo, así lo expresó Renata:

“Me parece que es super importante concientizar que abordar un trabajo coreográfico partiendo de la premisa del cuerpo, porque uno a veces parte mucho de las premisas de las ideas, o de lo imaginario o narrativas, pero partir del cuerpo y de los sentidos, siendo bailarines es fundamental, y ahora luego de esta oportunidad siento que en todos mis próximos trabajos voy a pensar en eso, en cómo llevo esto al cuerpo, como lo transmito empezando del cuerpo, que sea el cuerpo el que esté hablando, es una excelente práctica para tener de aquí para siempre.”

Conclusiones

A lo largo de nuestra investigación, hemos podido apreciar en primera persona como el mundo de la danza nos enseña drásticamente sobre percepción, y cómo ésta se desarrolla constantemente por las prácticas que atravesamos, adquiriendo la inteligencia que nos entrega el cuerpo mismo, “Los cuerpos sienten y ese sentir da sentido al mundo” (Ramos, 2019, p.18). Esta apreciación fue una de las primeras que nos llevaron a querer investigar sobre el cuerpo y los sentidos, y cómo estos nos acompañan a lo largo de toda nuestra vida haciéndonos apreciar desde lo más insignificante, hasta lo más notorio y significativo, aportando de esta manera a nuestros procesos creativos como artistas.

Hemos profundizado en el cuerpo humano y su capacidad para proporcionarnos experiencias sensoriales únicas, dándonos cuenta que al reflexionar sobre la importancia del cuerpo y sus sentidos, muchas veces damos por obvias las cosas simples que nos rodean. Sin embargo, son estas mismas las que pueden influir y volverse una fuente inacabable de inspiración para nuestra creatividad.

El principal objetivo que teníamos en esta investigación era poder diseñar un ambiente, una experiencia multisensorial que utilizara estímulos, ampliando las posibilidades creativas en todo proceso coreográfico. Esto lo pudimos lograr, gracias a cómo ideamos nuestros laboratorios, obteniendo de estos diversa información y observaciones al respecto, tanto de los participantes, como de nosotras siendo investigadoras y coreógrafas.

Dentro de nuestro planteamiento de investigación, uno de los puntos clave ha sido investigar cómo el sentido de la visión opaca a los otros, convirtiéndonos en personas sumamente guiadas por este sentido en particular, lo que ha provocado a lo largo del tiempo que lo que vemos sea lo que nos establezca nuestra percepción del mundo. Esto lo hemos desarrollado con el apoyo de distintos autores en nuestra investigación, logrando con éxito corroborar esta información sobre la visión, gracias a “Renata”, una de las participantes que reflexionó sobre cómo al crear, a veces se preocupaba más de cómo se veían a cómo se sentían realmente las cosas, y cómo fue que al realizar esta experiencia con los ojos vendados, le hizo recordar la importancia de entregar el conocimiento a sus intérpretes a través del sentir.

Todas las reflexiones que nos dejaron los participantes, nos hicieron concluir que aislar el sentido de la visión y vendarles los ojos en el laboratorio, fue una buena decisión que ayudó a la experiencia multisensorial que queríamos crear, y es así como la mayoría se quedó con la sensación de que sus sentidos se agudizaron, y junto con ello fue satisfactorio

poder comprobar a través de nuestras miradas lo que grandes autores como Le Bretón o Merleau-Ponty escribieron, respecto a la importancia de pensar, sentir y decidir con todos los sentidos para percibir lo que nos rodea.

Junto con ello, y hablando bajo nuestras miradas, para nosotras fue una experiencia muy enriquecedora, sin embargo, fue muy llamativo el estado en el que salimos ambas luego de terminar las sesiones, ya que todos los estímulos que provocamos a nuestros cuatro participantes en sus respectivos laboratorios, también los recibimos y experimentamos nosotras de alguna manera. La sensación al terminar fue muy especial, quedamos demasiado estimuladas y exhaustas sensorialmente hablando, fue curioso y significativo ir viendo todo lo que les ocurría a los participantes, viendo cosas que pensamos e intuimos que podían ocurrir y otras que no teníamos vistas previamente.

A su vez, fue interesante ver cómo les coreógrafes al disfrutar la sala multisensorial, enseguida pensaron que hubiera sido muy valioso que también sus intérpretes pudieran ser parte de la experiencia, ya que, la intención de los laboratorios partió de ayudar al coreógrafo en su proceso creativo, entendiendo que al principio de un proyecto no se tiene completa claridad de a donde uno va. Es por eso mismo que pensamos que un método basado en los sentidos y la sensorialidad sería un buen enfoque para la inspiración de ideas, o también al momento de que nuestro proyecto está recién comenzando, para ayudarnos a conectar puntos.

