

EL INSTRUMENTO DEL INTÉRPRETE EN LA DANZA: EL CUERPO COMO MEDIO DE EXPRESIÓN Y COMUNICACIÓN ESCÉNICA

Por MARÍA MATILDE PÉREZ GARCÍA

Profesora de Interpretación del Conservatorio Superior de Danza de Málaga

La sociedad tiene miedo de todo aquello que parece extraño y raro, de lo que se escapa de la norma. Existe una profunda tendencia a parangonar lo feo y/o distinto con lo anormal y monstruoso. El sujeto ante lo informe, desordenado y caótico se siente amenazado, percibe un peligro que se cierne sobre su integridad, que pone en duda su seguridad y no puede soportarlo. Por ello, necesita apartar de su lado todo aquello que es diferente. Pues todo aquello que aparece como diferente es impuro y representa un desafío para el estatus establecido. Así aparece uno de los mayores problemas de nuestro tiempo: el pavor a la mezcla...

(Cortés, 2003: 35)

EL INSTRUMENTO DEL INTÉRPRETE DE DANZA

El cuerpo es el instrumento del bailarín. El bailarín debe mantenerlo en óptimas condiciones para poder ser lo más versátil posible en la técnica dancística, los registros interpretativos y en todo lo que dependa del físico en la escritura dramática. El bailarín genera unos cambios (cambios físicos y fisiológicos) con el entrenamiento sistemático y progresivo que requiere su preparación. La danza se convierte en una disciplina que es artística y física a la vez. Esta máxima no es algo novedoso, Isadora Duncan la apuntaba en 1927: *El movimiento y la cultura del cuerpo constituyen el objetivo de la gimnasia; para el bailarín no son más que medios. Y es que el cuerpo en sí mismo debe ser olvidado, porque no es más que un instrumento armonioso y bien adaptado cuyos movimientos expresan no solo los movimientos del cuerpo, como en la gimnasia, sino también los pensamientos y sentimientos del alma* (Duncan, 2003: 117).

Los cuerpos de los bailarines se entrenan en función de unos códigos (movimientos, actitudes, etc.) previamente establecidos. Estos códigos proporcionan al cuerpo unos pasos regulados y una actitud canónica que, por un lado, se interiorizan en una imagen interior del cuerpo (formación del esquema corporal), y más tarde por otro lado, se exterioriza (visualiza) en una armoniosa organización corporal, tanto en movimiento como en reposo, que apunta a que el cuerpo del bailarín tiene una considerable presencia física aún cuando no esté sobre el escenario o bien esté sobre él sin movimiento aparente. Entendiendo como presencia escénica la capacidad de atracción hacia sí de la mirada del espectador.

Al entrenar el instrumento (el cuerpo) se producen cambios por la adaptación al entrenamiento, es decir el cuerpo del intérprete se adapta para resistir las cargas de trabajo, para funcionar de manera más eficiente. Este entrenamiento nos lleva a un cambio en todos los aparatos y sistemas, músculo esquelético, cardiovascular, respiratorio, nervioso, urinario y endocrino. La forma física se ve afectada en las siguientes mejoras, que son consideradas necesarias para el control del instrumento y para explotar sus posibilidades expresivas: la regulación tónica, el ajuste postural, la alineación corporal y el trabajo de resistencia.

La regulación tónica consiste en una serie de procesos del sistema nervioso que prepara, orienta y mantienen la eficacia del movimiento variando el tono muscular. El tono muscular es una actividad básica y permanente del músculo. Es el estado permanente de ligera contracción de los músculos estriados, tanto en reposo como en movimiento.

El ajuste postural está relacionada directamente con la regulación tónica. La función tónica regula, en todo instante, las diferentes actitudes y posturas. La actitud es la postura inconscientemente adoptada. La postura es la posición voluntariamente adquirida. Un buen ajuste postural es la base de la actividad motriz óptima. El ajuste postural se apoya en las sensaciones visuales, vestibulares (laberinto del oído), propioceptivas y plantares.

