

**Registro de la Observación de las Principales Disociaciones a nivel del
Movimiento de cinco participantes del curso semanal de Biodanza y su
proceso evolutivo**

Rosa Gómez

Agosto de 2005

CONTENIDO

2. PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN: ¿Cuáles son las disociaciones más frecuentes que presentan los cinco asistentes al curso semanal de Biodanza y su proceso evolutivo?
3. DESCRIPCIÓN DE LA INVESTIGACIÓN: Esta investigación se realizó a través de un registro de observación de las categorías del movimiento tales como:
 - a. *RITMO*: Es la sucesión regular, periódica cadenciada del movimiento. Ritmo es orden. El movimiento rítmico se caracteriza por ser cadenciado y preciso, y por inducir autoafirmación. El ritmo es considerado el criterio musical más primitivo. En orden de complejidad creciente, se sitúan la melodía y la armonía. El ritmo activa el centro instintivo.
 - b. *ÍMPETU VITAL*: Es la disposición al movimiento y a la acción, el impulso a realizar propósitos. En sentido existencial es el impulso a vivir, el coraje para enfrentar la vida. Su contrario es la falta de motivaciones para vivir.
 - c. *FLUIDEZ*: Es la continuidad del movimiento. Los movimientos de fluidez comprometen todo el cuerpo en un proceso de deslizamiento sensible en el espacio, de modo que se produzca una conexión táctil con el aire. Uno de los efectos más importantes de los ejercicios de fluidez de Biodanza es la desaceleración y armonización orgánica. La fluidez es una categoría del movimiento contraria a la rigidez. El movimiento fluido es continuo y se desarrolla como olas en constante transformación. Facilita la integración motora y la expansión de la conciencia.
 - d. *EXPRESIVIDAD*: Los movimientos expresivos se originan en impulsos interiores cargados de emoción. La expresividad humana se manifiesta desde el nacimiento y corresponde a una necesidad profunda. El primer modo de expresión es espontáneo,

traducción del dinamismo del organismo que vive su presencia en el mundo.

- e. *CAPACIDAD DE CONTACTO*: Se refiere a la facilidad para aproximarse a otra persona, tocarla con cuidado y dar y recibir caricias.
- f. *SINERGISMO*: Representa la acción conjunta y coordinada de diferentes estructuras y sistemas que participan en la realización de una única acción. Por ejemplo, hay sinergismo entre los sistemas simpático y parasimpático, entre los hemisferios cerebrales derecho e izquierdo, entre los miembros durante la marcha.
- g. *LEVEDAD*: El movimiento leve tiene poco peso, no fatiga, es delicado, la persona que danza con levedad tiende a sentirse sin peso, como elevándose suave, sin sufrir los efectos de la fuerza de gravedad. La levedad es una categoría del movimiento contraria a la pesadez. La levedad es una característica del elemento aire. Entre sus equivalentes psicológicos encontramos la ascensión y la expansividad. Las personas que simbólicamente tienen mucho aire como componente del carácter, o sea, que tienen levedad, manifiestan gran capacidad imaginativa y de comunicación.
- h. *SINCRONIZACIÓN*: La sincronización requiere escuchar la música, seguir el ritmo y al mismo tiempo, percibir los movimientos del compañero. Es la capacidad de entrar en correspondencia, acuerdo, armonía.
- i. *POSTURA*: Es el resultado de la actitud frente a la existencia. Podemos distinguir tres tipos básicos de postura según la posición de la cabeza, del pecho y de la pelvis.
- j. *ARMONÍA*: Es la sincronización de todos los movimientos en conjunto que expresan un movimiento armónico integrado.

4. OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

Observar las principales Disociaciones Corporales a nivel del movimiento por medio de las categorías del mismo a través de un Registro de Observación en cinco participantes al curso semanal en Biodanza en su proceso evolutivo.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- a. Seleccionar y definir las categorías del movimiento a observar tales como: ritmo, sinergismo, fluidez, eutonía, levedad, ímpetu vital, capacidad de contacto, postura y armonía.
- b. Completar a cada participante del grupo de Biodanza el registro de observación durante ocho sesiones a observar en este proceso evolutivo de los cinco casos seleccionados.
- c. Recopilar los fundamentos teóricos con relación a la teoría del movimiento, propuestas que miran la búsqueda de un núcleo emocional en el movimiento. Lapierre, Laban, Leboulch, y relacionarla con la teoría del movimiento desde la Biodanza.
- d. Comparar las diferentes técnicas propuestas desde el movimiento, y ubicarlas dentro del modelo sistémico del movimiento propuesto por Rolando Toro.
- e. Realizar una evaluación de resultados a partir del diario de observación y del cuadro de las categorías del movimiento que me permitirán llegar a unas conclusiones con relación a las disociaciones del movimiento desde un abordaje holístico del ser humano.

5. DELIMITACIÓN

El registro de observación se realizará en el curso semanal de Biodanza que se da los martes de 7:00-9:00 pm en la Escuela Colombiana de Biodanza, clase dictada por Miryam Sofía López. La población seleccionada es de cinco asistentes al curso semanal enfocado como vivencia en su proceso personal.

6. ÍNDICE TEMÁTICO DEL MARCO TEÓRICO

CAPÍTULO 1

Teorías del Movimiento

- André Lapierre
- Rudolf Laban
- Jean Le Boulch

CAPÍTULO 2

Técnicas propuestas desde el movimiento

- Eutonía. Gerda Alexander
- Técnica Alexander
- Método Feldenkrais
- Body Mind Centering (B.M.C.) (Integración Mente Cuerpo)
- Biodanza

7. JUSTIFICACIÓN

Es claro que las propuestas en el medio con relación al movimiento son limitadas, como dice Rolando Toro, llegó la hora de plantear seriamente la necesidad de una ciencia del movimiento, la creencia de que la ciencia del movimiento es apenas psicomotricidad, ha retardado el acceso a una Concepción Integrativa, la autoestima y la función del vínculo hacen parte de toda esta complejidad del movimiento. Está entonces la revalorización del cuerpo como un aspecto de la Totalidad de la Experiencia Humana, donde el cuerpo vivenciado, el sistema del yo como yo corporal de acuerdo con Spitz, comienza al final del tercer mes de vida.

Al igual que nuestra respiración, nuestros movimientos reflejan nuestras emociones y nuestros pensamientos. Darle toda esta visión al movimiento representa necesariamente meterse en la vía de las pulsiones de los deseos primitivos, del inconsciente y reencontrar el cuerpo y el movimiento en toda su significación afectiva. *Leclair* que la cultura se esfuerza en ignorar.

Aceptar y reconocer esas pulsiones de vida, verlas en su nivel más primitivo, es decir, en el ámbito corporal, sin "rechazarlas" sino al contrario dejándolas expresarse, favoreciendo su evolución progresiva hasta los medios más abstractos de expresión.

8. DISEÑO

INVESTIGACIÓN ACCIÓN PARTICIPATIVA

Participar activamente no equivale sólo a presenciar lo que ocurre, sino que supone implicarse en la actividad estudiada. En general, aproximarse a la "realidad social" intentando observarla de modo directo, entero y en su complejidad, sin artificios ni simplificaciones y en el momento en que acontecen los fenómenos a estudiar. Poder contrastar lo que se dice o se escribe, con lo que se hace, poder redefinir y reencauzar la indagación durante la obtención de datos son, igualmente características ventajosas de la metodología en que se inscriben las distintas variedades de observación participativa, yo participo activamente de la investigación desde la observación participativa en las vivencias del grupo.

INDICE TEMÁTICO

TEORÍAS DEL MOVIMIENTO

A continuación vamos empezar a hacer una síntesis de todas las teorías del movimiento que tienen una propuesta desde lo emocional para finalmente hacer una relación desde la Biodanza.

TEORÍA DE RUDOLF LABAN

En comparación con lo que sucede a este respecto sobre las demás artes, nuestro conocimiento en el arte del movimiento es hartamente exiguo. En tanto que todos los demás artes han dejado testimonios bajo la forma de edificios, pinturas, manuscritos de poesía y de música, el arte del movimiento de las épocas anteriores se ha desvanecido, sin dejar más vestigios que descripciones accidentales en palabras, que son inadecuados para ofrecer un cuadro del movimiento, o en coreografías que en realidad nadie puede descifrar.

Aun así, la herencia total del arte del movimiento a lo largo de la historia es tan escasa que difícilmente se le pueda ocurrir al gran público que existe una relación entre los cambios en la vida social y la danza. El estudio metódico de las formas de movimiento contenidas en la danza y de su repercusión en los diferentes campos de la vida pública apenas ha comenzado. Parece, por consiguiente, que el hombre moderno debe crear su propio arte del movimiento, y puede verse un comienzo de esto en aquellas formas de danza contemporánea que los norteamericanos, con ello los demás países de habla inglesa, llaman “danza moderna.

Las danzas han tenido en todos los tiempos una profunda vinculación con los hábitos de trabajo de los periodos en los que surgieron o fueron creadas. Hacia mediados del siglo XVIII (1760) un hombre extraordinario, Jean Georges Noverre, un maestro de ballet francés, se apartó intuitivamente de las danzas cortesanas de su época.

Como quiera que haya sido, Noverre fue el primero en descubrir que tanto los antiguos bailes campesinos como las diversiones de la realeza eran inadecuadas para el hombre de los centros industriales en surgimiento. Lo que hizo en la práctica fue abolir los antiguos trajes de escena, los tocados y los decorados que impedían el libre flujo del movimiento. Creó de *ballet d action*, en el cual encontraron expresiones ya no de reverencias ceremoniosas y los detalles sutiles sino toda la gama de las pasiones humanas. Pero, en mi opinión, su mayor hazaña fue haber enviado a sus discípulos a las calles, los mercados y los talleres para que estudiaran los movimientos de los contemporáneos en lugar de copiar los modales cortesés de príncipes y cortesanos. Los movimientos de estos últimos eran sin duda alguna encantadores y mostraban una gran perfección estética. Lo esencial era, sin embargo, que les faltaba vida o, más bien, vinculación con la vida rumorosa de las ciudades plélicas de representantes de una raza, los primeros antepasados del hombre industrial.

Fue en la industria donde se inició la investigación del movimiento. Al hacerse evidente que los procesos laborales de una era mecanizada son profundamente diferentes de los periodos prerrevolucionarios de la civilización europea, se realizaron varios intentos para adaptar los movimientos del trabajador a las nuevas necesidades.

Isadora Duncan. Ella estaba convencida de que la liberación del movimiento de las cadenas de los hábitos tradicionales podía lograrse sólo merced del retorno a las formas de danza de los periodos anteriores de su historia, y especialmente a las formas de danza de movimiento de la Antigua Grecia.

Al liberar el cuerpo del bailarín del exceso de ropa, que obstaculiza el flujo del movimiento, Isadora Duncan contribuyó de manera considerable a la tendencia del hombre contemporánea a superar su timidez, manifestada en el ocultamiento del cuerpo. El principio logro de Isadora Duncan fue, sin embargo, haber reanimado una forma de expresión de la danza que podría denominarse lírica, a diferencia de las formas primordialmente dramáticas del ballet. No había un argumento detrás de sus danzas, eran, como ella misma las definió, la expresión de la vida de su *alma*.

Isadora Duncan volvió a despertar el sentido de la poesía del movimiento en el hombre moderno. En una época en que la ciencia, y en especial la psicología, procuraban abolir radicalmente cualquier idea de "alma", esta bailarina tuvo el valor de demostrar con éxito que existe en el flujo del movimiento humano un principio ordenador que no puede explicarse mediante los acostumbrados fundamentos racionalistas. Como educadora se interesó especialmente en la influencia que la ejecución reiterada de movimientos similares tiene en la actitud externa e interna del hombre hacia la vida.

El movimiento, considera hasta entonces, al menos en nuestra civilización, como un sirviente del hombre utilizado para alcanzar un propósito práctico extrínseco, se demostró como un poder independiente que crea estados mentales con frecuencia más poderosos que la voluntad humana. Este descubrimiento fue bastante desconcertante para una época en la cual los logros externos mediante el poder de la voluntad parecían ser el objetivo supremo de las luchas y afanes de la humanidad.

En la era preindustrial de nuestra civilización los artesanos y los campesinos poseían una vida de intenso movimiento. En cada una de sus labores todo el cuerpo estaba ocupado, en distintos momentos, en las tareas completamente disímiles que cada hombre debía realizar. Tenían que pensar, porque cada uno era el organizador de su propio oficio. La obtención de la materia prima, la compra, el transporte, el propio proceso productivo y la venta estaban a cargo de un solo y mismo hombre. El trabajador industrial de la actualidad no sólo se ha especializado en una de estas tareas, sino en una determinada función de esa tarea, con frecuencia una sucesión de movimientos relativamente simples que tiene que realizar desde la mañana hasta la tarde a largo de toda su vida. Tiene que pensar, pero dentro de una muy restringida esfera de intereses.

La danza ha reingresado en nuestros días al reino de las artes e incluso las formas históricas han vuelto a la vida gracias a la necesidad, intuitivamente percibida por casi todos de obtener, si no inspiración, al menos información respecto de una de las características más poderosas de la estructura corporal y mental del hombre: el

movimiento. El arte del movimiento se utiliza en escena en el ballet, la pantomima, el drama, y en cualquier otro tipo de actuación, incluyendo el cinematográfico. Todas las formas de danza social, bailes campestres o de salón y demás, constituyen parte del arte del movimiento, al igual que un gran número de juegos, mascaradas y muchas otras diversiones.

El arte del movimiento está contenido en todas las ceremonias y rituales, y forma parte de las cualidades del orador en cualquier tipo de oratoria y de acto público. Nuestra conducta diaria está reglada por ciertos aspectos del arte del movimiento, y lo mismo ocurre con gran parte del comportamiento y de la actividad de los niños en la escuela.

En lugar de estudiar cada movimiento particular, se puede comprender y practicar el principio del movimiento. La gran variedad de operaciones en las más de 18.000 ocupaciones del hombre moderno exige el estudio y el dominio del común denominador de los esfuerzos técnicos incluidos en toda acción laboral. El común denominador es el flujo de movimiento. El instrumento esencial que se puede ofrecer al educador en la danza moderna es la perspectiva universal sobre los principios del movimiento.

La segunda tarea de la educación, y no la menos importante, es preservar la espontaneidad del movimiento y mantenerla viva hasta la edad de dejar la escuela y, aún más allá, en la vida adulta. Es conveniente tratar de comprender los esfuerzos instintivos del niño por su autodesarrollo.

Los primeros esfuerzos del bebé son los movimientos ligeros del cuerpo. El bebé, es obvio, sabe cómo poner en movimiento su cuerpo-máquina, capacidad que es un don natural común a todos los seres vivos. Lo que el niño aprende en su autoaprendizaje instintivo aunque perseverante no es tanto la apreciación del movimiento cuanto el dominio de formas de actividad cada vez más complejas.

La primera actividad del bebé consiste en mover sus miembros. Al apartar las piernas del centro del cuerpo y lanzar golpes con los brazos va aflojando la posición esférica, en forma

de balón, que el cuerpo adopta durante el estado embrionario. Esta es una acción natural que, aunque realizada de manera instintiva, tiene una finalidad evidente. Si bien el bebé no conoce esta finalidad, se ve impulsado a realizar la acción repetidas veces hasta que mantener el cuerpo extendido se vuelve para él tan natural como la anterior posición enroscada. Lo interesante para el investigador de la danza es la gran semejanza entre este rebullir inicial del ser humano y el primer salto de danza que el niño intenta hacer unos años más tarde. Las danzas primitivas de los adultos tal como aún se las ve entre los nativos de otros continentes, muestran también el mismo principio fundamental del movimiento de dar puntapiés y golpes con los brazos.

El bebé ejercita una función de su aparato neuromuscular, en tanto que el niño que baila, y también el adulto primitivo, desea vencer la gravedad en sus arrebatos de suspenderse en el aire, lejos del suelo. Al estudiar a un bebé durante sus primeros meses de vida, observamos que sus movimientos son bilaterales, ambas piernas patean simultáneamente; el movimiento independiente de uno de los lados del cuerpo sólo se adquiere o aprende con posterioridad. El peso de los miembros se supera mediante la utilización de un grado relativamente elevado de fuerza muscular. Aunque el bebé no imita los movimientos que observa en esta temprana edad, responde prontamente a los estímulos, cuando patea y cuando más tarde se extiende para alcanzar un objeto en movimiento.

El estirarse continuamente para alcanzar cosas surge sólo en ese período contemplativo en el que el niño cobra mayor conciencia del mundo maravilloso que lo rodea. Al hacer su aparición los primeros intentos de locomoción realiza toda clase de estiramientos flexibles y continuos. Es en este período cuando los movimientos muestran un cierto flujo, lo que significa que podemos discernir al comienzo algunos movimientos contenidos, y luego otros más fluidos, todo lo cual revela un evidente control y una regulación de las combinaciones de esfuerzos.

En las primeras etapas de la vida todos los movimientos incluyen un gran número de articulaciones hasta tal punto que el rebullir del cuerpo nunca está confinado a una sola. Cuando el niño puede pararse y caminar divertimos cambios en su elección de

movimientos. Todavía repite acciones rítmicas por el duro placer del movimiento y sin ninguna otra razón aparente de carácter externo. Esto se percibe en los continuos brincos, relacionados a veces con un constante batir de brazos: el niño goza del ritmo del sonido que hace y de ahí surge el impulso espontáneo de bailar.

Considerando la falta de un real propósito práctico o útil en estas actividades tempranas, se puede decir que el único fin es el deseo instintivo del niño de desarrollar sus esfuerzos. El aumento de los esfuerzos en número, intensidad y refinamiento es la expresión de la energía interna y viviente. El *esfuerzo* es el denominador común de las diversas pugnas del cuerpo y la mente que se hacen perceptibles en la actividad infantil. Los esfuerzos esporádicos se desarrollan naturalmente gracias al juego y se refinan con posterioridad por medio de la disciplina de la danza. La danza es una actividad en el cual el nacimiento y el florecimiento espontáneo de los esfuerzos se preservan hasta la edad adulta y, en verdad, cuando se los alienta adecuadamente, durante toda la vida.

Hemos afirmado que la danza alivia la sensación de malestar provocada por la represión del rebullir general del cuerpo que se produce cuando se ponen en acción articulaciones aisladas. Señalamos que ésta es una de las causas del impulso de bailar. Los niños crecen hasta convertirse en individuos con características definidas, predilecciones y aversiones. Cuando jóvenes aprenden a imitar y, lo que es más importante, a dejarse influir por las ideas adultas. Al adquirir, a veces forzosamente, el ideal adulto que la relativa inmovilidad, pierden su espontáneo impulso de bailar, lo que equivale a perder la oportunidad de equilibrar su creciente hábito de emplear esfuerzos aislados.

En las primeras etapas existe siempre el peligro de perder la espontaneidad infantil por un exceso de corrección, y de permitir la entrada furtiva de la falta de naturalidad como resultado de la superposición de concepciones adultas sobre el movimiento. El maestro debe procurar la combinación feliz de la mente y el cuerpo en desarrollo conjunto, sin inhibir la primera ni desarrollar en demasía el segundo. El aprendizaje cabal del esfuerzo puede lograrse sólo por intermedio de la danza, dado que la gimnasia, los juegos, el teatro y el arte están más interesados en el resultado de las acciones que en el proceso en sí.

La danza, que ofrece un contrapeso a la búsqueda incesante de objetivos prácticos, tiene en común con las acciones de trabajo cotidianas la utilización de los movimientos corporales. Los movimientos de la danza son básicamente los mismos que se utilizan en las actividades diarias. *¿De dónde proviene el impulso del movimiento?* El impulso impartido a los nervios y músculos que mueven las articulaciones de los miembros se origina en esfuerzos internos. *¿A dónde conduce el impulso de movimiento?*

Movimientos elementales

Los movimientos y los ritmos que producen o acompañan los cambios, tienen una variedad casi infinita. Es más bien un lenguaje de acción en el que las diferentes intenciones y los esfuerzos corporales y mentales del hombre se disponen en un orden coherente. Así como el agua es un medio difundido para mantener la vida, también lo es el flujo del movimiento. El flujo del movimiento llena todas nuestras funciones y acciones; nos permite descargar tensiones internas perjudiciales; y es un medio de comunicación entre la gente, porque todas nuestras formas de expresión, como el habla, la escritura y el canto, son llevadas por el flujo del movimiento.