Respecto a lo anterior, aparece una observación que directamente no incluimos en la investigación y que nos parece sumamente relevante, esto ocurre ya que nuestra propuesta fue centrarnos en el rol del coreógrafo, por lo que los participantes nos hicieron notar que al momento de hacer el laboratorio consideraron de manera inmediata a sus intérpretes, y que aunque la sala multisensorial estuvo planificada para cada proyecto en sí, pudiendo fomentar la creatividad para seguir avanzando en el, vieron como una posibilidad hacer ese mismo ejercicio con sus intérpretes, para que de esa manera todos experimentaran lo mismo, entendiendo que toda creación está constituida por un equipo de trabajo, que vivencia el proceso a la par del coreógrafo. Por lo que concluimos que la sala multisensorial sería mucho más beneficiosa y enriquecedora si participa todo el equipo creativo.

Por otro lado, al momento de analizar qué papel tiene la multisensorialidad, pensando en esta como una herramienta que incentiva la creatividad de proyectos coreográficos, conseguimos percibir que este método es de mayor ayuda en la etapa inicial de cualquier creación, gracias a que los estímulos necesarios para dar forma a las ideas que queremos plasmar, vienen de esa primera experiencia con la cual se sustenta desde el cuerpo la danza.

Esto no significa que no pueda utilizarse cuando se necesite, sin importar la etapa en la que esté el proyecto, siendo un apoyo útil en momentos de crisis creativas.

Es por eso que las personas que participaron en nuestro laboratorio multisensorial concordaron, que es en un comienzo del proceso el mejor momento de hacer esta práctica, ya que la sala multisensorial enriquece el material con el cual luego pueden trabajar con sus intérpretes, siendo este el periodo en el que se busca un sustento que afirme nuestra idea, desde la verdadera apreciación de lo que sienten, activando los sentidos y logrando entender desde el cuerpo por donde es que va dirigido lo que esperan proyectar en un futuro.

Para nosotras, siempre fue importante poder recibir las retribuciones y reflexiones de los participantes, para que esta investigación pueda servirle a otros y pueda ser perfeccionada, es por esto que otro de nuestros objetivos era identificar los estímulos sensoriales que fueran más efectivos, para así de esta manera fomentar la sensibilidad en un proceso creativo, con este objetivo nos quedamos con tres conclusiones relevantes. Primero, y según las reflexiones que nos dejaron los participantes, no existieron estímulos más efectivos que otros, para todas, fue la experiencia completa la que les dejó inspiraciones para sus proyectos, no era un estímulo sin el otro, o uno resaltando sobre el otro, si no que se complementaron para generar sensaciones que hace mucho tiempo no les ponían atención o no les daban la oportunidad de darles motivación para sus procesos artísticos.

Segundo, efectivamente sí existieron dos sentidos que fueron recibidos con más entusiasmo, el del olfato y del gusto, con ello pudimos darnos cuenta que estos sentidos están super poco explorados en el mundo artístico y más aun en el mundo de la danza, las sensaciones que dejan ambos, tienen mucho potencial, y deberían ser mucho más explorados, de este modo, nos quedamos satisfechas de haberles dejado este entusiasmo e inclinación a cada participante para que use estos dos sentidos en sus proyectos futuros. Además, cabe destacar que pudimos corroborar que estos sentidos efectivamente están sumamente ligados a los recuerdos de infancia, ya que dos participantes nos comentaron reflexiones que daban a entender esto, fue satisfactorio nuevamente poder comprobar lo que habíamos leído de autores que aportaron su mirada en nuestra investigación.

Tercero, pero no menos importante, nos dimos cuenta que muchos de los estímulos que entregamos en los laboratorios iban ligados a materialidades, fueron provocados por estas, con cosas como telas, plásticos, hojas, etc. Aquí también notamos que los objetos están muy ligados al lado de la performance en el arte, y no se les da la oportunidad suficiente para incentivar, motivar e inspirar los cuerpos danzantes. Olvidamos que cosas tan simples, como un apio o canicas pueden ayudarnos y pueden acompañarnos en los procesos creativos.