Por otro lado, la alineación corporal es el efecto de hacer pasar determinados segmentos sobre un eje concreto: aquel que atraviesa longitudinalmente la cabeza, la nuca alineada con la columna vertebral, la cintura escapular alineada con la cintura pélvica, la cintura pélvica debe estar alineada con las rodillas y sobre el eje de los tobillos y cae en medio de ambos pies; La dirección de las rodillas debe estar en la dirección de los dedos de los pies; los dedos deben estar todos apoyados en el suelo y no debe existir rotación externa, ni interna de apoyo en los pies. Una alineación corporal incorrecta produce falta de equilibrio y coordinación. Según Aguado (1995), una determinada postura corporal se llega a automatizar tras la repetición constante de ésta; entonces esta alineación corporal se convierte en un “*hábito postural*”.

Y, por último, la resistencia, en cualquier movimiento que se realice, es la generación de la fuerza opuesta que me produce el “*equilibrio precario*”. En este proceso de trabajo debemos centrar la atención en las *sensaciones y resistencias* y el dominio de las líneas de fuerzas que intervienen en el logro del *equilibrio*. El bailarín debe ir tomando conciencia de su cuerpo, conociéndolo y vivenciándolo, hasta percibir los segmentos óseos, las articulaciones y los músculos que van a permitirle moverse, desplazarse y, por tanto, expresar y comunicar sobre el escenario.

De esta forma, colocación, equilibrio, sensaciones y resistencias, forman parte de una misma cosa: “dominar el instrumento” que acompaña al bailarín desde sus primeros contactos con la danza hasta su desarrollo profesional sobre el escenario. Para un intérprete, sea cual sea su disciplina, el instrumento siempre debe estar a punto, afinado, depurado. *En la medida que el cuerpo es el medio de trabajo y expresión exclusivo del actor-bailarín, el control de los movimientos corporales es una de las claves para conseguir la comunicación escénica* (Brozas Polo, 2003: 65). Sin embargo, debemos tener presente que el cuerpo humano es una realidad compleja, unitaria y dinámica, caracterizada por ser una unidad funcional que no solo es fisiológica, sino psicoorgánica; siendo el cerebro el órgano en el que confluye y finaliza toda acción. Es por tanto, de vital importancia el conocimiento del cuerpo, el instrumento del intérprete, y de los mecanismos que lo rigen, para el ejercicio de la interpretación en la danza, pero también de las inherentes conexiones de lo corporal con lo psíquico, axioma básico y punto de partida del trabajo interpretativo. Conocer y dominar esta información es valioso también para el bailarín. Grotowski (1970, 1993) definía esta relación a través de su *cuerpo-memoria* donde concentra la idea de que nuestro cuerpo es nuestra vida y que en nuestro cuerpo, están inscritas todas nuestras experiencias, desde la infancia hasta la edad madura. Nuestro mundo interior y exterior influyen incesantemente el uno sobre el otro. Dependiendo de quien venza a quien aparecen las acciones impuestas

o las voluntarias; de ahí que un mismo gesto pueda ser impuesto y voluntario. Según Laban (1987, 1993) el bailarín debe comprender y practicar el principio del movimiento dominando éste en todos sus aspectos corporales y mentales, integrando el conocimiento intelectual con las capacidades creativas. Estas relaciones entre lo corporal y lo psíquico son objeto de estudio de diversas ciencias emergentes cuyo conocimiento se hace imprescindible para la creación corporal escénica.

LA CREACIÓN CORPORAL A PARTIR DEL MUNDO INTERIOR Y EXTERIOR Y LAS CIENCIAS DEL LENGUAJE DEL CUERPO

Existen, además de los signos lingüísticos, otros sistemas que el hombre ha desarrollado y utiliza para comunicarse y que están íntimamente ligados con el trabajo corporal, sus conexiones psicológicas y, por tanto, la carga significativa que el movimiento pudiera emanar sobre la escena. Estas ciencias según Guillén (1994) son el paralenguaje, la kinésica y la proxémica. Dejamos en este artículo el paralenguaje, ya que el texto, y por tanto, las modulaciones de éste, es menos usual en espectáculos de danza.

