

una línea de trabajo basada en la práctica. Una vez diseccionado el movimiento, al ser revelados los elementos y las conexiones, se pueden desarrollar nuevas técnicas, nuevos estilos o nuevas líneas de investigación ya sea en la danza, el teatro, la música, la robótica, la kinesiología, el deporte, la creación cinética, la animática, el cine, etc.

Cada uno de los campos del LMA puede dar pie a un programa de estudios capaz de alimentar un trabajo en profundidad, basado en la teoría y la práctica, en diálogo permanente con otras materias afines.

### Bibliografía

- DELL, Cecily: *A primer for movement description*. Nueva York: Dance Notation Bureau, 1977.  
 —*Space Harmony*. Nueva York: Dance Notation Bureau, 1977.  
 HACKNEY, Peggy: *Making Connections. Total body integration through Bartenieff Fundamentals*. Nueva York: Routledge, 2002.  
 LABAN, Rudolf: *The Mastery of Movement*. Plymouth: Northcote House, 1988.  
 —*La maîtrise du mouvement*. Arles: Actes Sud, 1994.  
 —*Choreutics*. Londres: MacDonald & Evans, 1966.  
 CASCIERO, Thomas: *Laban Movement for the actor*. Baltimore: Towson University, 1998.



## Moción | Stasis | Percepción sensorial

Alwin Nikolais



Alwin Nikolais (1910-1993) es de sobra conocido como para extendernos en su biografía. Ahora bien, hay que recordar su extensa obra, ya que, desde el año 1936 hasta 1992, cuando firmó su último trabajo, creó más de

un centenar de coreografías, de muchas de las cuales compuso también la música.

Son muchos los artículos, ensayos, textos, entrevistas, que se han escrito desde diversos ámbitos del conocimiento sobre este coreógrafo, pero en cambio, son poco conocidos los del propio Nikolais. Los escritos que ahora presentamos forman parte de *The Unique Gesture*, un compendio de textos, manuscritos, inéditos hasta el año 2005, en los que el coreógrafo expone su pensamiento sobre diferentes aspectos del arte de la danza, y que recopiló, después de su muerte, su compañero Murray Louis. Estos textos se publicaron en el libro *The Nikolais/Louis Dance Technique. A Philosophy and Method of Modern Dance*.

Con la esperanza de ayudar a conocer el legado del coreógrafo y de deshacer malentendidos entorno a la interpretación del pensamiento de Nikolais, se han traducido estos escritos por primera vez al catalán y al castellano, aunque, desgraciadamente, por cuestiones de espacio, sólo podemos ofrecer una pequeña parte.

Además de *The Unique Gesture*, hay que destacar también los siguientes escritos del coreógrafo, cuya relación recoge Francesca Pedroni, crítico de danza e historiadora del teatro y del espectáculo, en el libro *Alwin Nikolais*:

- 1938 (dir.), *Index to Puppetry, A Classified List of Magazine Articles Published between 1910-1938, 1938*. Índice compilado bajo la supervisión de Nikolais en la época del Hartford Parks Marionette Theatre. Se puede encontrar en la Dance Collection de la New York Public Library. <http://catnyp.nypl.org>  
 —1948, «A New Method of Dance Notation», en *Theatre Arts*, xxxii, núm. 2, pp. 63-66; nueva edición en M.H. Nadel y C.G. Nadel, *The Dance Experience, Readings in Dance Appreciation*, Praeger, Nueva York, 1970, pp. 145-170.  
 —1957, «Dance Semantics - New Abstract Conceptions Qualify and Vitalize Modern Art Forms», en *The New York Times*, 18 de agosto.  
 —1958, «The New Dimension of Dance», en *Impulse*, San Francisco, pp. 43-46.

- 1961, «Growth of a Theme», en *Dance Magazine*, Nueva York, febrero, pp. 30-34; también en W. Sorell (dir.), *The Dance Has Many Faces*, Pennington NJ, Cappella Books, 1992, pp. 124-129; también en la 2ª ed. rev., Columbia University Press, Nueva York, 1966.
- 1963, A. J. Pischl y S. J. Cohen (dir.), «Composer/choreographer», en *Dance Perspectives*, núm. 16, Brooklyn, pp. 54-60.
- 1966, «No Man from Mars», en S. J. Cohen (dir.), *The Modern Dance: Seven Statements of Belief*, Wesleyan University Press, Middletown CT, pp. 63-75.
- 1968, *Clothing and environment*, a *Body covering*, catálogo de la exposición en el Museum of Contemporary Crafts of the American Craftsmen's Council, Nueva York, 6 de abril - 9 de junio, pp. 42 y 43.
- «Dance in Education», en *Impulse*, San Francisco, pp. 64-81.
- «What's Good for the Arts Is Good for GM: Some Notes on the Beauty Business», en *Cultural Affairs*, núm. 2, Nueva York, pp. 26 y 27.
- 1969, «An act of magic; interview with Dance and Dancers», en *Dance and Dancers*, Londres, agosto, pp. 24-26.
- 1970, «The Multimedia Department», en *Theatre design and technology*, Nueva York, p. 14.
- 1978, «Alwin Nikolais», en A. Livet (dir.), *Contemporary Dance*, Abbeville Press, Nueva York, pp. 190-195.
- 1982, «Vers le théâtre abstrait», en André Hofmann (dir.), *Le ballet*, Bordas, París, pp. 166-168.
- 1985, *Modern Dance Today: Concerns*, notas para el Council of Dance Administrators, Monticello, Illinois, 23 de junio, pp. 1-6.

JORDI FÀBREGA I GÓRRIZ



## MOCIÓN\*

La *moción* (**motion**), como medio de la danza, es la base de su técnica y de su arte. La definición de *moción* incluye todas las dimensiones relacionadas con el tiempo y el espacio, así como los aspectos dinámicos involucrados en las leyes físicas del movimiento. Todos estos componentes se pueden explorar por separado. Podemos notar la fuerza de la gravedad o de la inercia, los cálculos y las sensaciones temporales, el volumen o la longitud del espacio y todos sus valores conocidos o implicaciones místicas. Pero de momento nos ocuparemos del sentido mismo del concepto de *moción*.

