



UNIVERSIDAD
ACADEMIA
DE HUMANISMO CRISTIANO

ESCUELA DE
DANZA

UNIVERSIDAD ACADEMIA DE HUMANISMO CRISTIANO, ESCUELA DE DANZA

RECONOCIMIENTO DEL
PROPÓSITO DE HACER DANZA
DEL BAILARÍN INTÉRPRETE A
PARTIR DEL
AUTOCONOCIMIENTO.
CONSIDERACIONES DESDE UN
CONTEXTO DE
CONFINAMIENTO Y
DISTANCIAMIENTO SOCIAL.

Alumno Matías Vicente Chamorro González.
Profesora Guía Leticia Isabel Lizama Sotomayor.

Tesis para optar al título de Licenciatura en Danza mención Interpretación

Santiago, 2021.

“Usemos la creatividad para conocernos, amarnos y amar a los otros buscando equilibrio en nuestras emociones y crecimiento en nuestra personalidad.

El camino del amor es el equilibrio, esto nos obliga a ver que nada de lo que buscamos puede ser encontrado fuera de nosotros (...). Por tanto, el autoconocimiento permite el encuentro con la sombra, con el propósito de que esté en el lugar cierto de manera cierta, permitiéndonos llegar a una autoaceptación más auténtica, a partir de un conocimiento más completo de quienes realmente somos, desactivando emociones negativas que aparecen inesperadamente en nuestras experiencias diarias”. (Montes, 2000, p.53)

Agradecimientos

A mi familia, por ser fieles seguidores y soportes de lo que hago.

A mis amigas, Sofía y Javiera, por comprenderme, protegerme y creer en lo que soy.

A mi prima Catalina, por ayudarme a comenzar este proceso investigativo desde un momento muy complejo personalmente, un apoyo incondicional.

A mi psicóloga Francisca, por ayudarme a creer en mí, alentarme y preocuparse de mis procesos.

A la Leti, nada de esto habría sido logrado en este punto, de no ser por tus grandes capacidades pedagógicas, por tu amabilidad y compromiso en todo momento.

Tabla de Contenidos

1. Introducción.....	4
2. Problematización.....	5
3. Pregunta de Investigación.....	8
4. Objetivos.....	8
4.1 Objetivo General	8
4.2 Objetivos Específicos.....	8
5. Marco Teórico.....	8
5.1 Bailarín intérprete	9
5.2 Bienestar y Autoconocimiento	13
5.3 Reconocimiento del propósito en la danza desde el autoconocimiento ..	19
6. Marco Metodológico	22
6.1 Tipo de Enfoque.....	23
6.2 Definición de la Muestra.....	25
6.3 Técnica de Recolección	26
7. Análisis de Resultados	27
8. Conclusiones.....	34
9. Anexos	42
9.1 Anexo 1: Entrevista N°1.....	42
9.2 Anexo 2: Entrevista N°2.....	49
9.3 Anexo 3: Entrevista N°3.....	61
10. Referencias.....	74

1. Introducción

A causa del contexto pandémico global, debido al virus COVID-19 que llega a Chile en marzo del 2020 (MINSAL, 2020), razón por la que he percibido en la experiencia de practicar la danza que existe un antes y un después luego del COVID-19, dando paso a reflexiones en torno al quehacer del bailarín, por ello surge la idea para desarrollar un estudio investigativo.

Así pues, este estudio tiene en consideración esta trama, entre el cuerpo en movimiento en libertad y sus restricciones, y a partir de ahí emergen cavilaciones en cuanto a lo que la danza propicia como estudio; el cuerpo humano y todas sus capacidades de movimiento.

De esta forma la limitación del espacio, debido al distanciamiento social y el confinamiento que hemos tenido que acatar, hace que la danza pase de un aspecto dancístico de comunidad a una experiencia mucho más individual, creando en mí una nueva percepción que me ha hecho reflexionar sobre mi práctica interpretativa en la danza.

Por lo tanto, desde la experiencia en aislamiento, me cuestiono la manera en que el bailarín se ha visto a sí mismo, y cómo es capaz o no de conocerse a profundidad y coexistir con la otredad. Reflexiono que el proceso de autoconocimiento trae de la mano palabras claves como psicología, terapia, sanación, entre otras.

Cabe preguntarme, ¿en qué me ha afectado al momento de hacer danza? Esta práctica me ha otorgado muchas posibilidades abriendo paso a un camino de exploración propia a partir del cuerpo y su movimiento, y este fenómeno me ha propiciado hacer reflexiones, conocimientos y permitirme una “mirada hacia adentro”.

Parfraseando a Lepecki (Citado en Écija y Naverán, 2013) que manifiesta que, dentro del ámbito de dicha disciplina, se ha dicho que el bailarín no tiene derecho a volver sobre sus pasos para no ver ofuscado su intención de búsqueda o propósito en dicha área artística, sin embargo, la contemporaneidad ha puesto al artista escénico a recapitular su propio rastro y el que la historia de la danza ha dejado con la finalidad de encontrar el objeto de su búsqueda.

Entonces, cuál sería el nivel de autoconocimiento y bienestar consciente que posee aquel que experimenta el arte de bailar en un mundo “en crisis” al cual

reaccionamos hoy. Cuerpo, mente y alma se interconectan para componer una sola unidad que se nutre en muchos aspectos a partir de este ejercicio corporal.

Considerando lo que significa la ausencia del cuerpo presencial en las prácticas dancísticas, que ha provocado la emergencia sanitaria, en particular la pérdida de la experiencia colectiva, bailar en un espacio restringido, la falta de presencia física de otro cuerpo, entre muchas otras, encontramos a un bailarín que discursa desde la percepción individual, es decir, para sí mismo, para satisfacerse desde el goce de la danza, entre otras intenciones.

En definitiva, la relevancia de profundizar en esta idea me convoca a pensar qué tan dispuesto está el bailarín a descargar su potencial profesional y luz propia en el contexto actual, fomentando su destreza debido al autoconocimiento y cómo se reflejaría en la danza y labor del bailarín y por qué no, de quien desea vivir la danza de modo recreacional, y cómo nos hace esta experiencia entrar en un bienestar propio, saludable y consciente.

2. Problematicación

En el contexto de distanciamiento social actual, la comunidad humana ha entendido que trabajar la salud mental y emocional se transforma en una necesidad para garantizar un equilibrio y adecuado ajuste emocional, no todo estará a merced de la razón. Si bien se ha entendido que, las competencias intelectuales y la adquisición de conocimientos son pilares del éxito y bienestar personal, la exigencia y constantes cambios de la sociedad actual nos incita a desarrollar flexibilidad y adaptación. (Guil, Gil-Olarte, Mestre y Núñez, 2006).

La práctica de la danza en este sentido es una vía que interconecta diferentes aspectos del humano para dar paso a una innovación, tal como mencionan Abello, Manzano y Becerra (2018):

La danza es una de las máximas expresiones artísticas que el humano puede realizar. Ésta, con orígenes muy remotos y diferentes enfoques, termina convergiendo en algo tan simple y a la vez tan complejo: el movimiento. Sin embargo, no se trata de un movimiento cualquiera, sino de uno que surge de la fusión e interacción entre el cuerpo, la mente y el alma (p.66).

A propósito de esta reflexión, teniendo en cuenta la riqueza del movimiento dancístico, se puede inferir que aquel que se dedica al arte de la danza tiene la tarea de descubrir, reconocer y fortalecer lo que esta interacción entre el alma y la mente le han otorgado a su cuerpo a través del movimiento, para así concientizar lo que la experiencia de bailar le ha transmitido. Primero debe indagar y apropiarse para sí mismo del fenómeno de bailar desde el alma, dando cuenta de qué forma le ha afectado, si es fructuoso o no, de manera que después logre traspasar el conocimiento y la experiencia a otros.

Cabe cuestionarse, si la danza es efectivamente un ejercicio corporal que ha beneficiado al humano o no, en este sentido, Adler (Citado en Padilla y Coterón, 2013) menciona que: “la danza está enfocada no únicamente a la mera ejecución física, sino que busca también que los participantes escuchen su cuerpo, se muevan utilizando sus sensaciones, sus vivencias, sus impulsos internos, sus recuerdos” (p.194). Permitiendo así que la danza sea una actividad que, además de física, conecte a sus practicantes con las partes conscientes e inconscientes de la personalidad.

Actualmente se considera que, para alcanzar el bienestar del ser, es indispensable que cada individuo logre gozar de una calidad de vida equilibrada y apropiada, no basta con el simple derecho a vivir, puesto que cada uno debe mantener una salud física y mental eficaces; así como desenvolverse en condiciones personales y sociales que le faciliten llevar una vida saludable en sus diferentes ámbitos de ser (Salas, 2015).

Sin embargo, a causa del contexto de confinamiento, se ha dificultado alcanzar el bienestar, tanto físico como social, pero sobre todo el mental. Algunos ejemplos de esta última problemática según Correa, Cabieses, Moena, Villalón y Pacheco (2020) son:

“Normalidad en experimentar emociones que solemos categorizar como negativas, derivadas de la incertidumbre, como la ansiedad, el miedo (a contagiarse, a contagiar, a que alguien querido pueda enfermarse), temor a ser excluido, a no poder trabajar, impotencia por no poder proteger a seres queridos, tristeza por estar separado de familia y amigos, frustración y aburrimiento, sentirnos molestos o irritables, entre otras” (p.21)

Es por esto, que el bailarín inmerso en esta situación se ha visto imposibilitado de desenvolverse totalmente en su práctica, puesto que acostumbraba a generar su voluntad y desarrollar sus propósitos en un contexto muy diferente. Considerando este hecho, se puede especular que en la trama de confinamiento existe una restricción corporal debido a la falta del espacio vital para la danza, un cambio en la manifestación del tiempo, espacio y energía percibida por el intérprete, la vivencia de un proceso consciente de la danza más individualizado y a distancia, entre otros fenómenos.

No obstante, podría ser la misma área mental la que mejore este inconveniente relacionado con el bienestar en este contexto. Considerando esto, es principal el desarrollo del autoconocimiento, ya que genera una vida más consciente y vasta, permitiendo una perspectiva más objetiva del carácter, otorgando sentido a la vida propia y a la que se encuentra en el entorno, asimismo, las experiencias diarias, tanto cotidianas como críticas formulan una nueva etapa llena de crecimiento y significancia (Montes, 2000).

Otro factor importante para desarrollar el bienestar es descubrir el equilibrio en el despliegue de la personalidad, las emociones y la manera de interactuar socialmente. Salas (2015). Según Oramas, Santana y Vergara (2006): Las relaciones entre el bienestar general y el bienestar psicológico o salud mental positiva, no pueden comprenderse sin remitirse al concepto del sí mismo y su papel regulador de la personalidad (p.35). Es decir, el ser por sí mismo es el que modera su bienestar a partir de su percepción de lo que le sucede o de lo que le rodea.

A partir de esta reflexión, se podría inferir según Sansinenea, de Montes, Agirrezabal, Larrañaga, Ortiz, Valencia, y Fuster (2008) que: “es lógico hipotetizar que aquellos que persiguen objetivos auto concordantes deberían de experimentar un bienestar mayor que aquellos que no los siguen, ya que estarían actuando de un modo más congruente con sus intereses y valores más profundos.” (p.122).

Entonces, se entendería hipotéticamente que el bailarín intérprete al indagar en su bienestar desde el autoconocimiento, le ayudaría a comprender y reconocer de mejor manera su propósito en el quehacer de la danza, teniendo en cuenta como motor de esta búsqueda las limitaciones y repercusiones del confinamiento y el distanciamiento social para el desenvolvimiento de su ser en su práctica.

3. Pregunta de Investigación

¿El contexto de confinamiento y distanciamiento social que gesta la vivencia de un proceso de la danza más individualizado y a distancia, hacen que el indagar en el bienestar y el autoconocimiento permita al bailarín intérprete reconocer su propósito en la danza?

4. Objetivos

4.1 Objetivo General

Descubrir si el bienestar y el autoconocimiento impulsan al bailarín intérprete a reconocer su propósito en la danza en el contexto de confinamiento y aislamiento social.

4.2 Objetivos Específicos

- I. Indagar en la definición de bailarín intérprete, aproximando el entendimiento hacia este concepto.
- II. Reconocer el discurso que genera el bailarín intérprete desde el bienestar y autoconocimiento en su práctica.
- III. Reflexionar si el contexto de aislamiento social ha sido motor para que el bailarín se auto cuestione y reestructure su quehacer en la danza.
- IV. Identificar los aportes del autoconocimiento -teniendo en cuenta lo complejo que es el ser humano- para el bailarín intérprete en su quehacer en la danza.

5. Marco Teórico

Para dar paso a una revisión bibliográfica de esta investigación se tendrán en consideración sus respectivos antecedentes, siendo estos el contexto de confinamiento y distanciamiento social, de qué manera este contexto cambia la práctica de la danza, ya sea en el espacio vital para su práctica, el proceso más individualizado y cómo esto se ve afectado específicamente al intérprete en danza.

Teniendo en cuenta esto, se analizarán teóricamente las siguientes variables: bailarín intérprete como sujeto de este estudio, los conceptos bienestar y autoconocimiento como variables que afectan al sujeto en el marco de esta investigación, y por último el reconocimiento del propósito en la danza desde al autoconocimiento, para el entorno de confinamiento y distanciamiento social en que se encuentra el sujeto actualmente.

5.1 Bailarín intérprete

Acerca de la definición del bailarín intérprete, existen varios conceptos que se encuentran a la hora de experimentar la danza, no obstante, la escasa información investigativa al respecto dificulta el encontrar una enunciación concreta de lo que significa ser bailarín intérprete.

Considerando esta situación, se realizará una revisión de la investigación de dos autores -Fábrega y Mellado- pasando por sus aseveraciones, opiniones, reflexiones, entre otros, para situar lo que se entenderá como bailarín intérprete para esta investigación.

Para dar comienzo a una posible definición, se debe entender el medio en el que se mueve el sujeto: la interpretación en la danza. En este sentido, para entender el concepto de interpretación en la danza, Fábrega (2007) realiza un recopilado desde el libro *“Dance words”* de Valerie Preston-Dunlop, donde de más de 1.700 concepciones de diferentes autores de la danza sólo seis están relacionadas a la interpretación en la danza, entre ellas, se rescatan las más significativas para Fábrega:

– «Interpretar: Hacer que una danza esté viva» (Bonnie Bird, ex miembro de la compañía de Marta Graham, asistente de la coreógrafa y profesora de técnica Graham.).

– «Interpretación: El proceso de apropiación de los pasos» (Joseph Cipolla, ex bailarín del Dance Theater of Harlem, del Saddler’s Wells Ballet, profesor de danza en el Royal Ballet School, Boston Ballet, entre otras.).

– «Interpretación: El proceso de dar al movimiento alguna cosa de ti mismo» (Laverne Meyer, exbailarina, profesora, coreógrafa y fundadora del Northern Dance Theatre.)” (p. 316).

Considerando la falta de precisiones para una formulación del significado de interpretar en la danza, Fábrega expone una serie de respuestas a la interrogante “¿qué es para usted la interpretación en danza?”, véase algunas de las respuestas:

– «En mi opinión, es la aportación emocional de cada bailarín» (Rosalyn Anderson, repetidora del Nederlans Dans Theater y de les coreografías de Jirí Kylián.).

– «Es saber conectar y unir la mente con el cuerpo de manera que el bailarín sea más expresivo gracias al pensamiento que impulsa la emoción. Es el desarrollo creativo que permite al bailarín ser más que un técnico de la danza, y poder transmitir un mensaje (consciente o inconscientemente), consiguiendo una reacción y una emoción en el espectador» (Catherine Allard, ex primera bailarina del Nederlands Dans Theater y de la Compañía Nacional de Danza. Directora del IT Dansa.).

– «Sería la expresión de un sentimiento por la música y/o la caracterización de un rol» (Suzanne Daoanne, asistente de dirección de la sección de danza de la Julliard School de Nueva York.).

– «Es sacar de tu interior. [...] No es una cosa mecánica, no es un movimiento por el puro movimiento, tiene que salir alguna cosa de dentro, y entonces creas un buen arte, como coreógrafo, como maestro» (José Granero, coreógrafo y maestro de español. Fundador del Ballet Español de Madrid. Ex director del Centro Andaluz de Danza.)” (p. 316-317).

A partir de estas reflexiones, se podría decir que el bailarín a través de la interpretación otorga su propio aporte al momento de danzar a partir de su experiencia, creatividad, impulsos emocionales, entre otras. Otorgando un “sello propio” en la práctica de la danza.

Teniendo en cuenta esta situación, se recae en la importancia de que el sujeto bailarín intérprete sea capaz de descubrir y reconocer el aporte que efectúa en el quehacer de la danza, ¿qué es lo que lo distingue del otro bailarín intérprete?, ¿cuál es su discurso a partir de la experiencia personal en la danza?, ¿cómo se genera su propósito en este rubro en relación con lo propio? El cuestionar la intimidad y lo personal del bailarín intérprete al momento de reaccionar ante la danza sería fundamental para responder a estas preguntas.

Un aporte por tener en consideración para la definición de bailarín intérprete - ahora desde una mirada nacional-, es la tesis para optar al grado de magister en artes visuales de la Universidad de Chile por Mellado (2014), en la cual la autora afirma:

Concebiremos el cuerpo del intérprete como un sujeto que no es neutral, como un territorio donde convergen y se entrecruzan distintos discursos entre

lo individual-social, simbólico-real, orgánico e imaginario, puesto que el intérprete debe reconocer, asumir y cuestionar sus propios recursos, sin por ello perder su conexión con el entorno. Así también, lo reconoceremos como intérprete-autor capaz de constituirse en y desde la escena desde su propia visión de mundo y capaz de tomar sus propias decisiones, entrando y saliendo de este mundo propio difuso y complejo. Despliega un cuerpo, en tanto sujeto real, que es resistente, constituyéndose en el territorio político de enunciación. Está en permanente transformación, por lo que es individuo inconcluso y siempre en relación con otro, puesto que su fin último es ser un cuerpo relacional” (p.19)

Entonces, a partir de las aseveraciones y reflexiones que nos entrega Mellado, se gestaría el bailarín intérprete desde la percepción personal de lo que le rodea y de cómo sí mismo se nutre desde los diferentes discursos e ideas que se enfrenta en su experiencia, dando paso a un cuerpo enunciante.

No obstante, cabe reflexionar de qué manera el bailarín intérprete se enfrentaría a un proceso creativo o a un nuevo proyecto, teniendo en cuenta que constantemente se basa y se reinventa a partir de su subjetividad, ¿su discurso se modifica o se mantiene?, ¿de qué manera se afecta en la concepción de un nuevo proyecto, coreografía u otro profesional?

Por un lado, Mellado (2014) se cuestiona el lugar desde el que los bailarines intérpretes se mueven, cuál vendría siendo la conmoción que permite que el cuerpo del bailarín se manifieste en escena desde “algo” que se genera en su interior, manifestando que: “el trabajo corporal se ejerce sobre un ser cuyo cuerpo está escrito por una historia, es decir, está determinado por un imaginario, real y simbólico, que va desde lo pulsional, orgánico y la ritualización semiotizada de ciertos gestos”. (p.22)

Por otro lado, Fábrega (2007) considera que la interpretación cuando se relaciona a la exteriorización de lo que es el bailarín mismo, no se necesita aprender a interpretar, sino que todo estaría a merced de lo que el intérprete se ve inspirado con relación a la idea del coreógrafo, proyecto, director, etc. basándose en lo espiritual, personal e intangible, rozando e incluso confundiendo el carácter terapéutico que la danza otorgaría para quién la practica.

Además, dentro de las ideas de Fábrega, se menciona que para hacer real un proceso interpretativo, se debería dejar de lado lo cotidiano, operando desde técnicas extra cotidianas, utilizando la unión psicofísica de manera diferente a lo habitual, con el fin de “hacer salir lo esencial de las acciones”, generando una tensión y energía escénica específica y haciendo que el intérprete personifique un ser diferente al propio.

Para llevar a cabo las técnicas extra cotidianas anteriormente mencionadas, Fábrega propone la gestación de un entrenamiento que condicione a los intérpretes, puesto que al ser metodologías no habituales se requiere de una práctica constante para el entendimiento de éstas. Según el autor, este entrenamiento debería considerar y contar, en primer lugar, con los recursos interpretativos de diferentes autores que han surgido a lo largo de la historia de la danza y, en segundo lugar, con los aportes de las teorías de movimiento y de las técnicas de conocimiento corporal, siendo ejemplos de éstas el pilates, eutonía, yoga, entre otras. Además, debería considerar los aportes de las ciencias, tales como la neuropsicología, neurofisiología, etc. Y las contribuciones pasadas a la danza desde la filosofía y las artes plásticas.

A partir de esto, el beneficio de este entrenamiento sería generar el conocimiento reflexivo desde el trabajo objetivo, permitiendo al bailarín adueñarse de su práctica, dándole la capacidad de ser más libre en su arte, de lo contrario Fábrega asevera que: “cuando quiere mantenerse al intérprete alejado del conocimiento escudándose en la subjetividad del arte, donde todo es posible, negando la razón, el pensamiento y la investigación científica, sólo estamos retrocediendo, manteniendo el poder absoluto del coreógrafo o del director”. (p.320)

No obstante, cabe preguntarse la complejidad de dicho entrenamiento a la hora de traerlo a un marco de distanciamiento social, las prioridades de otorgarle al bailarín intérprete las herramientas adecuadas cambiarían, poniendo más urgencia a ámbitos psicológicos y mentales para propiciar la efectividad del traspaso de conocimiento.