Las relaciones entre lo corporal y lo psíquico en el movimiento es el objeto de estudio de una reciente ciencia denominada cinérgica, cinestesia o kinesia. El lenguaje del cuerpo refuerza ordinariamente el peso de las palabras, pero también sucede que el subtexto contradice al texto, lo cual implica que el cuerpo “diga” cosas distintas a la información que aporte el texto. Éste es el ámbito de la sinergología. Nacida del desacuerdo que existe en el ser humano entre lo que es y lo querría ser o, mejor aún, entre lo que es y lo que muestra, la sinergología es una aproximación que escudriña en los meandros del cuerpo. El cinérgico se ocupa de observar la diferencia entre el lenguaje de las palabras y el lenguaje del cuerpo. Hacen uso de la sinergología: políticos, asesores, relaciones públicas, médicos y actores. La definición de kinesia de Fast (1984:16) es *el estudio de la mezcla de todos los movimientos del cuerpo, desde los más deliberados a los totalmente inconscientes, desde los que responden a una cultura particular hasta los que cruzan todas las barreras culturales*. Según Birdwhistell (1970) y Poyatos (1977) citados por Guillén (1994: 214) *la kinesia se define como el estudio sistemático de los movimientos psico-corporales, aprendidos por vía visual o acústica, que bien de forma autónoma o combinada, consciente o inconsciente, y de acuerdo con el contexto, confieren valor comunicativo*. Distingue pues en su estudio las expresiones faciales, los gestos y los movimientos corporales. La kinesia también se hace cargo, en el caso de la escena, de las consecuencias que en el espectador puede tener las tensiones físicas del intérprete. Según la antropología teatral de Barba (1995, -citado en Pavis 1998-), el espectador se ve afectado físicamente por el nivel preexpresivo del cuerpo del actor y de la representación. La danza conoce muy bien este impacto y, en palabras de John Martín (1996: 48) *hay una respuesta kinestésica en el cuerpo del espectador, que reproduce en él, parcialmente, la experiencia del bailarín*.

Hall (1989), antropólogo e investigador, denomina *proxémica* al estudio de la estructuración y el uso del espacio por el hombre y al sistema comunicativo que de este uso emana. Es decir, del tratamiento del espacio o

por parte del hombre se destaca un sistema comunicativo de origen corporal. La proxémica es una disciplina reciente de origen norteamericano que estudia el modo de estructuración del espacio humano: tipo de espacio, distancias mantenidas entre las personas, organización del hábitat, estructuración del espacio de un edificio o habitación, etc. *En tanto que la escena es mimesis de la interacción social, estas leyes espaciales y todo cambio de códigos es significativa también escénicamente* (Pavis, 1998: 360). La puesta en escena proporciona un cierto tipo de relaciones espaciales entre los personajes-bailarines, y lo hace en función de su ideología, su estatuto social, su sexo, etc. Las distancias, los trayectos y los movimientos del bailarín se encuentran cargados de significado.

Para Guillén (1994: 225) tanto la kinesia como la proxémica están íntimamente relacionados y ambos son influenciados por las variantes de edad, sexo, normas sociales, culturales, etc. y destaca entre algunas de sus funciones básicas: *determinar el nivel de intimidad existente entre los interlocutores, e indicar la actitud personal de cada uno de ellos.*

EL CUERPO COMO MOTOR DE LA EXPRESIÓN ESCÉNICA

En el estudio de los signos escénicos hay que resaltar el paradigma de la pragmática, que eclosionó a finales de los años setenta, superando, en parte, al post-estructuralismo precedente. Esto es debido a que el estudio de los signos en la comunicación, se había centrado exclusivamente en lo lingüístico, considerando al margen otros aspectos de la comunicación como el contexto, los aspectos psicológicos y sociales, la modulación de la voz, y los gestos y movimientos del cuerpo. Con el nacimiento de la perspectiva pragmática *las investigaciones sobre el drama y la representación escénica cobran una relevancia especial y la pragmática se nos presenta como un paradigma interdisciplinar e integrador que ofrece ricas teorías al amparo de las cuales se puede estudiar con nuevas perspectivas todos los signos (verbales y no-verbales) que interviene en la comunicación* (Guillén, 1994:33). Patrice Pavis (2000) incide en la perspectiva que este nuevo paradigma nos aporta en el análisis de los espectáculos, haciendo especial hincapié en los aspectos extralingüísticos, tan relevantes en disciplinas como la danza, el circo, y el mismo teatro. Cualquier actividad escénica, incluido por tanto el teatro, tiene como ejes el cuerpo y el movimiento. El cuerpo y el movimiento, además de ser capacidades funcionales, se concretan en el trabajo del bailarín como elementos de comunicación y expresión. Según Quintana Yáñez (1997) las funciones de la expresión corporal son:

- *Función expresiva: trata de mostrar aquellos medios que hacen posible que nuestro cuerpo se exprese, y favorece la adquisición de técnicas corporales instrumentales: relajación, concentración, sensibilización, etc.*
- *Función comunicativa: La comunicación se divide en verbal y no verbal. Aquí nos interesa la segunda, en la cual el cuerpo y el movimiento son fundamentales para que se produzca la comunicación. Según algunos autores la función expresiva y la comunicativa son dos fases inseparables de un mismo proceso.*
- *Función de conocimiento: son muchos los autores que consideran que la motricidad y la inteligencia se desarrollan de forma paralela.*
- *Función estética: búsqueda de la belleza corporal, que ya los griegos cultivaban, y búsqueda de la estética*

propia del movimiento, de la amplitud, coordinación, armonía y expresividad del gesto.

- *Función catártica: El movimiento puede ayudar a conseguir un equilibrio emocional porque actúa liberando tensiones.*

De todas las corrientes que consideran el cuerpo como motor de la expresión (escénica, pedagógica, psicoanalítica, metafísica) es la corriente escénica la que aquí nos atañe y es ella la que pone el acento en la transmisión de un mensaje al público, en el que se busca la coherencia entre un personaje, un sentimiento, una situación, unos objetivos, etc., y la forma del gesto más apropiado para expresarlo y comunicarlo. La función catártica en la danza también está presente en diferentes momentos de la creación escénica, en el bailarín, mediante su entrenamiento, y del público, en su identificación con el personaje o en la experiencia, sin más, del placer estético o experimentación de emociones mientras asisten a la representación. Partimos pues del cuerpo, que desde un punto de vista actual, procedente de la expresión corporal, se le define como el instrumento con el cual se producen las variadas formas que escénicamente componen el verdadero *arte del movimiento*.

Vemos como la expresión corporal reconoce el cuerpo y el movimiento como elementos de expresión y comunicación. Motos (1990), aunque comienza hablando de que se trata de un término todavía en expansión y por tanto, aún ambiguo, define la expresión corporal como un conjunto de técnicas que utiliza el cuerpo humano como elemento de lenguaje y que permite la revelación de un contenido de naturaleza psíquica. Y lo llega a denominar el *arte del movimiento*. En el entorno escénico, Pavis (1998: 195) la define como *una técnica interpretativa utilizada para activar la expresividad del actor, desarrollando sobre todo sus medios vocales y gestuales, su facultad de improvisación. Sensibiliza a los individuos acerca de sus posibilidades motrices y emotivas, su esquema corporal y su capacidad para proyectar este esquema en su trabajo interpretativo*. La expresión corporal tiene más el carácter de una actividad de descubrimiento y de entrenamiento que de disciplina artística. Los fundamentos de la expresión corporal son: la sensibilización, la interiorización, la desinhibición, la improvisación y la espontaneidad.

LA EXPRESIÓN CORPORAL EN EL BAILARÍN

Se cree que la mímica del actor hablante es menos dura que la de su homólogo mudo o la del bailarín, pero la aplicación del movimiento como expresión, en este caso, es más sutil y fugaz, y ha de ser cuidada y aplicarla con conocimiento y estudio. La expresión corporal del bailarín es, al menos, igual de difícil que si va acompañada del trabajo vocal, por lo que debe ser estudiada con ahínco por el hecho de coexistir dos técnicas en superposición: la dancística y la interpretativa. Cuando vemos un trabajo corporal bien hecho en un bailarín debemos ser conscientes de que detrás hay un entrenamiento y debemos ser conscientes de él.