La danza, entendida como una inmersión total en el influjo del movimiento, nos pone en contacto más intenso con un medio que transporta e impregna todas nuestras actividades. Es evidente, por lo tanto, que el valor educacional de la danza se debe en parte a la universalidad con que se emplea el flujo de movimiento en nuestra vida y, también en parte, al acto de inmersión total en ese medio. Las ventajas que ofrece la danza en relación con el primero de esos aspectos son materiales; la práctica en el empleo del flujo de movimiento permitirá al niño valerse de su movilidad para todos los fines prácticos que persigue en su vida cotidiana. La ayuda que brinda la destaca el hecho de que el hombre utiliza las mismas formas de movimiento en la danza que en el trabajo, aunque dispuestas de diferente modo.

En el baile, el niño practica la ejecución fluida de muchas acciones corporales que se cumplen cotidianamente con fines prácticos; de ese modo, obtiene una valiosa preparación para satisfacer las diferentes exigencias físicas de su existencia. La inmersión total en un medio de vida tan esencial como el movimiento tiene la ventaja de intensificar la experiencia de acciones corporales útiles en la práctica. Cuando tomamos conciencia de que el movimiento es la esencia de la vida y que toda forma de expresión (sea al hablar, escribir, cantar, pintar o bailar) utiliza el movimiento como vehículo, vemos cuán importante es entender esta expresión externa de la energía vital interior (cosa a la que podemos llegar mediante el estudio del movimiento).

La formación de los futuros docente debe asegurar que los estudiantes sean preparados para la vida de manera tal que no aspiren simplemente a descollar desde el punto de vista intelectual o desarrollar aptitudes físicas, sino que los diversos esfuerzos humanos (denominador común de la actividad mental y física) se aprecien de manera más cabal y se utilicen para desarrollar su personalidad en un todo integrado. Estarán entonces mejor equipados para educar a los pequeños de modo que alcancen la felicidad en sí mismos y en su relación con los demás llegando a comprender esa manifestación básica de la vida que es el movimiento.

La experiencia indivisa del flujo de movimiento en la danza responde a un impulso que todos los niños y adultos sienten. El impulso que lleva a bailar, al que todos los niños sin excepción se ven sujetos ocasionalmente, es imposible de erradicar. Pronto advertirá que los movimientos de baile de cierto tipo suelen perpetuar deficiencias de movimiento innatas o adquiridas, mientras que otros brindan la posibilidad de equilibrar actitudes discordantes y favorecer el saludable crecimiento de la personalidad.

El placer que brinda la danza puede superar la satisfacción física originada en el simple hecho de ejercitar el cuerpo. Las formas y ejercicios de bailes que inducen al niño a la ejercitación mecánica de sus movimientos pertenecen a una categoría diferente de las que le brindan una vía para canalizar sus esfuerzos individuales.

El material de la danza es el movimiento, por el cual queremos significar en este contexto, la interacción de esfuerzo y espacio (según lo expresa Laban) por mediación de cuerpo. Nuestros movimientos sensoriales trazan formas en el espacio y los impregna el esfuerzo, es decir, la energía que viene de adentro surgida de toda una gama de impulsos, intenciones y deseos. A medida que desarrollamos nuestra conciencia del sí mismo y del ambiente, descubrimos que el cuerpo debe convertirse en instrumento sensible para posibilitar que se manifieste la interrelación entre el mundo interior y exterior. Uno de los objetivos de la danza en la educación es ayudar al ser humano a que, por medio del baile, halle una relación corporal en la totalidad de la existencia.

Laban describió en esta obra el desarrollo gradual de la capacidad de movimiento en los niños. Se aplicaría un procedimiento de movimiento en los niños. Se aplicaría un procedimiento similar a los adultos que, por primera vez, experimentan en sí mismos la liberación del flujo natural del movimiento. El objetivo, tal como señala Laban, "es el efecto benéfico de la actividad creadora del baile sobre la personalidad" y no la producción de danzas sensoriales. El artefacto no es un fin en sí, sino un medio por el cual se fomenta la expresión artística de una manera creativa y apropiada para el talento y estadio de desarrollo de los alumnos. En la educación, así como en la recreación, elaboramos la experiencia de la danza sobre formas básicas universales de movimiento y su asimilación y reflejo objetivos, y no sobre la concepción de una presentación externa".

El movimiento, por supuesto, es un rasgo de todas las actividades del hombre. ¿Por qué, entonces, pensamos que el baile contribuye a preparar para la vida (cosa que constituye la meta de la educación)? Por medio de los movimientos de nuestro cuerpo podemos aprender a relacionar nuestro ser íntimo con el mundo exterior. Recibimos de afuera impresiones que nos hacen reaccionar y, asimismo, proyectamos hacia afuera nuestros espontáneos impulsos internos, con lo que expresamos la presencia de la energía vital. Es más bien, la estimulación recíproca del flujo interior y exterior del movimiento que impregna y anima todo el cuerpo, tal como se la fomenta en la danza.

La danza constituye un aspecto del arte del movimiento. Además de sus elementos comunes con las demás artes, la danza posee su propio bagaje de conocimientos, tradición, experiencia, evolución histórica y principios, que pueden verse en funcionamiento en las imágenes creadas, en los métodos de estructuración aplicados para forjar relaciones mutuas entre formas unilaterales de movimiento, y en los estilos desarrollados.

Desarrollar el sentido del movimiento, del cual todos estamos dotados, en medida mayor o menor, es de suma importancia. Para ello es necesaria una clara conciencia de las sensaciones motrices, combinada con las que surgen de la interacción del esfuerzo y el cuerpo en el espacio. En un intento por educar nuestro sentido del movimiento, debemos partir de nuestro estilo personal de características del movimiento que posean validez universal y representen, por lo tanto, material básico de aprendizaje.

De modo que gastamos energía, consciente o inconscientemente, con el objetivo fundamental de mantener la vida y, en última instancia, gozarla y cumplir el propósito que advertimos en ella. Laban se refirió a esa energía denominándola "esfuerzo", que surge de impulsos, deseos, intenciones, estados de ánimo y pulsiones internas, y que se manifiesta en el movimiento de nuestro cuerpo.

Es por eso que Laban propugnó una técnica de danza "libre", o sea liberada de un estilo ideado según las pautas específicas; pero de ninguna manera debe ser caóticamente libre. Existe un ritmo universal y elementos formales que es parte de nuestro bagaje y experiencia humana.

Necesitamos empapar todo nuestro ser en el material del movimiento, y descubrir la facilidad o dificultad que tenemos para utilizarlo y manejarlo al bailar. Esto nos dará una mayor comprensión de nosotros mismos y nos estimulará para desarrollar nuestro potencial. La forma unificada del movimiento es una expresión de valores internos, y como no cumple ningún propósito utilitario, lo consideramos una expresión artística.

"Nuestras respuestas emocionales, nuestra voluntad de actuar, nuestros ensueños y aspiraciones, en una palabra, toda la gama de nuestro mundo interior tiene que moverse y entablar relación armoniosa con los elementos externos que dan la forma".

El cuerpo en el espacio

Nuestra presencia corporal en el espacio. La cualidad característica del espacio es la *extensión*, "siempre que el cuerpo se mueve o se detiene, lo rodea el espacio" y "todo movimiento tiene lugar trasladando el cuerpo o algunas de sus partes de una posición a otra en el espacio.

Cuando se hacen gestos con un brazo la extremidad se mueve de un sitio al otro; al hacer una reverencia, el esternón, centro de levitación, lleva hombros y cabeza hacia abajo, a través del espacio; los labios se proyectan hacia afuera al hacer una mueca de desilusión, o se contraen por temor; cejas y mandíbula sobresalen con la ira, y para escuchar se vuelve la cabeza en determinada dirección.

Pero hay también otro aspecto del movimiento físico en el espacio: el de expandirse y contraerse. Ello guarda relación con la conciencia de que "siempre que el cuerpo se mueve o se detiene lo rodea espacio". Surge al extenderse todo el cuerpo o alguna de sus partes desde un centro, en cualquier dirección. El centro mismo no se transporta a otra ubicación y, por consiguiente, no se pone de manifiesto ninguna senda o línea de progresión específica a través del espacio.

El flujo del movimiento alcanza las extremidades superiores por la cintura escapular, y las inferiores por la cintura pélvica. En áreas reducidas del cuerpo puede lograrse una experiencia similar, por ejemplo, con los dedos alrededor del centro de la palma o la boca alrededor de su centro entre los labios, o los párpados alrededor de los centros del globo ocular.

Los movimientos de expansión y cruce son dos acciones espaciales fundamentales que nos relacionan de dos diferentes maneras con el mundo exterior, y su interrelación puede darse tanto en secuencia como simultáneamente. En la extensión, consideramos los movimientos hacia afuera y hacia adentro, de crecimiento y contracción, que se extienden y retraen. El cruce diagonal se relaciona con el factor Flujo.

El movimiento surge de la inmovilidad y vuelve hacia la inmovilidad. Hay, por ende, dos tendencias opuestas: una que inicia el movimiento y lo mantiene en marcha, y otra que lo induce a desvanecerse y concluir. La excitación que sentimos, y que nos lleva a querer continuar la experiencia del movimiento, nos hace demorar el retorno a la estabilidad, donde se afirma la gravitación, y mantenernos en el estado lábil de equilibrio que exige una continua adaptación al cambio.

El factor de movimiento Flujo, tal como lo expone Laban, se basa en el concepto de liberación y conducción. El hecho del movimiento en la danza se desarrolla a partir de la interacción de esas dos fuerzas, así como de los estados alternativos de labilidad y estabilidad. El exponente final de cada uno de estos últimos estados sólo se logra en los momentos culminantes, de mayor excitación y absoluto reposo. La mayoría de los movimientos de la danza reciben la influencia de los dos estados simultáneamente, y fluctúan entre ambos. El movimiento es un elemento básico de la vida. Existe en todos nosotros, pero para aprovechar su fuerza debemos tomar conciencia de lo que significa, y aprender a reconocer sus principios y experimentar sus formas.

La cultivada sensibilidad para el movimiento y su más aguda percepción son parte necesaria de nuestra capacidad para relacionarnos con el mundo y con los otros. Al bailar, podemos experimentar relaciones en que se realiza la conciencia de sí mismo y de los demás. El sentido de goce que la danza puede brindarnos nos ayuda a hallar armonía y adquirir mayor sentido de pertenencia. Con ese fin nuestro impulso interior al movimiento debe vitalizarse y orientarse hacia una expresión plena y estructurada. Cuando estamos lo suficientemente conmovidos y logramos una auténtica expresión por medio del baile. Comenzamos a derrumbar las barreras que fueron erigidas por nuestro estilo de vida y la

atmósfera mental en que crecimos. Si en nuestras enseñanzas ayudamos a la gente a enfrentar sus temores y adquirir confianza para comunicarse libremente, con sensibilidad e imaginación; y si conseguimos que, incluso en pequeña medida, tomen conciencia de su propio potencial y el de los demás.

TEORÍA DE ANDRÉ LAPIERRE

Se trata concretamente del aspecto emocional y afectivo de ciertas situaciones de contraste, con todo el simbolismo que le es propio. Esta vivencia simbólica, que tiene sus raíces en el inconsciente. Creemos posible alcanzar, a través de esas situaciones, capas más profundas de la personalidad, de aproximarnos a ese núcleo pisco-afectivo que determina, en última instancia, todo el futuro del ser. Ya no se trata ahora y a ese nivel de adquirir conocimientos sobre el modo de tener, sino de las posibilidades sobre el modo de ser.

"Hay en ello un cambio total de enfoque, un cambio de orientación que modifica totalmente toda la problemática de la educación. La disponibilidad del ser va a permitir la liberación del deseo y la verdadera adquisición de conocimientos. En el sentido en que trata de remontarse más en la génesis de los procesos del pensamiento, de los cuales la intelectualización es sólo uno de sus aspectos. Remontarse más arriba representa necesariamente meterse en la vía de las pulsiones, de los deseos primitivos, del inconsciente y reencontrar el cuerpo y el movimiento en toda su significación afectiva, ese "cuerpo erógeno" (S. Leclair).

En la mente del educador, como en el resto de los mortales, el inconsciente es algo relacionado con la patología mental, y no se puede esperar nada de "bueno". Se olvida cuanto puede haber de positivo en las pulsiones de vida, en la medida en que son aceptadas e investigadas bajo una forma simbólica dentro de la dinámica del desarrollo de la personalidad.

Si la escuela fabrica inadaptados, es porque en lugar de aceptar esta dinámica del deseo y ayudarla a evolucionar, lo que hace es rechazarla además de culpabilizarla, no dejando otra

solución a la expresión de las pulsiones que el síntoma. Aceptar y reconocer esas pulsiones de vida, verlas en su nivel más primitivo, es decir, en el ámbito corporal, sin "rechazarlas", sino al contrario, dejándolas expresarse, favoreciendo su evolución progresiva hasta los medios más abstractos de expresión.

Era hora ya de modificar esas estructuras, de liberarse, para poder utilizar esos elementos en unas estructuras más abiertas. Demoler para reconstruir. Es la imagen de la vida: la ley de la evolución. Esto es lo que pedimos constantemente al niño para evitar la esclerosis de su creatividad. La vivencia es un hecho objetivado por un cierto comportamiento. Luego tenemos las distintas interpretaciones teóricas que se le pueden dar desde el exterior. Con frecuencia hemos visto la misma situación interpretada de manera muy diferente por distintos observadores, de acuerdo con la escuela de pensamiento a la que pertenecían.

Evolución conceptual de una educación con base psicomotriz

De la reeducación a la educación

Esto es debido a que al no ser el obstáculo del orden de lo racional no es por tanto accesible a una programación racional. La "deficiencia" en el ámbito de la organización espacio-temporal, por ejemplo (y las dificultades escolares que expresa o mantiene), son solamente el reflejo aparente, la expresión de una alteración mucho más profunda que se sitúa en "otra parte". Esta otra parte reside acaso en la inseguridad de un espacio afectivo mal vivenciado en su relación con el otro y con el objeto. Si se pretende hacer desaparecer el síntoma a través del cual se expresa el niño, lo único que se conseguirá será aumentar las tensiones internas.

La pulsión inconsciente, reprimida, debe encontrar un medio de expresión simbólico y en tanto no encuentre un mejor camino de salida se irá invistiendo en síntomas sucesivos. Si los medios de expresión le son prohibidos, veremos aparecer la angustia o alteraciones psicósomáticas. Se dan, sin embargo reeducaciones con un éxito total. Al analizarlas nos damos cuenta de que lo determinante ha sido la calidad de la relación y de la comunicación

afectiva que se ha desarrollado entre el reeducador y el niño... *Nosotros queremos trabajar con lo que el niño tiene de positivo; interesarnos por lo que sabe hacer y no por lo que no sabe hacer.* A partir de ahí la relación pedagógica puede distenderse, desdramatizarse la situación y el volver el niño a encontrar confianza y seguridad.

Existen en el niño múltiples potencialidades positivas que es posible descubrir y desarrollar con tal de que no se halle obnubilado por "lo que no sabe hacer". Centrar la atención en un síntoma es fijarlo, estructurarlo; olvidarlo es quizá permitirle esfumarse, puesto que no presenta ningún género de interés. Hay que ofrecer al niño un medio pedagógico coherente, sin lo cual se corre el riesgo de acentuar su inadaptación a una escuela que a su vez está también inadaptada.

Evolución de la práctica pedagógica. Actividad motriz espontánea

Es en efecto, la puerta abierta a la creatividad sin fronteras, a la libre expresión de las pulsiones en el ámbito imaginario y simbólico y al desarrollo libre de la comunicación. Cuanto más joven es el niño, más vive dentro de lo imaginario, luego al ir creciendo, evoluciona hacia un simbolismo inconsciente. Solamente tras haber agotado la vivencia dinámica en la que el cuerpo ha estado constantemente en relación con el objeto y con el otro, empieza los niños (o los adultos) a interesarse por los objetos en sí, independientemente de su utilización corporal. Por otro lado, las regresiones temporales, los retornos a la vivencia afectiva y a la vivencia corporal y motriz son no solamente permitidas, sino deseables.

Pulsiones primitivas

Son nociones fundamentales que permiten al niño organizar y estructurar su visión del mundo a partir de su vivencia. Lo que es vivenciado más espontánea y profundamente por el niño (y por el adulto) en la medida en que se le permite expresarse libremente. Puesto que existe el deseo y la necesidad de vivenciar a ese nivel global, ¿por qué no utilizar ese dinamismo en lugar de bloquearlo por una intelectualización prematura y mal vivenciada?.

Es precisamente en la medida en que esas nociones son vivenciadas, a un nivel muy inconsciente, con su connotación afectiva de placer o disgusto, que pueden inscribirse y organizarse, sin que el sujeto llegue a enterarse, en su organización mental y de manera duradera, no superficial. *Nada puede integrarse realmente al ser que no pase primero por su organización tónico-emocional.*

La *psicomotricidad* toma un aspecto distinto a su aspecto *clásico*. No es suficiente el movilizar la musculatura voluntaria para ejecutar un acto reflexionado, y que no pone en juego más que el sistema cortical, sino movilizar también y en especial el sistema hipotalámico de modulación del tono emocional. Esto puede llevarse a cabo solamente a través de una vivencia en donde la dimensión afectiva, real, profunda y espontánea, no quede excluida.

Al haber excluido esa vivencia afectiva primitiva y *natural*, por la desecación racional de las situaciones, la pedagogía tradicional (aunque se utilizase la *psicomotricidad*) lo sustituye por una afectividad superficial: como es el deseo de sobresalir, es decir, de valorizarse a los ojos del adulto; el temor a fracaso, es decir, la desvalorización. Son tensiones emocionales, sin duda, pero con un origen intelectual, desfasadas respecto al acto y sin ninguna relación con él. Por tanto y en especial, condicionamiento total al deseo del adulto.

Lo que nosotros deseamos conservar en el niño - y desgraciadamente volver a crear - es la adquisición dinámica de los conocimientos a través de una vivencia que conserve en sí y por sí su dimensión afectiva. Esa vivencia emocional la entramos inicialmente en su estado más puro en el ámbito de las situaciones espontáneas, determinadas todas por la búsqueda del placer de vivenciar su cuerpo en relación con el mundo, el espacio, los objetos y los demás. Únicamente la tensión emocional de la investigación, del descubrimiento, con las modulaciones tónicas que las sustentan, permiten integrarse realmente a los conocimientos. Todo lo que se memoriza por la fuerza a nivel del córtex, sin haber despertado ningún eco emocional, no hace más que parasitar la memoria. *El olvido es entonces un signo de salud mental.*

La evolución psicogenética del niño: su primera comunicación es una comunicación de contacto directo con la madre, a través de los mensajes tónicos que recibe y emite. Es el diálogo corporal, fase inicial y fundamental de la comunicación con el mundo. A partir de ahí irá creándose una distanciación progresiva de la comunicación, distanciación que pasará por el objeto transicional, por el contacto y el alejamiento del objeto, el contacto y el alejamiento del otro, hasta la noción de permanencia, bien estudiada por Piaget, que dará lugar a una comunicación abstracta a través del símbolo del objeto ausente y desembocará en el lenguaje y todos los demás medios abstractos de comunicación.

La desaparición de toda estructura, en el tiempo o en el espacio, es el desorden. Aunque quizá sea necesario vivenciar y aceptar el desorden para que renazca el deseo o la necesidad estructural, el deseo del orden. Es el sentido de la fiesta que es negación, dentro de una alegría agresiva, de la sujeción de orden.

Perspectivas de una educación vivenciada

El cuerpo en movimiento, en su agitación emocional y creadora, no se admite en la escuela, excepto durante el "recreo", bajo la vigilancia o, por mejor decir, la observación del maestro, que evita mezclar su autoridad en esos juegos pueriles

Ese movimiento constante a través del cual se expresa el niño, en una búsqueda permanente de relación con los objetos y con los demás, ese deseo irreprimito, debe tener alguna significación, alguna razón de ser, una finalidad en su evolución. Es sobre el origen y la evolución de ese movimiento espontáneo sobre lo que hace falta interrogarse y no sobre el "cuerpo", que acaso no sea, después de todo, más que un concepto filosófico, indefinible por otra parte en una perspectiva monista. Con esta fluidez permanente del movimiento es con lo que nosotros trabajamos y no con cuerpos estáticos

La pulsión del movimiento

Podemos pues hablar de una "pulsión de movimiento", primitivo y fundamental, que es la base misma de la "pulsión de la vida". De hecho, el movimiento aparece en el embrión humano, ya en el útero, como una pulsión primitiva, sin finalidad aparente.