Si pudiéramos simplificar las capacidades motrices del instrumento humano y relacionarlas con el control más elemental de los estímulos físicos que nos hacen mover, seguramente accederíamos a una significación extraordinariamente directa y primaria de la naturaleza de la acción.

Hemos dibujado el cuerpo humano básicamente como un instrumento predominantemente axial. Los huesos, ligados por articulaciones, son empujados a la acción por los músculos, que reciben la fuerza de los nervios, los cuales la reciben de los impulsos que el cerebro envía.

No podemos prescindir de toda censura motriz, y tenemos suerte de que así sea. Hemos aprendido a ir derechos y a caminar gracias a la autocensura que la experiencia nos da. El niño, gracias a la escuela de los desastres de las caídas, aprende finalmente lo que tiene y lo que no tiene que hacer. Cabe decir que muchas inhibiciones motrices tienen su origen en el miedo. No son restricciones cinéticas; son restricciones mentales y físicas. El bailarín deberá desaprender unas cuantas.

\* N. de la T. Como A. Nikolais da un valor muy particular al concepto de «motion» hemos optado por traducirlo por «moción» (y dejarlo en cursiva) para facilitar que el lector vaya más allá –o más acá– del concepto de «movimiento».

Pero en esta exploración sólo nos interesa la movilidad y las sensaciones básicas de la movilidad, al margen de si estamos «locos, tristes o alegres». La movilidad no es una acción sencilla. La propulsión del cuerpo a través del espacio es un esfuerzo complejo.

Dado que la danza, como arte de la *moción*, está sujeta a las mismas leyes físicas de la acción que todos los cuerpos móviles, no se puede situar por encima de estas leyes. Aunque gracias a sus energías fisio-psicológicas el hombre disfruta del privilegio único de la motivación, su acción física depende de la gravedad, de la inercia, de la fuerza centrífuga, la centrípeta, de la aerodinámica y de la fricción como cualquier otro objeto físico.

Desde la cuna, el bebé aprende, tanto de manera inconsciente como consciente, a componérselas con estas leyes del movimiento. Sus primeros pasos son precarias aventuras donde lucha por controlar y dirigir su cuerpo en armonía con las fuerzas externas.

Aprende a inclinarse en la dirección que le interesa, y automáticamente dobla los pies en esta misma dirección para prevenir el desastre. Aprende a levantar el pie para saltar los obstáculos. Empieza a calcular las acciones según las limitaciones de espacio y de tiempo. Refina las habilidades motrices hasta adquirir el nivel de maniobra requerido en su sociedad. Su proceso de aprendizaje implica las energías mentales y dirige las energías del cuerpo.

En la danza se exige el grado más alto de habilidad de *moción*. Va más allá de las habilidades deportivas y de la manipulación de objetos exteriores al cuerpo. Se trata de la capacidad de manipular el cuerpo mismo en acción. En última instancia, el bailarín debe hacer que las fuerzas involucradas en el movimiento lo sirvan, no que lo dominen.

La *moción* es el resultado de diversas leyes físicas. Se produce cuando una fuerza desplaza un cuerpo material. La ley de la *moción* gobierna el cambio. Como las va-

riedades de *moción* son infinitas, la *moción* como medio de la danza presenta un abanico ilimitado de posibilidades cinéticas.

La *moción* de un cuerpo material implica tres fases elementales: pasividad, trastorno y resolución. Estos estados también se pueden aplicar a la danza. La pasividad para el bailarín hace referencia a un estado de quietud, pausa o *stasis*. La quietud, o fase pasiva, está predeterminada por un estado mental y por eso varía considerablemente en sus cualidades y en la forma que el cuerpo adopta.

Todos los cuerpos físicos en fase pasiva tienen ciertas propiedades que condicionarán la modalidad de su *moción* potencial. Las propiedades de una pelota de goma hacen que su reacción al impacto de un golpe sea diferente a la reacción de una bola de madera o de un globo. El tamaño, la forma, el peso y el tipo de propiedades físicas predeterminan, en cierta medida, el tipo de acción del objeto.

Las características físicas, psicológicas y biológicas del cuerpo humano son diferentes y se perciben de manera diferente. Estas características complejas se transmiten a través de los músculos y afectan a la capacidad de cambiar la textura del cuerpo. Los músculos se pueden tensar o relajar. A través del dispositivo axial el cuerpo puede cambiar de forma. El hecho de que los objetos animados puedan proporcionar su propio impulso en la fase de trastorno marca la diferencia entre los objetos animados y los inanimados. Un hombre se mueve a voluntad, una piedra no.

La acción sigue la pauta de *stasis*, trastorno y resolución. El *trastorno* implica cierto grado de choque inesperado. El cuerpo humano es tan susceptible de recibir un choque como cualquier otro objeto material. Pero el cuerpo puede, en cambio, recurrir a su propia energía o motivación para salir de la *stasis*.

Como el estado de *stasis* debe recibir alguna forma de energía para ponerlo en movimiento, el bailarín recurre usualmente a su propio impulso, cuando no es empujado

o arrastrado a la acción por una energía externa. La energía motriz nace de su propia voluntad, de su psique.

El *trastorno* incluye también la dirección en la que la fuerza lo ha activado. La dirección es una progresión de un punto hasta otro, y hace referencia a la trayectoria que va del impulso a su consecuencia lógica. Con el objeto animado —el bailarín, en este caso—, el trastorno se caracteriza además por el factor temporal y por la calidad de la fuerza, que puede percutir, empujar o estirar y que puede ser sostenida, retenida o relajada, dependiendo de si se ejerce inmediatamente o si se va soltando poco a poco.

En otra forma de «acción para salir de la quietud», la posición se mantiene y después simplemente se suelta, entregada a la gravedad. No hay gasto de energía para producir la acción, más bien pasa lo contrario, que se prescinde de la energía. Las acciones de caerse, desprenderse y balancearse son de este tipo. En este caso la energía conductora viene dada por la gravedad. El hecho de soltarse es el *trastorno*. En el trastorno es donde la *moción* se define particularmente como danza.

