

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL PERÚ

FACULTAD DE ARTES ESCÉNICAS



**Estudio de la corporalidad del afroperuano y el *dancehall* para
enriquecer la experiencia técnica de una bailarina de danza contemporánea**

**TESIS PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE
LICENCIADA EN DANZA**

AUTORA

Deborah Lynn Kaqui Ramirez

ASESORA

Amiraixchel Ramírez Salgado

Lima, 2021

Resumen

El presente estudio se aborda desde la experiencia de quien lo realiza a lo largo de toda su formación académica en la Facultad de Artes Escénicas. Es un recorrido de todo lo aprendido y aplicado en la práctica para discutir sobre cómo la corporalidad del afroperuano y *dancehall* pueden ser un medio para el estudio de la técnica de danza contemporánea. Es decir, a partir de los elementos que componen dichas danzas, como la cadencia y *groove*, la musicalidad, el simbolismo y la intuición, logren ser utilizados como herramientas que permitan vincular la técnica con lo emocional y lo subjetivo. Con la finalidad de que sea posible vivenciar para experimentar otro tipo de fisicalidad en los movimientos. Además, me permita construir mi propia noción de corporalidad y elegir mis posibilidades de movimiento. Para ello, he recurrido a una metodología en base a secuencias de movimiento para dejar aportes, reflexiones y cuestionamientos sobre cómo la integración de la corporalidad del afroperuano y *dancehall* a una práctica de danza contemporánea puedan servir como herramientas para la exploración, el entrenamiento corporal, la creatividad del bailarín y para lograr enriquecer la experiencia técnica. La investigación está tejida entre la teoría, la historia, mis pensamientos, prácticas y las voces de maestros que han aportado a mi lenguaje de movimiento para generar un constante juicio autocrítico. Finalmente, está plasmada por medio de videos y fotografías que ayudan a tener un acercamiento con el lector en este proceso personal.

Palabras clave: técnica, danza contemporánea, corporalidad, afroperuano, *dancehall*, emocional, experiencia.

Abstract

This study is approached from the experience of the person who carried it throughout her academic training in the Faculty of Performing Arts. It is a review of everything learned and applied in practice to discuss how the corporeality of Afroperuvian and Dancehall can be a means for the study of contemporary dance technique. That is, considering the elements that make up these dances, such as cadence and groove, musicality, symbolism and intuition, they can be used as tools to link the technique with the emotional and subjective. In order to make it possible to experience another kind of physicality in the movements. Furthermore, it allows me to build my own notion of corporeality and to choose my possibilities of movement. To this end, I have relied on a methodology based on movement sequences to provide contributions, reflections and questionings on how the integration of afro-peruvian and dancehall corporeality to a contemporary dance practice, can serve as tools for exploration, body training, the dancer's creativity and to enrich the technical experience. The research is linked between theory, history, my thoughts, practices and the voices of teachers who have contributed to my movement language in order to generate a constant self-critical judgment. Finally, it is embodied through videos and photographs that facilitate an approach with the reader in this personal process.

Key words: technique, contemporary dance, corporality, afroperuvian, dancehall, emotional, experience.

Agradecimientos

A todos mis profesores de la danza que han sido mi inspiración para esta tesis. Gracias a sus enseñanzas han despertado mi interés por el cuerpo y el movimiento.

A mi asesora, Amira Ramírez, por su entrega, escucha, compañía, sabiduría. Siempre estaré agradecida por todo lo que has aportado en mí, no solo como profesional, sino como persona.

A mi promoción, Naomi, Ariana, Camila, Nicole y Yesennia por las largas noches de compañía, escucha, consejos y recomendaciones.

A mi hermana, amiga, mujer, Leydi, por siempre haber estado dispuesta a apoyarme. Te debo todos mis años de universidad.

A Fabian, por esas largas conversaciones sobre mi tesis, la danza, el movimiento. Por el intercambio de ideas que me han ayudado a seguir con mis objetivos y a nunca rendirme.

A mis padres, Patricia y Luis, por escucharme y tratar de entenderme en este mundo de la danza. Son mi motivación a seguir y a luchar por lo que me propongo.

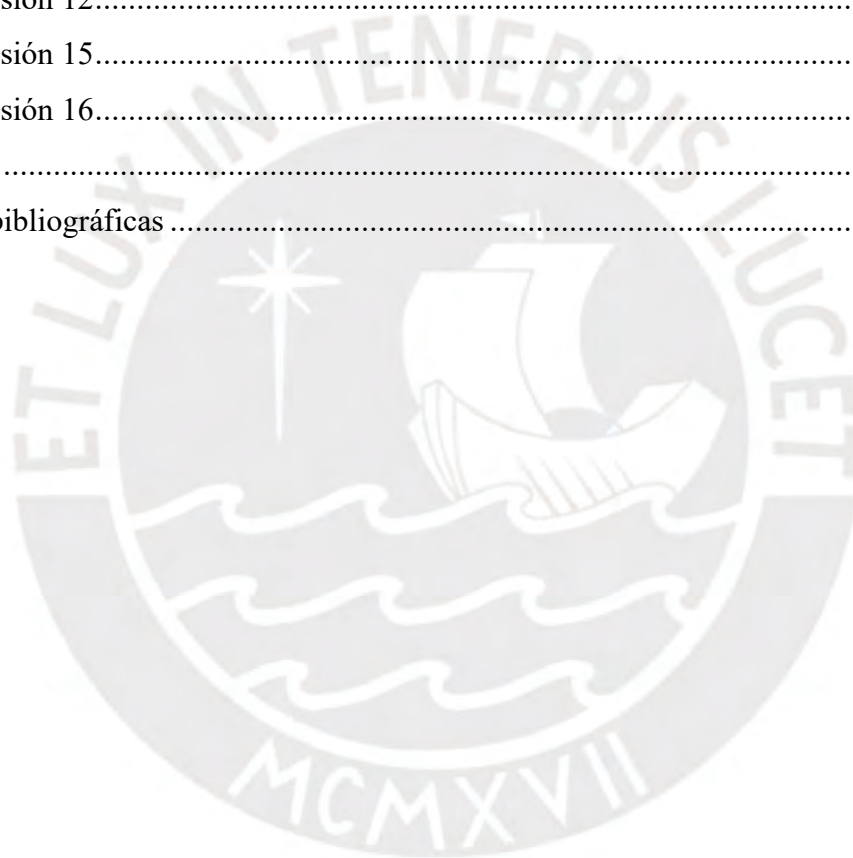
A mi maestra y amiga, Mara Aki Berrios, por aportar muchísimo en mi danza, tus palabras han resonado en todo lo que soy ahora. A Anel Granda y María Luisa Romero, por ser mis ejemplos a seguir. A todas ellas gracias por ser grandes difusoras de la cultura *dancehall*.

A Gabriel Cárdenas, por hacerme regresar a mis raíces, y sentirme orgullosa de ser peruana. Por ser fuente de inspiración y despertar mi interés por las danzas afroperuanas.

Índice de contenido

	Pág.
Resumen	ii
Abstract	iii
Agradecimientos	iv
Índice de contenido	v
Índice de figuras.....	vii
Introducción.....	1
Metodología.....	8
Un recorrido en el tiempo: Reconociendo mi propia corporalidad.....	8
Capítulo 1. Elementos de la danza contemporánea más reconocidas en mi lenguaje de movimiento.....	13
1.1. Principio: manejo del peso y ritmo.....	13
1.2. Principio: centro de gravedad y motores de movimiento	15
1.2.1. Sesión 7.....	18
1.2.2. Sesión 8.....	18
1.3. Principio: puntos de apoyo de las partes del cuerpo, cambios de dirección, espirales y contrapesos.....	19
1.4. Principio: equilibrio, desequilibrio, impulsos, suspensiones y giros para trasladarse por el espacio.....	20
1.5. Principio: planos espaciales y su utilización para crear rampas de acceso al piso, amplios desplazamientos y eficiencia en la ejecución de movimientos.....	22
1.6. Principio: trabajo de piso	23
Capítulo 2. Revelando mi vínculo con las danzas afroperuanas y el <i>dancehall</i> : ¿Qué es lo que me conecta?, ¿por qué se percibe distinto?, ¿qué es esa otra experiencia?	26
2.1. Elementos del <i>dancehall</i> : un estilo de vida.....	26
2.1.1. La esencia de bailar <i>dancehall</i>	30
2.1.2. Técnica: ondulación (<i>wave</i>)	34
2.1.2.1. Sesión 1	35
2.1.3. Disponibilidad de los pies, rodillas, pelvis, torso y cabeza	38
2.1.3.1. Sesión 2	38
2.1.4. Energía y creatividad.....	40
2.1.4.1. Sesión 4	41
2.1.5. Técnica: disociación corporal o aislamiento.....	44

2.1.5.1. Sesión 6	45
2.2. Elementos del afroperuano.....	47
2.2.1. ¿Qué significa bailar al ritmo de la música afroperuana?.....	48
2.2.2. Contorneos de pelvis, saltos y rebotes.....	51
2.2.2.1. Sesión 5	51
2.2.2.2. Sesión 11	54
2.3. Corporalidad en el afroperuano y <i>dancehall</i>	56
2.3.1. Sesión 10.....	57
2.3.2. Sesión 13.....	60
2.3.3. Sesión 12.....	61
2.3.4. Sesión 15.....	63
2.3.5. Sesión 16.....	70
Conclusiones.....	78
Referencias bibliográficas	81



Índice de figuras

	Pág.
Figura 1. Ejemplo de bitácora	9
Figura 2. Motores de movimiento	16
Figura 3. Notas de la clase de Técnica de Danza 9 con Cristina Velarde (setiembre de 2020)	17
Figura 4. Uso del peso y gravedad para salir del suelo. Secuencia técnica de las clases de noveno ciclo.	17
Figura 5. Notas de la bitácora (D. Kaqui, setiembre de 2020).....	18
Figura 6. Notas de la bitácora (D. Kaqui, setiembre de 2020).....	19
Figura 7. Notas de la clase de Técnica de Danza 7 con Carola Robles (abril de 2019)	20
Figura 8. Notas del parcial de Técnica de Danza 7 (mayo de 2019).....	21
Figura 9. Notas de la clase de Técnica de Danza 9 con Cristina Velarde (setiembre de 2020)	22
Figura 10. Ejes espaciales. Examen parcial de técnica 9.....	22
Figura 11. Notas del Seminario siente el Groove con A. Vilchez (julio de 2020)	26
Figura 12. Jamaica experiences (Experience Jamaican Dancehall, s/f).....	30
Figura 13. Notas de las clases de entrenamiento en Ita Lion con Mara Berrios (setiembre de 2020)..	31
Figura 14. Esquema de los elementos del dancehall	31
Figura 15. Notas del Seminario siente el Groove con M. Grijalva (agosto de 2020).....	32
Figura 16. Postura habitual del bailarín jamaiquino Bogle (Campbell, 2017).....	34
Figura 17. Ondulación a partir de la cabeza.....	36
Figura 18. Suspensión continua, suelta pero contenida.	38
Figura 19. Notas de la clase virtual de female dancehall con Anel Granda (setiembre de 2020)	40
Figura 20. Esquema sobre la mirada entre la danza contemporánea y el dancehall/afroperuano	44
Figura 21. Notas de la bitácora (D. Kaqui, setiembre de 2020).....	45
Figura 22. Exploración de willy bounce.....	45
Figura 23. Exploración de zip it up	45
Figura 24. Exploración de back to basics	46
Figura 25. Agrupación Perú Negro en el callejón San Martín de Porres, en La Victoria (Miranda, 2019).....	48
Figura 26. Elementos del afroperuano.....	49
Figura 27. Postura del bailarín en el género de baile lundú (Gran Teatro Nacional (GTN), 2020)	49
Figura 28. Tondero (RPP. Noticias, 2011)	50
Figura 29. Notas del Seminario Profesional de Danza Afroperuana con Lalo Izquierdo (julio de 2020)	50
Figura 30. Notas de la bitácora (D. Kaqui, setiembre de 2020).....	52

Figura 31. Patrones de movimiento del Tondero aplicado en la secuencia de movimiento	52
Figura 32. Movimiento de caderas desde el festejo.....	55
Figura 33. Salto del festejo	55
Figura 34. Notas de la bitácora (D. Kaqui, octubre de 2020)	55
Figura 35. Esquema sobre los pies entre la danza contemporánea y el dancehall/afroperuano	56
Figura 36. Esquema sobre el torso y pelvis entre la danza contemporánea y el dancehall/afroperuano	56
Figura 37. Movimiento circular, lateral y extensión del torso	58
Figura 38. Esquema sobre la corporalidad.....	59
Figura 39. Variación de get jiggy	60
Figura 40. Variación de fling your shoulder.....	60
Figura 41. Variación de comfortable.....	61
Figura 42. Variación de knock it up.....	61
Figura 43. Este es un patrón de movimiento del dancehall, donde podemos observar las fuerzas de oposición y las direcciones opuestas de las partes del cuerpo.	62
Figura 44. Dibujo descriptivo de un movimiento de dancehall.....	62
Figura 45. Desencadenamiento de la columna (compensación)	63
Figura 46. Protocolo de una óptima postura de la columna (Faust, 2017).....	64
Figura 47. Recopilación de los principios de compensación y retroceso elástico en las clases de Técnica de Danza 9	66
Figura 48. Elementos de la danza contemporánea	66
Figura 49. Notas de las clases de Técnica de Danza 9 con Cristina Velarde (octubre de 2020).....	67
Figura 50. Patrones de movimiento del dancehall.....	71
Figura 51. Esquema final. Retroalimentación de la etapa 1.....	74
Figura 52. Imágenes de la sesión 17: Matiz, cambio de dirección, fragmentación	75
Figura 53. Imágenes de la sesión 20: cambios de dirección, intención y control	76

Introducción

Esta investigación se encuentra enmarcada en la experiencia durante mi formación en la especialidad de Danza de la Pontificia Universidad Católica del Perú (PUCP), por lo tanto, será narrada desde mi propia voz. Según lo propuesto por la Facultad de Artes Escénicas (FARES) de dicha institución, el objetivo de la carrera en Danza es brindar herramientas para comprender la relación entre el cuerpo en movimiento y su vínculo con el entorno a través de “una línea de investigación personal y el desarrollo de un lenguaje corporal” (Pontificia Universidad Católica del Perú, 2012). Lo que me ha llevado a preguntarme cómo he percibido los saberes implícitos en el movimiento más allá de la técnica, la cual se brinda en un curso a lo largo de los diez ciclos y cuyo orden entre los maestros varía cada semestre, por lo que este documento hará referencia a mi experiencia como bailarina cursando el último año de la formación en danza.

La danza contemporánea no se reduce a una técnica, sin embargo, reconozco que, dentro de las diversas técnicas que tiene, existen principios que han sido estudiados y sistematizados para retroalimentarnos, es decir, pensamos, estudiamos, observamos y analizamos desde nuestro cuerpo en movimiento para llegar a un estado de conciencia corporal y de nuestro entorno. Aplicar los principios que conlleva la técnica implica usar de una manera óptima nuestra energía, que deviene de una organización del cuerpo que nos prepara para estar disponibles al movimiento, esto significa usar los parámetros anatómicos y las fuerzas físicas para lograr una mayor eficiencia en la ejecución de movimientos (PUCP, 2021), y con ello ser capaces de componer con el espacio y de reinterpretar los ritmos para que la interacción con otros cuerpos sea posible (Galand, 2015, pp. 253 – 259). Además, practicamos la conciencia sobre los principios para mejorar la ejecución de los movimientos, por ello, pasamos por un largo proceso de reconocimiento de las partes del cuerpo y por una apropiación del cuerpo en movimiento.

A continuación, presento de manera breve, los principios generales de cada año cursado con el fin de contextualizar la motivación que me llevó a esta investigación.

En el primer año de la carrera, se trabajó principalmente “el manejo del peso y ritmo poniendo énfasis en el conocimiento de la estructura óseo muscular y articular” (Pontificia Universidad Católica del Perú, 2012). Lo que más recuerdo de aquellas clases fueron la alineación ósea y el uso de las cuentas musicales al momento de hacer las secuencias de movimiento. En el segundo y tercer año, observé que el vocabulario de movimientos usados provenía de una integración de diversas técnicas como las de Limón, Cunningham y técnicas de piso como *Flying Low*.

Si bien los profesores no deconstruían la integración de aquellas aproximaciones técnicas, podía reconocerlas en las exploraciones de los movimientos del torso, pecho y brazos; de las suspensiones y caídas; de la alineación ósea, del manejo de peso; del uso de las dinámicas y el espacio tridimensional; del uso de los puntos de apoyo y el trabajo de piso (Mallarino, 2008, p.123). A partir del cuarto año, se exploró los principios de *Body-Mind Centering* para afianzar el uso de soportes internos/ externos y generar vínculos con la interpretación, además de ejercicios y dinámicas de Contacto Improvisación, y desarrollo de vínculos colaborativos desde la fisicalidad y la construcción grupal (PUCP, 2012).

Finalmente, durante el último año se introdujo el *Axis Syllabus*, propuesta y desarrollada por el bailarín estadounidense Frey Faust, y que fue impartida por la maestra Cristina Velarde. Aquí, más que ser una técnica es una propuesta que integra un estudio del movimiento que implica usar la gravedad, la inercia y la distribución de fuerzas musculares usando un mínimo esfuerzo para lograr transiciones amables y eficaces.

Fue así como observé que la prioridad del curso en los primeros años tiende a enfocarse en la enseñanza de la técnica y el proceso creativo de cada estudiante, mas no en vivenciar la experiencia de aprendizaje y lo que implica reconocer tus propias sensaciones y

emociones. Ya que, la forma de aprender era muy mecánica, pautada y con un tipo de estética lineal que me costaba mucho procesarla. Por lo tanto, no me enfocaba en sentir una conexión más profunda entre mis movimientos, sensaciones y emociones internas (PUCP, 2012).

Sin embargo, a partir del séptimo ciclo de la carrera, había un énfasis en comprender qué estaba pasando en tu cuerpo mientras bailabas. Aquí es donde me percaté que, anteriormente, se perdía el vínculo entre la técnica con la emocionalidad, subjetividad y vivencia del bailarín.

A partir de esto, empecé a cuestionarme cómo podría construir mis propios sentidos e imágenes mentales que me permitiesen vivenciar los movimientos e ir más allá de la ejecución de los principios o pautas. Fue en este camino que descubrí que las danzas del afroperuano y el *dancehall*, cuyos lenguajes de movimiento proponen una fisicalidad y energía distinta, lograban conectarme emocionalmente con mi ser interior, con la música y con el entorno a diferencia de mi práctica en danza contemporánea.

Las danzas afroperuanas y el *dancehall* comparten una historia común, ambas provienen de una raíz africana y un pasado de esclavitud. Si bien no se han fundado bajo las mismas condiciones geográficas mantienen en su movimiento y estética diversas similitudes. Una de las más representativas es la estrecha relación que existe entre el movimiento y la música. Este vínculo revela el aspecto sociocultural en el que ambas danzas se originaron, y, por tal motivo, el cuerpo responde con una fisicalidad particular al ritmo de la música que también contiene y refleja un aspecto emocional, espiritual¹ y social.

Por un lado, las danzas afroperuanas provienen de un contexto de esclavitud en la costa peruana como respuesta a mantener las costumbres y tradiciones que se remontan de las culturas africanas. Esta etapa trajo consigo “la pérdida de lenguajes musicales y nuevos

¹ Lo que se vive cuando se escucha y te conectas con la música es algo espiritual porque es algo efímero, donde las combinaciones de música y danza crean un lenguaje propio, es un espacio sagrado que unifica y es ritualista. A través de la danza y la aceptación del cuerpo el espacio se transforma en tierra sagrada (Small, 2012).

lenguajes impuestos y transformados por los sectores populares, esta nueva identidad de la población costeña, plasmada en la música y danza, construyen una nueva identidad sociocultural” (Poma & Alfaro, 2019, p. 13).

En su desarrollo y evolución cultural, en cuanto a la música y danza, existen diversos géneros como la zamacueca, el festejo, el tondero, el landó, lundú, entre otros más, que principalmente, se caracterizan por el movimiento de las caderas, y gestos que contienen un simbolismo histórico y espiritual.

En cuanto al *dancehall*, este se origina también en el contexto de las plantaciones de esclavos en Jamaica donde la música y la danza eran un medio para preservar la tradición y crear nuevas formas de entretenimiento (Olsen & Gould, 2008, p. 230).

Primero, la música jamaíquina sufre una transformación y evoluciona a la música *dancehall* y luego la danza se desarrolla en respuesta al sentir de la música, dado el contenido de sus letras que manifiestan problemas políticos y sociales como la política de género, los juegos sexuales, el erotismo, la violencia, etc.

A partir de lo mencionado, se evidencia la estrecha relación que existe entre el cuerpo en movimiento, la música y los aspectos emocionales, espirituales y sociales tanto en las danzas afroperuanas como en el *dancehall*, lo cual me llevó a plantear el interés por investigar y explorar aquellos aspectos y relacionarlos con la noción de corporalidad.

Si bien el concepto de corporalidad no se discutía en las clases de técnica explícitamente, se encontraba en la práctica misma y en el imaginario del bailarín. Por otro lado, tampoco es usado como tal dentro de los entrenamientos del afroperuano y el *dancehall*, sin embargo, se encuentra implícito debido a la historia que hay detrás de cada danza y su influencia en el vocabulario de movimientos. Por lo tanto, es útil en este proyecto para describir y reflexionar sobre cómo se construye el concepto de corporalidad desde la práctica

de danza contemporánea y cómo es que se relaciona con la fisicalidad, cualidades de movimiento, dinámicas de movimiento y estética de las danzas afroperuanas y el *dancehall*.

Es por ello que, en la presente investigación, defino corporalidad como una mezcla compleja entre lo que siento y percibo, en cómo lo siento y percibo y cómo elijo utilizar eso que siento y percibo en relación a mi personalidad y experiencia. Es decir, que la corporalidad debe vincular y estar en relación con los siguientes aspectos: el entorno, espacio, contexto específico o circunstancias particulares, la toma de decisiones ante el acontecimiento, la destreza corporal, como la posibilidad de manejar el cuerpo para expresarnos como queramos desde nuestra particularidad física (fisicalidad) y nuestros modos de movernos (cualidades y dinámicas de movimiento); la sensibilidad cinética, es decir, la capacidad de percibir mi cuerpo y el de los otros (Berry, citado en Cáceres & Auz, 2015), la relación entre los cuerpos y todo el ambiente que se genera en esas interrelaciones dado por causas externas y/o internas como la música, las sensaciones y las emociones que permiten al bailarín conectarse o crear un vínculo entre el movimiento, sus vivencias y experiencias con su mundo interno (Gendlin, 1992, citado en De Castro & Gómez, 2011).

Es así que este proyecto de investigación propone estudiar la corporalidad del afroperuano y *dancehall*, desde una aproximación práctica de movimiento, con el objetivo de integrar los elementos de ambas danzas a una secuencia de movimiento de danza contemporánea para analizar los aportes, diferencias o similitudes en los resultados hallados en las sesiones de un laboratorio personal. Asimismo, parte de la pregunta ¿de qué manera la corporalidad del afroperuano y *dancehall* pueden enriquecer la experiencia técnica de una bailarina de danza contemporánea?

De este modo, el cuerpo de esta tesis comprenderá una sección para presentar la metodología, que consiste en implementar elementos del afroperuano (ap) y el *dancehall* (dh) a un sistema de fraseado basado en principios técnicos aprendidos en la formación de la

especialidad de Danza de la PUCP para reflexionar acerca de la corporalidad como vínculo entre el movimiento y la subjetividad del bailarín. Para esto, se ha diseñado un laboratorio que tome como referentes mi experiencia como alumna en las clases de técnica de la PUCP y en otros espacios de aprendizaje como talleres de danzas urbanas, afroperuanas, y en la agrupación de folcklore y dancehall a la que pertenezco. Esto, con el propósito de mostrar el por qué he decidido sistematizar mi práctica en base a calentamientos, exploraciones, y secuencias de movimiento. Posteriormente, el capitulado se dividirá en dos secciones, el primero, hablará de mi experiencia detallada en las clases de técnica en la universidad y de las reflexiones sobre los principios técnicos que reconozco y son relevantes para mí. Además, se evidenciará que la enseñanza en la carrera se centra en un sistema de fraseado, esto con el objetivo de poder describir la construcción del cuerpo a partir de estos principios de la danza contemporánea que más han resonado en mi práctica como estudiante, y, comprender de qué manera se aborda las cualidades y dinámicas de movimiento en las secuencias coreográficas. Todos estos elementos se tomarán en cuenta en mis sesiones de investigación desde la práctica.