La misma pulsión sexual, sobre la que se ha basado toda la teoría psicoanalítica, aparece como un aspecto particular (orientado hacia la procreación) de la pulsión motriz primaria. Freud demostró cómo, en el ser humano, lo psicológico nacía a partir de lo biológico; cómo la necesidad fisiológica creaba el deseo psíquico, y la satisfacción de la necesidad, el placer. Así es, por ejemplo, cómo se organiza, a partir de la necesidad fisiológica de nutrirse y a partir de la succión refleja, la libido oral y todos los fantasmas que de ahí derivan, tales como la introyección, devoración, etc.

Si aplicamos ese principio a la necesidad biológica de movimiento, podemos sacar la conclusión de que se puede crear también, a partir de ahí, toda una organización física hecha de deseos, satisfacciones y placeres, de frustraciones y prohibiciones y generatriz de fantasmas y conflictos inconscientes. La trama y la articulación de esos fantasmas es lo que encontramos a través de nuestra experiencia pedagógica del movimiento vivenciado, tanto en el niño como en el adulto. No se pretende negar las relaciones existentes entre motricidad, oralidad, analidad y sexualidad, pero creemos que, en diversos aspectos de la libido, hay un aspecto motor apenas tenido en cuenta y es el *placer del movimiento*, el *placer de actuar*, y no solamente el placer pasivo de recepción de sensaciones erógenas.

Esta dimensión es la que encontramos a faltar en la obra de Freud. Aunque no hay que extrañarse si pensamos en la época y en el medio cultural en que vivió, donde estaba censurada y reprimida cualquier expresión espontánea del cuerpo. Quizá sea ésta la dimensión que buscan las diversas técnicas psicodramáticas.

Existe un placer del movimiento por sí mismo y en sí mismo, aparte de cualquier otra finalidad, y si entendemos por sexualidad, según la definición de Freud, todo cuanto es

placer del cuerpo, nosotros podemos decir que todo gesto vivenciado, es decir, no estereotipado e intelectualizado tiene un contenido sexual difuso y primitivo a nivel del placer de ser, de existir en la movilidad de su cuerpo. Podemos aún añadir que toda modulación tónica (es decir, el contenido emocional del gesto), por estar en relación con las estructuras más arcaicas del cerebro, despierta sensaciones de placer, de las más primitivas y profundas en relación con la pulsión vital del movimiento biológico.

Pero ese movimiento, surgido de lo más profundo de ser, va a propagarse por el espacio exterior y a encontrar contactos; contactos de inmovilidad (¿limitaciones o apoyos?), contactos de otros movimientos (¿acuerdo u oposición?), contacto de placer y displacer, encuentro de las prohibiciones sociales, etc. En este momento es cuando nacen los conflictos que modelarán ese deseo de movimiento, de acción, de ser... o de no ser.

¿Cómo preservar (o encontrar) ese deseo de movimiento, ese deseo de acción, permitiéndole el acceso o la creación y luego a las formas más simbólicas de la acción, tales como la expresión plástica, verbal o matemática, que son los movimientos del pensamiento?.

Las diferentes etapas

La pulsión vital y el movimiento celular

Es ésta una etapa extraordinariamente primitiva y regresiva, de la que no se puede explicar el simbolismo más que por el resurgimiento de sensaciones muy arcaicas, venidas del origen mismo de la vida, como el movimiento lento y continuo de la amiba desplegando y recogiendo sus pseudópodos.

Intercambios tónicos y estados fusionales

La inmadurez de su sistema neuromotor no permite al niño, en los primeros meses de su vida, utilizar la motricidad voluntaria. Su sistema tónico, por el contrario, está

perfectamente desarrollado, tanto en el plano sensitivo como motor. El niño establecerá sus primeros contactos con el mundo, a un nivel preconscious, a través de la organización arcaica de ese sistema tónico. De ahí emergerá poco a poco una especie de consciencia "crepuscular", consciencia difusa de lo que se vive en sí, en el ámbito biológico del tono, consciencia vinculada al placer biológico de la vida. Quizá resida ahí, en el plano filogenético, el origen primitivo de la "consciencia" en los seres vivos.

Puede ser también el origen de la percepción. Pero no de esa percepción racionalizada, corticalizada y conceptualizada que conocemos, sino de una percepción difusa a nivel subcortical.

En nuestra civilización actual, la prevalencia inhibidora del sistema cortical las elimina habitualmente en provecho de las percepciones racionales. Pero es el resurgimiento espontáneo de esas percepciones lo que da su dimensión afectiva a las sensaciones de tacto y de contacto. Es quizás lo que nosotros llamamos la sensualidad.

Estas percepciones son percepciones internas, propioceptivas, la percepción de las tensiones musculares y de los matices de dichas tensiones. Están muy directamente relacionadas al placer primitivo del movimiento vital, del movimiento biológico, de lo que nosotros llamamos, a falta de algo mejor, el movimiento celular. Todo cuanto pueda estar en acuerdo, entrar en resonancia con ese movimiento primitivo, es generador de placer: la lentitud, la continuidad, la curva, el deslizamiento, el balanceo, el acunamiento, lo suave, lo blando, etc. Todo cuanto rompa ese ritmo vital, tal como la velocidad, la brusquedad, la discontinuidad, las trayectorias angulares, los tropiezos, las resistencias fijas (lo duro), etc., es generador de displacer ya que es vivenciado como una agresión tónica.

La organización primaria, fundamental, de la afectividad es la que más tarde se proyectará en lo abstracto, en la estética de los gestos, de las líneas, de las formas, de los colores, de los sonidos, de las tonalidades musicales o vocales, incluso quizá en la armonía del pensamiento, aunque sea matemático.

El niño encontrará inicialmente al otro, y especialmente a la madre (o su sustituta) a ese nivel de organización tónico-emocional. Encontrar al otro es, a este nivel, encontrar una sensación táctil (la piel), pero asimismo y de manera muy especial encontrar un contacto con el movimiento del otro, con la organización tónica de otro ser viviente. De ese contacto puede nacer una armonía o una disarmonía, según el otro haya mantenido o no la capacidad de percibir y de intercambiar a ese nivel muy primitivo, el único en donde se puede establecer una verdadera comunicación a esa saludable.

Únicamente el acuerdo de las pulsiones tónicas puede crear esa comunicación fusional necesaria para la seguridad afectiva del niño. Empleamos el término fusional porque la coincidencia de los ritmos induce esa sensación de no estar separado del otro, de *vivenciar la misma pulsión biológica*.

El deseo de encontrar esa comunicación tónica fusional será posteriormente investido en la búsqueda del acuerdo sexual profundo. Esos primeros contactos tónicos no siempre son vivenciados de esa manera satisfactoria y segurizante. Por otro lado, su investimento ulterior en la sexualidad racional, con todas las restricciones que ésta conlleva, puede haberlos culpabilizado.

Los niños vivencian este género de situación de manera mucho más "natural", siempre y cuando el adulto no proyecte en sus relaciones sus propios fantasmas. Esta comunicación es la base inicial de todo acuerdo auténtico, que es respeto recíproco del movimiento del otro, de la acción del otro, y más tarde, del pensamiento del otro.

Inmadurez y dependencia

El deseo de existir como objeto de deseo

Al desarrollo intenso del sistema de comunicación tónica se opone la ineficacia total de la motricidad voluntaria. El niño no es apto para satisfacer por sí mismo sus necesidades vegetativas.

El niño vive, en el plano material, una relación de objeto pasivo. Aunque sería falso creer que sus necesidades se limiten a las meras necesidades materiales. A través del gesto material pasa, probablemente, como hemos visto anteriormente, por medio del sistema tónico, toda la comunicación afectiva, es decir, todo el deseo de comunicar del otro, todo el placer del otro. Privado de ese deseo del otro, el niño muere. Esto viene probado por la depresión anaclítica.

La inexistencia en el deseo de los demás, representa, por tanto y de manera simbólica, una amenaza de muerte. Es una de las bases esenciales de la afectividad, de esa incesante búsqueda de una relación afectiva que animará toda la vida. Y, por el contrario, el niño mantenido en esa relación exclusiva de objeto puede evolucionar hacia la psicosis.

Querer ser el objeto del deseo del otro es una situación que encontramos constantemente en las situaciones espontáneas. Es la espera, la esperanza y la demanda de una invitación al intercambio. Demanda a través de la mirada, el gesto, la mímica, la inmovilidad. Esperar que el otro venga a mí.

La toma de distancia afectiva

El objeto transicional

Para que el niño adquiera una cierta independencia, una cierta autonomía afectiva, es necesario que salga progresivamente de esa simbiosis tónico-afectiva con la madre. Que ponga una cierta distancia y, en principio, que acepte su ausencia.

Para el niño muy pequeño, que no ha adquirido todavía la noción de "permanencia", no existe más que lo que está presente, aquí y ahora. La ausencia del otro es su desaparición, su inexistencia, su "muerte". Esas angustias provocada por la ausencia del otro únicamente pueden ser superada por el símbolo de su presencia.

Es la adquisición de la noción de permanencia, bien estudiada por Piaget, que permite imaginar el objeto en lo abstracto, aparte de cualquier presencia perceptiva. Es importante, en esta toma de distancia afectiva, del objeto transicional. Ese objeto que la madre da al

niño, tras haberlo cargado de afectividad con su contacto. El estadio del objeto transicional es revivenciado a menudo simbólicamente por el niño, e incluso por el adulto cuando se halla en presencia de objetos de tacto agradable. A esto lo denominamos *vivencia afectiva del objeto*.

El poder de actuar, el poder sobre su cuerpo, la vivencia del cuerpo

La maduración del sistema nervioso, en el período postnatal y en particular la mielinización del haz piramidal, a la par con la organización en la entrada en concordancia progresiva de las percepciones propio y exteroceptivas, permitirá salir al bebé de ese estado de dependencia total, de ese estado de objeto.

Hay un momento decisivo en el desarrollo del niño, sin duda tan importante como el "estadio del espejo", que es el del primer acto voluntario consciente. *Coger* ya no es recibir, es la primera manifestación de un ser que se afirma como *sujeto*. Es ya la elección, el nacimiento de un pensamiento consciente, informulado, pero expresado en el acto. Es el descubrimiento de un poder sobre los objetos, sobre el mundo y sobre el otro, poder que se ejerce por intermedio de un poder sobre su cuerpo.

El descubrimiento de ese "poder actuar", asociado al "poder sentir", aportará una nueva dimensión al placer primitivo del movimiento. Es el placer de la acción, el placer de coger el objeto, de darle movimiento, de desplazarlo, de tirarlo, de modificar su forma y de hacer ruido con él. Tras la vivencia de lo "flojo" y lo "lento" de los primeros meses, viene el descubrimiento de lo "fuerte" y de lo "rápido", ambos símbolos de potencia, de afirmación de sí.

Descubre el placer de jugar con sus manos, con sus pies y luego con todos sus segmentos. Descubre asimismo el placer de modificar la forma de su cuerpo y luego el de desplazarlo. Es el placer de *vivenciar su cuerpo*, placer esencialmente del movimiento en sí mismo, sin finalidad alguna. Es el aprendizaje progresivo de un "dominio del cuerpo" a través del juego corporal. Es ésta una etapa fundamental que debe ser plena y largamente vivenciada

y sin culpabilizarla para que el niño pueda superarla. El niño que se queda en ese estadio puede convertirse en un inestable, agitado e hiperactivo. El que ha sido demasiado culpabilizado se torna un apático. A la edad de la escuela maternal y durante los tres primeros años (al menos) de la escuela elemental, los niños viven todavía ese estadio de exploración del mundo a través del movimiento de su cuerpo, que llamamos agitación.

Pretender reprimir esa agitación en nombre de una "educación" que se dice racional, con el silencio, la inmovilidad y el empobrecimiento de las experiencias motrices espontáneas relacionadas con los objetos, el espacio y el otro, nos parece una herejía. Representa privar al niño de su medio de desarrollo más auténtico. Al relegar todas esas actividades creadoras al nivel del juego en el que el adulto no se interesa lo más mínimo, mientras presta toda su atención, su solicitud y su deseo al "trabajo", se desvaloriza toda la actividad creadora y toda búsqueda personal espontánea.

Y por el contrario, prestar su atención al juego espontáneo del niño, valorizarlo, participar en él, ayudarlo a evolucionar, es ir en el sentido de una educación abierta a la vida, a la creatividad, a la autonomía y al desarrollo de todo el potencial de la persona. El niño, a esta edad, vive en un mundo de objetos. No se interesa lo más mínimo en su cuerpo, siempre y cuando éste no esté en relación con objetos a los cuales pueda transmitirles movimiento. El interés por el cuerpo aparecerá bastante más tarde, en el momento de la adolescencia, bajo el impulso de las pulsiones genitales que hacen nacer el placer de gustar, con su involución narcisista.

El conocimiento y la organización del "cuerpo propio", preceden, dicen, a la organización del esquema corporal. Por nuestra parte no estamos muy seguros de eso. Es en una dialéctica permanente entre el cuerpo y el mundo como se construyen a través del movimiento, el cuerpo y el mundo a la par y creemos que esa dialéctica es muy precoz. Este error ha sido el de una educación psicomotriz demasiado racional, con un punto de partida demasiado teórico, error agravado aún más por una tentativa de racionalización de ese cuerpo, en la que el niño no se siente interesado, salvo en raras ocasiones.

Lo que en realidad interesa al niño es vivir con los objetos y en el movimiento. Es necesario, por tanto, partir de ahí. El movimiento del objeto, en el que se centra de manera natural y espontánea la atención del niño, nos permitirá entrar en relación con él en el ámbito de sus reales intereses. Con el dominio del movimiento del objeto conseguiremos alcanzar el dominio del gesto. Haciendo ir más despacio al objeto descubriremos el gesto lento y el placer de una fluidez del movimiento. Inmovilizando el objeto es cuando conseguimos que el cuerpo se inmovilice también. Es encontrar de nuevo el placer de mover su cuerpo, de proyectarlo en el espacio y el volumen.

La vivencia del objeto

Cada regresión prepara, por contraste, una progresión. Creer que el niño organiza intelectualmente su proyecto antes de llevarlo a cabo, tal como hacen la mayoría de los adultos, es un craso error. *Su pensamiento va elaborándose al compás de la acción, en una dialéctica permanente.* Es su gesto el que crea, a un nivel inconsciente o semiinconsciente, en donde se proyectan sus fantasmas. Su pensamiento se adueña de las estructuras así creadas con una gran parte de azar, modificándolas y organizándolas luego. Crea y reconstruye sin cesar en una actividad que, a nosotros los adultos nos parece liosa y desordenada, pero que sin embargo es para él una búsqueda permanente, una constante creatividad. De esta manera va organizando el niño poco a poco su "espacio-tiempo", sin darse cuenta, de la misma manera que aprende a hablar.

La exploración y el descubrimiento del mundo es, en principio, una exploración motriz, es necesario tocar, manosear, desplazar los objetos, tirarlos, recogerlos, subirse encima, meterse dentro, debajo, para "aprender" las formas, las dimensiones, las direcciones, las orientaciones, las superficies, los volúmenes y descubrir las estructuras. Luego, en ciertos momentos, ese perpetuo movimiento se detendrá y el cuerpo y el objeto se inmovilizarán durante un instante. Esto sucede siempre que el niño ha descubierto una estructura de la que él toma, en forma vaga al principio y luego poco a poco, más clara consciencia. *La inmovilización es un alto en la creatividad, la toma de consciencia una creación.* Éstos son los momentos que hay que saber explotar. La prolongación de la inmovilización es lo

que permite pasar de la creatividad a la creación, es decir, a la fijación, aunque sea provisional, de una estructura.

La vivencia del espacio. La conquista del volumen. El espacio gestual

El niño descubre, inicialmente, su cuerpo a partir del movimiento que imprime al objeto y a través de esa misma actividad motriz descubre asimismo el espacio. Hay una época en que el bebé tira sistemáticamente todo cuando se le da, con gran desesperación del adulto. La proyección a distancia de los objetos es su primera conquista de un espacio al que él no puede acceder corporalmente. La trayectoria del objeto es la prolongación de su gesto, la ampliación de su espacio de acción. Esta proyección del movimiento lejos de él es lo que le permite "salir de su cuerpo", "estar" (en el sentido de existir) en el espacio, estar en el mundo.

Ir hacia el objeto, por el gesto o el desplazamiento, es otra dimensión, es apropiación del mundo, apropiación del espacio. Esas dos dimensiones son complementarias y dialécticas, aunque la dimensión dinámica, la dimensión de abertura al mundo, continúa siendo la proyección centrífuga fuera de sí, la expansión de la persona más allá de sus límites corporales. Esta proyección lejos de sí es para nosotros la base fundamental de todo deseo de expresión y comunicación.

El deseo de ser reconocido como sujeto. El obstáculo y la prohibición. La agresividad.

A partir del momento en que el niño ha descubierto su poder de actuación, su poder de acción sobre su cuerpo y, a través de ese cuerpo, sobre los objetos y los demás, quiere ejercer ese poder. Su deseo entonces es de no ser reconocido más como objeto, sino como sujeto, como sujeto actuante y libre de sus actos. Muy pronto va a encontrarse con obstáculos, resistencias y oposiciones. Resistencia y oposición por parte de los objetos y por parte de los demás.

Ante esto el niño reacciona con una agresividad primaria, que es simplemente la afirmación de su deseo de existir, de su pulsión de vida primaria. Toda vida es necesariamente agresiva en la medida en que se opone a otras vidas a las cuales debe disputar su espacio y sus medios de existencia. Es la ley de la naturaleza.

He aquí el porqué creemos nosotros que esa agresividad primaria, parte integrante de la pulsión de vida y de movimiento, debe ser respetada por el adulto y no culpabilizada. No se trata de destruirla, lo que tendría por efecto el destruir todo el dinamismo de la afirmación de la persona, sino de orientarla hacia investimentos aceptables para la sociedad.

Esta confrontación de su deseo con lo real (a través del objeto, del espacio y del otro) es lo que le falta al niño superprotegido, el cual, ante cualquier dificultad, esperará pasivamente la ayuda del adulto. Es asimismo esta confrontación con la realidad lo que le falta al niño "intelectualizado" demasiado pronto. Se encontrará con el obstáculo, la dificultad y la frustración en el plano intelectual, en el plano abstracto, antes de haber aprendido a aceptarlos y superarlos en el plano de lo concreto. Situación tanto más difícil de superar cuanto su pretendido deseo intelectual es a menudo solamente la proyección del deseo del adulto y no tiene ni la potencia ni la perseverancia de un deseo primitivo. Aunque, en la realización de su deseo de actuar, no encuentra el niño solamente obstáculos materiales o resistencias objetivas, sino también el rechazo, la prohibición, el juicio del adulto, y a partir de ese juicio descubre la *culpabilidad*.

En oposición a las limitaciones objetivas del deseo, el adulto no se conforma con prohibir, sino que además siente la necesidad de justificar esa prohibición con un enjuiciamiento moral: "eso está mal", "eso no se hace", "tú eres feo", "tú eres malo", "ya no te quiero", etc. Valoriza asimismo las conductas que juzga positivas con unos juicios de valor, tan perentorios como aquellos: "está bien", "es bonito", "eres buen chico".

Cualquier tipo de educación se reduce, en último término y según dejan entender los trabajos de Skinner, a un condicionamiento. Vamos a admitirlo si consideramos que el ser

humano está condicionado por la búsqueda del placer y el esquivamiento del displacer. Pero lo que nos separa de los "conductistas" es que ellos pretenden programar ese condicionamiento desde el exterior, utilizando medios de reforzamiento artificiales y sin ninguna relación con las consecuencias "naturales" del acto, todos ellos bastante primitivos, tales como el reforzamiento o la aversión oral (caramelos, vomitivos) o castigos corporales sofisticados (choques eléctricos). Esos comportamientos, provocados artificialmente se van extinguiendo por sí mismos al cabo de un cierto tiempo, de no haber un nuevo reforzamiento. Y es lo que los elementos condicionantes "naturales" que encuentra el sujeto en su vida cotidiana son a la vez mucho más constantes pero también mucho más complejos.