El instrumento humano, en general, presenta su propio *trastorno*, libera su propio impulso a través de un amplio abanico de motivaciones.

Propulsar (**propel**) es otra palabra usada para describir esta fase de la *moción* en danza que es el trastorno. Puede ser una cosa percibida, imaginada o preparada, pero en todos los casos provoca la acción deliberadamente. Aunque queramos presentar la propulsión como una sorpresa, es de todos modos algo preparado. La diversidad de formas de propulsión que podemos escoger es considerable.

La vitalidad y el control de esta motivación explosiva nos permiten reconocer al intérprete de técnica refinada. Es capaz, en un momento, de poner en marcha el impulso exacto necesario para propulsar sus músculos a la acción; tiene además la capacidad inmediata de controlar la expulsión de la

energía en los músculos. Debe haber una liberación rápida de la energía tras la acción del trastorno, de lo contrario la unidad corporal parecerá lenta en la realización del objetivo deseado que el trastorno desencadena.

Cada acción que realiza el cuerpo (con un punto de partida automotivado) es inicialmente una acción percutiva. (La gravedad se puede considerar un punto de partida percutivo, por la entrega repentina a su fuerza descendente).

El cuerpo humano, sobre todo si está emocionalmente trastornado, puede explotar en casi todas las direcciones, y normalmente lo hace en forma de estallidos emocionales. La acción percutiva es explosiva y proyecta por lo tanto sus fuerzas en todas las direcciones, salvo el caso, claro está, que se encuentre bloqueada y canalizada por alguna barrera. En la danza podemos escoger esta barrera para que los resultados de la fuerza percutiva vayan dirigidos a la definición espacial que nosotros escogemos.

Cuando empezamos a poner en práctica este principio, lo que más nos preocupa es el control de los destinos focales concretos. Necesitamos determinar el diseño arquitectónico del cuerpo que nos permita ponernos de acuerdo sobre lo que significan las direcciones adelante, hacia atrás, lateralmente, en diagonal o arriba y abajo cuando el cuerpo es propulsado a una *moción*. Pese a ser simples, estas direcciones arquitectónicas definen el enderezarse del cuerpo hacia unos destinos específicamente entendidos. La competencia arquitectónica es pues necesaria para el cumplimiento técnico y estético del bailarín.

El tercer estadio, la *resolución*, lleva a un nivel más complejo las leyes del movimiento: gravedad, inercia y fuerzas centrífuga y centrípeta. En el objeto inanimado la naturaleza de este estadio queda determinada por las propiedades del objeto, más la dirección y el grado del origen del trastorno. Así, una pelota de goma responderá a la fricción y al grado de la fuerza según sus

propiedades de resiliencia, su tamaño, peso y forma; y a las leyes del movimiento que gobiernan un objeto de este tipo.

Pero con la complejidad del mecanismo humano, la *resolución* puede ser completamente impredecible. El instrumento humano, con su dotación psicofísica, hace que este estadio sea infinitamente variable. El cuerpo puede cambiar, por el camino, la forma o las propiedades de las texturas según las particularidades de la motivación. Estas variantes pueden interactuar con el cuerpo, que, a cambio, puede afectar a la resolución en su conjunto.

Si la resolución para un objeto inanimado es generalmente predecible, el ser humano es un instrumento tan multidimensional que metafóricamente puede adoptar cualquier forma. La primera decisión por lo tanto debería ser determinar qué forma ha adoptado el bailarín y cuál es la naturaleza de esta forma. El diseño del cuerpo y sus características harán ahora referencia a su *gestalt* identificativa. Esta *gestalt*, esta nueva identidad, determinará cualquier acción que el bailarín adopte.

En la quietud o estadio de *stasis* las características que el bailarín establece en su cuerpo no hacen referencia necesariamente a un estado de ánimo humano. Puede crear una acción que haga referencia metafórica a cualquier tema. Se puede bailar un concepto abstracto de espacio o de tiempo, o una cosa no concreta, cuyo estatuto poético alterará la resolución de la acción.

Resumiendo: en el estadio de pasividad o *stasis* el bailarín, ahora una figura metafórica, no representa necesariamente al género humano de una manera ni general ni específica, ya que puede diseñar libremente sus actitudes, tanto físicas como psíquicas, de la manera que decida.

Continuando con la segunda fase de la *moción*, la del *trastorno*, el impulso motriz depende de la identidad que el bailarín ha establecido en el estadio de *stasis*. La naturaleza metafórica del cuerpo dictará las características del trastorno.

La tercera fase de la *moción*, la del ajuste

o *resolución*, queda ahora determinada por la naturaleza de la *gestalt*. Las tensiones de origen emocional pueden destruir una metáfora delicada; hay muchas posibilidades de que obliteren un tema ilusorio. Las manifestaciones tensionales de la emoción son muy poderosas y visibles, y la más mínima aparición de cualquiera de ellas puede hacer que las otras cualidades de la acción queden relativamente sometidas.

A partir de aquí son posibles nuevos campos del lenguaje de la *moción*. En vez de ser un ser humano en un espacio determinado, el bailarín metafórico puede convertirse en la naturaleza misma de este espacio. En este caso, en vez de diseñarse a sí mismo como un ser humano en el espacio, tiene que crear los significados a los que debe someterse su condición literal de ser humano. Su cuerpo se convierte, más bien, en un instrumento que revela directamente la calidad de esta idea espacial. Es como si no viéramos el piano que alguien toca y sólo oyéramos su sonido.

En la danza la figura puede trascender la condición humana y convertirse, como la música, en alguna cosa. El bailarín puede ser abstracto o concreto. Puede ser la esencia de un personaje sin ser el personaje mismo. Puede ser un sonido o un color. Puede ser una emoción sin ser aquel que emociona. Puede ser la calidad de un tiempo o de un espacio. Puede ser un objeto de la naturaleza o una creación de la imaginación. En el acto de trascenderse él mismo, utiliza el aspecto más valioso y poderoso del ser humano: su poder de cambio, de transformación, de plena trascendencia. Puede reducirse a un microcosmos o expandirse hasta el macrocosmos. En lugar de limitarse al mundo, ahora puede englobar todo el universo.