El segundo capítulo introduce brevemente la contextualización del afroperuano y el *dancehall*, los valores importantes relacionados al vínculo del movimiento con las vivencias de los individuos que pertenecen a la cultura, el cómo es que la danza tiene una carga simbólica y está conectada con las experiencias de la comunidad. Se explica cómo se construye la noción de cuerpo a partir de la presentación del contexto histórico que narra el origen de estas danzas para entender cómo la historia forma parte/dialoga con el cuerpo del bailarín y de qué manera ellos construyen sus propios principios/reglas que definen/caracterizan a su danza con el fin de comprender la relación entre la fiscalidad del movimiento y la música, y así poder explicar qué es lo que me conecta con ambas danzas.

La inspiración de este trabajo también parte por la experiencia de llevar el curso de danzas peruanas, en el cual uno de los objetivos fue utilizar “la técnica de las danzas peruanas para realizar propuestas escénicas contemporáneas originales” (PUCP, 2012). Sin embargo, debido a que el curso se dictó una sola vez y se introdujo de manera general las danzas costeñas, andinas y amazónicas (PUCP, 2012), su estudio no ha sido suficiente para generar estos espacios de reflexión, diálogo y exploración que aborden con profundidad la influencia de conocer el afroperuano (danza costeña) y lo que implica usarlo dentro de una práctica de danza contemporánea.



Metodología

Un recorrido en el tiempo: Reconociendo mi propia corporalidad

Una investigación desde la práctica artística implica un compromiso fiel, coherente y a la vez flexible, donde no existe una guía o reglas pautadas para comenzar. Es como la danza misma, en donde uno puede dejarse persuadir, dejarse llevar, no es cuestión de arbitrajes sino de adherirnos (Louppe, 1997, p. 35). Se trata de un círculo que va y regresa, que avanza y retrocede, que acelera y desacelera. Es un camino exploratorio donde se aceptan y rechazan propuestas que finalmente colaboran entre sí y se afianzan a medida que avanza la investigación.

En este apartado, presento una descripción detallada del diseño metodológico que tiene un enfoque desde las artes escénicas, la cual, según la Guía de investigación en artes escénicas, “contempla el vínculo dialógico entre la práctica y la teoría, así posiciona al proceso creativo y al creador en el centro de la investigación” (Borgdorff, citado en Ágreda, Mora & Ginocchio, 2019, p. 14). Además, brinda un lugar central a mis motivaciones personales donde se coloca el foco en mi proceso de exploración, para generar diversos hallazgos en relación con la corporalidad del afroperuano y *dancehall* (Ágreda et al., 2019). Así mismo, es una investigación participativa, ya que estudio el tema desde una práctica personal. Por otra parte, también es exploratoria, porque indago sobre temas que no han sido abordados en un mismo lugar previamente en la academia.

En efecto, la práctica se enmarcó en un laboratorio individual que tuvo una duración de dos meses y cuya estructura general consistió en dos etapas. En la primera etapa, se realizaron tres sesiones a la semana y se registraron los hallazgos por medio de grabaciones, que se encuentran en una carpeta en drive. La segunda etapa, inició luego de completar los dos meses y constó de cuatro sesiones. Los hallazgos de ambas fueron analizados y reflexionados, asimismo, serán integrados en el cuerpo de esta tesis. Es decir, propongo una

estructura que vincule los hallazgos de mi laboratorio con las reflexiones teóricas tanto mías como la de mis referentes, para mostrar cómo fue desarrollándose la experiencia conforme avanzaba la investigación.

De este modo, el registro del laboratorio también se realizó a través de una bitácora que sirvió para plasmar y replantear mis ideas, reflexiones y observaciones que fueron surgiendo. Además, la bitácora se usó para reflejar las voces de maestros, bailarines y profesionales de la danza que han aportado en mi formación como bailarina y me han ayudado en definir algunos conceptos usados en esta investigación. Estas voces, que van a ver a lo largo de la tesis, se muestran con otro tipo de letra, resaltado en negrita y en el centro del texto como se señala a continuación en la figura 1.

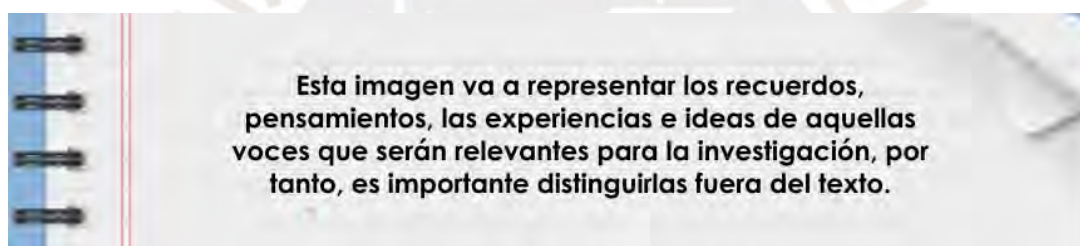


Figura 1. Ejemplo de bitácora

De esta manera, siguiendo a los autores Ellis, Adams y Bocher, con respecto a la investigación desde las artes escénicas, podré brindar información más detallada y reflexiva sobre la práctica en sí misma, donde describo y analizo sistemáticamente la experiencia personal (citados en Ágreda et al., 2019, p.18). Retomando aquella idea, con la ayuda de diversas fuentes, referentes, lecturas, material teórico y audiovisual, me servirá de soporte para invitar a un constante ejercicio de actitud crítica y analítica; y, por último, señalar y abordar las variables que afectan mis decisiones durante el proceso (Guerrero, citado en Ágreda et al., 2019, pp. 18 - 19).

Etapas 1. ¿Cómo estudio la corporalidad del afroperuano y *dancehall* en mi práctica de danza contemporánea?

El inicio de la primera etapa se basó en una aproximación metodológica abierta que me fue útil para encaminar mi búsqueda inicial. Opté por integrar, en un sistema de secuencias o frases de movimiento, las técnicas que aprendí y fueron más relevantes para mí a lo largo de mi formación en danza junto con las técnicas de movimiento del afroperuano y el *dancehall*.

Inicialmente, esta etapa consistió en un reconocimiento de los principios y patrones de movimiento que responden a ciertos estilos, técnicas y coreógrafos específicos, que me sirvieron para tener en cuenta qué aspectos se utilizarán como referencia y objeto de estudio. En las últimas sesiones de esta primera etapa, le di mayor foco al *Axis Syllabus* que es la técnica de danza que se estudia desde el noveno ciclo de la carrera.

Recursos aprendidos y aplicados a la metodología

En base a mi formación en la especialidad de Danza he podido observar en las clases de técnica un sistema pedagógico que se estructura de la siguiente manera:

- Calentamiento
- Líneas/ frases cortas repetidas secuencialmente en un traslado por el espacio
- Improvisación/exploración
- Frase o secuencia de movimiento final

Estos elementos no siempre se proponían en este orden, sin embargo, a partir de mi experiencia en la formación, este es el método que utilizaban la mayoría de las y los docentes de la carrera en Danza.

El calentamiento, se enfocaba en el objetivo de cada clase, es decir, dependía del tema que se quería tratar, por ejemplo “para preparar la musculatura, articulaciones y la mente e incentivar la toma de conciencia de la estructura ósea, músculos, respiración” (PUCP, 2012). En mi práctica realicé un calentamiento al inicio de la mayoría de las sesiones, el enfoque se dirigió principalmente en la movilidad articular, los usos de las extremidades como diferentes

puntos de apoyos y en el uso de los planos espaciales para explorar y variar mis patrones de movimiento.

Las líneas o frases cortas se utilizaban en las clases de técnica como un recurso de movimientos contruidos secuencialmente de acuerdo con un tema específico. Por ejemplo, en esta investigación, construí frases que impliquen solo el desplazamiento de algunas partes de mi cuerpo como la cabeza, torso, pelvis y extremidades.

Los momentos de improvisación y exploración de movimiento, usualmente se daban a partir de consignas específicas en cada clase. Asimismo, se consideraban espacios que podían seguir siendo parte del calentamiento o en otros casos se planteaban como cierre de las clases. En mi práctica utilicé los patrones de movimiento del afroperuano y *dancehall* como medios para improvisar y explorar en el espacio. Para ello, recurrí a los diferentes planos espaciales, niveles y trayectos para encontrar la continuidad de un movimiento a otro. Estos recursos jugaron un rol muy importante para poder construir la secuencia de movimiento.

Por último, el fraseado o secuencia final, es uno de los métodos que la mayoría de las y los docentes utilizaban en las clases de técnica. En mi práctica, el fraseado ha sido un recurso para completar la idea de integración y para estudiarla en cada repetición. Además, ha sido una buena forma de apropiarme, entender todo lo aprendido y repensar en lo vivido.

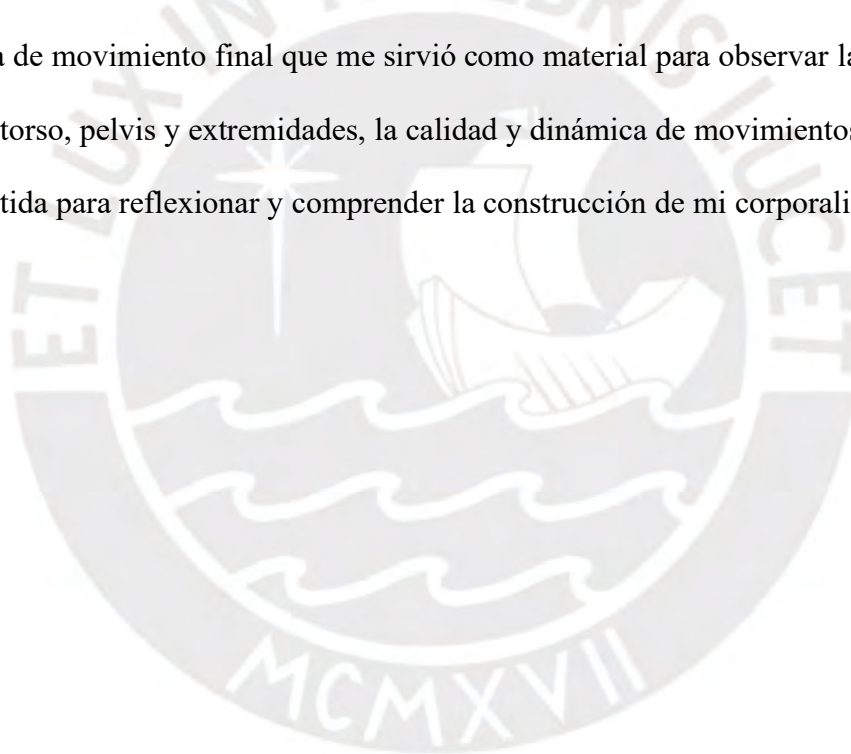
Por otro lado, la estructura pedagógica en los espacios donde he aprendido afroperuano y *dancehall* sigue un método distinto:

- Calentamiento: disociación, pasos de la danza
- Rutinas con los pasos enseñados
- Coreografía final

Generalmente, una clase, taller o entrenamiento implica primero un calentamiento para preparar al cuerpo desde un inicio y entrar en un estado corporal disponible. En cuanto al calentamiento, durante mi práctica, me enfoqué en la disociación de la cabeza, torso y

pelvis. Luego, de ser necesario, en una clase regular se enseñan los pasos de acuerdo con la música o ritmo de la danza por medio de una rutina, es decir, movimientos de cuatro a ocho tiempos que se repiten las veces sea necesario, dando como resultado final una coreografía.

Para mi laboratorio, sistematicé un orden fusionando ambos métodos pedagógicos. A partir del calentamiento, usé los patrones de movimiento del afroperuano y *dancehall* desde un género de baile específico para despertar y activar la musculatura. Luego, creé líneas o progresiones en el espacio, usando la repetición, para luego adaptarlo y explorarlo con los principios del contemporáneo como el uso de niveles en el espacio, los diferentes puntos de apoyo, planos espaciales, etc. Por último, exploré la continuidad entre los movimientos y creé una secuencia de movimiento final que me sirvió como material para observar la liberación de la cabeza, torso, pelvis y extremidades, la calidad y dinámica de movimientos como puntos de partida para reflexionar y comprender la construcción de mi corporalidad y fisicalidad.



Capítulo 1. Elementos de la danza contemporánea más reconocidas en mi lenguaje de movimiento

En este capítulo, expondré mi experiencia en las clases de técnica de la PUCP durante los nueve ciclos (2016 - 2020), con el objetivo de describir los principios técnicos que se trabajaron y que han sido relevantes para la construcción de mi movimiento. Asimismo, contaré mi experiencia como alumna ejecutando frases de movimiento, ya que ésta ha sido la aproximación pedagógica de la mayoría de las clases técnicas.

Cabe mencionar que estos principios han sido recogidos a partir de la sumilla PUCP desde el primer ciclo en adelante, por lo cual, han sido estudiados desde diferentes aproximaciones según cada maestro. Asimismo, estos principios de movimiento se encontrarán permeados a lo largo de esta investigación a través de las prácticas que realicé en mi laboratorio y videos de mis clases de técnica.

1.1. Principio: manejo del peso y ritmo

Estos aspectos han partido del reconocimiento de la estructura óseo- muscular y articular. En el primer año, se trabajaron por medio de la exploración del alineamiento corporal haciendo uso de secuencias de movimiento en la vertical y en el piso siguiendo las cuentas musicales².

En ese momento, mi foco de atención fue entender las frases como conjunto, casi nunca tenía presente la alineación de mi postura o el peso, solo me enfocaba en las cuentas musicales y en la forma estética del movimiento, quería verme como el profesor y mis compañeras. Es así como; en lugar de entender qué significa manejar o sostener mi peso, comprender cuál es la relación con el ritmo o sentido musical, o cómo integrarlas en una

² Ver en el siguiente enlace: Técnica de danza 1. <https://n9.cl/xq92jw>

secuencia de movimiento sin perder ninguno de ellos, traté de ejecutar las frases imitando la forma del movimiento.

Es así como, gracias a esta tesis, decido regresar a un libro, que en el tercer año de carrera leí por primera vez, *El arte de crear danzas (The art of making dances)*, de la bailarina Doris Humphrey (1965), y que en su momento no pude reflexionarlo de la manera que lo hago ahora, ya que Humphrey explica cómo se aborda el movimiento desde la danza moderna. En primer lugar, hace referencia al ritmo como “la conciencia del acento de la energía puntuada por el pulso dado por un cambio de peso al danzar”, es decir, se genera un ritmo al cambiar de peso. En estas “caídas y recuperaciones se da como resultado acentos de diferentes calidades y duraciones” (Humphrey, 1965, p. 111). Con esta cita entendí el ritmo como una fisicalidad, donde el cuerpo es capaz de generar diferentes calidades de movimiento, durante los cambios de peso. Entonces, comprendí que existe una relación directa entre el ritmo y el peso. Pero ¿qué significa cambiar de peso?

Según la escritora Laurence Louppe (1997), el peso es una de las figuras recurrentes en la danza contemporánea, es decir, “en la transferencia de peso se define todo movimiento, es la unidad que sirve de base a todo acto motor. Pero el peso no solo es desplazado: a su vez desplaza, construye, simboliza a partir de su propia sensación” (pp. 91-92).

Dicho esto, la noción de peso como principio técnico usado en la danza contemporánea contiene a todo el movimiento, es el punto de inicio para generar algo junto con la ayuda de la gravedad y la energía. La manera en cómo manejemos el peso generará una sensibilidad porque estamos en constante interacción con el suelo, por lo tanto, se dará una sensación interna. A esto, Humphrey se refiere con generar diferentes calidades de movimiento. A lo que yo llamaré generar una fisicalidad, ya que estamos involucrando a nuestro cuerpo y estamos optando por decidir cómo nos queremos mover, cuánta energía queremos usar, y a su vez, a qué velocidad queremos movernos, es decir, usar diferentes

dinámicas de movimiento. Respecto a este último, nos van a servir para definir cómo es la sensación del peso y cómo podemos distribuirla por medio de matices, es decir, distribuir la energía de movimiento con la capacidad de poder acelerar o desacelerar sin cortar al movimiento (Louppe, 1997, pp. 91-92). Por tanto, comprendí que existe otra relación directa entre el peso, la fisicalidad, las cualidades y dinámicas de movimiento.

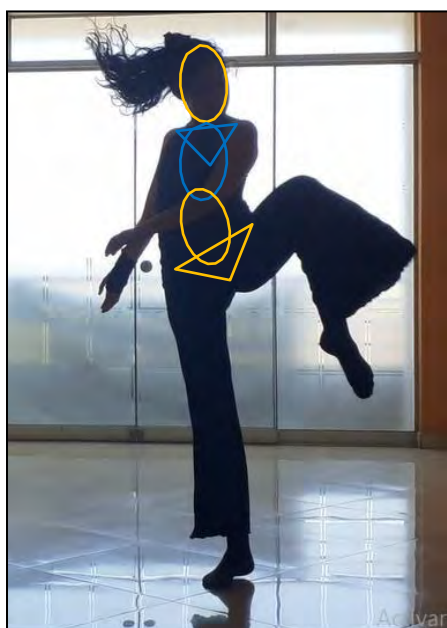
Con todo ello, me voy acercando a una noción muy compleja de lo que es el cuerpo en movimiento, pero a la vez tan importante y mencionada en las clases de técnica de danza contemporánea que me sirven para mi primer acercamiento, en esta búsqueda de enriquecer mi experiencia técnica como bailarina.

1.2. Principio: centro de gravedad y motores de movimiento

A continuación, explicaré el estudio del centro de gravedad y los motores de movimientos a partir de mi acercamiento al *Axis Syllabus*. Este curso es dictado en el noveno ciclo por la profesora Cristina Velarde y tiene como principal objetivo “acentuar la conciencia del uso de las fuerzas físicas logrando una mayor eficiencia en la ejecución de movimientos y traslados, y, además, desarrollar distintas cualidades de movimiento a través del estudio del espacio y la respiración” (PUCP, 2021).

Para un mejor entendimiento sobre el uso del centro de gravedad, también intervienen las fuerzas externas como la fuerza centrífuga, centrípeta y la inercia. Estas son estudiadas y aplicadas en la construcción de rampas para ingresar y salir del piso, como también a los desplazamientos, saltos, giros (PUCP, 2021). Con el objetivo de lograr una mayor eficiencia en la ejecución de movimientos, es decir, el movimiento no se piensa desde la fuerza muscular para lograr trasladarse por el espacio, sino desde una construcción lógica de movimiento y una modulación del tono muscular para generar una secuencialidad que no implique gastar energía, sino, que se aproveche la fuerza de la gravedad, la inercia y la energía cinética.

Por otro lado, en cuanto a los motores de movimiento, estos se dividen en 3 segmentos. El primer segmento está conformado por la cabeza y el cuello; el segundo, por el torso y la cintura escapular; y el tercero, por el abdomen y la pelvis. Estas partes del cuerpo se pueden usar por separado o juntas para producir, aumentar o reducir la energía cinética, generar, aprovechar o cancelar fuerzas y cambiar las leyes de inercia a nuestro favor (Faust, 2018, citado en Guerra, 2020).



Los movimientos de la cabeza son posibles y regulados desde el cuello. Es posible un aislamiento relativo, reduciendo la cantidad de energía o inercia que puede producir la cabeza. Sumando o restando el cuello a los movimientos de la cabeza, podemos aumentar o reducir y por tanto regular la cantidad de energía o resistencia según nuestra necesidad (Faust, 2017).

Los movimientos de la columna torácica superior e inferior incluyen automáticamente el desplazamiento espacial de la cintura escapular.

Los movimientos de la zona torácica inferior y lumbar inferior pueden provocar el desplazamiento espacial de la pelvis. Se permite el aislamiento relativo de la pelvis mediante el uso distal de la zona lumbar inferior.

Figura 2. Motores de movimiento

Estas nociones de la gravedad, los motores de movimiento y el manejo del peso y ritmo, que desde primer año han sido nombradas, han adquirido mayor valor y sentido para mí en el curso de técnica de noveno ciclo, porque fue explicada desde las propiedades o funciones que implica usar el peso. Como lo explica Frey Faust, la transferencia de peso es la propiedad del movimiento de un cuerpo junto con el efecto de gravedad y la energía cinética (citado en Guerra, 2020) que nos ayudará a no sobrecargar/tensionar los músculos/ligamentos en la continuidad del movimiento.

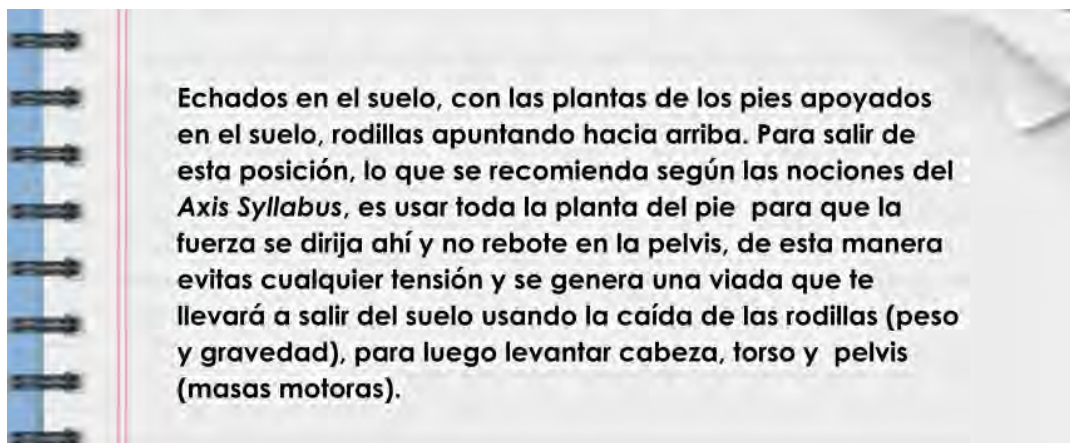


Figura 3. Notas de la clase de Técnica de Danza 9 con Cristina Velarde (setiembre de 2020)

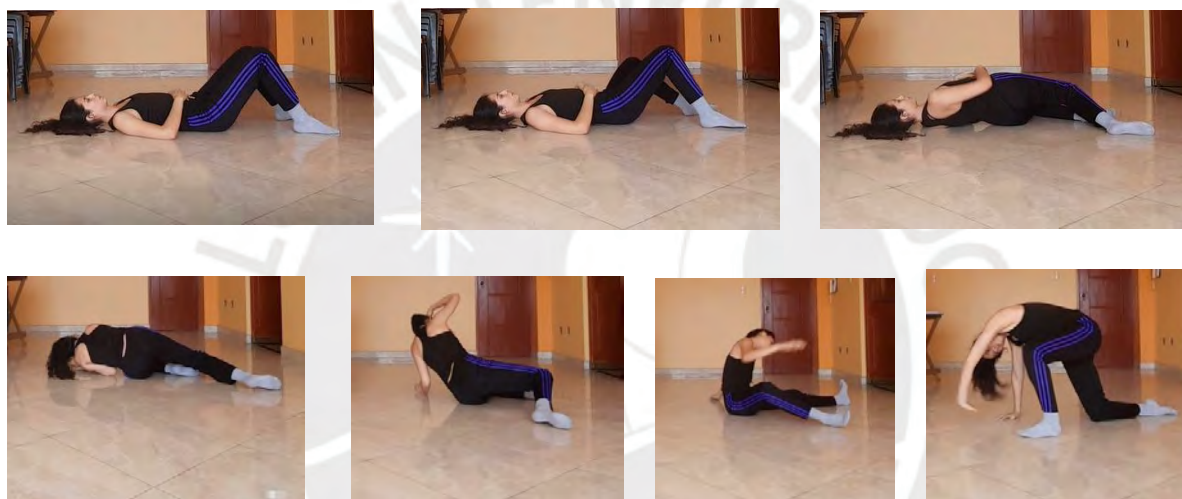


Figura 4. Uso del peso y gravedad para salir del suelo. Secuencia técnica de las clases de noveno ciclo.

