

**PONTIFICIA UNIVERSIDAD
CATÓLICA DEL PERÚ**

FACULTAD DE ARTES ESCÉNICAS



El agotamiento como premisa compositiva para el desarrollo de
una coreografía

Tesis para obtener el título profesional de Licenciada en Danza

Edda Gabriela Guzman Narro

Asesora:

Maria Paz Valle Riestra Ortiz De Zevallos

Lima, 2024

Informe de Similitud

Yo, **Maria Paz Valle Riestra Ortiz De Zevallos**, docente de la Facultad de Artes Escénicas de la Pontificia Universidad Católica del Perú, asesora de la tesis de investigación titulada *El agotamiento como premisa compositiva para el desarrollo de una coreografía* de la autora **Edda Gabriela Guzman Narro** dejo constancia de lo siguiente:

- El mencionado documento tiene un índice de puntuación de similitud de **6%**. Así lo consigna el reporte de similitud emitido por el software *Turnitin* el 28-oct.-2023.
- He revisado con detalle dicho reporte y la tesis, y no se advierte indicios de plagio.
- Las citas a otros autores y sus respectivas referencias cumplen con las pautas académicas.

Lugar y fecha: Lima, 12 de abril de 2024

Nombres y apellidos de la asesora: Maria Paz Valle Riestra Ortiz De Zevallos	
DNI: 09397798	Firma: 
ORCID: https://orcid.org/0000-0003-4468-2413	

Resumen

Existen diferentes rutas para el desarrollo de una coreografía dentro de ellas está el agotamiento de una idea, a partir de la revisión de la literatura se encuentran pocas fuentes que trabajan con este método. Por consiguiente, es importante innovar la forma de cómo se construye una pieza, a través, del agotamiento como premisa compositiva, en donde de una sola idea creativa nacen diferentes variables para una composición coreográfica, y que sea útil para quienes están incorporándose en la danza. El presente estudio se realiza desde las artes escénicas con el objetivo de aplicar el agotamiento como premisa compositiva para crear una composición coreográfica. Siguiendo una metodología de exploración de premisas, sesiones prácticas, registros en bitácoras, se llega a la creación del dúo coreográfico “Cuerpos en movimiento”. A través de los hallazgos de la composición, la muestra en escena y el conversatorio con el público se analiza cómo se ha aplicado el agotamiento de las premisas durante en el laboratorio y la manera en que se presenta en la coreografía y cómo están tratados el flujo, tiempo y espacio. En conclusión, el uso del agotamiento como premisa compositiva es una herramienta que permite llegar a la creación de un nuevo proceso coreográfico a través de la búsqueda de diversas posibilidades y combinaciones posibles, que da un repertorio definido de movimiento y variaciones de los elementos coreográficos.

Palabras claves: agotamiento, composición, coreografía, flujo, tiempo, espacio

Abstract

There are different routes for the development of choreography, among them is the exhaustion of an idea. From the review of the literature, few sources are found that work with this method. Consequently, it is important to innovate the way a piece is constructed, through exhaustion as a compositional premise, where different variables for a choreographic composition are born from a single creative idea, and that it is useful for those who are entering dance. The present study is carried out from the performing arts with the objective of applying exhaustion as a compositional premise to create a choreographic composition. Following a methodology of exploring premises, practical sessions, log records, the creation of the choreographic duo “Bodies in Motion” is reached. Through the findings of the composition, the sample on stage and the conversation with the public, we analyze how the exhaustion of the premises has been applied during the laboratory and the way it is presented in the choreography and how flow, time and space are treated. In conclusion, the use of exhaustion as a compositional premise is a tool that allows us to create a new choreographic process through the search for different possibilities and combinations, which gives a defined repertoire of movement and variations of choreographic elements.

Keywords: exhaustion, composition, choreography, flow, time, space

Agradecimientos

A Dios por darme valor y fuerza para lograr mis metas.

A mi familia Micaela Narro, José Guzmán y Micaela Guzmán por apoyarme en mis decisiones y alentarme a cumplir mis sueños.

A Mariano Chávez por ser mi soporte y estar presente en los momentos difíciles de este proceso.

A Karla Mannco, que desde el primero día que le propuse participar de mi trabajo, demostró interés y compromiso hacia todo lo que implicaba; y por su esfuerzo y dedicación para llegar a nuestra meta.

A María Paz Valle Riestra por el tiempo, acompañamiento y confianza que me ha dado en todo este proceso.

A Roció Narro por estar presente y confiar en mis capacidades.

A todos mis profesores por su respeto y cariño, y por la dedicación de enseñarnos el verdadero valor de la danza.

A todas mis amigas y amigos, que la danza me permitió conocer, gracias por construir un lugar lleno de cariño y amistad.

Índice

Resumen	ii
Abstract	iii
Agradecimientos	iv
Índice de figuras	vi
Índice de anexos	vii
Introducción	1
Capítulo 1. Introducción a conceptos aplicados en la investigación y coreografía	7
1.1 Agotamiento	7
1.2 Coreografía.....	8
1.3 Flujo	10
1.4 Tiempo	11
1.5 Espacio	12
Capítulo 2. Práctica del agotamiento en la danza	15
2.1 Exploraciones	15
2.1.1 Práctica de exploración: Primera premisa	15
2.1.2 Práctica de exploración: Segunda premisa.....	19
2.1.3 Práctica de exploración: Tercera premisa	22
2.1.4 Práctica de exploración: Cuarta premisa.....	26
2.2 Composición coreográfica de “Cuerpos en movimiento”	29
2.2.1 Primera escena (00:00 – 02:20 min.)	29
2.2.2 Segunda escena (02:20 – 5:17 min.)	31
2.2.3 Tercera escena (05:17 – 07:05 min.).....	32
Capítulo 3. Análisis de la composición coreográfica “Cuerpos en movimiento”	34
3.1 Análisis del agotamiento.	34
3.2 Análisis del flujo	38
3.3 Análisis del tiempo.....	40
3.4 Análisis del espacio	44
Conclusiones	48
Referencias bibliográficas	52
Anexos	55

Índice de figuras

Figura 1 Karla explora a través de la premisa “moverse manteniendo el apoyo constante de la mano en el suelo”	15
Figura 2 Edda explora a través de la premisa “moverse manteniendo el apoyo constante de la mano en el suelo”	16
Figura 3 Karla explora a través de la premisa “Recorrer el espacio con las acciones de correr, saltar y entrar al suelo de manera libre”	19
Figura 4 Edda explora a través de la premisa “Recorrer el espacio con las acciones de correr, saltar y entrar al suelo de manera libre”	20
Figura 5 Karla explora a través de la premisa “Uso de la respiración para originar movimiento”	22
Figura 6 Edda explora a través de la premisa “Uso de la respiración para originar movimiento”	23
Figura 7 Karla explora a través de la premisa “Elegir una cualidad de movimiento para crear un imaginario en el espacio”	26
Figura 8 Edda explora a través de la premisa “Elegir una cualidad de movimiento para crear un imaginario en el espacio”	27
Figura 9 Karla y Edda desarrollan la primera escena de la coreografía, en la muestra “Cuerpos en movimiento”	29
Figura 10 Karla y Edda desarrollan la segunda escena de la coreografía, en la muestra “Cuerpos en movimiento”	31
Figura 11 Karla y Edda desarrollan la tercera escena de la coreografía, en la muestra “Cuerpos en movimiento”	32

Índice de anexos

Anexo 1. Resolución del cuestionario hecho a María Paz Valle Riestra (E.1)	55
Anexo 2. Resolución del cuestionario hecho a Micaela Guzmán (E.2)	57
Anexo 3. Resolución del cuestionario hecho a Adriana Piedra (E.3)	59



Introducción

Tema de investigación

El agotamiento como premisa compositiva para el desarrollo de una coreografía.

Tipo de investigación

La presente investigación se realiza desde las artes escénicas; es decir, se desarrolla a partir de sesiones pautadas de exploración, en donde la teoría de la investigación se convierte en la base que influye o condiciona la práctica. Asimismo, el ejercicio de creación es el método a través del cual tienen lugar las exploraciones que nos permiten evidenciar y sostener las ideas propuestas. Para Barret y Bolt (2010), este tipo de investigación no solo fija y sostiene ideas, sino que brinda, además, un espacio de motivación para el o los investigadores (como se citó en Ágreda et al., 2019, p. 16).

Como parte del estudio, se realizan un buen número de sesiones exploratorias, en las que se van aplicando diferentes consignas, hasta agotar cada una de ellas. A lo largo de estas exploraciones, se espera encontrar, también, variables y recursos que aporten y sean de utilidad para una composición coreográfica.

Motivación

Recuerdo que, mientras me preparaba para una competencia de danza, mi coreógrafo me iba indicando realizar ciertas dinámicas físicas con el propósito de terminar agotada y verme obligada a encontrar nuevas formas de movimiento, pues, naturalmente, necesitaría ahorrar energía por el estado físico en el que me encontraba. Cuando fue momento de bailar mí solo, percibí que el rendimiento y calidad de mi danza cambiaron beneficiosamente: hallaba matices, fluidez y diferentes sensaciones y texturas en los movimientos (lo que no ocurría cuando mi cuerpo no se encontraba en estado de agotamiento). Sin embargo, a partir de mi participación en este concurso, sufrí una lesión que me impidió bailar las semanas posteriores. El motivo fue una hernia discal lumbar que mi cuerpo había venido formando con

el tiempo y que, según resultados médicos, era producto del sobreesfuerzo hecho a lo largo de mi carrera. Esto hizo que me cuestionara hasta dónde el concepto de agotamiento puede aportarnos material o puede dejar inoperativo al bailarín e interrumpir el desarrollo de una creación u obra de danza.

Inicialmente, decidí realizar una investigación sobre el agotamiento físico en los bailarines como una herramienta para la danza; sin embargo, al darme cuenta del riesgo que una malinterpretación puede representar para un bailarín, sumado a las pocas fuentes bibliográficas existentes, decidí abordar el concepto *agotamiento* desde la perspectiva de agotar e insistir en una idea o premisa con el fin de componer una muestra, pieza o coreografía.

Por otro lado, personalmente, me interesa el rubro de la composición coreográfica, es esa la rama en la que quisiera especializarme a futuro; por eso, actualmente, estoy en la búsqueda de información o caminos que puedan aportar al desarrollo de una coreografía.

Mi finalidad es proponer una nueva metodología para la creación coreográfica y que esta pueda ser útil para mí, coreógrafos y profesores de danza que deseen experimentar nuevos procesos creativos. Del mismo modo, al ser un tema muy poco desarrollado, me gustaría compartir la información que se obtenga en la investigación con otros bailarines que deseen continuar explorando esta metodología.

Justificación

Hoy en día, existen diversas rutas para el desarrollo de una coreografía, pieza o muestra; no obstante, son pocas las que trabajan desde el agotamiento de una idea. Es por esa razón que deseo ahondar en este campo, para poder compartir, con aquellos bailarines que ansían ser coreógrafos o solistas, una forma de creación y herramientas compositivas distintas.

El agotamiento de una idea puede ser un método para desarrollar una coreografía, a pesar de que no es común trabajar con esa premisa, pues se suele recurrir a múltiples ideas o movimientos. Asimismo, esta investigación busca la forma en que esto puede optimizarse para experimentar nuevas variables de movimiento y nuevas vivencias en la danza, enriqueciendo la formación de un bailarín.

Desde una perspectiva coreográfica, las variables encontradas a través del agotamiento pueden ser usadas en el proceso de una composición coreográfica e innovar, así, la forma en la que se construye una pieza: proponer un camino alternativo para construirla.

Por otro lado, la investigación sobre el agotamiento de una idea está dirigida a quienes recién se están incorporando al campo de creación coreográfica, ya que esta herramienta será útil y práctica al empezar a componer, dado que no se necesitan muchas ideas creativas, con solo una se pueden hallar un gran número de variables de movimiento para toda una pieza.

Pregunta general

¿De qué manera se puede usar el agotamiento como premisa compositiva para el desarrollo de una coreografía?

Preguntas específicas

1. ¿Cómo se entiende el concepto de agotamiento en la composición coreográfica?
2. ¿Cómo ocurre el proceso de composición coreográfica a través del agotamiento?
3. ¿Cómo están tratados los elementos de flujo, tiempo y espacio en el desarrollo de la composición coreográfica?

Objetivo general

Aplicar el agotamiento como premisa compositiva para crear una composición coreográfica.

Objetivos específicos

1. Ampliar el concepto de agotar la danza en la composición coreográfica.
2. Explicar el proceso de composición coreográfica a través del agotamiento.

3. Analizar los recursos de espacio, tiempo y flujo en el desarrollo de una composición coreográfica

Metodología

En el presente trabajo de investigación, se pretende observar la manera en que el agotamiento como premisa ayuda a encontrar recursos y variables, brindando diferentes posibilidades de movimiento con las que construir una estructura, a fin de desarrollar una coreografía.

En el curso previo, Proyecto 1, realicé una investigación a través de sesiones prácticas, en las que trabajé con la improvisación y propuse premisas como variación en el uso de velocidades y su repercusión en el uso de la fuerza, uso máximo de tres movimientos, movimiento a partir de las extremidades superiores e inferiores, entre otras. En estas sesiones, se eligieron movimientos para agotarlos mediante la repetición; el material que surgió de este proceso sirvió para la creación de una coreografía, que una vez lista buscó agotar ciertas escenas para dar origen a un nuevo material.

