

Breakido

El camino hacia el cambio de la energía

RESUMEN

Breakido es un proyecto de grado de carácter investigativo que busca interrelacionar el estilo de baile urbano *Break Dance* y el arte marcial *Aikido*, y mediante la praxis como herramienta vivencial, pretende hallar datos novedosos y una gama de conocimientos y conceptos inéditos que contribuyan con la motivación transversal a la presente investigación de generar una nueva posibilidad de técnica dancística y método de entrenamiento para la población académica o autodidacta de la danza en la ciudad de Medellín. Esto con la intención de fortalecer los procesos pedagógicos, metodológicos e investigativos en el ámbito de la danza de nuestro territorio. Asimismo, busca fomentar la reflexión sobre las prácticas dancísticas, el análisis de los usos del cuerpo en las técnicas de la danza y las artes marciales, la rigurosidad y la sistematización de la información en los procesos desescolarizados con finalidades sociales y artísticas.

Palabras Claves

Break dance, Aikido, técnica de movimiento, técnica marcial, espiral, movilidad, danza.



Universidad de Antioquia
Facultad de Artes
Departamento de Artes Escénicas
Licenciatura en Educación Básica en Danza

Breakido

El camino hacia el cambio de la energía

Monografía

Estudiante

Juan Daniel Pino Jaramillo

Correo electrónico

jdaniel.pino@udea.edu.co

Universidad de Antioquia

Facultad de Artes

Licenciatura en Educación Básica en Danza

Medellín

2021



Breakido

El camino hacia el cambio de la energía

Estudiante

Juan Daniel Pino Jaramillo

Docente asesor

Juan Guillermo Velásquez Cardona

Nombres

(Maestro en Arte Dramático, Especialista en Tendencias Contemporáneas de la Danza)

**Trabajo de grado para obtener el título de
LICENCIADO EN EDUCACIÓN BÁSICA EN DANZA**

Universidad de Antioquia

Facultad de Artes

Licenciatura en Educación Básica en Danza

Medellín

2021



Ilustración 1: En la fotografía: Sensei Julián Alberto Ramírez y Juan Daniel Pino Jaramillo.

Dedicatoria

Esta monografía de grado, en primera instancia, la quiero dedicar de manera especial a mi familia, porque desde que decidí ingresar al mundo de la danza, siempre me han apoyado y me han dado aliento para seguir en este camino que tiene demasiados altibajos; en segunda instancia, a todas aquellas personas que desean profundamente habitar el mundo de la danza, pero por diversos motivos, políticos, sociales, económicos, no se arriesgan a vivirlo y disfrutar de las experiencias que esta les puede otorgar... Les invito a que se arriesguen y luchen fielmente por expresar eso que quieren por medio de sus cuerpos.

Agradecimientos

Esta monografía de grado, más allá de ser un requisito para graduarme como Licenciado en Danza en la Universidad de Antioquia, es una investigación que busca consolidar un proceso creativo que posteriormente pueda convertirse en la formación de una compañía o un equipo de trabajo, que pueda llevar a la escena obras de diversos formatos y compartir en diferentes lugares esta investigación-creación; la cual necesitará de forma imprescindible de los saberes, bagaje, recorrido y experiencias del maestro Julián Alberto Ramírez.

Quiero agradecer principalmente al maestro Ramírez por su buena voluntad al invitarme a ser partícipe de sus entrenamientos y posteriormente hacerme ver en el Aikido otras posibilidades de entrenamiento mediante movimientos que confluyen con el Break Dance y mis inquietudes como artista-creador. También deseo agradecer al maestro Juan Guillermo Velásquez Cardona, por ser mi asesor en este proyecto y guiarme desde mis inquietudes en base a su experiencia como docente e investigador de la danza.

A las y los maestros que han hecho parte de mi proceso, Astrid Johana Ramírez Figueroa, Andrés Echeverri García, Juliana Congóte Posada, German Arturo Gallego, Luis Felipe Viana Cisneros, Ana María Tamayo Duque, María del Pilar Naranjo Rico, Sharon Lilie Ciro Flórez, y Wilson Cano Flórez.