La economía libidinal de cualquier ser es mucho más compleja de lo que pretenden las teorías behavioristas, situadas en un nivel de análisis muy superficial. Las modificaciones superficiales del comportamiento que pueden obtenerse no modifican en nada las pulsiones y conflictos internos, terminando, en la mayoría de las ocasiones con un desplazamiento de los síntomas. Para comprender cómo funciona ese condicionamiento, debemos volver un tanto atrás, al estadio del niño-objeto, el niño que desea ser reconocido como objeto del deseo del Otro. Cada vez que responde al deseo del educador, siente el placer de ser aceptado, y cada vez que no responde a él, la tristeza de ser simbólicamente rechazado. Ese verdadero condicionamiento al deseo del adulto lo mantiene en una situación de objeto, de seguridad afectiva, pero de pasividad.

En la enseñanza tradicional el niño debe aceptarse al deseo del educador, hallándose este mismo determinado desde el exterior por un programa cronológico. El niño que acepta ser mantenido en una relación de objeto, se hace dócil y pasivo; pierde todo el dinamismo y toda creatividad, en una palabra, su personalidad. El niño que quiere afirmarse como sujeto, es decir, asumir su propia autonomía, se vuelve necesariamente agresivo. Se trata en este caso de una agresividad secundaria, relacional, que distinguiremos de la agresividad primaria, positiva y constructiva. Ésta es una agresividad negativa, de oposición, frecuentemente destructiva.

La prohibición moral impuesta y preferida por el adulto, es vivenciada por el niño como una amenaza de rechazo. Amenaza que el adulto llega en ocasiones a verbalizar: "Ya no te quiero". "Tu no eres ya mi niño", dice la madre. "Tú no me interesas en lo más mínimo", dice el maestro. Verbalizada o no, esta amenaza existe en el inconsciente del adulto, incluso aun cuando su conciencia la rechaza, y esto lo nota el niño. Esta amenaza representa simbólicamente, como hemos visto ya, una amenaza de muerte. Es la base misma del chantaje afectivo que el adulto ejerce constantemente, de forma más o menos inconsciente sobre el niño, y sobre el adulto. Para aludir esa amenaza, es necesario prohibirse uno mismo el acto condenado e incluso el deseo de ese acto. Así nace la culpabilidad del deseo.

A la edad en que se integran esas prohibiciones, entre algunos meses y los 7 años, no pueden ser analizadas racionalmente, discutidas y matizadas. Metidas en el inconsciente e inaccesibles al consciente, permanecen allí tal cual son, amplias, difusas e imperativas. Se puede discutir la conciencia, pero no con el inconsciente. El conflicto entre la pulsión y la prohibición se ha convertido en interno. Surge en el presente cada vez que la pulsión hace renacer el deseo, pero también *cada vez que un juicio exterior pone de relieve la aceptación de sí por el otro.*

Regresión. Búsqueda de la ausencia.

Pulsión y angustia de muerte

Dados los obstáculos con que se encuentra la afirmación de sí a través de la acción, no tiene nada de extraño que esta presencia activa pueda aparecer como penosa, peligrosa o culpable. De ahí el rechazo del deseo de afirmación, del deseo de acción y del deseo de vivir, y la aparición de un deseo regresivo de retorno a la seguridad afectiva, a ese estado de objeto, de pasividad o incluso de indiferenciación primaria, de fusión con el mundo, donde no es necesario afirmar su presencia. Ésta es la búsqueda de la ausencia. Esta *búsqueda de la ausencia* puede incluso llegar hasta el deseo de desaparecer, de no ser. A eso lo llama Freud, "pulsión de muerte". Para nosotros, esta "pulsión de muerte" no es una pulsión primitiva, sino una reacción de abandono ante la dificultad de vivir.

Esa noción de muerte puede provocar una huida hacia lo imaginario; la presencia, a través de la acción, culpabilizada y rechazada al nivel de lo real, y que al no encontrar investimiento simbólico, es vivenciada en fantasmas de potencia, al abrigo de oposiciones y vetos. Pueden también provocar actitudes compensatorias.

Pero si hay un deseo de desaparecer, hay también el miedo a desaparecer y esta ambivalencia hace que el temor sea tanto mayor cuanto más fuerte sea el deseo inconsciente. Es la angustia de muerte, resultado de un conflicto muy ansiógeno entre ese deseo y ese temor. Son *Eros* y *Thanatos*. Esta angustia de muerte encontrará una expresión simbólica en el temor de todo lo que sea "ausencia"; ausencia de sensaciones auditivas, visuales, táctiles y ausencia de los demás. Es el miedo a lo negro, al silencio, al vacío (agorafobia), a la soledad, a la inmovilidad.

Muerte y renacimiento

Hay que situar ese deseo de destrucción, de desorden y de "muerte" en sea dialéctica permanente de contrastes, que es la esencia misma de la vida. La destrucción no es un fin en sí, sino que prepara y condiciona la reconstrucción. La evolución viene dada por un ciclo permanente de desestructuración y reestructuración. Cuando el deseo de destrucción no es seguido por un deseo de reconstrucción, cuando el deseo de la muerte supera el deseo de la vida, el niño o el adolescente se encierra en una agresividad destructora. Se destruye a sí mismo destruyendo cuanto le rodea.

La expresión simbólica de los deseos de destrucción permite, si es aceptada, superarlos y encontrar, más allá, la pulsión vital en una nueva creación. Se hace preciso que la muerte simbólica sea aceptada sin angustia, para que pueda renacer una nueva estructura. Es el precio de la evolución. En tanto que el niño, o el adulto, se aferre a ciertas estructuras de pensamiento, a ciertas estructuras vitales en las cuales ha encontrado una relativa seguridad, no hay evolución posible. Existe una esclerosis y rigidez. *Se hace necesario "morir" a un determinado placer para poder "renacer" a un placer nuevo.* Esto representa

aceptar la pérdida de la seguridad de lo conocido e ir al encuentro de lo desconocido. *Cada evolución verdadera, profunda, es un nuevo nacimiento al término de una crisis regresiva de desestructuración y muerte simbólica.*

En el sentido de todos los ritos iniciáticos que son siempre vivenciados no solamente en el ámbito de la palabra, sino también a nivel del cuerpo y del acto. En nuestras sociedades iniciáticas modernas se explica inmediatamente al recipiario el simbolismo de los actos rituales, cuando en las sociedades primitivas la vivencia simbólica es suficiente por sí misma. La angustia de la muerte se articula, efectivamente, en el ámbito inconsciente y es precisamente a ese nivel donde deben registrarse las referencias propias para combatirla, a partir de una vivencia corporal y motriz emocional. A este nivel debe ser vivenciada la experiencia de desestructuración y reestructuración que permite encontrar y reconstruir la unidad tras su división.

Todos los psicólogos conocen esa "inmadurez afectiva", que es la negativa a dejar la infancia y la seguridad maternal. Todos conocemos ese "rechazo a hacerse grande", ese deseo de "seguir siendo pequeño" que no es más que el temor a perder su estatus de niño protegido. Ese rechazo inconsciente se expresa a través de diversos síntomas, tales como la enuresis nocturna, ciertas anorexias, retraso en el lenguaje, rechazo a la escolaridad y del lenguaje escrito, que es el lenguaje de los "mayores". Muchos retrasos escolares y falsas debilidades no tienen otro origen. Es también el infantilismo del niño superprotegido; la resistencia del enfermo o del minusválido motor a perder un estatuto en el que encuentran ventajas secundarias; es el refugio en la enfermedad (estar enfermo quiere decir estar "atendido", protegido); es, en definitiva, la sinistrosis.

En el adulto, más aún que en el niño, es la seguridad de lo habitual, de la rutina, el miedo a lo desconocido, al cambio, a lo nuevo y a la creación. De la misma forma y a partir del caos, renacerá el orden, pero no un orden impuesto, sino un orden deseado, recreado. La alegría del desorden se agota muy pronto, pero que cada vez es necesario destruir la estructura para reconstruir una nueva, recrear el desorden para encontrar un orden nuevo.

Para recrear el orden a nivel del cuerpo, tanto si es individualmente como en relación con los otros, descubrimos también que son posibles una infinidad de organizaciones diferentes.

Creación y evolución de las estructuras

A través de la muerte de los individuos queda asegurada a la vez la continuidad y la evolución de la especie. La lenta evolución de las sociedades antiguas permitía instalarse en la seguridad de una tradición, transmitida de generación en generación. El acelerado ritmo de la evolución socioeconómica actual nos sumerge permanentemente en una angustia de desestructuración, una angustia de muerte que nuestra educación no nos ha enseñado a superar.

Ante esa angustia insuperable no hay prácticamente más que tres actitudes posibles:

- Primero el rechazo del cambio, o al menos el rechazo a integrarse, a participar en ese cambio. En el plano socioprofesional y político, es la pasividad y la resignación, la aceptación del orden establecido por miedo a lo desconocido, la sumisión por miedo a las responsabilidades y a la iniciativa. Es especialmente la delegación total del poder, el refugio inconsciente tras la autoridad del padre, simbolizada por toda la jerarquía, sea política, administrativa, sindical o cultural.
- La segunda actitud es la rebelión, la rebelión por sí misma, sin perspectivas de reconstrucción o con perspectivas imaginarias que no consiguen jamás actualizarse. Es la liberación de una agresividad destructiva. Es la violencia.
- La tercera actitud es la marginación, con un deseo regresivo de volver atrás, que encontramos expresado en las comunidades rurales. Ese deseo regresivo puede ir aún más lejos, que responde asimismo a un deseo inconsciente de destrucción de la personalidad. Queremos desarrollar esa agresividad constructiva que se manifiesta por la toma de responsabilidades en el seno del grupo.

En ciertos momentos, la personalidad se encuentra bloqueada entre la prohibición de la afirmación y la prohibición de la regresión. Se hace necesario desbloquear la situación en un sentido o en otro, o quizás en los dos. El aceptar y favorecer la regresión para permitir revivenciar bajo un aspecto segurizante las etapas y conflictos anteriores, es una actitud corriente en psiquiatría. No vemos por qué esta misma actitud no se ha de utilizar en pedagogía.

De la agresividad al acuerdo

La agresividad es la resultante de un conflicto entre el deseo de afirmación por la acción y los obstáculos y vetos que encuentra dicha afirmación. Las prohibiciones, por el contrario, una vez han sido interiorizadas, se hacen internas e inconscientes. Pueden ser sólo superadas por la transgresión, que es un acto agresivo, culpabilizado y angustiante. El deseo mismo de la transgresión es ya angustiante, inhibiendo cualquier tipo de agresividad, y si la prohibición es demasiado amplia, toda posibilidad de afirmación.

Para evitar esa involución del deseo de acción, son posibles dos actitudes, que además pueden ser complementarias y son, por un lado, la aceptación de la agresividad y por el otro la supresión del máximo de prohibiciones.

La agresividad aceptada: Medio de relación

La agresividad es un modo de relación con el otro una comunicación. Es incluso probablemente el modo más primitivo y el más espontáneo frente al otro, cuando éste es un desconocido. Necesitamos, pues, transponerla al plano simbólico, en donde la agresión podrá ser aceptada y desculpabilizada.

La libertad de expresión

El deseo profundo del niño es el de ser libre de sus actos, real y verdaderamente libre, es decir, no juzgado y no sometido afectivamente al deseo del adulto. El papel del educador

es el *proponer* objetos, materias, sonidos, temas generales de búsqueda, dejar a los niños explotar ellos mismos todos esos elementos, y saber esperar a que los niños, en sus búsquedas, le necesiten. En este caso no son los niños los que están a disposición del educador, sino a la inversa. Solamente en estas condiciones la expresión es auténtica, libre, espontánea y sincrética, y en donde las actitudes de huida, inhibición, sobrecompensación u oposición desaparecen. Es en estas condiciones cuando el niño, al poder asumir su deseo, trabaja con gusto, con dinamismo y alegría, sin saber que está "trabajando".

Hacia la expresión abstracta

Entre la expresión motriz y la expresión racional. A ese nivel hemos encontrado las bases primarias y fundamentales de la comunicación. El deseo de aprender es sólo uno de los componentes secundarios del deseo de actuar, del deseo de ser. La expresión abstracta es de otro medio de afirmarse que tomará progresivamente el relevo de la expresión motriz, asegurando la continuidad y *asumiendo todo el contenido simbólico*. Los conflictos que no hayan sido resueltos al nivel de la expresión motriz primaria se transpondrán al nivel de la expresión abstracta.

La "huella" y el deseo de sobrevivir, de la creatividad a la creación

La actividad motriz es vivenciada en el presente, un presente que evoluciona y se modifica sin cesar, remitiéndose al pasado y preparando un futuro, que es asimismo evolución constante a través de una continuidad de presentes. Éste es el porqué nosotros creemos que esta actividad es la base misma de la creatividad, de esa búsqueda constante en donde nada es fijo jamás, en donde nada se repite. Pero hemos visto también que en determinados momentos ese movimiento perpetuo se inmoviliza en la búsqueda de una estructura, de una cierta permanencia. Esta permanencia es una tentativa de proyección del presente en el porvenir, pero se convertirá en testimonio del pasado. Hemos pasado con esto de la creatividad a la creación.

Hacia la expresión sonora

La expresión sonora es el dominio del ruido. Pero el ruido es en sí el resultado de un gesto; gesto de espiración modulada por los órganos fonatorios o gesto dirigido hacia el objeto que va a producir el sonido. El dominio del ruido es pues, en definitiva, un dominio del gesto. Ese dominio no es el resultado solamente de un aprendizaje motor, sino también y de manera muy especial de una evolución psicológica.

En la actual civilización de concentración humana, nuestro espacio sonoro está cada vez más imbricado en el de los demás y cada vez más reducido por sus reacciones de defensa. El niño no tiene derecho a hacer ruido, el ruido es culpable; culpable, es decir, inhibido en su expresión auténtica y valorizado como medio de oposición al adulto. Y por el contrario, el niño está cada vez más sometido a un espacio sonoro impersonal, cual es el de la radio, televisión y músicas de ambientes diversos.

Antes de poder dominar el ruido es necesario liberarlo, desculpabilizarlo, permitir y aceptar la explosión del ruido, de la misma manera como hemos aceptado y permitido la explosión del movimiento. Una vez así descargadas las tensiones agresivas será posible acceder al dominio y al acuerdo.

Consideramos sucesivamente los dos aspectos de la expresión sonora: la expresión vocal y el sonido a través de los objetos. Expresión sonora es también la emisión vocal, y la emisión vocal, es en principio el grito. El grito tiene un gran valor simbólico; es realmente lo que sale del cuerpo para ser proyectado en el espacio. El grito de llamada, que es deseo de ser reconocido como objeto y el grito de afirmación, que es deseo de ser sujeto.

El grito está vinculado al gesto; no se grita estando inmóvil. Aparece espontáneamente cuando el gesto es vivenciado en toda su intensidad emocional. La desculpabilización y liberación del grito nos parecen importantes para la liberación y afirmación de la voz, a las que encontraremos aplicación en la palabra, el canto y también en cualquier reeducación de lenguaje. Es "dar" la voz, sin reticencias, lo mismo que se da el objeto o el gesto.

En el lenguaje hablado hay algo más que significantes verbales; hay sonidos, modulados por una carga afectiva y emocional, que vehiculan un mensaje distinto del de los semantemas codificados. En toda expresión hablada existen elementos de comunicación "infraverbales" cuya importancia es capital. El término *infraverbal* induce una significación regresiva y primaria. Son elementos afectivos y emocionales que están íntimamente relacionados con las tensiones tónicas del cuerpo en toda su integridad.

El bebé es sensible a la melodía del lenguaje, acorde con la actitud gestual de la madre, que la subraya; él comprende el sentimiento mucho antes de comprender el sentido. El niño mismo es más sensible a la modulación afectiva del discurso que a su contenido semántico. Es el jugar, en el movimiento, con los sonidos, las asociaciones de sonidos, los fonemas, los ritmos de sonoridad vocales, quizá también componer melodías espontáneas de sonidos y descubrir el acuerdo vocal con los demás. En una palabra, no tener miedo de su voz.

Hacia el lenguaje verbal

El niño vive inmerso en un baño de lenguaje, del que poco a poco va descubriendo la significación y su uso. Él utiliza, pues, espontáneamente el lenguaje y nosotros lo utilizamos con él. La verbalización está, por tanto, asociada a todas las etapas de la vivencia para comentar, discutir, analizar, prevenir y organizar.

La expresión verbal correcta es el resultado de una búsqueda, una evolución, un ajuste y un enriquecimiento progresivo. Es algo que no se aprende, sino que se construye. Hablar, es también afirmar su presencia, una presencia intelectual que es proyección fuera de sí y recubre la misma significación simbólica que el acto motor. El lenguaje verbal es medio de comprensión del otro, pero especialmente medio de expresión de sí. Hablar, como crear, es en primer lugar hablar para sí antes de hablar para el otro. Lo mismo sucede con la escritura, que es la huella del lenguaje y tiene solamente el valor del mensaje.

TEORÍA DE JEAN LE BOULCH

Utilizan el movimiento como medio principal, o sencillamente importante, en su actividad. Le Boulch decidió abordar el estudio del movimiento humano partiendo desde un punto de vista más global y considerándolo como una de las dimensiones de la conducta, un poco como la lingüística contemporánea aborda el estudio del lenguaje.

Rechazo del dualismo metodológico de descartes

El dualismo filosófico conduce a la concepción de un "cuerpo-instrumento"

La parte que le corresponde al cuerpo en una concepción intelectualista de la educación es modesta y se ciñe prácticamente a la sola preocupación por el mantenimiento de la salud. El materialismo mecanicista del siglo XIX llevará esta concepción utilitaria del movimiento a los extremos del dualismo metodológico de Descartes. En efecto, el cartesianismo ha marcado profundamente durante muchos siglos del pensamiento occidental y oculta en sí el secreto de la técnica que da origen a los progresos científicos e industriales de fines del siglo XIX y principio del XX. Mediante el dualismo metodológico distingue el alma, que se define por el pensamiento, del cuerpo, cuya característica es la extensión. Sólo el pensamiento es capaz de concebir y querer, y de ello depende el acto; el cuerpo se reduce a una sencilla maquinaria movida por el espíritu. Los estudios científicos acerca del movimiento humano se han dirigido, hasta el momento, hacia estos aspectos mecánicos y hacia las condiciones del rendimiento.

La ciencia del movimiento humano no puede homologarse con el estudio de una máquina compuesta por palancas, bisagras y músculos

El advenimiento del "hombre-máquina", de "deportista-robot", es no sólo posible, sino que se ha convertido en una realidad cotidiana. Esta forma de alienación que produce un hombre extraño ante sus propios movimientos parece suministrar la justificación práctica del dualismo. En psicokinética, por el contrario, se pone énfasis en la necesidad de considerar al movimiento no como una forma "en sí" cuya índole se dilucida por una

descripción mecánica, sino como una manifestación "significante" de la conducta de un hombre: "La unidad del ser sólo puede realizarse en el acto que él inventa.

La ciencia del movimiento humano debe partir de la existencia corporal como totalidad y como unidad

No seguiremos, pues, el método clásico que consiste en estudiar fragmentariamente el movimiento adoptando sucesivos enfoques anatómico, fisiológico, psicológico y sociológico. Partiremos, por el contrario, de los gestos del cuerpo, manifestación de la presencia en el mundo, para después recobrar, bajo esta simplicidad aparente que nos brinda la experiencia inmediata, toda la complejidad real de los fenómenos. Las reacciones de unos organismos sólo son comprensibles y previsibles si se las considera no bajo el ángulo biomecánico de contracciones musculares que se suceden en un cuerpo, sino como actos que se dirigen a un determinado ambiente. Pero si bien los movimientos pueden comprenderse según su modo de conexión con un medio, expresan sin embargo una determinada manera de ser de la personalidad "en situación", y revelan emociones y sentimientos que ella experimenta.

Tono y expresión en el recién nacido

Spitz describe al recién nacido como provisional y relativamente aislado del mundo exterior mediante un umbral de percepción muy elevado. Ese estado corresponde a la etapa preobjetal y narcisista primaria, descrita por el psicoanálisis, y a la etapa impulsiva según Wallon.

El recién nacido oscila entre un estado de insatisfacción y un estado de quietud paralelos a la reacciones tónicas vasomotrices y motrices manifestadas. En estado de necesidad, vemos que se alternan descargas tónicas masivas con agitación motriz incoordinada, y luego de la satisfacción, una baja en el tono. Como lo ha señalado Wallon, desde el nacimiento, el diálogo del niño con el mundo se realiza a través de las relaciones tónico-emocionales, juntamente con la actividad digestiva y respiratoria. El niño "vive en un

círculo tónico cerrado donde predominan las reacciones automáticas y del cual sale mediante descargas tónicas reaccionales (los gritos son un ejemplo de ello) o de fases de relajación relativa (sueño)" (Durand de Boussingen).