Como método de recojo de información, se recurrió a una bitácora virtual en la que se registraron ideas, experiencias, hallazgos tanto como las dificultades encontradas. Estos datos sentaron las bases para el desarrollo de una siguiente fase de la investigación, en la que se respondió qué es el agotamiento en la danza y cuál es su uso como herramienta para la composición coreográfica.

Esta nueva etapa trabaja el agotamiento en el desarrollo de una coreografía en dúo; el interés obedece a la inquietud de saber cómo se manifiesta el agotamiento en una segunda persona y cómo es el proceso de creación. También, se busca observar cómo recibe la información y qué aspectos de la propuesta cambian o se modifican por la participación de otra bailarina.

La bailarina elegida para el dúo es Karla Mancco, quien tiene conocimientos de danza contemporánea, hip-hop y heels. Practica estas artes hace 4 años y, actualmente, se encuentra estudiando en la misma escuela que yo (Freestyle Dance), por lo que tenemos códigos de danza compartidos, pero, también, distintos, lo que puede aportar nuevos hallazgos. Por otro lado, creo que Karla es una buena bailarina y ha demostrado tener disposición a aprender cada vez más y ha sido constante en ello.

Para la construcción de este dúo coreográfico, se realizan sesiones prácticas de exploración, en la cuales se desarrollan 4 consignas: moverse manteniendo el apoyo constante de la mano en el suelo; trasladarse en el espacio con las acciones de correr, saltar y entrar al suelo; el uso de la respiración para originar movimiento; y elegir una cualidad de movimiento para crear un imaginario en el espacio. Con el fin de observar nuestro trabajo y reflexionar sobre los movimientos e información surgidos, estas sesiones son grabadas. Los hallazgos son registrados por cada bailarina en bitácoras físicas, para poder crear la composición coreográfica partiendo del material recopilado.

Para la composición coreográfica, se observan los videos y se revisan las bitácoras, con el propósito de seleccionar los movimientos y las características recurrentes surgidas en las sesiones.

La coreografía se divide en tres escenas, organizadas después de obtener el material recopilado de las exploraciones; luego, la composición coreográfica es presentada al público; y, finalmente, se realiza un conversatorio para conocer las perspectivas de los espectadores, cuyas opiniones aportan al análisis.

En suma, a la luz de los hallazgos de la composición y el uso de una amplia variedad de fuentes bibliográficas, se analiza cómo el agotamiento de las premisas está presente en la coreografía y cómo se utilizan los recursos del flujo, tiempo y espacio; también, cómo la

participación de dos bailarinas, con diferentes cualidades de movimiento, pueden ser parte de una misma pieza y originar dinamicidad en ella.



Capítulo 1. Introducción a conceptos aplicados en la investigación y coreografía

En este capítulo, se introducirá al lector a conceptos —como el agotamiento, coreografía flujo, tiempo y espacio— que han sido tratados, en este trabajo, para realizar una pieza de danza. Estas definiciones serán reforzadas por escritos de otros autores.

1.1 Agotamiento

En primer lugar, se debe explicar la diferencia entre agotamiento y cansancio. Según el autor Miguel Ángel Martínez (2018) investigador, escritor y docente, el agotamiento en la danza es diferente al cansancio, por cuanto el cansancio gira en torno a la lógica del trabajo (se trabaja, se descansa y se vuelve a trabajar).

Para el filósofo francés, Gilles Deleuze (1996) el cansancio es el momento en el que se decide ya no realizar más una acción, en el que ya no se dispone de la capacidad de encontrar otras posibilidades; en cambio, el concepto de agotamiento es un estado en el cual la persona ha probado todas las posibilidades de movimiento hasta agotarse a sí mismo. Dicho de otro modo, el agotamiento permite la búsqueda de lo nuevo, que puede aparecer como consecuencia de la insistencia de una premisa o acción.

Igualmente, Martínez (2018) menciona que mediante el agotamiento se encuentra la oportunidad de una nueva creación, porque es cuando la persona está en una situación donde parece que nada es posible es que surge el inicio de una nueva posibilidad. Para Deleuze (1996), estas situaciones permiten encontrar diferentes variables que se combinan en la danza. Por ejemplo, cuando el bailarín está agotado físicamente, la exigencia de seguir bailando le permite encontrar nuevas calidades, resoluciones de movimiento, intenciones y recorridos en movimientos, que optimizan la poca “energía” que aún le queda.

Entonces, además del agotamiento como originador de posibilidades de movimiento para un bailarín, se encuentra el agotamiento como un proceso de creación para el coreógrafo.

1.2 Coreografía

La bailarina, coreógrafa y maestra, Lin Duran (1993) define coreografía como una pieza escénica realizada con la danza, sostenida por una estructura y expresada por el movimiento corporal de los bailarines, que incluye diversos factores, que pueden ser temáticos, espaciales, plásticos, musicales y rítmicos. Al respecto, Alberto Dallal afirma:

La coreografía no es otra cosa que la geometría espacial en la danza, el arreglo o disposición de los movimientos del o de los cuerpos en el espacio específico en que la danza sobreviene (o incluso la construcción del espacio dancístico) justo es pensar que ese arreglo o disposición puede ocurrir mediante una o varias mentes y que, tras el proceso, es decir la suma de etapas, de la creación se monta y presenta (se realiza) ante uno o varios espectadores (1999, p. 237).

Esta cita señala que la composición es un suceso en donde se organizan espacialmente los movimientos de los intérpretes, ejecutados por una o más personas, y que se presenta ante un público.

De acuerdo a estas definiciones, la coreografía es parte de la danza y posee diversos factores, como los espaciales, musicales y los movimientos corporales de los bailarines que participan en ella). Asimismo, en su desarrollo ocurren cambios acordes a las decisiones del coreógrafo o los participantes, con miras a la presentación ante un público final.

Para lograr realizar una coreografía, se necesita pasar por un proceso de creación, lo que se conoce como composición coreográfica. Según la escritora e historiadora de la danza, Laurence Louppe (2011), esta surge de la creación de una materia que no existe y de encontrar las vías hacia lo que no se conoce y lo que no se ha creado aún. Afirma que los movimientos corporales son el contenido de la danza, nacen a partir de una exploración, de un gesto o de un motivo, siendo que estos últimos pueden aparecer en algunos momentos de la coreografía por decisión del coreógrafo.

Según la antropóloga Adrienne L. Kaepler (2003), los motivos son secuencias de movimiento conformada por kinemas¹ y morfokinemas², que cuando son coreografiados forman un corema y el conjunto de estos, a su vez, una pieza de danza. Por otro lado, los motivos se almacenan en la memoria como originadores de movimiento para ser usados en las coreografías.

Es decir que una composición coreográfica nace del material obtenido por el creador a través de la exploración, en donde se encuentran nuevos movimientos y gestos para usar en la pieza, con el fin de crear una composición. Esto posiciona al coreógrafo como creador de una composición original y nueva en la danza.

Para la composición de una coreografía, se cuenta con diferentes recursos que ayudan a encaminar al coreógrafo hacia su creación. El coreógrafo Jonathan Burrows (2010), en su libro *Choreographers Handbook*, describe cada uno de ellos y en esta investigación se abordan cuatro de estos recursos.

En primer lugar, se encuentran los “principios”. El autor menciona que a estos no se los puede calificar como reglas, sino que son una manera de proponer caminos para tener claridad en las decisiones que tome el creador sobre su obra; también, lo define como un mapa que ayuda a organizar la búsqueda para poder desarrollar la pieza de danza. En segundo lugar, están los “hábitos”, que los define como las acciones repetitivas que suceden de forma inconsciente y, por tanto, quien las realiza puede perderse de sus sensaciones y significado.

En tercer lugar, Burrows postula la “repetición” y enfatiza que es un movimiento mostrado más de una vez y que cada vez puede ser una experiencia diferente y nueva. Y, por último, Burrows se refiere a la “improvisación”, definida como la libertad de seguir el

¹ Kaepler (2003), define los kinemas como unidades mínimas de movimiento reconocidas como contrastantes por personas que pertenecen a una cierta tradición dancística, así como los kinemas son unidades básicas sobre las cuales se construye los bailes de una tradición dada.

² Kaepler (2003), define el termino morfokinemas como unidades de movimiento más pequeñas con significado dentro de la estructura del sistema de movimiento, los cuales se organizan en una cantidad relativamente pequeña de motivos.

impulso del momento y la negociación entre los patrones de movimientos y el propio pensamiento del cuerpo. Además, esto puede ser parte de un performance o una herramienta para encontrar material que ayude a estructurar una coreografía.

Por tanto, dentro de una composición coreográfica se encuentran variados recursos que pueden ser usados como guías para tomar decisiones sobre qué se desea mostrar y qué información hallada puede ayudar a desarrollarla.

1.3 Flujo

El investigador y coreógrafo César M. Bocanegra (1998) define al flujo como la sensación que viene de un movimiento contenido o libre. El movimiento contenido es la acción que puede ser detenida durante su suceso, mientras que un movimiento libre es una acción fluida que no detiene el movimiento que se está realizando.

Tania M. Huevo (2021) lo define como el esfuerzo con el que se realizan los movimientos, que se proyectan en el espacio, y llama arquitectura viva a esta construcción del cuerpo en el espacio.

Para el coreógrafo y estudioso del movimiento Laban, Agustí Ros (2009), el flujo es un elemento que se encuentra dentro del movimiento, por lo tanto, en una estructura de danza, es el responsable de la continuidad de los movimientos y el que regula el esfuerzo del bailarín.

Por lo mencionado, se define el flujo como un elemento que brinda dos posibilidades de uso, el contenido y el libre, determinando estos la continuidad y el desarrollo del movimiento que influye en la composición coreográfica o en la estructura de danza. De otro lado, la continuidad de los movimientos incide en el esfuerzo necesario para la realización de estos; el esfuerzo en un flujo libre será menor al del flujo contenido, porque este último demanda mayor control sobre el cuerpo.

Según Ros (2009), la combinación de los dos tipos de flujo, junto con el esfuerzo, definen la calidad del movimiento, por lo que sin el flujo la danza se reduciría solo al esfuerzo corporal. Para la bailarina y coreógrafa Tania M. Huevo (2021), el flujo genera conciencia sobre el esfuerzo del movimiento, lo que afecta a todas las articulaciones del cuerpo y, en consecuencia, produce infinitas variaciones.

En otras palabras, el flujo modula cómo el cuerpo reproduce y desarrolla los movimientos, origina, por eso, matices, pausas y “momentum”, trayendo consigo innumerables posibilidades.

Para Huevo (2021), el uso del flujo se establece mediante las decisiones del bailarín o del coreógrafo, de acuerdo a su búsqueda: controlar la energía expresiva (flujo contenido) o dejarse llevar por ella (flujo libre). A raíz de esto, menciona que las formas de abordar el flujo de los movimientos y de la pieza influyen en la calidad y las variaciones que esta presenta.

1.4 Tiempo

Según la profesora de danza, Lynne A. Blom y la coreógrafa, L. Tarin Chaplin (1982), el tiempo hace referencia a una fuerza ordenadora que proporciona una matriz (conjunto de números) que, a veces, puede aparecer de una manera predeterminada, específica y receptiva. Dicho de modo similar, el tiempo ordena una coreografía en la que, previamente en el proceso de creación, se han fijado los movimientos o escenas que tendrán lugar; mas no se puede afirmar que en toda pieza sea así, puesto que en la improvisación como medio de composición instantánea esto varía.

Para Blom y Chaplin, el tiempo en una estructura coreográfica contiene elementos que organizan los movimientos, entre ellos destacan el tempo, el momentum y la duración.

Esta autora menciona que el tempo es la velocidad del ritmo, que puede ser determinado y que depende de la actitud y respuesta del bailarín en relación a la pieza. Dentro del tempo, se encuentran diferentes temporalidades, como lenta, media y rápida. Por otro

lado, se encuentra el momentum, que se origina a partir del tiempo; por ejemplo, cuando hay una aceleración o desaceleración, se producen “fenómenos” interesantes y su uso es efectivo en una coreografía. El cambio de velocidades ocasiona contrastes altos en una coreografía, que producen mayor dinamicidad en esta; la utilización de la velocidad rápida o lenta depende de la intención del autor.

Blom y Chaplin añaden que la duración corresponde al tiempo que lleva hacer un movimiento; el rango de duración proviene de una decisión determinada de acuerdo al movimiento con el ritmo.

Sin embargo, la organización del tiempo predeterminado no es la única forma, existen otras propuestas que incluso cuestionan el uso de este elemento. Por ejemplo, según Louppe (2011), los bailarines de la gran modernidad tuvieron la iniciativa de renunciar a la temporalidad de la música con el fin de romper este patrón y porque se dieron cuenta de que, dentro de su propio cuerpo y en el silencio, se encontraban recursos rítmicos que aportaban a la danza. La aparición del silencio permite que nazca una nueva partitura o composición musical para establecer relaciones sonoras de acuerdo a las intenciones de una composición coreográfica.

Esta independencia de la música permite que aparezca una nueva forma de usar el tiempo en una coreografía, que hoy es utilizada en diversos estilos, ya sea con una finalidad estética, poética o de exploración.

1.5 Espacio

Laurence Louppe menciona:

Con Laban y su teoría de los cuatro factores, aprendió que el espacio no es solamente un parámetro del ejercicio del movimiento en general, menos aún un marco de difusión. Es una de sus fuerzas constitutivas. El bailarín vive del espacio y de lo que el espacio construye en él (2011, pp. 163-164).