Tabla de contenido

INTRODUCCIÓN	0
MARCO DE REFERENCIA	3
Antecedentes	3
Justificación	6
Pregunta de investigación	10
CONTEXTO	11
DESARROLLOS CONCEPTUALES	20
DESARROLLO METODOLÓGICO	31
Tipo de investigación	31
Enfoque	31
Estructura metodológica de las clases de break dance y aikido	31
Temática (conceptos claves de cada técnica de movimiento)	33
PRAXIS INVESTIGATIVA	40
Cronograma de actividades	40
Consentimiento informado	41
HALLAZGOS (MONOGRAFÍA)	43
CONCLUSIONES	49
BIBLIOGRAFÍA	51
ANEXOS HALLAZGOS	53

REFERENCIA DE LAS FOTOGRAFÍAS

Ilustración 1: En la fotografía: Sensei Julián Alberto Ramírez y Juan Daniel Pino Jaramillo.	3
Ilustración 2: lugar de entrenamiento de Aikido (Santa Elena, Medellín, 2021).	16
Ilustración 3: 4 Elementos Skuela (Aranjuez, Medellín, 2021).....	17
Ilustración 4: casa del Sensei Ramírez (Santa Elena, Medellín, 2021)	17
Ilustración 5: casa de Daniel Pino (Aranjuez, Medellín, 2021).....	18
Ilustración 6: foto de perfil de Instagram de @Bgirl_jacky. Movimiento Top Rock.....	22
Ilustración 7: foto de perfil en Instagram de @Bgirlgenesis_flooristas. Movimiento de Foot Work	23
Ilustración 8: foto perfil Instagram de @Supamontalvo. Movimiento Power Moves,.....	24
Ilustración 9: foto en el perfil de Instagram de @bboyjuniorofficiel, movimiento freeze	25
Ilustración 10: 1 cuerpo sentado 1 de pie, Hanmi handachi waza	26
Ilustración 11: 2 cuerpos sentados, Swariwaza.....	26
Ilustración 12: 2 cuerpos de pie, Tachi Waza	27
Ilustración 13: clase maestra bailarines de Break Dance (4 Elementos Skuela,2021).	45
Ilustración 14: clase maestra para bailarines (Elements danza, Medellín, 2021)	46
Ilustración 15: clase maestra practicantes de Aikido (Santa Elena, Medellín, 2021).....	48

INTRODUCCIÓN

Este proyecto de grado responde a mis intereses como bailarín-intérprete-creador e investigador, los cuales se relacionan con mi deseo de enriquecer el break dance por medio de diferentes técnicas de movimiento, en este caso el Aikido, además de pretender generar una nueva posibilidad de técnica dancística que también aportará al desarrollo de un método de entrenamiento para la población académica o autodidacta de la danza en la ciudad de Medellín.

Durante varios años me he dedicado a bailar Break Dance, y hace aproximadamente dos años conocí el Aikido. Este acercamiento generó en mí preguntas e ideas con respeto a los movimientos en espirales y el trabajo de impulsos en el cuerpo para ejercer determinadas acciones en dúos. Lo que posibilitó la creación de este proyecto porque al observar la práctica del Aikido me imaginé e interrogué cómo estas dos artes se pueden fortalecer con sus movimientos en espirales y ampliar las posibilidades expresivas y comunicativas relacionadas.

He observado cómo año tras año en la ciudad de Medellín la versatilidad de los bailarines ha ido creciendo notoriamente, como ejemplo de ello, algunos colegas y amigos que bailan break dance han empezado a estudiar folclore y, en esta medida, es evidente la necesidad de ampliar imaginarios expresivos por medio del movimiento, y considero que el Aikido como arte marcial hace un aporte significativo a la danza a partir de sus peculiaridades.

Por esta razón, este proyecto será abordado desde una mirada que se concentra en el estudio detallado de las bases técnicas que abrazan el *Aikido* y el *Break Dance* para generar

nuevas posibilidades de movimiento y entrenamiento, y será desarrollado de forma colectiva con el Sensei Julián Alberto Ramírez, quien se dedica al arte del *Aikido* y a la enseñanza de este desde hace aproximadamente 26 años.

En esta búsqueda de expandir imaginarios y consolidar nuevas formas de moverse, me surge la idea de crear y potencializar estas dos técnicas de entrenamiento que he practicado hace varios años: *Break Dance 2010* y *Aikido 2019*, puesto que ver y entrenar *Aikido* con otros practicantes me ha cuestionado acerca de las posibilidades que presenta este arte, para fusionarlas con el *Break Dance* con miras de obtener otras formas de expresar y de acercarse al movimiento. Siento la necesidad de investigar sobre esta fusión y parto de las siguientes preguntas:

- ¿Qué sucedería si cuando el defensor tira al suelo al atacante en el *Aikido*, el atacante logra utilizar esa energía para levantarse y continuar con el ataque?
- ¿Qué pasaría si el *Break Dance* potencializa las salidas y entradas al suelo a partir del *Aikido* para crear otras posibilidades de movimientos?