Para finalizar, nos gustaría mencionar desde nuestra posición como estudiantes de danza, lo relevante que es volver al cuerpo, un cuerpo presente, y atento con sus sensaciones, que el recurso para crear sea el cuerpo mismo y todas las posibilidades que nos entrega. Los cuerpos sienten, y es nuestro deber como artistas darles un sentido al mundo a través de ese sentir.

Referencias

- Aguirre Arvizu, H. D. (2016). Kinestesia y cenestesia, las dimensiones olvidadas. Apuntes para una antropología de las sensaciones. *Estudios de Antropología Biológica*, 18(2).
- GONG — javiera peon-veiga petric. (s. f.). <https://javierapeon-veiga.com/GONG>
- Le Bretón, D. (2007). Introducción. *El sabor del mundo. Una antropología de los sentidos*. Nueva visión.
- Le Bretón, D. (2007). Una antropología de los sentidos. *El sabor del mundo. Una antropología de los sentidos*. Nueva visión.
- Lepecki, A. (2011). No estamos listos para el dramaturgo. *Repensar la dramaturgia. Errancia y Transformación*. Centro Párraga, CENDEAC.
- Maneras . De ver. (2019, 27 febrero). *Diario de Noticias de Navarra*. Recuperado 26 de mayo de 2023, de [Maneras . De ver \(noticiasdenavarra.com\)](https://noticiasdenavarra.com)
- Mellado, P. (2008). Ideas y Obsesiones. *Por qué, cómo y para qué se hace lo que se hace. Reflexiones en torno a la composición coreográfica*. FONDART
- Merleau-Ponty, M. (1945). Introducción. Los prejuicios básicos y el retorno a los fenómenos. *Fenomenología de la Percepción*. Planeta Agostini
- Morgado, I. (2012). Los sentidos del cuerpo. *Cómo percibimos el mundo: Una exploración de la mente y los sentidos*. Grupo Planeta Spain.
- Morgado, I. (2012). Los sentidos del mundo exterior. *Cómo percibimos el mundo: Una exploración de la mente y los sentidos*. Grupo Planeta Spain.
- NAVE. (2023, 20 abril). *NANAI exploraciones en torno al tacto - NAVE*. <https://nave.io/residencia/nanai-exploraciones-en-torno-al-tacto/>
- Ramos, O. S. (2019). *Los sentidos del cuerpo: el giro sensorial en la investigación social y los estudios de género*. Universidad Nacional Autónoma de México, Centro de Investigaciones y Estudios de Género.
- Real Academia Española. (s.f.). En *Diccionario de la lengua española*. Recuperado en 16 de Junio de 2023, de <https://dle.rae.es/sensaci%C3%B3n>
- Sanz Lobo, E. (2003). Procesos creativos: problemas y arte. In *Congreso INARS: la investigación en las artes plásticas y visuales (2003)*, p 51-57. Universidad de Sevilla.

Anexos 1: Preguntas de Laboratorio

Preguntas Laboratorio

"La multisensorialidad como un propulsor de ideas en la primera etapa creativa de un proceso coreográfico"

Belén Ortiz y Valentina Blanco

Nombre: Renata Garrido.

1.-¿Qué estímulos consideras que fomentaron más tu sensibilidad?

Todos los estímulos fomentaron mi sensibilidad de diversos modos. Me gustó mucho tener los ojos cerrados. Puede concentrarme en mi piel. Me encantó las burbujas, fue muy divertido. Me reí genuinamente como un niño. Luego el agua como rocío junto al plástico de las burbujas daban una sensación fría ^(algo incómodo). La tallea volvió todo rosado, con olor a quindío, sabor a quindío, textura helada. Pero cuando se suma el envolver con tela. →

2.-¿De qué manera esta experiencia aporta en el proceso creativo de tu proyecto?

Me sirvió para conectar y tener muy presente el sentido del tacto (en conexión con el olfato y gusto), para así ser más consciente de lo que puedo transmitir a mis intérpretes desde aquí lugares, o formas, y sobre todo, no perder la sensación del tacto en la exploración. (Que la forma coreográfica no pierda la sensación del tacto)

3.-¿De qué manera ayudaría al proceso creativo del coreógrafo el que tenga en su día a día momentos cotidianos más conscientes en relación a sus sentidos?

A qué aparece el cuerpo

A partir de esta experiencia me doy cuenta que en el proceso de crear se piensan muchas ideas, pero muchas de ellas no nos detenemos a experimentar como se sienten.

(Nos fijamos mucho en cómo se ven esas ideas).

Pero conectar el cómo se sienten es fundamental para traer las sensaciones reales al cuerpo, a la danza, y así transmitir las a otros.