El personaje, si lo hubiere, y su situación, o bien, los sentimientos y emociones previstos para ser transmitidos, son los

encargados de decir al bailarín cuál es la dosis de expresividad gestual que debe introducir en su interpretación. El bailarín enriquecerá el baile de esta manera, e incluso podrá decir cosas contrarias simultáneamente; el equivalente al texto y al subtexto del actor. La técnica del actor teatral y las posibilidades expresivas del movimiento amplían las cuestiones impuestas o dadas a priori al bailarín. Así el bailarín es considerado también actor, y por tanto, autor.

El actor se sirve de las posibilidades expresivas que el uso de la voz le proporciona: la entonación, la velocidad con sus pausas y silencios, la fuerza física y la expresión de su voz, que juega con el timbre, la intensidad y redondez. El actor debe expresar todas las cualidades que pueda sacar al texto, para después complementarlo con el movimiento y el gesto. Para los actores existe una máxima: si el texto es pobre el trabajo del actor habrá de ser más rico. El movimiento, su gestualidad será mayor. Aunque ambos, actor y bailarín, comparten como lugar de trabajo en el escenario, lo que Fast (1995) denomina el trabajo en *la distancia pública lejana* en la que es más fácil mentir con los movimientos del cuerpo, de ahí el uso de ciertas ilusiones que ambas artes han utilizado a lo largo del tiempo; hablamos de la adaptación del movimiento y su significado a la distancia entre público e intérpretes y a la convención teatral previamente establecida en el público, al acudir al edificio teatral a “ver” un trozo de realidad según unos cánones estéticos establecidos con anterioridad. Pero ¿qué ocurre al tener como lenguaje el propio movimiento?. En la danza se cuenta algo mediante la progresión y yuxtaposición de movimientos (Álamos, 1998). No se trata de bailar más o multiplicar el movimiento, sino de dominar técnicas interpretativas que aplicadas al movimiento que la danza nos impone, éste se cargue de expresión. Aunque para muestra, un botón, sirva como ejemplo la necesidad de dominar por parte del bailarín las relaciones entre energía y movimiento, así como las posibilidades expresivas y coreográficas que esta técnica conlleva.

Para hablar de energía y movimiento es necesario hablar de las calidades de la acción física: el uso técnico y significado de la intensidad, el tiempo y el espacio de los movimientos. La expresión corporal se produce necesariamente por medio del cuerpo, en un espacio determinado y en un tiempo concreto, es el resultado de la interrelación de factores corporales, de amplitud y rítmicos, que se manifiestan en el movimiento y éste, a su vez, está mediatizado por la interacción de la intensidad. La intensidad es la energía que el cuerpo o un segmento de éste utiliza para realizar un movimiento, que tendrá una duración-ritmo y ocupará un determinado espacio. Para que un movimiento sea expresivo necesita una determinada carga de energía que podrá ser determinada por los sentimientos, emociones, estados de ánimo, etc. Para imprimir esta intensidad o energía al movimiento, el tono juega un papel fundamental, unido siempre al diseño espacial y estructuración temporal (duración, ritmo). Las variaciones en el tono muscular, producirán variaciones en la intensidad (carga energética) del movimiento. Por tanto, un mismo gesto podrá tener una enorme cantidad de significados según sea la intensidad con la que se ha realizado, matizándolo en expresividad, eficacia y estética.

CONCLUSIÓN

La danza antes de ser un arte, ha sido una expresión espontánea de la vida colectiva, es decir, era un lenguaje social e

incluso religioso. En la conciliación del aspecto expresivo con un determinado formalismo (técnica), se ha podido traspasar la mera expresión emocional hacia una comunicación, es decir, la transmisión de un mensaje estético. *No hay arte sin técnica afirma, pero la rigidez y el absolutismo técnico provocan la ruina en el arte alejándolo de la expresión humana viva* (Le Boulch, 1991a: 91); estamos ante el nacimiento de un Arte.