Estas inquietudes sobre ambas técnicas de movimiento, por su parte el *Break Dance* como técnica de danza y el *Aikido* como arte marcial, ponen en perspectiva el interés de explorarlas, compartirlas y enriquecerlas para ofrecerlas a otros contextos como el universitario, la *Skuela 4 elementos*, el *dojo shoshin*, academias, compañías, entre otros lugares que se interesen por conocer y abordar esta nueva creación. Para tal fin, está el apoyo del sensei Julián Alberto Ramírez para construir, él desde su experiencia en el *Aikido* (el arte de la paz) y yo desde el *Break Dance*, una metodología de trabajo que permita profundizar en



aspectos teóricos-prácticos, de manera que estas dos técnicas puedan dialogar a través de sus movimientos e historia, para crear una sistematización de los datos hallados durante las exploraciones y prácticas, con el fin de contribuir tanto al estilo propio de los nombrados anteriormente como también al contexto universitario y profesional o autodidacta de las dos manifestaciones corporales.

MARCO DE REFERENCIA

Antecedentes

Durante mi camino de formación como artista, docente, pedagogo e investigador, me he encontrado con algunos artistas que han creado a partir de su saber y de lo que el contexto les brinda, diferentes fusiones entre géneros de danzas, disciplinas marciales y acrobáticas, que enriquecen su movimiento y denotan una singularidad en su práctica artística. Es el caso de B-boy Chey, bailarín de Break Dance nacido en España, un país rico y reconocido por su diversidad folclórica y de movimiento, que se ha dejado permear y ha explorado diversas danzas que le brinda su contexto, como la salsa, el tango, el flamenco y la danza contemporánea, las cuales se ven reflejadas en sus movimientos de Break Dance.

Es también, el caso de B-boy Neguin, bailarín de Break Dance, brasileño, que ha fortalecido su trabajo a través del Taichi y la Capoeira. Neguin, en una entrevista realizada por “Tsunami All Stars DOPAMINERS” (Neguin, 2018), menciona algunos aspectos que él considera importantes como por ejemplo el respeto y cuidado que tiene con su propio cuerpo; alimentarse bien, no consumir drogas, descansar bien y parar oportunamente. También habla de su inspiración cuando practica otras actividades como el Graffiti, DJ, skateboarding, lucha libre y nadar, de esta manera él siente que encuentra formas y mecanismos de expresión y creación diferentes para evolucionar su arte. En el año 2014 Neguin asistió a la ciudad de Medellín, para dictar un workshop y afortunadamente tuve la posibilidad de asistir y es aquí donde noto muchas diferencias corporales, expresivas e intencionales en su práctica, lo cual posteriormente me hace querer investigar y entender cómo la versatilidad de su cuerpo al

bailar ha sido una construcción polifacética porque ha tenido participación y relación con otras disciplinas, no sólo del mundo del arte sino también de los deportes.

Retomando, en esta búsqueda por la transdisciplinariedad nace mi interés por estudiar el Aikido, inspirado por algunos bailarines y coreógrafos que han estudiado diferentes artes marciales, con preguntas detonantes que han contribuido a su difusión por el mundo como mencioné anteriormente. Asimismo, existen referentes de índole artístico y creativo como los citados a continuación, la obra Sutra creada por el bailarín y coreógrafo belga Sidi Larbi Cherkaoui, (que estudió en la escuela belga P.A.R.T.S y quien desde sus inicios en el movimiento se interesó por la multiculturalidad, la exploración de la identidad social, religiosa y étnica), surge después de que él realiza una visita al templo Shaolin en China. El creador se inspira en los movimientos de los monjes Shaolin y su capacidad para “identificarse completamente con los seres vivos hasta el punto de transformarse en la esencia del tigre, la grulla o la serpiente...” (Sadler’s Wells, 2008). En esta obra, la fusión entre el Kung-fu y la danza contemporánea despierta en mí, no sólo la curiosidad por realizar búsquedas similares entre el Aikido y el Break Dance, sino, también, la motivación de crear obras de este formato y hallar diferentes movimientos que estén relacionados e interconectados con ambas artes.

Seguidamente, descubro también que, sólo con el análisis de esta obra puedo acercarme, sin tener que viajar, a conocer de cerca la tradición de China, de su cultura y de las diferentes historias que han transformado sus vidas y su cotidianidad. Gracias a que Sidi Larbi recrea de manera poética en la escena las antiguas guerras que han vivido estas artes marciales en el contexto asiático. Esto lo hace evidente utilizando cajas de madera que durante la escena se transforman en diferentes cosas, por ejemplo, en templos, camas, ataúdes,

laberintos, murallas, barcos, entre otras figuras que representan experiencias de miles de pueblos que han sido atravesados por la guerra imperial y la manipulación de sus dirigentes. Durante la obra no todo es movimiento veloz y dicente, también hay momentos de calma, meditación, control del cuerpo y tranquilidad, que denotan el polo opuesto y la otra cara del movimiento visible.

