



EUKINÉTICA

PROFUNDIZANDO LAS CUALIDADES DEL MOVIMIENTO

PEDAGOGÍA

ÁREA PEDAGÓGICA

Raquel Núñez Navarrete.

**Pedagoga y licenciada en Danza, intérprete,
Magíster en Educación.**

3.2 Experiencia pedagógica desde la danza

Ahondando en el aporte de Laban, éste propone estudiar el movimiento más allá del aspecto físico, incluyendo lo mental, lo espiritual y lo emocional. Por un lado, Laban piensa en un movimiento como un vehículo de comunicación que puede servir a todo artista de la escena, pero, por otro lado, el movimiento también es una herramienta educativa importante para el desarrollo integral de niños y adultos no profesionales. "Todo movimiento es complemento de cierto estado mental; el uso limitado de la gama de movimiento redundante en limitaciones de índole mental y espiritual" (Cámara, 2007).

En general, la propuesta educativa de Laban pretende el desarrollo de una conciencia clara y precisa de los diferentes esfuerzos de movimiento, de las diferentes trayectorias espaciales y de los diferentes usos de los segmentos corporales para poder ejecutar, observar y apreciar hasta las acciones más simples o el movimiento más insignificante y cotidiano. El cuerpo aprende a moverse de cierta forma y adquiere con ello la capacidad de elegir y diseñar otras acciones, generando una conciencia más aguda del propio cuerpo en movimiento. Por esto es que se destaca este método teórico-práctico para la vivencia corporal del alumno. En la medida en que el profesor profundice y enriquezca sus clases, va a dar espacio a la integración de la búsqueda de lenguaje del alumno o intérprete.

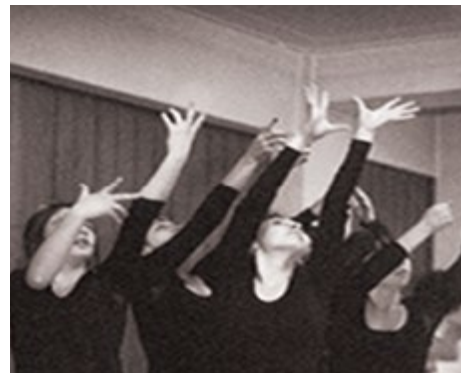
Es importante señalar que el método Leeder, desde la visión de la eukinética, coréutica y análisis de movimiento, entregará herramientas para experimentar desde lo excéntrico y concéntrico del cuerpo hacia la exploración de la cualidad de movimiento, otorgando una propuesta profesional e integral al alumno e intérprete.

Uno de los objetivos de este estudio es no sólo crear cuerpos hábiles, sino también entrenar el cuerpo como instrumento de expresión. Fue este, sin duda, uno de los pilares de investigación del montaje coreográfico "Vive la vida y sé feliz" (Núñez, 2006), donde se realizó un trabajo con dos actrices adultas que no tenían un entrenamiento corporal previo dancístico.

Como hipótesis principal se planteó trabajar desde la búsqueda del estado emocional del intérprete, para profundizar en el estudio de las cualidades de sus movimientos o eukinética. Surgió la interrogante de cómo ellas se conectaban desde sus propias emociones con el movimiento. Asimismo, el sentido del estudio radica en la adquisición de destreza y economía del esfuerzo; esto se refiere a realizar el movimiento usando eficientemente y adecuadamente los factores del movimiento energía, tiempo, espacio y flujo, desarrollando conciencia de lo que iban experimentando.

Desde las premisas anteriores, se trabajó el punto de vista coreográfico y pedagógico, buscando lograr la aplicación del esfuerzo, effort, ya que las intérpretes tuvieron que regular constantemente la intensidad de tensión en el movimiento y saber ocupar la relajación cuando era necesario. No sólo para relajar el movimiento, sino porque además se intentaba matizar la calidad del movimiento, dejándolo más puro y limpio.

Sin embargo, la aplicación de la teoría del esfuerzo aparece al momento de la ejecución, entregándola como vivencia al aprendizaje corporal y llevándola a la conciencia en cómo manejar su propio esfuerzo en el movimiento.



Esta investigación coreográfica se abordó desde el análisis de la eukinética, ya que en estudios de Hilda Islas y Elizabeth Cámara se nos plantea la siguiente interrogante: la cualidad del movimiento, ¿es algo puramente físico o es el resultado de las emociones expresadas a través del cuerpo?

La técnica de la eukinética nos proporciona un descubrimiento a la emoción verdadera que esté experimentando el intérprete en combinación con su corporalidad. La experiencia de un intérprete es única, porque es su propio instrumento. Sus recursos son él mismo, su talento y su capacidad para desarrollar ambos. Debe trabajar con y por medio de su cuerpo, sus emociones y su propia cualidad personal. Desde esta mirada es que a continuación los intérpretes del montaje se refieren a su experiencia en el proceso de la obra.

3.2.1 Intérprete 1

"A medida que íbamos construyendo la coreografía, la conexión con mis emociones se fue haciendo cada vez más intensa; llegué a sentir las emociones más guardadas de mis experiencias dolorosas, pero cada vez que lograba sacarlas y transformarlas en movimiento era una terapia de liberación."