De acuerdo a esto, el espacio no es sólo entendido como un lugar donde surge movimiento, sino que es un lugar en donde el bailarín habita y construye, por lo que se origina una relación entre los dos.

Según Louppe (2011), el desplazamiento no es la única manera para que un bailarín habite el espacio, el estar inmóvil también es una demostración de que el cuerpo sigue manteniendo un diálogo vivo con el suelo. Por lo que, en toda pieza dancística, la forma en cómo un cuerpo habita o construye una relación con el espacio no depende de cómo se traslade en él, sino de cómo interactúa con él desde el movimiento o desde la pausa.

Por lo tanto, el espacio en la danza se crea por el modo en que el bailarín o coreógrafo desea tratarlo y, también, a partir de la conciencia de cómo se habita desde el movimiento y de la presencia del cuerpo en escena.

Otro punto es el espacio imaginario; para el bailarín e investigador Hubert Godard el término espacio es la construcción de un imaginario que se relaciona con el cuerpo que danza en él (como se citó en McHose, 2006, p. 33). Asimismo, define al espacio como un escenario vacío el cual es abordado por los bailarines, quienes logran despertar sentires en el público. Dentro de este escenario, se dan diversos factores como temporalidad, dirección, movimiento, entre otros; sin embargo, estos son influidos por el concepto de la pieza y por la situación y contexto en el que se realiza. Es decir que el espacio guarda relación con quienes están interpretando la danza como con los demás factores mencionados, por lo que, para espectadores y bailarines, esto puede llevar a crear un imaginario propio.

Según el catedrático, Javier Molinuevo (2010) el espacio imaginario del creador está influenciado por sus vivencias cotidianas, su memoria corporal, sus técnicas dancísticas, los gestos cotidianos, etc. De manera que, en estos espacios, se origina la creación y el diseño del movimiento que une al mundo real con el irreal. Así, el creador se guía por su imaginación y su cuerpo como instrumentos. Alegando que el espacio imaginario se convierte en un flujo de

imágenes al igual que el cuerpo se convierte en un flujo de movimiento, el coreógrafo selecciona a los que serán parte de la creación coreográfica.

Entonces, el espacio imaginario permite que el coreógrafo pueda plasmar su mundo interior y exterior para poder brindar a la coreografía un sentido y significado que van a ser formados por su imaginación y cuerpo.

Como menciona Molinuevo (2010), uno de los objetivos del bailarín es materializar el imaginario en una obra y hacerlo visible para el espectador, ya que el espacio es un vacío en donde los cuerpos determinan propiedades como la anchura, los límites, el fondo y el primer plano. El cuerpo que habita en este espacio específico es el elemento escultural básico de una coreografía, que se traslada y mueve a través de él, lo cual transforma a este vacío en un espacio concreto.

En otras palabras, todo espacio es un lugar vacío, pero, en la danza, las decisiones que se toman para componer una coreografía delimitan la forma en cómo se va a construir y, junto con el cuerpo que danza en él, permite al espectador situarlo en un lugar y tiempo de acuerdo a la intención del autor o a la propia percepción del espectador.

Capítulo 2. Práctica del agotamiento en la danza

Este segundo capítulo narra los hallazgos, características y reflexiones que surgieron en las sesiones prácticas y el proceso de la creación coreográfica “Cuerpos en movimiento”. Asimismo, se explicará cómo han sido repartidas las sesiones prácticas a lo largo de estos meses y la estructura de estas para poder poner al lector en el contexto y tenga una mayor claridad de la investigación.

Las sesiones tienen una duración de dos horas, que se dividen entre el calentamiento y exploración de las bailarinas (a saber, alrededor de las premisas: moverse manteniendo el apoyo constante de la mano en el suelo; recorrer el espacio con las acciones de correr, saltar y entrar al piso de manera libre; uso de la respiración para originar el movimiento; y elegir una cualidad de movimiento espiralada y ondulante para crear un imaginario en el espacio). Luego, se continuó con las reflexiones sobre las vivencias personales y lo observado en la otra bailarina.

2.1 Exploraciones

2.1.1 Práctica de exploración: Primera premisa

Figura 1

Karla explora a través de la premisa “moverse manteniendo el apoyo constante de la mano en el suelo”



Nota: martes 25 de abril del 2023. Karla utiliza el apoyo de las dos manos, seguido de una suspensión que termina en el apoyo de la mano izquierda.

Exploración de Karla

Cabe resaltar que es la primera vez que Karla participa en sesiones de exploración en donde se le da la libertad de decidir cómo se moverá (respetando la premisa, claro está).

Al inicio, la timidez y dificultad de moverse libremente se hace evidente, debido a que en el pasado aprendió a seguir indicaciones de los docentes sobre una estructura de clase preestablecida; pero, en esta práctica, al darle la oportunidad de crear movimientos en base a premisas, desarrolla mayor confianza en lo que hace y no se limita a recorridos ya codificados.

En esta exploración, se observa que los movimientos nacen de códigos dancísticos adquiridos previamente, los cuales se acercan más hacia la técnica de danza contemporánea que ha aprendido en otras clases, como las inversiones o cambios de peso con el apoyo de una mano.

Por otro lado, en su movimiento se observa un flujo continuo y el uso de diferentes temporalidades, como velocidad media y rápida, lo que permite que surjan matices. Es notoria la ausencia de pausas, hay una gran actividad física en su exploración a pesar de que su cuerpo ya está agotado. Otra característica que destaca es la mirada, proyectada hacia el piso, que nos dice que se trata de una exploración para sí misma o que la atención está enfocada en el movimiento.

Figura 2

Edda explora a través de la premisa “moverse manteniendo el apoyo constante de la mano en el suelo”



Nota: martes 25 de abril del 2023. Edda utiliza el apoyo de manos al sentarse y realizar una inversión, seguido hacia los cuatro puntos de apoyo.

Exploración de *Edda*

En esta exploración, se observan movimientos cotidianos, como gatear y caminar, con temporalidades distintas. Esto aparece porque he participado, con anterioridad, de clases donde se desarrollan exploraciones libres o a partir de consignas.

Por el conocimiento previo, adquirido en los cursos de improvisación, educación somática y exploración corporal me ha permitido desarrollar la creatividad en el movimiento y resolver las dificultades que se presenten, ya que cuando se trabaja con premisas se aprende desde dónde moverse, cómo danzar desde lo cotidiano, cómo jugar con el tiempo y espacio, de qué manera ocuparlo, etc.

El uso del espacio ocurre, en mayor parte, en el centro, ya que el apoyo constante de las manos limita el traslado con un flujo continuo, así como un mayor abordaje del espacio. En esta limitación, surgen movimientos con recorridos espiralados.

La mirada va dirigida hacia el suelo, lo que influye en la poca proyección de los movimientos. Por esto, se estima necesario que, en las próximas sesiones, estas se orienten de manera más abierta, para expandir los movimientos.

Por otro lado, el alcance de los movimientos en el espacio ocurre dentro de la kinesfera³. En comparación con Karla, quien los realiza hacia el espacio frontal, mis movimientos toman otras direcciones, como en diagonales.

Las características que aparecen, recurrentemente, son el flujo libre y la velocidad media a rápida. Esto lleva al agotamiento físico, produciendo pausas en el movimiento.

Similitudes entre *Karla* y *Edda*

- Movilidad constante hacia los extremos del espacio.
- El uso del flujo libre y la variación en las velocidades, rápida y media.

³ Ros (2009) define a la kinesfera como la suma de los puntos y que forma el área volumétrica en cuyo interior el cuerpo se mueve.

- Se encuentra una ausencia de pausas, dado que el agotar los movimientos o premisas se relaciona con el concepto de movimiento continuo.
- Dinamicidad en la exploración por la presencia de matices.
- Constante proyección de la mirada hacia el piso.

Reflexión

Karla: En esta sesión, pude darme cuenta de que, debido a que estamos acostumbradas a usar nuestros brazos/manos de forma libre al bailar (y no atados al piso), hay un agotamiento rápido de las ideas y creaciones al tener que mantenerlos fijados al piso. A diferencia de cuando usamos nuestras piernas como base, cuando usamos nuestras manos y brazos, tiendo a realizar movimientos en espiral como si mi cuerpo fuese un compás y mis manos, efectivamente, la base. Asimismo, pude notar que, si comparamos una improvisación no condicionada con una que tiene por condición mantener los brazos pegados en el piso, en esta última no hay tanta creatividad, dado que se acostumbra el tener las manos libres y los pies en el piso: cuando esto se invierte, no se pueden liberar ambas piernas con facilidad. También, he notado que, tanto Edda como yo, a veces no respetamos la consigna de mantener los dos brazos en el piso, debido a que la conciencia muscular (acostumbrada a soltar esa parte del cuerpo) nos llevaba a despegarnos. Sentí el movimiento de Edda más exploratorio hacia varias direcciones y el mío más en espiral.

Edda: Es interesante observar cómo cada una de nosotras maneja la técnica de danza contemporánea, hemos llevado clases con el mismo profesor y, sin embargo, cuando se nos da la libertad de movernos mediante una consigna, cada una empieza a demostrar sus otros estilos de danza y tiende hacia decisiones personales o a sus preferencias al moverse. El imaginario personal de Karla se inclina hacia técnicas de movimiento aprendidas, es decir, su foco de atención es qué es lo que está haciendo; mientras yo me enfoco en variaciones de tiempo y flujo para crear matices con el fin de llegar a diferentes cualidades de movimiento.

Es por esto, que la singularidad de cada una contribuye y complementa el proceso coreográfico, y hace que este sea más práctico, por un lado, se encuentra la estructura de movimiento, mientras que, por el otro, están las sensaciones y cualidades.

También, al ver los videos de nuestra sesión, noto que surge diferente material que puede aportar ideas para una composición coreográfica. Por ejemplo, al inicio de la exploración, los movimientos ocurrían, frecuentemente, en el espacio central, pero, cuando fuimos conscientes de cómo eran nuestros desplazamientos y dónde estaban ocurriendo, surgió la pregunta de por qué no explorar el movimiento en otros lugares del espacio. Esto hizo que la conciencia espacial se activará y, a través de las premisas, el cuerpo buscará otros modos de *desplazarse hacia los extremos y diagonales*.

2.1.2 Práctica de exploración: Segunda premisa

Figura 3

Karla explora a través de la premisa “Recorrer el espacio con las acciones de correr, saltar y entrar al suelo de manera libre”



Nota: martes 2 de mayo del 2023. Karla corre de espaldas para entrar al piso y al reincorporarse se suspende para realizar un salto.

Exploración de Karla

Karla desde el inicio de la exploración empieza a correr de espaldas, por lo que es interesante ver cómo desde un comienzo toma la decisión de cambiar la manera en la que corremos habitualmente. Las corridas la conducen a realizar los saltos y entradas al piso en los extremos del espacio.

El uso del espacio se da en el plano horizontal, en la dimensión del ancho del salón, donde la amplitud de los traslados es mayor.

De igual manera, hay características que se presentan por los recorridos de los movimientos. Se dibujan círculos en el espacio, por ejemplo; también, los traslados, llevan al cuerpo a la verticalidad, que, desde lo que se ve, parece abandonar por el agotamiento de su cuerpo.

El agotamiento físico en relación a su peso ayuda a encontrar soluciones para ahorrar su energía y descubrir nuevos movimientos. Por ejemplo, cuando caía en la repetición de algún movimiento, el colapso de su cuerpo la obligaba a ceder el peso y, por ende, de manera natural, nuevas formas de moverse aparecían. Además, estas no requerían de un gran esfuerzo físico, lo cual le permitió seguir moviéndose con un flujo continuo. En consecuencia, deja de lado la forma estética a la que está habituada, como piernas estiradas, empeines estirados, líneas corporales, etc. para convertirla en un recorrido de movimientos orgánicos y naturales que nacen de la premisa aunada al agotamiento físico.

Figura 4

Edda explora a través de la premisa “Recorrer el espacio con las acciones de correr, saltar y entrar al suelo de manera libre”



Nota: martes 2 de mayo del 2023. Edda experimenta un desbalance para originar la acción de correr, seguido de un salto que la lleva a ingresar el suelo.

Exploración de Edda

En las corridas de mi exploración, encuentro características específicas. Por ejemplo, de forma circular se llega a ocupar todo el extremo del salón; la corrida inicia desde la cadera,

lo cual provoca el desbalance y obliga a tener que accionar para tener una buena recepción al entrar al suelo. También, se observa que hay que ser más consciente sobre la acción de correr, para que la intención de ir hacia un lugar sea clara, pero al mismo tiempo sea orgánica.

Por otro lado, el agotamiento físico ocasiona que el recorrido por el piso se vuelva más pesado, pues al no tener la energía necesaria, inconscientemente, el cuerpo cede hacia los apoyos para descansar.

Respecto a las otras dos acciones (saltar y entrar al piso) hubo un flujo continuo y velocidad media, apareciendo pausas, lo que aportó dinamicidad a la pieza.

Similitudes entre *Karla* y *Edda*

- En los momentos de entrar al suelo ocurren movimientos similares, como la caída sobre el apoyo lateral de una de las piernas o el deslizamiento sobre una cadera.
- El flujo es libre y constante.
- La velocidad es media y, a ratos lenta, debido al agotamiento físico.
- Se ve poca conciencia en la presencia del movimiento de brazos, que puede suceder por no tomar decisiones previas a lo que se está realizando.
- En el espacio, se dibuja un círculo con el recorrido trazado de los movimientos.