Sumado a esto, también se cuestionaría el pensamiento del autor en cuanto al hecho de abandonar lo cotidiano para dar paso a un ser diferente al del bailarín propio, es posible, sin embargo, ¿no se perdería la esencia y discurso del intérprete?, ¿dónde quedaría su experiencia y su propia historia al enunciar un personaje completamente a lo que es él mismo?

Teniendo en cuenta estas interrogantes, se pondría más atención a un sujeto bailarín intérprete que tiene en consideración su historia y estado personal, sumado a la sensación que se le otorga para generar el movimiento, generando un cuerpo consciente de lo que ha pasado por él para entablar un discurso, tal como menciona Mellado (2014): “El movimiento encontrado por el cuerpo relata una experiencia, transformándose en cuerpo narrativo”. (p.22)

Entonces, para esta investigación se tendrá en consideración un bailarín intérprete que se cuestiona, se hace y se produce de lo que ha sido su propia experiencia y a lo que se ha enfrentado en su existencia para poder contar algo por medio de la danza, Mellado (2014) a través de su investigación en la Compañía Cía, Pe Mellado, hace alusión a que los cuerpos de los bailarines asumen un rol narrativo, éstos hablan gracias a que su historia ya se encuentra en ellos.

Es por esto, que prevalece la idea de que al concientizar, empatizar y entender el propio estado e historia del bailarín se mantendría válida para una realización más completa del artista en su quehacer profesional, Mellado reconoce que: “el intérprete debiera poder tomar decisiones, responsabilizarse de su propia figura y del relato que es capaz de producir” (p.23), se podría pensar que lograr estas metas es posible gracias a que hoy, en contexto de confinamiento y distanciamiento social, el bailarín se ha cuestionado y busca reformularse. Debido a esta situación, es que el objetivo de esta investigación es lograr que este sujeto logre establecer su propósito debido al auto reconocimiento del ser, plantearse desde el bienestar hacia una práctica mucho más estable.

5.2 Bienestar y Autoconocimiento

Para pasar a hablar de estos dos conceptos que se evaluará cómo afectan al sujeto bailarín intérprete, primero se hará una reflexión desde el lugar que se considerará el autoconocimiento, pasando por un análisis de este proceso, para después reflexionar si esta consciencia del sí mismo aporta al bienestar del ser humano.

En primera instancia, se tendrá en consideración que el sujeto -en este caso el bailarín intérprete- se construye desde la experiencia e historia personal, tal como se ha reflexionado en las ideas anteriores, pero además se ve afectado por el entorno y lo que sucede a su alrededor. En este sentido, Báez (2014) en su investigación

llamada “El despliegue del autoconocimiento a través del ejercicio del intérprete” en Chile, menciona:

“El ser humano se comprende y construye a través de los contextos sociales en los que está inmerso, así como también, por las historias personales que a cada quien le toca vivir, en este tránsito de la vida, el cuerpo es quien se expone como límite permeable entre el exterior y el interior, el cuerpo es quien marca el límite y es reflejo fiel de las marcas de imposiciones y/o aprendizajes en la vida cotidiana.” (p.12)

Teniendo en cuenta esta reflexión, el cuerpo sería el punto medio donde ocurren y se reflejan las experiencias y afecciones de lo que nos rodea, he aquí la importancia de indagar en el ámbito corporal para generar la consciencia del ser y direccionar este saber hacia el estado de bienestar. Bernal (2019) en su investigación sobre la danza y el yoga como vías hacia el autoconocimiento, reflexiona el poder estimulante psicológico que poseen dichas prácticas, permitiendo rescatar memorias por medio del cuerpo que al concientizarlas equilibran el ser, teniendo como efecto la transformación de la mente y un bienestar general.

No obstante, sería prácticamente imposible dejar de lado el contexto actual de confinamiento y distanciamiento social. Báez, realiza una reflexión a partir de Tijoux, autora citada en su investigación, en la cual menciona que: “hay contextos sociales, (...) que en su articulación tanto económica como política, generan procesos de reproducción masiva y homogeneizadora (...) alejándonos de la subjetividad que cada uno contiene y donde la demanda del cuerpo supera la posibilidad de individuación”. (p.12). Pero, como sabemos, este contexto ha sido de distanciamiento a lo colectivo, por ende, debería existir una individualidad que nos permitiría adentrarnos a reconocernos como seres únicos, con objetivos y deseos propios.

Sumado a lo anterior, parafraseando a Elejalde y Camera (2002), que realizan una investigación en cuanto a los requerimientos psicológicos para enfrentar las exigencias danzarias, apuntan a que sería imprescindible contar con la capacidad de interiorización, aportando ésta desde la apropiación de lo real en el marco mental para la futura proyección creativa de lo que se percibe, permitiendo además la orientación hacia metas bien definidas.

En relación con las cavilaciones anteriores, cabe interrogar cuál es la manera de hacer posible la concientización del ser mismo, ¿cómo llevar al cuerpo -ente mediador de lo interno/externo- aquello que se consideraría propio?

A partir de esta reflexión, es que en esta investigación se propondrá a modo de hipótesis, que una posible vía para adentrarse en la concientización del ser sería indagar en el autoconocimiento.

Para entender lo anterior, sería preciso comenzar indicando de qué manera se considerará la relación cuerpo-mente. En este sentido, Báez realiza un recorrido a partir de corrientes que piensan el cuerpo como reflejo de lo interno, para esto menciona la cultura oriental budista donde se la hace hincapié a la importancia del ser: "El Yo es lo único que debe conocerse" Herrán (Citado en Báez, 2014), "Buda (560-480) decía a sus monjes: "Vuestro deber es estudiaros y reflexionar sobre vosotros mismos" Ibid (Citado en Báez, 2014).

Sin embargo, existen diversas dificultades al momento de lograr escuchar la mente o ver con claridad nuestro interior, uno de ellos sería la corriente de pensamientos constantes con los cuales nos identificamos y creamos una construcción de lo que creemos ser.

En esto podemos incluir la manera como miro a la montaña "me extasío viendo la montaña", las cosas que creemos "yo creo que el trabajo es saludable", las cosas que deseamos "yo quiero correr una maratón". Si no logramos parar y observar el flujo mental, nunca lograremos saber cómo es nuestra mente y cuál es su contenido. Ibid (Citado en Báez, 2014).

Desde esta reflexión, la autora menciona el concepto de la conciencia, donde surgiría la mirada de la no identificación con la mente o considerar a la mente como objeto de estudio, como el "darse cuenta", que implicaría tomar distancia de la mente para identificar lo que en ella se contiene, logrando ver conscientemente el flujo que tiene esta misma.

Con relación al término de la conciencia, ésta es el área donde se contienen los registros con los que la persona se identifica, reconoce y recuerda, jugando un rol de filtrador de lo que se percibe del entorno; la información del mundo externo pasa primero por este "colador" psíquico de cada ser, al cual se le entenderá por

conciencia, para luego contribuir en el autoconocimiento; aquí es donde, además, se expresa el impulso de la autointegración. (Montes, 2000)

Además, es oportuno mencionar que la autoconciencia -comprendida como el: “componente cognitivo de las actitudes hacia sí mismo. Se expresa en las creencias y pensamientos que tiene el sujeto sobre sí mismo” (Oramas, Santana y Vergara, 2006, p.36)-, sería una variable que afecta al autoconcepto, un indicador efectivo para el bienestar psicológico: “Cuando una persona se identifica con su máscara, ella no finge la situación, ella está convencida que es la situación, ella comparte “su identidad psíquica” con la identidad existente en la máscara”. (Montes, p.51)

En relación con los beneficios del autoconcepto, este permitiría interpretar experiencias, iniciar comportamientos, manejar las emociones, entre otras cualidades, debido a que las actitudes del sujeto consigo mismo son componentes de un sistema autorregulador que manifestaría el conocimiento que el sujeto posee del ser. (Oramas, Santana y Vergara).

No obstante, existirían ciertas confusiones en la conceptualización de las partes del proceso de autoconocimiento, dificultando su apertura y su desarrollo:

El autoconcepto hace referencia a una conceptuación de sí, a una representación de la propia imagen o, incluso, a una inducción marcadamente emotiva de la misma, en función de la cual se estima la propia valía. Podría responder bien a la pregunta ¿Cómo soy?, condicionada por un relativo ¿Cuánto soy? En cambio, por autoconocimiento nos referiremos a la paulatina experiencia y transformación evolutiva desde una capacidad natural, poco atendida didácticamente, consistente básicamente en el descubrimiento o la experiencia del yo esencial, desde la pregunta ¿Quién soy yo?, justificada y estimulada por un ¿Para qué soy? Herrán (Citado en Báez, p.22).

En este punto de la revisión teórica, es que se comprendería el autoconocimiento como una cualidad necesaria y beneficiosa, pero también un proceso complejo que requiere de cierto alcance y diferenciación mental. Para entenderlo mejor, se considerará una definición que realiza Montes (2000):

El autoconocimiento es el resultado de un estado de conciencia de sí que permite la sintonía con la situación global que nos envuelve, con las personas

a nuestro alrededor y con el ambiente del aquí y ahora, como un todo. Es una de las más antiguas tentativas hechas por el hombre de encontrar el orden oculto dentro de sí mismo y por detrás o dentro del aparente caos que existe en el mundo. (p.49)

A partir de esto, la autora también menciona la dicotomía que se da a la hora de sumergirse a la interiorización, teniendo una primera parte relacionada a la creatividad, motivación al cambio, iniciativa, etc. y la segunda concerniente al estancamiento, paralización, repliegue, etc. fenómeno conocido como “pulsiones de vida y de muerte” respectivamente, propiciando el aprendizaje de nosotros mismos desde el entendimiento de las diferentes reacciones a lo externo, siendo posible el rechazo o aprobación, lo intolerable o lo comprensible. Asimismo, se construiría un repertorio de pensamiento-acción, emociones con potencial, talentos, crecimiento y evolución.

Desde otro punto de vista, la tesista Báez reflexiona y analiza cómo la conciencia se manifiesta a través del cuerpo, considerando a éste como el punto donde se hace expreso lo interno, “Enfermedad y curación son conceptos que pertenecen exclusivamente a la conciencia, por lo que no pueden aplicarse al cuerpo, pues un cuerpo no está enfermo ni sano. En él sólo se reflejan, en cada caso, estados de la conciencia.” Dethlefsen y Dahlke (Citado en Báez, p.19)

Luego, Báez recorre bibliográficamente al cuerpo en relación con la conciencia, descubriendo que el cuerpo no sería una coraza que nos limita, sino que nos constituye desde la apertura a la expresión y la posibilidad a la experiencia; tendríamos un cuerpo que es la proyección palpable y visible de lo que es nuestro ser interior, una herramienta de reconocimiento integral del individuo a través de la exploración de las partes de la psique.

La única manera de conocer el cuerpo es viviéndolo; es decir, tomando por mi cuenta el drama que lo atraviesa y confundirme con él. Yo soy, pues, mi cuerpo, por lo menos en la medida en que tengo una experiencia y, recíprocamente, mi cuerpo es como un sujeto natural, como un esbozo provisorio de mi ser total. Le Breton (Citado en Báez, p.20).

Entonces, entenderíamos el proceso de autoconocimiento como un entrecruce de lo interno/externo, donde las diferentes partes de la psique se materializan en la expresión por medio del cuerpo.

Para entender mejor el proceso interno, desde la conciencia e inconciencia y las partes de la psique, Montes menciona la teoría de Carl Jung, apuntando y profundizando en el concepto del ego, donde se entenderá este como el centro de la conciencia, la parte interna de nosotros con la que nos identificamos conscientemente, a su vez, el ego tendría dificultad para entendernos como una unidad más compleja, si bien se puede afirmar desde el “yo” autoidentificándonos, separa a las otras personas, mostrando diferencia. Desde aquí surge el concepto “egoísmo”.

En este punto, es donde la autora recalca la necesidad de vivir el proceso del autoconocimiento, para entender el yo desde ambas partes, desde lo viable, la “autoafirmación pura” y desde el que nos separa del resto, el que tiende a transformarse en error, infiriendo que lo ideal es poseer conciencia y equilibrio entre ambas partes:

El concepto de “individuo”, resulta del proceso por el que la persona se vuelve un ser pleno de forma progresiva, unificado, el cual incluye el Universo y como consecuencia, hay una expansión gradual de la consciencia del ser, una capacidad siempre mayor de la personalidad consciente en reflexionar el “self” integral. Jung (Citado en Montes, p.51).

Cabe mencionar, según Báez, que un contexto importante para trabajar el autoconocimiento sería el ámbito de la educación universitaria, puesto que es un espacio donde se contribuye al crecimiento personal:

La universidad sobre todo debería favorecer la madurez personal de los profesionales que en ella estudian, desde una formación centrada en la conciencia y la superación de egocentrismos personales y colectivos, porque sólo así contribuirá a una sociedad capaz de evolucionar al tiempo que progresa. Herrán (Citado en Báez, p.22)

Sin embargo, surge la pregunta sobre cuál sería la mejor manera de entender y equilibrar el autoconocimiento, en este sentido, Montes despliega las bases

psicológicas del autoconocimiento desde la teoría de Jung, en la cual se identifican cuatro funciones: pensamiento, sentimiento, sensación e intuición, las que se entenderían de la siguiente manera:

“En sensación se incluye todas las percepciones realizadas con los órganos de los sentidos; por pensamiento, se entiende la función de conocimiento intelectual y la formación de conclusiones lógicas; sentimiento es una función de evaluación subjetiva; y como intuición se considera la percepción por medio del inconsciente o la percepción del contenido inconsciente” Grof (Citado en Montes, p.50).

A partir de este entendimiento, la autora menciona la importancia de cada una de estas funciones para un desarrollo equilibrado de la personalidad por medio del proceso del autoconocimiento.

Entonces, entenderíamos el proceso de autoconocimiento como un proceso esencial y puro, necesario para el bienestar psicológico, complejo en la interconexión de lo externo interno, expresivo y material en cuanto al cuerpo, para el ser humano, el autoconocimiento se transformaría en “un camino que le devuelve una consciencia profundamente positiva e integrada de la mente, para que pueda ser un humano más total y realizado, conocedor de la dinámica de los procesos internos de su ser”. (Montes, p.54)

5.3 Reconocimiento del propósito en la danza desde el autoconocimiento

Para comprender este eje investigativo, primero se realizará una breve reflexión sobre el quehacer de la danza en el aquí y el ahora, para luego entenderlo como impulso para el sujeto bailarín intérprete a trabajar sus propósitos desde el autoconocimiento.

Parafraseando a Islas (Citada Báez, 2014), se reflexiona entorno al habitar aquellos huecos que, en este caso, la danza como arte disciplinaria en cuanto al tiempo y el espacio nos convoca a ocupar, olvidando utilizar el cuerpo con todas sus experiencias y acciones, en una dimensión entre el espacio inmóvil y el acontecer del tiempo sin cuerpo, es decir, no como una situación del movimiento que es progresiva, sino que como una experiencia inmersa en el tiempo ocurrido en el aquí y el ahora.

La autora gesta un llamado a la conciencia del presente, momento que propicia el desarrollo y acontecer del ser por medio de la danza:

“Pocas veces se ha pensado en lo que la danza tiene de hábito, movimiento en movimiento, temporalidad inacabada, suceso constante y permanente; y mucho menos suele verse ese hábito como parte del movimiento mismo del devenir humano.” Islas (Citado en Báez, 2014, p.34)

A partir de las reflexiones anteriores, Báez busca comprender que la danza es una experiencia que da cabida al autoconocimiento, entendiendo que la conciencia del presente, del aquí y el ahora, no es necesariamente por definición autoconocimiento, pero sí es una actividad que, al detenerse a reconocer el ámbito emocional, sensitivo, corporal y mental, da paso a una apertura de la conciencia y el autoconocimiento.

Desde la apertura anteriormente mencionada, es que se tomaría distancia para posicionarse a reconocer lo que desde nuestra conciencia estaríamos entendiendo como verdades, y al observarlas, comprender que son transformables y parte de un proceso que el ser mismo está construyendo.

“Es arriesgar rumbo a verdades humanas esenciales y llegar a la consciencia superior o “self”, buscando, estimulando, abriendo espacio, para que la energía interna se manifieste, responsabilizándose por la realidad que está creando, optando por crear esta realidad de la mejor manera posible, estando en el mundo con corazón amplio, asumiendo conscientemente la vida, evaluando, interpretando y definiendo las propias acciones en ella, expandiendo así la consciencia. (Montes, 2000, p.53)

Cabe reflexionar en este punto que, en esta ampliación de la conciencia es donde se podría indagar y reconocer lo que el ser propio entendería como metas y propósitos en el develar de la danza, otorgando sentido a la vida. Oramas, Santana y Vergara (2006) mencionan que:

El concepto de “sentido” se traduce en proporcionar una razón, orden o coherencia a la existencia del individuo; está relacionado con el concepto de “propósito”, el cual hace referencia a la intención, al cumplimiento de alguna

función o al logro de algún objetivo, que nuestra vida tenga un sentido significa que tenemos un propósito y luchemos por alcanzarlo. (p.36)

Por otra parte, el quehacer en la danza podrá ser ejecutado de una manera eficaz al entender íntegramente las fortalezas que posea el individuo: “por óptimo desempeño artístico del bailarín se entendió el quehacer interpretativo con la máxima calidad en el cumplimiento de las exigencias de la danza, según las potencialidades individuales” (Elejalde y Camera, 2002, p.30)

En este sentido, desde el estigma de la educación, Herrán (Citado en Báez) reflexiona en torno a la relevancia que posee el autoconocimiento tanto para descubrir quiénes somos en esencia como para reconocer lo que deseamos hacer y cuál sería la finalidad de este anhelo, identificando que indagar en el ser y sus intenciones sería la mayor complejidad del aprendizaje, además de problematizar el desarrollo de fundamentos educativos que incentiven el autoconocimiento, “Porque, si desconocemos esto, ¿cómo vamos a reconocer lo que queremos o por qué hacemos las cosas? (p.20)

Sumado a lo anterior, la importancia en trabajar el autoconocimiento y la seguridad para impulsar las metas y el quehacer en la danza son mencionados necesarios en el estudio realizado por Elejalde y Camera (2002), que investigan los requerimientos psicológicos para enfrentar la disciplina artística aludida. Entre los beneficios comentados, se encontrará que la creencia en las capacidades propias junto al optimismo de lograr el propósito elaborado desde la consciencia y el entendimiento de los riesgos que esta meta afrontará (todo esto comprendido desde el autoconocimiento, considerando la aceptación del ser en sus defectos y cualidades), generan una red que ayudaría positivamente a abordar los retos que surjan en el desenvolvimiento en la danza.

Ahora bien, la construcción de las metas y propósitos pueden tener concordancia con la persona y su ser o no, parafraseando a Sansinenea, de Montes, Agirrezabal, Larrañaga, Ortiz, Valencia y Fuster (2008), se entenderían como propósitos autoconcordantes aquellos que están relacionados a las motivaciones intrínsecas e identificadas, mientras que los propósitos no autoconcordantes serían los que están impuestos desde lo externo o por normas introducidas al ser. Según el modelo de autoconcordancia, los fines autoconcordantes son fieles al ser y

representan mejor el estado y proceso en el que se encuentra el individuo, generando además un bienestar psicológico mayor al cumplir dichos objetivos.

A partir de lo anterior, la importancia de indagar en propósitos que estén relacionados a lo íntimo y personal o a las convicciones que identifica el ser, recae en que si se gestionan estos objetivos de tal manera que son cumplidos y concretados, el individuo percibiría un bienestar mayor, como un logro que cubre más que el éxito de dicha meta, sino que se relacionaría al auto escucha, fidelidad al ser y autorrealización.

No obstante, no todo insistiría en saber descubrir y reconocer metas que estén relacionadas a lo personal, pues también la eficacia del ser sería distinguida a la hora de cumplir el objetivo, teniendo como consecuencia un bienestar mayor: “Según esta perspectiva, las personas consiguen su bienestar como consecuencia del logro de sus objetivos personales, los cuales dependen de una manera importante de las creencias de auto-eficacia”. Bandura (Citado en Sansinenea, de Montes, Agirrezabal, Larrañaga, Ortiz, Valencia y Fuster).

Entonces, se podría comprender que en el quehacer en la danza se gestarían un sinnúmero de metas y propósitos en su accionar, si el bailarín intérprete se viera inmerso en el autoconocimiento, reconociendo su ser y lo que le rodea, se abriría a un desarrollo más apto en la conciencia para clarificar cuáles son sus intenciones para con la danza, entendiendo además que el sujeto en cuestión se ve constantemente afectado por el cuerpo, las experiencias se hacen más sensibles y el cuerpo actuaría como puente entre lo interno-externo. El permitirse cuestionar su acción en la danza, le permitiría generar propósitos autoconcordantes que, además, al efectuarlos y cumplirlos se vería directamente afectado por un bienestar psicológico.