## STASIS

Entre las tres fases de la *moción*, creemos que la primera, la de pasividad, quietud o *stasis*, es la que está más relacionada con el

concepto de presencia del intérprete. En esta fase de *stasis* nos preocupamos por la situación dinámica del volumen del bailarín, por su instrumento corporal.

Para un espectador externo, este estado es visible por la manera en que el intérprete se mantiene derecho. Se percibe en el tono del cuerpo en su conjunto. No se puede obtener sólo con una postura física correcta. Necesita la iluminación de la mente, que activa los detalles más pequeños que, de lo contrario, no estarían presentes. Por otra parte, si el estado mental es el correcto pero el cuerpo no consigue dominar el pensamiento por cansancio físico, nervios o inconscientes resistencias reprimidas, entonces el estado de *stasis* peligra.

Desde los tiempos de las civilizaciones primitivas, el hombre ha reconocido un volumen periférico o no físico al hombre. De aquí han surgido un conjunto de expresiones que caracterizan comportamientos. Frases como «fuera de sí», «cerrado», «superficial», «de gran corazón», «de espíritu encogido», «hecho polvo», «profundamente desesperado», «estallando de gozo», «independiente», etcétera.

Son descripciones en parte hiperbólicas, pero también curiosamente reales. Podemos hablar de la constitución física de una persona y decir que es así de alta, así de ancha o así de gorda. También podemos decir, en un sentido no físico, que es una persona superficial, que es estrecha de miras o que tiene el estado de ánimo alto o bajo. Una persona sana está equilibrada en todos los sentidos. Es una persona bien completada.

El cuerpo como instrumento tiene una estructura básicamente axial. Ahora bien, como un títere con los hilos cortados, puede ser una masa inerte de carne y huesos, amontonada en el suelo. Inevitablemente se rendirá a la gravedad si no hay una motivación que lo haga estar derecho y levantarse hasta su altura potencial total.

La ciencia, la antropología, la psicología y las otras «logias» no han encontrado ningún motivo aceptable para explicar la posición erecta del hombre.

Llegados a este punto tenemos que establecer una posición inicial a partir de la cual el bailarín pueda ponerse en *moción*, ya sea sentado, boca abajo, apoyándose en un hombro o echado en el suelo. Necesitamos un comienzo, da igual la forma que adopte. La forma más conveniente es la postura erecta. Deberemos describir la naturaleza de cuya quietud nace la *moción*.

Estar derecho e inmóvil no es algo fácil de hacer. Sí que es, sin embargo, un esfuerzo básico que hay que llevar a cabo. En la práctica de la *stasis*, debemos concebir un status quo a partir del cual nos ponemos en acción.

En las definiciones científicas, la quietud es un estadio que se califica de inerte. En el caso del bailarín esta situación está lejos de no estar viva. Por eso vale más que la llamemos *stasis* o situación de presencia vertical. La presencia vertical implica la conciencia del bailarín de su existencia en un espacio y un tiempo definidos. El espacio y el tiempo son energías constantes que transpiran a través de él y a su alrededor. Para estar presente, el bailarín debe ajustarse constantemente. Un poco como Alicia en el País de las Maravillas, debe mantener en movimiento su estado de conciencia, para estar quieto en un mismo sitio.

La *stasis* es una calidad de inmediatez. Inmediatez en la *stasis* significa actuar la quietud con toda la vitalidad de la presencia. El bailarín, a través de su imaginación, tiene que impregnar profundamente la *stasis* con la vitalidad de la presencia.

La presencia no es sólo una realidad física. El intérprete debe aprovechar su imaginación para verse a él mismo en estado de presencia. Debe hacerlo con tanta fuerza de forma que sus facultades se mantengan íntegras. Están allí y sólo allí.

La incapacidad de obtener presencia en estado de *stasis* puede ser debida a una inacabable variedad de deficiencias físicas y psíquicas. Las físicas, en general, pueden corregirse. Eso ocurre, sobre todo, si las causas psicológicas que las crearon han desaparecido pero permanecen los hábitos

musculares. Los hábitos físicos pueden corregirse; pero si por otra parte los condicionantes psicológicos todavía están activos, la corrección se hace mucho más difícil. Sin embargo, a menudo me he encontrado con que si corregimos la posición física no queda espacio para que el detrimento psicológico se vuelva a instaurar. Si el condicionante psicológico no es demasiado severo es probable que se vaya aflojando con el tiempo y que el rastro en la pizarra física se borre.

Entre sus percepciones, el bailarín debe reconocer la acción del espacio y el tiempo; de lo contrario se distanciará de éstos y acabarán fuera del alcance de su conciencia inmediata. Una parte de su interpretación de la quietud es buscar el equilibrio de sus energías y percepciones para que vayan al mismo tiempo, sin avanzar ni quedarse atrás. Lo mismo ocurre con el espacio. Cuando estamos derechos se producen unas radiaciones tridimensionales que mantienen viva la presencia del yo en el espacio y en el tiempo. La *stasis*, en este sentido, es multifocal. En parte es tiempo, es espacio y es el yo.

El bailarín está abierto como un arpa eólica mientras el tiempo y el espacio pasan a través de él, dejando su naturaleza a su paso.

El espacio que rodea un cuerpo también sirve como atmósfera para la mente. Para el ser humano, en situación de *stasis*, existe un volumen implicado que abarca una distancia larga, hasta los límites de su forma física real. El bailarín es capaz de conseguir unas dimensiones físicas mayores cuando su volumen físico proyectado se añade a sus dimensiones corporales. Esta dimensión ampliada adicional es, de hecho, un aura psíquica.

El común acuerdo entre cuerpo y mente es esencial. Un propósito de la mente en un sentido opuesto a la actividad del cuerpo sólo puede crear confusión.