Como se observa en la ilustración previa³, si integramos el uso de la gravedad junto a las masas motoras, nos ayudarán principalmente para trasladarnos por el espacio y generar una fisicalidad particular. Con esto, voy encontrando una corporalidad dentro de la danza contemporánea que vendría a ser secuencial y rítmica, esta última en el sentido de un ritmo más interno, de los músculos y las articulaciones.

Esto me dirigió a un momento de mi práctica donde quise regresar a explorar el principio técnico del peso, el uso de la gravedad y los motores de movimiento de la forma en

³ Ver en el siguiente enlace: Secuencia – técnica de danza 9. <https://n9.cl/xq92jw>

como lo hacía en mis primeros años de carrera. Por ello, durante mi laboratorio, opté por hacer dos sesiones en donde exploraba los desplazamientos usando los motores de movimiento en diferentes niveles (alto, medio, bajo), incluí diversos puntos de apoyo y planos en el espacio para poder observar qué tipo de fisicalidad adquiriría.

1.2.1. Sesión 7

La primera fue la sesión 7⁴, en la cual, inicié con un calentamiento desde el piso, luego apliqué el uso del espacio en tres niveles, es decir, moverme por el espacio solo por el suelo, a un nivel medio usando mis extremidades y espalda, y a un nivel alto.

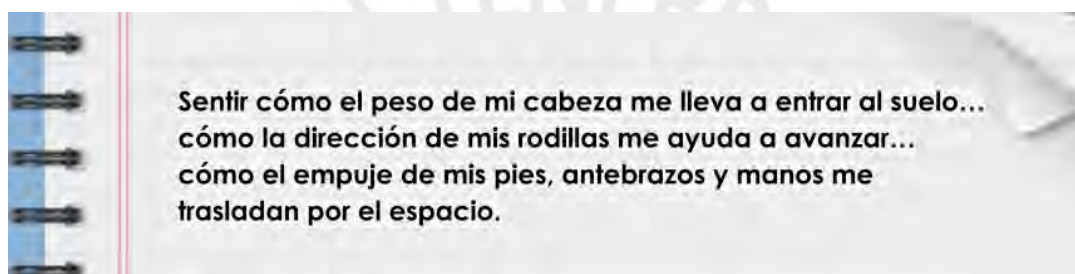


Figura 5. Notas de la bitácora (D. Kaqui, setiembre de 2020)

Mi única premisa fue usar los motores de movimiento con el objetivo de sentir como el peso me trasladaba por el espacio de una manera lineal. Esta misma premisa la usé en la sesión 8.

1.2.2. Sesión 8⁵

Aquí no hice un calentamiento previo de reconocimiento del peso, sino que armé la secuencia en base a lo que ya había explorado en la sesión anterior, a esto le sumé el movimiento continuo, dado por el uso de la gravedad y la inercia. Es decir, dejarme llevar por lo que el espacio me ofrecía. Además de esto, lo que me ayudó a obtener el resultado final fue una lesión en la muñeca derecha, esto me ofreció usar otros puntos de apoyo como los

⁴ Ver en el siguiente enlace: Sesión 7 (calentamiento). <https://n9.cl/li63>

⁵ Ver en el siguiente enlace: Sesión 8. <https://n9.cl/li63>

antebrazos, las rodillas, la parte externa de las piernas. Entonces, con esto podía experimentar el peso de otras partes de mi cuerpo.

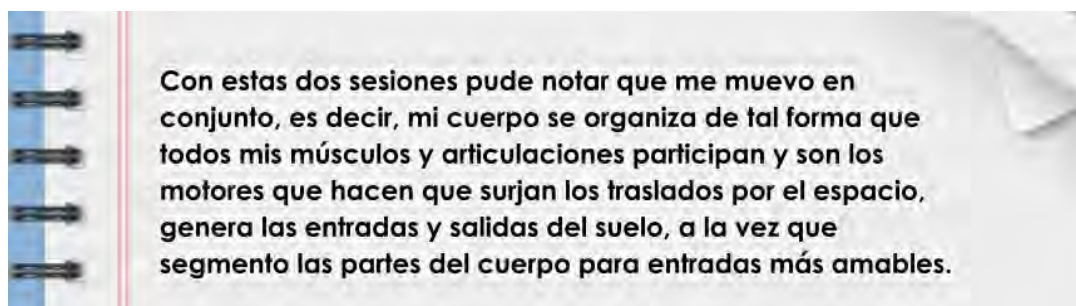


Figura 6. Notas de la bitácora (D. Kaqui, setiembre de 2020)

Según la definición de corporalidad de esta investigación, con este lenguaje de movimiento, y en esos días, en particular, me conecté con mis movimientos desde el mismo movimiento, es decir, desde la sensación de sentir el suelo con diferentes partes del cuerpo, una sensibilidad física, dada por el sentir de mi peso contra/con/hacia el suelo, pero también, interna, porque estaba consciente de cómo debía organizarme para no darle peso a mi muñeca. Encontré que en estos impulsos de los pies y la pelvis, en esos cambios de peso, en esas espirales, giros y torsiones se generaba un ritmo corporal, con una fisicalidad acuosa y entretejida.

1.3. Principio: puntos de apoyo de las partes del cuerpo, cambios de dirección, espirales y contrapesos

Estos principios que ya se han ido mencionando siempre están en los objetivos de las clases de técnica con el fin de “generar y sensibilizar el cuerpo a través del uso del espacio” (PUCP, 2012). Primero, tenemos los puntos de apoyo que funcionan como receptores y propulsores de peso. En mi primer año, estas nociones estaban presentes en las secuencias de

piso sobre todo con la profesora Cory⁶. Este fue mi primer acercamiento con los puntos de apoyo, contrapesos y niveles espaciales.

En el caso de la sesión 8, por ejemplo, tuve que buscar otros puntos de apoyo que no involucre la mano lesionada y de esta manera también encontrar la forma de distribuir mi peso en otras partes de mi cuerpo.

En cuanto a los cambios de dirección, los usé solo para usar más mi lado izquierdo, y esto generó que me saliera de mis patrones de movimiento. Por otro lado, los contrapesos, ya se encuentran dentro de cada cambio de apoyo y en las transiciones, estos se pueden observar también en la secuencia final de la sesión 7⁷, donde jugué un poco más con la idea de pasar a los hombros y caer en una diagonal para compensar la caída.

Mientras que el principio de la espiral es otra preferencia que tengo presente, lo aplico en la mayoría de mis sesiones, como, por ejemplo, en la sesión 1, 2 y 4⁸, lo uso para generar giros o entradas al suelo más amables. Ya que, “la espiral es el modo de circulación más eficaz y económica” para que el movimiento suceda, implica multiplicidad de direcciones en una expansión y contracción simultánea (Galand, 2015, pp. 156 – 162).

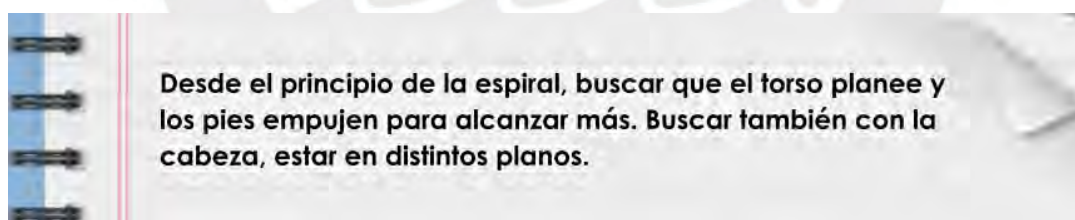


Figura 7. Notas de la clase de Técnica de Danza 7 con Carola Robles (abril de 2019)

1.4. Principio: equilibrio, desequilibrio, impulsos, suspensiones y giros para trasladarse por el espacio

⁶ Ver en el siguiente enlace: Puntos de apoyo, contrapesos y niveles – Profesora Cory. <https://n9.cl/xq92jw>

⁷ Ver en el siguiente enlace: Sesión 7 (secuencia final). <https://n9.cl/li63>

⁸ Ver en el siguiente enlace: Fragmentos de la sesión 1 [0:36 – 0:49], sesión 2 [0:27 – 0:33] y sesión 4 [0:15-0:25]. <https://n9.cl/li63>

Para continuar con los principios que más resuenan en mi lenguaje de movimiento, tenemos los equilibrios y desequilibrios. Estas nociones las he visto desde dos acercamientos. El primero, fue en las clases de técnica con la profesora Anita en el segundo y tercer año⁹. Aquí reconocí que en los ejercicios de calentamiento, la profesora aplicaba la liberación y balanceo de las piernas, así también, el apoyo y los impulsos de los pies, las suspensiones, los giros fuera del eje vertical y los desequilibrios como caídas para trasladarnos por el espacio. Estas ideas las tenía presente cuando realicé la sesión 5¹⁰, sobre todo las apliqué para abarcar el espacio y encontrar una cadencia en esas caídas.

El segundo acercamiento, fue con la profesora Carola Robles, los equilibrios y desequilibrios se comprendían con la ruptura de la verticalidad¹¹. Se trataba de usar el riesgo para generar o desencadenar los siguientes movimientos. Para ello recurría a las inversiones, o el espacio de atrás, para sentir el peso y con este la gravedad de una manera distinta. Usaba los giros sobre una pierna, pero en un plano horizontal. Nunca entendí cómo debía usar la fuerza de mi columna como motor de movimiento para poder girar en otros planos, ni tampoco llegué a entender por qué fue tan agotador hacer las frases de movimiento. Fue la técnica que más dificultad tuve para apropiarme de aquellos principios.

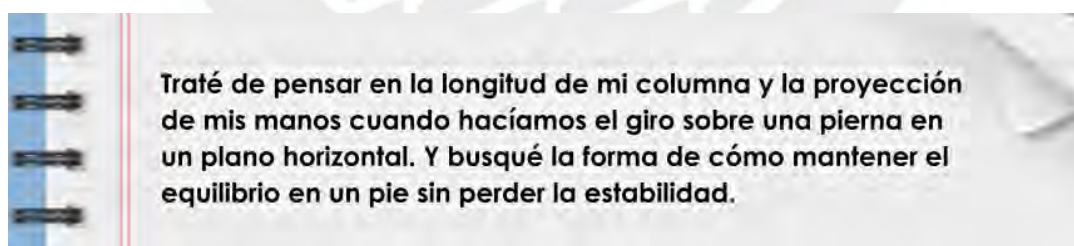


Figura 8. Notas del parcial de Técnica de Danza 7 (mayo de 2019)

⁹ Ver en el siguiente enlace: Clase de técnica con Ana Brito. <https://n9.cl/xq92jw>

¹⁰ Ver en el siguiente enlace: Sesión 5. <https://n9.cl/li63>

¹¹ Ver en el siguiente enlace: Espacio de atrás - técnica de danza 7. <https://n9.cl/xq92jw>

Esta ruptura de la verticalidad, el riesgo y giros en otros planos, lo entendí mucho mejor cuando llevé el curso con Cristina Velarde.

1.5. Principio: planos espaciales y su utilización para crear rampas de acceso al piso, amplios desplazamientos y eficiencia en la ejecución de movimientos

Para explicar un poco mejor a lo que me refiero con el espacio de atrás, y los giros en otros planos, nombraré los planos espaciales como un principio muy usado en el contemporáneo y que los he ido usando conforme avanzaba mi práctica. Para ello, lo voy a explicar desde el *Axis Syllabus*.

La vertical, horizontal y sagital son los ejes usados por Faust para mapear el área 3D de nuestro cuerpo dentro de la cual tiende a operar una articulación. Estas trayectorias son todas poliaxiales y casi siempre se arquean y se tuercen (Faust, 2017). Es decir, en función del rango de movimiento de nuestras articulaciones y de su relación con los tres ejes, se puede atravesar el espacio, entrar o salir del suelo, saltar, girar¹².

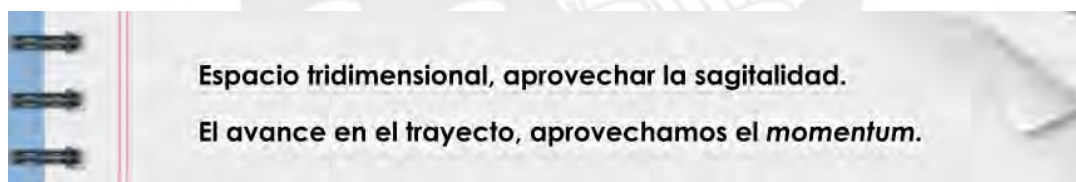


Figura 9. Notas de la clase de Técnica de Danza 9 con Cristina Velarde (setiembre de 2020)

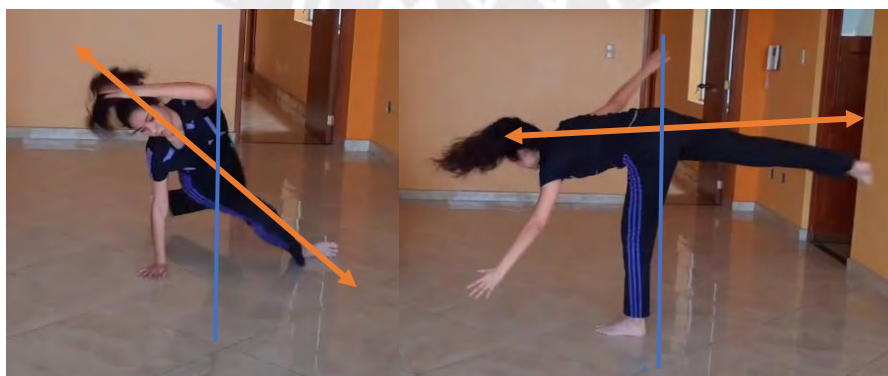


Figura 10. Ejes espaciales. Examen parcial de técnica 9

¹² Ver en el siguiente enlace: Examen parcial – técnica de danza 9. <https://n9.cl/308tf>

Mientras nos movemos en relación con el espacio, surgen muchas formas de cómo entrar al suelo y salir de él usando ciertas partes del cuerpo que están disponibles para realizar dicha acción. Según el estudio del *Axis Syllabus*, cuanto mayor es la distancia desde el punto de apoyo, más efecto de rotación tendrá una fuerza. Esta propiedad puede dificultar o facilitar posiciones o movimientos, dependiendo de cómo organicemos nuestro cuerpo en el espacio y el tiempo (Faust, 2017). Esta organicidad espacio - tiempo, es llamada el *momentum* o *timing*, que quiere decir medir el momento preciso para preparar y ejecutar una acción. Esto nos ayuda a la eficiencia y eficacia de movimiento. A partir de aquí, la ruptura de la verticalidad cobró mayor sentido, el uso del imaginario ayudó a pensar que el cuerpo es tridimensional, por tanto, imaginar esas líneas en el espacio servían para esclarecer el tránsito en el espacio.

1.6. Principio: trabajo de piso

Por otro lado, en cuanto al trabajo de piso, el uso de este, como principio recurrente en la danza contemporánea, ha sido el que más ha llamado mi atención. Sus diferentes formas y usos han despertado en mí, el interés por explorar nuevas posibilidades de jugar con él.

Las primeras experiencias que tuve con el trabajo de piso, fue desde una aproximación somática. Es decir, se trataba de reconocer tu estructura ósea y muscular en contacto con éste. Se exploró mucho los puntos de apoyo y las partes blandas del cuerpo que sirven como receptoras de impacto¹³. Usamos objetos como pelotas duras y suaves, trabajamos en parejas. Ha sido un largo camino de comprensión de entender el uso del suelo como un suelo disponible para nosotros, que sirve para rebotar o para trasladarnos (Louppe, 1997). Para Louppe, al trabajar con el suelo, el cuerpo piensa y al mismo tiempo se deja llevar, se entrega

¹³ Ver en el siguiente enlace: Trabajo de piso. <https://n9.cl/xq92jw>

al suelo, pero también lo toma, todo esto provoca diferentes cualidades de movimiento (1997, p. 94).

Sin embargo, no fue hasta el noveno ciclo de la carrera, que viví la experiencia de usar el suelo como si fuese la primera vez que estaría en contacto con él. La aproximación teórica implicaba mucho el uso del plano sagital y el uso de la pelvis. Entrar al suelo con estas nociones fue algo completamente nuevo, ya no se trataba de caer al centro para llegar a la superficie, sino se trataba de ir más lejos del punto de referencia para lograr una caída más amable y eficiente.

Resumiendo lo planteado, todos los principios que se han nombrado, en base a mi experiencia, forman parte de mi lenguaje de movimiento, por ende, son los que he aplicado en mi laboratorio. Con esto quiero decir que, desde el día uno, integré aquellos principios dentro de la práctica, y como lo mencioné anteriormente, la sistematización se ha dado en base a calentamientos, exploraciones y secuencias de movimiento, porque ha sido de esta manera cómo he aprendido y me he apropiado e integrado aquellos principios a mi corporalidad.

Por lo tanto, hasta este momento he narrado mi experiencia sobre cómo la corporalidad en el contemporáneo se comprende desde un enfoque en el cuerpo y su fisicalidad por medio de la experiencia en el peso, en la fluidez del movimiento continuo gracias a la gravedad como resorte y a los reajustes o modificaciones de la estructura corporal para la eficiencia del movimiento (Louppe, 1997, pp. 37-39). Por lo tanto, se puede decir que la danza contemporánea ha integrado principios que son herramientas de conocimiento, en donde el bailarín contemporáneo “debe su teoría, su pensamiento, su impulso exclusivamente a sus propias fuerzas” (Louppe, 1997, p.46).

En otras palabras, la forma en cómo se aborda el movimiento en la práctica de danza contemporánea y con ella su corporalidad y fisicalidad se da por medio de la relación entre mi cuerpo y el espacio, entre la organización y orientación en el espacio, las fuerzas externas

como la gravedad y la inercia, entre cómo me amoldo y dialogo con mi entorno. La combinación de estos elementos en una secuencia de movimiento creará diferentes cualidades y dinámicas de movimiento.



Capítulo 2. Revelando mi vínculo con las danzas afroperuanas y el *dancehall*: ¿Qué es lo que me conecta?, ¿por qué se percibe distinto?, ¿qué es esa otra experiencia?

El objetivo de este capítulo es dar a conocer mi conexión con el afroperuano y *dancehall* y explicar que la corporalidad de ambas danzas proviene de una comprensión a nivel corporal y emocional, además, de una percepción sociocultural. Asimismo, describiré cómo he adoptado aquellos aspectos en mi práctica de danza contemporánea.

En mi caso, ambas danzas no han sido aprendidas solo por la imitación, sino que han sido reconocidas desde su contexto social, cultural, espiritual; para luego ser exploradas, observadas y analizadas en el movimiento y en la teoría. En palabras del maestro de danzas afroperuanas, Antonio Vílchez, reconoce que es importante:

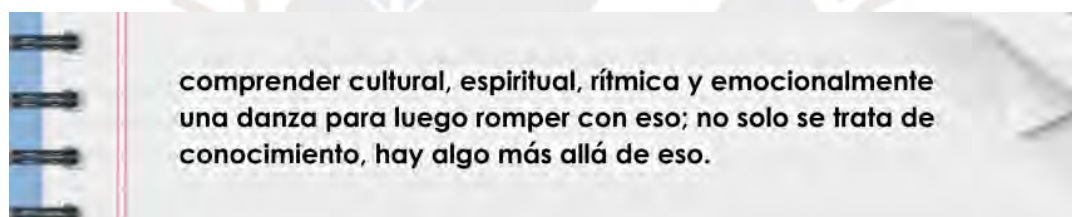


Figura 11. Notas del Seminario *siente el Groove* con A. Vílchez (julio de 2020)

Para ello, quisiera comenzar con una cita donde se menciona que el cuerpo se involucra con ritmo, palmas o vocalizaciones adicionales cuando escucha la música porque esto fomenta los lazos sociales (Levitin, citado en Olsen & Gould, 2008). Es decir, que el cuerpo contiene un carácter social por las experiencias que son determinadas por la percepción social de su forma física y por las prácticas que realiza (Pedraza, 2004, p. 66). Aquel carácter constituye la corporalidad en la danza, ya que la construcción social forma parte de la historia de cada individuo, por lo tanto, conocer este aspecto social dentro del afroperuano y *dancehall* será vital para el estudio de esta investigación.

2.1. Elementos del *dancehall*: un estilo de vida

En el contexto jamaicano, la música ha permitido expresar la vida cotidiana, ha sido un medio para mantener la tradición, en palabras de Olsen y Gould (2008):

La música local combina múltiples tradiciones musicales tribales africanas, europeas y de otros inmigrantes, originalmente reunidas en el contexto de la esclavitud de las plantaciones, donde la música y la danza eran un medio para preservar la tradición y crear nuevas formas de entretenimiento (traducción personal, p. 230).

Entonces, la música jamaicana es una conversación más profunda con la historia. Incorpora, especialmente en las letras, la articulación lúdica de una cultura erotofílica que recuerda a las canciones cantadas en bailes de esclavos que a menudo eran vehículos satíricos, comentando y, a menudo, ridiculizando, el comportamiento de personajes locales. El discurso sexual en las letras reproduce la autoridad y refina las metáforas de género a lo largo del tiempo (Levitin, citado en Olsen & Gould, 2008).

Con todo lo mencionado, nos vamos aproximando a una realidad problemática en donde se va forjando un carácter, un comportamiento, desde las percepciones de las comunidades que quisieron transmitir en su danza y en la música lo que se vivía día a día en su contexto social.

Es así como el *dancehall* ha crecido dentro de un entorno donde predominaba, en primer lugar, el poder hegemónico, esto debido a que por mucho tiempo lucharon por ser un país independiente. Sin embargo, lo único que lograron fue reforzar el clasismo y la opresión de parte de figuras políticas que luchaban por llegar al poder, por ende trajeron consigo problemas sociales, políticos y económicos (Hope, 2006).

Se cuenta que el *dancehall* se desarrolló en los barrios más pobres de Kingston, Jamaica. Sin embargo, su historia se remonta cuando los esclavos africanos emigraron a Jamaica por estar bajo el mando británico. Es por eso que, se dice que tiene influencia del

Congo, con danzas como el Kúmina y el Tambú. Según la coreógrafa L' Antoinette Stines (2020), el cuerpo de la persona en *dancehall* hace movimientos que vienen de las plantaciones de esclavos. Es decir, el *dancehall* revivió y explotó de nuevo en las calles tomando una forma tradicional folclórica que, al combinarla, le dieron otra energía y por ello se convirtió en *dancehall* (Demaizière & Teurlai, 2020, min. 41:36). Por otro lado, en cuanto a la música popular jamaicana, ésta comenzó primero con el *Mento* (que es una mezcla del folklor jamaicano con el jazz), que se convirtió en *Blue Beat*, y éste en *Ska*, luego *Rocksteady*, *Dub*, y *Reggae* para finalmente llegar a ser *dancehall* como género musical (Adtelligent TV, 2020, min. 4:07).

Así es como los *griots* del *dancehall* difundieron sus letras en un *dancehall* duro, vulgar, donde usaban la jerga de la ciudad conocido como el *patois*, sobre la vida en el interior de las ciudades y su consecuente pobreza y privación, violencia política, violencia armada, brutalidad policial, el sexo y la sexualidad, y otros factores domésticos que caracterizaban la vida de los pobres urbanos de Kingston (Hope, 2006).

El *dancehall* como cultura musical comienza después la muerte de Bob Marley en 1981 y con ella empieza a nacer el *dancehall* como baile, con la figura de Gerard Levy, más conocido como Bogle, uno de los primeros que reinventó los movimientos del *dancehall*.

Para esto, nadie bailaba, solo veían el baile, pero no bailaban, bailaban más como Michael Jackson o más como James Brown. Pero desde que apareció Bogle involucró movimientos del cuerpo de una manera única y diferentes partes del cuerpo que nadie había usado antes para bailar (Jean Damz TRS., 2015, min. 6:02)

Según la coreógrafa y bailarina Latonya Style (2020), el *dancehall* es una vibra natural difícil de especificar, en donde no se ve realmente una técnica, sino una respuesta al sentir de la música. Para esto pone de ejemplo a Bogle, cuando creó su movimiento llamado

bogle, y explica que él solo estaba improvisando. Es por esto que, para la coreógrafa, se trata de una libertad de expresión, de actitud, de sentimientos y sensaciones, y el hecho de ser de Jamaica se trata acerca de su cultura (Adtelligent TV., 2020, min. 6:57).