- La vinculación entre el estado tónico y la necesidad;
- Las variaciones del tono como modo de expresión de las emociones primarias.

Muy pronto el niño comienza a establecer relaciones entre sus deseos y las circunstancias exteriores; el reflejo condicional se hace posible. En esta época, el niño percibe el rostro humano y muestra ante su presencia reacciones tónicas coordinadas que le permiten seguirlo con los ojos, lo cual conduce, entre el segundo y tercer mes, a una reacción mímica muy importante: la sonrisa, índice del despertar del niño al entorno humano. A la edad de seis meses, el niño dispone de toda una gama para traducir sus emociones, es decir, expresarse en el sentido exacto del término y lo bastante rica como para darle una amplia superficie de intercambio con el medio humano.

El estudio detallado de esta fase de la evolución es rico en enseñanzas en lo que se refiere al estrecho lazo que une la función tónica con los medios racionales del lactante. El tono desempeña, por un lado, un papel preponderante en la adquisición de la conciencia de sí y en la distinción del yo y de los demás; por el otro, es sobre la base de una buena equilibración del tono que podrá *desarrollarse la función transitiva del movimiento, por ende, de la actividad voluntaria eficaz y coordinada.*

Factor humano y expresión en el recién nacido

Estas modificaciones de la motricidad del recién nacido, en el sentido de una mejor adaptabilidad, dependen esencialmente de dos factores. Por una parte, de la maduración de la corteza cerebral que se traduce por medio de la entrada en juego progresiva del haz piramidal, desapareciendo la motricidad subcortical (palidal), y por la otra, del carácter favorable o desfavorable del medio humano en el que vive el niño, el cual influye considerablemente sobre su equilibrio tónico-emocional.

Los trabajos de Spitz subrayan la importancia de una presencia humana afectuosa que rodee al niño y, en particular, de la actitud afectiva de la madre, no sólo para el desarrollo del niño sino para su estado tónico. Pero mucho antes de que el niño se muestre sensible a la expresión mímica, otros estímulos sociales como el contacto cutáneo representado por las caricias, los besos, la manipulación en el momento de la atención, deben desempeñar un importante papel en el desarrollo del bebé.

El "maternaje" como terapéutica psicomotriz o psiquiátrica, en los casos de debilidad profunda y en las grandes regresiones mentales, corresponde a la utilización sistemática de todos los medios que emplean los contactos cutáneos en todas sus formas. La expresión emocional es, en primer término, un llamado espontáneo del niño a su medio bajo el impulso de sus necesidades, pero muy pronto la actitud de los demás, en particular la actitud de la madre, tendrá una influencia sobre el sentido de las manifestaciones expresivas que cada vez se harán más específicas.

El desarrollo de la motricidad piramidal voluntaria junto con la maduración simultánea de la corteza cerebral se traducen, en el plano de la motricidad transitiva en el mejoramiento de las posibilidades de ajuste al medio; en el plano de la motricidad expresiva, en una mejor adaptación de las reacciones espontáneas a las condiciones afectivo-emocionales del medio. No obstante, esta capacidad de organizar reacciones específicas, tanto en el plano transitivo como en el expresivo, será aún por mucho tiempo tributaria de las variaciones no controladas del fondo tónico, vinculado asimismo con las reacciones emocionales y la situación afectiva del niño.

Expresión y movimientos espontáneos

La expresión es anterior, en el desarrollo, a la actividad transitiva eficaz, y toda la motricidad del recién nacido se compone de las variaciones tónicas ligadas a los afectos primarios. Así pues, los movimientos espontáneos, traducción de ese dinamismo del organismo vivo, no poseen la misma significación que las manifestaciones provocadas o

reflejas. No obstante, si bien la significación difiere, su evolución será concordante, ya que así como los automatismos y reflejos primarios estarán progresivamente mejor ajustados a las necesidades, las reacciones tónico-emocionales estarán cada vez más modeladas por la experiencia vivida del niño en su medio social.

En las reacciones espontáneas, el cuerpo no es una herramienta orientada hacia un objeto cualquiera exterior a él, sino que vive su presencia en el mundo como unidad originaria fundamental, como "cuerpo propio". Esta presencia en el mundo se le revelará al niño mediante el descubrimiento del placer y del dolor a través de su corporeidad. La emoción, en este estadio, sólo será una determinada mímica, traducción de algo vivido, pasajero, pero que podrá inscribirse profundamente en el cuerpo del niño e influir "inconscientemente" en sus reacciones futuras.

En esas condiciones, el diálogo tónico va a proseguir con los demás. El resultado de ese diálogo será legible directamente en las reacciones corporales y en las mímicas del niño, es decir, en sus actitudes y movimientos espontáneos. El tono es, en efecto, el tejido con el cual se fabrican las actitudes y la mímica.

La identificación representa una faceta de ese diálogo. Por medio de la identificación el niño "internaliza" un aspecto de otra persona y se transforma en función de él; de modo que es una tendencia a la unificación y permite una concordancia del niño con su medio. De manera, pues, que el niño va a integrar las actitudes de los demás y a sentirlas literalmente en su cuerpo, en virtud de su propio juego tónico. El niño podrá, en consecuencia, vivir en realidad, corporalmente, los sentimientos de los demás, sean agresivos o bien afectuosos.

A través de la experiencia vivida de su cuerpo, el niño va a estructurar las situaciones emocionales y afectivas en un determinado número de esquemas tónico-emocionales específicos. A menudo se ha expresado ese hecho diciendo que a los dos años el niño es incapaz de diferenciarse de los demás y que parece confundirse con las personas que lo rodean.

De la expresión espontánea a la expresión controlada o socializada

La expresión espontánea del niño era la afirmación del "yo"; la expresión controlada sometida a la influencia de los centros corticales representa una expresión personal que traduce una determinada manera de ser del "yo". La expresión pierde su espontaneidad cuando el niño se da cuenta del efecto que produce en los demás y cuando, precisamente, busca producir un efecto.

De modo pues que la expresión auténtica de una personalidad que se manifiesta en sus gestos, actitudes y palabras no puede ser pura espontaneidad. Se debe inscribir en determinados "moldes sociales", por lo tanto está modelada por un control voluntario de la mímica correspondiente a un verdadero aprendizaje social. La autenticidad reside en un buen equilibrio entre los modelos del superyó, que denotan la adaptación necesaria a las normas sociales, y los modelos correspondientes a las tendencias personales, expresión de la voluntad de afirmarse. Sin duda, los gestos y las actitudes naturales corresponden a eses estado de equilibrio, muy incierto y muy inestable. Las experiencias vividas del sujeto en sus relaciones con el medio humano, según el carácter empático o represivo de este último, ejercen una influencia considerable sobre "la naturalidad de la expresión", en particular sobre la actitud corporal y la gestualidad, en su relación con la personalidad global.

El gesto y la mímica en el diálogo con los demás: de la expresión a la comunicación

El ser humano no puede vivir atrincherado, no actúa a modo de reacción o por reflejo, sino que se exterioriza y se expresa. Es decir, que se manifiesta como ser humano en un medio humano. Esa expresión es, en un comienzo, gritos, gesticulaciones y variaciones tónicas; luego esa espontaneidad expresiva dejará lugar a la comunicación cuando por medio de la mímica y sus gestos queremos "significar" algo para el otro. La gestualidad adquiere, entonces, el sentido de un mensaje y está orientada por una intencionalidad consciente o inconsciente, según el sentido que le atribuyamos a ese término.

La expresión auténtica y el cuerpo

Por medio del cuerpo es que estamos presentes ante los demás y, con él, ante el mundo. El modo de relación con los demás se traduce en el plano psicológico por medio de impresiones subjetivas de simpatía y antipatía; en el plano fisiológico, por medio de modificaciones tónicas. Tono y psiquismo están así ligados y representan dos aspectos de una misma función. La concepción de esta unidad fundamental psicósomática nos permite comprender que no hay emoción sin alguna expresión somática tónica.

Sin saberlo el paciente, su musculatura estriada es el asiento de espasmos permanentes que constituyen su armadura muscular. La rigidez muscular representa la parte esencial del rechazo y no el resultado o el acompañamiento de ese rechazo. La expresión del cuerpo, sobre todo en sus manifestaciones tónicas, es la traducción en otro registro de las reacciones emocionales y afectivas profundas, ya sean conscientes o inconscientes. Sea la expresión tónica de orden mímico, gestual o verbal, siempre representa un verdadero lenguaje afectivo que es posible descifrar.

El acto de expresar consistirá, entonces, en exteriorizar una idea y un sentimiento por medio de una reacción corporal inconsciente pero controlada que tendrá carácter manifiesto para el interlocutor.

Desplazamientos de la expresión y función del cuerpo

La *expresión corporal* permite llegar todavía más lejos en el abandono del verbalismo y en llevar la expresión, otra vez, al nivel del "cuerpo vivido", que es aquel del cual puedo disponer para comunicarme. La principal, el adulto, es de orden cultural. El anatema que desvaloriza y que pesa sobre el cuerpo en nuestras sociedades desde hace mucho tiempo es causa de un malestar regresivo en la conducta que se traduce por medio de actitudes rígidas de defensa tónica. Así pues, es preciso escoger situaciones suficientemente inestructuradas a fin de inducir una expresión espontánea y evitar la utilización de gestos convencionales o aprendidos.

Esta observación nos ayuda a comprender que muchos métodos llamados de expresión corporal se reducen a un aprendizaje técnico de gestos codificados o a la imitación, más o menos rigurosa, de los modos de expresión del animador. Esta última observación es verídica sobre todo cuando se trata de la expresión corporal del niño que, con mucha frecuencia, en lugar de ejercer su espontaneidad se contenta con imitar al adulto con el cual se identifica.

La soltura, la naturalidad y la espontaneidad en la expresión gestual y mímica no son un dato inmediato pero suponen una reconciliación del ser con su cuerpo, bastante a menudo dejado sin cultivar en nuestro sistema de formación demasiado intelectual y verbal. Sólo cuando esa unidad se reconquiste, el cuerpo y sus movimientos en conjunto llevarán a cabo una función expresiva en el diálogo con los demás".

La danza como lenguaje gestual

Antes de ser una forma de arte, la danza ha sido una expresión espontánea de la vida colectiva a la que proporcionaba un vigoroso y expresivo realce. Es verosímil creer que el hombre danzó antes de haber hablado. En todas las sociedades de todos los hemisferios el hombre se ha manifestado, se ha expresado con el cuerpo desde sus orígenes.

El calor de la danza funde, por decir así, a los individuos aislados en un solo ser, conmovidos y animados por un único y común sentimiento. Durante la danza, los participantes se hallan en un estado de perfecta socialización; el grupo danzante se siente y actúa como un organismo único, y precisamente en este efecto socializante consistió la significación de la danza primitiva.

Si bien la danza posee un efecto socializante y unificante, no obstante, su fin es inicialmente de orden utilitario en las sociedades primitivas. Se danza para obtener la curación de los enfermos, para pedir la lluvia, para asegurar la fecundidad de la tierra, para protegerse contra los ataques de los espíritus hostiles, para reclamar la victoria en combates

y para garantizar una caza fructífera. Por ello, a las primeras danzas se las llama imitativas y utilizan como accesorio máscaras personificadoras. Los danzarines simulan los acontecimientos cuya realización desean, superando así la angustia colectiva ante las fuerzas desconocidas.

En las danzas sagradas de la India, sobre todo, el simbolismo gestual ha sustituido con mayor nitidez a las formas instintivas. Fueron los sacerdotes, magos y chamanes lo que inventaron un código de la danza y elaboraron leyes que ninguno debía infringir a fin de no atraer sobre los hombres las maldiciones de las potencias secretas por una mala interpretación de los ritmos y de los gestos rituales.

A una danza con carácter de expresión espontánea se la reemplazó por una danza representativa codificada y técnica, vaciada casi por completo de su aspecto expresivo. El arte de la danza en Occidente entablará, de igual modo, una lucha con este problema: conciliar el aspecto expresivo y un determinado formalismo o una determinada técnica que permita pasar de la mera expresión emocional a una comunicación, es decir, la transmisión de un mensaje estético.

Bases neurológicas de la conducta motriz

La necesidad del aprendizaje rápido de determinadas destrezas socialmente útiles incita, a veces, a proceder por medio de la mecanización cuando la educación no ha logrado unificar el ser corporal, intelectual y sensible. Por el contrario, una verdadera autonomía conminada a seguir siendo un mero tema de disertación filosófica radica en el acto de hacerse cargo del "propio-cuerpo" con miras a un mejor ajuste al medio físico y social. Esta "disponibilidad corporal" se opone a la mecanización a la que apunta el "drill". La descripción que hemos hecho en el capítulo precedente del aprendizaje inteligente con programación consciente, es decir, a partir de una representación mental del "esquema de acción", lejos de resolver los problemas cotidianos con los cuales se enfrentan los que enseñan el movimiento, por el contrario los acentúa.

La regulación de la respuesta motriz

La regulación minuciosa de la cooperación de los diferentes grupos musculares que permiten un perfecto ajuste del movimiento al fin perseguido pone en juego a la "*función de coordinación*".

Una buena coordinación del movimiento implica:

- La adaptación de la fuerza y de la duración de las contracciones de los músculos agonistas y sinérgicos.
- La perfecta regulación de las contracciones musculares simultáneas o sucesivas y la relajación correspondiente de los músculos antagonistas.
- La corrección permanente de la precisión del movimiento mediante el juego de los reflejos reguladores y de equilibración.

Las vías de la motilidad

Clásicamente dos sistemas intervienen de manera específica cuando se provoca un movimiento: el sistema piramidal en el origen del acto voluntario, y el sistema extrapiramidal, el cual se considera que interviene en la realización del acto motor automático o reflejo.

El sistema piramidal

Según los datos clásicos, este sistema relacionado con los movimientos voluntarios era de estructura muy sencilla. Nace a la altura de la circunvolución frontal ascendente (área 4 de Brodman). Los cuerpos celulares de las neuronas que lo componen representan a las células de Betz, gigante-piramidales. Sus prolongaciones recorren sin interrupción y entrecruzándose casi totalmente, el sistema nervioso central, formando un haz homogéneo que llega hasta las motoneuronas alfa.

Intento de síntesis acerca de la regulación motriz

¿Cómo representarse las interacciones y las funciones de los dos sistemas motores? El sistema extrapiramidal, filogenéticamente más antiguo, asegura la motricidad automática de base en el animal y en el niño, antes de la mielinización del fascículo piramidal. La motilidad extrapiramidal corresponde, sobre todo, a las masas musculares proximales, automática y semivoluntaria. La motilidad piramidal sería directriz de los músculos, sobre todo distales, que intervienen en la ejecución de los movimientos precisos y rápidos, como los de la mano y los dedos.

En el hombre adulto, la motricidad más elaborada, más fina, más adaptada a las necesidades depende de la acción conjugada de los circuitos piramidales y extrapiramidales. Nuestras diferentes observaciones en lo que concierne al aprendizaje motor nos conducen, a este respecto, a emitir la hipótesis de que uno de los problemas importantes a resolver para alcanzar una buena disponibilidad motriz es, precisamente, armonizar mediante una educación adecuada el funcionamiento de esos dos sistemas.

Del "cuerpo-objeto" al "cuerpo propio" en el aprendizaje motor

La preocupación por el gesto mecánicamente eficaz relega a un segundo plano el carácter expresivo del movimiento y el aprendizaje motor adquiere, la mayoría de las veces, la forma de una mecanización que convierte al cuerpo en un extraño para la propia persona.

Durante el entrenamiento, el cuerpo-objeto se halla sometido al programa que define el modelo al que se debe ceñir el cuerpo. El instructor es el poseedor del modelo, el retransmisor del programa de instrucción y su guardián. La validez del programa está garantizada por el "carácter científico" de los estudios mecánicos, cinematográficos y estadísticos que han sido necesarios para su formulación. El aprendizaje que vamos a precisar se dirige a un "cuerpo propio" que conserva intactas todas sus posibilidades de expresión, del cual depende el equilibrio de la persona y no aun "cuerpo objeto" mecanizado con la mira de un mejor rendimiento.

Ontogénesis del movimiento y estructuración del "esquema corporal"

En virtud de su actividad motriz, mediante la cual el individuo explora y modifica el medio, unida luego a la verbalización, la imagen del cuerpo como estructura central de la personalidad se organiza en torno del mutuo intercambio entre el organismo y el medio. La ciencia del movimiento utilizada con un sentido humano, se debe fijar el imperativo de conservar la plasticidad y desarrollar la creatividad y no transformar un sistema potencialmente plástico en un conjunto de estructuras rígidas de conductas adheridas a la persona.

PRÁCTICAS SOMÁTICAS

La Educación Somática congrega un conjunto de métodos orientados hacia la conciencia del cuerpo y el desarrollo personal, siendo las más conocidas: La Eutonía de Gerda Alexander; la técnica Alexander de Mathias Alexander; la Antigimnasia de Teherese Bertherat; el Body Mind Centering de Bonnie Bainbridge Cohen; la Gimnasia Holística de Lily Ehrenfried; Los Fundamentales de Laban Bartenieff; el Método Feldenkrais de Moshe Feldenkrais; y Somarritmos de Ninoska Gomez.

Pese a que la educación somática tiene en muchas ocasiones efectos terapéuticos, su acción no reside propiamente en la patología, la etiología y los síntomas sino más bien, como lo dice Yvan Joly (1978): "en el proceso de aprendizaje sensorio motor, el desarrollo del potencial cinestésico y el descubrimiento en el movimiento de mejores opciones estratégicas". Se consideran y reconocen principalmente como prácticas de desarrollo personal, haciendo énfasis en el aspecto pedagógico del movimiento.

LAS PRÁCTICAS MÁS CONOCIDAS SON:

1. Eutonía. Método creado por Gerda Alexander, nacida en Alemania en 1908. Su vida estuvo marcada por la influencia de la danza y su preocupación por la búsqueda de métodos que contribuyan al desarrollo del ser a través de la experiencia corpórea. Su interés llevó a realizar estudios en la Escuela de Jaques Dalcroze. Su experiencia de vida estuvo marcada no solo por la experiencia corpórea a través de la danza sino, además por la enfermedad (fiebre reumática) ambas, base y razón del descubrimiento de la autoconciencia y el control tónico, como terapia y medio de autoconocimiento.

Con base en su experiencia, comienza en Alemania la búsqueda del movimiento natural del ser humano, establece una pedagogía del movimiento basada en la sensación, a la que le da el nombre de Eutonía, aplicando sus conocimientos sobre la enseñanza de la rítmica en los jardines de Copenhague, como en la escuela de formación de maestras de dichas escuelas, el teatro de Kongelige de Copenhague en la formación corporal de base y en 1940 funda en Copenhague, Dinamarca una escuela internacional de eutonía.

La Eutonía se describe como un método de desarrollo personal mediante el conocimiento de sí mismo a través de diferentes posibilidades de percepción y movimiento. Alexander (1979) parte del concepto de eutonía "La palabra Eutonía (del griego "eu" = bien, armonioso, justo y "tonos", tensión) se creó en 1957 para traducir la idea de una tonicidad armoniosamente equilibrada y en adaptación constante, en relación precisa con la situación o la acción por vivir") o como un estado que consiste en mantener todas las partes del cuerpo en un grado de tensión muscular óptima con respecto a la acción que el sujeto se propone realizar y al mismo tiempo ser capaz de observar la acción mientras transcurre.

Su trabajo consiste, no en la aplicación de técnicas de movimiento, sino en el hacer presente al cuerpo, darse cuenta de lo que pasa en él y así generar adaptaciones en la vida diaria, utilizando el concepto de economía de movimiento, y rescatando el concepto de cuerpo como unidad. "Uno de los principales objetivos es proporcionar la ocasión de reencontrar las posibilidades reaccionales, tanto el plano motor como en el plano racional, así como al máximo de libertad permitido por los límites de nuestra realidad psicológica, reconociendo, que dichos límites son más flexibles de lo imaginado" (Seifert, 1982). Su trabajo establece la relación entre la función tónica, la vida emocional, el medio ambiente, el sistema músculo esquelético y táctil, valorando el gesto como medio que evidencia e integra al sujeto con su realidad.