Globalmente la dirección técnica y el entrenamiento son un proceso de corrección encaminado a obtener este acuerdo entre el

cuerpo y la mente en la actuación. Este proceso particular es abstracto, clásico y equilibrado. El intérprete no se imagina ningún estado emocional ni ningún entorno condicionado como el miedo, el odio, la nostalgia, el amor u otras cosas por el estilo. Es una acción directa desprovista de todo tipo de conflicto entre mente, cuerpo y entorno. La respuesta del movimiento es la que da la naturaleza del movimiento.

La inmediatez no es un estado normal, sino que lo hace posible la proyección sobrecargada del yo. Requiere la habilidad de proyectar la propia presencia de una manera tan intensa que se convierta en realidad. Aunque esta inmediatez pueda parecer una presencia real, en realidad es el control mental del intérprete que la crea, y por lo tanto, es un estadio imaginario de realidad actuada.

La palabra *emoción* es confusa. Toda *moción* humana se encuentra implicada en ella en cierto modo. Aquello que generalmente llamamos emoción tiene que ver con la incapacidad de actuar como resultado directo de una estimulación sensorial. Ésta adopta la tonalidad de la frustración, el disgusto u otras formas del descontento, cuando no se amplifica hasta la rabia, el miedo, el odio o situaciones más pasivas como el deseo, la nostalgia o cosas por el estilo. También podemos encontrarnos en un estadio de pasiones excesivas, estimuladas hasta más allá de la capacidad del cuerpo para darle respuesta. Eso también provoca desequilibrios. El aspecto clásico de la *moción* está libre de estos condicionantes; al revés, demuestra la consonancia entre mente, cuerpo, entorno, espacio y tiempo. Es un estado de presencia equilibrada.

La fuerza de la mente revela su vida a través del cuerpo. El cuerpo es el intermediario entre la mente y el espacio exterior. El cuerpo, a través de su expansión o contracción física, revela en el espacio la dimensión creada por la mente. Cuanto mayor sea la concepción de la altura en el espacio, más alto será el cuerpo. Y lo mismo

ocurre con las otras proyecciones físicas espaciales.

Como nota adicional, existe también una relación entre la salud mental y la sensibilidad, igual que entre la locura y la insensibilidad. La salud está relacionada con una participación razonable en un entorno concreto. Requiere una percepción sensorial de este entorno y de su efecto sobre nosotros. Si aflojamos, o nos «desenganchamos», por alguna razón no intencionada, nuestra capacidad de vivir con plena capacidad queda interrumpida. La totalidad no se recupera hasta el momento en el que restablecemos contacto con el entorno.

La relevancia de esto para el bailarín, desde un punto de vista técnico, radica en su control y destreza en la manipulación del cuerpo para que refleje la relación mental con el entorno o el espacio.

Es fácil de imaginar cómo una dimensión mental conflictiva puede afectar a la dimensión del cuerpo físico y romper la claridad y totalidad de la *stasis*.

## PERCEPCIÓN SENSORIAL

De una manera muy simplificada podemos decir que las artes de la representación comprenden normalmente tres componentes: el medio, el instrumento y el mensaje. Para empezar, es esencial establecer algunas definiciones precisas, como por ejemplo qué es el instrumento, qué es el medio y cómo queda el mensaje. En la música estos tres componentes son fácilmente discernibles: el piano es el instrumento, el sonido que emana el piano es el medio y la naturaleza de este sonido, producida por la manipulación estética del artista, es el mensaje. En la danza, sin embargo, hay confusiones y concepciones irracionales de los tres factores. La primera gran diferencia, y ciertamente la más compleja, es que el instrumento y el artista son uno y lo mismo. El trabajo es distinguir los límites y los campos de cada uno. El cuerpo humano es un complejo surtido de huesos, músculos, tendones, nervios

y terminaciones sensoriales, y al mismo tiempo una maraña de otros materiales biológicos. Todos se comunican con el cerebro, que constituye el centro del sistema nervioso y la sede de la conciencia y la voluntad.

Si tratamos de aportar un cambio a la práctica técnica y estética de la danza, debemos evitar deliberadamente aceptar en nuestros cerebros sensaciones que no sean aquellas que promueven la comprensión de la *moción*. El cerebro tiene un poder enorme de selección y de rechazo. Puede disminuir algunas vías de receptividad y poner un énfasis excesivo en otros. También conserva hábitos de comportamiento que se introducen sin querer entre los hechos mocionales. Esta inclusión de residuos indeseados en las pautas mocionales hace confusa la definición cinética.

Un objetivo central del proceso de enseñanza debe ser la clarificación de la motivación y la claridad de su resultado mocional. Es decir, la enseñanza aclara la razón del movimiento y la identidad mocional que resulta de esta experiencia.

Podemos reorientar las intenciones mocionales a través de nuestro control de la percepción sensorial. Podemos redirigir los sentidos para centrarlos en la *moción* como una afirmación básica, abstracta, independiente, y no en la emoción personal, la condición o la circunstancia del intérprete. La *moción*, en este proceso, borra la referencia al ego o la personalidad del bailarín y redirige toda la sensibilidad hacia el hecho mocional en sí mismo.

No hace mucho tropecé con un programa de televisión sobre uno de los pianistas más brillantes que jamás he escuchado. Se comprometía de una forma tan completa con el sonido de la música que tanto él como el piano parecía que habían desaparecido. Era como si el sonido emergiera sin trabas y existiera por sí mismo. Claro está que veíamos al pianista tocar, pero su cuerpo y sus dedos no mostraban ningún esfuerzo mientras pasaban por unas frases musicales extraordinarias. Era como si los aspectos físicos del acto fueran unos mecanismos in-



visibles dirigidos a una finalidad más importante: la música. Su control y su destreza estética al pasar de un acorde a otro y sus cambios de velocidad, densidad y color eran de una fluidez tan impecable que te arrastraban al contexto refulgente del sonido en sí mismo.

Con la técnica de la danza no se trata de eliminar la caracterización ni despersonalizar, sino reajustar el propio pensamiento para centrarlo, con una mirada mucho más profunda, en la práctica de la investigación mocional. Ésta sirve para ampliar el alcance estético de la danza, no sólo como una finalidad en sí misma, sino como una base artística más amplia, más sustancial sea cuál sea la forma que la danza adopte: literal, abstracta o cualquier combinación de las dos.