Reflexión

Karla: En esta segunda sesión, pude darme cuenta, tanto en la pasada de Edda como en la mía, de que las respiraciones ayudan a mantener un flujo constante de energía y permiten no cortar el movimiento de forma brusca, así como que al saltar o correr el cuerpo encuentra nuevas formas de llegar al piso. En mi pasada, pude ver que al dejarme llevar y dejar que mi cuerpo siga su impulso, logro tener un flujo ininterrumpido y me lleva a explorar nuevas formas de movimiento. Además, en esos momentos, al aprovechar las respiraciones

para saltar, caigo más ligeramente al exhalar, evitando la pesadez o el impacto al entrar al piso. El no planificar o pensar que haré después permite que mi cuerpo fluya limpiamente.

Edda: En esta exploración, los movimientos de danza que hacíamos Karla y yo fueron muy parecidos; sobre todo, la manera de ingresar al piso y también la forma en que abordamos el espacio, porque ambas corríamos en círculos, y, cuando saltábamos y entrábamos al piso, lo hacíamos en las esquinas del salón y, a veces, en el centro. Creo que, por mi parte, como era una improvisación y no tuve pausas, se me hizo difícil ser consciente de qué partes de mi cuerpo se estaban activando y la proyección de estas. Y por parte de las dos, creo que pudimos aprovechar más las resonancias del movimiento para tener momentos en donde se pueda ahorrar energía y respirar para ser más conscientes de lo que estaba sucediendo en nuestro cuerpo. Por otro lado, la intervención del flujo libre y la velocidad media, sumado al requerimiento de esfuerzo para lograr y encontrar posibilidades nuevas, producen agotamiento físico, este origina la necesidad del organismo de aprovechar la poca energía que le queda para modificar recorridos e iniciar movimientos orgánicos, en consecuencia, los hábitos o técnicas aprendidas quedan en segundo plano.

2.1.3 Práctica de exploración: Tercera premisa

Figura 5

Karla explora a través de la premisa “Uso de la respiración para originar movimiento”



Nota: martes 9 de mayo del 2023. Karla se suspende y cede su peso para formar un recorrido, que finalice en una “escuadra”.

Exploración de Karla

Al comenzar la exploración, se percibía una mayor duda sobre cómo lo debía hacer, al ser la primera vez que trabajaba el movimiento desde la respiración. Por ello, Karla tiene dificultad para reconocer en qué momentos es oportuno exhalar.

A diferencia de las otras sesiones, en esta el originador de movimiento es solo la respiración y, por tanto, la velocidad es más lenta, a fin de buscar la organicidad y relación entre la inhalación, exhalación y los movimientos.

La inhalación produce movimientos contenidos y suspensiones, mientras que la exhalación proyecta los movimientos hacia el espacio y crea staccatos⁴.

Al inicio, el foco de atención se dirige al movimiento y, como consecuencia, el espacio que se utiliza se restringe hacia los extremos; sin embargo, conforme la exploración avanza, se demuestra mayor confianza en la ejecución, por lo que la atención va dirigida hacia otros lados, como a usar, también, el espacio central.

Mientras más se practica esta premisa, se halla mayor organicidad al moverse con la respiración. Por ejemplo, Karla identifica que la exhalación la ayuda a ceder el peso y la inhalación a sostener el movimiento que está habitando y empieza a crear matices entre la velocidad, media y lenta, y el flujo, contenido y libre.

Figura 6

Edda explora a través de la premisa “Uso de la respiración para originar movimiento”



Nota: martes 9 de mayo del 2023. Edda utiliza el apoyo de la planta del pie derecho para realizar un movimiento contenido, después cede su peso, que forma una contracción y se reincorpora para suspender.

⁴ Monyón (2023), menciona que un staccato es un ritmo que se caracteriza por tener movimiento energéticos y rítmicos, en donde se busca la claridad, precisión y definición.

Exploración de *Edda*

En esta exploración, los movimientos tienen un flujo contenido y velocidad lenta. Su interacción con el espacio es indirecta, con recorridos espiralados. A diferencia de anteriores sesiones, en esta se da un mayor número de pausas y movimientos contenidos.

La búsqueda a través de esta premisa no tiene como objetivo principal el movimiento, sino el saber cómo la respiración invita hacia nuevas formas de ocupar el espacio y usar el tiempo, a partir de la reacción del cuerpo.

De acuerdo a los niveles espaciales de los movimientos, se presenta el nivel alto por las suspensiones originadas por la inhalación. De igual manera, aparece la resonancia de los movimientos que influyen en la dirección de la mirada y, finalmente, al momento de exhalar, el cuerpo se relaja y hay menos control sobre esto, dando paso a desbalances.

Similitudes entre *Karla* y *Edda*

- Las pausas, staccatos y movimientos contenidos son acompañados o surgen desde las inhalaciones.
- El flujo libre aparece a partir de la exhalación, ya que el tono muscular se reduce, por lo que el peso cede y lleva al desbalance.
- La velocidad que aparece es lenta.
- Con el uso de la respiración surgen matices más claros.
- Se ha visto un movimiento más orgánico, que realmente surgió partir de esta consigna.
- Se han encontrado pausas activas para aprovechar la poca energía que quedaba, resultante del agotamiento del cuerpo.
- El agotamiento físico no ocurrió al extremo, debido a que la respiración nos ayudaba a manejar mejor la energía del cuerpo.

Reflexión

Karla: En este tercer momento, pude darme cuenta de que la respiración es sumamente importante para mantener un flujo constante, así como para evitar el agotamiento físico. Pude observar que Edda tenía un mejor control de su respiración y noté cómo utilizaba eso a su favor, permitiéndole tener más matices y teniendo un movimiento más honesto. En mi primera pasada, por el contrario, pude ver cómo el no controlar o no saber usar mi respiración hacía que mi movimiento sea lineal, que no haya matices y que me cansé con mayor rapidez. En mi segunda pasada, con el feedback respectivo, aligeré mi movimiento y sentí cómo la respiración me ayudaba a no sobre exigirme al saltar o correr: siento que esta sesión fue la más necesaria en mi proceso.

Edda: Creo que esta exploración ha sido una de las más enriquecedoras para las dos, porque, al guiarnos por la respiración, hemos podido observar por dónde quiere ir nuestro cuerpo, independientemente de lo que nosotras ya conocemos o queremos hacer. El hecho de haber reconocido, en mi caso, que la respiración me sirvió para poder encontrar matices y diferentes temporalidades de movimiento, aportó mucho a mis ideas de creación, porque encontré una herramienta que me va a ayudar a llegar a estos estados de manera honesta. Al presentarse el agotamiento físico el sonido de la respiración era cada vez más fuerte y claro, me ayudó a encontrar la coordinación entre el esfuerzo del movimiento con la inhalación y exhalación. Se empezó a crear una armonía entre el movimiento, flujo, tiempo y la respiración, de manera natural

Así mismo, jugué con la agitación del cuerpo para crear los matices en el flujo del movimiento. Esta me llevó a realizar pausas para transitar entre recorridos de acuerdo a lo que el cuerpo pedía.

2.1.4 Práctica de exploración: Cuarta premisa

Figura 7

Karla explora a través de la premisa “Elegir una cualidad de movimiento para crear un imaginario en el espacio”



Nota: martes 16 de mayo del 2023. Karla construye un espiral, a través del movimiento de su cabeza y aplica fuerza en su pierna derecha para generar un giro y cambiar de dirección,

Exploración de Karla

En esta sesión de exploración, Karla utiliza la cualidad espiralada, es decir, en diferentes partes del cuerpo se forman curvas que de acuerdo al recorrido del movimiento el volumen de estas aumenta o disminuye. Se observa cómo, a partir de su conocimiento en la danza contemporánea, tiene integrados los espirales y puede identificar el recorrido a seguir para plasmarlo en el espacio.

Se construye una relación entre los espirales con los giros que se presentan desde el nivel bajo y alto. La fuerza para realizar estos movimientos nace de las extremidades superiores y el movimiento de la cabeza determina sus direcciones.

En esta exploración, el flujo es continuo y la velocidad media y rápida, dando origen a las resonancias de los movimientos, que se van convirtiendo en el inicio de otros nuevos.

Los recorridos de sus movimientos forman círculos en el espacio y ocupan, en mayor parte, el centro del salón, sin usar traslados.

Los momentos de pausa son escasos debido al flujo continuo; por ello, se experimenta agotamiento físico, pero, pese a esto, el uso de la respiración le permite seguir moviéndose.

En esta premisa, Karla reconoce y tiene mayor conciencia de lo que ha elegido y de sus movimientos. Por ejemplo, respecto a buscar los espirales desde el recorrido que forman sus movimientos en el espacio como sobre los espirales del cuerpo que construyen los movimientos. Se vio una mayor comodidad y disfrute en esta sesión.

Figura 8

Edda explora a través de la premisa “Elegir una cualidad de movimiento para crear un imaginario en el espacio”



Nota: martes 16 de mayo del 2023. Edda origina una ondulación, que, por el desequilibrio, lleva a trasladarse en el espacio y termina el recorrido entrando al suelo.

Exploración de Edda

En esta exploración, la movilidad de la cabeza, el cuello y la espalda actúan en conjunto, lo que permite que aparezcan ondulaciones en el cuerpo y haya conciencia sobre el recorrido del movimiento.

La velocidad fue media y con flujo contenido y libre, esto permitió crear matices y explorar en las resonancias.

La mirada se proyecta hacia el espacio y, a la vez, hay mayor conciencia sobre los movimientos que se realizan y cómo se los está habitando. En cuanto al espacio, se ocuparon los extremos y el centro del salón y hubo un constante cambios de frentes, pareciendo darle más volumen al movimiento.

Se presentan repeticiones en los movimientos, que, al ser agotadas, hacen surgir nuevas entradas al piso y movimientos en el suelo, que no habían sido explorados en sesiones

previas. Este hallazgo cobra gran relevancia, ya que el agotamiento de un paso permitió llegar hacia nuevos recorridos.

Similitudes entre *Karla* y *Edda*

- Velocidad media.
- Flujo contenido y libre.
- Reconocimiento y uso de las resonancias de un movimiento para originar otro.
- Predominancia de círculos en el espacio a partir de sus movimientos.
- Conciencia sobre el concepto elegido.
- El flujo continuo origina movimiento como consecuencia de las resonancias de los movimientos, esto provoca que haya una ausencia de pausas en el desarrollo de esta práctica.

Reflexión

Karla: Mi improvisación me da la impresión de que bailo hacia el sol. Puedo reconocer que, por ejemplo, mis brazos van acariciando la superficie plana mientras todo mi cuerpo se encuentra haciendo un espiral. Otro escenario que me vino a la mente fue mi cuerpo dentro de un tornado o remolino, ya que estos no se detienen y no se desplazan después de un movimiento, sino que siguen el rastro que dejó el anterior movimiento, lo que hace que sea infinito el recorrido, sobre un mismo lugar y que nunca acabe. Mientras que la improvisación de Edda me hizo imaginar el mar, porque se refleja en su movimiento la resonancia de las ondas en su cuerpo y también, el hecho que se mueva en el espacio a través de las ondas, me recuerda el recorrido de las olas, que nunca para y siempre van cambiando su lugar.

Edda: El ver moverse a Karla desde una cualidad específica y que la manera en cómo la muestra en el espacio sea clara, hizo que mi atención se dirigiera hacia la fluidez que tenía para desarrollar sus movimientos, sentía que no había ningún estancamiento. El fin de uno era el inicio de otro y estos seguían apareciendo de manera continua. Y cuando yo experimenté

mi movimiento, me di cuenta que, a diferencia de Karla, yo me enfocaba en originar ondas, pero conforme fue avanzando la exploración empecé a llevar mi atención hacia qué partes del espacio me llevaba las resonancias de las ondas, e inconscientemente, y como parte del recorrido empecé a crear un imaginario, que me situaba en un espacio de donde el cuerpo me llevaba hacia un lugar y luego quería escapar hacia otro. Mi cuerpo inmediatamente buscaba trasladarse de un lado a otro sin pausas.

2.2 Composición coreográfica de “Cuerpos en movimiento”⁵

2.2.1 Primera escena (00:00 – 02:20 min.)

Figura 9

Karla y Edda desarrollan la primera escena de la coreografía, en la muestra “Cuerpos en movimiento”



Nota: sábado 26 de agosto del 2023. Karla y Edda aplican el material para dar origen a contrastes, desbalances y contacto físico

Al inicio de la sesión práctica, se seleccionan los movimientos que se van a realizar, a partir de las posibilidades y la comodidad de nuestro cuerpo al ejecutarlos. Asimismo, se definen sus características con base en las que habían aparecido con mayor frecuencia en las exploraciones, como velocidad media y flujo libre. Todo esto con el fin de tener los cimientos para comenzar a armar la composición coreográfica.

De acuerdo a la afinidad de cada una, se seleccionan las características recurrentes en el desarrollo de las premisas; por ejemplo, a partir del uso de la respiración para originar

⁵ Enlace de muestra coreográfica:

<https://drive.google.com/file/d/1iVSIeHiiLHzj0Kq50LBh0rSWNYDIS9pn/view?usp=sharing>

movimiento, se balancean los brazos, lo que propicia desbalances y el nacimiento de los traslados, corridas y saltos.