Por otro lado, el bailarín y coreógrafo estadounidense de danza contemporánea Steve Paxton, reconocido por su admirable creación de un sistema de improvisación llamado “*Contact Improvisation*”, en el documental *el Humano Caracol*, reflexiona sobre la consciencia corporal y la presencia en el aquí y en el ahora, manifiesta que algunas personas no somos conscientes de los esfuerzos musculares, óseos, energéticos que realiza nuestro cuerpo en acciones cotidianas. Para dar ejemplo de aquello, Paxton realiza algunas preguntas detonantes para despertar el conocimiento a partir de la exploración con elementos fuera de lo común y de esa manera crear vínculos y conexiones entre lo que siente el cuerpo y lo que se imagina. Algunas de las preguntas que formula Paxton y yo intento responder desde mi experiencia son: “¿para qué creen que sirven los cuerpos? - ¿para bailar por ahí de cualquier manera?” (Rozas, 2009). Pienso que los cuerpos sirven para escucharse, para conocerse, para sentirse, para jugar, para cuidarlo, aprender de las fortalezas, debilidades, para comunicar y no solo para expresar una cantidad de movimientos virtuosos o abstractos; retomando las apreciaciones y reflexiones de Paxton, incluso “bailar de cualquier manera” conscientemente, termina siendo algo muy enriquecedor para el cuerpo humano.

Hay algo que me llama mucho la atención del documental que antes mencioné y tiene que ver con el enfoque que Paxton le da a lo que ha utilizado del Aikido para su creación

técnica, que consiste en la consciencia de la mirada periférica que tiene el defensor al recibir al atacante y al mismo tiempo estar enterado de lo que sucede a su alrededor; esta consciencia del espacio que habitamos y nos rodea, Paxton lo trabaja en su técnica llamada Contact Improvisation, que se resume en permanecer en un estado de alerta con la energía que emerge entre los bailarines en movimiento, el espectador y lo que los rodea.

Justificación

Este proyecto es importante para el ámbito académico y autodidacta de la danza local de la ciudad de Medellín, porque parte de dos técnicas artísticas que fueron creadas para comunicar y hacer cambiar el mundo a través de movimientos conscientes. Para contextualizar al lector, haré un breve recorrido por los motivos que me han llevado a desarrollar esta investigación.

Practico Break Dance hace 9 años en la Skuela 4 Elementos del barrio Aranjuez de la ciudad Medellín, lo cual me ha enriquecido a nivel cultural y artístico. No obstante, esto no ha sido suficiente para mí, y es por esta razón que decidí ingresar a la universidad con el deseo de enriquecer el *Break Dance* a partir de otras técnicas, metodologías e historias que aporten a mi conocimiento artístico sobre la práctica de la danza. Paralelamente, vengo estudiando otra técnica que despierta en mí el interés de investigar, se trata del Aikido, con el cual encuentro una conexión armoniosa entre mi cuerpo, mi mente y mi espiritualidad.

El Break Dance hace énfasis en la escucha activa del beat de la música y en la respuesta corporal inmediata a este ritmo, con velocidad y tono. Contiene la metáfora de la resolución de un conflicto cotidiano sin recurrir a la agresión (física o verbal), sino por medio

de los movimientos y lo que estos comunican. De igual manera, el Aikido invita a comprender que cada vez que practiquemos en el Dojo (salón para practicar Aikido), nos debemos comprometer a cuidar de la persona con la cual estamos realizando la técnica considerada “el arte de la paz”. Es decir, que mi mayor interés se basa en esa escucha y diálogo con el entorno mediado por el movimiento, ya que estas dos artes surgen para dar solución a diferentes problemáticas sociales, para encontrar la paz interior y para limar asperezas interpersonales o entre las comunidades.

El Break Dance en la escuela de hip hop Skuela 4 Elementos del barrio Aranjuez de la ciudad de Medellín, se vive a través de *cyphers* (rondas de fuego), el cypher es un círculo que se conforma por bailarines que participan en la mitad de este, por medio de improvisación corporal guiada por el beat de la música. A medida que un bailarín sale del cypher, el otro está ingresando y disfrutando de su momento (puede suceder que, en algunos cyphers, en eventos de Break Dance, se formen batallas individuales o en equipos). La Skuela 4 Elementos participa de las batallas de Break Dance a nivel nacional e internacional, estas batallas son conformadas por B-boys y B-girls (bailarines, llamados también chicos del beat y chicas del beat). Durante una batalla la premisa principal es competir por medio del movimiento y la música y evitar las agresiones físicas o verbales; estas últimas son censurables por los jueces y pueden provocar una descalificación.