¿Puede hacerlo, esto, un bailarín? ¿Puede reestructurar su foco dirigiéndolo al valor aislado de la moción y convertirlo en la base de su habilidad? Afortunadamente, los seres humanos poseemos el equipamiento más complejo y extraordinario para hacerlo, a través de nuestra percepción sensorial.

La percepción cinestésica se localiza primariamente en los órganos sensoriales que se encuentran en los músculos, los tendones y los tejidos. Estos órganos responden a los grados de flexión, extensión, giro y posición de todas las partes del cuerpo. Pero éste no es de ninguna manera el límite de nuestro potencial perceptivo. Sólo hace unos millares de años que empezamos a referirnos a los cinco sentidos aristotélicos: vista, oído, tacto, gusto y olfato. Hoy la ciencia reconoce la existencia de muchas más percepciones sensoriales, quizás unas treinta. Sólo por mencionar unas cuantas, tenemos el «sentido de» el espacio, del tiempo, de la dirección, del equilibrio, de la gravedad, de la temperatura corporal, de la velocidad y de la presión, así como la cinestesia y muchos otros que determinan la calidad del movimiento y de la presencia. Todos ellos participan plenamente en la conciencia de hacer y de ser.

Hay sentidos que informan al cuerpo de su condición física: la temperatura de la sangre, el contenido de dióxido de carbono, el hambre, la sed, el dolor, etc. Nuestro cerebro aloja también algunos sentidos oscuros para los cuales todavía no se han encontrado órganos especiales. En algunos de estos casos, puede ser que no haya ningún órgano específico. Diversas percepciones derivadas de más de un órgano son coordinadas automáticamente para informar de circunstancias concretas, como por ejemplo mirar y escuchar al mismo tiempo.

Esta abundancia de percepciones no puede ser procesada conscientemente con simultaneidad. Debemos seleccionar aquellas que sirven para nuestro propósito inmediato y relegar las otras a un nivel de almacenamiento secundario o subconsciente del cual puedan ser extraídas más adelante. Eso no quiere decir que no funcionen, sino que su función queda momentáneamente inactiva. Pero la capacidad de reprimir no sirve para esconder temporalmente la percepción no usada, sino para estar seguros de que las percepciones que contribuyen a la acción deseada están presentes de una manera proporcionada y adecuada.

La clave de todo esto es que el bailarín, mientras está bailando o ensayando, no debería permitirse hacer ningún movimiento sin la experiencia de una percepción consciente. Ningún movimiento tiene sentido si no se tiene y se precisa una percepción concreta. El hecho de levantar un brazo, por ejemplo, puede ser manipulado conscientemente de diversas maneras, sentir como asciende, o el peso, o la bajada, o el impulso hacia fuera mientras sube. Como el cuerpo es tan volátil y tan fluido, la percepción se puede cambiar rápidamente y a voluntad.

Los órganos sensoriales son como una cámara de televisión que recibe mensajes y registra un acontecimiento. Detrás de ella hay mecanismos que transmiten estos resultados al observador. Éstos, a su vez, no son recibidos hasta que el intérprete y el observador no están sintonizados en el mis-

mo canal. La conciencia es el factor clave. La percepción no se produce hasta que la mente no está enfocada en el acontecimiento a través del órgano sensorial. Podemos mirar y no ver, oír y no escuchar, movernos pero no tener conciencia del movimiento.

El instrumento humano contiene una multitud de órganos sensoriales que participan indirectamente en diversas experiencias. Por ejemplo, el sabor de los alimentos se ve muy influenciado por la vista y el olfato, tanto como por las sensaciones de las papilas gustativas. Comer un puré de patatas teñido de verde o ajo con un perfume dulce difícilmente será una delicia gustativa.

A menudo concluimos erróneamente que la percepción se deriva de un solo órgano o un solo tipo de órganos. Podemos atribuir a los ojos una percepción que en realidad incluye contribuciones de las orejas y de la nariz. Muchas de nuestras percepciones, aunque se deriven predominantemente de un determinado tipo de órganos, reciben el apoyo de otros órganos, que le añaden comprobación, comprensión y profundidad.

Eso es lo que ocurre con la *moción* de la danza. La danza implica primariamente la sensibilidad humana del movimiento. Percibir e interpretar las impresiones mocionales a través de los sentidos es imperativo para el bailarín. Pero como la mayor parte de nuestros órganos cinestésicos están localizados en los músculos, los tendones, las articulaciones y los tejidos, sólo nos informan de sus acciones físicas: flexiones, extensiones, giros y posiciones. No nos informan de las condiciones del espacio a través del cual nos movemos, ni del tiempo, la dirección, el equilibrio, la gravedad o los aspectos visuales y auditivos del entorno; no nos informan tampoco de muchos otros factores necesarios para calificar e identificar detalladamente la *moción* desde un punto de vista estético.

La naturaleza de los detalles de la acción es aquello que da a la danza su legibilidad estética. Sin este detalle sensual e interpretativo sólo se percibe un perfil vulgar, que

nos comunica poco más que la estructura visual. La *moción* exige, por definición, los valores de detalle de su itinerario. Eso significa que, si el movimiento implica la forma de la acción, la *moción* implica la manera en la que se produce esta acción. Hay muchos bailarines que se mueven con una brillante facilidad física, pero aparte del interés que puede suscitar esta destreza acrobática, el nivel comunicativo es muy escaso. El fracaso del bailarín al transmitir los valores mocionales, en primer lugar a sí mismo y después a los espectadores, es la razón fundamental de su incapacidad de comunicar.

Es por lo tanto en los procesos sensoriales donde encontramos la sensibilidad que distingue al artista.