6. Marco Metodológico

De acuerdo con la investigación que se llevará a cabo, se busca responder la interrogante: ¿el contexto de confinamiento y distanciamiento social que gesta la vivencia de un proceso de la danza más individualizado y a distancia, hacen que el indagar en el bienestar y el autoconocimiento permita al bailarín intérprete reconocer su propósito en la danza?

Para esto, se establecerá un enfoque de investigación, una definición de la muestra, una técnica de recolección, técnica de análisis, y así tener un acercamiento más claro entorno a lo que la pregunta de investigación convoca.

Además, es importante recordar que los objetivos de la investigación son:

- **Objetivo General**

Descubrir si el bienestar y el autoconocimiento impulsan al bailarín intérprete a reconocer su propósito en la danza en el contexto de confinamiento y aislamiento social.

- **Objetivos Específicos**

- I. Indagar en la definición de bailarín intérprete, aproximando el entendimiento hacia este concepto.
- II. Reconocer el discurso que genera el bailarín intérprete desde el bienestar y autoconocimiento en su práctica.
- III. Analizar si el contexto de aislamiento social ha sido motor para que el bailarín se auto cuestione y reflexione su quehacer en la danza.
- IV. Identificar los aportes del autoconocimiento -teniendo en cuenta lo complejo que es el ser humano- para el bailarín intérprete en su quehacer en la danza.

6.1 Tipo de Enfoque

Para comprender mejor este estudio, se realizará una investigación de estilo cualitativo, ésta trata de una técnica donde “el enfoque se basa en métodos de recolección de datos no estandarizados ni predeterminados completamente. Tal recolección consiste en obtener las perspectivas y puntos de vista de los participantes (sus emociones, prioridades, experiencias, significados y otros aspectos más bien subjetivos)” (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p.8).

Los autores mencionan que, según este enfoque de la investigación, la realidad será definida a partir de las interpretaciones que entregarán los participantes desde su propia experiencia, permitiendo que se entrecrucen diferentes realidades y generando un abanico de interpretaciones que hacen al mundo “visible”, es decir, se permitirá acercarse a una respuesta para esta investigación (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

Para esto, se necesita una disposición adecuada del investigador, permitiendo que su participación sea la conveniente, “el investigador comienza examinando los hechos en sí y en el proceso desarrolla una teoría coherente para representar lo que observa” Esterberg (Citado en Hernández, Fernández y Baptista, 2014). Las actividades principales del investigador cualitativo son según Sampieri (Citado en Rojo, 2020):

- i. El investigador observa eventos ordinarios y actividades cotidianas tal como suceden en sus ambientes naturales, además de cualquier acontecimiento inusual.
- ii. Está directamente involucrado con las personas estudiadas y con sus experiencias personales.
- iii. Adquiere un punto de vista “interno” (desde dentro del fenómeno), aunque mantiene una perspectiva analítica o una distancia como observador externo.
- iv. Utiliza diversas técnicas de investigación y habilidades sociales de una manera flexible, de acuerdo con los requerimientos de la situación.
- v. Produce datos en forma de notas extensas, diagramas, mapas o “cuadros humanos” para generar descripciones bastante detalladas.
- vi. Sigue una perspectiva holística (los fenómenos se conciben como un “todo” y no como partes) e individual.
- vii. Entiende a los participantes que son estudiados y desarrolla empatía hacia ellos; no solo registra hechos objetivos, “fríos”.
- viii. Mantiene una doble perspectiva: analiza los aspectos explícitos, conscientes y manifiestos, así como aquellos implícitos, inconscientes y subyacentes. En este sentido, la realidad subjetiva en sí misma es objeto de estudio.
- ix. Observa los procesos sin irrumpir, alterar o imponer un punto de vista externo, sino tal como son percibidos por los actores del sistema social.

Según estas características, se concebiría un espacio apto para el desarrollo de este estudio, permitiendo reflexiones que se acerquen eficazmente a una respuesta.

Además, se utilizará un tipo de estudio fenomenológico hermenéutico, donde su “objetivo es comprender una vivencia. Esta fenomenología entiende que la vivencia es en sí misma un proceso interpretativo y que la interpretación ocurre en el contexto donde el investigador es partícipe” Zichi Cohen y Omery (Citado en Monje, 2011, p.112).

A partir de lo anterior, se entenderán las narraciones de los participantes, entendiendo como argumento principal la búsqueda del propósito de hacer danza desde el autoconocimiento y el bienestar, y como subtemas el contexto de confinamiento y distanciamiento social como propulsor de la idea principal: “Los hallazgos fenomenológicos se presentan en una narración o en temas con subtemas; un buen estudio fenomenológico ‘toca el alma’ del lector” Field y Morse (Citado en Monje, 2011, p.113)

Sumado a esto, una buena razón para utilizar este tipo de estudio es la subjetividad que se presenta en esta investigación. Se podría deducir que los participantes se han visto afectados de diferentes maneras, primero en este contexto de distanciamiento social, y segundo, en cómo este escenario ha afectado a la búsqueda consciente del quehacer en la danza; “una característica esencial de la investigación fenomenológica, respecto de otras corrientes de investigación cualitativas, es el énfasis sobre lo individual y sobre la experiencia subjetiva: De ahí se considera que la fenomenología es la investigación sistemática de la subjetividad” Rodríguez y García (Citado en Monje, 2011, p.113).

Con relación a lo anterior, la relevancia de recolectar diferentes experiencias respecto a lo que esta tesis convoca es fundamental para generar una hipótesis lo más clara posible para la pregunta de investigación.

Como se ha mencionado a lo largo de este estudio, es importante el eje del autoconocimiento, el cual como se ha revisado teóricamente está relacionado con la conciencia, tal como la fenomenología indica: “La investigación fenomenológica es la explicación de los fenómenos dados a la conciencia. Ser consiente implica transividad, una intencionalidad. Toda conciencia es conciencia de algo”. Rodríguez y García (Citado en Monje, 2011, p.113). Este factor, aportará sin duda a la interpretación de la conciencia direccionada hacia el autoconocimiento de los participantes.

6.2 Definición de la Muestra

Para la definición de la muestra se considerará un muestreo teórico según ciertos criterios específicos. Según Monje (2011), en este tipo de muestreo se busca la representatividad en cuanto a la reconstrucción de vivencias y sentidos que estén asociados al contexto de la investigación, teniendo en cuenta en este caso, el

autoconocimiento y bienestar para el reconocimiento de propósitos en el accionar para con la danza.

Se busca configurar de manera subjetiva una teoría relacionada a la pregunta de investigación desde valores, creencias y motivaciones de los participantes. Cabe mencionar, que los resultados no son generalizados, sino que se pretende que la teoría llevada a cabo en la conclusión y reflexiones finales pueda ser aplicada en otros casos.

En cuanto a la selección de los participantes se tendrán en cuenta la muestra de casos extremos, tratando de captar la experiencia de los participantes de tal manera que se considere reflexiones diversas a partir de los menores casos.

Los criterios por considerar son:

- La edad de los participantes, siendo estas uno entre 20 y 30 años, uno entre 30 y 40 años y uno más de 40 o más años.
- La experiencia en la práctica de la danza de manera profesional, siendo esta considerada para el participante entre 20 y 30 años como actual estudiante de la danza, y los otros dos casos como profesionales que ejercen actualmente la danza.

6.3 Técnica de Recolección

En cuanto a la técnica de recolección, se plantea utilizar entrevistas dirigidas semiestructuradas, donde las preguntas a realizar estarán relacionadas con los ejes investigativos: bailarín intérprete, bienestar y autoconocimiento, por último, búsqueda del propósito en el quehacer de la danza desde el bienestar y el autoconocimiento. En cada eje de investigación se relacionarán preguntas con el contexto de confinamiento y distanciamiento social.

Sobre el eje investigativo Bailarín Intérprete:

1. ¿Qué significado tiene para ti ser bailarín (a)?
2. ¿Cómo definirías qué es la interpretación en la danza?
3. ¿Cómo se ha visto afectada tu visión de bailarín intérprete debido al contexto de confinamiento y distanciamiento social?

Sobre el eje investigativo Bienestar y Autoconocimiento:

1. ¿Percibes que la práctica de la danza te produce bienestar? ¿Por qué?
2. ¿Crees que la práctica de la danza propicia en ti el desarrollo de un autoconocimiento más profundo? ¿De qué forma?
3. ¿Crees que el proceso de confinamiento y distanciamiento social te ha volcado a entenderte y reconocerte de mejor manera? ¿Por qué?
4. ¿Podrías reconocer y mencionar tus debilidades y fortalezas que se te han dado en tu relación íntima para con la danza en el contexto de confinamiento y distanciamiento social?

Sobre el eje investigativo Reconocimiento del propósito de hacer danza desde el autoconocimiento

1. ¿Qué opinas sobre el autoconocimiento como una herramienta que podría proporcionar un accionar más fluido en tu quehacer en la danza? ¿Cómo te afectaría tener un mayor entendimiento del ser que eres a la hora de desempeñarte en la danza?
2. ¿Crees que el proponerte metas y objetivos relacionados a tus motivaciones intrínsecas e identificadas por medio de un autoconocimiento más desarrollado, te permitan accionar de mejor manera en la danza y conseguir un bienestar mayor? ¿Por qué?

Cabe mencionar que, debido a la contingencia de distanciamiento social, las entrevistas serán realizadas virtualmente, en este caso, por la plataforma Zoom, éstas serán grabadas para luego ser transcritas en el punto 9. Anexos de esta investigación.

7. Análisis de Resultados

En este estudio, los análisis de resultados van en directa relación al análisis de discursos de las personas las cuales fueron entrevistadas. Para dar mayor orden a este punto, el recorrido investigativo de los resultados será por cada pregunta efectuada, dejando en evidencia las respuestas de los tres sujetos evaluados.

Sobre el eje investigativo Bailarín Intérprete:

1. ¿Qué significado tiene para ti ser bailarín (a)?

Por un lado, la entrevistada 1 (E.1) reconoce que el ser bailarina es algo que ha estado gran parte de su vida, y que lo es todo, puesto que se menciona que ser bailarina es lo más fundamental en su identidad.

Por otro lado, la entrevistada 2 (E.2) comprende el significado de ser bailarina como un desafío permanente desde diferentes aspectos; interpretativos, técnicos, al trabajar con distintos cuerpos y/o metodologías, diversos contextos y desde el autoconocimiento, como una vía para permitirse abrir paso en el camino de la danza.

Por último, el entrevistado comenta que, en primera instancia, él se compone como ser desde diversos ámbitos, la danza es sólo uno de los tantos que lo conforman. Entonces, entendido lo anterior, él considera, principalmente, la danza como un lugar de placer, más que un espacio de discurso o identidad, luego como una práctica que le brinda investigación y análisis.

2. ¿Cómo definirías qué es la interpretación en la danza?

Primero, E.1 comprende la interpretación como un proceso donde el intérprete es el canal por donde pasa el mensaje, éste es lo que piensa el coreógrafo, el intérprete transforma por su interior el mensaje. Además, se menciona la exteriorización de este mensaje, que, según la entrevistada, la manera de exteriorizarlo es cómo siente el intérprete e invita a quien lo observa a “ver con sus ojos”.

Segundo, E.2 comparte su visión de la interpretación como una transformación del ser, habitando personajes por medio de la entrega, entrega a lenguajes y nuevas propuestas. Además, menciona esta entrega como una relación con sí mismo y luego con el otro, para contribuir al establecimiento de límites propios con la danza. También, señala el “permitirse ser” en la interpretación, siendo esto lo que aportaría “algo más” al movimiento, además de ser diferente en cada intérprete. Por último, E.2 alude a la relación dialógica entre una partitura coreográfica y el vivirla, cargando el movimiento de la emoción de uno mismo.

Último, E.3 postula la frase “habitar la danza” para definir la interpretación en la danza. Habitar y vivirla, para luego evidenciarla en el cuerpo. También, realiza la diferencia entre bailar y danzar por medio de la interpretación, siendo esta última donde se habita la danza, desde diferentes habilidades, para hacer de un momento bailado un momento vivencial. Sumado a esto, E.3 menciona la interpretación como un estado que dura lo que dura una obra, la puesta en escena, y luego se retira de ese estado. Además, se evidencia una diferenciación entre las capacidades técnicas de ejecutar la danza e interpretarla.

3. ¿Cómo se ha visto afectada tu visión de bailarín intérprete debido al contexto de confinamiento y distanciamiento social?

En primer lugar, E.1 cree que en el tiempo de distanciamiento social la esencia de la interpretación se perdió, se logra, pero desde un aspecto técnico y sin su sentido energético, la primera parte del intercambio ya no está. La entrevistada asegura que la interpretación no existió en el contexto de distanciamiento social, sin embargo, sí hubo manejo técnico sobre interpretación, pero no es lo mismo realizar el ejercicio técnico que interpretar, no siempre suceden las dos en conjunto, se vuelve a dar énfasis en lo energético de la interpretación presencial. La retroalimentación de estar con otras personas se pierde en la distancia.

En segundo lugar, E.2 comenta el sentido de una danza “para sí mismo”, comprendiendo esto de tal manera que la danza primero es con uno desde diversas motivaciones, y luego hacia el otro. La resignificación de esta situación, en este contexto, surge a partir de que las prácticas se le dieron a E.2 de una manera más solitaria, sin la presencia de otro, ya sea compañero o espectador de la danza. A partir de lo anterior, surge la reflexión de que, al no lograr compartir la danza presencial, aparece la falta de motivación, y junto con esto, el cuestionamiento personal del por qué se baila.

En tercer lugar, E.3 comprende el cambio de contexto desde la revuelta social en Chile, ligada después cronológicamente con el confinamiento social. Desde un rol crítico y reflexivo de lo que es y para qué es útil a la sociedad y comunidad en estos contextos, E.3 realizó una detención en su relación con la danza, para así lograr percibirse social y artísticamente desde otros lugares. Sumado a lo anterior, E.3 comenta que el distanciamiento social específicamente, no le afectó, su vasta experiencia en la danza le permitió no tomarse con sobresalto el dejar de moverse presencialmente para con la danza. A partir de lo anterior, E.3 comienza un cuestionamiento de su cuerpo político y social, para poder situarse en nuevos lugares desde esas interrogantes, llegando a conclusiones como el volver a resignificar la danza dentro de la sociedad y construir un accionar valorativo que aporte a la discusión social, labor que los mismos artistas de la danza deberían hacer.

Sobre el eje investigativo Bienestar y Autoconocimiento:

1. ¿Percibes que la práctica de la danza te produce bienestar? ¿Por qué?

Por un lado, E.1 asegura que la danza le produce bienestar, debido a que es su forma más efectiva de comunicarse. El distanciamiento social, le ha dejado en claro que al no poder realizar esta forma de expresión de manera presencial la ha deprimido, perdiendo el bienestar que le genera la danza como vía de comunicación.

Por otro lado, E.2 afirma en absoluto que la práctica de la danza le otorga bienestar, en parte debido a que cuando realiza un receso de la práctica, y luego la retoma, se da cuenta de ello. Sumado a esto, E.2 menciona el bienestar desde una mirada de actividad corporal, generando viveza y actividad. También, E.2 alude a la relación de la danza y la música, siendo ésta un diálogo poderoso que “la abraza”. Además, menciona el bienestar de la práctica de la danza por la conexión con uno mismo, desde la mente, el corazón y todas las partes del cuerpo, como un método para auto conocerse. Por último, menciona la práctica como un canalizador del flujo emocional.

Por último, E.3 afirma que la práctica de la danza le produce bienestar, puesto que su visión de relación placentera con ella se lo permite, desde todos los aspectos que significa dedicarse a la danza.

2. ¿Crees que la práctica de la danza propicia en ti el desarrollo de un autoconocimiento más profundo? ¿De qué forma?

Primero, E.1 menciona que la danza por sí sola no es suficiente para el desarrollo de un autoconocimiento profundo. Se debe realizar un análisis más complejo de las sensaciones que le está otorgando la danza. Además, menciona la danza como un primer acercamiento al autoconocimiento. Y también, comenta dos ejemplos de cómo se le dio en su momento el autoconocimiento por medio de la danza, uno asociado a cómo actuar corporalmente bajo presión al ser observado o estar sometido a una evaluación, el otro, relacionado al flujo en improvisación contact y lograr que puede percibir tantas sensaciones en esta práctica.

Segundo, E.2 comprende la danza como un propulsor del autoconocimiento, el cual permite el entendimiento de fortalezas y debilidades, frustraciones y límites. En este sentido, el autoconocimiento permitido por la práctica de la danza le propiciaría el trabajo de la auto confianza y autenticidad. Además, E.2 menciona la práctica de la danza como un facilitador de la diferenciación entre uno y el resto, permitiendo fortalecer el saber de lo que soy y de lo que no soy, lo que gestaría el desarrollo de

un proceso en la danza más personalizado que colectivo. Hacia el final, E.2 menciona el constante autoconocimiento que genera la danza desde el reconocimiento de lo que me gusta y no me gusta, lo que se me hace más fácil y lo que se me dificulta más, proceso complejo, puesto que está relacionado con la aceptación.

Tercero y último, E.3 menciona que la danza no le permite el desarrollo de un autoconocimiento profundo, debido a que se conforma socialmente de otros aspectos (políticos, sexuales, etc.) que le brindan conocerse a sí mismo de mejor manera. Además, E.3 menciona la danza como un receptor de su autoconocimiento, donde aplica su reconocimiento del ser de una manera técnica y profesional para desenvolverse en el área. También, E.3 menciona la posibilidad de crecimiento en el autoconocimiento al exponerse en procesos de creación coreográfica. Por último, comenta la danza como una herramienta madura para el autoconocimiento, es decir, algo que ya está desarrollado

3. ¿Crees que el proceso de confinamiento y distanciamiento social te ha volcado a entenderte y reconocerte de mejor manera? ¿Por qué?

En primer lugar, E.1 menciona que en el ámbito corporal no ha podido percibir nada en este contexto. Sin embargo, en cuanto a un autoconocimiento general, ha comprendido que la vida no es tan rápida y que no todo es tan urgente, es decir, una visión de una vida con más calma.

En segundo lugar, E.2 menciona que el confinamiento social sí le ha permitido comprender y reconocer más de sí misma, pero en un ámbito familiar. Además, E.2 menciona que fue un tiempo más lento y reflexivo. Cabe mencionar que, no se profundiza en el distanciamiento social como un propulsor del autoconocimiento.

En última instancia, E.3 reconoce el proceso de distanciamiento social como un periodo en el que se ha entendido desde la adaptabilidad, comprendiendo lo efímero de los sucesos. Además, entiende este proceso de confinamiento como una etapa más de la vida, procurando abordarla con tranquilidad.

4. ¿Podrías reconocer y mencionar tus debilidades y fortalezas que se te han dado en tu relación íntima para con la danza en el contexto de confinamiento y distanciamiento social?

Primero, E.1 evidencia en términos generales, pérdida de disciplina y valoración de experiencias de exploración reales en la danza. Sumado a esto, comprende que el distanciamiento social le dio una pausa generalizada de la práctica o un ritmo más lento, que a la vez le ayudó a extrañar la danza y desear volver.

Segundo, E.2 menciona la flojera y la dificultad de comenzar a activarse desde la soledad como debilidad, mientras que, como fortaleza, comenta la adaptación al contexto, desde el ejercicio de compartir entrenamientos por redes sociales, medios por los que no tiene mucha práctica. También, E.2 profundiza en las dificultades del contexto, desde su disgusto por las redes sociales como un medio de ejercitar la danza, y el constante cuestionamiento si es que la virtualidad es viable o no para el ejercicio de la danza. Surgen palabras claves como resistir y desafío.

Tercero y último, E.3 menciona palabras claves que le ha vivenciado en el proceso de confinamiento social en cuanto a su relación con la danza, desprenderse, tranquilidad y madurez, es decir, vivir la danza con más calma en comparación de antes a este contexto mencionado. En relación con lo anterior, E.3 relaciona este proceso de calma con el paso de su edad.

Sobre el eje investigativo Reconocimiento del propósito de hacer danza desde el autoconocimiento

1. ¿Qué opinas sobre el autoconocimiento como una herramienta que podría proporcionar un accionar más fluido en tu quehacer en la danza? ¿Cómo te afectaría tener un mayor entendimiento del ser que eres a la hora de desempeñarte en la danza?

Primeramente, E.1 reconoce el autoconocimiento como base para el bailarín intérprete, desde algo tan práctico como reconocer sus partes y poder moverse, hasta un nivel emocional/mental para ser capaz de manipular sus emociones y permitirse entrar en un “personaje” a la hora de interpretar en la danza. También afirma que, en el proceso del quehacer de la danza, el autoconocimiento otorga un mejor flujo a la práctica. Por último, E.1 menciona al autoconocimiento como un potenciador para su danza, interpretativa y dancísticamente, gracias a permitirse abrirse a nuevos procesos, relacionando lo que pasa interior y exteriormente de su ser debido al autoconocimiento por terapia psicológica.

En segunda instancia, E.2 plantea el autoconocimiento como un elemento eficaz para desenvolverse en la danza, primero desde una mirada que le permite reconocerse y reconocer a los demás como seres diferentes, esto le permitiría transformarse, es decir, aplicarse desde diferentes aristas de sí, que ha reconocido, y segundo, como un factor que le ayudaría a saber tomar desafíos en el área. Además, E.2 ahonda en la idea de reconocerse y reconocer a los demás como diferentes al ser mismo, lo que permitiría llevar mejores relaciones o producir energías colectivas con un flujo superior.