Mi exploración personal en el Break Dance ha generado que tenga interés de practicar otras ramas de la danza, técnicas de entrenamiento y exploración, que aporten a la ejecución de esta para compartir con mis colegas, estudiantes y eventualmente durante las performance, eventos y presentaciones de las cuales participo como bailarín, profesor y artista invitado. Me

gustan las transiciones de footwork (trabajo de piso) que he combinado con técnicas de danza contemporánea impartidas por la Licenciatura que curso actualmente en la Universidad de Antioquia, así como las diferentes posibilidades, reflexiones y aprendizajes que me ha otorgado el ámbito académico.

La fusión que deseo realizar entre Aikido y Break Dance necesita de una previa exploración en cada disciplina por separado y, posteriormente, en las dos como un todo. Para ello, es importante trabajar mediante diferentes impulsos físicos del Aikido que “están basados en el arte del Tai-Sabaki o esquivas circulares” (Nalda, 2013, pág. 12), los cuales son movimientos en espirales que utilizan la energía "cinética" de la otra persona que ataca a quien está en estado de reposo, la cual se defiende y esquiva el ataque. Con ello consigue fluir, utilizando la respiración como base para los movimientos. Por su parte, el Break Dance, tiene otras posibilidades espaciales y corporales en su diálogo con la música, y de igual manera está ligado al movimiento en espiral y continuo.

Mi intención es obtener un enriquecimiento personal, profesional y grupal sobre estas artes y hacerlas dialogar entre sí, en compañía del sensei Ramírez. Desde nuestros encuentros prácticos, se quiere descubrir otras posibilidades para ambas técnicas, además de pretender generar una nueva posibilidad de técnica dancística y método de entrenamiento para la población académica o autodidacta de la danza en la ciudad de Medellín. Esto con el fin de crear herramientas pedagógicas, de exploración y creación, que nos permitan definir y concluir nuestra experiencia artística-interpretativa; para luego realizar una clase magistral abierta a la población interesada, en la cual se estudien y se compartan los elementos prácticos resultantes. Se quiere también, llevar a cabo un conversatorio apoyado con recursos



audiovisuales que den cuenta de la experiencia de investigación, dirigido a bailarines de diversos géneros de danza o a personas interesadas en esta temática.

Lo anterior, con el apoyo imprescindible del sensei Julian Alberto Ramírez quien es instructor internacional 4 Dan de *Aikido Yoshinkan* y *Shioda Aikido* con 28 años de práctica y 24 años de experiencia como instructor, registrado en ASAY (Asociación Suramericana de Aikido Yoshinkan) y SIAF (Shioda International Aikido Federation - Japón). También es practicante de Budismo Zen desde 1998 y Terapeuta Reiki Tradition Usui.

Pregunta de investigación

Después de este acercamiento sensitivo y contextual con estas dos disciplinas la una artística y la otra marcial, surge mi pregunta de investigación: ¿Cómo construir diversos movimientos a partir de la exploración y fusión del Break Dance y el Aikido para enriquecer la versatilidad dancística de bailarines de diferentes técnicas?

Objetivo General

Construir diversos movimientos a partir de la exploración y fusión del Break Dance y el Aikido para enriquecer la versatilidad dancística de bailarines de diferentes técnicas.

Objetivos específicos

- Identificar los cimientos técnicos del Break Dance y el Aikido desde la teoría y la práctica.
- Explorar diversas posibilidades de conjugar los movimientos del Break Dance y el aikido.
- Enriquecer a los bailarines de diversas técnicas por medio del resultado parcial producto de la fusión del Aikido y el Break Dance.

CONTEXTO

Contexto del break dance en Medellín

En Medellín el *break dance* es practicado en espacios institucionales y no institucionales, muchos de los cuales son cercanos a la vida cotidiana de los artistas: calles del barrio, terrazas de las casas, canchas deportivas, parques, casas culturales, colegios, bibliotecas, entre otros. A diferencia de otras prácticas de danza, en las que los espacios deben cumplir múltiples exigencias (por ejemplo, siempre será deseable practicar ballet en un salón con espejos, con una barra y quizás en uno de material suave y uniforme como la madera), la versatilidad de la práctica del break dance permite que se realice en espacios diversos en los que, con tener una superficie plana, un *konker* o un pedazo de cartón, ya es suficiente para desarrollar la danza.

Para algunos colectivos de Medellín estos espacios se configuran como territorios en la ciudad, ya que son el lugar donde la práctica del *break dance* tiene sentido. Es decir, es el lugar de encuentro, pero al mismo tiempo es donde se da la cohesión del grupo, se construyen afectos y se habla de identidad que en muchos casos se refiere a la “*crew*”. Como bien lo demuestra el estudio “Como tatuaje: identidad y territorio” que hace un análisis de la cultura *hip hop* en la ciudad, el *break dance*, se apropia de los espacios físicos y le da vida a través de la relación que los artistas tejen con el “piso” que se vuelve la hoja en blanco de sus movimientos.