El proceso de refinamiento, sin embargo, exige conciencia y criterio. La mente tiene un control y una fluidez considerables durante el proceso de percepción. Podemos mirar fijamente el espacio y no percibir nada. Puede ser que el ojo esté lleno de impresiones del espacio, pero que el cerebro decida ignorarlas. El cerebro puede optar por desviar las impresiones a través del subconsciente, el cual puede censurarlas y reclamar a nivel consciente sólo aquellas que son pertinentes para sus necesidades actuales. Los padres tienen esta experiencia a menudo. Ocupados en un trabajo determinado en el cual la mayor parte de los sonidos ambientales son ignorados, se ven alertados por el llanto de su hijo. En este caso, la mente subconsciente, con instrucciones de la mente consciente sobre cómo reclamar su atención, actúa como una especie de alarma.

La eficacia sensorial puede ser incrementada por el ejercicio físico. Una buena ilustración para el bailarín es la abertura de las piernas. Según sea la abertura, ganará una mayor movilidad tridimensional en el espacio. Aunque la pierna no es un órgano sensorial, en ella hay sensores discretos que distinguen la orientación espacial. La abertura de los muslos deja expuesta una superficie mayor de esta área sensible. Sólo hay

que poner las piernas con las rodillas hacia adelante, en paralelo, para sentir la diferencia táctil en el espacio. Puede recordarnos la expresión usual de la vergüenza, en la que se giran los muslos hacia adentro como para negar la propia presencia. Y, en cambio, ¿cuántos bailarines practican para alcanzar la máxima abertura sin percibir la diferencia de sensación del espacio derivada de la rotación?

La abertura de las piernas es un ejemplo vulgar comparado con la miríada de mínimas posiciones y acciones que pueden adoptar las partes del cuerpo en actitudes sensorialmente ventajosas, cuyo resultado será hacer expresivo un detalle o un gesto.

Mucho más compleja es la capacidad de la mente para variar su dinámica perceptiva en relación con el órgano o los órganos sensoriales. Un sentido determinado puede recibir la impresión de la escena en conjunto. La mente, sin embargo, puede optar por enfocar o fijar su percepción en un detalle de la imagen conjunta. Puede intensificar la experiencia perceptiva cerrando deliberadamente el paso a la conciencia de todas las áreas no deseadas. Esto es fácil de observar en sentidos como la vista, el gusto, el oído y el olfato.

Los órganos del sentido táctil (o tacto) tienen una multitud de órganos receptores a su servicio. Están distribuidos por todo el cuerpo, y todos juntos o por separado, pueden revelar el paisaje táctil con el que se encuentran. Como decíamos, la mente puede enfocar elementos singulares de este paisaje. Puede cerrar el paso a la conciencia la percepción táctil de una parte del cuerpo para intensificar la experiencia de otra. Este proceso de percepción es altamente significativo en la cinética, donde se pueden subrayar o disminuir ciertos aspectos de la *moción* con el fin de hacer más evidentes otros.

La mente es el centro de coordinación de los sentidos. Puede agruparlos en una acción conjunta para una finalidad determinada. Adopta, a menudo, la forma de la atenuación deliberada de la función de uno

de los sentidos para conferir más fuerza dinámica a otro. Observad los ojos de alguien en un momento de escucha concentrada. Veréis que están desenfocados, o cerrados, para evitar la interferencia visual durante la audición. Por otra parte, el ojo puede ayudar a la oreja en su interpretación proporcionándole una prueba visual. Muy a menudo el bailarín tiene que utilizar deliberadamente la técnica de la atenuación de una sensación para enfatizar los valores de otra. Quizás el ejemplo más obvio es el de ignorar el sentido del peso y de la gravedad para dar sensación de ligereza.

A través de la coordinación de los sentidos llegamos a aquello que a menudo llamamos «un sentido de». Este «sentido de» no tiene un órgano de recepción propio. Hablamos de un «sentido de» la *moción*, pero, en realidad, este «sentido» requiere la cooperación de diferentes sentidos. De manera parecida hablamos de un «sentido de» la justicia, un «sentido» mecánico, un «sentido» común e incluso de un «sentido del» buen gusto. Podemos hablar de un «sentido de» la forma, o del tiempo, o del espacio sin referirnos necesariamente a las reacciones de un órgano determinado, sino más bien a la coordinación de diversas potencialidades perceptivas que permiten un conocimiento más afinado del factor deseado.

Tenemos tendencia a considerar que la conciencia y la subconciencia están separadas de manera tajante, como áreas en blanco y negro y no como una unidad hasta cierto punto controlable. Hablamos de la capacidad de la mente de ensombrecer ciertas áreas de la percepción o de intensificar otras. Además, tenemos la capacidad de confinar partes de las percepciones al subconsciente, con la instrucción de alertar la conciencia cuando queremos esas partes. Este control del grado de conciencia es particularmente valioso para el artista. Posee una significación inestimable para el bailarín que, además del sentido de la cinética, confía en la ayuda de muchos otros sentidos para dar dimensión a su arte.

Aunque el bailarín esté interesado prin-

principalmente en la *moción*, también debe tener un fuerte sentido de la forma escultural del cuerpo en acción. Debe tener un concepto de la forma. Dado que su acción tiene lugar en el espacio y en el tiempo, su sentido de estos factores, asimismo, tiene que ser agudo. En su arte se encontrará con que a veces uno predominará sobre el otro, cuando los valores del tiempo, del espacio o de la forma tengan una importancia mayor que los otros. A veces predominarán los conceptos mocionales. El bailarín debe tener la capacidad de atenuar el sentido de uno de ellos para intensificar el valor de otro. El control de estas sutilezas sensoriales es una parte importante de su arte.

No podemos suponer que todos los sentidos actúan del mismo modo. Cada uno posee unos valores únicos y añade unas particulares dimensiones de comprensión. No tan sólo los diversos órganos tienen diferentes estructuras fisiológicas, sino que también varía considerablemente su huella psicológica en la mente. Funcionan a diferentes niveles comunicativos. Lo podemos ver fácilmente en las diferencias de percepción psicológica entre los sentidos de la vista y del oído.

«Si no lo veo no lo creo» o «enseñámelo, que soy de Missouri» son expresiones que subrayan el sentimiento común de que la visión de alguna cosa da fe de su existencia. Son cuestiones de grado, pero, en general, el ojo tiende a tener un grado más alto de aceptación de la realidad que la oreja.