En última instancia, E.3, primero, recalca la idea de que en realidad no hay herramientas claves para ser buen intérprete, puesto que todos somos seres diferentes, sino que existen prácticas que pueden aportar a la interpretación. Segundo, menciona la idea de que es basal reconocerse para lograr interpretar, trabajo personal de cada bailarín, para así comprender cómo habitar diferentes lugares. Hacia el final, alude al autoconocimiento como lo que aportaría las habilidades para interpretar.

2. ¿Crees que el proponerte metas y objetivos relacionados a tus motivaciones intrínsecas e identificadas por medio de un autoconocimiento más desarrollado, te permitan accionar de mejor manera en la danza y conseguir un bienestar mayor? ¿Por qué?

En primer lugar, E.1 cree que sí es posible generar un bienestar mayor gracias al reconocimiento de propósitos identificados por un autoconocimiento desarrollado, sin embargo, se considera una tarea difícil debido a lo variable y efímero que puede ser la motivación de proponerse metas. En relación a lo anterior, E.1 comenta que las metas y objetivos deben ser, por un lado, concretas a corto plazo y, por otro lado, abstractas a largo plazo.

En segundo lugar, E.2 afirma lo propuesto en la pregunta, comentando que, al reconocer sus motivaciones gracias al autoconocimiento, obtendría claridad para la toma de desafíos, hacer las cosas porque uno quiere otorgaría satisfacción, y de paso felicidad. Además, comenta que la entrega y exposición del ser es más intenso en la danza, comparándolo con otras realidades y valorizándolo.

Por último, E.3 menciona que no es de establecerse muchas metas, sólo se propone lograr los propósitos de los creadores en un proceso de danza creativa,

siendo éstas circunstanciales. Entonces, E.3 comenta que el tener ya experiencia con la danza le otorga tranquilidad para lo que se avecine en cuanto a la danza. A modo de conclusión, E.3 alude a la idea de que se nos ha instaurado crecer en una sola línea, en este caso, si no tenemos visión en la danza estaríamos perdidos, sin embargo, al cultivarse desde diferentes ámbitos de la vida, uno podrá ser más resolutivo.

8. Conclusiones

Para comenzar la última etapa de este estudio, se realizarán las conclusiones por eje investigativos, siendo estos bailarín intérprete, bienestar y autoconocimiento y, por último, reconocimiento del propósito de hacer danza desde el autoconocimiento. Además, se tendrá en consideración la pregunta de investigación, ¿el contexto de confinamiento y distanciamiento social que gesta la vivencia de un proceso de la danza más individualizado y a distancia, hacen que el indagar en el bienestar y el autoconocimiento permita al bailarín intérprete reconocer su propósito en la danza?, y también, los objetivos que dieron cuerpo a esta tesis, tanto el general como los específicos.

Sobre el eje investigativo Bailarín Intérprete

Es importante mencionar que, las preguntas realizadas en este eje investigativo buscaban responder la visión de los entrevistados acerca del ser bailarín, del ser intérprete y, cómo varían estas ideas en un contexto de distanciamiento social.

De acuerdo con los resultados encontrados, es evidente la diferencia entre unas respuestas y otras, otorgando una subjetividad clave a la hora de definir lo que es ser bailarín intérprete, sobre todo, en la significancia de ser bailarín, donde se podía develar los extremos sobre su pertinencia en la vida de cada sujeto entrevistado.

“En un momento me di cuenta de que sí (...), que para mí la parte fundamental, como lo que está arriba, es ser bailarina” E.1

“(…) no lo es todo, porque creo que el ser humano se compone de muchas cosas, y no todas te componen en lo absoluto, uno se compone de factores sociales, factores políticos, factores religiosos, sexuales, espirituales... y mi vida en la danza no representa todo eso, tengo otros lugares del ser, del ser social...” E.3

A partir de las declaraciones anteriores, se podría inferir que la valoración que se le otorga a desenvolverse en la danza puede ser muy variable entre un ser y otro, puede estar sujeto a cuánto tiempo de su vida lo ha realizado y/o la madurez que le ha ofrecido la experiencia en el área de la danza, incluso, qué tan estable ha sido su relación con una práctica artística de un modo profesional.

Sin embargo, de lo que no caben dudas, es que la importancia que le otorga cada individuo al ser bailarín estaría sumamente relacionado a su visión de lo identitario, mientras que unos ven la organización de sus aspectos del ser como una jerarquización, otros lo asemejaban más a una red donde un ámbito no es más importante que el otro.

En cuanto a la definición de interpretación en la danza, se encontraron varias ideas que nutrirían y aproximarían el concepto a algo más concreto. Una de estas ideas, fue repetitiva en algunos participantes entrevistados: habitar la danza, relacionado tomar lugar del espacio que otorga el movimiento.

A modo de conclusión de todas las ideas dadas por los participantes, podría decirse que el ser intérprete en la danza sería un proceso de comunicación por medio del cuerpo, donde el mensaje es gestado por el creador o coreógrafo, para ser transmitido y transformado por un canal: el intérprete, y luego, ser compartido con quienes observan bailar al intérprete como una invitación a “ver con los ojos del intérprete” lo que se desea sentir, expresar o decir por medio del movimiento. No obstante, para que este proceso ocurra, se requerirá que el intérprete se habite la danza desde lo que se busca expresar, esto sería posible por diversas habilidades que permitan al bailarín entregarse, primero así mismo, y luego a los demás, cargando de emoción y/o sentido al movimiento, esto se debe evidenciar en el cuerpo, vivenciarlo.

Por último, las nociones sobre la interpretación en la danza en cuanto a sus variaciones en un contexto de distanciamiento y confinamiento social fueron diferentes entre unos puntos de vista de los sujetos entrevistados, siendo estas desde una mirada que, la interpretación en este contexto de lejanía social es nula, es decir, no existe, hasta la total detención de la práctica para comprender mejor lo que se desea decir por medio de la realización de la danza.

A partir de lo anterior, se podría inferir que las personas que están recientemente emprendiendo un camino profesional en la danza vieron mucho más nubladas las posibilidades de ejercer la interpretación en danza en el contexto de confinamiento, puesto que las declaraciones de la entrevistada de menor edad fueron más incisivas en cuanto a la realización de esta práctica:

“Mira, según mi visión, yo creo que no ha habido interpretación, ha habido manejo técnico, como ese tipo de danza, que es válida, pero no es necesariamente interpretación” E.1

Además, los intérpretes que llevan más tiempo realizando una práctica en la danza, vieron este contexto como una posibilidad para calmar su profesión, cuestionarla y resignificarla.

“Con eso ha cobrado hartito sentido como esto de que la danza uno la hace primero para mí (...) como que esta sensación o sentimiento inicial en la danza es conmigo, porque a mí me gusta hacerlo. (...) No había nadie, ¿cachay? Nadie y yo... y sentir, sentir el sudor, sentir el agotamiento, al otro día el cuerpo adolorido, todas esas cosas como un trabajo contigo donde no hay nadie más”. E.2

“Empecé a cuestionar mi cuerpo político, mi cuerpo social en este contexto, entonces, yo sentía que no me era suficiente la danza, para vivirla, para lo que estaba pasando. Entonces, por eso empecé a estar más presente en otros lugares” E.3

Considerando esta idea, podría decirse que ocurrió una crisis en las generaciones jóvenes de bailarines, viendo sus propósitos ofuscados por el distanciamiento social.

“¡Ay!, no sé, yo me he sentido muerta en el confinamiento social como en términos corporales” E.1

“Uno es más viejo, igual uno ha bailado más, entonces, pasar un año sin bailar no es terrible, ustedes que son más chicos es como lo peor que le hubiese pasado, empezando a bailar y le cortan todo” E.3

En relación con esta misma idea, se infiere que la adaptabilidad al contexto es mejor para quienes poseen más experiencia en la danza, aplicando con mayor madurez sus saberes de la danza, mientras que los que recién emprenden su carrera

profesional en la danza se vieron más afectados, incluso, viendo su bienestar dañado. A partir de esta idea, no cabe duda de que sería material novedoso para un futuro estudio investigativo el saber por qué ocurriría este fenómeno.

Sobre el eje investigativo Bienestar y Autoconocimiento:

Para dar paso a este eje investigativo, se concluirán ideas sobre el bienestar y el autoconocimiento relacionados a la práctica de la danza. Además, es importante mencionar que aquí se contiene la pregunta de la entrevista clave para saber si el contexto de aislamiento social ha sido motor para recurrir al autoconocimiento. Por lo demás, se analizará qué discurso se gesta en el bailarín intérprete concerniente al bienestar y el autoconocimiento.

En cuanto al bienestar que pueda otorgar la danza, ha sido completamente acertado postular que la práctica de este arte aporta dicha a quien se dedica a ella, no obstante, el por qué se genera este bienestar por parte de los bailarines es diverso.

Para comprender mejor lo anterior, se mencionarán las diferentes razones que respaldan la efectividad de la danza para el bienestar de quien se dedica a ella. Primero, tenemos la danza como una manera segura de comunicarse, es decir, hacer el uso del cuerpo como una vía de ser mejor entendido por quienes rodean al bailarín.

“Para mí el cuerpo es la única forma efectiva de comunicarme con el mundo, (...) lo verbal para mí nunca ha sido efectivo, (...) entonces la única forma es mostrarlo a través de cuerpo.” E.1

En segunda instancia, encontramos la danza como una actividad que, además de física, es capaz de canalizar el mundo emocional del bailarín, concediendo un flujo liberal en la práctica.

“me ha pasado po, de repente llego enojada o tuve una discusión o vengo así como media bajoneada, termina la clase y como que ¡oh!, ¿cachay?, como que todo pasó (...) tienes pena y como que eso también fluye por ahí, estás contento y fluye por ahí, tienes rabia y fluye por ahí, como que uno va canalizando también a través de eso, es super liberador” E.2

Por último, otra razón por la que se evidencia el bienestar en la danza es por su sentido placentero corporalmente, permitiendo conectar con otros cuerpos, con la propia mente, entre otros.

“No el placer de bailar por bailar, o si no, iría a la disco a bailar, ¿cachay?, el bailar como ofrecerte como cuerpo danzante para ciertas acciones” E.3

En cuanto a los resultados relacionados al autoconocimiento, fueron contradictorios a lo esperado, donde se evidencia que el entendimiento del ser mismo por medio de la danza no es de desarrollo profundo para quién practica este arte, o bien, las posibilidades que brinda la danza para el autoconocimiento llegan a un punto de agotarse, o mejor dicho, de una maduración suficiente, siendo necesario llevar el autoconocimiento a otro nivel.

En relación con la idea anterior, la danza no sería suficiente para llevar a cabo un develar psicológico más complejo para el ser, estas ideas o sensaciones descubiertas, deberían ser reforzadas por otra práctica o desarrollo del ser humano, sea entendido esto como, terapias psicológicas, desenvolvimiento en áreas políticas, sociales, comunitarias, espirituales, entre otras, que permitan un mayor descubrimiento del sujeto bailarín intérprete.

Incluso, podría funcionar de manera inversa a lo anteriormente mencionado, es decir, comprenderse en otras áreas independientes de la danza, para después aplicar estos saberes de una manera mucho más concreta y profesional en la danza, potenciando la interpretación, y cómo “habitar” diferentes espacios del movimiento corporal.

No obstante, se mencionó en todas las ocasiones a la danza como un propulsor del autoconocimiento, una puerta que daría cabida a comprenderse de mejor manera, todo esto gracias a que la practica corporal de la danza permitiría descubrir nuevas sensaciones, ideas, reflexiones y/o emociones que, sin la danza, sería más complejo revelarlo.

Entre las posibilidades que aportaría la práctica de la danza al autoconocimiento, se tendría el entendimiento de fortalezas y debilidades, frustraciones y límites, propiciaría el trabajo de la auto confianza y autenticidad.

Sumado a lo anterior, un importante hallazgo sería el camino de la danza como un posibilitador para descubrirme y diferenciarme del resto.

Finalmente, en relación con los aportes que daría el contexto de distanciamiento y confinamiento social al autoconocimiento, y luego, a la comprensión del quehacer en la danza, ha revelado en todos los casos, el entendimiento de la vivencia de un proceso más lento, tranquilo y calmo en comparación al ritmo de la vida antes del aislamiento social, permitiendo al bailarín intérprete más espacios de reflexión, adaptabilidad y comprensión de lo efímero de la vida.

“Me ha hecho como entenderte desde una forma adaptable a ciertas situaciones, ¿cachay?, eso me ha hecho, entender la adaptabilidad de las cosas, ¿cachay?, como desde lo efímero, en cualquier momento te mueres (...) entonces, la posibilidad, la habilidad de poder adaptarse a las situaciones, es lo que genera tranquilidad también en uno” E.3

A partir de lo anterior, por un lado, las debilidades en la práctica de la danza desde el confinamiento social más mencionadas fueron; la dificultad de cumplir con disciplina desde la soledad y la flojera, las cuales podrían comprenderse debido a que la danza siempre ha estado de dinámicas colectivas y presenciales para retroalimentar su práctica desde la motivación. En este sentido, sería interesante ahondar en un estudio investigativo sobre cómo fortalecer la disciplina desde un quehacer individualizado y virtual. Por otro lado, las fortalezas descubiertas fueron la adaptación y la calma, dando paso a nuevas posibilidades para llevar a cabo la danza en este contexto. Cabe mencionar, que quedaría al debe responder a la interrogativa sobre la viabilidad de la danza en el distanciamiento social y la virtualidad, ¿será posible ésta?, ¿qué grado de cumplimiento fiel a lo que es la práctica presencial de la danza se cumple en este contexto?, ¿cómo adaptarse de a mejor manera?, ¿qué se debería mejorar?

Sobre el eje investigativo Reconocimiento del propósito de hacer danza desde el autoconocimiento

Para este eje investigativo, se realizaron dos preguntas a aplicarse en las entrevistas, una que indagaría en las posibilidades del autoconocimiento como herramienta para una práctica de la danza más fluida y, la otra pregunta, relacionada al establecimiento de metas y objetivos relacionados con las motivaciones dancísticas

descubiertas gracias al autoconocimientos como un factor que aportaría al bienestar del bailarín intérprete.

Con correspondencia a la primera interrogante, los resultados evidencian que en realidad no existirían herramientas concretas para la interpretación, debido a que cada bailarín intérprete sería un mundo diferente, en el cual las habilidades para interpretar con más flujo serían personales. Sin embargo, el autoconocimiento sería un elemento basal y clave para generar destrezas para la danza, ya sea desde el reconocimiento del movimiento propio corporal, o desde la comprensión del ser para interpretar con mayor facilidad, aportando y potenciando la danza del bailarín intérprete.

En virtud de lo anterior, entre los beneficios de trabajar el autoconocimiento base para la danza, se encontraría el abrir paso a nuevos procesos en la práctica, cada vez con mayor madurez, facilitar la toma de desafíos, mejorar las relaciones entre los participantes de la danza y contribuir a la energía colectiva. En otras palabras, se podría inferir que el autoconocimiento sería un factor base que se trabaja tanto del consciente o del inconsciente, para así permitir el hacer de la danza.

Ahora con relación a la segunda pregunta, se diría que es netamente variable a lo que respecta al establecimiento de metas para el bailarín intérprete, es decir, en algunos funciona esta claridad de reconocer lo que se quiere, comprendiendo el ser, lo que busca y desea, permitiendo así con mayor certeza el bienestar, la satisfacción y la felicidad, en otros, resulta que son más adaptables a la circunstancialidad de los sucesos de la vida, en este sentido, pretenden cultivarse desde diferentes ámbitos de la vida, para así estar preparados ante cualquier desafíos, o bien, tendríamos a sujetos que se acomodan a metas precisas a corto plazo, y más bien indeterminadas a largo plazo, entendiendo la variabilidad y fugaz de lo que se quiere, ligado íntimamente al estado de ánimo.

A modo de una última conclusión, se hará una revisión final en qué grado y variables es respondida la pregunta de investigación de este estudio: ¿el contexto de confinamiento y distanciamiento social que gesta la vivencia de un proceso de la danza más individualizado y a distancia, hacen que el indagar en el bienestar y el autoconocimiento permita al bailarín intérprete reconocer su propósito en la danza?

En primera instancia, se reconocería que todos los seres son diferentes, ya sea a nivel físico o psicológico y, por tanto, al momento de desenvolverse como bailarines intérpretes, las realidades y posibilidades son diversas. Entendiendo lo anterior, sería clave indagar en el autoconocimiento para tener una idea certera de lo que se es, permitiendo un flujo base para la danza, este autoconocimiento, no cabe dudas de que aporta habilidades para la interpretación.

Sin embargo, el trabajarlo únicamente desde la danza tendría un límite, llegando a una maduración suficiente en este sentido, por lo que sería necesario dar paso a nuevas áreas de la vida para que el sujeto se pueda conocer mejor, estando de acuerdo o no con lo que le rodea, y de paso, potenciar aún más su danza.

En cuanto a la colocación de metas y objetivos para el área de la danza, podría funcionar muy bien, pero sería primero el autoconocimiento para comprender cuál es la manera en que mejor funciona, aquí se abren múltiples posibilidades, incluso aquella de no establecerse propósitos demasiado concretos, sino que adaptarse de manera versátil a los desafíos que aparecen tanto en el quehacer de la danza, como en la vida.

Por último, no cabe dudas de que el contexto de aislamiento social nos ha desafiado a toda la humanidad, a adaptarnos, a abrazarnos y a comprendernos desde la calma y la tranquilidad, aprovechando este ritmo más lento que nos ha propiciado el contexto con relación a la vida antes de él. En cuanto a si propicia el autoconocimiento o no, la respuesta tendría que ser sí, pero como se mencionó anteriormente, desde la serenidad, para así lograr tener reflexiones y conclusiones que aporten al bienestar del bailarín intérprete. Nunca sabremos lo que se nos avecina, la clave sería estar preparados para todo, adaptarnos desde el amor, y no olvidar que somos seres de emoción y vulnerabilidad.

“Amarse uno mismo, es luchar por descubrir y mantener la individualidad, no el “individualismo”; significa, además, disciplina personal e interés y respeto genuino por uno mismo”. (Montes, 2000, p.49)

9. Anexos

9.1 Anexo 1: Entrevista N°1

Investigador (I.1) Las intervenciones hechas por el investigador están marcadas por una sangría.

Entrevistada: Bailarina intérprete, estudiante de cuarto año de la carrera de danza, edad entre 20 y 30 años (E.1)

I.1 ¿Qué significado tiene para ti ser bailarina?

E.1 Ay, ya igual es complicado... mmm, porque... como que, en un momento de mi vida, como desde muy pequeña empecé a bailar y siempre era la niña que bailaba, ¿cachay?, entonces es algo que siempre ha sido parte de mí y de mi identidad como persona, ¿cachay?, mmm, ser bailarina al final como que es todo y en un momento de hecho de mi vida, no sé, estudiantil, como que perdí esa parte de mí, mis ganas de bailar y se fue esa parte de mi identidad, de quien era y fue un momento muy difícil, ¿cachay?, entonces, en el fondo es todo, ¿cachay?, mmm, es una parte fundamental de quién soy y de cómo me identifico y como me identifica el resto, pero más que el resto como... yo. Sí, como que ahora último en verdad he estado como identificando cómo me veo yo a mí misma, ¿cachay?, y en un momento me di cuenta de que sí po, que yo, que para mí la parte fundamental, como lo que está arriba es ser bailarina, es algo muy importante o porque toda mi vida ha girado en torno a eso, y la gente me identifica mucho por eso también. Me gusta más como yo identificarme así, o sea, no sé si me gusta, pero sí po, es algo que de los 23 años que tengo ha estado 21 presente, no mentira, un poco menos, 20, ¿cachay?, entonces igual es fuerte, mucho tiempo.

I.1 ¿Cómo definirías qué es la interpretación en la danza?

E.1 Ya, yo esto lo he analizado hace poco de hecho, ya mira, empecé a pensar en la pega del intérprete, emm, empecé a pensar en el rol del intérprete y a mí como coreógrafa, ¿cachay?, en ese dialogo... es heavy igual, para alguien que interpreta como... como que siento que la interpretación es el canal, como el camino que recorre el mensaje o lo que está pensando el coreógrafo, que recorre, como el camino que recorre por dentro del bailarín, ¿cachay?, como si el mensaje saliera del cuerpo del coreógrafo, entrara al bailarín y ese bailarín lo transforma en algo, ¿cachay?, y eso es algo nuevo, muy nuevo, y como que siento que eso es interpretar en el fondo,

como tomar esto, pasarlo por ti, y transformarlo en algo nuevo, ¿cachay?, y bueno, también tiene que ver mucho con que eso se exterioriza porque... o sea, como que al final estás exteriorizando cómo sientes las cosas, ¿cachay?, como lo percibes, estás invitando a quien te ve, a ver el mundo con tus ojos, eso es muy brígido, y siento que la gente que logra hacer eso, es la gente que es buen intérprete, porque sí, como que logra tomar esto, como interiorizarlo, aprenderlo, y hacer que el otro vea con tus propios ojos, y que perciba y sienta eso como con tus ojos, eso lo encuentro muy brígido, como “así veo esto yo, y te lo quiero mostrar”, para que tú también puedas verlo, no necesariamente entenderlo, pero verlo, ¿cachay?, y... sí eso, como sentirlo, yo te permito verlo y sentirlo.