El espacio vacío comienza a contener la marca hip hop y será habitado, frecuentado y cuidado cotidianamente por el grupo. Por eso los espacios pueden alcanzar la configuración de territorios, al convertirse en espacios que guardan los afectos y los rituales del grupo. Se

entiende como los espacios *hoppers* pueden alcanzar la noción de territorios y lugares al ser “espacios cargados de sentido”.

La versatilidad de los lugares que pueden convertirse en espacios de *break dance* se puede considerar uno de los factores que posibilita que personas que provienen de distintos barrios de Medellín, de distintos municipios y ciudades de Colombia, e incluso de otros países en especial de Venezuela, lo practiquen. Adicionalmente, el *break dance* tiene en Medellín un carácter barrial cuya práctica y posibilidades de interpretación no se limitan a una escuela, academia o universidad. Eso no quiere decir que no existan, pues algunas de las academias de *break dance* en la ciudad vienen desarrollando un trabajo importante de formación y circulación de la técnica, tales como: Energy style (Sabaneta), Restin Beat (Envigado), Súper natural (la Libertad), Infinitos Crew (San Javier), Nativos Latin Crew (Santo Domingo), 4 Elementos Skuela (Aranjuez), entre otras que se dedican a la formación cultural de esta.

El hecho de que el *break dance* haya nacido en Estados Unidos, implicó que sus creadores que batallaban en las fiestas a través del baile, crearan toda una técnica que se desarrollaría a través de los años y que se transmitiría entre grupos y generaciones. Sin embargo, en Colombia y especialmente en Medellín, el *break dance* se conoció principalmente a través de videos y en sus inicios se aprendió de manera empírica gracias al acceso a internet y a algunas personas que han podido viajar entre Estados Unidos y Colombia para desarrollar y fortalecer la técnica.

Además, el *break dance* es un motivo por el cual distintas personas se unen. En muchas ocasiones, se vive el anhelo de que la agrupación sea un “crew” (Garcés Montoya, Tamayo, & Medina Holguín, 2006)

Contexto del aikido en Medellín.

El aikido es un arte marcial creado por *O`sensei Mohei Ueshiba*, en Watanabe- Japón a principios de los años 40. *Ueshiba* en su proceso experiencial de diversas artes marciales y su formación a profundidad en *Daito Ryu Aikijujutsu*, las unificó y enfocó en un camino que pudiera modular y transformar la energía de un ataque en una defensa, directamente proporcional al ataque, pero brindando la oportunidad de no causar daño.

Entre los distintos grandes exponentes del *Aikido* en el mundo se encuentran:

- *Koichi Tohei* (creador del *Ki Aikido*)
- *Kishomaru Ueshiba* (creador del *Aikido Aikikai*)
- *Hiroshi Tada* (director Técnico del *Aikido Aikikai*)
- *Gozo Shioda* (Creador del *Aikido Yoshinkan*)
- *Yoshimitsu Yamada* (Difusor del *Aikido* en USA)
- *Moriteru Ueshiba* (director mundial del *Aikido Aikikai*)
- *Morihiro Saito* (creador del *Aikido Iwama*)
- *Kazuo Chiba* (Difusor del *Aikido Aikikai* en Europa)

En este sentido surge como propuesta el *aikido*, un arte marcial no competitivo que promueve en sus practicantes la paz, la armonía, la disciplina y el trabajo personal. En Medellín, esta práctica llega en 1990, año en el cual un grupo de buscadores inician su práctica por medio de videos y encuentran una fundamentación técnica más sólida con la llegada del *Sihan Terry W Ezra*, actual 7 Dan de la línea *Aikikai* y quien comienza a viajar año tras año a promover esta línea con el apoyo de la Universidad de Antioquia y otros grupos de

practicantes de la ciudad. Los inicios del aikido son similares, como se evidenció antes, a los del *break dance*.

De esta línea de *aikido* en la actualidad hay aproximadamente 5 *Dojos* que promueven este estilo. Como parte de la amplia gama de líneas existentes en la actualidad en el Aikido, las cuales se han creado a partir de la comprensión de cada uno de los practicantes que la estructuran, llega a Medellín en 1994 el *Sihan Ivano Zintu Campos* (Iván David Levy cuando recibe la ciudadanía Colombiana) quien promueve la práctica del estilo *Yoshinkan*, que después posibilita la creación del primer *Dojo* en la ciudad con este estilo, que se establece en el coliseo Carlos Mauro Hoyos y se comienza a expandir por Medellín con el pasar de los años creando *Dojos* en Boston, Belén, Buenos Aires, Bello, Itagüí y Santa Elena.