Ayuda por tanto, a conectar el propio cuerpo y el de otros.

más la sensación rosada de la guinda, y Media jugosa que aún estaba en mis pies y manos, se volvió todo cálido.

Se siente muy bien estar cubierta, como estar en la camita. En ese momento ya no me importó estar un poco pegajosa o jugosa por la jalea, y sentía a la jalea como parte de mí. Como mis fluidos, o vísceras. Luego la tela era más piel sobre mí. Como una protección.

En ese punto ya no importaba nada, y podía girar y girar, y revolcarme en todo (jalea, plástico de burbujas, tela, agua) con total libertad.

El momento del despojo fue divertido también, ya que no quería dejar ir las telas, y la leve tensión que se producía al quitármelas, incentivaban aún más mis ganas de no soltarla. (como mi perro cuando le intento quitar la pelota y la aprieta más)

Me sentí bien, como una niña.

Me dieron ganas de embetunarme la jalea por el cuerpo y rodar y rodar. Y también habría estado mucho rato reventando burbujas con el cuerpo.

Además me sentí muy segura y apapachada en la experiencia, lo cual me dio libertad de moverme.

Preguntas Laboratorio

"La multisensorialidad como un propulsor de ideas en la primera etapa creativa de un proceso coreográfico"

Belén Ortiz y Valentina Blanco

Nombre: Daimelza Reby Litoñ Reboque

1.-¿Qué estímulos consideras que fomentaron más tu sensibilidad?

En primera instancia, la leve sensación del agua (rociador) que abrazaban mis pies, la humedad del ambiente. Sentir las gotas me llevo directamente a estar en el borde de un lago. Sentir la materialidad me ayudo a transportarme a los lugares que me estaban proponiendo.

2.-¿De qué manera esta experiencia aporta en el proceso creativo de tu proyecto?

me ayuda bastante en el sentido de querer utilizar materialidad a los ensayos. El querer situar a mis intérpretes ~~de~~ un poco más física (tangible) a esos lugares que ellos me proponen desde sus sueños.

3.-¿De qué manera ayudaría al proceso creativo del coreógrafo el que tenga en su día a día momentos cotidianos más conscientes en relación a sus sentidos?.

De que de manera más simple, utilizando objetos muy cotidianos, se pueden ocupar (por) como un aporte para estimular la imaginación de los intérpretes.

Cuando me saqué las medias y toque el piso frío puse inmediatamente que me movía de frío todo el laboratorio. Obvio no fue así.

Desde que estuve con la venda y empezó a sentir esa aguijita sobre mis pies, el sonido del pajaro, el agua fluyendo y por ultimo los hojas, inmediatamente me transporte a la orilla de un lago.

En relación al aroma, al principio oí que era eucalipto (Pero era un olor mucho más suave como para serlo) De hecho, oí que hasta los hojas lo eran.

Después el mini puente, de los panqueques y la sensación explosiva en mi boca (que fue como pestañar y literal sentir que me transporte) Estaba en una feria de estas donde hay juegos mecánicos. me acordé hasta de mi infancia donde disputaba más estar ahí. Aunque en esta ocasión no estaba sola. Estaba con una personita muy querida para mí que hasta me regaló cabritas. De repente pestañeo y fue como si los dos lugares por los que había transitado ahora eran uno solo (y random era) nunca había estado en una feria con piso de pasto y olor a eucalipto.

Oro que esta experiencia fue como darme cuenta que no sabía que la necesitaba hasta que la viví.

Gracias Chiquillos ♡

Preguntas Laboratorio

"La multisensorialidad como un propulsor de ideas en la primera etapa creativa de un proceso coreográfico"

Belén Ortiz y Valentina Blanco

Nombre: *Mericio Orellana Soto*

1.-¿Qué estímulos consideras que fomentaron más tu sensibilidad?

Todos, pero los que más me llamaron la atención fue la exploración a través del gusto y la materialidad con las pelotas. Las diferentes texturas de las pelotitas hicieron que mi percepción se expandiera y fuera capaz de poner más atención a lo sonoro y el tacto.

2.-¿De qué manera esta experiencia aporta en el proceso creativo de tu proyecto?

De variadas formas; Mantener los ojos cerrados produce una sensación de "vacío" infinito, transitar el espacio de esa forma hace que incluso se llegue a perder el equilibrio (como se supone se sienten los astronautas). La Materialidad, propone un sentir a nivel atómico o subatómico, como partículas que transitan el espacio creando diversos enlaces y direcciones, como componentes de partículas. Las pelotitas de agua ayudan a entender nuestro proceso evolutivo como seres humanos desde un comienzo acuático.