Dicho esto, el *dancehall* como baile fue desarrollándose y Bogle se convirtió en una figura muy reconocida por todos los bailarines, ya que dejó un legado sobre lo que es la cultura *dancehall*.

La historia cuenta que un día, por accidente se tocó una grabación y a la gente le agradó mucho, de esta manera poco a poco la música fue modificándose y reproduciéndose en los *soundsystems* de las calles. Es así como, años más tarde la música fue sufriendo cambios hasta que el *dancehall* se convierte en un género musical. Estos sistemas de sonido móviles proporcionaron y continúan proporcionando el primer escenario real y una salida para las actuaciones de aspirantes a DJ y cantantes (Hope, 2006, p. 14).

Así es como el *dancehall* se hace popular y desde ese momento tanto los bailarines como los cantantes o DJ's no han dejado de crear música y movimientos, respectivamente, para expandir su cultura por todo el mundo. Según la socióloga Stanley (2020), el bailarín de *dancehall*, parte de la memoria genética con la que llegan a este mundo para la creación de los movimientos (Adtelligent TV., 2020, min. 42:37). Pero, para la coreógrafa Style (2020), los movimientos son creados en base a lo que ocurre en su entorno, es decir, los movimientos en el baile *dancehall* reflejan cada aspecto de la vida jamaicana (Adtelligent TV. 2020, min. 7:30).

La creación de los movimientos del baile *dancehall* se traslada en las fiestas realizadas en las calles más pobres, donde aparecen varias figuras reconocidas dentro del *dancehall* como: el *MC*, quien es el maestro de ceremonia, el DJ, los bailarines, los que graban las fiestas. Todos ellos forman parte de ese espacio de diversión y fiesta. De esta manera, el *dancehall* se fue convirtiendo en un espacio como medio de expresión cultural,

donde predomina la música y el baile, las competencias entre hombres y mujeres, la moda, y todos los asistentes que hacen posible que sea reconocida como una cultura.

Sin embargo, para la socióloga Stanley Niaah (2020), el *dancehall*, no solo se trata de la teatralidad actual, sino también debe verse como un ritual, como el acto de recordar una larga historia de opresión (Demaizière & Teurlai, 2020, min. 42:10). Por lo tanto, el *dancehall* no deja atrás toda la historia social, sino que se reinventa gracias a ella.

Gracias al contexto en donde surge y a la constante creación de pasos y canciones, el *dancehall* ha logrado ser reconocido internacionalmente mucho más que en su propio país, debido a la pobreza, violencia y todo el contexto sociopolítico. Es una gran lucha, de los creadores, por salir de su país, por ello se ven obligados a recrear y reclamar sus recursos, identidades, personalidad y autoestima por cualquier medio (Hope, 2006). Por esta razón, el *dancehall*, se considera un estilo de vida que no dejará de ser vista ni compartida a todo aquel que esté inmerso en la cultura.

Todos estos aspectos, se fueron revelando conforme iba estudiando y practicando el *dancehall* desde el año 2019 de una manera más profesional. En primera instancia, lo que me hizo conectar con este baile fue el ritmo musical, luego los movimientos ondulantes de pelvis y torso que iban de acuerdo a la música. Estos elementos principales despertaron mi interés y una conexión profunda con mis movimientos.

2.1.1. La esencia de bailar *dancehall*



Figura 12. Jamaica experiences (Experience Jamaican Dancehall, s/f)

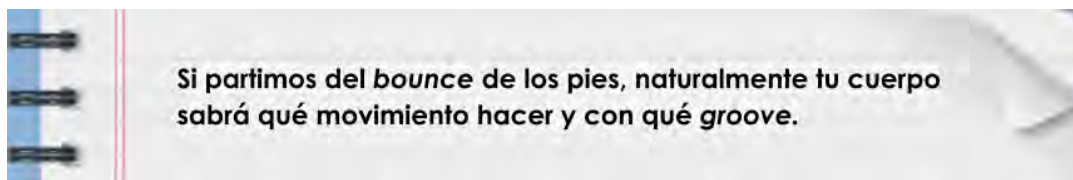


Figura 13. Notas de las clases de entrenamiento en Ita Lion con Mara Berrios (setiembre de 2020)

Esta fue una de las consignas que usamos en uno de los entrenamientos con mi grupo que practica *dancehall*. Entonces, a partir del rebote de los pies se involucran las rodillas, por la postura básica de esta danza (que es similar al afroperuano: semisentado), la pelvis, torso, brazos, y lo que nos ayuda a lograr a hacer un movimiento específico es el ritmo de la música.

Para profundizar sobre estos elementos dentro del *dancehall*, mostraré un esquema de acuerdo con mis investigaciones personales, para explicar lo que implica cada elemento.

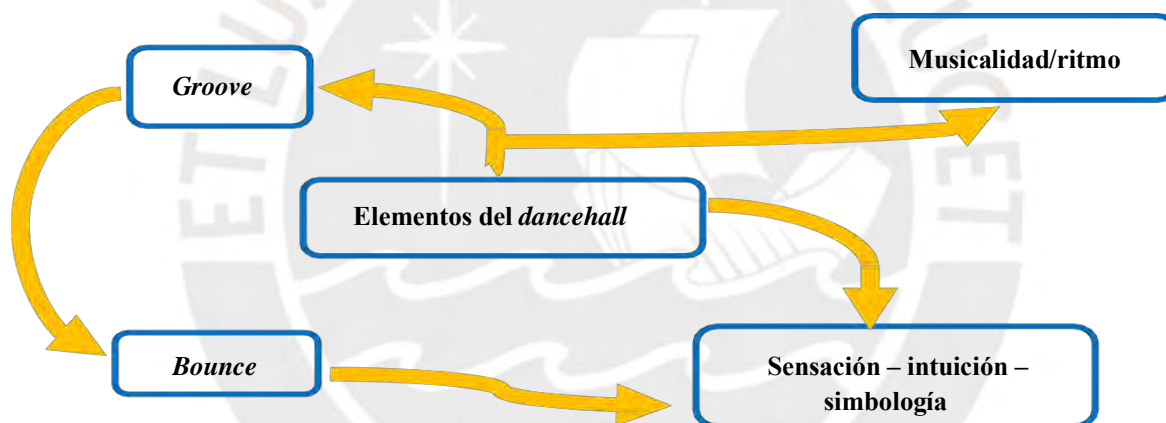


Figura 14. Esquema de los elementos del *dancehall*

Norgard (2012, citado en Cortez, 2019) define *groove* como la matriz rítmica que determina la sensación de la canción, además, esta sensación inspira al baile. Es decir, el cuerpo reacciona con una forma particular de movimiento porque es la música que le permite generar sensaciones. De acuerdo a mis observaciones y mis propias prácticas, puedo decir que esa particularidad de movimiento se caracteriza por ser ondulante, por involucrar todas las partes del cuerpo con un *bounce* (rebote) particular que va acorde al ritmo de la música.

El bailarín peruano de danzas urbanas, Michael Grijalva, cita a los bailarines y coreógrafos profesionales estadounidenses de Hip Hop, Buddha Stretch y Henry Link, para mencionar que el *groove*:

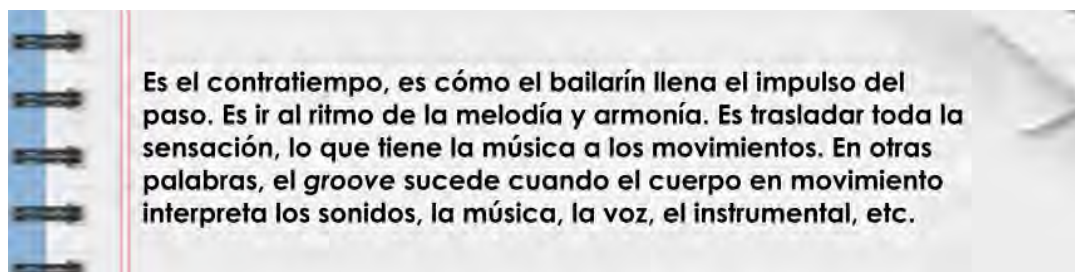


Figura 15. Notas del Seminario *siente el Groove* con M. Grijalva (agosto de 2020)

En conclusión, el *groove* es la comprensión del patrón rítmico, a su vez es intuitivo, porque el cuerpo responde a la sensación que le genera escuchar la música (Leonardo, 2021).

Por eso se dice que los bailarines de *dancehall*:

Al escuchar la música del *dancehall*, experimenta y aprende sobre la cultura jamaicana. La música es un indicador cultural, pero también lo es la danza, e igualmente importante es la capacidad del género para crear una sensación de euforia corporal. Al escuchar *dancehall*, así como cuando uno se involucra en el vocabulario expresivo de la danza, uno experimenta una forma de sobrecarga sensorial - los polirritmos de la música, el uso del dialecto patois en las letras, el ritmo de conducción, el uso de instrumentos sintetizados o sonido electrónico y la fisicalidad de los bailes con su uso de rápido y lento - ondulaciones aceleradas de la columna vertebral, movimientos bruscos de piernas, golpes, aislamientos pélvicos y ascensos y descensos dinámicos. Estos cambios dinámicos, que utilizan las múltiples capas de espacio y tiempo, pueden crear esa sensación de euforia física [...] (traducción personal, Small, 2012).

Estos aspectos forman parte de la corporalidad del *dancehall*. Son los que te hacen experimentar otra sensación, otro movimiento. Esta sensación de euforia física o corporal como se mencionó anteriormente, se podría decir que es el elemento que antes no podía explicar con palabras cuando describía mi experiencia al bailar *dancehall*. Ahora con la literatura, se puede observar que se trata de algo mucho más profundo que un simple disfrute de la música o una linda sensación de movimiento. Se trata de un espacio espiritual. Como lo menciona Small (2012) en su investigación sobre el *dancehall*, es un espacio efímero donde las combinaciones de música y danza crean un lenguaje propio que no solo comunica la letra de una canción con contenido variado sino un espacio sagrado, un espacio que se unifica, de género y ritualista. A través de la actividad de la danza y la aceptación del cuerpo del ímpetu de la música *dancehall*, se comienza a transformar el espacio en tierra sagrada (Small, 2012). Esto se debe a que, según su investigación, el *dancehall* es la recreación contemporánea o resurgimiento de la práctica tradicional del trance de África Occidental, es decir, que viene de un linaje africanista más amplio y que está presente en la mayoría de la cultura jamaicana. Lo sagrado y secular se fusionan en la música y danza de *dancehall*, a través del trance y catarsis; por lo tanto, son producto de crear una liberación individual y colectiva que empodera a la comunidad (Small 2012, p. 11).

Esta creación de libertad individual y colectiva al momento de bailar *dancehall* lo he experimentado en mis entrenamientos y presentaciones. Esa euforia de la que habla Small se acrecienta cuando se baila en colectivo, es algo compartido donde se transmite, a través de los cuerpos, diferentes sensaciones y emociones.

Por otro lado, la musicalidad es otro elemento importante dentro del *dancehall*. Como señala Small (2012), los bailarines siguen la estructura rítmica de la línea de bajo y realizan bailes y movimientos específicos que se correlacionan con los ritmos de la música. Con esto podemos señalar la estrecha relación entre música y movimiento. Debido a esto, es

importante resaltar que, dentro de la música, existen los golpes o pulsos constantes a lo largo de las canciones, algunas de ellas son a tiempo, conocido como el *down beat*, en donde el cuerpo puede ir a ese ritmo, con un peso pesado; y, otras que van a contratiempo, conocido como el *up beat*, en donde el cuerpo también responde, y es reconocido en el baile como una pequeña suspensión en el aire, es la cuenta “y” de los tiempos de la música.

Como lo señala Sjoval (2013, citado en Cortez, 2019), en la mayoría de los otros bailes, usas el suelo y la gravedad para recuperarte; mientras que en el *dancehall*, se supone que los movimientos lucen pesados, como si fueran tirados hacia el suelo (p. 17). Por este motivo, es que la postura del bailarín es estar con las rodillas flexionadas, con un peso hacia abajo todo el tiempo.



Figura 16. Postura habitual del bailarín jamaicano Bogle (Campbell, 2017)

2.1.2. Técnica: ondulación (*wave*)

A continuación, explicaré uno de los estilos que se encuentran dentro de los patrones de movimientos del *dancehall*, llamado *wave* (ondulación). Este movimiento característico tiene influencia de un estilo libre inspirado en las animaciones que se originó principalmente por el creador, George Adams, quien sufría de una infección ósea infantil y lo usó para

aumentar su rango de movimiento y para fragmentar (romper) sus largas extremidades al compás de los estridentes ritmos jamaquinos. Su apodo fue *Bruk up*, que significa roto, en *patois* jamaquino. Por esto, el estilo que creó se hizo famoso por ese nombre (Dylan-Robbins, 2015).

Como se puede observar, el baile *dancehall* ha sido enriquecido por diferentes estilos y por personas que en un principio lo que hacían era improvisar y dejarse llevar por la música, por su creatividad e inspiración en la música y en los cantantes famosos de Estados Unidos. Por este motivo, los bailarines de *dancehall* han adquirido este tipo de corporalidad que se caracteriza por la creatividad y por experimentar las diferentes posibilidades y rango de movimiento. Esto es lo que más ha llamado mi atención y con lo que me identifico en mi lenguaje de movimiento.

Por ello, voy a mostrar cómo se ha desarrollado mis primeras sesiones teniendo presente la corporalidad del *dancehall*.

2.1.2.1. Sesión 1¹⁴

En la sesión 1, quise sentir cómo sería armar una secuencia de movimiento que solo implicara las ondulaciones del cuerpo. Por ello, me enfoqué en el foco de la cabeza, torso y pelvis como motores de movimiento, como liberación de energía usando los movimientos ondulares del *dancehall*. Al mismo tiempo que las adapto a la estructura de una práctica de danza contemporánea al usar otros niveles, planos, punto de apoyo y desplazamiento.

Para esto, inicio con un calentamiento con música para preparar al cuerpo e interiorizar los patrones de movimiento del *dancehall*. Me enfoco en reconocer el rango de movimiento de cabeza, torso y pelvis integrando la ondulación. Esto se convierte en un estímulo para la creación. Se va dando naturalmente una improvisación, luego una

¹⁴ Ver en el siguiente enlace: Sesión 1. <https://n9.cl/li63>

exploración para terminar siendo una secuencia de movimiento. Luego dejo de poner música y me concentro en estudiar las transiciones, los apoyos, el foco de la mirada, las calidades de movimiento, para finalmente, una vez estudiada la secuencia, observo detalles en cada grabación, modifico, y termino usando la música para completar toda la idea, para cumplir con la premisa y los objetivos.

Observaciones de la secuencia inicial¹⁵:



Figura 17. Ondulación a partir de la cabeza

Usé el foco de la mirada para terminar de proyectar todo el movimiento, era consciente de las ondulaciones del cuello, hombros y torso. Sin embargo, en la primera transición, sentí un corte muy pausado, muy acomodado, era notorio que hice una preparación para el giro, no sentí la conexión de movimientos. Se vio como un rebote de energía hacia el centro que hizo detenerme. Lo vi, muy controlado, en una sola posición. Entonces, decidí practicar nuevamente toda la secuencia, buscando la fluidez y energía de los movimientos. Hacer esto me llevó a pensar en qué movimientos podría acentuar más, a jugar

¹⁵ Ver en el siguiente enlace: Fragmento de la Sesión 1 [0:00 – 0:59]. <https://n9.cl/li63>

con la calidad de movimientos, lo contenido, lo libre. A ser más consciente de las ondulaciones en la columna, cabeza y pelvis.

Observaciones de la secuencia con el uso de la voz¹⁶:

Decidí usar la voz y mi respiración para probar si podía experimentar otro tipo de corporalidad al hacer la secuencia. Esto, porque en la metodología del curso de técnica, del segundo año, se menciona que la respiración es un recurso que tiene efecto en la ejecución de los movimientos. Es decir, hay una relación entre la respiración y la interpretación del movimiento (PUCP, 2012). En aquel momento, en mis clases de técnica, no recuerdo haber sido consciente de integrar mi respiración como soporte de mis movimientos, pero lo que sí recuerdo es que nos repetían que la respiración nos ayudaba a lograr más volumen a nuestros movimientos y a generar cambios de dinámicas en las secuencias. Esta idea la quise traer en esta secuencia, sin embargo, no me funcionó como lo esperaba, ya que olvidé el foco de la mirada, los movimientos fueron incompletos, perdí la conexión de mis brazos con mi torso. Solo rescato que, en algunos movimientos, mi voz junto a la respiración me ayudaba a desarrollar una calidad de movimiento, pero no fue equilibrado en toda la coreografía, por lo que opté por dejar de usarla.

Observaciones de la secuencia con música¹⁷:

La música influyó mucho en la calidad de movimientos, era más consciente de la ondulación de cada parte de mi cuerpo, me ayuda a sentir más, a llenar los espacios, a que el movimiento sea continuo todo el tiempo. Los movimientos y la música se adaptan a la secuencia. Encajan juntas. Aparecen las dinámicas, en la suspensión, la contención, el acento, la soltura de la columna, los estacatos, los matices.

¹⁶ Ver en el siguiente enlace: Fragmentos de la Sesión 1 [1:00 – 1:26]. <https://n9.cl/li63>

¹⁷ Ver en el siguiente enlace: Sesión 1 [1:26 – 1:58]. <https://n9.cl/li63>

La experiencia es distinta, se siente una energía que recorre toda la columna. Probé con diferentes géneros de música, para ver que tanto influía en las dinámicas de movimiento, y lo que fue más notorio fue la soltura de mis brazos, era una combinación de soltura, pero contenida, con más forma, esto se fue dando en los últimos intentos.



Figura 18. Suspensión continua, suelta pero contenida.

2.1.3. Disponibilidad de los pies, rodillas, pelvis, torso y cabeza

Debido a la postura básica del bailarín de *dancehall* y a la gran destreza física, coordinación y disociación de sus movimientos, una de las características principales es la disponibilidad de la movilidad de las rodillas y la pelvis. Esto, sumado a la rapidez de los pies, a las ondulaciones del torso y la resonancia en la cabeza, logran manejar diferentes posibilidades de movimiento.

2.1.3.1. Sesión 2¹⁸

Para la sesión 2, quise explorar algunos pasos enfocados en la liberación de los pies, rodillas y pelvis a partir de un calentamiento usando los patrones del *dancehall* en el nivel

¹⁸ Ver en el siguiente enlace: Sesión 2 (calentamiento). <https://n9.cl/li63>

alto y medio para que la creación de la secuencia final fuera distinta a la anterior práctica. Por ello, mi esquema fue el siguiente:

- Usar los planos y niveles espaciales.
- Usar la música para encontrar la conexión entre movimientos y como estímulo para terminar de crear la secuencia.
- Explorar diferentes calidades y dinámicas de movimiento (fiscalidad).

Secuencia sin música¹⁹:

En este primer momento, armé la secuencia en base al calentamiento y una exploración de los patrones de movimiento del *dancehall* en otros planos y direcciones espaciales para poder estudiar la fiscalidad que surge al ejecutar la secuencia.

En el segundo momento, donde específico que intentaré usar más los acentos y cambiar la velocidad, las dos primeras veces que hice la coreografía surgieron pausas para pasar al siguiente movimiento, esto generaba que la energía del movimiento se cortara y no haya continuidad. Cuando intenté acelerar el movimiento, desde el primer movimiento de la pierna, el rango de movilidad se redujo, así como en otros momentos en que los brazos no terminaban de realizar los movimientos.

La tercera vez que lo volví a intentar, los movimientos lograron verse más controlados, las pausas adquieren mayor sentido, con intención de pasar a otra calidad de movimiento. Me permitió ser consciente de las decisiones que tomé con respecto al tiempo, al ritmo y la calidad de movimiento.

Secuencia con música (*afrobeat, afropop, dancehall, afroperuana electrónica*)²⁰:

¹⁹ Ver en el siguiente enlace: Sesión 2 (secuencia final sin música). <https://n9.cl/li63>

²⁰ Ver en el siguiente enlace: Sesión 2 (secuencia final con música). <https://n9.cl/li63>

En este tercer momento, quise hacer la frase final y sentir si la música influye en mis movimientos, o si mi cuerpo responde a lo que escucha, para poder comparar con la práctica anterior en la que yo era la que decidía desde un primer momento cómo moverme. Observo las similitudes o diferencias entre las secuencias.

Cada vez que miraba los videos, me exigía a liberar más el torso. Y poco a poco involucraba más el movimiento del torso, y con esto, el peso de la cabeza era más notorio también. Por otro lado, las primeras veces, no había cambio de nivel entonces eso también se iba añadiendo a la frase, con esto se generaba otra calidad de movimiento y más liberación de la pelvis, torso y cabeza.

2.1.4. Energía y creatividad

Dentro del *dancehall* hay un estilo hecho por mujeres y su significado va más allá de un simple baile sensual, es una forma de expresar el empoderamiento de la mujer debido al contexto machista que se vive en Kingston, y de esa manera demostrar su fuerza y habilidad.

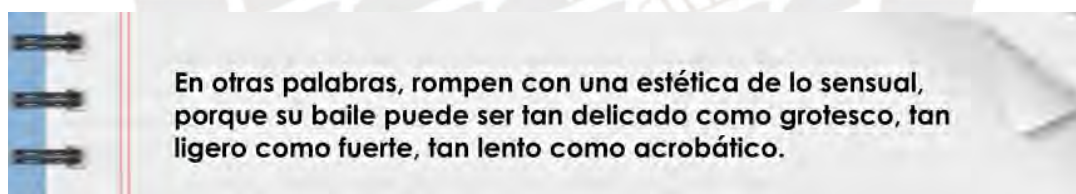


Figura 19. Notas de la clase virtual de *female dancehall* con Anel Granda (setiembre de 2020)

La esencia de este estilo de baile es hacer lo que te dice la música, y sentirte que eres la mejor bailarina, con la mejor actitud. Como menciona una bailarina de *dancehall female*²¹,

²¹ El *female dancehall* surgió dentro de un contexto machista en donde la mujer quiso romper con la noción de sensualidad y trajo este nuevo lenguaje de movimiento que se caracteriza por la diversidad y creatividad de los movimientos de la pelvis y caderas. Estos fueron los inicios del estilo *female* en el *dancehall*, que, al igual que la música fue transformándose y complejizándose hasta ser un estilo acrobático, habilidosos, fuerte, con mucha energía, más conocido como el *bruk out*. Es así como fue tomando mayor valor por las competencias internacionales para decidir quién sería la reina del *dancehall*, más conocido como la *dancehall queen*.

Latonya, la característica principal es tu actitud, tus sentimientos y sensaciones, tu libertad de expresarte (Adtelligent TV., 2020, min. 7:15).

2.1.4.1. Sesión 4²²

Entonces, para la sesión 4 usé los patrones de movimiento de este estilo del *dancehall*, como la apertura de las piernas, el apoyo de las manos, antebrazos y las patadas. Mi objetivo fue enfocarme más en las calidades de movimiento: ligero, fuerte, acentos, contenido, libre, cadencia, *bounce*, ondulaciones, matices, y en las dinámicas de movimiento como el tiempo (ritmo, pausas, velocidad).

Para la exploración, empecé buscando la continuidad de los movimientos que hice en el calentamiento. En esa búsqueda surgen nuevos movimientos. Esta continuidad se logra con el lenguaje de movimiento que tengo integrado de la danza contemporánea, es decir, uso las consignas de sentir el peso de la cabeza y de la pelvis como motores de movimiento.

Las sensaciones que tuve mientras creaba la secuencia, fueron de liberación de energía por medio de las piernas como impulso para mantener la fisicalidad en la secuencia.

Una vez creada la secuencia de movimiento, la repetí un par de veces y luego agregué música. Esto me hizo notar que se transformaba un poco la secuencia, aparecieron rebotes (*bounce* del *dancehall*), más fuerza en las piernas, más intención. Es decir, la corporalidad fue distinta. Se involucró todo el cuerpo, y esto se dio porque la música te sugiere algo, por ende, mis movimientos adquirieron otra calidad de movimiento.

Hallazgos y reflexiones de las sesiones 1, 2 y 4:

²² Ver en el siguiente enlace: Sesión 4. <https://n9.cl/li63>

Es interesante observar que, dentro de estas secuencias, hayan salido palabras claves que se usan tanto en la práctica de danza contemporánea como en la de afroperuano y *dancehall*. Quisiera empezar con el uso del foco de la mirada.