En el año 2007, el Maestro Iván debe salir del país y sus alumnos son quienes asumen la continuidad de la enseñanza. Fueron 20 practicantes que alcanzaron a recibir cinturón negro (uno de los máximos reconocimientos que da el aikido de acuerdo con su escalafón de grados)¹. Varios de ellos fundaron sus propios *Dojos*, pero hasta la actualidad solo ha prevalecido el *Dojo Soshin* a cargo del Sensei *Julián Alberto Ramírez*. El Sensei Ramírez comienza su práctica en el año de 1994 con el *Sihan Ivano* a la edad de 13 años, se gradúa de cinturón negro en el año 1999, comienza un camino de búsqueda conociendo los estilos de *Aikido aikikai*, *Iwama*, *Kurata* y *Shioda*, pero después de hacer un trabajo de afianzamiento

¹ El Aikido desde sus principios no es una propuesta competitiva, el reto reside en la transformación del ser, la comprensión corporal y espiritual de la propuesta marcial y una adecuada ejecución técnica que se evalúa y valida por medio de los exámenes de grado, los cuales tienen un nivel de intensidad según la experiencia y el tiempo de práctica. Los grados en Aikido se evalúan según un programa de examen que indica que técnicas, movimientos o estructuras debe conocer y ejecutar el practicante, el uso de la fuerza, el manejo de la energía, la respiración y el uso de las armas; esto ayuda a evaluar los niveles de complejidad que cada movimiento tiene.

con la propuesta base del *Yoshinkan* presentado por el maestro *Ivano*, se enfoca en esta, logrando en el año 2008 recibir el segundo Dan y su certificación como Instructor Oficial, en el año 2012 Tercer Dan, en 2015 Cuarto Dan , y el cual fue refrendado directamente desde Japon por la *Siaf (shioda Internacional Aikido Federation)* que otorga a través del maestro *Yasuhisa Shioda* los reconocimientos al *Dojo Soshin* y al Sensei Ramírez.

En la actualidad la línea de *Aikido* del Sensei Ramírez cuenta con un *Dojo* en Medellín, ubicado en el corregimiento de Santa Elena, otro en Cartagena ubicado en el coliseo Ignacio Amador de la Peña, otro en Córdoba Argentina y un último Dojo en Sao Paulo Brasil, lugares en los cuales el sensei imparte sus enseñanzas presencial y virtualmente, y los cuales a pesar de las dificultades suscitadas por la pandemia (COVID-19), estas escuelas de artes marciales sobreviven y continúan formando los más de 200 practicantes. En la ciudad de Medellín, entre las posibilidades que se han generado con el aikido del sensei Ramírez están: talleres de defensa personal para mujeres, para policías bachilleres, vigilantes y escoltas y espacios de integración entre el aikido con el budismo zen, con la preparación para artistas, y actualmente con el break danza para la creación del Breakido.

El sensei Ramírez es el fundador de la escuela de Aikido llamada Dojo Soshin en el barrio Prado de la ciudad de Medellín que ahora desempeña sus labores en el corregimiento de Santa Elena en un espacio compartido con otros maestros.



Ilustración 2: lugar de entrenamiento de Aikido (Santa Elena, Medellín, 2021).

La palabra *Soshin* significa mente de principiante proveniente del Budismo Zen; es decir, aquella persona que se acerca al conocimiento sin prejuicios que enmarquen su conocimiento previo y que, podrán adquirir nuevas ideas y saberes con más facilidad que aquel que llega con prejuicios y creencia en que tiene el conocimiento y la razón. En palabras de James Clear. Autor del bestseller *Hábitos atómicos*, (2018) “¿Quién es el que dice que la manera en que tú aprendiste una habilidad es la mejor manera? La mayoría de las personas piensan que ellas son expertas en su campo, pero ellos realmente solo son expertos en un estilo en particular.”

Desde esta perspectiva, el sensei Ramírez en sus clases nos habla de sus experiencias vividas por otros maestros y sus conclusiones personales, y nos dice “que la práctica sea tu maestro”, una expresión que refiere a que la información viene de muchas fuentes y personas que la divulgan, pero es la puesta en práctica de ese conocimiento e información lo que te enseña realmente.

Este proyecto de investigación de Break Dance y Aikido se llevó a cabo en el Dojo Soshin, en la casa del Sensei Ramírez, en la Skuela 4 elementos y en mi casa. En estos espacios se contó con las condiciones



Ilustración 3: 4 Elementos Skuela (Aranjuez, Medellín, 2021)

óptimas para el cuidado del cuerpo y la ejecución del movimiento.