I.1 ¿Cómo se ha visto afectada tu visión de bailarín intérprete debido al contexto de confinamiento y distanciamiento social?

E.1 Ohh, esto igual es fuerte, mmm... sabes que yo pienso y creo que esto que te hablo de la esencia de la interpretación se perdió en este tiempo de pandemia, o sea, para mí nadie pudo acceder a ella, ¿intérpretes por zoom?, no, como que la perdiste, ¿por qué?, no tengo idea... igual se puede lograr eso como a través del zoom, quizás... ¡no, no creo!, o sea, técnicamente sí, se debería poder, pero siento que es algo tan energético que siento que esta barrera la corta, ¿cachay?, yo ahora no me siento realmente contigo, ¿cachay?, es brígido eso igual, entonces siento que eso se pierde, la esencia del intercambio entre uno y otro po, ¿cachay?, como que ese intercambio, la primera parte del camino, se perdió, ¿cachay?, entonces cómo vas a activar el resto del camino, entonces sí po, siento que ahora recién se está empezando a volver a percibir, o sea, yo como intérprete o yo como coreógrafa, ahora he tenido encuentro presenciales con mis intérpretes, ¿cachay?, entonces siento que recién estamos volviendo a entrar y ha sido demasiado mágico, ¿cachay?, porque se siente como la primera vez, porque hace mucho tiempo que no se hacía, y también yo he tenido la oportunidad de estar y bailar para alguien, que me estén dirigiendo con más gente y ahí recién fue como ¡oh!, esto era bailar, ¿cachay?. Y es que, a parte, el intérprete está todo el rato retroalimentándose de sus pares, o sea, bueno y todos en el fondo, pero el intérprete mucho porque es el resto de la gente la que te hace sentir cosas, o si no estás... muerto, ¿cachay?

I.1 Ya, pero, entonces en este contexto de distanciamiento social, ¿tú crees que no hubo interpretación en la danza?

E.1 Oh, pero igual es tajante, como así “no, nadie, nunca”, no, pero yo creo que en general, y a mí no me ha tocado verlo, ¿cachay?, como ni siquiera esos videos que sube la gente a Instagram como que bailando y todo el show, como que... mmm... no sé, ahora me lo empecé a cuestionar, porque para mí eso es la interpretación, pero quizás para alguna gente interpretación puede ser solamente moverse, ¿cachay?, y como que a través de eso ya estás diciendo algo. Mira, según mi visión, yo creo que no ha habido interpretación, ha habido manejo técnico, como ese tipo de danza, que es válida, pero no es necesariamente interpretación, es técnico, o sea, en una clase de técnica tú puedes interpretar, pero eso no quiere decir que siempre suceda, ¿cachay?, porque el profesor igual entra a ser una especie de coreógrafo y te induce como a un estado y cosas así, ¿cachay?, pero siento que así en formato virtual no sé si se ha logrado eso, ¿cachay?, y a parte piensa que... eso de las energías, si eso es, como que... sí po, si estás viendo a alguien bailar presencialmente, es distinto también.

I.1 ¿Percibes que la práctica de la danza te produce bienestar? ¿Por qué?

E.1 Sí, y bueno con la pandemia me di cuenta que sí, totalmente, o sea, es que, para mí, y esto tiene que ver con todo lo que he respondido anteriormente, para mí el cuerpo es la única forma efectiva de comunicarme con el mundo, porque encontrar como esta como... porque lo verbal para mí nunca ha sido efectivo, ¿cachay?, como que yo no puedo expresar lo que me pasa corporalmente y sacarlo, ¿cachay?, entonces la única forma es mostrarlo a través de cuerpo, y al perder esa vía de comunicación con el resto, como porque... no sé po, no bailas con alguien o estás bailando por zoom y nadie te está viendo realmente, como y perder el contacto humano yo... depresión, o sea, igual soy una persona que tiende a deprimirse pero esto fue como un gatillante fuerte, ¿cachay?, y ahora que estoy volviendo a bailar, con gente y cosas así, me di cuenta que lo había perdido y que por eso estaba tan deprimida, ¿cachay?, porque en el fondo no podía comunicarme. Para mí eso es la danza, ahora hablando no de ser bailarina ni de ser intérprete, como la danza, para mí es la forma de comunicarme, ¿cachay?, como de poder compartir sensaciones, ¿cachay?, como los sentidos... no sé, como todo a través de la danza, ¿cachay?

I.1 ¿Crees que la práctica de la danza propicia en ti el desarrollo de un autoconocimiento más profundo? ¿De qué forma?

E.1 Mmm... puede ser, pero como que para mí ya se volvió un poco repetitivo, ya se trató mucho, como que me pasó que la danza por sí sola no es suficiente, ¿cachay?, como que ahora sólo la vivo, como que ya pasé por ese proceso de auto conocerme por la danza, ¿cachay?, igual... uno siempre va aprendiendo cosas... o sea, como que de repente aparecen cosas, pero como que ahora pasé a otra etapa que es como analizar estas sensaciones que me dan, ¿cachay?, eso, entonces la danza por sí sola ya no, la danza con ayuda de terapia psicológica. O sea, es el primer acercamiento a eso, pero ya como que dejó de ser tan efectivo, emm... si po, como que ahora necesito pasar a otra parte, ¿cachay?, que es como el análisis de todo esto que me pasa y que ya identifiqué, ¿cachay?, pero, a veces igual me pasa que "¡oh!, esto nunca lo había sentido", ¿cachay?, pero ya... este año no lo he sentido, y ya estamos en noviembre...

I.1 ¿Y de qué forma se te ha dado el autoconocimiento cuando se te dio medio de la danza?

E.1 ¡lhh!, mmm... mira, el momento que tengo más grabado, es cuando ponte tú... ya, mira, tengo dos momentos muy grabados, igual deben ser más, muchos, muchos más, pero estos son los más fuertes. El primero momento que me acordé y fue así como, "oh, este momento me lo trajo la danza" o lo estoy reconociendo por eso, fue la primera vez que me subí a un escenario, ¿cachay?, me sentí nerviosa y sentí como... como formas que mi cuerpo podía actuar frente a tanta presión, ¿cachay?, o los exámenes de ballet ponte tú, que daba cuando era chica, bueno, y más grande también, sí, eso, cómo actúa mi cuerpo bajo presión, ¿cachay?, ¿qué siento?, como que siento todo, esa imagen la tengo muy brígida. Y la segunda, fue una sensación muy bacán que me ha entregado la danza y sí, autoconocimiento, o sea... en verdad no sé, ya, no, sí, como "oh, autoconocimiento", fue la primera vez que hice contact con una persona y se sintió rico, como "oh esto fluye mucho, ¡oh, no sabía que podía, que mi cuerpo podía sentir todas estas cosas!, y que las podía hacer", ¿cachay?, como realmente esto fluyó muy bien, porque sí, antes uno "sí, está bacán esto" pero es cuando es así como en la danza funciona, funciona, funciona, funciona, no sé cómo funciona tanto.

I.1 ¿Crees que el proceso de confinamiento y distanciamiento social te ha volcado a entenderte y reconocerte de mejor manera? ¿Por qué?

E.1 ¡Ay!, no sé, yo me he sentido muerta en el confinamiento social como en términos corporales, que es lo que hablábamos en la primera pregunta de este eje... mmm... sí po, como que me ha enseñado a ser más paciente, a que la vida no es tan rápida como yo pensaba, que tengo derecho a tomar descansos, ¿cachay?, como... obvio que tengo derecho a sentarme a comer en la mesa, que eran cosas que antes no me daban, o sea, sentarme en la mesa y darme el tiempo de almorzar... olvídale, o de tomar desayuno, ¿cachay?, no sé, mmm... como eso, como entender que no todo es tan urgente, ¿cachay?, y que eso que tengo que hacer, en verdad no es tan importante, ¿cachay?, como a calmar mi ansiedad en el fondo.

I.1 ¿Podrías reconocer y mencionar tus debilidades y fortalezas que se te han dado en tu relación íntima para con la danza en el contexto de confinamiento y distanciamiento social?

E.1 R.7 Oh, pucha es que no sé, pasa que yo he perdido toda la disciplina con este confinamiento, ¿cachay?, como... me cuesta levantarme y entrenar... asistir a clases online, me cuesta, eso definitivamente es una debilidad, mmm... una fortaleza es que, gracias a eso, cada vez que exploro en la danza, exploro realmente, ¿cachay?, pero eso es porque no he estado tan ahí con la técnica, ¿cachay?, como... a parte también cambié mi alimentación, entonces como que mi cuerpo se siente distinto igual, la musculatura está distinta, está como mucha más flexible, más "amasable", ¿cachay?, como que ya no está tan tónico, entonces... es distinto. Y no sé qué más... es que como que la danza se murió un poco en este confinamiento, ¿cachay?, como que se volvió una fantasía, ¿cachay?, todo el rato. Igual es bueno parar de bailar harto rato, como que realmente te hace querer extrañarlo y volver, ¿cachay?, y creo que para mí eso fue realmente este periodo, extrañarlo.

I.1 ¿Qué opinas sobre el autoconocimiento como una herramienta que podría proporcionar un accionar más fluido en tu quehacer en la danza? ¿Cómo te afectaría tener un mayor entendimiento del ser que eres a la hora de desempeñarte en la danza?

R.8 Yo creo que es fundamental el autoconocimiento para desarrollarse en la danza, yo creo que de hecho es como el paso cero, obvio que uno siempre está

reconociéndose porque, además, tu cuerpo cambia, tu cuerpo crece, cambia física y psicológicamente, ¿cachay?, entonces... uno siempre tiene que estar reconociéndose, ¿cachay?, pero sin esa pega, la danza para mí es imposible, ¿cachay?, imposible, porque o si no, no eres capaz de... nada, como ni siquiera de poder moverte, ¿cachay?, como para saber moverte físicamente tienes que saber dónde están tus partes, si no, no puedes, y la gente, o sea, las personas que en general le cuesta lo motor es porque no saben dónde están sus partes, ¿cachay?, y de ahí la parte como sensitiva y emocional y todo eso, tienes que poder manejar el autoconocimiento, sobre todo como intérprete, como que uno manipula sus emociones y sensaciones para poder entrar en lo que como que requiere la pieza, ¿cachay?, para mí solamente, como que deberían ser genuinas, en términos como entre comillas genuinas, espontáneas, esporádicas, efímeras, es sólo la performance, ¿cachay?, cuando uno interpreta obras, danza moderna, o cosas así, tienes que meterte en un personaje, ¿cachay?, como que al final eres tú mismo pero... bueno, te metes en este personaje que al final eres tú mismo, pero tú mismo tienes que conocer tan bien tus partes sensibles que así puedes manipularlas bien, ¿cachay?, la gente que no involucra sensaciones ni emociones cuando baila, no sé si es que no lo hace nadie o nada, siempre hay un grado, pero para mí esa es la gente que tiene menos autoconocimiento de sí mismos, ¿cachay?.

I.1 Igual lo estás hablando desde un plano cero, así como lo mencionaste, pero ¿qué ocurre en el proceso?, cuando ya hay cierto nivel de autoconocimiento, ¿tú crees que hay una relación a que la danza se dé más fluida gracias a eso?

E.1 Sí, obvio que sí, sí, obvio que sí, como... sí, no tengo dudas, por todo lo que dije antes.

I.1 Super, y esta segunda parte de la pregunta, ¿cómo te afecta a ti tener un mayor entendimiento del ser que eres a la hora de desempeñarte en la danza?

E.1 O sea, yo creo que a mí ahora me ha ayudado mucho, ¿cachay?, en términos de hacer más real mi danza, como justo yo creo que estoy en un proceso de mucho autoconocimiento, que igual está acompañada de esta terapia psicológica, no lo dejo todo a la danza, pero la danza ayuda, mmm... como tener esto nuevo me ha

permitido, mmm... reconocer otras cosas que sólo con la danza estaban dormidas, no sé, y eso como que me ha potenciado mucho mi parte interpretativa, diría yo, ¿cachay?, y creativa también, como creadora de contenido, no sé, mmm... eso, como dije en la parte cero, y desde que desbloqueeé esa parte, siento que interpretativa y dancísticamente me he ido por un tubo, ¿cachay?, como... y siento que la gente lo ve también, no sé, yo siento que mi danza ha cambiado mucho desde el 2017 que entré a primero, ¿cachay?, y eso es porque sí po, he tenido estos nuevos procesos de abrir el mundo también, ¿cachay?, de lo que hay afuera y lo que está acá adentro, y de lo que soy, ¿cachay?.

I.1 ¿Crees que el proponerte metas y objetivos relacionados a tus motivaciones intrínsecas e identificadas por medio de un autoconocimiento más desarrollado, te permitan accionar de mejor manera en la danza y conseguir un bienestar mayor? ¿Por qué?

E.1 Yo creo que sí, pero es una tarea increíblemente difícil, uno nunca sabe realmente lo que quiere, también me he dado cuenta de eso, uno nunca realmente sabe lo que quiere, todos los días eso puede cambiar, ¿cachay?, porque tiene que ver con tu estado de ánimo, tu estado como de... no sé, ponte tú, ya, voy a poner un ejemplo pero muy claro, yo el año pasado estaba completamente convencida de que quería solamente coreografiar en mi vida, ¿cachay?, como “ya no quiero bailar más”, ya hora no po, ahora quiero bailar, quiero mucho bailar y ya no quiero, como que quiero poner en pausa la mención, como no quiero investigar ahí ahora en este momento preciso, ¿cachay?, pero en el futuro probablemente sí quiera volver, y... no sé, mmm... sí, como que creo que sí hay que ponerse metas y objetivos como para que la danza avance, obvio que sí, pero tienen que no ser tan concretos o ser a más corto plazo también, o sea, en lo concreto más a corto plazo, en lo abstracto más a largo plazo, ¿cachay?, como que hay gente que, o sea, igual depende, como esto es muy desde yo y yo soy muy cambiante, ¿cachay?, y ahora, por suerte, me estoy guiando por lo que siento po, ¿cachay?, y como lo que siento en el momento, y lo que me hace sentir cómoda o no, ¿cachay?, entonces... como para mí sí, pero tiene que ser más objetivo, concreto pero a corto plazo, ¿cachay?, sí, porque hay gente que sueña, “yo siempre he querido ser coreógrafo”, o no sé qué, y como que sí, insisten en eso pero, no sé, a mí no me funciona eso, ¿cachay?

9.2 Anexo 2: Entrevista N°2

Investigador (I.1) Las intervenciones hechas por el investigador están marcadas por una sangría.

Entrevistada: Bailarina intérprete y pedagoga profesional, edad entre 30 y 40 años (E.2).

I.1 ¿Qué significado tiene para ti ser bailarín (a)?

E.2 ¡Qué difícil!... emm... yo creo que es permanentemente un desafío en primer lugar, se me viene esa primera palabra a la cabeza, ehh... como en distintos sentidos, como en esto de ir creciendo en los distintos ámbitos, distintos aspectos que nos permite trabajar la danza, como de la interpretación, por ejemplo, de distintos personajes, trabajar esto de descubrir cuántas Vicentas tengo dentro de mí. Por otro lado, todo el aspecto técnico también, ir desarrollando y mejorando, no sé po, el giro justo inclinado, esas cosas, y también el autoconocimiento, de lo que uno se va conociendo, de lo que se va permitiendo en este camino también. Entonces, en ese sentido yo creo que es como un desafío permanente porque siempre hay cosas nuevas que uno va descubriendo o, por ejemplo, también cuando uno baila una obra y la bailas 50 veces, 100 veces, no sé cuántas veces, en escenarios distintos, incluso con gente distinta, siempre es un nuevo desafío, una nueva oportunidad como para encontrar cosas nuevas para seguir creciendo, me paso mucho, por ejemplo, en Danza en Cruz, cuando estuve bailando ahí hartos años, claro, hay obras que bailamos mucho, pero siempre para mí eran distintas, siempre, y siempre era como que, por ejemplo, hay una que se llama "Raíces del cuerpo", muy bonita, una obra muy bonita, que le tengo mucho cariño y que es muy... conecta mucho con la familia, con los seres queridos, como un poco eso habla la Valentina, de su familia. Entonces, también hace conectar ahí, y me acuerdo que yo tenía que abrir esa obra un poco como... como de niña, obvio, siempre me ponen papeles como... Cachay? Entonces, como abrir este mundo, algo tan mágico que era tan difícil porque es como todas las veces descubrir una cuestión que no hay nada, claro, hay luces, hay gente, pero era como empezar, así como... ¡oh! Como que uno entraba en un espacio, entonces era como un desafío permanente tener esa frescura cada vez, y fuera en ensayo, fuera en funciones, con público, sin público, trabajar ese lugar. Entonces, creo que, en ese sentido, claro, es un desafío desde distintos puntos de vista, trabajar con compañeros distintos, ¿cachay? Porque hay algunos con los que uno se puede

afiatar más, otro que no sé po, los cuerpos son distintos, las metodologías también son diferentes, ¿cachay?, hay algunos que son super arriesgados, hay otros que necesitan saber cómo “mira, aquí tu caminas 4 pasos”, ¿cachay?, hay otros que le dices “ya, hagámoslo”, es como, no sé. Por otro lado, el desafío de enfrentarse a distintos coreógrafos también, que trabajan de distintas maneras, los distintos lenguajes, pero es un trabajo super bonito. Eso, bueno y aparte de ser un desafío, es como un trabajo para uno también, porque paso un poco como esto, a mi me pasó eso, que yo no sé, no soy muy buena para tantas redes sociales o cosas, pero igual yo bailaba casi todos los días en mi casa po, y me ponía las... me hacía una barra y así al final bailaba, y como que yo era mi... yo y yo no más, no había nadie más po, bueno, mis perras que de repente hasta bailaban conmigo, de repente aparecían... pero no... y subí como un video, no sé, algo así... pero como que no hay nadie, no hay público, ¿cachay?, no hay público... no hay público, y por qué voy a hacer las cosas... o también tengo un tío que estuvo, bueno, todavía está, pero ahora está mucho mejor, que estuvo super enfermo, y como... en el sentido... también para qué y por qué... y fue como qué puedo hacer yo en este momento... puedo bailar, puedo entregarle danza po, ¿cachay?... porque él no tenía... no podía ir a verlo, porque con toda esta cuestión no se podía ir a ver, entonces yo le mandaba videos, ¿cachay? Improvisaba música que a él le gustaba, no sé, o agarraba... y me ponía a trabajar con eso, ¿cachay? Y le bailé mucho a él, le grababa videos y danzas para él, con música para él, todo para él y era como... sí, para él no más po, sentía que era el aporte que podía hacer en toda esta cuestión que ha sido super heavy también po.

I.1 ¿Cómo definirías qué es la interpretación en la danza?

E.2 La interpretación yo creo que es, por un lado, transformación yo creo de la persona, como habitar otros cuerpos, habitar otros personajes... Ehh... por otro lado, la entrega, o sea, “entregarse a...”, a este personaje, a desnudarse, o sea, puede ser también sacarse la ropa, pero desnudarse como de... porque eso pasa po, ¿cachay?, tú me ves a mi como Vicenta, no sé po, como sensible, como Vicenta histérica, Vicenta... no sé, con miedos, con fuerza, no sé... distintas cosas. Entonces, entregarse también a los lenguajes, las propuestas de los coreógrafos, también hay una entrega como... pero yo creo que primero es con uno más que con el otro, que uno se permite hasta dónde, ¿cachay? ¿no tienes límites...?, no sé po, de repente te piden un desnudo, y tu “no sé, es que yo no hago eso”, “no me lo permito” y está bien

también, como que hay ciertos límites o también hasta dónde uno se entrega. Claro, transformación, entrega, yo creo que es eso, el permitirse ser, que no es algo fácil, suena super fácil y es super difícil. Permitirse ser, eso es para mí la interpretación, porque no es sólo hacer un movimiento o no sé po, hacer un giro, levantar la pata, ¿cachay?, ya pero ¿quién eres?, eres Matías tú levantando la pata, no es otra persona, ¿cachay?, entonces tengo que ver eso, tengo que ver eso en ti, a mí, por lo menos, es eso lo que me atrae de la interpretación de las personas, de los intérpretes, es cuando tú ves a esa persona y que sólo es esa persona, nadie lo puede hacer, nadie más que tú, ¿cachay?, como que yo te veo a ti, Mati, no puedo ver a otra persona porque eres tú, ¿cachay? Y esa riqueza es una belleza así, pero... profunda, y eso a mí me cautiva, ¿cachay?, bueno y eso intento hacer, no sé si me resulta jaja, pero intento hacer eso también, tratar de entregarse en ese sentido, cuando uno entrega y suelta, ¿cachay?, como que al final estas, así como entregado, “desnudo” y las cosas pasan también po, ¿cachay?, y las cosas pasan... también hay ahí como una... más que una lucha creo, un diálogo entre... también como... no sé cuál será la palabra, pero... como responder a la partitura coreográfica... como, corro y me tengo que lanzar, eso lo tengo que hacer igual, y no sé po... giro y no sé qué, y levanto la pata, ¿cachay?, eso también está, pero cómo eso está así como tan fusionado con esta cosa que me atraviesa, ¿cachay?, que me hace estar ahí po... que eso esté vivo, que esté cargado de uno mismo, de emoción, de eso... la danza en vivo es como eso, como estar vivo, estar ahí presente y... como vivir la danza po, ¿cachay?.