En primer lugar, esta herramienta es básica para orientarnos en el espacio ya que nos movemos tridimensionalmente. Es por eso, que es un término que se usa constantemente en el entrenamiento de danza contemporánea.

Este elemento resonó en mis clases regulares de técnica 9, porque solían decirme que acompañe mis movimientos con la mirada para proyectar y mover el espacio. Desde mi experiencia, y con la observación de mis compañeras de clase me pregunto; ¿por qué se nos hace difícil observar nuestro entorno? Mi hipótesis es que bajamos la mirada porque nos adentramos en nosotras mismas para concentrarnos y apropiarnos de la secuencia de movimiento. Otra de las razones podría ser que al bajar la mirada o al cerrar los ojos, somos más conscientes del peso y es una ayuda para sentir el trayecto del movimiento. Con esto puedo decir que usamos lo somático dentro de la propuesta de las frases de movimiento, porque, de todas maneras, está presente cómo nos sentimos internamente, constantemente nos preguntamos si el movimiento es orgánico, o qué deberíamos hacer para no sentir interrupciones en los tránsitos, etc. Entonces, esto hace que nos encontremos en un estado sonámbulo, acuoso, mezclado con un estado de alerta por el cuidado y bienestar de nuestro cuerpo, como evitar caídas fuertes, malos apoyos o usar excesivamente la fuerza muscular. Por lo tanto, con esta experiencia encuentro una relación directa entre la mirada y el peso. En mi caso, una mirada hacia dentro para sentir mi peso y ser más consciente de las partes de mi cuerpo que están en movimiento o están siendo usadas como puntos de apoyo.

En segundo lugar, el foco de la mirada en entrenamientos de afroperuano y *dancehall* tiene otra perspectiva. En ambos, está relacionado con la intención del movimiento.

Usualmente se usa para las direcciones y para acentuar un movimiento. Hay una persona a la

cual te diriges, un oponente, una pareja. Como está relacionado a una simbología que representa un pasaje de la historia, tiene que ver con comunicar o expresar algo.

Se podría decir que ambas danzas expresan con la mirada hacia el afuera, sin embargo, en el caso de *dancehall* por ser un baile en un contexto contemporáneo, el foco de la mirada varía y puede llegar a ser muy interna, como si bailaras contigo mismo, o una mirada retadora, porque estás compitiendo en una batalla, esto dependerá de la situación en dónde y por qué te encuentras bailando. Por lo tanto, en el afroperuano y *dancehall*, generalmente, el foco de la mirada es más frontal, con un significado de trasfondo. Esto se verá más detalladamente en el capítulo siguiente.

Otro aspecto que usé en esta práctica es la calidad de movimiento, y la relacioné con otros términos como acentuar, suspender, llenar, contener, liberar, matizar. Lo que sucede es que los tuve muy presentes sobre todo cuando usé la música *dancehall* y afroperuano, ya que, en los entrenamientos, estas calidades están acompañadas del ritmo de la música. Como sabemos, el cuerpo responde al compás de la música naturalmente, traducido en sonidos fuertes, *beats*, *downbeats*, *upbeats*. No hay mucho pensamiento detrás, solo sensaciones que recorren el cuerpo y que generan estas suspensiones, acentos, matices, *staccatos*, etc. Entrás a un estado de control, pero también liberación de energía. Entre lo contenido y lo fluido, entre lo pesado y lo ligero.

A diferencia de lo que mencioné anteriormente, estar en este estado hace que actives los músculos, uses la respiración, para lograr precisión e intención en los movimientos.

Por lo tanto, este diálogo entre dejarte llevar por la organicidad/continuidad del movimiento que viene por la danza contemporánea, en contraste con el control/precisión/dirección/intención en los movimientos del afroperuano y *dancehall*, y la historia que conlleva tales movimientos generan un cambio en la experiencia técnica. Es decir, el modo en cómo creo una secuencia de movimiento, cómo me apropio de ella y la

ejecuto es distinta. Me voy acercando a otro tipo de estética, porque también es un diálogo entre lo que me ofrece el espacio, los soportes o puntos de apoyo y la sensibilidad auditiva y motora al sentir el ritmo de la música.

A continuación, voy a presentar el siguiente cuadro que resume las distintas aproximaciones sobre la mirada en la danza contemporánea y en el afroperuano/*dancehall*.

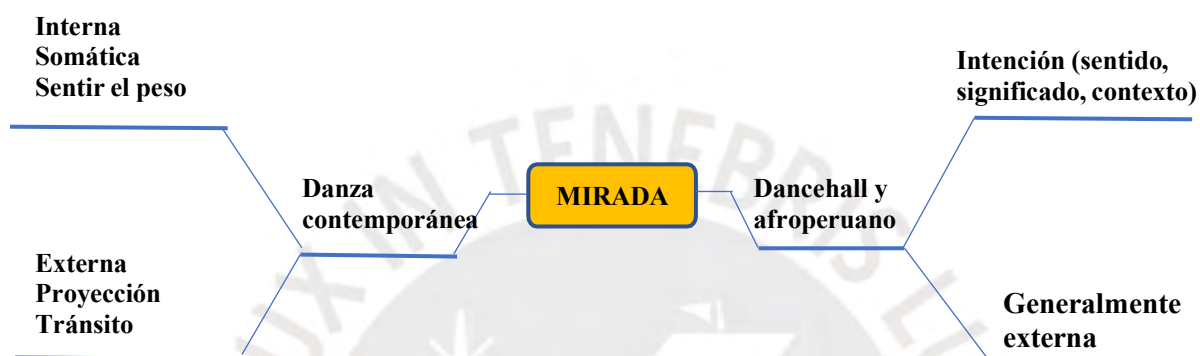


Figura 20. Esquema sobre la mirada entre la danza contemporánea y el dancehall/afroperuano

2.1.5. Técnica: disociación corporal o aislamiento

Para definir disociación corporal, me baso en mi experiencia como bailarina de *dancehall*, danzas afroperuanas y otros estilos de danzas urbanas, por tanto, la describiría como la capacidad de aislar partes del cuerpo y moverlas en diferentes tiempos en relación con otras partes del cuerpo, ya sea en simultáneo o no. Esto implica moverse en diferentes sentidos (hacia la derecha, izquierda, arriba o abajo) al mismo tiempo, o por separado, y poder coordinar y controlar las partes del cuerpo sin perder la musicalidad y la esencia del baile.

Como se puede observar, la disociación implica muchos objetivos. En el caso de los movimientos del baile dancehall, estos siempre se caracterizan por resaltar más una parte del

cuerpo. Puede involucrar y resonar en las demás partes, pero una es la que tiene más enfoque en el *groove* y el *bounce*.

2.1.5.1. Sesión 6²³

Esto me llevó a realizar la sesión 6 donde uso como consigna para la exploración, movimientos enfocados en el rebote de los pies como los movimientos: *back to basics*²⁴, *Willy bounce*²⁵, *zip it up*²⁶, *one drop (female)* del *dancehall* con el objetivo de apropiarme de la fisicalidad del movimiento y crear la secuencia de movimiento:

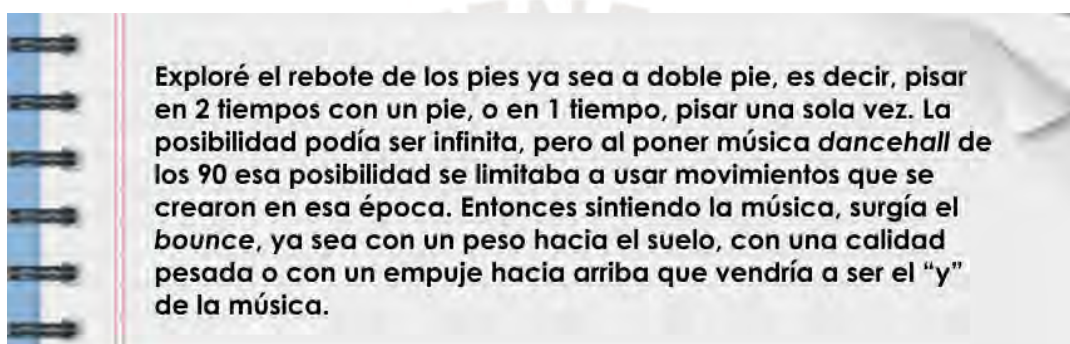


Figura 21. Notas de la bitácora (D. Kaqui, setiembre de 2020)



Figura 23. Exploración de *willy bounce*



Figura 22. Exploración de *zip it up*

²³ Ver en el siguiente enlace: Sesión 6. <https://n9.cl/li63>

²⁴ Ver en el siguiente enlace: Fragmento [0:16 – 0:38]. <https://n9.cl/5y1tp>

²⁵ Ver en el siguiente enlace: Fragmento [0:33-055]. <https://n9.cl/lrv9>

²⁶ Ver en el siguiente enlace: <https://n9.cl/jgjt>



Figura 24. Exploración de *back to basics*

La creación de la secuencia se daba a partir de las exploraciones de los rebotes en otros planos y con otros puntos de apoyo. Como se puede ver en las imágenes de arriba, se usó la esencia del *dancehall*, es decir, el *groove* y *bounce*, integrada a los principios del contemporáneo como el uso del espacio de atrás, los tres niveles espaciales, contrapesos, las entradas y salidas del suelo, y sobre todo el peso. Este último, estuvo presente en toda la secuencia, pero desde la perspectiva del *dancehall*, es decir, dado al *beat* de la música, el peso casi siempre iba hacia abajo.

Todos estos elementos como el *groove*, *bounce*, la musicalidad, las sensaciones, la disponibilidad de las rodillas y pelvis, la ondulación, fragmentación y disociación componen la esencia y corporalidad del *dancehall* que aplico en mi práctica de danza contemporánea.

Hasta aquí he podido notar que mi corporalidad adquiere otro valor, es decir, me siento más habitada y atenta a lo largo de la secuencia. Sin embargo, aún me estoy cuestionando cada movimiento y me pregunto en ¿qué o cómo me está ayudando los elementos del *dancehall* a mi experiencia técnica?

2.2. Elementos del afroperuano

Las danzas afroperuanas se originan en el contexto de esclavitud en la costa peruana como respuesta a mantener las costumbres y tradiciones que se remontan de las culturas africanas. Desde los inicios de la etapa colonial, “los africanos fueron sometidos a una religiosidad católica intensa, participaron devotamente en las cofradías, misas, bautizos y procesiones, fueron parte de un largo proceso de evangelización” (Arrelucea & Cosamalón, 2015, p. 60). Es así como la Iglesia católica promovió la música y las danzas africanas (p. 64).

Según la investigación de Poma y Alfaro (2019), esta etapa trajo consigo “la pérdida de lenguajes musicales y nuevos lenguajes impuestos y transformados por los sectores populares, esta nueva identidad de la población costeña, plasmada en la música y danza, construyen una nueva identidad sociocultural” (p. 13).

Continuando con dicha investigación, los negros esclavos vinieron de Colombia y Jamaica a asentarse en Piura, aproximadamente antes de la declaración de libertad a los negros en 1854 (Poma & Alfaro, 2019, p. 13). Por lo tanto, al tener influencias de personas con otras costumbres y tradiciones, se fue construyendo una nueva identidad sociocultural, y por consiguiente, estos hechos históricos generaron cambios dentro de la evolución musical costeña (p. 14). Como se puede ver, el contexto sociocultural juega un rol importante en la construcción de la danza como respuesta a las afectaciones de las comunidades.

Hoy en día, existen diversos géneros de danzas afroperuanas, como el Alcatraz, Festejo, Landó, Tondero, Zamacueca, Zapateo, entre otros. Para poner de ejemplo, alguna de ellas en cuanto a significado de sus movimientos hacen referencia al acto sexual, a lo erótico, lo sensual, como también hay otras danzas referentes a la celebración, a lo religioso y al ritual.

2.2.1. ¿Qué significa bailar al ritmo de la música afroperuana?



Figura 25. Agrupación Perú Negro en el callejón San Martín de Porres, en La Victoria (Miranda, 2019)

Desde mi experiencia con las danzas afroperuanas, entendí la relevancia de “desarrollar una sensibilidad auditiva, emocional y motora” (Escuela Nacional Superior de Folklore José María Arguedas, s/f) para poder apropiarme de los movimientos y así vincularlos con el ritmo musical para saber cómo moverme. A este conjunto de aspectos se le conoce como cadencia, la cual se define como la “medida de los sonidos que estipulan cómo debe moverse el bailarín y la coincidencia entre los pasos del bailarín y la medida que indica el instrumento musical” (Porto & Gardey, 2017). Pero es necesario mencionar que esa sensibilidad auditiva y motora está relacionada también con el significado detrás de los pasos de la danza, que tiene que ver con la historia socio cultural, la necesidad de expresar con el cuerpo, representar sus costumbres y experiencias para que así la apropiación de los movimientos sea más integral tanto a nivel corporal y emocional.

Para profundizar este tema, mostraré primero un esquema, muy similar al anterior, de los elementos del afroperuano.

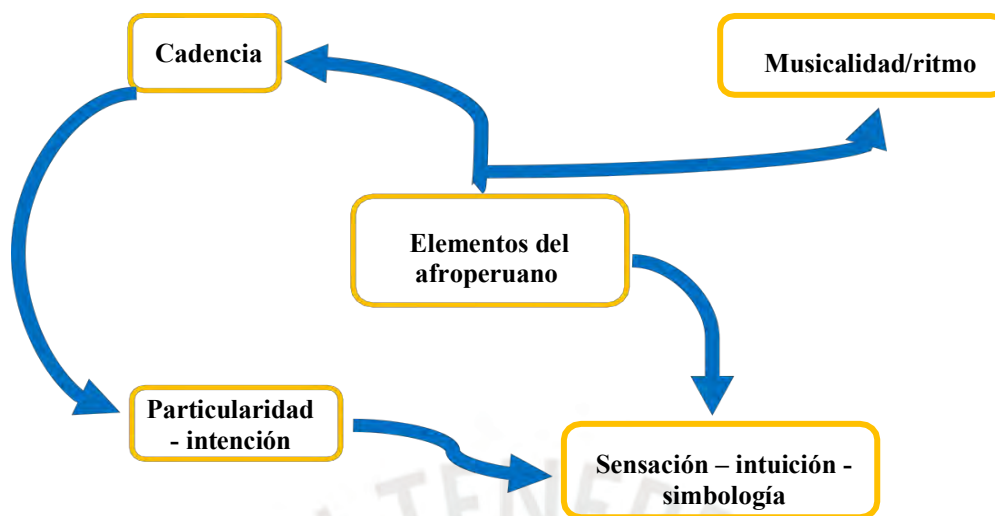


Figura 26. Elementos del afroperuano

Para poder realizar este esquema he analizado mis prácticas y con ello puedo decir que la cadencia también es el peso del cuerpo al momento de bailar, es la intención de las diferentes partes del cuerpo que significan o tienen un motivo, es la particularidad del movimiento según lo que te indica el ritmo de la música. A continuación, se describirán estos aspectos, ya mencionados, desde la práctica de las danzas afroperuanas.

- **Postura:** En el afroperuano, la postura neutral es estar con las rodillas ligeramente flexionadas, los pies pueden estar a la altura de las caderas o más separados, dependiendo del género de baile, con el centro activado, proyectando el pecho hacia el frente. Se dice que esta es una postura que puede indicar resistencia, firmeza, o enfrentamiento.



Figura 27. Postura del bailarín en el género de baile lundú (Gran Teatro Nacional (GTN), 2020)

- **Intención:** Es la fuerza del movimiento que puede indicar: rudeza, coquetería, sensualidad, elegancia, alegría, entre otros.

- **Particularidad:** Es el estilo de la danza debido a los diferentes contextos. La danza evoluciona a lo largo del tiempo, con ella también la música, la vestimenta. Estos factores implican un cambio y diversidad en la forma del movimiento.



Figura 28. Tondero (RPP. Noticias, 2011)

- **Musicalidad:** La relación entre la música y la danza es compleja porque implica una sensibilidad auditiva al usar diferentes ritmos, por eso se dice que su principal característica es que es polirrítmica. Por otra parte, contiene un hecho histórico, desde las experiencias vividas.

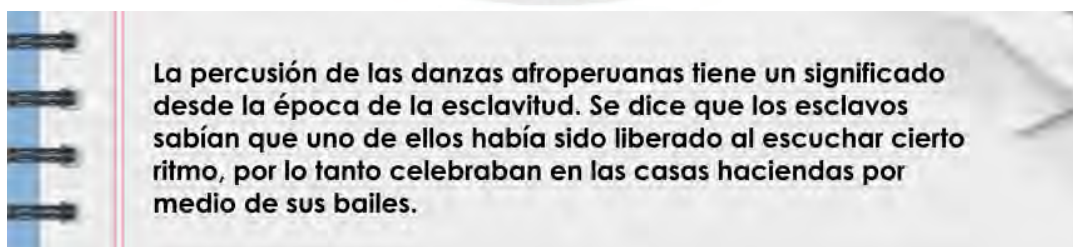


Figura 29. Notas del Seminario Profesional de Danza Afroperuana con Lalo Izquierdo (julio de 2020)

El Afroperuano tiene diferentes géneros musicales y estilos de baile, entre ellas el Tondero, Landó, Festejo, que son las que se usan en esta investigación.

2.2.2. Contorneos de pelvis, saltos y rebotes

Los géneros musicales y estilos de danza que he elegido para esta investigación están vinculados al acto sexual, a lo erótico, lo sensual, elegante y festivo.

2.2.2.1. Sesión 5²⁷

Por ello, en la sesión 5 traje el tondero, que es una danza muy expresiva, de un ritmo contagiante, vivaz y atrevido (Amasifuen, 2017, p. 24). Lo que tomé de esta danza son, tanto el contorneo de las caderas de las mujeres, ya que es considerada un estilo donde se le presenta a la mujer como provocadora y sensual (Amasifuen, 2017, pp.24-25). Como, los pequeños saltos tirados hacia el suelo, ya que es un estilo que se baila muy abajo (Peredo, citado en Amasifuen, 2017).

En líneas generales, usé la cadencia del tondero para experimentar el peso y sentir la diferencia con las secuencias que aprendí en mis clases de técnica. Me di cuenta de que los pies jugaron un rol muy importante, ya que no solo marcaba un pulso, sino que esto generaba una resonancia en toda la columna, y a su vez, de acuerdo al ritmo de la música, podía variar las calidades y dinámicas de movimiento.

Primero empecé con el calentamiento de las articulaciones, partiendo de los patrones de movimiento del tondero, como el movimiento de las caderas y el golpeteo de los pies para que desde un inicio interiorice la cadencia del movimiento. Luego, lo llevé a una estructura del contemporáneo, usando diferentes puntos de apoyo y traslados en el espacio.

²⁷ Ver en el siguiente enlace: Sesión 5. <https://n9.cl/li63>

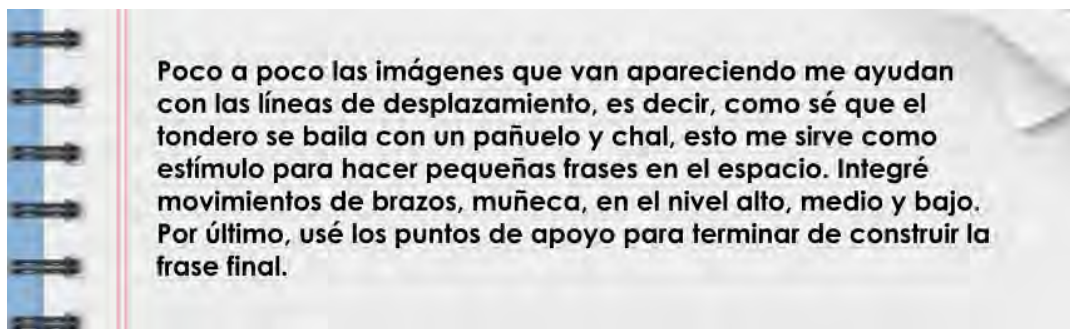


Figura 30. Notas de la bitácora (D. Kaqui, setiembre de 2020)

Para empezar con la creación de la secuencia, lo primero que hice fue buscar la continuidad de los movimientos que apliqué en el calentamiento. Para esto me ayudé de conceptos del contemporáneo como el desplazamiento por el espacio, los motores de movimiento, el peso de la pelvis, etc.



Figura 31. Patrones de movimiento del Tondero aplicado en la secuencia de movimiento

Hallazgos y reflexiones de las sesiones 5 y 6:

Gracias a estas dos sesiones, pude descubrir que tiene mayor sentido explorar el afroperuano y el *dancehall* por separado porque he notado que ambas danzas contienen diferentes estilos, a nivel rítmico, por lo tanto, esto implica diferentes formas de movimiento. Es decir, que dentro de que cada danza puede explorar diferentes cadencias, por tanto, diferentes calidades de movimiento, las posibilidades fueron amplias, no necesitaba mezclar

ambas, sino que de acuerdo con el ritmo de la música y el significado que hay detrás, me ayudaba a experimentar una corporalidad distinta.

En la sesión 5, usé los patrones de movimientos del tondero, y pude observar que le dio una cadencia particular a mi secuencia. A esto, le sumé ir al ritmo de lo que me indicaba la música, que en algunos casos era muy lento y otras más rápido, por lo tanto, al integrar este elemento, se generaron rebotes y resonancias en mi torso y cabeza. Cabe resaltar que esto no fue algo que haya aparecido claramente desde el inicio, sino que se fue desarrollando al hacer la secuencia varias veces, no me detuve a pensar a hacer el movimiento, sino que se dio de forma natural porque la música influyó en la repercusión de los movimientos. Por otro lado, también me parece importante señalar que el nivel de propuesta rítmica fue demandante, se requiere de mucha energía para hacer una secuencia de movimiento larga solo con el enfoque de la energía en los pies.

Para la sesión 6, sentí una conexión más profunda con el suelo, me sentí acompañada en mis traslaciones, esto ayudó a que las entradas, salidas, rebotes, cobren mayor sentido.

En general fueron interesante las secuencias de las sesiones 5 y 6 porque la cadencia y *groove* del afroperuano y *dancehall*, respectivamente, involucra al cuerpo con una característica particular de movimiento. Desde mi punto de vista, las partes del cuerpo que resaltaron por la calidad de movimiento en estas sesiones fueron los brazos, el torso y la pelvis.

Comparado a solo usar los principios de la danza contemporánea, sentí que la liberación de estas partes del cuerpo, sumado al peso y los rebotes, fue parte de esta otra corporalidad. Estos elementos fueron atravesados por la sensación de escuchar lo que me ofrece la música, fue por eso que para la sesión 11 quise traer la sensación de usar los patrones de movimiento del festejo para la creación de las secuencias.

2.2.2.2. Sesión 11

Para la sesión 11 mi objetivo fue aplicar los elementos del Festejo²⁸, como el uso de la pelvis, ya que es un baile que implica gran destreza de movimiento en la zona pélvico ventral (PUCP, 2018, seg. 0:44). Inicé con un calentamiento²⁹ para apropiarme de los patrones de movimiento. Pude experimentar los diferentes impulsos que me daban los pequeños saltos que hay en esta danza por caracterizarse alegre y festiva. Aquí fue cuando el calentamiento me llevó al juego de los pies y a la rapidez, por tratarse de un ritmo mucho más rápido. Esto implicaba la movilidad de la pelvis, la columna y la cabeza. Así fue como apliqué los pasos de esta danza trasladándome por el espacio. Poco a poco hasta crear pequeñas frases lineales³⁰.

Por último, para la exploración usé las entradas y salidas del suelo, los niveles espaciales, el peso del cuerpo en los impulsos y saltos, recurrí a las pausas y cambios de dirección, con una calidad de pesada hacia la tierra. También pensé en la repercusión de la ondulación en toda mi columna desde la cabeza hasta la punta de los pies hasta armar la secuencia final³¹.

²⁸ El festejo se origina en la costa sur central del país en las provincias de Cañete y Chincha. Se presume que puede derivar de algunas danzas africanas ejecutadas en los galpones de las haciendas a modo de celebración por parte de los esclavos negros. Más adelante con el mestizaje fue adquiriendo características de la cultura española y andina. En sus inicios se observa una coreografía sin mucho desplazamiento, pero con vigorosos pasos acrobáticos y gran destreza de movimiento en la zona pélvico ventral (PUCP, 2018, seg. 0:16).