Para la coordinación de movimientos entre ambas, en esta primera parte, se utiliza la respiración como medio de escucha, definición de los tiempos de cada movimiento y definición del inicio y fin de las frases coreográficas.

También, se incluye la interacción física entre nosotras, puesto que en las exploraciones individuales surgieron movimientos y formas corporales que pueden unirse para crear figuras o imágenes en el espacio y romper, así, con la individualidad que se había estado trabajando en el espacio.

Características de la primera escena

- La respiración se usó como recurso musical.
- La inhalación se utilizó para sostener los desbalances que conducían hacia las corridas.
- Las actividades en dúo permitieron que cada bailarina interviniera el espacio de la otra para sostenerse mutuamente y encontrar diferentes apoyos.
- Se usó el recorrido circular que había surgido en una de las exploraciones, así como la presencia de movimientos en los extremos del salón.
- Hubo presencia del término “ondulante” en los movimientos usados.
- Se eligieron, previamente, los pasos que habían surgido en las exploraciones previas.

2.2.2 Segunda escena (02:20 – 5:17 min.)

Figura 10

Karla y Edda desarrollan la segunda escena de la coreografía, en la muestra “Cuerpos en movimiento”



Nota: sábado 26 de agosto del 2023. Karla y Edda aplican el apoyo de manos junto con la parte externa de la pierna izquierda y realizan entradas al suelo y saltos en el espacio.

En la segunda escena, se utiliza el material⁶ de la secuencia inicial (presentada en la primera escena), cambiando el orden y temporalidad de estos, con el objetivo de crear una nueva frase.

El flujo libre surge por su constancia en las exploraciones y el contenido aparece por el estímulo del cuerpo para recuperar la movilidad.

Por otro lado, el tiempo de los fraseos se organiza con velocidades medias y lentas (que son las que aparecieron en las exploraciones), originando contraste y dinamicidad en la coreografía.

Asimismo, se seleccionan los movimientos que aparecieron y fueron recurrentes en las premisas “correr, saltar y entrar al piso”, con el propósito de que cada una construya una secuencia basándose en los movimientos encontrados, para usarlos como traslados en el espacio.

⁶ Burrows (2010), usa el término “material” para describir los movimientos individuales o secuencias cortas encontradas por una improvisación, que luego se unen para crear una coreografía. También se refiere al término material como lo que sucede en el espacio entre dos movimientos.

Por otro lado, se hace uso de la premisa “moverse sobre el apoyo de manos” para construir una secuencia con la intención de diferenciar cómo cada una se apropia de los movimientos, siendo este uno de los objetivos al realizar el dúo.

Características de la segunda escena

- Flujo contenido y libre.
- Secuencia inicial, pero en diferente orden, con la propuesta de agotar los movimientos.
- Se usó la variación de velocidades (lenta, media y rápida) con el fin de crear un contraste entre el movimiento de Karla y el mío.
- Uso de la premisa “correr, saltar y entrar al piso”.
- Uso de los extremos y centro del espacio según lo encontrado en las exploraciones.
- La elección de movimientos espiralados encontrados en las sesiones anteriores.

Figura 11

Karla y Edda desarrollan la tercera escena de la coreografía, en la muestra “Cuerpos en movimiento”



Nota: sábado 26 de agosto del 2023. Karla y Edda construyen una interacción física mediante movimientos y la mirada, esto sucede en un espacio más reducido.

2.2.3 Tercera escena (05:17 – 07:05 min.)

En la tercera parte de la coreografía, se trabaja con base en la interacción entre Karla y yo, con presencia de la premisa de apoyar continuamente las manos en el suelo. También se agotan secuencias que ya se han realizado en la primera escena.

Asimismo, se incluyen pausas en los movimientos, con el fin de reconocer el agotamiento físico que se experimenta en el cuerpo y ser conscientes de la relación entre la coreografía y el espacio.

Hay una reducción en el uso del espacio, que se propone a partir de la forma en la que Karla lo utilizó en la premisa “elegir una cualidad de movimiento para crear un imaginario”.

Por otro lado, ocurren interacciones entre los cuerpos, construidas por los hallazgos de las exploraciones; por ejemplo, la respiración como medio de escucha y la posibilidad de unir los recorridos de los movimientos de cada una, teniendo como apoyo el cuerpo de la otra. El objetivo fue exponer la razón de haber realizado un dúo: mostrar que un cuerpo que se mueve de manera individual puede ser intervenido por otro.

La conciencia corporal trae como consecuencia la intervención de un cuerpo con el otro, es decir, reconoce que está compartiendo su kinesfera con otra persona; por ende, tiene que ser consciente de los movimientos y ceder hacia los del otro (cuando sea necesario), para que haya un entendimiento y evitar los impactos; se busca una conexión y amabilidad entre ambos.

Características de la tercera escena

- Flujo sostenido y continuo.
- Velocidad media y lenta.
- La presencia de pausas acompañada de la respiración.
- Inclusión de dinámicas de dúo.
- El uso de la respiración como guía de los tiempos de los movimientos.
- Reducción del uso del espacio, hacia el centro y la frontalidad.

Capítulo 3. Análisis de la composición coreográfica “Cuerpos en movimiento”

3.1 Análisis del agotamiento

En la composición coreográfica “Cuerpos en movimiento”, se seleccionan movimientos observados en las exploraciones. Estos son usados en diversas partes de la coreografía, siendo alterados en lo que corresponde al flujo, tiempo y dirección; ello con la finalidad de formar más de una frase que contenga los mismos movimientos, pero con diferente orden, cualidades y temporalidades. Entonces, el agotamiento de una idea y la insistencia en la repetición de estas con intervención de alteraciones en el flujo, tiempo y espacio, conduce a un determinado repertorio de movimientos.

En este proceso de insistir y agotar los movimientos y las frases coreográficas, se observa, es verdad, cierto desorden (cambios en el tiempo, niveles y direcciones en que ocurren los movimientos), pero estos traen, como consecuencia, nuevas ideas creativas para la composición coreográfica.

Para Colodro:

El orden y el caos son parte del movimiento infinito de la materia, en que el orden logra articularse y ocupar un espacio a pesar del caos interminable en que germina. El desorden tiende su proyección natural a ordenarse en el tiempo y el orden naturalmente se desordena a la larga (2002, p.30).

El agotamiento de una idea es parte del proceso por el que un movimiento que tiene un orden o parámetro determinado pasa por el caos o desorden, convirtiéndose en una acción diferente, que, al nuevamente agotarse, volverá a experimentar un cambio y así sucesivamente.

Asimismo, este proceso creativo llega a límites, que son útiles para encontrar nuevos puntos de partida. Cabe resaltar que estas limitaciones aparecen desde la perspectiva personal

del coreógrafo, quien tiene la decisión de cambiar el rumbo de la idea propuesta, conservando relación con lo agotado, o seguir insistiendo.

En la composición de esta pieza, por ejemplo, se llega al límite del agotamiento de la individualidad (físicamente, los cuerpos estaban separados), lo que lleva a seguir con el proceso creativo estableciendo una relación entre lo agotado y un nuevo inicio, que da lugar a dinámicas en donde los cuerpos entran en contacto.

Esta idea surge porque, por un lado, el material coreográfico permite realizar dinámicas en dúo, por el otro, al agotarse las ideas en la individualidad, se decide probar hacerlo juntas.

Al momento del contacto, se reduce la velocidad en el movimiento para ceder el peso de manera amable, se enfatiza la respiración para escucharse una con la otra y se respeta el espacio que están ocupando.

Es importante reconocer que, en el agotamiento de una idea, ocurren limitaciones que contribuyen o dificultan el proceso creativo; en caso sea una dificultad mayor, el coreógrafo tiene la oportunidad de proponer una idea totalmente nueva como solución. Sin embargo, es preferible no abandonar el trabajo realizado y construir una relación entre la idea ya agotada y la nueva.

Asimismo, los hábitos preconcebidos se convierten en restricciones, que dificultan seguir la búsqueda del movimiento en la premisa, pero, al mismo tiempo, le puede dar mayor imaginación de cómo resolver esta dificultad. Por otro lado, esta restricción lleva a la repetición de movimientos que puede dar origen a uno nuevo.

En este trabajo, se entiende que el agotamiento de una idea resulta más útil cuando el bailarín se compromete y se apeg a la consigna, es fiel a sus objetivos y respeta la propuesta original del coreógrafo. Así, de manera orgánica, brinda distintas herramientas o material compositivo, lo cual da como resultado que la construcción de una coreografía se vuelva más

sencilla y se aproveche al máximo lo que una idea o movimiento puede originar si se insiste en él.

En ese sentido, Duran (1993) menciona que el coreógrafo tiene herramientas fundamentales para armar su estructura coreográfica, como lo son los bailarines y su movimiento, las relaciones de espacio, la dinámica y el tiempo. Estos son usados en la pieza.

La coreografía está conformada por movimientos realizados en las exploraciones. El uso del espacio se da teniendo en cuenta dos factores: primero, los traslados son circulares debido a la frecuencia de estos en las exploraciones; y segundo, la distribución de los cuerpos en el espacio tiene el objetivo de mostrar el contraste entre las cualidades de movimiento, que también se vieron en las exploraciones. Asimismo, en lo que atañe al tiempo de la velocidad, al entender el agotamiento de una idea como estar en continuo movimiento, esta velocidad es media, con la finalidad que el cuerpo mantenga su energía hasta el final de la pieza (además de ser la velocidad más recurrente en las exploraciones).

Por consiguiente, el agotamiento de una idea aporta en tres aspectos clave. Primero, entender que de un solo movimiento o consigna puede armarse una frase coreográfica y una coreografía. Segundo, pese a afrontar complicaciones como el no saber qué más hacer, la diversidad de material obtenido en las exploraciones permite crear un nuevo comienzo y empezar a trabajar con este. Por último, el material (movimientos, cualidades, recursos coreográficos) hallado en el agotamiento hace que la creación sea más sencilla, al brindar variadas opciones de creación, siempre y cuando en la exploración los participantes se apeguen a la idea que van a agotar.

Por ejemplo, el agotamiento en lo coreográfico ha intervenido en diferentes elementos, como el cuerpo y el tiempo.

Con respecto al uso del cuerpo se define al resolver las preguntas sobre ¿cómo este es tratado?, ¿cuál es su cualidad de movimiento?, ¿qué movimientos son las bases de la coreografía? y ¿de qué manera estos iban a ser modificados para crear nuevos recorridos?

Lo primero que se observa es que, al repetir una premisa, empiezan a surgir movimientos orgánicos del cuerpo y se alejan de la técnica dancística. A partir de esto, el cuerpo comienza a recordar su organicidad, por ende, surgen pausas, en las cuales el bailarín experimenta qué está pasando dentro de él.

Esto concuerda con la idea de André Lepecky (2009), en su libro *Agotar la danza*, en donde la danza se relaciona con estar constantemente en movimiento, y existe una preocupación por la exhibición y agitación de los cuerpos danzantes con el objetivo de mostrar estilos, técnicas y configuraciones para evaluar el valor estético de la danza. Y cuestiona la búsqueda constante por lo estético y la muestra de este en escena.

En la muestra coreográfica “Cuerpos en movimiento” se ha desarrollado en forma orgánica y natural los movimientos y recorridos, como propone este autor.

Es por esto, que los movimientos de la coreografía se inclinan más hacia recorridos que no necesitan sobreesfuerzo para realizarlos sino, que son cómodos para el cuerpo, sin una sobre exigencia más allá de la velocidad y del flujo.

Se busca alcanzar el espacio, seguir el ritmo y transmitir las cualidades elegidas, es decir, se enfoca en otros factores que no son solo el movimiento; esto se debe al mismo concepto de agotamiento, de ideas y físico, que permite potenciar otros aspectos coreográficos para vitalizar y enriquecer la coreografía.

El autor Ernesto Ortiz (2014) menciona que el cuerpo se construye a través de su masa, peso y su relación con la gravedad, lo cual da origen a algo natural, sin “adornos”, por ende, se separa o aleja de las disciplinas que buscan que el cuerpo se construya de una determinada manera.

En el agotamiento de una idea, el cuerpo tiene relación con el tiempo y este se relaciona con la gravedad, en donde las velocidades rápidas coinciden con los movimientos en caídas mientras que las velocidades lentas, con las suspensiones. Por ende, el tiempo también se acerca a la organicidad del movimiento y del cuerpo en relación con la gravedad.

En consecuencia, la velocidad está de acuerdo a la gravedad y actúa naturalmente sobre el movimiento, por lo que, no hay necesidad de implementar cuentas numéricas.

Por otro lado, las pausas, que surgen por el agotamiento, permiten experimentar el movimiento que sucede dentro de nuestro cuerpo; ya que, en la danza no solo se mueven las extremidades, también, están en movimiento los músculos, órganos y huesos, es decir todo el organismo interno.

En conclusión, el agotamiento es tratado como una herramienta compositiva, que, a través de la insistencia y repetición de una premisa, permite obtener material diferente (como variedades de flujo, tiempo y espacio) de manera orgánica, generando ideas creativas en la composición de la pieza.

3.2 Análisis del flujo

En la composición “Cuerpos en movimiento”, hay movimientos recorriendo el espacio y otros en un lugar fijo. Cuando aparecen los recorridos en el espacio, se observa que el flujo es libre, a diferencia de que cuando los cuerpos están en un lugar fijo, este es contenido.