Otro aspecto importante planteado en el trabajo de Eutonía es el reconocimiento del tacto y el contacto, en el primero potencializa la piel como órgano sensitivo que envuelve la estructura corpórea, permitiendo restaurar la sensibilidad que a su vez amplía la percepción del mundo y la imagen corpórea. En el segundo, se potencializa el contacto, teniendo en cuenta la forma de aproximación de los objetos, las personas y el mundo circundante, a través del tacto y la propiocepción procurando que la relación no se base únicamente en la conciencia de las sensaciones que el otro genera, sino en la presencia de sí en esta relación, entendiendo éste como "ir hacia él abiertamente, estableciendo una relación de comunicación y equilibrio" (Alexander, 1977) en tanto que se trabaja con objetos y personas, pretendiendo la continua simbiosis con lo que nos rodea.

Considera el movimiento, expresión o acción del sujeto como unidad, utilizando la sensación cinestésica y la conciencia corporal, a la cual se llega por un trabajo de autoconciencia, empleando los "inventarios", definidos como: "Evocación, no descriptiva, más o menos detallada de las diferentes partes del cuerpo" (Alexander, 1977), estos se realizan en diferentes posiciones. Estos inventarios favorecen la representación corpórea que se nutre no solo de las imágenes visuales, sino de las sensaciones. Las posiciones de control también contribuyen a la toma de conciencia del cuerpo, en ellas se asumen posiciones dirigidas o libres en las cuales se demuestra control y equilibrio tónico, recreando experiencias de equilibrio que se ajusten a las leyes de movimiento e incluyendo prácticas de educación rítmica, utilizando los principios de sensibilización, de lucha contra las inhibiciones, generando unidad en la diversidad de las sensaciones, tal como lo exponía Dalcroze.

Finalmente se nombran los movimientos alternados de contracción y decontracción en los cuales el sujeto se relaja en determinada posición, alternando la contracción y decontracción de grupos musculares, desarrollando el respeto y la escucha del cuerpo tanto en reposo como en movimiento. La propuesta de la eutonía se basa en encontrar o reencontrar un mejor contacto con la realidad de su propio cuerpo y de su entorno, con todo lo que eso significa como potencial de salud y de equilibrio, entendiendo este último como la identificación de un lazo auténtico con el mundo. El trabajo eutónico se puede recapitular en los siguientes aspectos (Alexander, 1977):

- Desarrollo del contacto consciente: es una forma de dirigir la conciencia y sirve para liberar fijaciones de tono en diferentes partes del propio cuerpo.
- Desarrollo de la percepción de la piel: ayuda a tener una imagen integral del cuerpo. Enriquece el conocimiento sobre la percepción háptica que a su vez favorece el aprendizaje con el entorno.

- Reconocimiento del esqueleto: la percepción que se tenga sobre los huesos, sus funciones y la forma de distribución de las fuerzas especialmente, la influencia de la fuerza de gravedad.
- Desarrollo de la capacidad de observación en el presente, explorando las sensaciones interoceptiva, propioceptivas y exteroceptivas, para lograr un mayor entendimiento de sí mismo y de su relación el medio.

Este trabajo de constante observación sobre sí mismo se evidencia en características propias del movimiento eutónico, que se nombran a continuación (Seifert, 1982):

- Tono distribuido armoniosamente: permitiendo la identificación de las "crispaciones" contracciones sostenidas, y distonías que limitan el aprovechamiento de la energía.
- La flexibilización del tono: permite múltiples adaptaciones mejorando la expresión corpórea y la comunicación con el otro.
- Presencia: ampliando la capacidad de auto regulación y descubrimiento a través de la observación en el presente.
- Utilización del transporte de fuerzas a través del esqueleto: permitiendo utilizar en beneficio propio las fuerzas externas que actúan sobre el cuerpo.
- Prolongamientos y contactos: favoreciendo las formas de aproximación al mundo de los objetos y a las relaciones con el otro.
- Soltura, comodidad y economía: mayor eficacia en el movimiento, facilitando la utilización de energía y la creatividad.

2. La técnica de Alexander. Su creador fue Frederick Mathias Alexander. Nacido en Australia, en 1904 se traslada a vivir a Inglaterra, en donde comenzó su carrera como actor

de declamación, especializándose en textos de Shakespeare y otros dramaturgos. En momentos en que estaba alcanzando un alto nivel profesional de su carrera como actor, se vio amenazado por una disfonía recurrente que le impedía realizar sus actuaciones y habiendo agotado todos los tratamientos conocidos, incluyendo descansos prolongados, decidió que buscaría una solución por sí mismo para su problema de voz.

Observándose con la ayuda de espejos, notó que involuntariamente estaba interfiriendo con lo que consideró su coordinación natural y dedujo que esto estaría afectando su funcionamiento. Este "mal uso de sí mismo" como él lo llamó estaba afectando tanto a su actuación como al resto de sus actividades diarias. A lo largo de años de observación y experimentación fue desarrollando su técnica, y en el proceso solucionó sus problemas vocales. Luego comenzó a enseñar su método a otros actores y a la gente en general. Su teoría acude al llamado de la conciencia sobre el uso que se le da al cuerpo y de cómo este uso, determina una mala percepción cinestésica influyendo sobre el tono y la utilización poco económica que se hace de los movimientos.

En primera instancia, su método pretende contribuir a mejorar una conducta común, que él llamó "logro de fines" y que se refiere a la realización de acciones teniendo como objetivo, el fin último, en palabras de Alexander: (citado por Barlow) "Todos somos perseguidores de fines. Tenemos metas hacia las cuales nos precipitamos sin considerar jamás los medios por los cuales podemos conseguir nuestro propio propósito". Desconocemos la importancia de los procesos, y la conciencia de los medios por los cuales alcanzamos dichos fines, ya sea por las metas que nos trazamos en forma personal o por aquellas que nos impone la sociedad en que vivimos.

Como se menciona anteriormente, la base de su teoría fue el estudio del "uso de sí mismo", y de cómo la forma en que se utiliza el cuerpo determina la forma de su posterior funcionamiento. A través de años de observación y ejercicios de conciencia corporal, Alexander retoma el concepto de "control primario" estudiado por el doctor Coghill (citado por Rosenberg, 1997) en reptiles mediante el cual establece las relaciones de dirección que existen entre cabeza, cuello y tronco.

En este equilibrio cefálico, el uso que le damos al cuerpo obedece a una serie de estados influenciados por las emociones y los patrones culturales, que contribuyen a crear un esquema corporal o paisaje corporal que determina la forma en que actuamos. Alexander retoma el concepto de constructo corporal esbozado por Mair y Bannister (citados por Barlow) "que no solo comprende el modo en que interpretamos las cosas, sino también el modo en que construimos nuestras respuestas y organizamos las cosas del mundo exterior a fin de que aparezcan tal como queremos que sean. Este constructo corporal produce nuestro uso habitual del cuerpo, y constituye el fondo de nuestras percepciones" y está formado "con toda nuestra experiencia corpórea aprendida con anterioridad y que permite que interpretamos, es decir, establecemos una construcción de lo que nos ocurre en relación con este constructo personal" (Barlow).

Plantea que la cinestesia (entendida como el sentido que nos permite percibir el movimiento) puede ser imprecisa por diferentes factores, deformando el concepto corporal, y dichas imprecisiones son la causa de los malos usos que se le dan al cuerpo a lo largo de la vida, creando reacciones instintivas y habituales que determinan las formas de vida. Frente a esto, Alexander plantea que los hábitos determinan la vida y actuando como respuesta a estímulos en forma automática determinada a su vez por los propios hábitos, para lo cual "la inhibición" como base de su trabajo, de manera que el uso consciente del propio cuerpo podría contribuir a la inhibición de respuestas habituales, controlando a través de la conciencia la ejecución del acto en su totalidad.

En el desarrollo de estos principios, Alexander descubrió que pese a que reconocía los malos usos y la necesidad de inhibición de los mismos, no podía lograr el reconocimiento consciente de sus hábitos a causa de la información imprecisa del sistema cinestésico producida por el uso inconsciente del mismo, o sea, la falta de reconocimiento del sentido cinestésico por la falta de uso del mismo, hacía que éste no fuera confiable y reconocible. De manera que el redescubrimiento del sentido cinestésico a través del buen reconocimiento de nuestras sensaciones en forma constante, contribuiría tanto a la inhibición como a la nueva dirección del movimiento.

Alexander denominó la inhibición como aquella capacidad "de detenerse, de suspender nuestra reacción hasta estar adecuadamente preparados" (citado por Gelb, 1987), consideró además que el hombre que reacciona con las respuestas instintivas de todos los demás animales, está en la capacidad de parar una acción o dejar de hacer un movimiento del todo, para planear las respuestas y eludir así los hábitos cotidianos que nos llevan a respuestas muy rápidas y poco adecuadas.

3. El método Feldenkrais. Moshe Feldenkrais nació en Rusia en 1904, estudió matemáticas y se graduó en París como ingeniero mecánico y electricista, para posteriormente hacer un doctorado de Física Nuclear en la Sorbona en donde conoció el Judo y alcanzó el grado de cinturón negro. Desarrolló su trabajo en Israel a partir de los años 50 como un medio para contribuir a potenciar el aprendizaje del ser humano. Este método persigue la elaboración de una actitud consciente de las acciones humanas, a través del conocimiento sensorial, de manera que sea capaz de programar y reprogramar sus acciones de acuerdo a las circunstancias. Su trabajo, no se centra en el aprendizaje de cómo deberíamos movernos, sino de cómo nos movemos y cuáles son las implicaciones de nuestros movimientos, reconociendo al movimiento como la forma de expresión de lo que somos, poniendo al cuerpo vivido como base de la experiencia humana.

La autoimagen posee cuatro componentes que se interrelacionan en toda acción y son: el movimiento, la sensación, el sentimiento y el pensamiento. Es así como reconoce el papel de la emoción en la acción, determinando como los factores como la motivación y los miedos, son reflejados en modelos motores que condicionan el comportamiento, invitando al participante de sus métodos a conocer su emoción implícita en la acción.

Comprende dos modalidades de trabajo:

La primera se trata de lecciones de grupo llamada autoconciencia por el movimiento: "durante las cuales se ejecutan movimientos que se guían de forma verbal en los cuales se pretende centrar la atención con respecto a la forma de ejecución propuesta y las sensaciones a las cuales se debe prestar atención. Teniendo como objetivo primordial

ampliar la conciencia de sí mismo de manera que permita un auto imagen más exacta (Rywerant, 1984: 21).

El método Feldenkrais busca lograr que los procesos de pensar, sentir y moverse, estén integrados, que la persona aprenda por sí misma a "darse cuenta" de las cualidades de su movimiento, resignificando continuamente su experiencia corpórea, y logrando al ampliar el límite de sus posibilidades actuales. En sus propias palabras "hacer que lo imposible se haga posible, lo posible fácil, y lo fácil elegante" (Feldenkrais, citado por Triebel-thome, 1997).

El método ofrece múltiples aspectos, ya que no se trata de una técnica específica, sino de una forma de pensamiento que invita a hacer observaciones de sí mismo, a través de un estado continuo de autoconciencia, liberándose de los automatismos que condicionan y limitan la capacidad de elección y control.

4. Body Mind Centering (BMC) - Integración Mento Cuerpo (IMC). Método creado por Bonnie Bainbridge Cohen, fisioterapeuta y bailarina de origen canadiense, quien retoma a mediados de los años 70, los conceptos trabajados por Hanna, sobre el concepto de soma, para designar el cuerpo experimentado en contraste con el cuerpo objetivado.

Esta propuesta analiza el movimiento de forma compleja, teniendo en cuenta la mayor cantidad de factores que influyen en el movimiento humano, y estableciendo relaciones entre cada una de las partes del cuerpo y la naturaleza, de forma que el sujeto pueda establecer relaciones entre la conciencia y conocimiento del cuerpo a lo largo del proceso vital humano. Busca constituir relaciones de desarrollo recíproco entre lo individual y lo universal, estableciendo como la experiencia corporal viaja a lo largo de un continuo, desde la experiencia celular hasta la totalidad de los sistemas del cuerpo, la personalidad, la cultura y la naturaleza.

Reconoce que cada persona participante es al mismo tiempo objeto de estudio, estudiante y profesor, de manera que se establecen relaciones continuas entre las formas de movimiento más pequeñas que se realizan en el cuerpo y las formas de movimiento más grandes, estableciendo un estudio sobre esta y la interrelaciona con el desarrollo humano.

El estudio de IMC incluye el estudio de los sistemas de cuerpo: El sistema óseo, ligamentos, músculos, piel, órganos, glándulas de las endocrinas, sistema nervioso, fluidos, respiración y vocalización; así como el papel de los sentidos y la dinámica de percepción en el soporte de las fases del desarrollo motor del niño y del adulto. A cada sistema corresponde una calidad específica y una energía diferente, identificando relaciones a lo largo del desarrollo humano infantil como también en la progresión evolutiva del reino animal. Atribuye a cada sistema una contribución particular, suministrando de manera conjunta una estructura completa de apoyo y extensión. Es así como da a cada sistema una característica de la siguiente manera (Bambridge, 1993):

- El sistema óseo: suministra la estructura de apoyo básico, dando la forma básica a través de la cual nos movilizamos y actuamos en relación con el medio que nos rodea.
- Sistema de ligamentos: establece los límites del movimiento, en relación con la musculatura y su relación con el sistema óseo. Este sistema provee especificidad, claridad y eficiencia para el alineamiento, el movimiento de los huesos y los órganos, cumpliendo una función integradora.
- Sistema muscular: forma una red flexible en tres dimensiones que soporta el equilibrio y la movilidad de la estructura ósea. A través de este sistema se expresa la vitalidad y se vincula el diálogo entre la resistencia y la acción.
- Sistema de los órganos: ejecuta fusiones de sobrevivencia interna, respiración, alimentación y eliminación, siendo los medios de las emociones, las aspiraciones y la memoria de las reacciones internas provenientes de la historia personal.

- Sistema endocrino: es el gobierno químico principal del cuerpo integradas al sistema nervioso central y su equilibrio, y desequilibrio pasa, influye en todas las células del cuerpo. Se entiende como sistema de equilibrio/caos por medio de las cuales las experiencias arquetípicas se traducen en cualidad energética. Base de la intuición, percepción y entendimiento universal.
- Sistema nervioso. Es el sistema de gobierno eléctrico, el cual recibe y da información a todas las células. Se relaciona con la agudeza de pensamiento y la precisión de la coordinación. Establece la base perceptiva desde la cual visualizamos e interactuamos con nuestro mundo interno y externo.
- Sistema de fluidos: se constituyen como sistemas de transporte del cuerpo, como el intercelular, el sanguíneo, el linfático, el sinovial y el cerebro espinal. Son base de los procesos de transformación y median entre el descanso y la actividad, dotando de fluidez al movimiento y la mente.
- Sistema facial: la red conectiva es como una caja suave para las demás estructuras del cuerpo. Por medio de este sistema, los órganos se mueven sirviendo de apoyo interno al movimiento del esqueleto en el espacio, expresando en el mundo exterior los movimientos de los órganos internos.
- El tejido adiposo: entendida como energía potencial almacenada, expresando la fuerza y el dinamismo y a su vez brinda confort y protección.
- La piel: es la capa exterior que cubre el cuerpo y nos identifica estableciendo el límite entre lo que somos y no somos. A través de la piel estamos invalidados y protegidos y nos ponemos en contacto con los otros.

Concibe el desarrollo no como un proceso lineal, sino como un proceso en espiral en donde cada etapa contiene los elementos de las demás fases. Y como cada etapa anterior es la base y apoyo de la etapa sucesiva, cualquier salto o interrupción, puede conducir a

problemas de movimiento, desequilibrios y problemas en la percepción, la organización, la memoria y la creatividad. Parte del concepto de que en todas nuestras formas de expresión motriz subyace el desarrollo tanto de tipo ontogenético (el desarrollo humano infantil) como filogenético (la progresión evolutiva en el reino animal).

Toma como modelo básico neurológico la motricidad refleja, las reacciones de enderezamiento y las respuestas de equilibrio como fundamento del movimiento, y constitutivo de los patrones de desarrollo, clasificándolos en patrones prevertebrales y vertebrales que explican el proceso de evolución de la siguiente forma (Bainbridge, 1993):

- Los patrones prevertebrados: respiración celular, radiación central, bloqueo preespinal.
- Los patrones vertebrados son:
 - Espinal (movimiento de cabeza a cola) relacionado con los movimientos del pez.
 - Homólogo (movimiento simétrico de brazos y/o piernas) y homolateral (brazo y pierna derechos o brazo y pierna izquierdos moviéndose juntos) relacionado con el movimiento de los reptiles.
 - Controlateral (brazo y pierna derechos o brazo izquierdo y pierna derecha) relacionado con el movimiento de los mamíferos.

Teniendo en cuenta la relación entre la filogenia y la ontogenia se muestra algunas relaciones planteadas por esta autora a partir de los reflejos (Bainbridge, 1993):

- El reflejo laberíntico se relaciona con la tierra.
- El reflejo de moro y babinski con el abrazo.
- Del reflejo oral relacionado con la lactancia y al inicio del movimiento de la columna partiendo de la boca.
- A partir del reflejo anal, se inicia fundamentalmente el movimiento de la columna en la cola.
- Los reflejos de Galan y abdominal, se relacionan con el movimiento de la pelvis y el pecho a través del espacio.
- Por los reflejos de soporte negativo y positivo, se mantiene las relaciones de soporte y alejamientos sobre la tierra.

- Los reflejos de marcha espontánea y extensión cruzada, se relacionan con la forma en cómo se alternan las extremidades para la locomoción.
- Por los reflejos cervical simétrico y tónico cervical simétrico se inicia el movimiento homólogo.
- Por los reflejos tónico cervical asimétrico se inicia el movimiento homolateral.
- Los reflejos tónico lumbar y de estiramiento lumbar inician el movimiento contralateral.
- De las reacciones de enderezamiento laberíntico de la cabeza, de enderezamiento óptico y de Landau se produce el despegue de la tierra hacia el cielo y por medio de la actuación del cuello sobre el cuerpo y del cuerpo sobre el cuerpo se rueda estableciendo el primer patrón de locomoción a través del espacio.
- De las respuestas de equilibrio se aprende que por medio de las respuestas del ombligo, de extensión protectora, de marcha protectora y de salto proyectar se protege de la caída al piso.
- Gracias a las respuestas de equilibrio de estiramiento espacial se ajusta el cuerpo en el espacio para evitar caerse.
- Por las respuestas de equilibrio de giro espacial, uno gira en el espacio y se prepara para aterrizar cuando la caída es inevitable o para recuperar el equilibrio y por medio de respuestas se va más allá de la kinesfera personal y se vuela.

PROPUESTAS TEÓRICAS DEL MOVIMIENTO HUMANO
RELACIONADOS CON LA PROPUESTA DE ROLANDO TORO

(CONTINUACIÓN, véase CUADRO I)

La propuesta de Rolando Toro, en relación con el movimiento desde la metodología de Biodanza, me lleva aclarar muchísimo más la certeza de Biodanza, con relación a todos estos procesos integrativos desde el movimiento sin descartar claro la revisión que he realizado de propuestas desde el movimiento humano como Rudolf Laban, André Lapierre y Le Boulch; que hacen aportes muy interesantes con relación a todo este estudio del movimiento. Voy entonces a realizar una construcción teórica de cada una de estas propuestas mirándolas claro con la propuesta de Rolando Toro.

Rudolf Laban, le da una interpretación al movimiento y a la danza como mero ejercicio donde hay un flujo importante de movimientos donde esto le permite al niño la espontaneidad del movimiento, valerse de su movilidad, para todos los fines prácticos que persigue en su vida cotidiana, además que halle una relación corporal en la totalidad de su existencia y entender todo este flujo del movimiento como una de las características más poderosas de la estructura corporal y mental del hombre, donde el hombre, logra también encontrarse así mismo en su cotidianidad, o sea a partir de todo lo que hace a diario, como el habla, la escritura, el canto y el trabajo, llevando todas estas actividades por el flujo del movimiento.

Laban, hace una “relación importante entre los movimientos de la danza con esos primeros esfuerzos del bebé que son los movimientos ligeros del cuerpo, haciendo entonces un aporte importante con relación a estos primeros, primitivos e instintivos, impulsos y cómo a partir de ahí, surge más tarde el deseo espontáneo de bailar; y esta espontaneidad en el flujo de movimiento se va perdiendo por la sobreexigencia del afuera, en relación con la inmovilidad, donde se va perdiendo la naturalidad del movimiento. y es claramente donde comienza el cuerpo a disociarse.