²⁹ Ver en el siguiente enlace: Sesión 11 (calentamiento). <https://n9.cl/li63>

³⁰ Ver en el siguiente enlace: Sesión 11 (frases lineales). <https://n9.cl/li63>

³¹ Ver en el siguiente enlace: Sesión 11 (secuencia final). <https://n9.cl/li63>



Figura 32. Movimiento de caderas desde el festejo



Figura 33. Salto del festejo

Hallazgos de la sesión 11:

Lo que pude rescatar de esta sesión fue que las diferentes posibilidades de movimiento de la pelvis junto con los pies repercutían en toda la columna hasta la cabeza y había un diálogo entre la suspensión y el control, entre llenar todo el movimiento y activar el centro. La calidad y dinámicas de movimientos de esta secuencia también variaban porque la música te permitía explorar hasta dónde podías estar en la suspensión o por cuánto tiempo cedías tu cuerpo en el suelo. Esto reforzado con lo que ya se había visto en las otras sesiones como el peso y la cadencia del cuerpo.

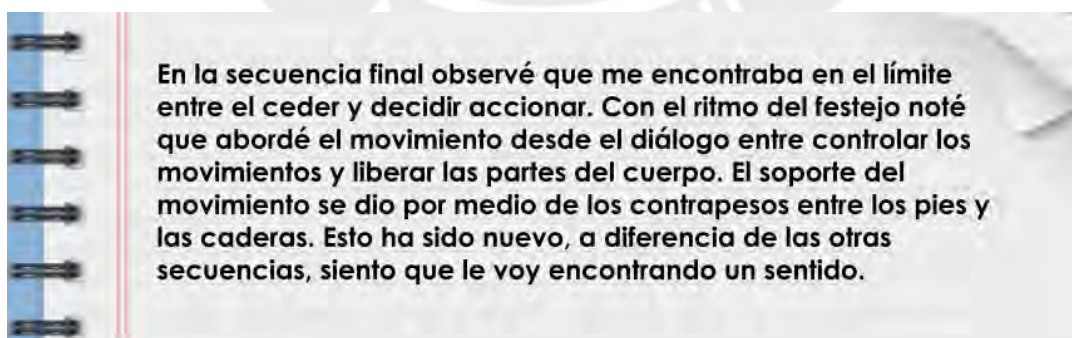


Figura 34. Notas de la bitácora (D. Kaqui, octubre de 2020)

A continuación, voy a mostrar dos cuadros en base a todas estas sesiones vistas como un resumen de lo que más rescato de las diferencias y similitudes entre una secuencia de

movimiento usando los principios de la danza contemporánea y otra, integrando los patrones de movimiento del afroperuano y *dancehall*.

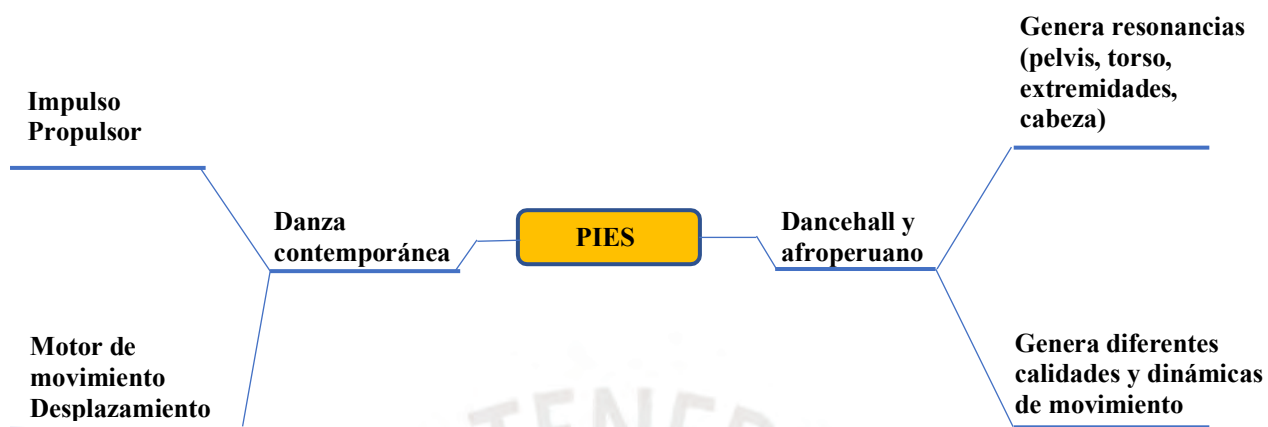


Figura 35. Esquema sobre los pies entre la danza contemporánea y el dancehall/afroperuano

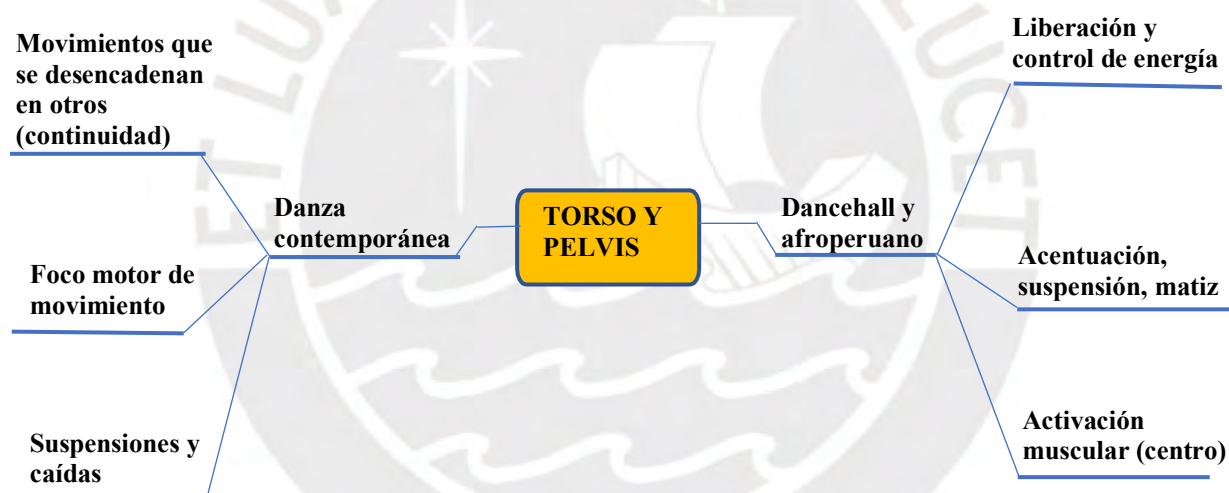


Figura 36. Esquema sobre el torso y pelvis entre la danza contemporánea y el dancehall/afroperuano

2.3. Corporalidad en el afroperuano y *dancehall*.

Como ya se ha mencionado en el apartado sobre el contexto sociocultural, la razón por la cual surgieron las danzas afroperuanas y el *dancehall* fue por una necesidad de resistir y expresar, fue intuitiva, por no decir innata. Esta necesidad de hablar con el cuerpo hizo que desarrollaran una habilidad motora y sensibilidad auditiva, la cual fue evolucionando a lo largo del tiempo hasta llegar a ser una danza compleja en el sentido que usa la coordinación,

disociación corporal, la musicalidad (sentido rítmico), la cadencia y técnica que caracterizan a cada género o ritmo musical.

Por lo tanto, lo que pude rescatar hasta ese momento fue que la corporalidad del afroperuano y *dancehall* tienen semejanzas en el manejo de la pelvis, en la disponibilidad de las rodillas y la rapidez de los pies. Estos elementos han provocado que se generen resonancias en el cuerpo, sobre todo, en el torso. En cada secuencia creada, he sentido cómo atraviesa una energía que recorre mi torso y se expande a mis extremidades y cabeza. He sentido como un movimiento termina todo su recorrido y resuena en el espacio.

Dicho esto, abrí una sección para hablar de la resonancia del torso producto de la corporalidad del *dancehall*. Según lo que he observado, practicado y estudiado, existen diferentes formas de usar el torso. Por ejemplo, si usamos el *wave*, esto lo podemos hacer de arriba hacia abajo, o viceversa, podemos hacer flexiones laterales del torso con la ayuda de los pies, y se sigue viendo la ondulación, podemos dibujar círculos continuos, o cortados, podemos extender la columna, hacer rebotes, torsiones, etc.

2.3.1. Sesión 10³²

Esto me ha llevado a la sesión 10, donde usé todas estas formas de movimiento, enfocado en el torso, que se aplican en el *dancehall*. Primero empecé con un reconocimiento de pasos y movimientos para el calentamiento, y luego los exploré con los principios del contemporáneo para terminar en una secuencia de movimiento.

Las consignas que escribí en mi bitácora fueron las siguientes:

- Movimientos circulares de torso.
- Movimientos con *bounce* (rebote).

³² Ver en el siguiente enlace: Sesión 10. <https://n9.cl/li63>

- Movimientos laterales de la columna.
- Flexión y extensión de la columna.

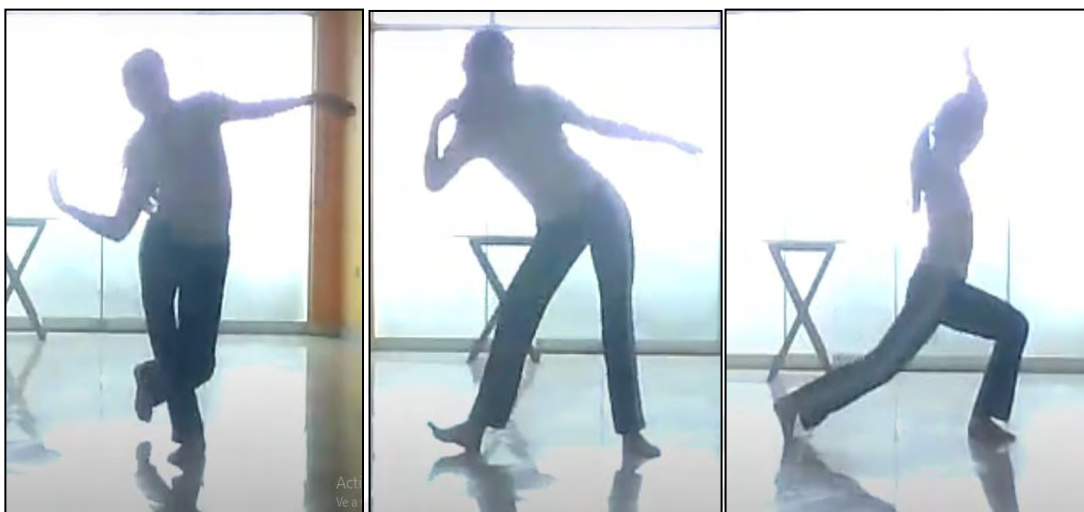


Figura 37. Movimiento circular, lateral y extensión del torso

Hallazgos y reflexiones de la sesión 10:

Luego de esta práctica pude observar algunas complicaciones de organicidad del cuerpo en movimiento. Primero, porque la fisicalidad del *dancehall* demanda mucho control y respiración sobre todo si va a estar enfocado en el torso. Mientras que en la danza contemporánea sucede lo contrario. Hay un ceder el cuerpo a las leyes físicas, hay una continuidad para lograr los tránsitos. Dicho esto, quiero resaltar que en la danza contemporánea según Delsarte (citado en Louppe, 1997), se toma mucha importancia al torso como el centro del cuerpo como foco motor. Explica que “el torso debe convertirse en la parte más sensible y expresiva del cuerpo”, por ello el fin es escuchar su pulsación diafragmática, y sobre todo seguir el flujo de la columna vertebral. Con esto último se refiere a la cadena de nuestra constitución y de nuestra continuidad, no solo a nivel esquelético, sino a nivel emocional y expresivo. De aquí surge la idea de libertad en la espalda, sin bloqueos (pp. 56-57). Sin embargo, en esta sesión se pretendía liberar el torso desde los patrones de movimiento del *dancehall*, ya que la ondulación es una de sus principales características. Sin

embargo, en la práctica, la ondulación de la columna se perdía cuando entraba a otros planos y tránsitos.

Lo que sí rescaté, fueron algunos pasajes de la ondulación del torso y su repercusión en los tránsitos. Creo que todavía es una integración que hasta el momento no encuentra su objetivo principal.

Por ello, creé este cuadro, en base a todas las sesiones vistas y reflexionadas. Fue un momento para definir qué es lo que estaba buscando y encontrando, qué tipo de fisicalidad estaba estudiando.

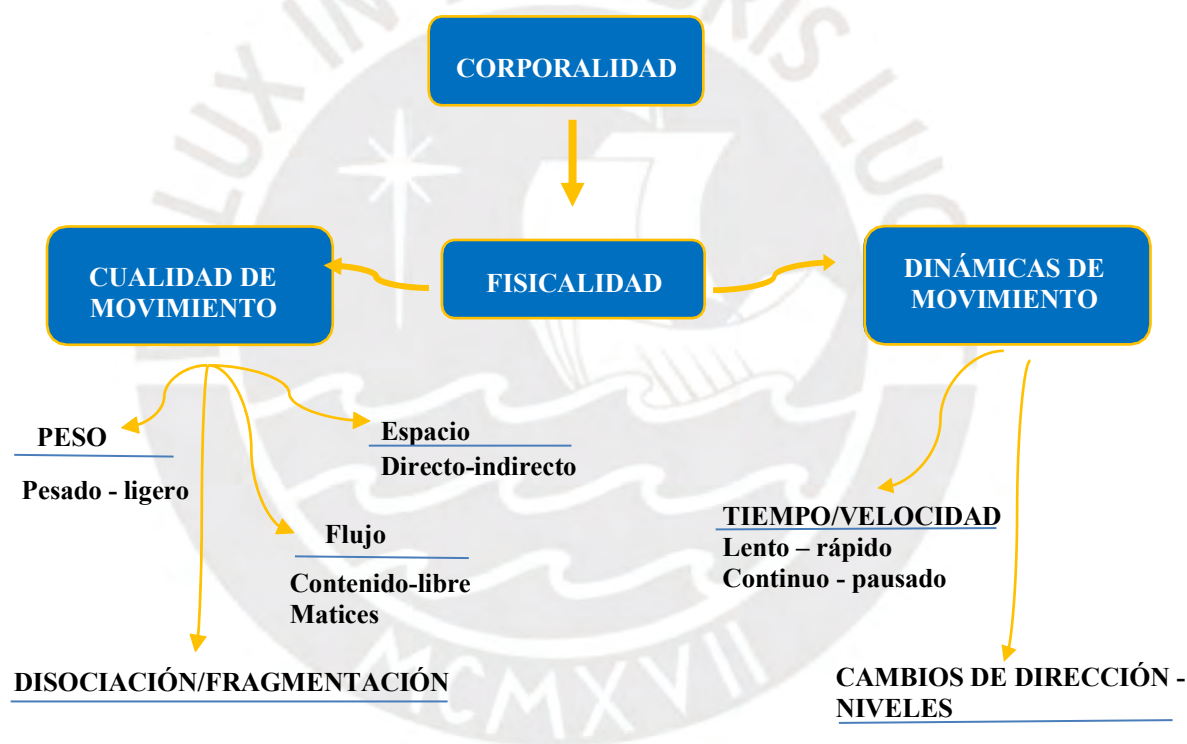


Figura 38. Esquema sobre la corporalidad

Con este cuadro, ya tenía más presente a qué le estaba dando mayor foco al momento de crear las secuencias. Había experimentado lo pesado y ligero, lo contenido y libre, las velocidades, la continuidad y los niveles. Sin embargo, la idea de fragmentación y disociación no era notorio en mis secuencias.

Fue por eso, que para las sesiones 12, 13 y 15 quise experimentar una pequeña improvisación teniendo presente el aislamiento de algunas partes del cuerpo y la fragmentación usando los patrones de movimiento del *dancehall*, como la ondulación, el control y la soltura de la columna para crear la secuencia.

2.3.2. Sesión 13³³

Para la sesión 13, comencé con una improvisación al ritmo de la música. Esto me ayudó en la creación de la secuencia. En el camino aparecieron variaciones de movimientos como el *get jiggy*³⁴ del bailarín Bogle y *fling your shoulder*³⁵.



Figura 39. Variación de *get jiggy*

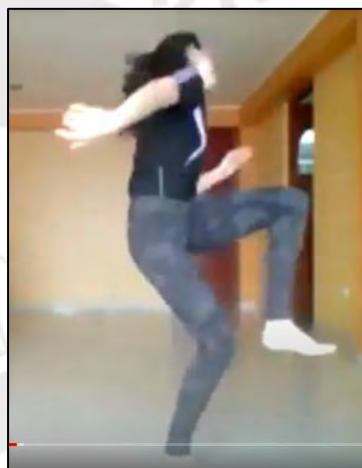


Figura 40. Variación de *fling your shoulder*

Seleccioné estas imágenes porque son movimientos del *dancehall* que involucran disociación y fragmentación del cuerpo. La primera imagen, es un movimiento que tiene énfasis en disociar la pelvis del torso. Mientras que, la segunda, es un movimiento que involucra el hombro y la rodilla y genera esta sensación de fragmentación.

³³ Ver en el siguiente enlace: Sesión 13. <https://n9.cl/li63>

³⁴ Ver en el siguiente enlace: Fragmento [10:12 – 10:18]. <https://acortar.link/zvJgZ>

³⁵ Ver en el siguiente enlace: Videoclip *Fling yuh Shoullda* del bailarín y cantante Ding Dong. <https://acortar.link/7SIE4>

2.3.3. Sesión 12³⁶

Lo mismo ocurrió para la sesión 12, donde utilicé los movimientos del *female dancehall what a pompi*, *knock it up*³⁷, *needle eye* y *comfortable*³⁸, que son movimientos que requieren disociación, sobre todo, de la pelvis.



Figura 42. Variación de *comfortable*



Figura 41. Variación de *knock it up*

Hallazgos de las sesiones 12 y 13:

Al observar nuevamente ambas sesiones, noté que, en esas disociaciones de pelvis y torso, se generaban fuerzas de oposición y me pregunté si lo que me hacía sentir diferente no era exactamente porque aislaba partes del cuerpo, sino porque dirigía esas fuerzas hacia diferentes partes del cuerpo y esto era lo que generaba otra calidad de movimiento. Para esto, en las siguientes imágenes analicé un patrón de movimiento que hice en la sesión 12.

³⁶ Ver en el siguiente enlace: Sesión 12. <https://n9.cl/li63>

³⁷ Ver en el siguiente enlace: El movimiento creado por la bailarina y coreógrafa K. Versatil. <https://acortar.link/WaZUQ>

³⁸ Ver en el siguiente enlace: Fragmento [2:23 - 2:25] Movimiento creado por la bailarina y coreógrafa Latonya Style. <https://acortar.link/A7BDk>

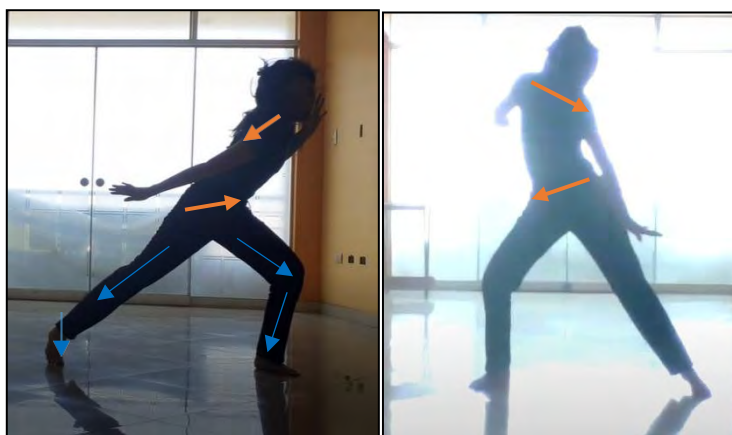
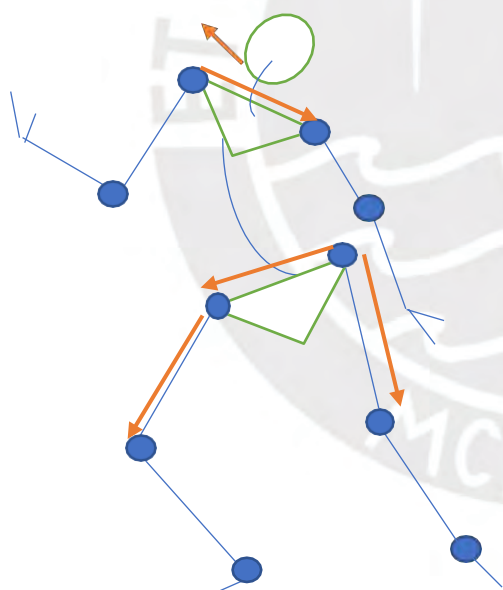


Figura 43. Este es un patrón de movimiento del *dancehall*, donde podemos observar las fuerzas de oposición y las direcciones opuestas de las partes del cuerpo.

Para una mayor claridad, decidí hacer un dibujo para explicar hacia donde se dirigen esas fuerzas que atraviesan nuestro cuerpo desde un movimiento de *dancehall*³⁹.



Bucky bounce, este movimiento del *dancehall* involucra ondulación de hombros, torso, pelvis y piernas, además de usar fuerzas de oposición entre los hombros, cuello, caderas y piernas, hay disociación pero simultaneidad entre todas las partes del cuerpo. La activación muscular viene dada por la fuerza de las piernas y el énfasis en el golpe de la cabeza hacia una diagonal adelante. Esto desencadena los siguientes movimientos.

Figura 44. Dibujo descriptivo de un movimiento de *dancehall*

³⁹ Ver en el siguiente enlace: El movimiento *bucky bounce*. <https://acortar.link/HgqDZ>

Con este análisis comprendí que, más que disociación, visualmente se podía observar una fragmentación del cuerpo dada por la activación de la fuerza muscular, la capacidad de rango de movimiento y la intención del movimiento.

2.3.4. Sesión 15⁴⁰

Por ello en la sesión 15, la premisa para la creación de la secuencia fue utilizar la idea de un cuerpo fragmentado dado por una respuesta al sentir de la música. Esto serviría como motor de movimiento para trasladarme por el espacio. Los elementos que usé para esta práctica son dos principios del *Axis Syllabus*, compensación y retroceso elástico para integrarlo con la ondulación del torso del *dancehall*. Esto porque al mismo tiempo que me encontraba haciendo mi laboratorio, en mis clases de técnica 9 empecé a comparar la corporalidad de las secuencias que nos enseñaba la profesora Cristina Velarde, con las secuencias que iba creando. Aquí fue donde me di cuenta de la conexión y fue por eso que quise experimentar la idea de usar la ondulación de la columna desde mi propia apropiación y corporalidad.

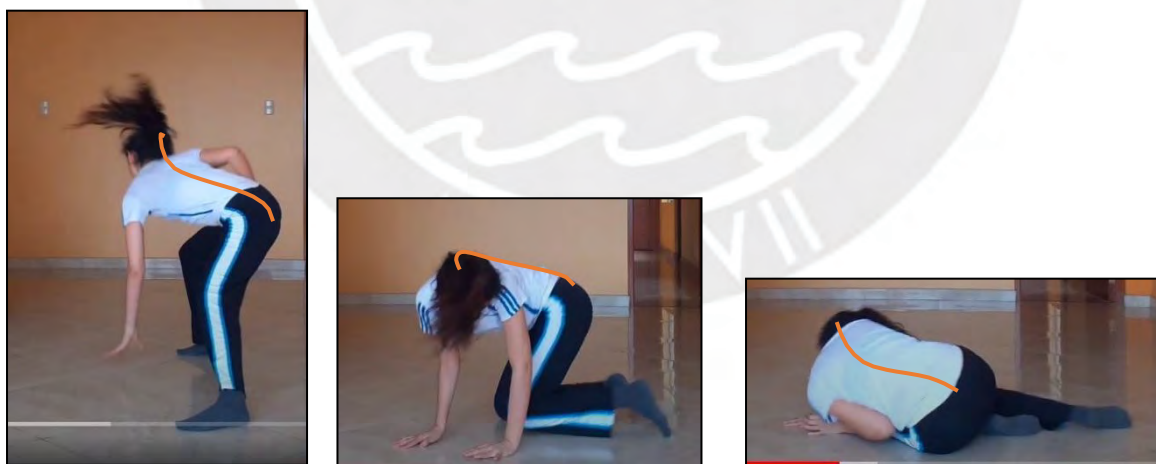


Figura 45. Desencadenamiento de la columna (compensación)

⁴⁰ Ver en el siguiente enlace: Sesión 15. <https://n9.cl/li63>

La noción de compensación que se maneja en las clases de técnica se aborda desde la idea de que las masas motoras deben compensarse entre sí para el tránsito de un movimiento.