El oído promueve un proceso interpretativo e imaginativo más activo. Liberada de la responsabilidad de la realidad visual, la oreja invita la mente a unos niveles más abstractos de acción que el ojo. Tiene la capacidad de proyectar al oyente a un nivel asociativo más libre. No es extraño que la música haya sido siempre y sea todavía un arte mucho más abstracto que las artes visuales y la danza.

El ojo es capaz de inducir en la mente un nivel similar de aceptabilidad abstracta. Cuando encuentra alguna cosa que no pue-

de ser contenida en el nivel realista, automáticamente intenta otra forma de comprensión. A menudo, sin embargo, una mente estrictamente orientada a la realidad material no puede pasar a un nivel abstracto de la realidad, ni sabe qué hacer con ello. La fijación del «ver es creer» reclama la literalidad, y este criterio se convierte en primario mientras que cualquier otro nivel de comunicación se pierde.

Debemos considerar aquí que cada uno de los sentidos tiene su única y particular entrada psicológica en la mente.

Un sentido concreto puede tener diversas vías de entrada psicológica. El ojo es el ejemplo más claro. Cuando miramos una pintura, el estímulo psicológico hace referencia primordialmente al color y a las experiencias pictóricas. La escultura cinética invita el ojo a comprometerse en forma y en movimiento. En la danza, el acceso psicológico se encamina principalmente a través de la sensación mocional y cinética.

Un aspecto de la danza que he explorado creativamente enfatiza de forma muy potente las formas esculturales y el color. No es que no se hubiera hecho antes, o que normalmente eso no ocurra en la danza; es más bien una cuestión de grado. En mi propio trabajo creativo a menudo me he planteado recurrir al color y a la escultura en la danza con la misma, y a veces mayor, importancia comunicativa que los valores cinéticos. Cualquier apertura a una dinámica tan diferente tiende a confundir la mirada del purista. Pero eso no es cosa del artista. Si el espectador no es capaz de captar el esquema dinámico del artista, se queda sin un marco de referencia para juzgar su trabajo. Su percepción sensorial y sus rutas psicológicas no están abiertas ni son libres de funcionar plenamente sin este medio.

Aunque el sentido del movimiento cinético es muy importante para la danza, es más relevante el sentido de la *moción*. La *moción* incluye, además de la cinética, el sentimiento, la escucha, el equilibrio, la gravedad, el sonido y la respuesta a la luz y el color, así como la forma. Todo ello aporta un apoyo

y una dimensión semántica sin los cuales la danza sería ciertamente poca cosa.

Por regla general, el entrenamiento de la danza gira en torno a una genérica coordinación física sin ninguna sensibilidad hacia el detalle mocional interno. Los bailarines depuran ciertos valores cinéticos, pero a menudo sólo tocarán el espacio, el tiempo y la gravedad en la medida en que les son necesarios para auxiliar a sus intereses cinéticos. Las otras percepciones se limitan al accidente o a la experiencia subconsciente.

Los bailarines deberían persistir en centrar su atención en una experiencia sensible cualquiera y en las percepciones que se deriven dentro de un particular esquema de *moción*. Los bailarines pueden centrarse deliberadamente en unos sentidos pertinentes y particulares porque así pueden explorar una gama más amplia de experiencia. En el entrenamiento, la habilidad para hacer saltar rápidamente la percepción de una exploración a otra puede desarrollar la fluidez de la conciencia. Por ejemplo, el brazo puede dibujar un círculo en el espacio de muchas maneras, cada una de las cuales tiene su valor particular. Se puede acentuar la periferia para subrayar la línea circular externa, o bien la conciencia puede centrarse en la línea como límite del espacio que incluye. En la periferia de un círculo vertical se puede poner énfasis en la curva gravitatoria del arco inferior o en la suspensión del superior. Estos ejemplos justo empiezan a sugerir diversas variaciones posibles, cada una de las cuales se distingue por la diferencia en el foco sensible y perceptual.

Las posibilidades son considerables y no necesitan ser inducidas por ninguna situación real. De hecho, debería quedar claro para empezar que el arte del bailarín es *moción*, y que el entrenamiento de la danza debe acentuar los valores comunicativos de la *moción* (no los de la mímica o de la emoción en su sentido menos habitual). Básicamente, el bailarín no debe experimentar tristeza, locura, gozo, ni nada por el estilo. El lenguaje del bailarín lo forma, en lugar de eso, las texturas de lo ligero, lo pesa-

do, lo compacto, lo delgado, lo suave, lo duro, lo ancho y lo pequeño. Más allá de estos componentes, el bailarín teje un itinerario mocional que invita al espectador a viajar vicariamente a través de él. Estos movimientos pueden proporcionar tanto al bailarín como al espectador el sentimiento de alguna cosa dentro del universo que posee una similar naturaleza mocional o que puede ser comunicada metafóricamente.

No conocemos el alcance de nuestras facultades perceptivas que pueden ser significativas para la danza. El bailarín necesita autorizar a las fuerzas perceptivas del cuerpo y de la mente a funcionar de tal manera que puedan dar respuesta a los más pequeños detalles del propósito del artista.

Pese a que no podemos reformar en gran medida nuestros sentidos, sí que podemos incrementar notablemente nuestras habilidades de percepción. Sabemos que la sensación se produce como respuesta a un cambio en el cuerpo o en el entorno. Los sentidos registran diferencias de grado que, en esencia, son la dinámica. La habilidad del artista para percibir las y darle una respuesta son dos de sus funciones principales y deberían ser practicadas diariamente en clase a través de una participación sensorial absoluta.



### Entrevista a La Chana, José de Udaeta, José Granero, Belén Cabanes y Juan Carlos Lériada

Jordi Fàbrega



Como complemento del artículo *La interpretación para bailarines*, incluido en el ejemplar anterior de esta revista –el número 32–, presentamos ahora una entrevista sobre la interpretación a cinco representantes de la danza en la especialidad de español y flamenco. Los tres primeros han sido grandes figuras inter-