I.1 ¿Cómo se ha visto afectada tu visión de bailarín intérprete debido al contexto de confinamiento y distanciamiento social?

E.2 Con eso ha cobrado hartito sentido como esto de que la danza uno la hace primero para mí, ¿cachay?, no para que me vean los demás, como que siempre lo he pensado así en realidad, no es para que me vean y también como que es complejo ese momento, porque igual estamos super expuestos y finalmente uno igual lo hace para que los demás te vean, porque vas a un escenario y hay gente que paga por ir a verte, ¿cachay?, entonces como que ha cobrado mucho más sentido eso, el primer... como que esta sensación o sentimiento inicial en la danza es conmigo, porque a mí me gusta hacerlo, ¿cachay?, a mí me gusta sentirlo, a mí me gusta conectar eso y me siento tan bien cuando lo hago, independientemente si hay una o dos o ninguna persona mirándome, entonces eso me cobró mucho más sentido porque lo

experimenté ahora realmente, no había nadie, ¿cachay? Nadie y yo... y sentir, sentir el sudor, sentir el agotamiento, al otro día el cuerpo adolorido, todas esas cosas como un trabajo contigo donde no hay nadie más, ¿cachay?, lo mismo cuando, no sé po, preparo mis clases, al final eso igual es danza, es interpretación también, cuando preparo mis clases, que tengan ese sentido y al preparar el ejercicio uno está todo el rato, bailando y conectándose también con la danza, y tampoco ha público, ¿cachay?, y es lo que de repente también hace falta en las clases, como “¡pero bailen po!”, si es danza igual, es un ejercicio pero es danza, entonces, acercar eso también y creo quizás eso ha sido algo super difícil de comprender creo, no sé, y a través de cada persona y por qué bailamos, si no tienes a nadie que te vea, falta motivación también, ¿cachay?, y efectivamente falta motivación si uno también quiere compartir, o sea, para mí la danza también es compartir, ¿cachay?, o sea yo comparto lo que yo hago contigo, comparto lo que yo siento contigo, yo comparto o con ustedes o no sé, entonces no es como todo para mí, porque el arte es así, yo toco guitarra o canto para ti también, no canto sólo para mí en la ducha, o sea como que igual... o pinto un cuadro para tenerlos todos en mi casa. Pero también hay algo que pasa por uno, ¿cachay?, o sea, al que le gusta pintar, al que le gusta... le gusta hacerlo, ¿cachay?, o sea primero porque le gusta, ¿cachay?, entonces después, claro, lo comparto. Entonces, como que me hizo harito sentido como el lugar de las cosas, o sea, primero porque me gusta, porque me siento bien, porque me encuentro conmigo, porque no sé qué, y después, obviamente, compartir todo esto bonito que es, ¿cachay?, como esta cosa gratificante como no sé, profunda, sensible, todo esto que pasa con la danza.

I.1 ¿Percibes que la práctica de la danza te produce bienestar? ¿Por qué?

E.2 Absolutamente sí, ehh... y también eso lo noté porque claro, cuesta, yo creo que a todos nos ha costado mucho, y también un momento que no me moví, un par de semanas que no me moví... ehh y como que necesitaba... y después me empecé a mover y fue como “ah, necesitaba esto”... o sea, por un lado es mover el cuerpo como activar el cuerpo, independiente sea danza, sea deporte o sea no sé qué, investigar el cuerpo genera endorfinas, genera como no sé una cosa, uno se siente más presente, más activo, más vivo, entonces la danza también tiene eso. Por otro lado, ahí también dependiendo de cómo uno vive la danza, yo vivo la danza muy ligada a la música, entonces esa relación para mí es super poderosa, como que a mí me hace

super bien, entonces, trabajar con la música y la danza es como una... es un lugar que sólo te abraza, ¿cachay?, entonces obvio que te hace bien po, por supuesto que hace bien... Emm... y por otro lado también como poder conectar con uno mismo es super bueno también creo que hace bien, conectar con uno y también conocerse porque sirve para conocernos, para conocernos en nuestro sentir o también las cosas buenas, las cosas malas también ehh... reconocernos, pero principalmente yo creo que esa conexión hace algo en el cerebro, en el corazón, en todas partes que por supuesto genera un bienestar, o sea uno no queda igual después de que tuvo una clase o... me ha pasado po, de repente llego enojada o tuve una discusión o vengo así como media bajoneada, termina la clase y como que ¡oh!, ¿cachay?, como que todo pasó, o todo porque tú puedes trabajar, como poder ir... no sé po, a través de la danza tienes pena y como que eso también fluye por ahí, estás contento y fluye por ahí, tienes rabia y fluye por ahí, como que uno va canalizando también a través de eso, es super liberador, o sea de todas maneras que sí, absolutamente.

I.1 ¿Crees que la práctica de la danza propicia en ti el desarrollo de un autoconocimiento más profundo? ¿De qué forma?

E.2 Absolutamente po, o sea, todo como... uno se va dando cuenta como, bueno de sus fortalezas, de sus debilidades, de las frustraciones, ¿cachay?, como hasta donde son los límites de “ya, yo puedo”, “yo quiero”, como “pucha, esto me bajonea”, “oye pero es que mira”, no sé po, o a veces, pucha las comparaciones “ella salta tanto y yo no” o no sé qué, como... todas las preguntas o la exposición, como la inseguridad por ejemplo, eso es todo un tema po, ¿cachay?, la confianza en uno mismo, yo creo que la confianza en uno mismo, que también tiene que ver con esto de conocerse, con ser auténtico y no andar copiando, porque eso pasa mucho, o sea, todo se copia e igual copiamos siempre, pero como que esa copia es una inspiración y no una copia, ¿cachay?, como que sirve de inspiración para que pase por aquí, ¿cachay?... y esa autenticidad también que en la vida pasa, o sea no sólo con la danza, pero también pasa mucho en la vida cuando uno se reconoce y dice, no sé po, “yo soy así” o “yo no soy así” también po, o “¿por qué dije esto?, no me gusta eso de mí” también, a mí me ha pasado po, decir algún comentario y te das cuenta que estas en un momento de debilidad, entonces como que te pillas de repente como acoplándote a una persona o a un grupo de personas, y de repente como “¡no po!”, “¿quién soy yo?”, “no po, a mí me gustan las cosas así”, ¿cachay?, o aceptar por ejemplo, decir como...

que mucho hablamos en las clases que el proceso es personal en la danza, como que... y también entender que la danza funciona de una manera super distinta a la lógica como... ¿normal?, por ejemplo, cuando yo tenía... cuando entré a la universidad como era... claro, si un niño de primero básico sabe menos que un niño de... no sé po, de segundo medio, ¿cachay?, pero en danza no necesariamente el que está en primero, o el que está en tercero es mejor que el que está en primero, ¿cachay?, como que es super distinto el mundo de la danza, ¿cachay?, entonces como que te hace un poco cambiar como las... ¿cachay?, porque yo venía de... yo iba a ser ingeniera jaja, iba a ser ingeniera, imagínate, entonces como que te cambia un poco po, no sé... este polo puede estar acá y este acá, o pueden estar al revés, ¿cachay?, entonces como que permite el autoconocimiento, yo creo que de todas maneras que sí, y es un trabajo que no es para nada fácil, porque hay que aceptar las cosas que le gustan de uno y las que no le gustan, como para lo que uno es bueno, para lo que uno es malo, ni siquiera para lo que uno es malo, lo que te cuesta más, lo que te cuesta menos, para lo que te es más fácil, lo que no te gusta hacer tanto, ¿cachay?, lo que tu dejas para el final, lo que “ah, ya, sí, aquí me manejo”, entonces esto lo hago y lo otro “no, mejor no, no participo”, ¿cachay?, entonces la inseguridad y todo eso, aparece ahí como... yo creo que es un trabajo para toda la vida, en la danza.

I.1 ¿Crees que el proceso de confinamiento y distanciamiento social te ha volcado a entenderte y reconocerte de mejor manera? ¿Por qué?

E.2 Mmm... o sea, sí... pero, mmm... en general, yo creo que el confinamiento, en mi caso, bueno, porque yo me fui a Curicó a acompañar a mi papá, entonces, me sirvió -ahora grande- para entender muchas cosas, porque la familia eres tú, ¿cachay?, porque tú miras a tus papás, a tus hermanos, o no sé, a tus tíos, a tu familia, o la personas que tu más compartes o te ha criado, y uno reconoce o entiende muchas cosas po también, como de uno mismo al observar, y eso ha sido un aprendizaje super bonito que he tenido con mi mamá también y con mi papá de re encontrarnos así como, o sea re encontrar digo de vivir juntos después de estar tanto tiempo ellos allá y yo acá, entonces en ese sentido como para conocer, para reconocer cosas, como para tener un tiempo de calma, donde el tiempo pasa lento, y bueno, la verdad igual pasa rápido siento yo, pero como que hay un tiempo más lento donde... para cómo hacer las cosas, para pensar, para observar, ¿cachay?, para reflexionar y como

que... yo creo que eso ha servido para entender cómo entenderme, entender cosas, conocerme más, como que... creo que sí.

I.1 Claro, como dices tú el tiempo que se nos dio en la pandemia fue mucho más lento... en comparación como estaba funcionando antes donde no se daban tantos espacios para reflexión de los procesos que enfrenta cada uno...

E.2 Claro, igual a mí como que la provincia (Curicó), yo disfruto de la provincia, ¿cachay?, como que no fue terrible, para nada, porque además justo como yo estaba en Zapallar, yo estaba en el área rural, entonces como que tuvimos al final del proceso a tener más cuarentena pero como que al principio no po, tampoco era que yo saliera mucho pero... no te sientes como con la obligación de quedarte en la casa, igual puedes salir a la esquina, o salir a comprar al negocio de la esquina, ¿cachay?, o sacar al perro, no sé.

I.1 ¿Podrías reconocer y mencionar tus debilidades y fortalezas que se te han dado en tu relación íntima para con la danza en el contexto de confinamiento y distanciamiento social?

E.2 Mmm... es que creo que trabajé mi debilidad con mi fortaleza al mismo tiempo jajaja, porque claro, es difícil eh... hacerse el hábito solo de... o sea, hacer una barra todos los días solo como que no es tan fácil... como que hay que auto motivarse, como que hay que... ¿cachay?, como trabajar esa como flojera o comodidad de repente, o no sé po, de ver una película, bueno, no vi nada de tele, no me gusta, pero como hacerse ese... de motivarse, o empezar más que nada, ¿cachay?, porque... empezar, porque después uno ya agarra un ritmo y ya es más fácil seguir, eh... yo creo que como eso, la debilidad como de la comodidad, no sé... y trabajarla también con mi fortaleza que yo creo que tengo que yo soy super motivada así como “¡ya...!”, de hecho lo primero que hice fue como -que soy cero red social- haciendo clases por Instagram, al tiro como que me bajó mi instinto pedagógico, ¿cachay?, dije como “no, ¡cómo los niños van a estar sin clases!”, filo, como que filo, cero pudor, nada, porque nada, me cargan los videos, así como que no po, soy cero de esa onda, entonces como que era tan fuerte eso como mi preocupación de que se queden sin clases, o poder seguir compartiendo eso, porque sentía que había una necesidad de parte de ellos, y por supuesto que a mí me servía también para motivarme más para entrenar

igual po, ¿cachay?, porque igual para mí era como un entrenamiento, como compartir tu entrenamiento con otras personas, ¿cachay?, entonces como que me nació eso así como... claro, como que me desafié a mí misma a tener que enfrentar como... y decir "bueno, ahí está la cámara, no sé quién está viendo, quién no", así que filo no más po, ¿cachay?, como que no... ehh... como soltar también esas cosas, como "ya, ¿qué tiene", ¿cachay?, filo, que te vean y ya ¿qué tanto?, si ya, chao, si también uno va superando etapas, ¿cachay?, así como no sé po, un desnudo por ejemplo, no sé, emm... no sé po, tantas cosas ¿cachay?, como... que uno va como que uno va descubriendo en el trabajo de intérprete o con la danza en general, como desafíos que van apareciendo, y bueno uno de estos desafíos fue también como... ehh... esta cosa distinta... como soltar de repente esos pudores de que te vean, no sólo las personas que tú quieres, como no sé... como que pasa por un momento y ya filo, yo igual como que suelto rápido, y ya, si al final mi objetivo no es que me vean, mi objetivo es que se puedan mover, ¿cachay?, como que eso es lo que a mí me motiva y al final lo otro me es más secundario. Entonces, como poner el orden de prioridades y arriesgarse y hacer cosas y como "ya...", son también como... desafíos que aparecen y hay que tomarlos yo creo... sí, siempre, yo creo. No sé, si respondí la pregunta jajaja...

I.1 Sí, super, porque ahí tu reconociste tus debilidades y fortalezas y claro, ya las mencionaste y cómo se relacionan con la danza también, o sea, la virtualidad es una herramienta que se nos estaba dando de hace tiempo y ahora fue un poco más obligatorio. Claro, algunos eran más reacios a eso, pero como dices tu había que enfrentarlo...

E.2 Sí, a mí no me gusta para nada, pero igual... yo creo que nada po, ahora como que no queda de otra y hay que tratar de hacer las cosas e igual po, además no sabemos cuánto tiempo va a durar, entonces yo creo que igual se puede, es como difícil de repente luchar contra eso mismo, como que "¡ya!, si todo se puede", como ya sí, y de repente es como no, imposible, o sea, yo misma para mí un día era como imposible y al otro día así como "sí se puede", ¿cachay?, como... entonces ha sido super complejo en ese sentido, como resistir, resistir, resistir porque esta cuestión se va a acabar pero como que hay que resistir como... tratar de ir como... buscando también distintas maneras... y también se logra, yo igual en clases he logrado, a pesar de la virtualidad, trabajar cosas y que los estudiantes logren conectarse y es como

“woah, se puede”, sí se puede, ¿cachay?, pero es difícil, ¿cachay?, es difícil, hay que ir... buscar muchas estrategias y... como tratar... es difícil fluir a través de una cámara, pero igual se puede, es como un desafío permanente que hay que ir... ehh...hay que tomarlos, todos los desafíos en la vida, y ahí uno dice después “no, probé esto y es mejor que no”.

I.1 ¿Qué opinas sobre el autoconocimiento como una herramienta que podría proporcionar un accionar más fluido en tu quehacer en la danza? ¿Cómo te afectaría tener un mayor entendimiento del ser que eres a la hora de desempeñarte en la danza?

E.2 Yo creo, en mi experiencia como lo he vivido un poco, como el autoconocimiento permite también reconocer a otros, ¿cachay?, no sé po, yo soy azul, no sé, me doy cuenta que tú eres verde, y no somos todos azules, hay otros amarillos, hay otros rojos, ¿cachay?, hay otros blancos, entonces yo creo que eso es una super, una gran herramienta para entender... porque a mí me ha pasado, ¿cachay?, como que yo soy super así como... como que vibro con facilidad, así rápido, no sé, me entusiasmo y como que soy... no sé... no sé, como corporal, como motivada, ¿cachay?, como para fuera un poco, no sé, o como que me entusiasmo con facilidad, no sé, eso se ve, la gente se da cuenta si me ve... estoy ahí como, ¿cachay?, pero no toda la gente es así po, hay gente que puede vivir algo así, pasarlo super bien en una clase pero estar como super piola, y tú dices “oh, está aburrido”, entonces al principio me pasaba, “oh, está super aburrido”, “oh, no le gustó”, “oh, no sé...”, ¿cachay?, después tu conversas con esa persona y te dice “oh, lo pasé super bien, muchas gracias” y tu quedas así como... y claro, uno empieza a decir “yo soy la acelerada”, no hay que ser así, eso no está bien, no es qué es bueno o qué es malo, o sea, yo creo que al conocerse todas las cosas de uno, vas reconociendo también a los demás o entendiendo que no todo funciona... o sea, que yo soy así, pero yo soy así po, eso no significa que lo que yo... como yo soy es como tenemos que ser todos, ¿cachay?, o como yo soy hay que hacer la clase, como dar, permitir la transformación, o sea, al auto conocerse a la vez uno puede permitir como esta transformación, y por decirte, ser una Vicenta calmada, ser una Vicenta acelerada, ser como una Vicenta como más seria, una Vicenta como más lúdica, ¿cachay?, o sea, naturalmente uno se conoce de una, al auto conocerse también, uno sabe qué es, ¿cachay?, no sé soy más lúdica, entonces trabajar, yo sé lo que puedo trabajar o aportar, complementar mi clase, ¿cachay?, o mi desarrollo

como intérprete, si yo sé que soy como... me gustan todas las cosas suaves, no sé po, elijo una coreografía super fuerte porque eso va a ayudar y complementar mi trabajo, entonces yo creo que eso permite aclarar mucho como... los desafíos para tomar o también para... Esas dos cosas yo creo, como personalmente, ehh... creo que lo... como... como entender lo que a uno le hace falta para ir mejorando, ¿ya?, y entender también cuáles son nuestras fortalezas y lo que... donde también me puedo ir desarrollando, ¿cachay?, como qué es lo que me falta más, qué es lo que puedo seguir desarrollando mucho más también, ¿cachay?, como no sé po... la eukinética, sigue trabajando la eukinética y después puedes enseñar eukinética, ¿cachay?, como porque te gusta y puedes ir desarrollar mucho eso, a lo mejor en ballet no tanto pero eso es algo que tengo que trabajar porque... ¿me entiendes?. Y, por otro lado, esto que te decía yo de... de reconocer a los otros también como... y también como poder transformarse un poco en los otros también para poder trabajar en conjunto, ¿cachay?, como generar una, una... no sé, como esta cosa cuando uno trabaja la pedagogía igual -esto es más del lado de la pedagogía-, como generar esta cosa, así como... grupal, ¿cachay?, claro, como buscar que todos aprendan, que todos, ¿cachay?, que a todos en un momento les acomode lo que estamos trabajando, ¿cachay?

I.1 Sí, oye, qué bacán que igual lo mencionaste de esa manera, lo primero que mencionaste fue conocer a otros, porque ahí hay una parte del marco teórico que trabajo y claro, dice esta parte del autoconocimiento, y que es super importante esta parte, del auto conocerse primero te hace separarte del resto, ¿cachay?, y de ahí viene el egocentrismo en las personas que trabajan mucho el 'yo' y se separan demasiado de resto, ¿cachay, es bacán porque también lo descubrí en este trabajo, así que bacán que lo mencionaras.

E.2 ¡Qué bueno!, si po, yo lo he descubierto a partir de la experiencia, como el entender de repente por qué la gente reacciona de una manera, y de repente tú dices como... esa persona, o sea, para esa persona eso puede ser importante, ponte tú, no sé po... yo soy super bruta, así como si yo me corto, no sé, yo sigo corriendo, me caigo, me paro, tengo moretones así, como para mí no es nada. Pero tengo una amiga, por ejemplo, que se corta así un poquito y "¡iiihh!", así como, "sí, es que me corte", y sufre po, ¿cachay?, es así como... y uno dice, así como "oye, pero como qué

onda, si eso...”, pero para ella sí po, ¿cachay?, entonces yo creo que en ese sentido es tan importante, porque uno valida al otro por lo que es, ¿cachay?, y no como “oye, esa cuestión, qué onda”, ¿cachay?, como “no seas cuática”, pero esa persona no es cuática... a lo mejor yo soy loca po, porque me... ¿cachay?, ¿cómo?, ¿me entiendes?, como que ahí entender al otro a partir de “oye, yo soy así”, entonces el otro no es como yo, ¿cachay?, es como de otra manera, nos sirve como para tener mejores relaciones y todo eso... creo yo, entendernos mejor.

I.1 ¿Crees que el proponerte metas y objetivos relacionados a tus motivaciones intrínsecas e identificadas por medio de un autoconocimiento más desarrollado, te permitan accionar de mejor manera en la danza y conseguir un bienestar mayor? ¿Por qué?

E.2 Ehh... sí, yo creo que es como tener claridad de lo que uno quiere, o claridad de los desafíos que uno toma, y tener esa claridad como que permite, en el fondo, hacer las cosas porque uno quiere, y yo creo que al hacer las cosas que uno quiere o porque uno quiere, te da una satisfacción y te da una felicidad, tomar decisiones, ¿cachay?, yo creo que eso, tomar decisiones es gratificante ya eso, ¿cachay?, decir como... decir sí esto, no esto, no sé, hoy día me voy a poner esta ropa porque quiero, ¿cachay?, no porque otro te está diciendo o porque otros te van a ver o no, ¿cachay?, entonces tomar ciertos desafíos, me voy a ir a Francia, ¿cachay?, a bailar a la compañía de no sé qué, porque es lo que yo quiero hacer, es una decisión propia, ¿cachay?, un desafío, no sé po, exponerse, entregarse, entonces son decisiones personales que... que generan un bienestar, satisfacción, y la danza tiene mucho eso, el arte tiene mucho eso, entonces, de repente yo igual pienso como que hay gente que no tiene esa posibilidad, ¿cachay?, como de... de sentir esa... no sé po, como que uno hace música y tocas con otras personas, eso es una... bailar con otros en una clase, improvisar, es una... no sé con qué palabra... pero es una experiencia tan enriquecedora, ¿cachay?, que uno no sale igual de clases, no sé, seguro te ha pasado, como que... uno vive unas cosas con otros, porque es un acercamiento mucho más profundo, contigo y con otro, que hay gente super lejana a eso, y yo digo como... y no entienden ni si quiera de qué se trata, ¿cachay?, y es super como lejano, entonces tener esa experiencia es tan caro, ¿cachay?, que aquí no se valora, pero es algo tan valioso, valioso y... claro, que tiene otro valor, como que... sólo lo entienden

los que lo experimentamos, creo yo, por lo que yo cacho... ya se me olvidó lo que me dijiste en la pregunta ajajaja.