La danza como arte escénico está ligada a la presentación directa del producto artístico. La idea fundamental de las artes escénicas es que son conformadas, creadas directamente para un público que asiste a la representación gestual. Lo que cuenta es la inmediatez de la comunicación al público a través de los bailarines. En la danza, el bailarín mediante el lenguaje corporal expresa emociones, sentimientos y pensamientos. Como David Pérez (1998:80) afirma *cabe apuntar que el discurso de esta propuesta se sitúa en el interior de un innominado espacio en el que la danza puede quedar escrita como un film y leída como una pintura, diseñada como una partitura, trabajada como una instalación y esculpida como un texto*. Creamos o no en el pluralismo, el mestizaje, lo relativo, la tendencia a lo aleatoriedad y a la entropía, junto a lo fragmentario residen como valores emergentes en los artistas escénicos actuales, cuya consecuencia final es el préstamo de técnicas entre distintas artes.

El bailarín al tener como medio de su lenguaje el propio cuerpo, debe reflejar en cada gesto la intención. Una intención que parte de una idea para llegar a ilustrarla; por tanto, entendemos el gesto como símbolo, que posee figura y significado. La figura otorgada por la representación corporal (el gesto) de una idea lleva consigo el significado. Pero decíamos además que el gesto es signo, en tanto el signo es un producto de la actividad consciente, que permite referirse a una cosa sin necesidad de hacerla presente en su materialidad. La expresión corporal nos ayuda a hacer referencia a múltiples eventos y elementos, sin necesidad de hacerlos explícitos sobre el escenario. Lo anterior implica que el gesto tiene significante y significado; categorías fundamentales del signo. El significante es la representación material del fenómeno y el significado, el fenómeno mismo que se quiso representar. El lenguaje corporal del bailarín cuenta, por tanto, como signo, símbolo y alegoría, esferas fundamentales de la creación humana.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguado A.M. & Nevares L. (1995). La comunicación no verbal. *Tabanque: Revista pedagógica*, 10-11, 141-154.
- Álamos, A. (1998). Bailando con los deseos. Sobre la aplicación de la dramaturgia en la danza moderna. En *Caprichos, la danza a través de un prisma* (pp. 109-121). Sevilla: Junta de Andalucía.
- Brozas Polo, M. P. (2003). *La expresión corporal en el teatro europeo del siglo XX*. Guadalajara: Ñaque.
- Cortés, J.M. (2003). *Orden y caos. Un estudio cultural sobre lo monstruoso en el arte*. Barcelona: Anagrama.
- Davis, F. (1994). *La comunicación no verbal*. Madrid: Alianza.
- Duncan, I. (2003) (Ed. Sánchez, J.A.). *El Arte de la Danza y otros escritos*. Madrid: Akal.
- Fast, J. (1995). *El lenguaje del cuerpo*. Madrid: Biblioteca Fundamental Año Cero.
- Guillén Nieto, V. (1994). *El diálogo dramático y la representación escénica*. Valencia: Generalitat Valenciana,

Conselleria de Educacion i Ciencia.

- Grotowski, J. (1972). *Hacia un teatro pobre*. Madrid: Siglo XXI.
- Grotowski, J. (1993). Los ejercicios. *Revista Máscara*, 11-12, 27-38.
- Hall, E. (1989). *El lenguaje silencioso*. Madrid: Alianza.
- Laban, R. (1987). *El dominio del movimiento*. Madrid: Fundamentos.
- Laban, R. (1993). *Danza educativa moderna*. Barcelona: Paidós.
- Le Boulch, J. (1991a). *Hacia una ciencia del movimiento humano*. Barcelona: Paidós.
- Le Boulch, J. (1991b). *El deporte educativo: psicocinética y aprendizaje motor*. Barcelona: Paidós.
- Martín, J. (1966). *The Modern Dance*. Nueva York: Barnes.
- Motos, T. & García L. (1990). *Expresión Corporal*. Madrid: Alambra.
- Quintana Yáñez, A. (1997). *Ritmo y educación física: de la condición física a la expresión corporal*. Madrid: Gymnos.
- Pavis, P. (1998). *Diccionario del Teatro, Dramaturgia, Estética y Semiología*. Barcelona: Piados.
- Pavis, P. (2000). *El análisis de los espectáculos*. Barcelona: Paidós.
- Pérez, D. (1998). Cuatro giros alrededor de la danza, el arte, el movimiento, la pausa. En *Caprichos, la danza a través de un prisma* (pp. 71-82). Sevilla: Junta de Andalucía.