Depende de la dirección y la rotación de estos para que se desencadenen los siguientes movimientos. En el *Axis Syllabus* (AS) se le conoce como Compensación lateral dinámica:

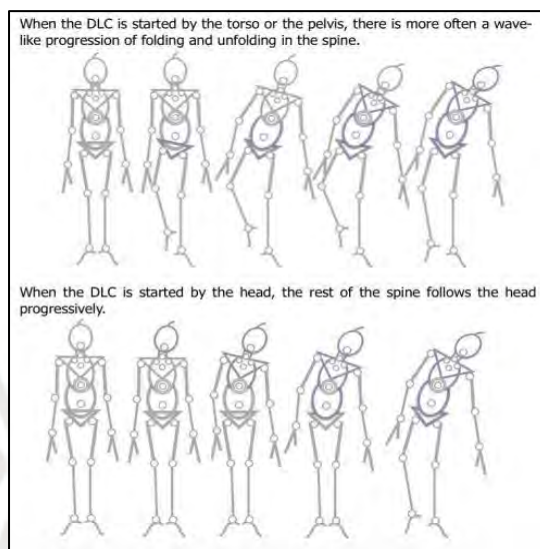


Figura 46. Protocolo de una óptima postura de la columna (Faust, 2017)

En la imagen se señala que cuando la compensación lateral dinámica (DLC por sus siglas en inglés) empieza con el torso o pelvis existe una ondulación progresiva de plegar o desplegar la columna, pero si comienza con la cabeza, el resto de la columna la sigue progresivamente (Faust, 2017). En esta última hay una continuidad del movimiento, como un desencadenamiento de las vértebras.

Esto me llevó a regresar a observar la sesión 12, y si comparamos ambas imágenes de los muñequitos, lo primero que resalta es la trayectoria del movimiento. En este caso los focos de atención son la cabeza, torso y pelvis. En la imagen de arriba, se observa el desencadenamiento de la columna dada por el principio de compensación, por tanto, ocurre una ondulación progresiva casi imperceptible.

Mientras que en los ejemplos de los patrones de movimiento del *dancehall* de la sesión 12, contiene parte de la noción de compensación lateral dinámica del AS. La organización del cuerpo es algo similar, es decir, hay movimientos que parten de la pelvis o el torso, y esto resuena en la cabeza o en las extremidades. Además, hay movimientos que parten de la cabeza y genera un desencadenamiento de movimientos ya sea por continuidad o por la activación de los músculos debido a que se quiere lograr una intención específica, por lo tanto, las partes del cuerpo se fragmentan para llevar esa energía hacia cualquier parte del cuerpo. En esta última es que se generan las fuerzas de oposición para lograr contrastes/matices en ese movimiento y enfatizar el movimiento usando la fuerza muscular. Entonces, podemos decir que la idea de la ondulación progresiva, o compensación lateral como se conoce en el AS, es la misma que en el *dancehall*, pero la intención y, por ende, la fuerza, es otra.

Por otro lado, otro principio que utilicé para la creación de la secuencia es el retroceso elástico, que según el estudio de Fray Faust (2011) es el almacenamiento y conversión de energía potencial a la energía cinética a través de un rápido alargamiento y acortamiento de tejidos viscoelásticos: fascia, músculo, nervios, vasos sanguíneos, órganos y piel (2011, p.75). Dentro de mis clases de técnica 9, dictado por la docente Cristina Velarde, este principio se ha interpretado como la consecuencia de usar la liberación de las piernas, la basculación de la pelvis y la resonancia de esta acción en el torso y cabeza para generar el siguiente movimiento con la mayor eficiencia⁴¹.

⁴¹ Ver en el siguiente enlace: Recopilación (compensación y retroceso elástico). <https://n9.cl/xq92jw>

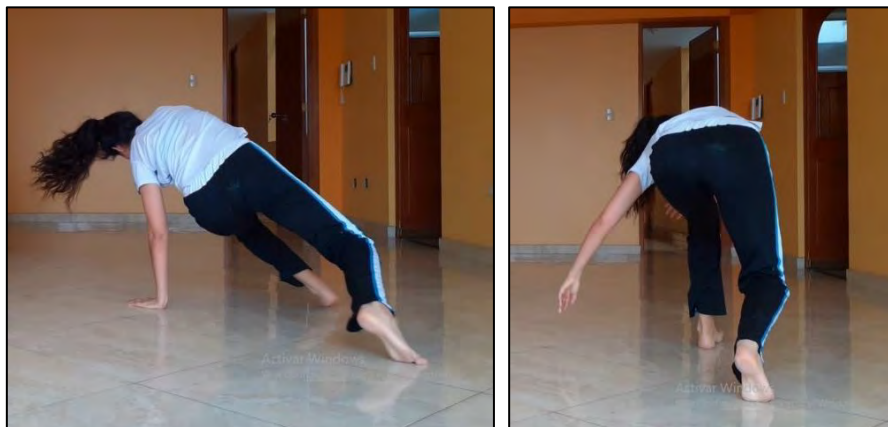


Figura 47. Recopilación de los principios de compensación y retroceso elástico en las clases de Técnica de Danza 9

Dichos principios fueron los que más han resonado en mi práctica personal, ya que involucran motores de movimiento como las piernas, pelvis, torso y cabeza, que generan una ondulación de la columna. Estos fueron uno de los elementos que empecé a observar a detalle a partir de ese momento en adelante en mi práctica de danza contemporánea.

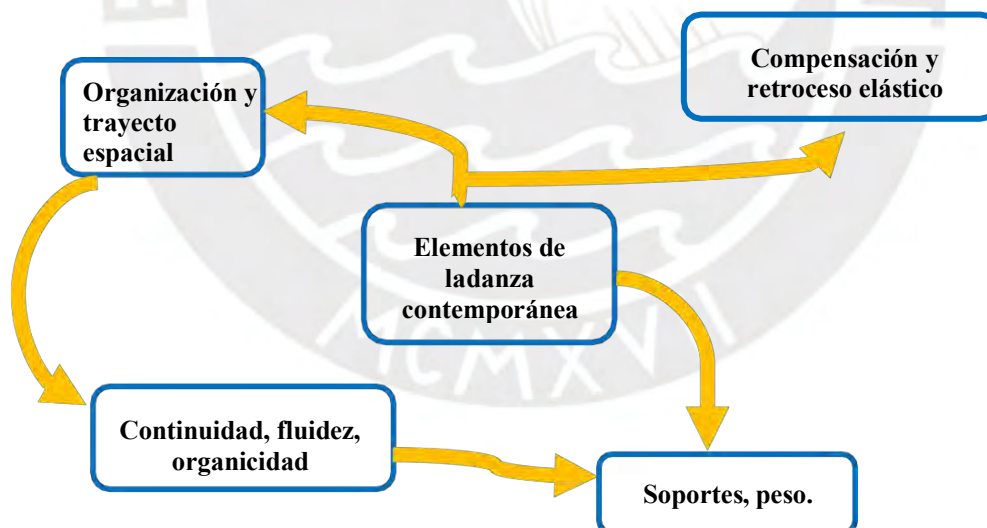


Figura 48. Elementos de la danza contemporánea

Con esto, puedo decir que la corporalidad dentro de la danza contemporánea ha ido buscando y preguntándose cómo debe organizarse el cuerpo en movimiento de tal manera que logre otras posibilidades de movimiento y use lo que tiene a su alrededor para

beneficiarse. En otras palabras, busca que el cuerpo se rete, se arriesgue y explore diferentes posibilidades hasta encontrar la continuidad en el movimiento, la armonía y la organicidad. Precisamente, esto es lo que propone el *Axis Syllabus*, ser un estudio de movimiento que se nutre de varias disciplinas para lograr otro cuerpo posible.

Con esta pequeña introducción, podemos decir que los principios del *Axis Syllabus* son usados como un medio para que se piense el cuerpo desde su capacidad de poder relacionarse con el espacio que le rodea, es decir, se organiza de tal forma, usa los soportes, la ondulación de la columna, el retroceso elástico, la compensación y el peso para generar movimiento. Es aquí donde se proponen transiciones que generan un tipo de dinámica y cualidad de movimiento.

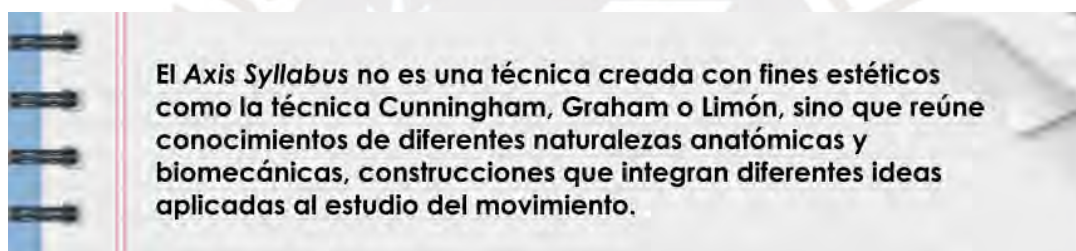


Figura 49. Notas de las clases de Técnica de Danza 9 con Cristina Velarde (octubre de 2020)

Hallazgos y reflexiones de las sesiones 12, 13 y 15:

En estas sesiones llegué a un gran dilema de lo que es la disociación, las fuerzas opuestas y la fragmentación. Como se explicó en el capítulo dos, sobre la musicalidad y el *groove* en el *dancehall*, se concluye que tanto la música como el baile *dancehall* se influyen entre sí, por eso la complejidad de los movimientos. También, sucede con la cadencia en el afroperuano, los diversos ritmos de los instrumentos musicales influyen en la corporalidad del bailarín. Esto ha provocado que sus cuerpos tengan la capacidad de disociar algunas partes como la pelvis, los hombros, etc. El término disociación es muy usado cuando se imparten estas danzas. Sin embargo, en la misma práctica he encontrado que esta noción también incluye las oposiciones entre las partes del cuerpo, es decir, mientras un codo o

brazo apunta a una dirección, tu cadera derecha puede señalar en la dirección contraria. A esto le he dominado fuerzas de oposición. Por otro lado, en base a lo que he observado en mis prácticas he notado que la combinación de ambas hace notar a un cuerpo fragmentado, es decir, un cuerpo articulado que se mueve secuencialmente o simultáneamente, en otras palabras, mover articulaciones en un orden secuencial o todas al mismo tiempo, pero en diferentes direcciones.

Gracias a que tuve presente esta característica para crear las secuencias de movimientos, pude notar que al aplicarlo e integrarlo a mi práctica de danza contemporánea, se perdía un poco la idea de disociar, porque justamente lo que busca la danza contemporánea es la continuidad, entonces agregar esto, implica quedarse en el sitio para poder hacer notoria la disociación, sin embargo, en la secuencia hay traslados, entonces eso hace que la disociación aparezca como pequeños destellos. Esto me hizo pensar, si en la danza contemporánea hay disociación o no. Con esto en mente pude notar que esta noción es utilizada, pero para lograr otro fin. Desde mi punto de vista, creo que el término que se usa en las clases de danza contemporánea es la segmentación. Que vendría a ser, como su propio nombre lo dice, segmentar el cuerpo en partes para lograr tránsitos más amables. Como, por ejemplo, en las entradas al suelo rotar la pelvis para dejar caer la parte externa de la pierna, o para salir del suelo, apoyar la parte más interna de la pierna para lograr una salida más eficaz. O para hacer espirales y girar con la pelvis, o con los pies como motores de movimiento que por su repercusión desencadenan otros movimientos. En pocas palabras son pequeñas modificaciones que hace el cuerpo para favorecer un tránsito en el espacio.

Particularmente, en estas sesiones pude observar otra corporalidad al integrar al cuerpo como un todo, pero con la capacidad de fragmentarse y generar una cualidad distinta. Asimismo, la idea de usar como recurso los elementos del afroperuano (ap) y *dancehall* (dh) propone otra manera de abordar la fisicalidad a diferencia de usar los principios de la danza

contemporánea. Gracias a estas sesiones pude confirmar que los movimientos de estas secuencias se abordan desde dos lugares: las fuerzas externas (gravedad, inercia) y la fuerza muscular, ya que, la creación de los patrones de movimiento del ap y dh vienen de adentro hacia afuera. En otras palabras, parten del centro del cuerpo y se expanden a nuestra cabeza y extremidades. Hay una repercusión en todo el cuerpo, como una energía que vibra al ritmo de la música y recorre todo tu cuerpo. Aquí es donde surgió la pregunta: ¿cómo puedo canalizar toda esta energía y prolongar la secuencia de movimiento?

Esta pregunta resonó en mi experiencia en mis clases de técnica 9 y con la sesión 15, debido a que lo relacioné con las nociones que aplicamos en las secuencias de las clases para lograr movimientos eficientes y eficaces.

Gracias a la sesión 15 pude notar que integrar la corporalidad del *dancehall* con los principios de compensación y retroceso elástico del *Axis Syllabus* se produce una experiencia de sensaciones desde dos lugares muy distintos.

Hay un diálogo entre ceder y sentir el peso hacia el suelo, y por otro lado, activar la fuerza muscular, o fuerzas de oposición para generar las diferentes dinámicas. En este tránsito de uno al otro, se despiertan todos mis sentidos y el enfoque ya no está solo en sentir o ser consciente del peso, la ondulación de la columna, o de la orientación espacial, sino también hay un disfrute en la creación de los movimientos, entre el dejarse llevar y el controlar.

Gracias a que en las secuencias integré la fragmentación, como motores de movimiento y como cualidades de movimiento, se generaron velocidades, contrastes, fluidez, pausas, ya que, precisamente, lo que le caracteriza al afroperuano y *dancehall* son la creación de movimientos que vienen desde la activación de una parte del cuerpo hacia el afuera, y esto produce otro tipo de energía corporal.

Entonces hay un diálogo entre los elementos del contemporáneo como la organización y orientación del cuerpo en el espacio, la continuidad, los soportes, el peso; y los elementos del afroperuano y *dancehall* como las ondulaciones, fragmentaciones, pausas e intenciones; para enriquecer la experiencia técnica en las secuencias de movimiento.

A partir de este momento, decidí enfocarme más en los principios trabajados en mis clases de técnica 9, que son principios que están relacionados al *Axis Syllabus*. Además, estaba iniciando un nuevo cuestionamiento: ¿cómo me estoy apropiando de los principios técnicos? Me encontraba en un momento en donde sentía que mi laboratorio me estaba ayudando a apropiarme más rápido de los principios que me impartían en mis clases de técnica. Estaba encontrando una relación entre la técnica y la emoción, que me motivó a seguir con la última sesión.

2.3.5. Sesión 16⁴²

Es así como en la sesión 16 decidí regresar al cuadro, que resume lo que estaba encontrando, para completar con las calidades y dinámicas de movimiento que aún no había aplicado en mis secuencias como los matices, cambios de dirección, las pausas, movimientos directos e indirectos. Para ello, quise explorar usando los movimientos del *female dancehall* para aprovechar la cadencia y energía de los movimientos junto con la música e integrar lo que estaba aprendiendo en un taller de *dancehall* junto con los principios del *Axis Syllabus* vistos en clase.

Patrones de movimiento del *dancehall*:

- Fuerza en las piernas y brazos como motores de movimiento.
- Liberación y control de los movimientos en la pelvis y caderas.

⁴² Ver en el siguiente enlace: Sesión 16. <https://n9.cl/li63>



Figura 50. Patrones de movimiento del *dancehall*

Elementos de la danza contemporánea:

- Entradas al suelo en el plano sagital.
- Retroceso elástico para salir del suelo.
- Fuerza cinética para generar el siguiente movimiento

Hallazgos de la sesión 16:

Con esta sesión me di cuenta de que antes quería usar las dinámicas y calidades de movimiento del afroperuano y *dancehall* para que las secuencias sean más energéticas, pero sin que se note la hibridación con la danza contemporánea, es decir todo el tiempo me enfocaba en buscar transiciones continuas. Sin embargo, al hacer esta sesión, observé que, si quería aplicar los matices o los cambios de dirección, tenía que encontrar esas pausas para enfatizar esa calidad y dinámica de movimiento. En este sentido, me di cuenta de que debo enfocarme en las sensaciones que me ofrecen el afroperuano y *dancehall*, que son la combinación de calidades de movimiento, los aterrizajes que me anclan al suelo y el diálogo entre lo fluido y lo controlado.

Conclusiones de la primera etapa:

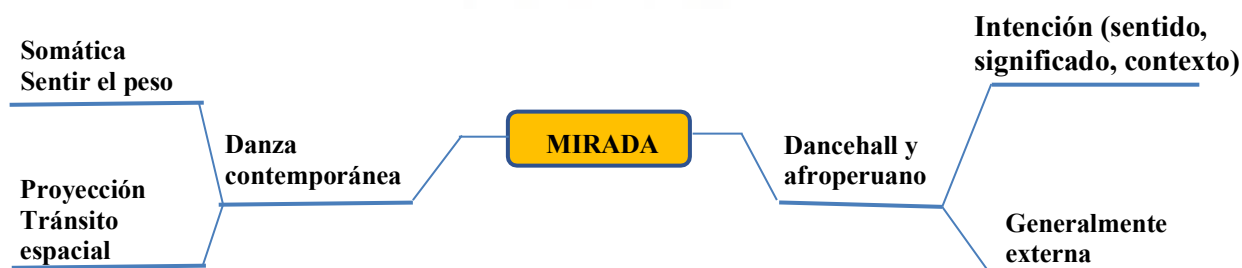
Lo que pude observar en mis prácticas fue que la secuencia final contiene una fisicalidad estética diferente, es decir, posibilidades de abordar el cuerpo que en otras técnicas de danza moderna no se harían, porque rompe con lo virtuoso. Esta noción de romper con lo virtuoso es mencionada en la literatura de danza contemporánea, pero más allá de hablar de lo que no quiere hacer esta disciplina, lo que sí hace, es buscar una nueva posibilidad de movimiento. En palabras de Louppe (1997) se trata de otro cuerpo posible. Estos cuestionamientos hicieron que se descubran nuevas herramientas que enriquezcan al cuerpo en movimiento. Como, por ejemplo, la concepción del ritmo ha sido una de las problemáticas que aborda la danza contemporánea. Por muchos años, la danza contemporánea ha incorporado varios lenguajes de movimiento, desde la danza clásica y moderna hasta las danzas populares. Esto quiere decir, que debido a estas influencias se la ha criticado por su relación con la música, porque muchos de los que se han desligado de lo clásico y moderno ha sido porque han encontrado que los movimientos están íntimamente relacionados “con la estructura interna del gesto y con la forma en que se encadenan y articulan los movimientos entre sí” (Barretta, 2016). Entonces, podemos entender que, en la danza contemporánea, el movimiento se aborda según cómo el cuerpo se organiza internamente e interpreta una consigna o principio; y esto es lo que nos va a afectar para crear nuevos movimientos. Con esto también podemos decir que no hay una esencia como tal de la danza contemporánea respecto a la música. Es decir, no existe la necesidad de expresar al ritmo de la música, solo puede llegar a ser una guía para enseñar una frase de movimiento, pero no se enfoca en seguir a la música.

Así como la danza contemporánea se ha ido nutriendo de varios estilos y herramientas para su aprendizaje, los principios que se trabajan en el Axis como las entradas y salidas del suelo, cambios de planos, puntos de apoyo, giros, saltos, desequilibrios, el peso, retroceso

elástico, se abordan desde la relación de nuestro cuerpo en movimiento y el espacio, y con ellas las leyes físicas.

Mientras que los elementos del afroperuano y *dancehall* emergen desde el movimiento por sí mismo y su relación con la música, ya que sucede una activación muscular, por el impulso y resonancia de los pies, de la pelvis, cabeza y torso. Los cambios de velocidad se dan por un cambio en la cadencia o *groove* que implica a su vez un cambio en el ritmo de la música. Esto genera una mezcla entre controlar y liberar partes del cuerpo, ya sea en la continuidad o en el cambio de direcciones. Sin embargo, esta última observación necesita profundizarse un poco más, y ser reforzada en las secuencias de movimientos creadas. Por este motivo, decidí abrir una segunda etapa que involucrase aquellos aspectos de una manera más rigurosa y detallada.

En esta primera etapa usé la corporalidad del afroperuano (af) y *dancehall* (dh) para lograr una fisicalidad más energética sin que se pierda la continuidad del movimiento. Sin embargo, en las últimas sesiones se replantearon los objetivos. Por ello, esta segunda etapa, mucho más corta, servirá para enfatizar las rupturas del movimiento, formar un diálogo de la experiencia entre la continuidad/ organicidad y lo controlado, los cambios de direcciones y pausas, partiendo de las preguntas: ¿cómo me está aportando la corporalidad del ap y dh en mi técnica corporal? ¿Cómo mi cuerpo está presente en cada movimiento? ¿Qué mecanismo debo usar para la rigurosidad de la práctica?



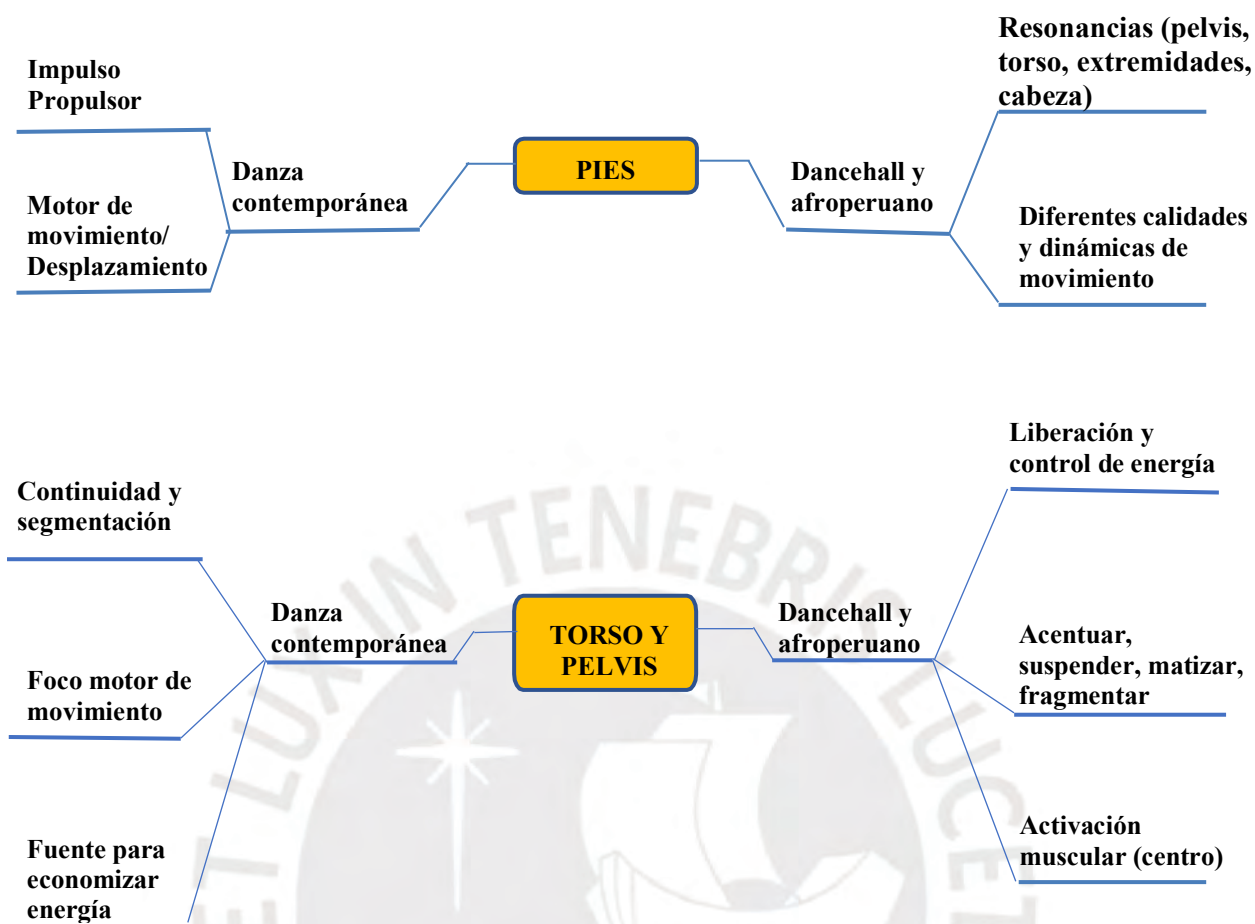


Figura 51. Esquema final. Retroalimentación de la etapa 1

Etapa 2. ¿De qué manera se materializa el vínculo de la corporalidad del afroperuano y el *dancehall* en el *Axis Syllabus*?