I.1 No, tranquila, si igual está super relacionado, porque en el fondo la pregunta está relacionada a que, si uno toma, como dices tú, estos desafíos que están relacionados a lo que mis motivaciones intrínsecas, lo que yo identifico como un desafío, claro, si es que me dejaría un bienestar mayor el poder reconocer esos desafíos...

E.2 Mmm... claro, está también como el desafío de estudiar danza, es tremendo desafío, dedicarse a la danza es un tremendo desafío, permanente, y hay mucha gente que de repente quiere estudiar artes y estudia otra cosa por una cosa más económica, y a veces ni siquiera les sirve porque después no quieren trabajar en eso, ¿cachay?, como... y al final hay mucha gente así como más... como que amargada, hay mucha gente tan... no es fácil tampoco, como vivir ya no es fácil, o es fácil y es difícil a la vez, pero emm... como parte de eso, como hacer lo que a uno le gusta, eso es algo que ya te da felicidad de alguna manera, ¿cachay?, y eso es como tomar los desafíos, como tú dices...

I.1 Claro, ahí está el tema en cuestión porque hay gente que no se da cuenta de eso, o se da cuenta y no lo lleva a la práctica, ¿cachay?, como claro, me doy cuenta de que estoy en ingeniería, como te pasó a ti, a mí también me pasó, pero en verdad mi querer en accionar estaba en otro lugar, estaba en otra área de investigación, está en el arte, y me doy cuenta, pero, decido hacerlo o no po, ¿cachay? Entonces claro, el momento en que elegí tomar este camino, la satisfacción fue mucho mayor, en comparación a estar estudiando algo que no me interesaba, pero ahí está el proceso en poder reconocerlo, poder, claro, tomar la decisión de hacerlo, porque hay gente que lo reconoce, o hay gente que ni siquiera es capaz de reconocerlo, ¿cachay?, ahí es donde se da todo este tema del autoconocimiento que estoy investigando, que éste nos permitiría abrir paso a trabajar de mejor manera también...

E.2 Claro, y yo creo también que este tiempo de la cuarentena, por ejemplo, yo me... me di tiempo para mí, porque no lo tenía, si al final todo es para los estudiantes, todo para ellos, todo para ellos, todo para ellos siempre, ¿cachay?, y como que dije, “¿y

yo?”, y dije qué cosas quiero hacer yo, y bueno, a mí me fascina la guitarra, ¿cachay?, me encanta, me encanta la música, toda la música... Entonces estoy estudiando canto y guitarra, y eso es algo para mí, o sea, yo no voy a ser cantante ni guitarrista, pero estoy estudiando canto y guitarra y es para mí no más, y eso tiene que ver con lo que tu dices, como que son cosas que yo quiero, y pienso ahora mucho más convencida, uno tuvo más tiempo, bueno, si yo no hubiese estudiado danza, habría estudiado música o teatro, cualquiera de esas tres cosas yo creo que habría estado así... como bien, ¿cachay?, como que son tres cosas que a mí me gustan mucho, porque danza y teatro, uno es intérprete en las dos, sólo que en uno hablas y el otro es más abstracto quizás, pero en ambas hay una cosa ahí con la interpretación, y con la música igual po, el canto también es interpretar, pero ahí es interpretar desde otro lugar, o sea, super distinto, y ha sido super bonito ese proceso. También, por ejemplo, ligado a todo lo que tú estás diciendo, y que tiene que ver no con la danza, pero sí con el arte, como ya este desafío música, “ya po, canta”, ¿cachay?, chuta, empelotarse, claro, presentarse, y la primera vez tenía mucho miedo, como mal, muy nerviosa, muy nerviosa, y claro porque yo, buu, he bailado cuántas veces, cuántas funciones, con distintos teatros, fuera del país, lleno de gente, no sé, he sido más protagonista en algunas cosas y en otras no, no sé, pero esto era algo nuevo, aprender algo de cero, nuevo, totalmente nuevo, y donde tienes que cachar cómo exponerte en un 200%, ¿cachay?, como tu voz, tú solo cantando, y lo mismo con la guitarra... revivir como ese pudor, como retomar la confianza en cosas desconocidas, también ha sido todo un proceso de conocerse, de reconocerse. Tomar esas decisiones o esos desafíos de hacer esas cosas porque son solamente para mí, para mi bienestar personal y mi goce personal, ¿cachay?, mi vibración personal, ¿cachay?

9.3 Anexo 3: Entrevista N°3

Investigador (I.1) Las intervenciones hechas por el investigador están marcadas por una sangría.

Entrevistado: Bailarín intérprete y pedagogo profesional, edad 40 o más años (E.3).

I.1 ¿Qué significado tiene para ti ser bailarín?

E.3 Qué significado tiene ser bailarín... es raro porque mi vida se cruza entre varias cosas en verdad, como que te podría decir mi vida es esto... mi vida esto, mi vida es

esto... ehh... no lo sé, porque en realidad, claro, porque nunca me he definido en algo específicamente como soy esto, soy esto, soy esto, trabajo en danza y me he desplegado en danza, como un lugar de investigación, pero también tengo otros lugares en mi vida que me resignifican, me representan, y podría decir que me nombre, o me caracterizan, o me forjan como un ser social o como un ser humano, ¿cachay?, la danza es parte de mi lugar de investigación, de mi propósito de placer también, he sido alguien que se ha dedicado mucho a bailar, a bailar, a bailar, a bailar, a bailar, a bailar más que investigar o crear o intervenir socialmente con la danza, como que me... siempre ha sido un lugar que me causa placer el danzar, y de ahí ya viene el lugar de la investigación que uno hace, desde el lugar de habitarlo, desde ese lugar, de estar bailándolo, de estar disfrutándolo, y de ahí ya viene un análisis y uno se va a la teoría y bla bla bla, pero... ha sido de un lugar desde ahí, no lo es todo porque creo que el ser humano se compone de muchas cosas, y no todas te componen en lo absoluto, uno se compone de factores sociales, factores políticos, factores religiosos, sexuales, espirituales... y mi vida en la danza no representa todo eso, tengo otros lugares del ser, del ser social... entonces cuando te preguntas ¿qué es para ti la danza?, típico: “lo es todo, porque es lo que me...” mmm, no, para mí es una parte importante del placer, del placer mío, como la danza... como un lugar placentero, más que un lugar de discursos, de identidad... suena raro porque uno podría decir “yo llevo hartoo tiempo, entonces es algo más importante en mi vida y lo que me da...”, ¿mmm?, es parte también de mis otras cosas en la vida, entonces... ¿importante?, sí, pero importante como mi identidad política, mi identidad de género, es algo más de mis identidades, ¿cachay?, es un lugar que me causa placer, eso sí, lo placentero de bailar, de danzar.

I.1 ¿Cómo definirías qué es la interpretación en la danza?

E.3 O sea, para mí la interpretación es habitar la danza, como eso es, la manera que uno tiene de habitarla, de situarse en lugares para habitarla y vivirla y... evidenciarla con tu cuerpo, una sensación, una idea, un discurso, o también una palabra, o no sé... para mí eso es la interpretación, la capacidad que uno tiene de habitarla y poder llevarlo al cuerpo, y poder vivirla en ese instante, en ese momento escénico, en ese momento performático, en ese momento, en ese instante, etc. Claro, al ser parte del arte, de un arte, tiene esa magia y esa maravilla, como... cuáles son las habilidades que tiene uno para interpretar algo, y... darle vida en algún momento, que es distinto

al bailar, como del interpretar la danza, es claro, es eso, es habitar ciertos lugares, es habitarlos corporalmente, es habitar ese lugar, eso es interpretación po, de qué manera uno habita y llena, y hace de ese momento bailado, un momento... vivencial, un momento habitado, un momento distinto al de los momentos de la vida, de la vida cronológica, ¿cachay?, como que es un momento especial. Eso es la diferencia de interpretar yo creo, de interpretar y bailar, el baile puede ser una conexión con lo divino, con lo espiritual, ¿cachay?, como lo religioso, o como en lo comunitario, lo social, ¿cachay?, son situaciones que tienen que ver con el placer para bailar, o el aspecto devocional, ¿cachay?, las tribus, los pueblos que danzan por una divinidad, o por algún sentido social, ¿cachay?, como comunitario, y en la danza, la interpretación en danza es, yo creo que es otra cosa, ¿cachay?, es como aprender a habitarla, aprender a empaparte con esa emoción, con ese estado escénico, y poder que tú te conviertas en eso, o de qué manera uno, el individuo social, se convierte, se transforma en un individuo escénico, que representa algo, que interpreta algo, que da vida a algo nuevo, y luego se corta, y tú te vas, lo cortas, hay algunos que postulan que la danza perdura y que uno se conecta, pero no sé, puede ser también, ¿cachay?, pero también puede ser de darle vida a algo en algún momento, un ser, un estado, una emoción, un discurso, y cuerpo hablando, y cortarlo y chao, pasó, pero... eso es como la interpretación en danza, creo yo, como... que va más allá de las cualidades, y calificaciones, y competencias técnicas que uno pueda tener, ¿cachay?, como que, no necesariamente las competencias técnicas te derivan un buen o un mal intérprete, claro, buen o mal bailarine, yo creo, yo creo, no sé, hay gente que le puede gustar, pero yo creo que la capacidad es distinta, que pasa a otro lado de la capacidad artística, es la capacidad que tiene ese intérprete en habitar ese movimiento, en habitarlo, en habitarlo, en vivirlo, no sólo en moverlo, no sólo movilizarlo, la danza no es sólo movilizar el cuerpo, ¿cachay?, la danza es habitar el cuerpo en algo, la interpretación es habitar el cuerpo en algo, no sé si la danza, pero la interpretación es, sí, como creo yo ahora, es la capacidad de poder habitarla, distinta a lo real, a lo cotidiano.

I.1 ¿Cómo se ha visto afectada tu visión de bailarín intérprete debido al contexto de confinamiento y distanciamiento social?

E.3 Yo creo que viene, como ciudadano de este territorio, yo creo que viene variando desde el estallido, te lo hablo personalmente, viene variando en cómo se posiciona tu

persona política, tu ciudadano político, ¿cachay?, en un contexto, en un país y en un territorio, donde también te empiezas a preguntar la importancia de lo que tú has hecho en relación a lo que ha estado pasando y en lo que ha pasado, Chile no sólo tiene un conflicto de pandemia, de salud, sanitario, tiene un conflicto sanitario con un conflicto social, entonces, son cosas que se cruzan y son difíciles de separar, como que todo está influenciado por las dos cosas, con el conflicto social y con esta crisis sanitaria, son dos cosas que se cruzan y son indisolubles, creo yo, como que este país no se afecta sólo de lo sanitario, se afecta de lo que ha venido pasando, entonces, como que este cuestionamiento, o mirarse desde otros lados desde ese momento, a mí me paso, claro, a mí me pasa que soy súper crítico de lo que yo hago, en relación a la sociedad y a la comunidad, trato de cuestionarme bastante cuál es mi rol, como individuo en la sociedad, no de aporte, ni de qué yo tengo que cambiar, sino qué yo soy, para qué soy útil para la sociedad y la comunidad, y en la danza siempre ha sido una pregunta también, lo que pasa es que uno nunca se habían enfrentado a un momento tan fuerte como la revuelta social que te hizo hacer “¡PA!”, ¿qué estás haciendo o qué haces hecho tú por esto?, desde tu área, desde tu área, desde la danza, yo venía bailando, bailando, bailando, bailando, insisto, yo hago otras cosas que tienen que ver con mi identidad, con lo político, discursivo, social, hago otras cosas también, entonces yo me pregunté eso, y me pasó que en el estallido yo no quise bailar nada, nada, no quise bailar, no quise hacer ninguna performance, nada, como que yo solamente quise pararme en la calle a tocar una olla, a tirar una piedra, a hablar, a conversar con la gente, como ciudadanos, a conversar con ellos, entonces me pasó que yo lo corté, no, no quiero, no quería hacer intervenciones, yo sentía que... bonito, que la gente exprese a través de la danza lo que sentía, pero a mí personalmente, me excluyó, me sacó, o yo me salí de ese lugar, no quise estar, y eso me hizo hacer, tener un sentido desde otros lados, y empezar a percibirme socialmente y artísticamente también, desde lugares nuevos, que me pasó también en la pandemia, ¿cachay?, entonces a mí la pandemia no me afectó... claro, uno es más viejo, igual uno ha bailado más, entonces, pasar un año sin bailar no es terrible, ustedes que son más chicos es como lo peor que le hubiese pasado, empezando a bailar y le cortan todo, a mí me dio lo mismo, no sé si es porque llevo ya años bailando y bueno, ya filo, uno como está viejo, quieres descansar, no sé, pero también me pasó porque empecé a cuestionar mi cuerpo político, mi cuerpo social en este contexto, entonces, yo sentía que no me era suficiente la danza, para vivirla, para lo que estaba

pasando. Entonces, por eso empecé a estar más presente en otros lugares, en performance, en discusiones más sociales, trabajo mucho más político social, desde la disidencia sexuales, identidades de género, desde la política, porque eso ha estado en mi vida también, ¿cachay?, como que eso me pasó a mí, como que yo me alejé para poder ocupar, situarme en otros lugares del arte, de la performance, desde la discusión social, desde lo político, que no fue con la danza, entonces, yo venía desde ya la revuelta con un pare con la danza, que me hizo volver a cuestionarme todo de la danza, que es lo interesante también po, quedarse mucho rato en lo mismo también es fome, al menos a mí me genera eso, como que cada cierto tiempo uno empieza a cuestionarse, pero, te cuestionas constantemente, eso es lo rico también del artista, no sé, no me gusta llamarlo así, pero sí, del artista, te cuestionas, porque en realidad, el arte no le importa a nadie, y eso es verdad, ¿cachay?, ¿a quién le importa el arte?, no le importa a nadie, te importa a ti y al ego de uno, ¿cachay?, y eso es bueno también decírselo, pero también reconocerlo y seguir trabajando en eso, porque, o sea, porque a la gente tampoco le importa... o sea, sí, pero es bonito también cuando el artista se cuestiona constantemente y se critica, eso es lo mejor, el arte le importa a nadie, a la danza le importa a nadie, y es porque no es importante, en el tipo de modelo que tenemos, en el tipo de estructura social que tenemos, social y cultural, no es importante, y paren, porque no es importante, a nadie le importa, lo que tenemos que hacer es que vuelva a tener un lugar de importancia, en el crecimiento del ser humano, en el crecimiento cognitivo, en todo lo que quieras, pero nosotros somos super buenos para decir, “no, es que queremos plata”, pero tampoco hemos aportado a que la sociedad misma sienta la importancia de que exista el arte, la creación, todo eso, no ha pasado, entonces, ¿qué quieres?, entonces en ese contexto, en el estallido y la pandemia, yo creía que lo menos importante era bailar. Entonces eso me pasó a mí, me permití darme una pausa, yo creo que hacerse esas preguntas pueden servir de repente, como, ¿de verdad es importante la danza para la gente?, ¿de verdad a alguien le va a cambiar la vida?, sí, cuando ahí sea así, le demos, y trabajamos, ya pero, yo creo que nosotros tenemos un ego de pensar que lo de nosotros es tan importante para la sociedad, que sí lo es, pero no hay que pensarlo, está super perdido el foco, porque no se releva el lugar importante en la sociedad, y no está no más, lo que tenemos que construir es eso, ¿cachay?, construir una sociedad que valore eso, como una posibilidad de un desarrollo cognitivo para la sociedad, un desarrollo amoroso, un desarrollo social, eso es, y sí, lo es, eso es lo importante, y no

lo hemos hecho, esa es una de las crisis también, entonces, en este momento hay que construir más abajo todavía, que construir que la danza tiene que ser... no, ya no, eso ya fue, hay que construir más abajo todavía, más atrás, ¿cachay?, para que el que se dedique al arte sea importante, es más importante el basurero... jajaja, en esta sociedad, en esta sociedad, ¿cachay?, en una sociedad como en la que estamos. Entonces, con todas esas preguntas yo me dije “no estoy ni ahí con bailar”, como que era necesario hacer otras cosas, y eso me empujó a que yo empezara conectar con otros lugares, políticos, etc. Entonces, viví la danza, no sé si la danza, el cuerpo, el cuerpo ahí puesto a la pelea, ¿cachay?, porque para mí estos son momentos, claro, hay momentos que tienen que ser conflictivos, momentos de destrucción, de quemarlo todo, momentos de resistencia, y en esos momentos yo necesitaba estar con el cuerpo ahí, entonces encontré lugares que a mí me hacían sentido sobre cómo mi cuerpo tenía que estar resistiendo, y yo sentía que en ese momento no era la danza, eran otros lugares, y ahí fui encontrando compañeros en común, ¿cachay?, y ahí me relacioné mucho más con las disidencias, ¿cachay?, como disidencias sexuales, performatividad, que al final también dan lo mismo que existan... jajaja, pero sí al menos, la gente que hace performance, la gente que hace drag, más under, ¿cachay?, más político, más performance, como disidente, ¿cachay?, tiene un cuestionamiento, aparte de lo escénico, ¿cachay?, como que lo que yo hago como performer disidente, genera discusión, y genera ahí mismo una problematización, ahí mismo se genera la problematización, y ahí mismo está el que dice “¡sí!, está bien compañere, compañera, ¿por qué?, porque sí, porque esto, porque ahí pasa...”, bueno, ahí se genera la posibilidad de crear un mundo nuevo a partir de eso. En la danza, en el arte, no, en la danza y el arte en Chile todavía está puesto muy en lo estético, en lo bello, en “lo que yo propongo es esto”, y todo el mundo se queda ajeno, hay sólo una apreciación artística, “oh, qué bonito, listo, nos vamos”, “ay qué lindo lo que hiciste”, como que... bien, yo también lo he hecho, he ido a bailar a lugares súper distintos, y sí, muy lindo, pero, cuál es el siguiente paso, entonces a mí me pasó que al encontrarme con la performatividad, me generó eso, hago una performance, se genera una discusión, discusión, discusión, para mí eso, ¡wow!, me empujó más políticamente a hacer cosas, claro, me daba más sentido en el accionar, porque sabías que eras parte, y lo que tú hacías, hacía sentido para una discusión, hacía sentido para la construcción de pensamientos críticos nuevos, hacía sentido para la discusión de la realidad, para que el otro dijera, “sí, es verdad, a mí

me pasó esto...”, y listo, generas discusión, generas conectividad, generas política, la danza...mmm... yo tengo muchas críticas para la danza, o sea, yo soy super crítico, soy crítico porque también he estado adentro, entonces es super fácil criticar de afuera, tengo toda la potestad para poder criticar, porque sí po, yo he estado ahí, yo sé, ¿cachay?, entonces eso me pasó, así personalmente con la danza, entonces corporalmente, ver cómo ofrecer tu cuerpo políticamente.

I.1 ¿Percibes que la práctica de la danza te produce bienestar? ¿Por qué?

O sea, como yo te decía, yo siento que la danza es un lugar de placer, como que me movilizo en la danza desde el placer del baile, de moverme, el placer y todo lo que significa eso, el placer de la conexión con el otro, el placer de la danza grupal, el placer de conectarte emotiva y corporalmente con otros cuerpos, el placer de generar contenido corporal del discurso de otre, también eso me genera placer, no el placer de bailar por bailar, o si no, iría a la disco a bailar, ¿cachay?, el bailar como ofrecerte como cuerpo danzante para ciertas acciones, lo dejo abierto así, como para ciertas acciones, ¿cachay?, lo que significa trabajar con algún creador, creadora, creadore, lo que significa trabajar con los compañeros, lo que significa bailar por bailar, lo que significa entrenar, a mí me gusta mucho eso, me genera placer, entonces el generarme placer, el sólo hecho de bailar, todo lo que significa el bailar, claramente es un lugar de sanación, un lugar de placer, yo creo que la palabra placer cruza todos los lugares del placer, el placer te genera sanación, te genera estabilidad, te genera flujo emocional, etc. Entonces, claramente que sí po, pero a partir de eso, ¿cachay? Insisto, no es el placer de sólo bailar, todo lo que te dije recién, todo lo que implica bailar.

I.1 ¿Crees que la práctica de la danza propicia en ti el desarrollo de un autoconocimiento más profundo? ¿De qué forma?