La presencia del flujo libre se da por dos motivos. En primer lugar, como una decisión de la coreógrafa, por ser una característica recurrente en las sesiones previas. En segundo lugar, porque al realizar las frases se observa que la respiración es la que guía el flujo; es decir, estos dos se relacionan entre sí y uno sucede en función del otro.

Por consiguiente, mientras mayor es el traslado y más tiempo dura la frase, la respiración (inhalación y exhalación) es más rápida y constante, lo que hace que el movimiento sea continuo y el flujo sea libre. En cambio, cuando el cuerpo se encuentra en un

espacio fijo, la reacción del cuerpo es aprovechar el tiempo para modular su respiración y, por ende, el flujo es contenido, dando como resultado mayor control sobre la respiración y los movimientos.

Para el bailarín y coreógrafo Paul Cohan (1989), la palabra respiración es usada en el arte de la danza para darle una calidad de fluidez al movimiento, una calidad “airosa” o “respirada” por decirlo de manera más coloquial (como se citó en Ruiz Casas, 2020, p.45).

Las cualidades de movimiento que se utilizan en la coreografía son fluidez y ligereza, con el fin de que cada movimiento tenga una relación con el anterior para lograr una armonía entre ellos. Los entrevistados presentes en la muestra coreográfica coinciden con lo mencionado, expresando:

- “El flujo es sobre todo uno libre, a pesar de los acentos y staccatos” (E. 1).
- “El flujo se ve en la continuidad y coherencia de los pasos” (E. 2).
- “Percibí un flujo constante durante la muestra, el tiempo también se veía afectado no solo por lo planeado o coreografiado previamente, sino, también, por las repeticiones de los movimientos y la respiración, ya que esto a lo largo de la propuesta variaba, quizá por el agotamiento físico, pero mantenía su flujo” (E. 3).

No obstante, a pesar de que el flujo es libre, aparecen momentos de pausa, lo cual permite notar el agotamiento físico. Como señalan Heywood, Sabado, y De Leon (2012), se entiende agotamiento como la pérdida de vitalidad que causa que las personas no puedan realizar ejercicios de manera efectiva (como se citó en Amador et al., 2016, p.122). Es por esto que, al usar el flujo libre y el movimiento continuo en las exploraciones, las pausas surgen de manera orgánica por la pérdida de energía, que, luego, en la composición se fijan como parte de esta con tres fines: recuperar la energía, ser conscientes del movimiento y permitir experimentar el agotamiento físico.

Notamos, como resultado, que el flujo libre y movimiento continuo tienen por consecuencia el agotamiento físico y desgaste de energía, que se recupera a través de pausas en el movimiento, con posibilidad de que después de la pausa nazca el flujo contenido, con intención de recuperar progresivamente la movilidad del cuerpo. Esto se convierte en la razón por la cual la coreografía contiene los dos tipos de flujo: siendo el principal el libre; y el contenido, un recurso secundario. Asimismo, la experimentación y aceptación de haber gastado la energía y recuperarla (si bien no es generalizada), es decisión de la coreógrafa.

El agotamiento físico al que llegan las bailarinas es una característica de la pieza, con la que se logra llegar al máximo de energía para que orgánicamente se hagan movimientos más lentos y pausados, que forman matices.

La presencia fue diferente dado a que la exigencia física hace que la bailarina preste atención a su cuerpo, a las necesidades que está teniendo, su mente está enfocada en rendir lo que el coreógrafo le ha pedido y a estar atenta al espacio para no interrumpir a su compañera. Permite que el cuerpo esté activo y presente.

3.3 Análisis del tiempo

En la coreografía, la velocidad en relación al tiempo es media y en la transición de una frase a otra es lenta. Durand (1993) define el término transición como un puente de carácter formal, utilizado para unir dos secciones diferentes, que se encuentran dentro de una misma composición, con el fin de mantener la continuidad. La velocidad lenta en las transiciones contribuye a que las bailarinas encuentren un momento de calma, en donde puedan escucharse una a la otra y que esto sea un recurso para encontrar armonía entre sus cuerpos.

Por ejemplo, en una parte de la coreografía, sucede que una de ellas olvida la frase que continúa, pero aprovecha la transición y la velocidad lenta para observar a su compañera y poder recordar la coreografía.

El uso de velocidad lenta para las transiciones de esta coreografía surge a partir de las exploraciones, en donde las resonancias actuaron como conectores del final de un movimiento con el inicio de otro, similar a la función de las transiciones en una coreografía. Se hizo evidente la relación entre las transiciones y las resonancias, como recorridos que unen un final con un comienzo; es por ello que la misma velocidad que surge en las resonancias de las exploraciones se usa para las transiciones de una frase a otra en la coreografía.

“La resonancia de una estructura o cuerpo es el aumento en la amplitud de movimiento en un sistema debido a la aplicación de fuerza pequeña en fase con el movimiento” (Almedia et al., 2015, p. 430). Con esto, corresponde precisar que se sabe que resonancia y transición tienen distintas definiciones y son elementos disímiles; sin embargo, en esta coreografía, por medio del uso de la velocidad lenta, se ha creado una unión entre el concepto de transición y el de resonancia.

Igualmente, se encuentran matices entre los movimientos, debido a que en las exploraciones previas hay momentos en los que no se sabe qué más hacer y se busca una velocidad lenta para tener tiempo de encontrar un nuevo movimiento que solucione este estancamiento. Es decir, hay desaceleración y aceleración de manera orgánica y funcional, formando matices y momentum en el movimiento.

Estos últimos se seleccionan para darle dinamicidad a la coreografía, sostener los movimientos y proyectarlos, con la finalidad de aprovechar todo el recorrido que estos forman y poder ser consciente de cómo estos atraviesan el espacio.

Una vez más se reafirma que las limitaciones dan la oportunidad de buscar soluciones, produciendo el hallazgo de recursos ya existentes en la práctica de la danza, pero originados por un nuevo proceso o camino, que, como resultado, enriquecen la coreografía con nuevos elementos.

Por otro lado, está presente el contrapunto. Durand (1993) lo define como el juego de dos líneas independientes que se complementan e interactúan entre sí de manera paralela u opuesta. En esta coreografía, el contrapunto es originado por la alteración de temporalidad en una misma secuencia, la cual puede originar un abanico de sensaciones, calidades y cualidades.

Por ejemplo, en un momento de la coreografía, el contrapunto se genera cuando hay un cuerpo haciendo una estructura de movimiento en una velocidad rápida, mientras que el otro realiza la misma secuencia, pero en una velocidad lenta: es la alteración de la temporalidad la que origina los contrapuntos de la coreografía. Asimismo, cuando la velocidad del movimiento es lenta se percibe un tono bajo, suavidad, delicadeza y amabilidad como cualidades del movimiento; mientras que, cuando la velocidad es rápida, el tono muscular es alto y se observa un movimiento fuerte, directo, lineal e intenso. Esto se debe a que el tono y la velocidad se relacionan, actúan y aparecen en función al otro.

Entonces, cuando en esta coreografía se habla de cambios en la estructura o frase de movimiento no se hace referencia, necesariamente, a su configuración, sino a la modificación de su temporalidad, estableciendo una nueva oportunidad para crear el contrapunto.

En la danza, algunos coreógrafos definen el ritmo de la coreografía a través de cuentas o por el ritmo de sonidos externos. Para Durand (1993), el ritmo es la conciencia del tiempo en el que sucede el movimiento. En esta pieza no se trabaja a través de cuentas ni con música, sino se toma, por elección, la respiración como recurso sonoro, es el motor de la organización rítmica con la cual se va a definir el inicio, el final y el tiempo de cada movimiento y de cada escena.

El ritmo se da por la sonoridad de la respiración (inhalación y exhalación); a causa del agotamiento físico esta es más notoria a medida que la coreografía va avanzando. En

consecuencia, se encuentra un ritmo que permite la coordinación de los movimientos entre las bailarinas; esto no es originado intencionalmente, sino que nace de forma orgánica a través del esfuerzo del cuerpo por seguir oxigenando y poder seguir danzando a pesar del desgaste físico.

Esta agitación ayuda a jugar con el ritmo del movimiento, hacer que los pequeños sean más intensos, y al mismo tiempo, sean más ligeros. Igualmente, permite establecer el tiempo en el que suceden.

Otra consecuencia a favor es la visualización en el rostro del desgaste físico, de una manera natural se forman gestos por el estado de nuestro cuerpo, que da a la obra un contexto menos teatral y más corporal y orgánico.

Para la autora Ana I. Lázzaro (2013), el movimiento en sí mismo contiene una musicalidad; en otras palabras, no tiene una dependencia de factores externos. Sin embargo, no niega que sea posible tener como apoyo sonoro la música, ruidos, voces, entre otros elementos. Dichos sonidos exteriores crean un diálogo con el cuerpo en movimiento y son aportes que ayudan a reforzar el ritmo y los acentos.

Por consiguiente, el uso de los sonidos que son provocados por la inhalación y exhalación son un tipo de musicalidad originada por el esfuerzo de los movimientos, el ritmo de estos, de los fraseos y de la coreografía. Asimismo, es una forma en la que las bailarinas pueden identificar un inicio y fin.

Además, permite definir el tiempo de los movimientos y su duración. Asimismo, que los matices sean dados por las alteraciones de la respiración, y los cambios de ritmo o staccatos aparezcan como consecuencia de la agitación o cansancio. Es decir, se puede decidir sobre el tiempo, modificarlo, alargarlo, cortarlo, siempre y cuando ayude al cuerpo a mantener la energía.

El uso de la respiración como un elemento compositor también ocasiona que los cuerpos estén atentos entre sí, aun cuando la respiración es imperceptible, inconscientemente conecta a los bailarines mediante el sonido de sus cuerpos, que sirve como guía para la coreografía.

3.4 Análisis del espacio

Blom y Chaplin afirman:

Un cuerpo existe en el espacio... se mueve en el espacio... está contenido por el espacio. El lugar y el diseño de una bailarina en el espacio, la dirección y el nivel en el que se mueve, y su actitud hacia el espacio, ayudan a definir la imagen que está creando. Su enfoque y la forma en que da forma al espacio son partes integrales del espacio. El espacio es el lienzo 3D dentro del cual el bailarín crea una imagen dinámica (1982, p. 31).

Es decir, en todo espacio existe un cuerpo que experimenta el movimiento o la quietud, enfoque que se da en esta coreografía. El espacio ocupado desde el movimiento se organiza mediante las direcciones, los niveles y el diseño espacial.

Las direcciones en la coreografía son distintas (de acuerdo a lo surgido en las exploraciones), estas permiten observar que, aún en los mismos movimientos, la percepción visual no es la misma. Por ejemplo, en la premisa “elegir una cualidad de movimiento para crear un imaginario en el espacio”, al realizar los movimientos ondulantes, cuando son realizados hacia el frente, se nota cómo la ondulación afecta a la columna, desde la región lumbar hasta la torácica; mientras que, cuando el cuerpo está en dirección hacia la lateralidad del espacio, se observa cómo el abdomen reacciona a las ondulaciones (expansión y contracción), algo que no se vio en la otra dirección.

Unas direcciones diferentes a la frontalidad, observadas en las exploraciones, son las diagonales. Estas se dirigen hacia los puntos limítrofes del espacio, trazan el perímetro en la mente del bailarín. Dicho de otro modo, definen el espacio en el que puede moverse.

Las diagonales son utilizadas para dirigir al cuerpo hacia un punto del espacio, que, en esta coreografía, sucede hacia los extremos, lo cual provoca la determinación de la anchura y profundidad del espacio. Por eso, se usan como guías, puesto que el lugar donde se realizan los ensayos es más pequeño que el de la muestra.

Los niveles espaciales que se usan para realizar el movimiento son: el alto, debido a la elaboración de saltos, suspensiones y elevaciones, presentes en las exploraciones; y el bajo, por los movimientos que se eligen a partir de una de las premisas. El nivel medio también está presente, pero como una manera de transitar entre los dos anteriores. Blom y Chaplin (1982) menciona, a ese respecto, que el nivel medio es la transición entre lo bajo y alto, que mantiene relación con ambos.

El tránsito entre estos dos niveles, de manera inconsciente, le da dinamicidad y armonía a la pieza, puesto que, en movimientos donde los cuerpos, valga la redundancia, se mueven aleatoriamente (en diferentes niveles, velocidad y direcciones), sucede que las transiciones hechas en el nivel medio crean un punto en común entre las diferencias.

Se ilustra esto cuando las bailarinas se encuentran de espaldas una contra la otra (con la indicación de detener sus traslados y utilizar las pausas para realizar movimientos en los niveles altos y bajos) y surge el uso del nivel medio, que es el punto de encuentro entre los cuerpos, que empiezan a bailar de manera individual y, a medida que avanza la pieza, el espacio de separación se reduce. Allí, se observan las calidades de movimiento de cada una, construyendo estructuras corporales o figuras que forman armonía entre ellas: de ahí el nombre “Cuerpos en movimiento”.

Por otra parte, aparecen las pausas en el movimiento y estas crean otro tipo de relación del cuerpo con el espacio, pues, aunque visualmente el cuerpo no se esté moviendo, aún existe interacción con el suelo desde los puntos de apoyo. Estos movimientos imperceptibles para los demás construyen una relación, específicamente, entre el cuerpo del bailarín y el espacio.