La estructura para esta segunda etapa fue analizar el resultado de integrar todos los aspectos que se han visto en la primera etapa. Es importante resaltar que para estas sesiones no hubo un calentamiento previo para cada parte del cuerpo, el punto de partida fueron las coreografías y los movimientos que fui aprendiendo en un taller, a su vez de mis entrenamientos en mis grupos de folklóre y *dancehall*. Es una etapa de solo 4 sesiones cuyo tránsito ha sido la sesión 16. Fue a partir de esta sesión en adelante que se buscaron las pausas, los matices y cambios de dirección, además, un diálogo más riguroso entre la continuidad y la ruptura (fragmentación).

En el caso de las sesiones 17 y 18⁴³, se buscaron lugares para modificar la temporalidad de la secuencia. Como recurso utilicé los cambios de velocidad en los movimientos, esto generó una intención más consciente y movimientos matizados. Con la ayuda de los cambios de planos en las entradas y salidas del suelo y con la integración de las intenciones en el *dancehall*, la secuencia final tenía algunos cambios de direcciones.

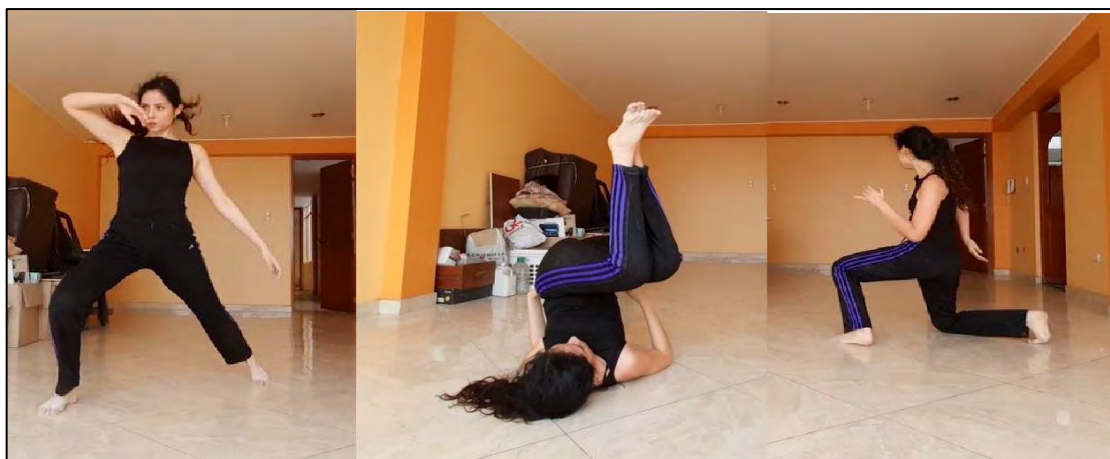


Figura 52. Imágenes de la sesión 17: Matiz, cambio de dirección, fragmentación

Para las sesiones 19 y 20⁴⁴, se utilizaron todos los recursos vistos hasta el momento en la fisicalidad del afroperuano: cadencia, rebote, ondulación de la columna, diferentes posibilidades de movimiento de la pelvis, cambios de dirección, pausas, velocidades, continuidad, intención, fuerza, control.

⁴³ Ver en el siguiente enlace: Sesión 17 y 18. <https://n9.cl/li63>

⁴⁴ Ver en el siguiente enlace: Sesión 19 y 20. <https://n9.cl/li63>



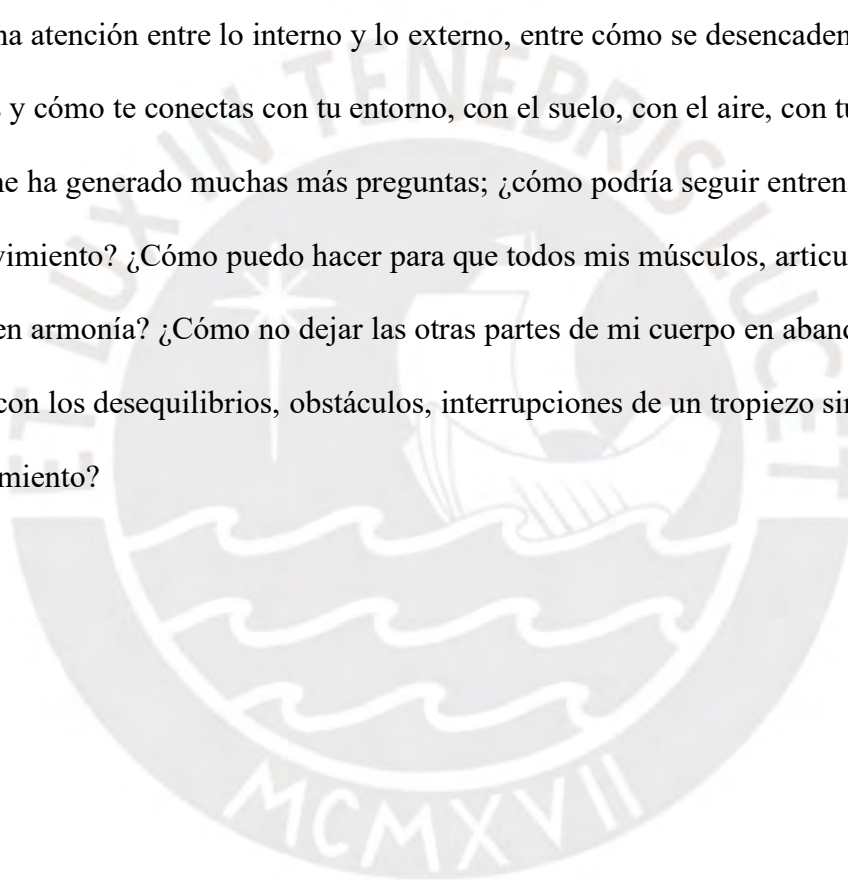
Figura 53. Imágenes de la sesión 20: cambios de dirección, intención y control

Conclusiones y reflexiones de la segunda etapa:

Con estas secuencias de movimiento fue mucho más notoria la integración de la corporalidad del afroperuano y *dancehall*, debido a su energía e intención en los movimientos. Mi fisicalidad adquirió una presencia más activa, el principio del peso adquirió otro valor. Era un peso dramatizado, es decir, me ayudó como un elemento creativo para mi secuencia de movimiento. Tuvo subidas y bajadas ligeras y fuertes, suspensiones y caídas, control y liberación. Esto se resume en diferentes calidades de movimiento junto con una dinámica que estaba tratando de lidiar con la continuidad y lo pausado. Por último, un elemento que no ha sido tan mencionado en mis prácticas anteriores ha sido el uso de la respiración. En esta segunda etapa, estuvo más presente de forma natural porque fui entendiendo de qué manera me acompaña con mis movimientos. Al mismo tiempo que en mis clases de técnica se usaba este recurso para generar otras dinámicas de movimiento, a mí me sirvió, para darle más energía, volumen e intención, además de que pude prolongar la secuencia sin sentirme demasiado cansada. Las secuencias fueron mucho más largas que la primera etapa porque encontré el equilibrio entre la catarsis y la eficiencia, entre la activación, fuerza, potencia muscular y la modulación del tono, la energía cinética, junto a la gravedad y los impulsos. Entre ceder y dejarme llevar por la continuidad y las fuerzas

externas, pero sin dejar abandonado las partes de mi cuerpo que no están en acción; y al mismo tiempo tener la capacidad de ir en contra de lo establecido, es decir, usar la resistencia y el control que es generado por una sensación más visceral y fisiológica.

Respecto al tema de no dejarme abandonar y tener la capacidad de estar presente y habitada, podría formar parte de la continuación de esta investigación, que sería trabajar con la conciencia corporal. Un elemento que es muy estudiado y mayormente practicado por los bailarines de cualquier estilo. Un elemento que es usado para entrenar cuerpo y mente, que requiere mucha atención entre lo interno y lo externo, entre cómo se desencadena tus articulaciones y cómo te conectas con tu entorno, con el suelo, con el aire, con tu piel. Esta experiencia me ha generado muchas más preguntas; ¿cómo podría seguir entrenado cuerpo y mente en movimiento? ¿Cómo puedo hacer para que todos mis músculos, articulaciones y huesos estén en armonía? ¿Cómo no dejar las otras partes de mi cuerpo en abandono? Y, ¿cómo lidiar con los desequilibrios, obstáculos, interrupciones de un tropiezo sin dejar de estar en movimiento?



Conclusiones

Como investigadora pude sistematizar mi experiencia corporal en secuencias de movimiento para dejar aportes y reflexiones sobre las corporalidades del afroperuano y *dancehall*. Además, con la sistematización de esta práctica de investigación ofrezco una herramienta que permita ingresar desde otros lenguajes de movimiento al estudio de la técnica de danza contemporánea. A partir de la información teórica y práctica recibida en mi formación académica y en otros espacios de entrenamiento, y ahora plasmada en esta investigación, puedo sustentar la idea de integrar otros estilos de baile como el afroperuano y *dancehall*, desde su estudio en la corporalidad, para que puedan ser empleadas en otros cuerpos como herramientas para la exploración y el entrenamiento corporal, y espero y aspiro a que en un futuro forme parte de una metodología de aprendizaje.

Desde esta investigación se ha construido la noción de corporalidad como un conjunto de elementos externos e internos que intervienen en mi forma de sentir y percibir y que está vinculado a mi experiencia vivencial y subjetiva, es decir, a mi entorno o circunstancia específica, a la capacidad de percibir mi cuerpo y el de los otros. Además, a la posibilidad de manejar mi cuerpo para expresarme desde mi fisicalidad y mi modo de moverme (cualidades y dinámicas de movimiento). Resumiendo lo planteado, es cómo uno elige utilizar eso que siente y percibe en relación a la experiencia, la práctica y el imaginario del bailarín.

Por lo tanto, dentro de este estudio práctico, la corporalidad del afroperuano y *dancehall* entendido como los elementos que la componen como la cadencia, *groove*, musicalidad, la técnica, las ondulaciones, la fragmentación, la disponibilidad de las rodillas y la movilidad de la pelvis generan un conjunto de emociones y reflexiones en torno al contexto, que permiten al bailarín conectarse o crear un vínculo entre el movimiento, sus vivencias y experiencias con el mundo interno.

De esta manera, la investigación no solo me ha permitido enriquecer mi experiencia técnica en la danza contemporánea, sino que, además, he podido alimentar la noción de mi corporalidad en todo el proceso, es decir, comprender el encuentro entre la corporalidad del afroperuano y el *dancehall* junto con el reconocimiento de los principios técnicos del contemporáneo, me ha permitido ampliar mi capacidad de aprendizaje, y con ello, nutrir mi creatividad en mi lenguaje de movimiento y no limitarme ni realizar prejuicios. Por último, me ha ayudado a construir mis propios imaginarios y herramientas que me permiten expresar físicamente y verbalizar lo que me sucede internamente a través de estas prácticas corporales.

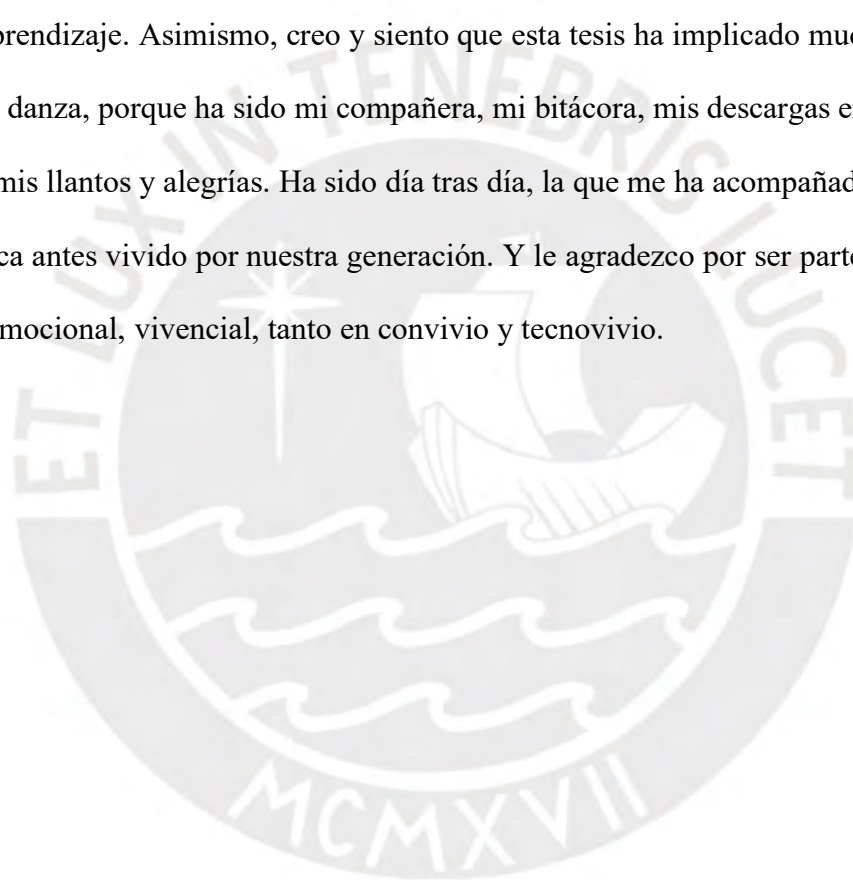
Por otro lado, uno de los propósitos y motivaciones de realizar esta investigación, ha sido construir una guía, con reflexiones de cada danza, con el respeto que se merecen, sin pretender transgiversarlas en contenido ni forma, que sirva como orientación para futuras exploraciones, con sustentos teóricos para entender el por qué estamos decidiendo desestructurar algo que ya existe, y el cómo estamos vinculando eso que ya existe para ser llevado a nuestro cuerpo con su singularidad, con su propio estilo de movimiento, con sus propias posibilidades y patrones de movimiento.

Por ende, esta tesis propone un lugar de aprendizaje e investigación, desde la experiencia de la que realiza el estudio, al haber encontrado a través de la autonomía y reflexión una metodología con elementos de otras técnicas de danzas para enriquecer mi experiencia como bailarina contemporánea, y dejar así abierta la posibilidad de tener otra etapa en la que se experimente con otros cuerpos para poder seguir encontrando nuevos lugares para investigar y seguir difundiendo conocimiento e incentivando el aprendizaje continuo.

Debido a que el estudio teórico se ha desarrollado junto con la praxis, he podido rescatar que, en el camino y al final de este, se reflexiona y se cuestiona constantemente el cuerpo en movimiento, esto genera estar en otro estado, un estado de emisión y recepción de

información, en donde el único juez eres tú mismo. Por lo cual, estás en un proceso y estado de apropiación y aceptación o cuestionamiento sobre un movimiento, un principio, un impulso.

Finalmente, gracias a esta investigación logré estar en este estado que me sirvió para poder potenciar mi capacidad de absorción y atención en las clases de técnica de danza contemporánea del último año de la carrera, y que, además, me parece importante recalcar, se ha realizado de manera virtual. Esto me ha permitido desarrollar aún más mi autonomía en el proceso de aprendizaje. Asimismo, creo y siento que esta tesis ha implicado mucho en mi formación en danza, porque ha sido mi compañera, mi bitácora, mis descargas emocionales, mis miedos, mis llantos y alegrías. Ha sido día tras día, la que me ha acompañado en un contexto nunca antes vivido por nuestra generación. Y le agradezco por ser parte de mi experiencia emocional, vivencial, tanto en convivio y tecnovivio.



Referencias bibliográficas

- Adtelligent TV. (2020, 24 de mayo). *Out there without fear: Jamaica's Dancehall de Powe, J.* [Video]. YouTube. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=fSkx-Us3Rzs>
- Ágreda, S., Mora, J. & Ginocchio, L. (2019). Portal de investigación: Guía de investigación en Artes Escénicas. Recuperado de: <http://investigacion.pucp.edu.pe/>
- Amasifuen, R. (2017). *El Tondero de Morropón como medio de expresión comunicativa no verbal en estudiantes de Educación Básica Regular según los egresados y bachilleres de la Escuela Nacional Superior de Folklore José María Arguedas – 2017* (Tesis de licenciatura, Escuela Nacional Superior de Folklore “José María Arguedas”. Lima, Perú). Recuperado de <http://repositorio.escuelafolklore.edu.pe/handle/ensfjma/30>
- Arrelucea, M. & Cosamalón, J. (2015). *La presencia Afrodescendiente en el Perú: Siglos XVI-XX* (1a. ed., pp. 59-75). Lima, Perú: Ministerio de Cultura. Recuperado de <https://centroderecursos.cultura.pe/sites/default/files/rb/pdf/La-presencia-afrodescendiente.pdf>
- Barretta, C. (2016, 20 de marzo). El ritmo en la danza. *Rhuthmos*. Recuperado de <http://rhuthmos.eu/spip.php?article840>
- Cáceres, L. A. & Auz, G. A. (2015). *La incidencia del trabajo vocal del actor vinculado a la corporalidad a través de las cualidades de la voz y del movimiento*. (Tesis de maestría, Facultad de Artes, Universidad Central del Ecuador. Quito, Ecuador). Recuperado de <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/5431>
- Campbell, H. (2017, 21 de julio). Bogle: Man with the moves. *Jamaica observer*. Recuperado de https://www.jamaicaobserver.com/splash/bogle-man-with-the-moves_105435

- Cortez, E., I. (2019). *El dancehall como herramienta de entrenamiento actoral para el perfeccionamiento del trabajo con las acciones físicas*. (Tesis de licenciatura, Facultad de Artes Escénicas, Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima, Perú). Recuperado de <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/15974>
- De Castro, A., & Gómez, A. (2011). Corporalidad en el contexto de la psicoterapia. *Psicología desde el Caribe*, (27), pp. 223-252. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=21320708011>
- Demaizière, T., Teurlai, A. (Directores y guionistas). (2020). *Move*. [Docuserie]. Netflix. Recuperado de <https://www.netflix.com/pe-en/title/81013100>
- Dylan-Robbins, S. (2015, abril 15). Five-Borough Freestyle: Bruk Up. *The New Yorker*. Recuperado de <https://www.newyorker.com/culture/culture-desk/five-borough-freestyle-bruk-up>
- Escuela Nacional Superior de Folklore José María Arguedas (ENSFJMA). (s/f). Quiénes somos: Dirección académica. Recuperado de <https://www.escuelafolklore.edu.pe/quienes-somos/direccion-academica/#nuestras-carreras>
- Faust, F. (2011). *The Axis Syllabus Universal Motor Principles Human Movement Analysis and Training Method*. (3rd ed.). U.K: Blurb.
- Faust, F. (2017). *The Axis Syllabus: Human Movement Lexicon* (5ª. Ed.). Recuperado de www.axissyllabus.com
- Galand, R. V. (2017). *Naturaleza de la fuerza en el cuerpo y la danza: Una investigación sobre los principios del cuerpo y el movimiento* (1a ed.). Buenos aires: Fondo Metropolitano.

- Gran Teatro Nacional (GTN). (2020, 20 de abril). Retablo Afroperuano - GTN en vivo: Ballet Folclórico Nacional. Recuperado de <https://granteatronacional.pe/evento/retablo-afroperuano-gtn-en-vivo>
- Guerra, T. K. (2020). *Hacia el desarrollo de una práctica de investigación en danza: el estudio del impacto*. (Tesis de licenciatura, Facultad de Artes Escénicas, Pontificia Universidad Católica del Perú. Lima, Perú). Recuperado de <http://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/17481>
- Hope, D. P. (2006). *Inna di Dancehall: Popular Culture and the Politics of Identity in Jamaica*. Kingstone, Jamaica: University of the West Indies Press.
- Humphrey, D. (1965). *El arte de crear danzas*. Buenos Aires: EUDEBA.
- Jamaica experiences. (s/f). Experience Jamaican Dancehall. Recuperado de <https://www.jamaicaexperiences.com/blogs/details/article/experience-jamaican-dancehall>
- Jean Damz TRS. (2015, enero 17). *Dancehall Documentary Message Tr888 from Jamaica (subtitled in Spanish) Part 1 de Monicka Cichocka* [Video]. YouTube. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=7chXNBf5MSM>
- Loupe, L. (1997). *Poética de la danza contemporánea* (1ª ed.). Salamanca: Ediciones Universidad de Salamanca.
- Mallarino, C. (2008). La danza contemporánea en el transmilenio: Tendencia y técnica. *Revista Científica Guillermo de Ockham*, 6 (1), pp. 119-125. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=105312257009>
- Miranda, L. (2019, 12 de setiembre). Los 50 años de Perú Negro: el legado cultural que celebra nuestra tradición afroperuana. *El Comercio*. Recuperado de <https://elcomercio.pe/somos/historias/peru-negro-legado-cultural-celebra-50-anos-tradicion-afroperuana-ecpm-noticia-674643-noticia/>

- Olsen, B. & Gould, S. (2008). Revelations of cultural consumer lovemaps in Jamaican dancehall lyrics: An ethnomusicological ethnography. *Consumption Markets & Culture*, 11 (4), pp. 229-257. <https://doi.org/10.1080/10253860802391268>
- Pedraza, Z. (2004). Intervenciones estéticas del yo: Sobre estético política, subjetividad y corporalidad. En M. C., Laverde, G. Daza, & M. Zuleta (Eds.). *Debates sobre el sujeto. Perspectivas contemporáneas* (pp. 61 – 72). Recuperado de https://www.academia.edu/10439629/Intervenciones_est%C3%A9ticas_del_yo_Sobre_est%C3%A9tico_pol%C3%ADtica_subjetividad_y_corporalidad
- Poma, M., & Alfaro, E. (2019). *La enseñanza de la danza afroperuana festejo en el nivel superior*. (Tesis de licenciatura, Escuela Nacional Superior de Folklore José María Arguedas). Recuperado de <http://repositorio.escuelafolklore.edu.pe:8080/handle/ensfjma/136>
- Pontificia Universidad Católica del Perú (PUCP). (2012). Facultad de Artes Escénicas, Especialidad de Danza: Perfil del egresado. Recuperado de <https://facultad.pucp.edu.pe/artes-escenicas/especialidades/danza/perfil-del-egresado/> [Consulta: 30 de marzo de 2021].
- Pontificia Universidad Católica del Perú (PUCP). (2012). Campus virtual. Recuperado de <https://eros.pucp.edu.pe/pucp/jsp/Intranet.jsp> [Consulta: 30 de marzo de 2021]
- Pontificia Universidad Católica del Perú (PUCP). (2021). Paideia. Recuperado de <https://paideia.pucp.edu.pe/> [Consulta: 30 de marzo de 2021]
- Porto, J. & Gardey, A. (2017). Definición de cadencia. Recuperado de <https://definicion.de/cadencia/>
- PUCP. (2018, 15 de junio). *Danzas Peruanas: ¿por qué el festejo es tan popular?* [Video]. YouTube. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=Xv8GFilza4Q>

RPP Noticias. (2011, 22 de febrero). Tondero: Alma de algarrobo y guayacán. *RPP Noticias*.

Recuperado de <https://rpp.pe/cultura/literatura/tondero-alma-de-algarrobo-y-guayacan-noticia-338953>

Small, J. A. (2012). *Give dem di dance: An Investigation of the Jamaican Culture through the Music and Dance of the Dancehalls* (Tesis de maestría, Dance department

(humanities), University of Cape Town. Ciudad del Cabo, Sudáfrica). Recuperado de

https://www.academia.edu/2204372/Give_Dem_Di_Dance_An_Investigation_of_the_Jamaican_Culture_through_the_Music_and_Dance_of_the_Dancehalls