E.3 Mmm... ¿no?, jajaja, no, porque no creo que sea lo único que desarrolle mi autoconocimiento profundo en verdad, ¿cachay?, como te digo, no estoy construido política y socialmente sólo de la danza, me construyo de otros lugares, hay otros lugares que también fortalecen eso, que también me desarrollan el autoconocimiento, de hecho yo creo que la danza es lo que menos desarrolla mi autoconocimiento, sino que lo que la danza hace en mí es que, en realidad, la danza recepciona mi autoconocimiento, ¿cachay?, yo ocupo la danza más como... yo me... mira, por

ejemplo, un ejemplo super loco, yo me estoy así desarrollando en otros lados, en otro lados, en otros lados, y la danza la tomo como con eso ya solucionado, entonces entro a la danza como una herramienta más técnica, más profesional, más “voy a investigar desde acá”, voy a trabajar desde acá, voy a liberarme desde acá, pero mi autoconocimiento viene de otro lado, como que a mí la danza nunca me ha generado así como “Ay, sí, bailé”, como que no... Sí, sí en procesos de investigación te vas conociendo, obvio, como que uno se enfrenta a procesos creativos, con creadores y creadoras, te enfrentas a procesos creativos donde tú te interpelas, te interpelas como ser humano, como que igual uno nunca tiene que desconocer la conexión que tiene ser artista-ser humano, o sea, uno no es ser humano, super dios y ser artista, ¿cachay?, como que eso pasa a veces, como ser artista y super dios, y ¡nah que ver!, uno es uno más no más, no es nada más importante en el mundo, ¿cachay?, y muy importante a la vez, pero uno se cree la gran cosa y noo, jajaja. Entonces, en esos lugares uno siempre va creciendo, uno va creciendo siempre, uno habla con un cabro chico y crece, ¿cachay?, tu juegas con un niño y creces, ya, pero ese es otro rollo. Pero, desde mi lugar de autoconocimiento, claro, es que pasa que yo soy otros lugares también, ¿cachay?, como que me conformo también de otros lugares, entonces por eso la danza para mí es un lugar que está ahí, mío, íntimo, muy reconocido en mí, creo, yo creo, no sé, me he dado la pega de reconocermé ahí, me reconozco, sé cómo soy, ¿cachay?, entonces es una herramienta que está como un poco más madura, entonces las reflexiones como que están en realidad en otro lado y agarro la danza y ya está, ¿cachay?, pero es porque, por eso po, porque mi autoconocimiento tiene que ver con otros lugares, políticos, sociales, comunitarios, sexuales, ¿cachay?, entonces, es más amplio, es más amplio en mi casa, hay gente que baila y sí, es lo mejor de su vida, para mí es parte de mi vida, no sé si lo mejor de mi vida, porque nada es lo mejor de mi vida, yo me considero desde varias cosas, entonces todas son igual de importantes, ¿cachay?

I.1 ¿Crees que el proceso de confinamiento y distanciamiento social te ha volcado a entenderte y reconocerte de mejor manera? ¿Por qué?

E.3 Yo creo que me ha hecho como... claro, me ha hecho como entenderte desde una forma adaptable a ciertas situaciones, ¿cachay?, eso me ha hecho, entender la adaptabilidad de las cosas, ¿cachay?, como desde lo efímero, en cualquier momento te mueres, en cualquier momento quedas parapléjico, no sé, ¿cachay?, entonces, por

eso tienes que entender la adaptabilidad de uno, ¿cachay?, eso me hizo como cuestionar, ¿cachay?, como el distanciamiento, el encierro, como la adaptabilidad por, ¿cachay?, y en comprender también que esos procesos son etapas y que desde esos lugares yo descubro otras cosas también, ¿cachay?, como artista qué posibilidades creativas hay en toda esta desgracia, porque esto no va a durar 120 años, ¿cachay?, va a durar 5, 10, ya, 15, pero todos vamos a estar vivos e 15 años, o lo asumes o lo asumes, porque en realidad enfermedades siempre hemos tenido, o sea, nosotros la comunidad LGBTQ+, como que uno siempre está en posibilidades de riesgo de cualquier enfermedad, constantemente, y en general, y de cualquier enfermedad, depresiones, de todo, como que constantemente estamos llenos de pandemias, ¿cachay?, una influenza te puede matar, así de simple, estás mal de algo, te entró un virus, listo, chao, fuiste, como que ¿por qué?, sí, hay un miedo, hay una pandemia, sí, pero lo que nos pasó ahora nos situó en un contexto distinto, porque antes, nos obligaron a estar en contexto distinto, yo no me voy a poner a hablar de conspiraciones, que esto es falso, ni cosas así, pero hechos son hechos, y cambió la realidad, y siempre ha cambiado la realidad, y siempre los momentos son inestables, y siempre la vida te cambia así, y te gira, y siempre la vida te da vuelta, siempre la vida te lesiona, y tienes que estar dos meses tirado, ¿cachay?, entonces, la posibilidad, la habilidad de poder adaptarse a las situaciones, es lo que genera tranquilidad también en uno, ¿cachay?, como tranquilidad, loco, un año, filo, duermo más, veo más tele... yo lo primero que hice fue estar echao', y ver amigas y rivales así pero todos los días, vi puras leseras, y después con el tiempo, empecé a hacer más cosas, ya empecé a entrenar, venían las clases, pero siempre con esa tranquilidad, ¿cachay?, creo yo, que es una manera más inteligente, en cualquier momento cae una bomba en plaza dignidad, y quedamos todos Chernobyl, y qué vas a hacer por, adaptarte, entenderte no más, no sé, como que yo soy así también, y eso que soy políticamente enojón y disidente, pero uno también se entiende y se adapta, yo creo que eso me hizo entender mucho, como la adaptabilidad de... ¿cachay?, y también entenderme como que yo, loco, a quién le importo bailando, no le importa a nadie, no le importa a nadie, si la gente está con hambre, a quién le va a importar que yo haga un solo para Matucana 100, si la gente, en plena pandemia, no lo importa nada que estés bailando, no le importai', no le importai', no le importai', que no signifique que para ti no sea importante, no, eso es otra cosa, además uno se sitúa y uno se ríe, yo igual he aprendido a ver la vida así, "¡Noooo, pasó ésta desgracia", ya

filo, por eso yo creo que me puse a ver puras frivolidades, dejé de ver todos los programas que veía, yo veía programas políticos, me gustan caleta, leo de política, como que me gusta mucho, y en un momento de mi vida, ¿sabes qué?, este momento es para... frivolizar, si al final, el próximo año esto sigue, mira, yo siempre he trabajado en danza, siempre he podido trabajar en danza bastante, yo he trabajado hartito en danza, nunca he tenido mayores problemas económicos, uno a veces... obvio, si es danza en Chile, pero si el próximo año, vuelve a pasar esto y se cierra todo... yo doy clases o me pongo a trabajar de basurero, no sé, ¡me da lo mismo!, bueno, no sé, trabajo repartiendo pan, lavando platos, que lo he hecho también, ¿cachay?, entonces uno a veces cae en estas cosas del ego, que el mundo me tiene que dar a mí, si el mundo no te tiene que dar nada, qué le vas a dar tú al mundo, ¿cachay?

I.1 ¿Podrías reconocer y mencionar tus debilidades y fortalezas que se te han dado en tu relación íntima para con la danza en el contexto de confinamiento y distanciamiento social?

E.3 Eeh... qué digo... no, a ver, yo creo que el desprenderse de las cosas, no sé si es algo positivo o negativo, ¿cachay?, como el desprenderme, como si hay que dejar de trabajar un rato. Igual podría decir otras cosas, como que te pones más flojo, y uno también es más viejo, entonces como que también, obviamente a los 40 años tienes menos ganas de moverte que a los 23, ¿cachay?, porque el cuerpo no te da, y porque la cabeza tampoco te da, ya no lo logré, ya no voy a tener la pata por acá en la cabeza, no, para qué voy a luchar con eso, como que podría ser algo negativo, ya sí, que te pones más flojo, o... pero es que igual tiene que ver con el proceso natural del cuerpo de uno también, ¿cachay?, que me agarró a los 40 en plena pandemia, ¿cachay?, que también eso es una cierta madurez, porque bailas más tranquilo, yo igual volví a ensayo hace rato, a ensayos presenciales, y estoy bailando más tranquilo, no estoy así "¡quiero dar la vida!", porque sí, andas más controlado, cuidas la energía, y ese es otro lugar también super lindo, de danzar, ¿cachay?, ya no te rajai', y eso significa también que tienes más madurez, como más control corporal, más madurez, ya no es tan importante el virtuosismo, sino que es más importante hablar, conectar, ¿cachay?, entonces encuentras otros lugares corporales, como eso, no sé en verdad qué es lo bueno o qué es lo malo, qué positivo o negativo, pero sí, como ese lugar de estar más tranquilo en entrenamientos y en el moverte, ha hecho descubrir nuevos lugares de la danza, propios, a lo que tú vas a danzar a tu edad, y a lo que la madurez y el

entendimiento de la danza te da también, como que tú dices “ah, la danza no es sólo eso”, bacán, vas a otro lugar, otro lugar donde moverse y todo eso, ¿cachay?.

I.1 Pero ¿tú crees que este estado de desprenderse, de tranquilidad y madurez, igual te lo propició esta etapa de encierro o venía de antes?

E.3 No, si igual, antes de, yo estaba siempre así “¡AAAH!”, arriba, arriba, arriba, arriba, yo estaba siempre así, me exigía, me exigía, me exigía, sí, y luego el estallido social, después pandemia y bajé así “PFF”, pero una cosa cronológica, ¿cachay?, de tiempo, justo pasó que yo cumplí cuarenta, y no sé si fue por eso o por el contexto, ¿cachay?, pero justo en este tiempo como que me paso eso, como que yo estaba siempre arriba de la pelota, arriba, arriba, arriba, yo siempre estaba así, tomaba clases, entrenaba, bailaba, bailaba, bailaba, bailaba, y “PFF, PA”, de repente me chanté, y empecé a entender, y ahí me empecé a cuestionar otras cosas, y ahí me empecé a preguntar, ¿cachay?, y justo fue en el contexto, me hizo así como mirar más tranquilo, darme cuenta que no es tan terrible parar, no es tan terrible parar de bailar, antes no po, me moría, dejaba un mes de bailar y me moría, “AHHHHH”, la desesperación máxima, ¿cachay?, desesperación, estoy perdiendo el tiempo, y no después “¡Ah, loco, para!”, pero está bien, ahí tu dices dale, dale, dale, dale no más, pero me pasó que el contexto coincidió con mi edad también, entonces uno ahí “PFF”, quieres menos también, te quieres lesionar menos, te cansas más rápido, no sé, entonces pasa eso.

I.1 ¿Qué opinas sobre el autoconocimiento como una herramienta que podría proporcionar un accionar más fluido en tu quehacer en la danza? ¿Cómo te afectaría tener un mayor entendimiento del ser que eres a la hora de desempeñarte en la danza?

E.3 Eeh... o sea, una de las cosas que yo he comentado siempre, es que uno no tiene las herramientas para ser buen intérprete, o sea, yo no puedo entregar una herramienta para ser buen intérprete, o sea, no hay una indicación para ser buen intérprete, como “esto es ser buen intérprete”, lo que yo trato y tratado siempre de entregar en los laboratorios, en las tutorías, a los alumnos que me toca guiar, es descubrir las posibilidades que tiene cada uno de conocerse y reconocerse en el cómo habita la danza, yo siempre lo digo, tu cuerpo es distinto al mío, entonces tu cuerpo habita la danza de manera distinta al mío, no le puede decir a ese cuerpo cómo lo tiene que hacer, porque yo no soy tu cuerpo, no puedo... ya sabemos, no

puedo decidir sobre el cuerpo del otro, entonces así, políticamente y artísticamente, no puedo decirte a ti cómo hay que interpretar, puedo ofrecerte prácticas, y una guía desde mi experiencia para que tu encuentres lugares que te lleven a la interpretación, y eso significa reconocerse, que tu te reconozcas, que yo me conozca, que yo sepa como me muevo, que yo sepa cómo tratar la emoción en mi cuerpo, que yo sepa cómo entrar en el dolor, que yo sepa salir del dolor, que yo sepa cómo habito e interpreto un lugar en la danza, a qué es lo que voy con eso, es que el autoconocimiento te genera herramientas para conocerte en la danza y saber cómo habitarla, ¿cachay?, porque no hay una forma de interpretar, porque todos tenemos distintas formas de entrar en la danza y habitarla, entonces, claramente el autoconocimiento en uno, es lo que te va a desarrollar herramientas para poder habitar danzas de otros, por ejemplo. Mientras más mundos kinéticos, energéticos, diferencias dancísticas de técnicas corporales uno maneja, te entrega también madurez para entrar a otros lugares y en otras emociones, en el fondo yo, con mi autoconocimiento y mi experiencia, cómo yo lo utilizo para habitar diferentes lugares, pero claramente sí, el autoconocimiento es lo que te genera mayores herramientas para poderte conocer e identificar, reconocerte a ti en la danza, porque somos claramente emocionales, sensitivos, ¿cachay?

I.1 ¿Crees que el proponerte metas y objetivos relacionados a tus motivaciones intrínsecas e identificadas por medio de un autoconocimiento más desarrollado, te permitan accionar de mejor manera en la danza y conseguir un bienestar mayor? ¿Por qué?

E.3 O sea, depende de lo que uno sienta por bienestar, claramente, y la situación en la que uno esté en el momento, bienestar, claro, hablando de mi lugar ahora, bienestar tiene que ver con el placer, estamos hablando de la danza, y las metas... o sea, a mí lo que me ha pasado es que yo nunca me he puesto metas así como... para mí las metas tienen que ver con, es que me ha pasado, que constantemente he estado trabajando con creadores, constantemente, siempre he estado trabajando con gente, siempre, siempre, siempre, entonces, para mí esas han sido las metas, como, qué tengo que lograr en este proceso con este creador o esta creadora, ya, lo logré, uhh, ya contigo, a ver, qué tengo que hacer, ¿cachay?, entonces mis metas nunca han sido, así como "oye, yo me quiero ir a Europa, bailar con este loco, ir al ballet nacional", nunca han sido así, se han dado situaciones, pero se han dado porque uno

está trabajando con gente y filo, desarrollas el trabajo, entonces a mí me ha pasado que las metas que me propongo son las metas que me propongo ahí in situ con el creadore, ¿cachay?, yo me pongo ahí para crecer, y eso es lo que me ha dado y me ha hecho crecer en esos lugares, ¿cachay?, entonces ahí me he ido auto conociendo, ahí he entendido como habito la danza, ahí con ellos, como que lo que uno desarrolla en la vida es circunstancial, el momento me ha dicho.

I.1 Pero igual, la pregunta te dice que, ya, tú te reconoces ahí y también te reconoces en esta relación con la danza que es más bien circunstancial, tú ya lo reconoces de esa manera, y eso te motiva hacia el placer que tienes con la danza, entonces, ¿cómo esas motivaciones que tú ya tienes con la danza, esas intenciones, te generarían un bienestar? Las metas y propósitos están ahí dependiendo del contexto, pero cómo tú, ya entendiéndote como un ser que está recibiendo la danza desde el placer y que es circunstancial, porque sabes que es efímero y te tienes que saber adaptar, ¿cómo el entenderte como este ser te ayuda para que te provoque bienestar, y no te genere, por ejemplo, frustración, o ansiedad, etc.?

E.3 Ah sí po, no, claramente, el haber tenido esta relación que tengo ahora con la danza es lo que me produce no frustrarme, ¿cachay?, no voy a decir así, pucha tengo cuarenta años, no estamos todos bailando como era antes y ya fui, podría decir eso, y frustrarme y achacarme, pero bueno, volver a retomar la danza con cuarenta y uno, ¿cachay?, aunque igual no he parado de bailar. Claro, como que eso me da mayor tranquilidad, me tranquiliza, y hace que yo pueda vivir más placenteramente los procesos de danza que tengo, o los espacios de danza que tengo.

I.1 Claro, voy al hecho de que más que se te haga placentero en lo corporal, se te haga placentero también en tu mente, para que no te genere mayor problema porque no lo lograste hacer, no lograste entrar, pero tienes la tranquilidad porque sabes cómo funciona.

E.3 Claro, sí po, no te vas a frustrar por eso, porque entiendo la danza y el contexto en este momento, y también me he puesto en otros lugares, y he activado otros lugares, digo, políticamente, como que me he puesto a activar otros lugares en mi vida, que son igual de importante, claro, la danza me da bien económico, me da de

comer, ¿cachay?, y me da vida, pero hay otros lugares que también me genera eso, entonces me completo con otros lugares. El problema es que siempre se nos ha enseñado que somos seres que crecemos en una pura vereda, se nos enseña a estudiar una carrera, y ser eso, si no es de una forma, de una forma binaria, esto o esto, tu vida se va a centrar en eso, y para qué vas a hacer eso, para tener plata y/o para tener una familia, listo, y no, uno se complementa de muchas cosas, entonces ahí viene el problema cuando esa sola cosa no te resulta, a mí no me resulta la danza en un año, me da lo mismo, tengo otros lugares que hacer, ¿cachay?, yo no digo que tenga la solución de las cosas, uno de viejo va entendiendo mejor las cosas, pero uno es un complemento de cosas, yo digo una estrategia inteligente de supervivencia, como que constrúyete como ser humano desde distintos lados, porque si se te cae uno, vas a tener lo otro, entonces qué es lo que le pasa a la gente, constantemente, evoca toda su energía a la pareja, se le fue la pareja, y se le fue “a la b” el mundo, la pasión de ustedes no es lo que tengan que hacer para siempre, constrúyanse humanamente de otros lados también, porque el ser humano no se construye solamente de su pasión, se construye de otros lugares, políticos, sociales, de género, sexuales, ambientales, se construye de muchas cosas, y nos han enseñado a construirnos de una sola línea, si esa línea se les cae, que les pasó a muchos estudiantes en este tiempo, estudian danza con tanta energía y de repente dejaron de bailar y se cayeron todos.

10. Referencias

Abello JD, Manzano N, Becerra L. La danza, el movimiento y la salud. *Salutem Scientia Spiritus* 2018; 4(1):65-67.

Báez, D. (2014). El despliegue del autoconocimiento a través del ejercicio del intérprete (Doctoral dissertation, Universidad Academia de Humanismo Cristiano).

Bernal Páez, M. J. (2019) Danza primal y Hatha yoga. Hacia otras prácticas que posibilitan el autoconocimiento. Recuperado de <http://hdl.handle.net/11349/15125>

Correa, M. Cabieses, B. Moena, O. Villalón, F. Pacheco, D. (2020). Para superar la pandemia debemos cuidarnos todos: Material de apoyo para familias migrantes viviendo pandemia SARS-CoV-2 en Chile. Recuperado de <http://hdl.handle.net/11447/3349>

Écija, A. Naverán, I. (2013). Lecturas sobre danza y coreografía. ARTEA editorial, Madrid.

Elejalde, M. F., & Camera, A. W. (2002). De la psicología a la danza. Una aproximación a los requerimientos psicológicos para enfrentar las exigencias danzarias. *Revista cubana de psicología*, 19(1).

Fàbrega, J. (2007). La interpretación para bailarines. *Estudis escènics: quaderns de l'Institut del Teatre*, (32), 314-329.

Guil, R. Gil-Olarte, P. Mestre, J. Núñez, I. (2006). Inteligencia Emocional y adaptación socioescolar. *Revista electrónica de motivación y emoción*, 9, (22).

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). Metodología de la investigación McGraw-Hill. *México DF*.

Hoyos-González, P. (2016) Persiguiendo la bailarina vestido de bailarín. Apuntes de un aprendiz de danza contemporánea. *RBSE – Revista Brasileira de Sociologia da Emoção*, v. 15, n. 43, p. 175-187.

Mellado, P. (2014) Tesis para optar al grado de magister en artes visuales con mención en aa.vv. Recuperado de http://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/116829/tesis_Paulina_Maqueta.pdf?sequence=1&isAllowed=y

Ministerio de Salud. (2020). Ministerio de Salud confirma primer caso de coronavirus en Chile. Recuperado de <https://www.minsal.cl/ministerio-de-salud-confirma-primer-caso-de-coronavirus-en-chile/>

Monje Álvarez, C. A. (2011). Metodología de la investigación cuantitativa y cualitativa. Guía didáctica. *Universidad Surcolombiana*, 1-216.

Montes, M. (2000). El amor, base fundamental del ser saludable. *Colombia Médica*, 31(1), 49-54.

Oramas A, Santana S, Vergara A (2006) El bienestar psicológico, un indicador positivo de la salud mental. *Revista Cubana de Salud y Trabajo*, 7(1-2), 34-39.

Padilla, C. Coterón, J. (2013) ¿Podemos mejorar nuestra salud mental a través de la Danza?: una revisión sistemática. RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, (24),194-197.

Rojo, C. (2020) La revolución de la danza en el contexto de la vanguardia tecnológica. (Doctoral dissertation, Universidad Academia de Humanismo Cristiano).

Salas, J. (2015). Estilos de vida saludables: un derecho fundamental en la vida del ser humano. Revista Latinoamericana de Derechos Humanos. Volumen 26 (2), 37-55.

Sansinenea, E., de Montes, L. G., Agirrezabal, A., Larrañaga, M., Ortiz, G., Valencia, J. F., & Fuster, M. J. (2008). Autoconcordancia y autoeficacia en los objetivos personales: ¿Cuál es su aportación al bienestar? Anales de Psicología/Annals of Psychology, 24(1), 121-128.