André Lapierre, retoma aspectos mucho más profundos con relación al movimiento, ya que entra a trabajar las bases afectivas y psíquicas que involucran el movimiento basándose más en un trabajo pedagógico, donde importa no tanto el adquirir conocimientos sobre el modo de tener; sino de las posibilidades sobre el modo de ser, donde se permite con esto la liberación del deseo y la verdadera adquisición de conocimientos; es decir, encontrar la

importancia del movimiento desde toda su significación afectiva. Retoma aspectos tan importantes como las pulsiones de vida, donde permitiéndose su flujo natural, a partir del movimiento, no se limita su expresión no llegando a síntomas tan delicados como niños inadaptados sociales o creándose la inseguridad de un espacio afectivo mal vivenciado en su relación con el otro.

Es donde aparece lo que Rolando, habla de la perversión de los instintos con relación a esto Lapierre plantea: “La pulsión inconciente reprimida, debe encontrar un medio de expresión simbólico; y en tanto no encuentre un mejor camino de salida, se vera investida en síntomas sucesivos. Sí los medios de expresión le son prohibidos, veremos aparecer la angustia o alteración psicosomática.”

Con relación a esto Rolando Toro plantea: “ La represión de los impulsos vitales es una “estructura” que infiltra la existencia en todos sus detalles, en todas las circunstancias y en las mas variadas formas. El instinto es una conducta innata, hereditaria, que no requiere aprendizaje y que se desencadena frente a estímulos específicos. Su finalidad biológica es la adaptación al medio para la sobre vivencia de la especie.

La represión es una dimensión activa, que interviene a todo nivel: Relaciones Sociales, Relaciones Afectivas, Relaciones Políticas, Relaciones Culturales (Solo la Naturaleza no tiene represión.). La estructura de la represión esta instalada en el organismo en forma de coraza caracterológica, tensiones viscerales, patrones de respuesta bioquímica, y afuera en cada una de las expresiones del mundo cultural.”

Igualmente este trabajo de Lapierre, esta basado en una pedagogía donde se requiere trabajar con las potencialidades del niño, es decir olvidarse más de un diagnostico y una estructura, que lo que hace es fijarlo y no permitirle descubrirse y desarrollarse como un ser, en su creatividad a través de una vivencia corporal y afectiva. Vivencia que le permite al niño organizar y estructurar su visión del mundo a partir de esto, desde su espontaneidad que le facilita expresarse libremente, sentir el placer de la vivencia y su cuerpo en relación con el mundo, el espacio, los objetos y los demás.

Recordemos entonces que Rolando, desde la propuesta de Biodanza trabaja también con una filosofía de rescatar todos esos potenciales a través de las cinco líneas de vivencia como la Vitalidad, Afectividad, Creatividad, Sexualidad y Trascendencia.

Y con relación a la vivencia Rolando plantea: El concepto de “vivencia” fue creado por Dilthey, quien lo definió como “instante vivido”. Esta definición alude a una temporalidad “aquí ahora”, la vivencia emerge en el instante que se está viviendo. Como el agua de una vertiente, las vivencias surgen con espontaneidad y frescura, poseen la cualidad de lo originario y tiene una “fuerza de realidad”, que compromete todo el cuerpo; no es tan bajo el control de la conciencia, pueden “ser evocadas” pero no dirigidas por la voluntad. En cierta medida están fuera del tiempo, de la memoria, del aprendizaje y del condicionamiento

Biodanza, despierta vivencias que tienen un valor organizador e integrador en sí mismas. Estas vivencias integradas se refuerzan de acuerdo con las leyes del aprendizaje y son asociadas a situaciones placenteras.

Lapierre, trabaja el concepto básico de la pulsión del movimiento como la base misma de la pulsión de vida y esta pulsión primitiva, es un mismo movimiento que aparece en el embrión humano y en el útero. Biodanza, trabaja con la expresión genética de esos “impulsos innatos” “son ciertas líneas de fuerzas organizadoras de conducta que, partiendo del potencial genético, poseen aparentemente un carácter teleonómico destinado a conservar la vida y canalizar la expresión de los potenciales genéticos” y con el reaprendizaje de esas funciones originarias de la vida, a través del principio Biocéntrico con el inconciente vital, definido como “Existe una forma de psiquismo de los órganos tejidos y células, que “obedece a un sentido” global de auto conservación. El inconciente vital da origen a fenómenos de solidaridad celular, creación de tejidos, defensa inmunológica, y en suma; al acontecer exitoso del sistema viviente. Este “psiquismo” coordina las funciones de regulación orgánica y homeostasis; posee una gran autonomía respecto a la conciencia y al comportamiento humano.” Trabajándose entonces con procesos de Integración Biológica.

En Lapierre, todo está relacionado al placer primitivo del movimiento vital, del movimiento biológico, todo cuanto pueda estar en acuerdo con ese impulso primitivo es generador de placer, lo habitual, la continuidad, la curva el deslizamiento, el balanceo, el acunamiento, lo suave, lo blando, todo cuanto rompe ese ritmo vital, como la velocidad, la brusquedad, la discontinuidad, los tropiezos es el generador de dispersión ya que es vivenciado como una agresión tónica. Esta es su definición de disociación desde el movimiento.

En Biodanza, una disociación es un movimiento discontinuo, sin fluidez, que rompe, donde no hay una armonía, Biodanza, trabaja entonces la integración y regulación del movimiento: integración motora, integración sensitivo motora, integración sensorio motora y la integración afectivo motora. A través de las categorías de ritmo, eutonía, ímpetu vital, fluidez, expresividad, capacidad de contacto, sinergismo, levedad, sincronización, postura y armonía. Categorías que serán tomadas en cuenta para el análisis de los cinco casos seleccionados sobre las Disociaciones del movimiento.

Retomando entonces todo este flujo de movimiento que trabaja Lapierre, desde ese pulso primitivo, como ya se había mencionado en el marco teórico, la dimensión afectiva tomada como: una permanencia de la madre en todo este estadio de su vida; ya que es la madre la que puede brindar con su presencia afectuosa la seguridad afectiva que será manifiesta posteriormente en su relación con los otros y también lo proyectará en lo abstracto y en la armonía del pensamiento.

Rolando Toro plantea que la acción de Biodanza consiste en integrar, reforzar y desarrollar el núcleo afectivo. Al tomar como punto de partida el núcleo afectivo, estaríamos en condiciones de visualizar el grado de integración de un ser humano, su capacidad de contacto esencial. Es posible que este núcleo afectivo tenga las características de un potencial, en el mismo sentido en que lo es la inteligencia. La dimensión afectiva individual, podría pensarse como un escalón de una bastísima escala de coeficientes que crecen y decrecen en forma logarítmica.

Algunas personas de baja integración afectiva, podrían considerarse idiotas afectivos, mientras otras independientemente de sus niveles de inteligencia cognitiva, podrían alcanzar los niveles de genialidad. Es importante aclarar que este coeficiente afectivo no posee correlación alguna con los niveles de sensibilidad ni de inteligencia abstracta”

Siguiendo entonces con todas estas interpretaciones del movimiento Lapierre, retoma un concepto que es básico en el proceso de identidad del niño y es el hecho de la vivencia del cuerpo; la relación que el niño tiene con los objetos y es así que el niño a través de su cuerpo descubre el placer de jugar con sus manos, con sus pies, y luego con todos los segmentos, es el placer de vivenciar su cuerpo, placer esencialmente del movimiento en si mismo, es ahí donde se debe trabajar y acompañar todo este proceso de creatividad, juego, y autonomía que le permite el desarrollo de todo su potencial.

Todo este proceso de movilización de su cuerpo con los objetos el espacio y su poder de desplazamiento, de acción, creándose el deseo de ejercer su poder, la convivencia de sí. Ya no quiere ser más objeto sino sujeto, empieza entonces la fase de su identidad; ya que el niño que acepta ser mantenido en una relación de objeto se hace dócil y pasivo; pierde todo el dinamismo y toda la creatividad. En cambio el niño que quiere afirmarse como sujeto, es decir asumir, su propia autonomía se vuelve necesariamente agresivo.

Vista esta agresividad como ese impulso y deseo de acción y no como violencia; cuando entra el medio a bloquear todos estos movimientos, es cuando se bloquee este impulso y se dan entonces la violencia o la destrucción. Lapierre, la llama agresividad secundaria o agresividad negativa, de oposición, frecuentemente destructiva.

Rolando Toro, define el instinto como “una conducta innata hereditaria, que no requiere aprendizaje y que se desencadena frente a estímulos específicos. Su finalidad biológica es la adaptación al medio, para la sobrevivencia de la especie”. Según el abordaje de Biodanza, la cultura obstruye, desorganiza y pervierte los instintos, dando origen a la patología social e individual. Se caracteriza por:

- La obstrucción de los instintos consiste en impedir sus manifestaciones.
- La perversión es la desviación del sentido biológico del instinto
- La desorganización es la disociación caótica de los instintos

La propuesta entonces de Lapierre, es una técnica desde la libertad de expresión del movimiento desde un acompañamiento afectuoso, sin culpabilizarlo ni agobiarlo por todo lo que el niño mueve en su interior, por que los conflictos que no hayan sido resueltos al nivel de la expresión motriz primaria, se transpondrán a nivel de la expresión abstracta.

Veamos entonces ahora que retoma Le Boulch, del movimiento humano. Le Boulch, hace un planteamiento interesante con relación al cuerpo que ha sido visto a través de la historia como una máquina. Y cómo el estudio del movimiento se ha dirigido hasta el momento, hacia estos aspectos mecánicos y hacia las condiciones del rendimiento en el ser humano. Desde este enfoque se retoma la valorización del cuerpo, considerando entonces el movimiento como la expresión de una determinada manera de ser de la personalidad.

“El niño vive en un circuito tónico cerrado, donde predominan las reacciones automáticas y de la cual salen inmediatamente descargas tónicas reaccionales por ejemplo: “los gritos o el sueño”. Del vínculo afectivo que la madre establece con el bebé en estos primeros meses, el tono desempeña un papel preponderante en la adquisición de la conciencia de sí y en la distinción del yo y de los demás; ahí es donde empieza a desarrollarse lo que Le Boulch, llama la función transitiva del movimiento.

Spitz, subraya la importancia de una presencia humana afectuosa que rodee al niño y en particular de la actitud afectiva de la madre, no solo para el desarrollo del niño, sino para su estado tónico. Ya que toda esta motricidad en el recién nacido se compone de variaciones tónicas ligadas a los afectos primarios; es a partir de todo este estado de cuerpo vivido o estado tónico, que el niño percibe corporalmente los sentimientos de los demás sean agresivos o bien afectuosos.

Rescatando Le Boulch, este potencial desde lo corporal, hablando entonces de esa propuesta corporal donde se induce una expresión espontánea para evitar la utilización de gestos convencionales o aprendidos. Dice Le Boulch que rescatar toda esta posibilidad de expresión desde lo corporal es muy necesario sobre todo en una cultura de formación intelectual y verbal. Y habla también de la importancia de la danza con carácter de expresión espontánea y no de una danza codificada o desde la técnica viciada por completo de su aspecto expresivo. Donde hace Le Boulch, una propuesta también no de cuerpo objeto si no de “cuerpo propio” donde se conserven intactas todas sus posibilidades de expresión de la cual depende el equilibrio de la persona y no a un cuerpo objeto mecanizado con la mira a un mejor rendimiento.

Con mirar entonces desde estos abordajes vamos ahora a mirar la propuesta de Rolando Toro, con relación al movimiento humano, propuesta que retoma aspectos fundamentales como la actitud existencial, la autoestima y la función del vínculo.

Rolando plantea que “Estamos asistiendo a un verdadero renacimiento de las llamadas disciplinas corporales, la revalorización del cuerpo como un aspecto de la totalidad de la experiencia humana de vivir, estimula a millones de personas a practicar gimnasia, expresión corporal, carreras, artes marciales, danzas etc.”

Es hora ya de observar todas estas disciplinas en boga, con miras no solo al trabajo de la salud sino también para el desarrollo de los potenciales humanos y para la elevación de la calidad de vida. La Biodanza, se propone entonces integrar al ser humano trabajando todos los aspectos del movimiento, en sus relaciones de complejidad y unidad. Ya que este es un sistema de integración humana, renovación orgánica y re-aprendizaje de las funciones originarias de la vida. Rolando Toro, habla para trabajar las disociaciones corporales, de las categorías del movimiento descritas anteriormente, como ritmo, ímpetu vital, fluidez, expresividad, capacidad de contacto, sinergismo, levedad, sincronización, postura y armonía. Categorías con las que trabajé para realizar las observaciones de las principales disociaciones a nivel del movimiento.

Rolando Toro, habla también de tres movimientos importantes que los tome también de referencia para mis observaciones del movimiento de los cinco participantes. Movimiento en cámara lenta: el movimiento en “cámara” es inducido por la emoción, es como si el mundo emocional tuviera una velocidad suave que oscila en un titubeo en el abismo espacial. Estos movimientos lentos, poseen el tiempo apropiado.

Para la integración Afectivo Motora. Los movimientos a velocidad natural están estructurados neuro-fisiológicamente, en torno a objetivos trazados por la voluntad o por los automatismos de las funciones músculo esqueléticas. El movimiento en “cámara lenta” no tiene objetivo y esto abre un canal para la percepción cinestésica. Provoca además la desconexión de numerosas vías diferentes, el movimiento en cámara lenta cumple dos funciones importantísimas

1. La integración afectivo-motora
2. La disminución de la fuerza del ego y la inducción del estado de trance

Y el otro movimiento es la marcha como expresión existencial. La marcha es la expresión más clara de la actitud del hombre frente a la vida. Una expresión existencial, una calidad inherente al hombre es caminar y ser el camino. El análisis de la marcha revela profundos estados internos; esos pasos a través del hilo abismal del destino pueden mostrar retrazo infinito de un proyecto existencial, jamás cumplido a la triunfante cualidad de una existencia que avanza sin prisa.

La restauración de la marcha tiene el efecto de. Regular la función motora integral, restableciendo el tono apropiado no solo de las piernas, si no también de la pelvis, el pecho y músculos cervicales y faciales. La marcha, fisiológica tiende restablecer las curvaturas normales de la columna vertebral e incluyen cambios en el metabolismo, en la función genito urinaria y en la función cardíaco-respiratoria reactiva la primordial vivencia de abrirse paso en el mundo, de avanzar por la existencia con la gracia animal y el ímpetu vital de los salvajes.

La patología de la marcha revela no solo trastornos de la motricidad, si no también conflictos emocionales. Más del 90% de las personas normales tienen distintos grados de disociación de la marcha por represión sexual; aún las personas que interactúan dicen no tener prejuicios sexuales, presentan estos trastornos de la marcha. La represión en nuestro ambiente inconsciente y no nos damos cuenta hasta que punto estamos paralizados.

Las grandes disociaciones se dan en los siguientes niveles:

1. Disociación de la cabeza respecto al tronco
2. Disociación de los brazos respecto al pecho
3. Disociación a nivel de la cintura
4. Disociación de las piernas respecto al resto del cuerpo

El tercer movimiento es el de la postura corporal. La postura corporal es el resultado de un largo proceso de relación con el mundo. Es un error querer modificar la postura de un día para otro, mediante masajes violentos o ejercicios especiales. Si no cambia la actitud frente al mundo y respecto a sí mismo, la postura vuelve a ser la misma al poco tiempo. La postura es un modo de encarar la vida. Los ejercicios de Biodanza, mejoran la postura en la medida en que mejora el estilo de vida, la percepción del mundo y la autoestima.

Voy a retomar ahora el concepto de Disociación de Rolando Toro, ya que a partir de aquí es que hago mi trabajo de observación de las categorías de movimiento.

- Una disociación es una separación de las partes dentro de una totalidad, desde el punto de vista ojuestaltico, es una pérdida de la relación entre las partes y el todo.
- La disociación del organismo representa por lo tanto los diversos niveles de desintegración de la unidad intra-orgánica, es un trastorno grave, una enfermedad dentro del sistema.
- No se debe confundir disociación con una diferenciación funcional de una parte. Disociación es sinónimo de enfermedad.

Disociaciones Corporales más frecuentes:

1. Disociación del rostro: Contradicción entre la mirada y la sonrisa: eje: ojos tristes y boca sonriente.
2. Disociación del rostro y el resto del cuerpo: Disociación entre pensar y sentir Eje: Rostro indiferente y cuerpo con gran movilidad.
3. Disociación entre brazos y tronco: Disociación entre sentir y actuar
4. Disociación entre brazo y antebrazo
5. Disociación de las manos con relación al resto del brazo
6. Disociación entre la parte superior e inferior del cuerpo
7. Disociación de tronco y piernas
8. Disociación entre piernas y pie
9. Disociación entre lado derecho e izquierdo
10. Disociación antero posterior
11. Disociación entre la columna vertebral y el resto del cuerpo: Tensión de los músculos que mantienen erguida la columna
12. Disociación del sinergismo en la marcha

Vemos muy claramente como Rudolf, Laban, La Pierre, Le Boulch, le dan una dimensión afectuosa, vital y existencial a la teoría del movimiento humano y proponen una visión más profunda acerca de los intrincados mecanismos que intervienen en el movimiento humano. Como lo había mencionado todos traen unos aportes valiosísimos desde el movimiento pues ha sido de las bases antropológicas, biológicas y psicológicas, en las que se ha sustentado Rolando Toro, para crear el Sistema Biodanza.

Conceptos importantísimos que cada uno trabaja, tales como:

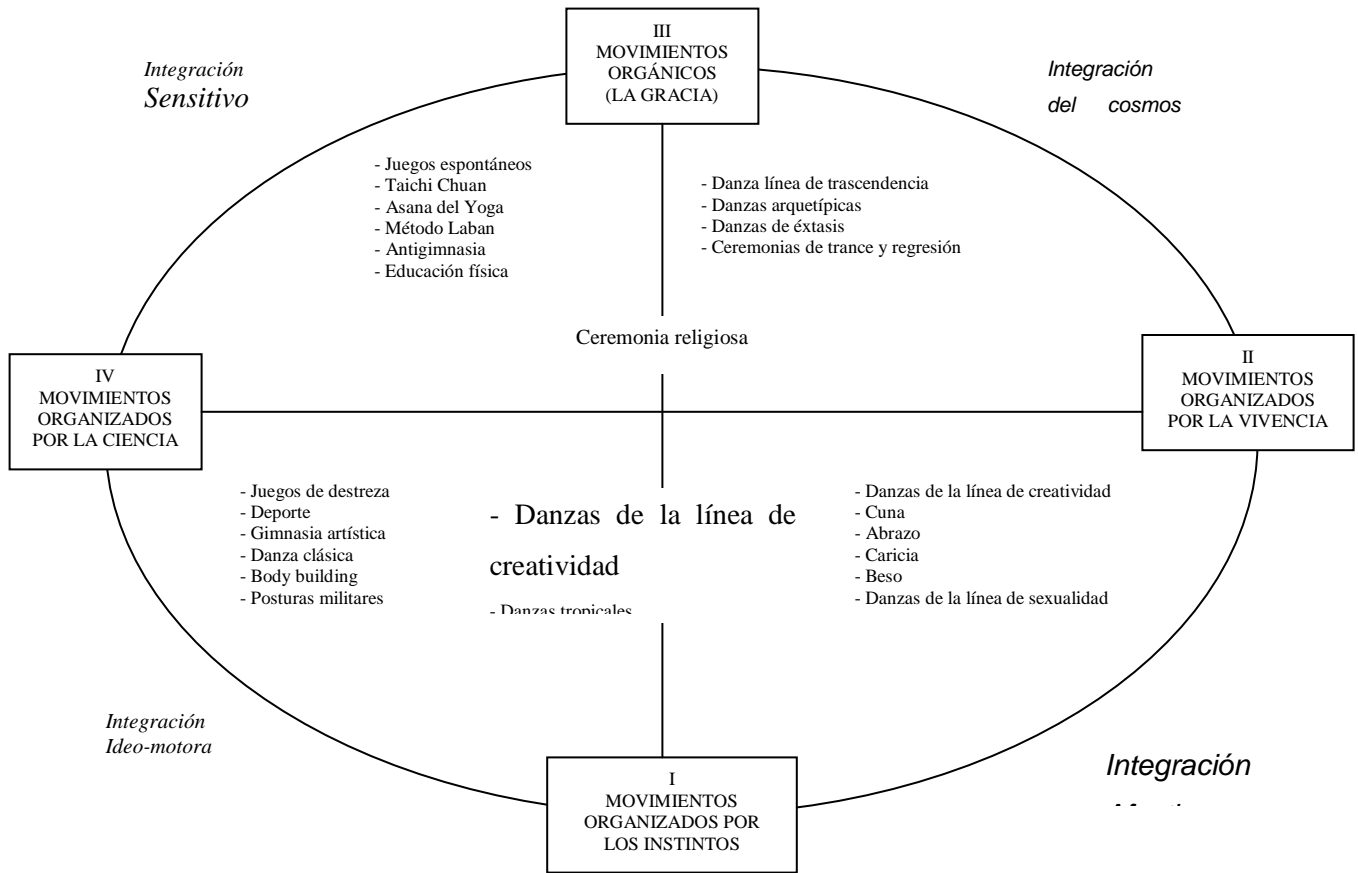
- Laban: La importancia de la expresión del movimiento espontáneo, como creación de vida.
- Lapierre: Pulsión del movimiento, educación vivenciada.
- Le Boulch: Cuerpo vivido, cuerpo propio.