La conexión conmigo misma a través de los movimientos hace que mi conciencia corporal sea plena, al poder controlar mi energía, dosificarla, canalizarla a través del movimiento consciente. Mis procesos interpretativos, siempre en el teatro, partieron con movimientos, como proceso personal, para trabajar el personaje de afuera hacia adentro. Siento que en el proceso coreográfico de la obra la interpretación partió desde la emoción que da el movimiento, o sea, desde lo interno hacia a fuera; primero buscamos la emoción y desde ella descubrimos los movimientos con sus distintas cualidades, el tipo de energía, el tiempo y el espacio, para aplicarlo a una secuencia orgánica que se conectará con la emoción".

3.2.2 Intérprete 2

"Trabajar en este montaje coreográfico me permitió tomar conciencia de mi cuerpo y de la calidad y cualidad del movimiento de acuerdo a la eukinética."

Fue muy atractivo y didáctico trabajar el movimiento en sus distintas expresiones. Cuando empezamos a trabajar en la coreografía tuve serios problemas con la memoria corporal, ya que en teatro, cuando uno se ha apropiado del personaje y su psicología, el movimiento surge en forma espontánea de acuerdo a la emoción que el personaje experimente. Cuando el director te indica un desplazamiento para equilibrar el escenario, uno –el actor– le crea una acción o motivación interna a dicho desplazamiento, para que éste resulte natural.

Acá lo experimenté a la inversa, a los movimientos les di un significado específico a fin de que éstos tuvieran un contenido, y esto me permitió llegar a la siguiente conclusión: para que el resultado sea óptimo es imprescindible conectarse con la emoción adecuada a la secuencia de movimientos creados en la coreografía. A fin de que éstos no sólo sean estéticamente adecuados, sino que además tengan un contenido para lograr el objetivo deseado.

En lo personal me cuesta manifestar mis emociones en el diario vivir; el único lugar donde me permito vaciarme emocionalmente es en el escenario.

Por eso la instancia de trabajar en esta coreografía me permitió conectarme desde lo más interno con la memoria emotiva, desarrollando a cada situación coreográfica una historia con códigos para poder manejar mi memoria corporal".

La experiencia coreográfica y el resultado pedagógico surgieron de la necesidad



de querer experimentar desde las emociones con la eukinética, ya que en la formación de la pedagogía en danza va a estar presente la búsqueda del lenguaje propio en la composición coreográfica.

Haber indagado y experimentado con la teoría de Laban desde la eukinética, algo que algunos pedagogos enseñan de una forma estructurada, sin conexión con el intérprete o el alumno, hace que la investigación coreográfica que resulta de este trabajo sea un aporte tanto para los intérpretes como para la propia coreógrafa-pedagoga, al plantearse la interrogante antes mencionada.

Se llegó a la reflexión de que cada pedagogo o coreógrafo debiese ocupar herramientas de la técnica eukinética para enriquecer de una manera integral al intérprete, además de ampliar su expresividad y así conectarse con la emoción verdadera, que a su vez se verá reflejada en el movimiento que esté ejecutando; descubriendo que las cualidades del movimiento son el resultado de las emociones e impulsos nerviosos que se van a expresar a través del cuerpo.

En consecuencia, el proceso de investigación para llevar a cabo el montaje se desarrolló al revisar el material referido a la eukinética, donde se fue enseñando el método a las intérpretes, partiendo desde la primera instancia que es la sensibilidad de los cuerpos, escuchando diversos sonidos y estilos musicales, trabajo con la voz, improvisación de textos y observación de fotografías para capturar la imagen kinética.

De este modo se definió el lenguaje corporal que se quería transmitir. Que se inicia por un conocimiento a nivel personal con cada una de las intérpretes, ya que la temática de la obra nos plantea los múltiples roles que asume la mujer. A través de conversaciones se indagó respecto a las diferentes situaciones que vive cada una de ellas, en su largo caminar por la vida y en cómo se ven colapsadas en ciertos momentos. Dejando en claro los estados emocionales que aparecían mediante algunos hechos y cómo los conectaban con el cuerpo y la cualidad que aparecía en el momento.

Puesto que la eukinética es una herramienta para trabajar en los diversos factores del movimiento: tiempo, energía y espacio y, además, sobre las cualidades que surgen como resultado de éstos, la técnica de la eukinética aparece integrándose como proceso investigativo, planteando la siguiente interrogante: ¿Bajo qué energía se mueven los cuerpos?

Se indagó, entonces, en el estudio del effort (esfuerzo), es decir, en qué tipo de esfuerzo o, mejor dicho, qué energía fue aplicada a la hora de moverse en una situación puntual, con un estado emocional dado (rabia, pena, alegría, tranquilidad, etc.); de qué manera se sostiene esa energía en un movimiento, en la mantención del equilibrio, y, a la vez, matizarlas, para así no abandonarlas y hacerlas parte importante en la interpretación.

Durante este proceso se tuvo la oportunidad de analizar y experimentar los factores del movimiento: ¿qué energía tengo?, ¿cuál es mi tiempo?, ¿cómo ocupo el espacio interno y externo? Estas interrogantes fueron despejándose en situaciones tales como el momento de la improvisación y la exploración del movimiento que surgía durante el proceso.

Cada movimiento fue analizado, y al unirlo con el estado emocional también se pudo identificar la similitud que tenía con la secuencia de movimiento que se estaba experimentando; por ejemplo, la rabia: energía fuerte, espacio generalmente central, con un tiempo, dependiendo de la intención, más rápido o más lento. A nivel pedagógico, además, las intérpretes comprendieron con qué tipo de cualidad se identificaba cada una de ellas y, a su vez, trabajaron los opuestos de dichas cualidades.