3.-¿De qué manera ayudaría al proceso creativo del coreógrafo el que tenga en su día a día momentos cotidianos más conscientes en relación a sus sentidos?.

Sería de gran ayuda e importancia. ponerle más atención a nuestros sentidos sobre todo como coreógrafos. Lo que proporcione crea sensibilidades más profundas, lo que nos permite ejecutar prácticas más conscientes.

Estuvo Pre bacan la practica ♥

Muchas Gracias!



Laboratorio sensorial: BELEN FRANCISCA ORTIZ - Outlook - Google Chrome

about:blank

Eliminar Archivar Informar Responder Responder a todos Reenviar Zoom

Laboratorio sensorial Más acciones

FL **FRANCHESKA ANTONIA LOPEZ** Lun 06/11/2023 15:02

Para: VALENTINA BELEN BLANCO; BELEN FRANCISCA ORTIZ

Hola valentina y Belén, les envío por aquí la respuesta de las preguntas a responder luego del laboratorio ya que extravié la hoja, espero les sirva. Saludos!

1. En la última composición coreográfica que estoy desarrollando, trabajo mucho con la sonoridad de materiales, y creo que me ha servido mucho para poder traspasar al intérprete una idea más clara de lo que se quiere lograr en escena. Y en relación a eso es que, este laboratorio me sirvió para rescatar otras sonoridades que funcionan muy bien para complementar, justamente, el trabajo que venía haciendo. El apio, el peta zeta y el plástico de burbujitas, son elementos en los que no había pensado antes y sus sonoridades funcionan muy bien en el trabajo compositivo que estoy realizando.
2. Como ya mencioné anteriormente, estos estímulos, los puedo traspasar a mis intérpretes, para que ellos puedan lograr mayor claridad de las ideas que quiero llevar a escena. Sirven para que el sonoridad de estos estímulos, hagan entrar al intérprete en el estado al que el coreografe desee llegar.
3. Como coreógrafa con TDAH suelo siempre estar perdida por la cantidad de estímulos que la vida misma tiene. Y en relación a eso, es que de por sí siempre he tenido cierta conciencia y claridad de estos múltiples estímulos, es más, últimamente he implementado en mi actuar como coreógrafa, fijar la mirada hacia un estímulo solamente, ya que la fijación de la visual permite una mayor concentración y atención, para el desarrollo de un solo estímulo. Con esta reflexión quiero llegar a que el lado opuesto, sería entonces, vendar los ojos, justamente el ejercicio que hicieron. Y con anular la vista, lo que se logra, es no poder concentrarse en un solo estímulo, si no, en muchos más. Por lo que encuentro que es una práctica efectiva para quienes naturalmente no suelen prestar atención a estímulos varios.

Responder Responder a todos Reenviar

Anexos 2: Consentimientos Informados



CARTA DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

La multisensorialidad como un propulsor de ideas en la primera etapa creativa de un proceso coreográfico

Belén Ortiz y Valentina Blanco

Afiliación del Proyecto

Usted ha sido invitado a participar en el estudio **“La multisensorialidad como un propulsor de ideas en la primera etapa creativa de un proceso coreográfico”** a cargo de las investigadoras Valentina Blanco y Belén Ortiz, alumnas de la universidad Academia de humanismo critiano. El objeto de esta carta es ayudarlo a tomar la decisión de participar en la presente investigación.

- El objetivo de esta investigación es diseñar un ambiente que utilice diversos estímulos sensoriales para provocar una experiencia multisensorial, que amplíe las posibilidades creativas en un proceso coreográfico.
- Su participación consiste primeramente en 1 sesión de laboratorio experimental que durará aproximadamente 40 minutos, donde se estimulan los sentidos del cuerpo, con el fin de ampliar la creatividad. Posteriormente, se responden unas preguntas escritas individuales, las cuales, una semana después serán conversadas en un focus group con más coreografías
- Su participación se registrará a través de fotografías y audio. Haremos uso de estos registros durante 1 mes para el análisis de ellos.
- Los riesgos al participar son mínimos, ya que, la única dificultad es que estará con los ojos vendados, sin embargo, habrán dos personas a su cuidado en todo momento.
- Los beneficios de este estudio para usted, van directamente relacionados con su proyecto coreográfico, ya que puede ser un aporte para su creatividad. Y además otras personas podrían beneficiarse de este estudio al ocupar esta experiencia como una herramienta para la composición coreográfica.
- La información y los datos entregados sólo serán ocupados con fines analíticos para un único estudio.
- Usted NO está obligado de ninguna manera a participar en este estudio. Si accede a participar, puede dejar de hacerlo en cualquier momento sin repercusión alguna.