Todos estos aportes, son de gran validez ya que ayudan a sustentar la teoría de Biodanza, desde lo corporal, lo vivencial y claro lo biológico, corroborando una vez más, que la propuesta de Rolando Toro, con el Sistema Biodanza, es una ciencia valiosísima ya que integra y recopila todas estas filosofías, que trabajan en conexión con la vida para lograr procesos evolutivos más humanos.

Paso ahora hacer una relación de las prácticas somáticas más conocidas y relacionarlas con la descripción del modelo del Sistema del Movimiento propuesto por Rolando Toro. Estas se consideran como prácticas de desarrollo personal, haciendo énfasis en el aspecto pedagógico del movimiento.

PRACTICAS SOMÁTICAS MÁS CONOCIDAS
(Véase CUADRO II)

MODELO SISTÉMICO DEL MOVIMIENTO HUMANO (1)



Modelo sistémico del movimiento Humano, Rolando Toro Araneda. Biodanza, Red Edición, Como 2000, p. 133.

Figura y distribución de distintas disciplinas dentro del modelo sistémico del movimiento humano.

POLO I: Ritmo, sinergia, potencia, flexibilidad, elasticidad espontánea
 POLO II: Expresividad
 POLO III: Agilidad, fluidez, levedad
 POLO IV: Control voluntario intencional, resistencia, coordinación

1 De acuerdo a este modelo sistémico, las disciplinas mencionadas anteriormente que trabajan el aspecto pedagógico del movimiento se ubicarían en el cuadrante inferior izquierdo, es decir, los movimientos organizados por la conciencia y que están vinculados al aprendizaje. Le correspondería también un primer nivel de integración que sería del Esquema Corporal y de la Postura. Podemos observar claramente que estas disciplinas corporales se orientan desde la base hasta el lado izquierdo del modelo, ayudando a una integración postural, además no implican movimientos unidos a la vivencia y a la emoción. Mientras que la Biodanza se propone integrar al ser humano trabajando todos los aspectos del movimiento en sus relaciones de complejidad y unidad. Recordando entonces, que Biodanza es un sistema de integración humana, renovación orgánica y reaprendizaje de las funciones originarias de la vida.

Para responder la pregunta de investigación, con relación a las Disociaciones más frecuentes que presentan los asistentes al curso semanal de Biodanza, se toma en cuenta:

1. El registro de observación de las categorías del movimiento aplicado durante las ocho sesiones a la mayoría de los casos (ver anexo 1°)
2. Se toma como referencia para la evaluación, es esquema elaborado de los grados de Disociación de cada una de las Categorías del Movimiento (ver anexo2)
3. Se tomó también en cuenta toda la información construida con relación a las teorías del movimiento dándole una sustentación teórica a la investigación realizada.

Para realizar el análisis de la información, voy a elaborar a partir del registro de observación de las categorías del movimiento, y a partir del cuadro elaborado, de los grados de Disociación, según las categorías del movimiento, observaciones realizadas durante 8 sesiones los martes entre los meses de febrero y marzo.

CASO No. 1

Veo claramente que las principales disociaciones en este caso, durante las dos primeras sesiones están en un tercer grado de disociación. Específicamente en las categorías: el ritmo, el ímpetu vital, la fluidez, la expresividad, su postura y la armonía en general de los movimientos; esto manifestado en:

- a) Rigidez general en sus movimientos
- b) Movimientos partidos o discontinuos de brazos y pies
- c) Poca cadencia de movimientos
- d) Poco dinamismo en la marcha, en el salto y la sonrisa
- e) Poca Iniciativa en las danzas con los otros
- f) En la postura no hay integración de los tres centros, especialmente su disociación se observa en la espalda totalmente escindido y su incapacidad de ponerle el pecho a la vida

Observo también que a partir de la tercera, cuarta y quinta sesión, la mayoría de sus disociaciones pasa de un tercer grado a un segundo grado de disociación.

- Ya hay una mejor adaptación a diferentes tipos de ritmo
- Identificación de la música
- Más expresión en el rostro de sus emociones
- Su postura sigue con una disociación de la espalda
- Aún no hay una integración de movimientos armónicos

Durante el desarrollo de las sesiones sexta, séptima y octava noto un mayor nivel de integración, en su mayoría en la capacidad de contacto y la levedad de los movimientos, continuando con una mejoría en el ritmo, la fluidez y mayor apertura en la marcha y la postura; manifestado en:

- Capacidad de bailar al mismo ritmo de los otros, sin pérdida del propio
- Facilidad de dar y recibir caricias
- Integración Afecto Motora
- Mayor apertura en la marcha
- Sinergia en la marcha
- Ímpetu vital en la mirada y sus movimientos

Aunque su proceso evolutivo de integración continua, en este caso hubo una mejoría notable, durante este proceso de observación de las 8 sesiones.

CASO No. 2

Este es el caso de una mujer de edad avanzada que está en este proceso vivencial hace más o menos dos meses, hago mis observaciones de su proceso evolutivo en ocho sesiones.

Realizando un análisis del cuadro de categorías, observo que en las dos primeras sesiones su mayor grado de disociación está en la categoría de: Ímpetu vital, expresividad, capacidad de contacto, postura y armonía general de sus movimientos, manifestando en:

- a) Poco dinamismo en la marcha, en el salto y la sonrisa
- b) Rigidez y tensión en el movimiento de brazos y piernas
- c) Poca fuerza y vitalidad en el movimiento
- d) Movimiento con poca expresión emotiva
- e) Monotonía en los movimientos
- f) Incapacidad de cerrar los ojos en danzas individuales
- g) El cuerpo esta un poco más suelto en las danzas con otros.

También se deduce a partir del análisis del cuadro de categorías del movimiento, en un segundo momento, que las categorías de fluidez, expresividad y capacidad de contacto pasan a un segundo grado de asociación, esto observado en:

- Manifestación emocional en el rostro
- Cambio de postura, levantó su cabeza y abre más el pecho
- Capacidad de relacionarse en feed-back
- Movimientos más espontáneos
- Facilidad para aproximarse a otra persona
- Sinergismo en la marcha

Vemos también que hay mayor nivel de integración en las dos últimas sesiones especialmente, al nivel de la expresividad o sea nivel afectivo motora, su postura, su marcha y su capacidad de contacto, ímpetu vital; esta manifestado en:

- Coherencia expresiva con los matices emotivos de la pieza musical propuesta
- Capacidad para aproximarse a otra persona, tocarla con cuidado, dar y recibir caricias
- Buen sinergismo en la marcha, alternancia de lateralidad en el movimiento de los miembros superiores e inferiores
- Espontaneidad en el movimiento
- Manifestaciones continuas de alegría, vivacidad de la mirada.

CASO No. 3

Este tercer caso, es el de una mujer también de avanzada edad que participa del grupo regular de Biodanza y con quien trabajé el análisis de observación.

De acuerdo al análisis en las categorías del movimiento en este caso sus principales disociaciones en las dos primeras sesiones se registran en: el ritmo, la fluidez, la expresividad, levedad y la sincronización, todo esto manifestado básicamente en:

- a) No hay una buena adaptación motora, al ritmo con las danzas de otros
- b) Poca cadencia en los movimientos
- c) Poca sincronización en la realización de danzas con los otros
- d) No hay una buena capacidad de relacionarse en Feed –Back
- e) Su postura corporal es disociada con relación a su espalda y su cabeza (permanece con la cabeza baja casi todo el tiempo y no hay presencia corporal, desde el pecho esta totalmente cerrado)
- f) No hay alineamiento de los tres centros en la marcha
- g) Hay sensación general de pesadez corporal, sobre todo en los movimientos discontinuos de brazos y pies
- h) Movimiento general acelerados no hay buena autorregulación

Continuando con la evaluación de su proceso, veo que a partir de la tercera, cuarta y quinta sesión empieza a observar en pequeños cambios corporales, pasando de categoría de un cuarto y tercer grado de disociación a un segundo grado de disociación, en categorías como fluidez, expresividad, capacidad de contacto, esto manifestado en:

- Mayor capacidad de ajustamiento corporal a otros ritmos
- Mayor capacidad de bailar al ritmo de los otros
- Disposición a ocupar los espacios vacíos por lo tanto evitar los choques con los compañeros
- Movimientos más naturales y espontáneos
- Danzas de fluidez con mayor capacidad de levedad y coherencia expresiva en su rostro
- Movimientos más autoregulados

Y evaluando finalmente sus tres últimas sesiones, veo que en este caso se logran buenos niveles de integración; continuando con categorías como: el ritmo en ímpetu vital, la capacidad de contacto, la postura, la fluidez y más armonía en los movimientos; manifestados en:

- Facilidad para aproximarse a otra persona, tocarla con mayor cuidado
- Más espontaneidad en los movimientos
- Expresión emotiva en las danzas, especialmente la emoción de la alegría
- Mayor autorregulación en sus movimientos
- Buena coordinación motora
- Sinergia en la marcha, alternancia coordinada de brazos y piernas

Esta persona sigue con su proceso regular de Biodanza, para continuar como su proceso de integración y evolución.

CASO No. 4

Este caso es el de una persona que había asistido a tres clases de Biodanza, (y ella misma sintió que necesitaba en este momento retomar su proceso de ocho sesiones). Llevando un registro de sus primeras sesiones se ve claramente las disociaciones en las categorías de: Ímpetu vital, sinergismo, levedad, su postura y la armonía de los movimientos; esto manifestado en:

- a) General tensión en los movimientos
- b) Movimientos discontinuos en los brazos y piernas
- c) En la marcha no hay buena alternancia de lateralidad en el movimiento de miembros superiores e inferiores.
- d) Sensación general de pesadez corporal
- e) No hay postura natural del cuerpo (su espalda está rígida, el pecho está escindido)
- f) Con sus movimientos acelerados se pierde la armonía de los movimientos

Con el trabajo continuo, en este caso vemos claramente que comienzan a deflagrarse corazas caracterológicas que permite una evolución de los grados de disociación. En este

caso observando una cuarta y quinta sesión se observan mejorías en las categorías de: ritmo, ímpetu vital, expresividad y levedad, manifestado corporalmente en:

- a) Hay una desaceleración importante en el movimiento de sus danzas
- b) Hay una buena adaptación motora a diferentes tipos de ritmo
- c) Espontaneidad en el movimiento
- d) Capacidad de entrar en acuerdo, correspondencia y armonía

Y si hacemos una evaluación final de observación de los niveles de integración, se pasa de grados de disociación de cuarto y tercer grado, a un nivel de segundo y primer grado en las categorías. El ímpetu vital, el ritmo, el sinergismo, la levedad, la postura y armonía general del movimiento está manifestado en:

- a) Autorregulación del movimiento que le permite llegar a una integración afectivo motora
- b) Expresividad emocional
- c) Danzas más fluidas que le permiten llegar a movimientos más autorregulados
- d) Su postura mejoró, su pecho está más abierto
- e) Hay mayor sinergia en la marcha

CASO No. 5

Este caso es el de un hombre que asiste a clases de Biodanza esporádicamente. En el proceso fue inconstante, solo asistió a cinco clases, por lo tanto su evolución se realizó en dos momentos. En un primer momento, se observa a partir de las categorías que sus mayores disociaciones están en: capacidad de contacto, levedad, sincronización e ímpetu vital, manifestado corporalmente en:

- a) Generalmente sus danzas son más ergotrópicas
- b) Danzas generalmente muy rápidas, lo que genera movimientos discontinuos
- c) Cambios bruscos en sus movimientos
- d) No hay capacidad de relacionarse en feedback
- e) Movimientos bruscos que ocasiona choques con otros

Haciendo una evaluación en un segundo momento del proceso, se encuentra una mejoría en las categorías de: expresividad, ritmo, levedad, manifestados en:

- a) Dinamismo en la marcha, en el salto y la sonrisa
- b) Tendencia a ocupar los espacios vacíos
- c) Muy amoroso en el dar caricias
- d) Adaptación motora a diferentes tipos de ritmo
- e) Fuerza en el movimiento

No hay un tercer momento del proceso.

Haciendo unas observaciones generales de este proceso evolutivo, vemos claramente cómo en éste la propuesta de “Biodanza” muy progresivamente se va deflagrando corazas caracterológicas que a través de Biodanza se van integrando muy progresivamente en un proceso gradual, sutil, y directo frente al cuerpo y al movimiento mismo de la vida. Las rigideces motrices más frecuentes que se presentan entre los participantes se dan según el momento del proceso donde se encuentren. En un primer momento, las disociaciones más comunes son: en el ritmo, el ímpetu vital, expresividad, el sinergismo y la postura, esto manifestado en:

- Danzas poco espontáneas
- Disociación en la postura, generalmente no hay integración de los tres centros en la marcha
- Rigidez general de los movimientos
- Movimientos con poca expresión emotiva
- Disarmonía general en el movimiento
- No hay autorregulación en el movimiento

En un segundo momento, ya las disociaciones pasan a otro nivel. En este momento, las disociaciones más comunes son en: capacidad de contacto, levedad y la sincronización, manifestada en:

- La disponibilidad a aproximarse y a dar y recibir contacto con naturalidad
- Los niveles de sensibilidad y feedback
- Los desplazamientos con pesadez o levedad
- La capacidad de entrar en correspondencia, acuerdo, armonía

En un tercer momento observado, se siguen presentando las disociaciones a nivel motor, sin embargo, ya se han dado grados de integración importantes a nivel del movimiento.

- Integración de la cabeza respecto al tronco
- Integración de los brazos respecto al pecho
- Integración de las piernas respecto al resto del cuerpo
- Integración del rostro
- Integración entre sentir y actuar
- Integración en la sinergia de la marcha
- Integración postural

Vemos entonces claramente como en este proceso evolutivo en Biodanza se van dando los diferentes niveles de integración motora, sensitiva motora, sensorio motora, afectivo-motora e ideo-motora, desde la progresividad, el afecto y el grupo como catalizador en este proceso evolutivo.

RECOMENDACIONES

Con relación al tema de investigación se sugiere:

Continuar con otros estudios sobre el tema ya que es un tema poco estudiado desde las bases afectivas, Biológicas y el movimiento como proceso vivencial e integral del ser humano.

Con relación a los participantes del proceso se sugiere:

- Seguir trabajando con una propuesta como lo es la Biodanza en su proceso personal ya que es claro y evidente los efectos de la Biodanza después de 2 meses de práctica, esto nos permite ubicar la Biodanza como una propuesta educativa que produce efectos valiosísimos por su apoyo integral en todo este aprendizaje de la vida y de las disociaciones del movimiento.
- Continuar trabajando el cuerpo en movimiento, ya que es esta grabada toda nuestra historia, siendo necesario entonces reencontrar una forma positiva que hace crecer y desenvolverlas cosas. Esto es, los movimientos que permiten la evolución.

CONCLUSIONES

- 3) Todos estos aportes son de gran validez ya que aportan y sustentan la teoría de Biodanza desde lo corporal, lo vivencial y lo Biológico, corroborando una vez mas que la propuesta de Rolando Toro con el sistema Biodanza es una ciencia valiosísima ya que recopila todas estas teorías que trabajan en conexión con la vida para lograr procesos evolutivos más humanos.

Rudolf Laban hace una importante relación entre los movimientos de la danza con esos primeros esfuerzos del bebe, movimientos primitivos e instintivos que le permiten al niño llevar el movimiento desde su espontaneidad y su expresión.

Lapierre retoma aspectos mucho más profundos en relación con el movimiento ya que trabaja las bases afectivas y Biológicas que involucran el movimiento desde lo pedagógico y esa pulsión de vida desde la expresión del movimiento y el trabajo de las potencialidades que le permiten al niño desarrollarse y descubrirse como un ser en su creatividad a través de una vivencia corporal y afectiva.

Le Boulch considera el movimiento no como una forma en si cuya índole se dilucida por una expresión mecánica, sino como una manifestación significativa de la conducta de un hombre, la unidad del ser solo puede realizarse en el acto que inventa, expresión del movimiento desde el cuerpo vivido, cuerpo propio.

- 3) De acuerdo al marco teórico en relación a las propuestas somáticas, son técnicas que abarcan solamente el aspecto pedagógico del movimiento, es decir movimientos organizados por la conciencia que están vinculados al aprendizaje, correspondiéndole entonces un nivel de integración del esquema corporal y de la postura., esto me permite ubicar la Biodanza como una propuesta pedagógica donde se propone integrar al ser humano trabajando todos los aspectos del movimiento en sus relaciones de complejidad y unidad, recordando entonces que Biodanza es un sistema de integración humana, renovación orgánica y reaprendizaje de las funciones originarias de la vida

Diferentes propuestas psicósomáticas con relación al movimiento me permite verme donde estoy parada frente a la propuesta de Biodanza reconociéndola una vez mas como una propuesta mas integral y humana en todo este aprendizaje del movimiento, es claro que las propuestas en el medio en relación al movimiento son limitadas.

3.este trabajo me lleva a reconocer el componente de cambio sutil y directo que propone la Biodanza frente a la calidad de vida de las personas y en esta investigación de las disociaciones del movimiento, siendo una propuesta vivencial que implica una acción permanente de asistencia pedagógica ya que se movilizan gradualmente los mecanismos de defensa y resistencias de las personas a un nuevo aprendizaje,

Las rigideces motoras o disociaciones más frecuentes son: en un primer momento las disociaciones más comunes son en el ritmo, el ímpetu vital, expresividad, postura y sinergismo. En un segundo momento las disociaciones pasan a otro grado de disociación, y las más comunes son capacidad de contacto, levedad y sincronización. En un tercer momento se siguen presentando las disociaciones motoras, sin embargo ya se han dado grados de integración importantes a nivel del movimiento.

Todo lo anterior nos permite evidenciar los efectos de salud y bienestar que proporciona la Biodanza a partir de las primeras clases con relación a deflagrarse esas corazas caracterológicas que disocian nuestro cuerpo en movimiento y como progresivamente se van integrando.

ANEXO 1
REGISTRO DE OBSERVACIÓN
(Véase CUADRO V)

ANEXO 2
EVALUACIÓN DE GRADOS DE DISOCIACIÓN
SEGÚN LA CATEGORÍA DEL MOVIMIENTO
(Véase CUADRO VI)

ANEXO 2
EVALUACIÓN DE GRADOS DE DISOCIACIÓN
SEGÚN LA CATEGORÍA DEL MOVIMIENTO
(CONTINUACIÓN, véase CUADRO VI)

REFERENCIAS

- Bradock, C.J. (1999) *Las voces del cuerpo. Respiración Sonido y Movimiento*. Bilbao: Serendipity
- Cevallos, D. (1998) *Autoconciencia y Salvol. Una perspectiva desde la Educación Somática*. Universidad de Antioquia
- Feldenkrais, M. (1988) *Autonconciencia por el movimiento*. Buenos: Paidós
- Frostig, M., y Maslow, A. (1984) *Educación del Movimiento. Teoría y Práctica*. Buenos Aires: Panamericana
- Lowen, A. (1985) *El lenguaje del cuerpo*. Barcelona: Herder
- Laban, R. (1993) *Danza educativa moderna. Técnicas y lenguajes corporales*. Barcelona: Paidós
- Lapierre, A., Aucouturier, B. (1985) *Simbología del Movimiento. Psicomotricidad y Educación*. Madrid: Científico Médica
- Le Boulch J. (1987) *Hacia una ciencia del movimiento humano. Introducción a la psicokinética*. Buenos Aires: Paidós
- Medina, N. (2002) *Psicodanza una Terapia de Contacto*. Buenos Aires: Paidós
- Rosenberg, B. (2002) *Energía Postura y Movimiento*. Barcelona: Norma.