Estas pausas suceden en la verticalidad y, a pesar de que no se realizan desplazamientos, se mantiene el diálogo con el espacio. Por ejemplo, en la interacción de la planta del pie con el suelo, este último es utilizado como apoyo por lo que pueden ocurrir pequeños movimientos del pie con la finalidad de acomodar su peso y mantenerse firme en su posición. De igual manera, la extensión y contracción del pecho, como consecuencia de la respiración, interactúa con el plano transversal del espacio.

Otro punto importante es la mirada, que, en la primera y segunda escena, se direcciona hacia el recorrido del movimiento, mientras que, en la tercera, se aprovecha para observar todo el espacio, a fin de ser conscientes de dónde están bailando e introducir esa conciencia como elemento de la coreografía.

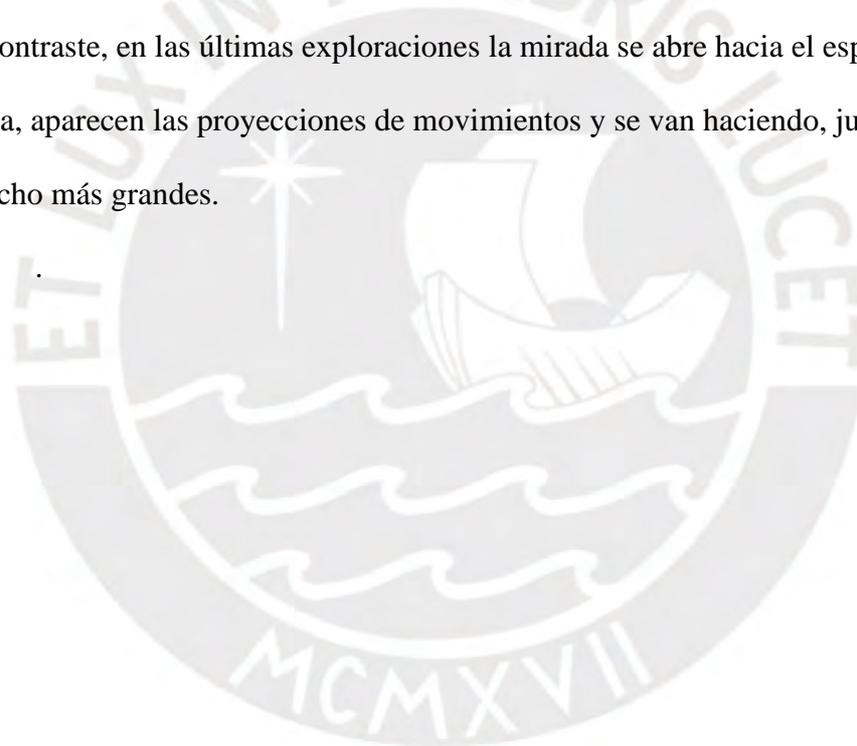
Asimismo, la mirada permite habitar el espacio, que es fundamental para que el público también se introduzca en el ambiente, debido a que es el elemento que el bailarín y espectador están compartiendo en ese momento.

La dirección de la mirada, en la coreografía, se dirige mayormente hacia el espacio con el fin de proyectar las resonancias de los movimientos, conectar a las bailarinas y al mismo tiempo transmitir una intención al espectador. Hay pocos momentos en donde surgen las miradas entre ambas, debido a que gran parte de los encuentros son de espalda; sin embargo, cuando ocurren estos pequeños encuentros, la mirada permite reconocer cuatro puntos importantes, el primero, observar que hay otro cuerpo bailando y ser consciente de estar acompañada; el segundo, vivenciando al mismo tiempo sensaciones; tercero, visualizar

a quien es parte de la rítmica de la coreografía; y cuarto, originar pausas con el fin de reconocer, por un momento, al otro, de manera orgánica y natural. Todo esto alimenta una conexión personal o grupal que sucede entre las bailarinas, se llega a formar un lazo entre ellas.

Por otro lado, la relación entre la mirada y el espacio lleva a que la proyección de los movimientos sea más grande y, con esto, lo sea el espacio también.

Como mencionan Blom y Chaplin, “un bailarín puede hacer infinito el pequeño espacio de un escenario” (1982, p. 157). Esto se observa en las primeras exploraciones: cuando la mirada se dirige hacia el suelo, los movimientos son pequeños y el espacio se reduce; en contraste, en las últimas exploraciones la mirada se abre hacia el espacio y, en consecuencia, aparecen las proyecciones de movimientos y se van haciendo, junto con el espacio, mucho más grandes.



Conclusiones

El uso del agotamiento como premisa compositiva es una herramienta que permite llegar a la creación de un nuevo proceso coreográfico, “Cuerpos en movimiento”, mediante sesiones de exploración y, a través de la búsqueda de variass las posibilidades y combinaciones posibles, que resulta en un determinado repertorio de movimientos y variaciones del flujo, tiempo y espacio.

En cuanto al proceso creativo, quiero empezar comentando que el orden y el caos son parte del movimiento infinito de la materia, en el que el orden logra articularse y ocupar un espacio a pesar del caos interminable donde germina. Al respecto, comparto esta cita: “el desorden tiende, su proyección natural, a ordenarse en el tiempo y el orden, naturalmente, se desordena a la larga” (2002, p.30). Así, el agotamiento de una idea trae el caos, que significa “state of total confusión with no order” [un estado de confusión total sin orden] (Cambridge Dictionary); esto implica un desorden de la estructura del movimiento (por ende, una alteración del flujo, tiempo y espacio), un desorden que aparece debido a la premisa de agotamiento para salir de lo conocido y, en consecuencia, generar nuevas ideas para la composición coreográfica, como recorridos, calidades y cualidades.

Antes de continuar, preciso hacer hincapié en la importancia del compromiso del bailarín, pues se espera sea fiel a las premisas y se alinee a los objetivos propuestos por el coreógrafo/a. para lograr una organicidad en la composición coreográfica.

Ahora, en cuanto al flujo de la pieza, predomina el libre, que permite traslados en todo el espacio, y se instala la relación con la respiración, siendo esta rápida y con un ritmo en el que no surgen matices. Por otro lado, se alternan algunos movimientos de flujo contenido, cuando los cuerpos están en un lugar fijo a consecuencia de una pausa necesaria para

recuperar la respiración y tener mayor control sobre el cuerpo, con la intención de recuperar progresivamente la movilidad.

Respecto al tiempo, una de las características de la coreografía es usar la velocidad media y, en las transiciones de una frase a otra, la lenta. Esta contribuye a que las bailarinas encuentren un momento de calma, puedan escucharse y crear armonía entre ellas.

En esta pieza, hay contrapunto; las dos bailarinas realizan la misma estructura, pero con alteración de la velocidad. Mientras una de ellas en un extremo del espacio hace movimientos rápidos, su compañera en el extremo opuesto ejecuta movimientos lentos.

El ritmo se da por la sonoridad de la respiración, es el medio por el cual se articulan de inicio a fin los movimientos, las frases y la coreografía.

En lo que concierne al uso del espacio en la pieza, es ocupado desde el movimiento, se organiza mediante las direcciones, los niveles y el diseño espacial. Las direcciones son frontales y diagonales, se alternan para realizar los mismos movimientos en distintos ángulos, para visualizar diferentes partes del cuerpo y crear diversas imágenes en el espacio para dar dinamicidad en la repetición. Las diagonales fueron útiles para determinar la anchura y profundidad del espacio.

Los niveles espaciales son altos y bajos. El nivel medio está presente como una manera de transitar entre los mencionados. Por otro lado, sucede que las transiciones hechas en este nivel crean un punto en común frente a las diferencias.

En las pausas en el espacio, ocurren movimientos imperceptibles que construyen un diálogo con este elemento, como el contacto de los pies en el suelo para mantener el equilibrio (plano vertical) y la contracción y extensión del pecho al respirar (plano

transversal). La relación que se construye y mantiene es, únicamente, entre la bailarina y el espacio.

La mirada en el espacio permite habitarlo, originando que la proyección de los movimientos sea más grande y, por ende, el espacio también. A partir de las exploraciones, se reconoce que la dirección de la mirada hacia el suelo reduce la proyección y volumen de los movimientos; mientras que, cuando se dirige a los extremos del espacio, ocurre lo contrario, los movimientos son grandes y tienen más alcance.

Experiencia personal

Quiero finalizar mencionando que, en mi experiencia, he tenido dificultad para continuar algunos procesos creativos, me quedaba sin ideas y tenía la percepción que repetir el mismo material podía originar aburrimiento en el bailarín o el espectador. Sin embargo, este trabajo de investigación me ha enseñado que cuando se aplica la insistencia o repetición en la exploración se llega al agotamiento, pero en lugar que esto llegue hacia un punto muerto y marque un final, empiezan a surgir nuevas propuestas o ideas, como consecuencia de lo que se está haciendo, que no hubieran aparecido de otra forma. Esto puede hacer más sencillo y orgánico el proceso de creación, ya que la búsqueda en el movimiento, siempre en constante cambio, da como resultado infinitas variedades de uso de los materiales coreográficos (flujo, tiempo, espacio y movimientos).

Para mí, el material, que se obtiene a partir de premisas, responde a dos preguntas: con qué cuento para componer y el porqué de las decisiones que elijo sobre cómo lo utilizo. La importancia de esto es que me permite tener un orden para crear y que encuentre yo misma el sentido a mi composición. Asimismo, he aprendido que cuando se trabaja sobre una

propuesta, se debe aprender a respetarla y no juzgarla con dureza, porque el valor que se le otorga va construyendo la identidad del artista.

Por último, como creadora de un dúo coreográfico, creo que es importante que el coreógrafo/a. tenga apertura y disponibilidad de escuchar ideas, opiniones y sugerencias de los intérpretes, pues, aunque no sean quienes toman las decisiones, son parte de la construcción de la pieza coreográfica; debe haber un diálogo amable y respetuoso entre ellos.

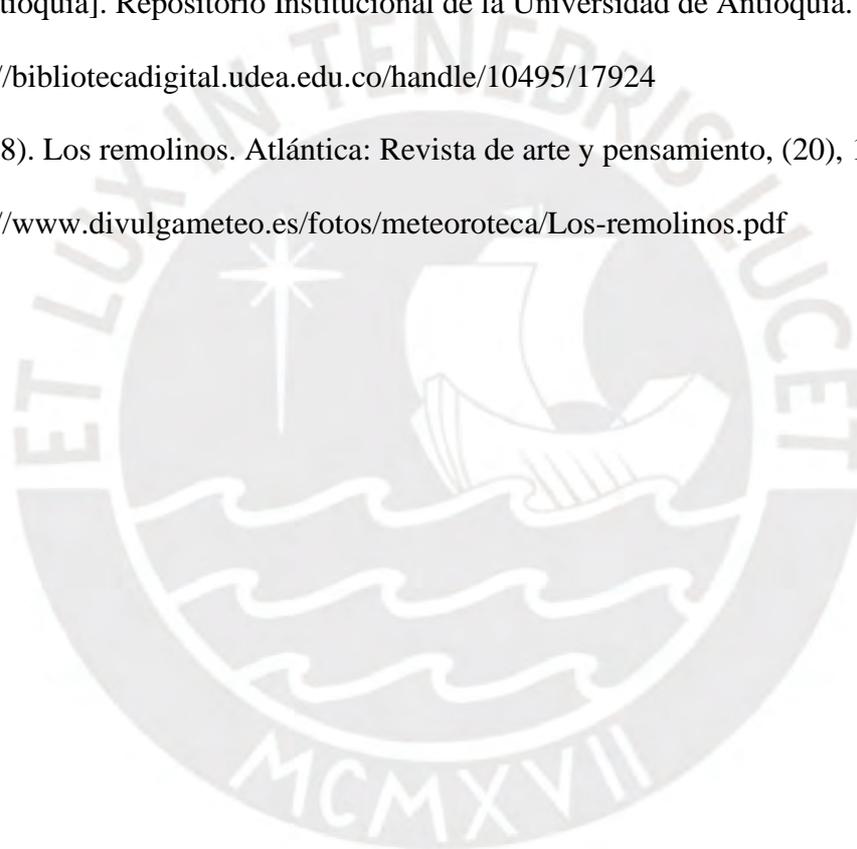


Referencias bibliográficas

- Almeida, S., Di Tada, I., Escudero, C., Gatica, A., Auregui, S., Mieri, Z., Solas, S., Olivia, C., Truzzoli, V. (2015). Resonancias entre técnica e improvisación; a propósito de la interpretación y la enseñanza. *Memoria académica, compartimos lo que sabemos*, p. 429-435. https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.15352/ev.15352.pdf
- Amador, B., Montero, C., Beltran-Carrillo, V. J., Gonzales-Cutre, D., & Cervello, E. (2016). Ejercicio físico, agotamiento, calidad de sueño, bienestar psicológico e intención de práctica de actividad física. *Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*, 12(1), 121-127. <https://www.redalyc.org/pdf/3111/311148817012.pdf>
- Blom, L. A., & Chaplin, L. T. (1982). *The Intimate Act. of Choreography*. University of Pittsburgh Pre.
- Bocanegra, C. M. (1988). Factores de movimiento. *A contratiempo: revista de música en la cultura*, (3), 62-65.
- Burrows, J. (2010). *A Choreographer's Handbook*. Routledge.
- Cambridge University Press Assessment (2021). *Cambridge Dictionary*. Reino Unido.
Recuperado de: <https://dictionary.cambridge.org/dictionary/english/chaos?q=chaos+>
- Colodro, M. (2002). *Reflexiones sobre el caos*. Editorial Universitaria: El saber y la cultura.
- Dallal, A. (1999). Exploraciones sobre la construcción y la reconstrucción de coreografías. *Anales del Instituto de Investigaciones Estéticas*, (21), 235-250.
<http://www.analesiie.unam.mx/index.php/analesiie/article/view/1873/1858>
- Deleuze, G. (1996). El agotado. *Confines*, 99-105.
- Duran, L. (1993). *Manual del coreógrafo*. DANZA/INBA/CONACULTA.
- Gualancañay, K. J. M. (2023). Construcción de una secuencia de movimientos a partir del personaje diablo mayor en el ejercicio escénico “Diablo de hojalata”. [Tesis de