Si tiene cualquier pregunta acerca de esta investigación, puede contactar a Valentina Blanco. Su teléfono es el +56967892061 y su email es valentinablanc041@gmail.com. Si usted tiene alguna consulta o preocupación respecto a sus derechos como participante de este estudio, puede contactar al docente Rox Gómez Tapia, cuyo mail es rox.gomez@uacademia.cl, quien está a cargo del curso Seminario II, en el cual, se enmarca esta investigación.

HE TENIDO LA OPORTUNIDAD DE LEER ESTA DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO INFORMADO, HACER PREGUNTAS ACERCA DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN, Y ACEPTÓ PARTICIPAR EN ESTE PROYECTO.

Mario Ordoñez
Firma del/la Participante

06-10-2023
Fecha

Mario Ordoñez Soto
Nombre del/la Participante

Belén Ortiz
Firma del la Investigador/Investigadora

06-10-2023
Fecha

(Firmas en duplicado: una copia para el participante y otra para el investigador)

Si tiene cualquier pregunta acerca de esta investigación, puede contactar a Valentina Blanco. Su teléfono es el +56967892061 y su email es valentinablanco41@gmail.com. Si usted tiene alguna consulta o preocupación respecto a sus derechos como participante de este estudio, puede contactar al docente Rox Gómez Tapia, cuyo mail es rox.gomez@uacademia.cl, quien está a cargo del curso Seminario II, en el cual, se enmarca esta investigación.

HE TENIDO LA OPORTUNIDAD DE LEER ESTA DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO INFORMADO, HACER PREGUNTAS ACERCA DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN, Y ACEPTÓ PARTICIPAR EN ESTE PROYECTO.

Renata Paz

Firma del/la Participante

06-10-2023

Fecha

Renata Garrido

Nombre del/la Participante

Belen Ortiz ~~Renata~~

Firma del la Investigador/Investigadora

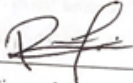
06-10-2023

Fecha

(Firmas en duplicado: una copia para el participante y otra para el investigador)

Si tiene cualquier pregunta acerca de esta investigación, puede contactar a Valentina Blanco. Su teléfono es el +56967892061 y su email es valentinablanco41@gmail.com. Si usted tiene alguna consulta o preocupación respecto a sus derechos como participante de este estudio, puede contactar al docente Rox Gómez Tapia, cuyo mail es rox.gomez@uacademia.cl, quien está a cargo del curso Seminario II, en el cual, se enmarca esta investigación.

HE TENIDO LA OPORTUNIDAD DE LEER ESTA DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO INFORMADO, HACER PREGUNTAS ACERCA DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN, Y ACEPTÓ PARTICIPAR EN ESTE PROYECTO.

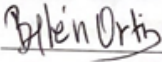


Firma del/la Participante

06-10-2023

Fecha

Nombre del/la Participante



Firma del la Investigador/Investigadora

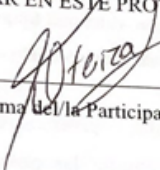
06-10-2023

Fecha

(Firmas en duplicado: una copia para el participante y otra para el investigador)

Si tiene cualquier pregunta acerca de esta investigación, puede contactar a Valentina Blanco. Su teléfono es el +56967892061 y su email es valentinablanco41@gmail.com. Si usted tiene alguna consulta o preocupación respecto a sus derechos como participante de este estudio, puede contactar al docente Rox Gómez Tapia, cuyo mail es rox.gomez@uacademia.cl, quien está a cargo del curso Seminario II, en el cual, se enmarca esta investigación.

HE TENIDO LA OPORTUNIDAD DE LEER ESTA DECLARACIÓN DE CONSENTIMIENTO INFORMADO, HACER PREGUNTAS ACERCA DEL PROYECTO DE INVESTIGACIÓN, Y ACEPTÓ PARTICIPAR EN ESTE PROYECTO.


Firma del/la Participante

06-10-2023
Fecha

Nombre del/la Participante

Belén Ortiz ~~_____~~
Firma del la Investigador/Investigadora

06-10-2023
Fecha

(Firmas en duplicado: una copia para el participante y otra para el investigador)