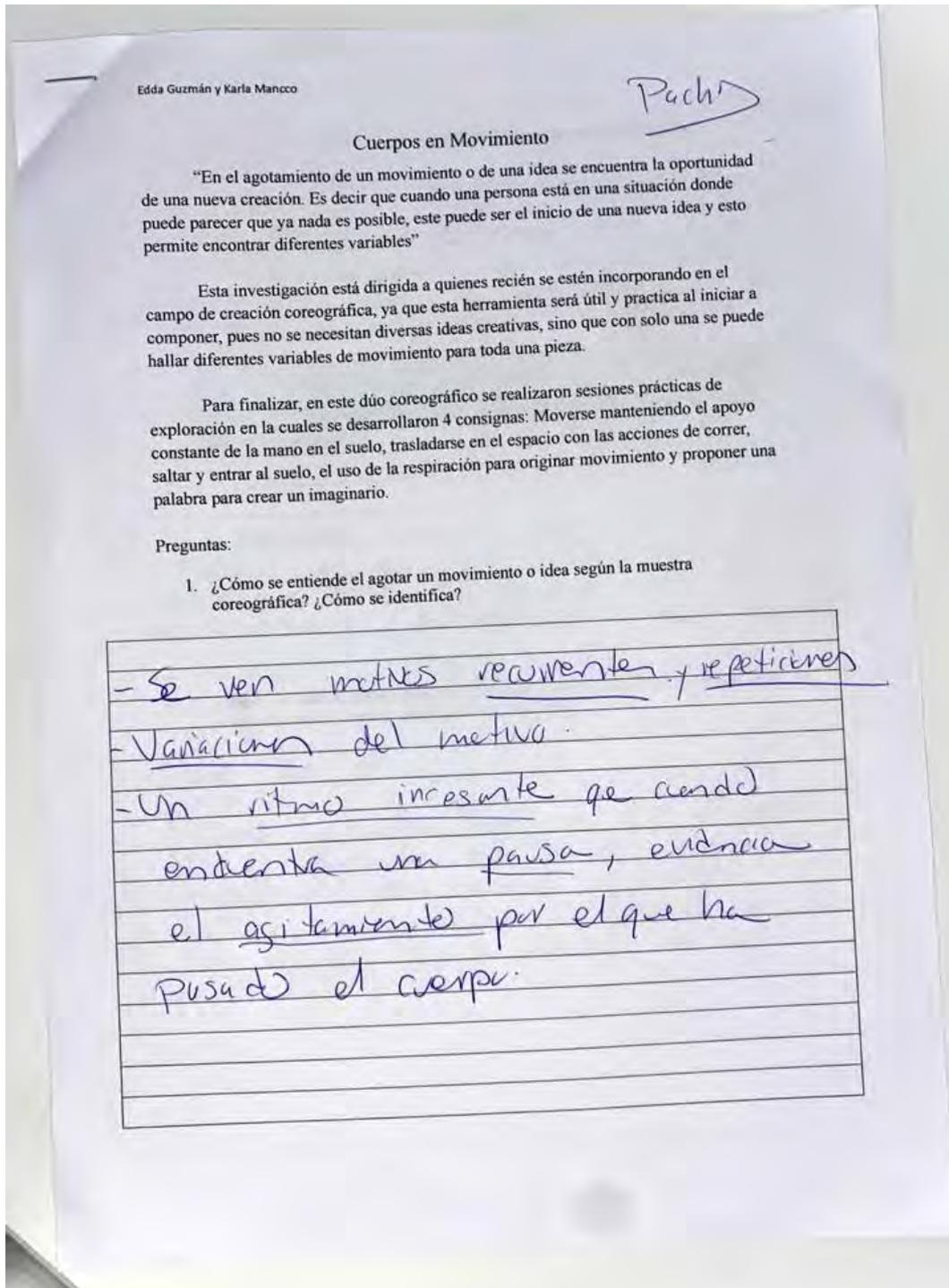
- pregrado, Universidad de Cuenca]. Repositorio Universidad de Cuenca.
<http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/42904/1/Trabajo-de-Titulación.pdf>
- Huezo, T. M. (2021). Factores de movimiento. *Revista Nuevo Humanismo*, 9(2), 57-68.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8217724>
- Kaeppler, A. L. (2003). La danza y el concepto de estilo. *Desacatos* (12), 93-104.
https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1607-050X2003000200007
- Lázzaro, A. I. (2013). Espacio y tiempo: materialidades simbólicas en el arte coreográfico contemporáneo. *El Ornitorrinco Tachado*, (1), p. 47-55.
https://ri.conicet.gov.ar/bitstream/handle/11336/8883/CONICET_Digital_Nro.11132.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Lepecki, A. (2009). Agotar la danza: performance y política del movimiento. Centro Coreográfico Galego.
- Loupe, L. (2011). *Poética de la danza contemporánea*. (F, Lera, Trad., 1ª. ed.). Ediciones Universidad Salamaca (Obra original publicada en 1997).
- Martínez, M. Á. (2018). Danzad, danzad, malditos. El agotamiento de los cuerpos y el agotamiento de la danza. En J. Peris, *Cultura e imaginación política* (págs. 157-169). ADEHL.
- McHose, C. (2006). Phenomenological Space: I'm in the space and the space is in me—interview with Hubert Godard. *Contact Quarterly*, 31(2), 32-38.
- Molinuevo, J. S., y Martín -Abril, M. B. (2010). Danza, arquitectura del movimiento. *Apunts. Educación física y deportes*, (101), 99-107.
https://www.researchgate.net/publication/277267788_Danza_arquitectura_del_movimiento

- Ortiz, E. (2014). El desplazamiento del “cuerpo significativo” en la danza contemporánea. *Tsantsa. Revista de Investigaciones artísticas*, (2).
- Ros, A. (2009). Laban Movement Analysis. Una herramienta para la teoría y la práctica del movimiento. *Estudis escènics: quaderns de l'Institut del Teatre*, (35), 350-357.
https://redit.institutdelteatre.cat/bitstream/handle/20.500.11904/584/EE_vol_3334_Laban_Movement_Analysis_cas.pdf
- Ruiz, K. J. (2020). *Respira: práctica consciente para la danza*. [Tesis de pregrado, Universidad de Antioquia]. Repositorio Institucional de la Universidad de Antioquia.
<https://bibliotecadigital.udea.edu.co/handle/10495/17924>
- Satz, M. (1998). Los remolinos. *Atlántica: Revista de arte y pensamiento*, (20), 100-104.
<https://www.divulgameteo.es/fotos/meteoroteca/Los-remolinos.pdf>



Anexos

Anexo 1. Resolución del cuestionario hecho a María Paz Valle Riestra (E.1)



2. ¿Cómo se vio reflejado el tiempo, el flujo y el espacio en la coreografía presentada?

- El tiempo se siente como uno que no cesa, a pesar de las pausas y variantes en la velocidad. Es como si hubiera un metrónomo interno.
- El flujo es sube todo un libre, a pesar de los acordes y silencios.
- la sensación general sobre el uso del espacio es que es un envolverte. El espacio entre los bailarines se convierte en imputante (distintos grados de proximidad)

3. ¿Según lo visto se puede encontrar una relación entre la muestra coreográfica se relaciona con la presente investigación? ¿Por qué?

- Claro que sí.
- Algunas premisas/consignas son tóxicas. La que resalta es la del uso de la respiración para generar movimiento. Ha menos evidente a agotada en la del apoyo de la mano en el suelo.

Anexo 2. Resolución del cuestionario hecho a Micaela Guzmán (E.2)

Edda Guzmán y Karla Mancco

Cuerpos en Movimiento

“En el agotamiento de un movimiento o de una idea se encuentra la oportunidad de una nueva creación. Es decir que cuando una persona está en una situación donde puede parecer que ya nada es posible, este puede ser el inicio de una nueva idea y esto permite encontrar diferentes variables”

Esta investigación está dirigida a quienes recién se estén incorporando en el campo de creación coreográfica, ya que esta herramienta será útil y práctica al iniciar a componer, pues no se necesitan diversas ideas creativas, sino que con solo una se puede hallar diferentes variables de movimiento para toda una pieza.

Para finalizar, en este dúo coreográfico se realizaron sesiones prácticas de exploración en las cuales se desarrollaron 4 consignas: Moverse manteniendo el apoyo constante de la mano en el suelo, trasladarse en el espacio con las acciones de correr, saltar y entrar al suelo, el uso de la respiración para originar movimiento y proponer una palabra para crear un imaginario.

Preguntas:

1. ¿Cómo se entiende el agotar un movimiento o idea según la muestra coreográfica? ¿Cómo se identifica?

El agotamiento del movimiento se entiende con el cambio de paso. El agotamiento de la idea es el cambio de la consigna.
El agotamiento de un paso es la motivación para la nueva creación.
El agotamiento es el impulso a la creatividad.

2. ¿Cómo se vio reflejado el tiempo, el flujo y el espacio en la coreografía presentada?

El flujo se ve en la continuidad y coherencia de los pasos.

Se ha logrado en un determinado espacio hacer toda la presentación.

3. ¿Según lo visto se puede encontrar una relación entre la muestra coreográfica y la presente investigación? ¿Por qué?

Si, porque muestra como la repetición de un movimiento, basándose en determinadas condiciones se puede crear una coreografía.

Anexo 3. Resolución del cuestionario hecho a Adriana Piedra (E.3)

Edda Guzmán y Karla Manco

Cuerpos en Movimiento

"En el agotamiento de un movimiento o de una idea se encuentra la oportunidad de una nueva creación. Es decir que cuando una persona está en una situación donde puede parecer que ya nada es posible, este puede ser el inicio de una nueva idea y esto permite encontrar diferentes variables."

Esta investigación está dirigida a quienes recién se estén incorporando en el campo de creación coreográfica, ya que esta herramienta será útil y práctica al iniciar a componer, pues no se necesitan diversas ideas creativas, sino que con solo una se puede hallar diferentes variables de movimiento para toda una pieza.

Para finalizar, en este dúo coreográfico se realizaron sesiones prácticas de exploración en la cuales se desarrollaron 4 consignas: Moverse manteniendo el apoyo constante de la mano en el suelo, trasladarse en el espacio con las acciones de correr, saltar y entrar al suelo, el uso de la respiración para originar movimiento y proponer una palabra para crear un imaginario.

Preguntas:

1. ¿Cómo se entiende el agotar un movimiento o idea según la muestra coreográfica? ¿Cómo se identifica?

Perdí en un inicio que la idea de agotar el movimiento o premisa se enfocaba principalmente en lo que podía surgir a partir del cansancio físico. Sin embargo, también entendí que esta idea se trasladaba o enlazaba con el trabajo de premisas, la repetición y el agotamiento de las mismas para seguir creando, continuar con el movimiento propuesto y explotarlo.

En la muestra se pudo observar en el trabajo en dúo el persistir en el trabajo de la respiración, así como los cambios que surgían en diálogo con el movimiento.

2. ¿Cómo se vio reflejado el tiempo, el flujo y el espacio en la coreografía presentada?

PERUBI UN FLUJO CONSTANTE DURANTE LA MUESTRA, EL TIEMPO TAMBIÉN SE VEÍA AFECTADO NO SOLO POR LO PLANEO O COREOGRAFADO PREVIAMENTE SINO, TAMBIÉN POR LAS REPETICIONES DE ^{LOS} MOVIMIENTOS Y LA RESPIRACION. YA QUE ESTO A LO LARGO DE LA PROPUESTA VARIABA, QUIZÁ POR EL AGOTAMIENTO FÍSICO, PERO MANTENIA SU FLUJO. EL ESPACIO ENTRE AMBAS ~~ACTORES~~ INTERPRETES SE OBSERVABA COMO UN LUGAR AMPLIO, LIBRE Y DE CONEXION. ESTOS EN LA CLARIDAD Y LIBERTAD QUE APARECÍA EN LA REPETICION SE MANTUVIERON Y LE BRINDABA A LA PROPUESTA UNA CALIDAD AEREA.

3. ¿Según lo visto se puede encontrar una relación entre la muestra coreográfica se relaciona con la presente investigación? ¿Por qué?

SÍ, PORQUE LA PROPUESTA MOSTRADA LOGRA EVIDENCIAR EL TRABAJO DE AGOTAMIENTO DE CERTAS PREMISAS A LO LARGO DE UN TRABAJO COREOGRAFICO, CON DISTINTOS ELEMENTOS Y CON OTRA PERSONA EN ESCENA.