El *sensei* Ramírez y yo queremos investigar y practicar sobre estas dos técnicas fusionadas y como resultado compartir este trabajo a la comunidad dancística de la ciudad de Medellín, la capital del departamento de Antioquia que



Ilustración 4: casa del Sensei Ramírez (Santa Elena, Medellín, 2021)

en los últimos cuatro años se ha interesado profundamente por ampliar perspectivas artísticas desde el ámbito de la danza. Un ejemplo de ello es la Temporada Internacional de Danza DanzaMed, que surge nuevamente en el año 2017, para posibilitar diversas experiencias de intercambio cultural, formación de públicos y de bailarines alrededor de la danza contemporánea. Esto sin lugar a duda ha motivado e inspirado corporaciones, academias, grupos y compañías a crear y explorar otras miradas de la danza.

Este proyecto se presenta como una posibilidad de continuar esa exploración constante que moviliza la ciudad con respecto a la danza y a la creación. La práctica del Aikido en esta ciudad en fusión con el Break Dance posibilitará la expansión de imaginarios y de mecanismos de expresión conectados con el individuo y su colectividad. Como lo menciona el *sensei* Ramírez “todo el secreto del Aikido reside en el significado de su mismo nombre: Ai=unión, Ki=espíritu, energía vital, Do= camino, en conjunto “El camino de unión y armonía con el universo”, Medellín (2020). Por tanto, es evidente que este arte es algo más que un

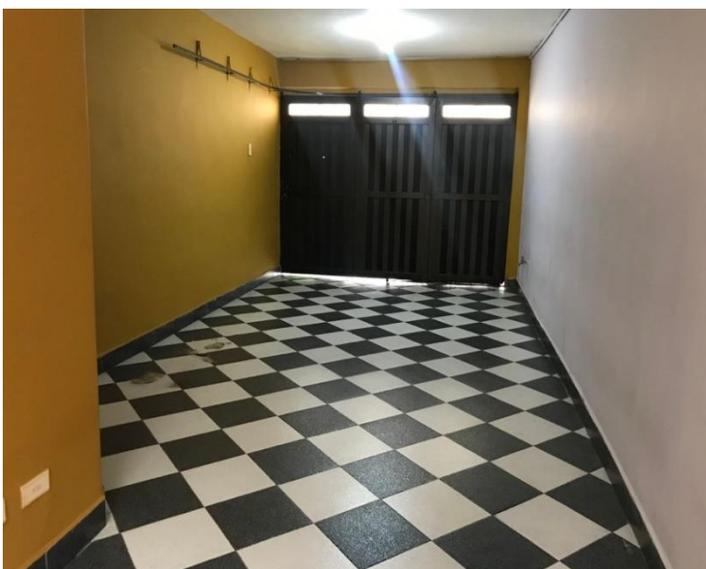


Ilustración 5: casa de Daniel Pino (Aranjuez, Medellín, 2021)

simple estilo de lucha corporal y que, un auténtico adepto, ejerce una profunda influencia vital capaz de transformar y mejorar su personalidad y como consecuencia su vida”.

Durante mi formación como bailarín de Break Dance y practicante

de Aikido, palabras como éstas resuenan y hacen eco en mí, ya que vengo de la Skuela 4 elementos, la cual promueve el arte en el barrio Aranjuez, un barrio que ha sido permeado por el microtráfico y la violencia entre bandas delincuenciales, otorgando de esta manera la unión entre niños, niñas, adolescentes y adultos. Es una escuela que posibilita la transformación de sus estilos de vida, de relación con su propio cuerpo y con otros.

Este proyecto se compartirá en tres espacios: Universidad de Antioquia, Skuela 4 Elementos y Dojo Soshin, en los cuales se espera contar con la asistencia de bailarines de diferentes géneros de la danza, tales como: danza de salón, ballet clásico, danza contemporánea, danzas populares, danza afro-contemporánea, break dance, entre otros, también de diferentes prácticas de artes marciales como: aikido, kung fu, karate, tai chi, judo, entre otras.

DESARROLLOS CONCEPTUALES

Mi relación con el Break Dance nace cuando apenas era un niño. A la edad de los 9 años observaba a los bailarines de mi barrio (Aranjuez) entrenar en un parque al aire libre. Me impresionaban los movimientos aéreos (power moves), porque me hacían imaginar que podía volar y sentirme libre como las aves. Llegó un momento en el que mi madre notó este interés por la danza y me dijo que, si deseaba inscribirme para bailar como ellos, debía esforzarme en el colegio. Cuatro años después me cambiaron de colegio y, afortunadamente, me encontré con jornadas extracurriculares ofrecidas por la Skuela 4 elementos, quienes aún habitan este espacio transformando lo académico y conceptual en los 4 elementos del *hip hop*: *Deejay, Graffiti, MC y Bboy-Bgirl*. Después de observar la participación de los bailarines de Break Dance en los actos cívicos, me inscribí para ir a las clases y desde ese momento y hasta ahora continuo, no solo como estudiante, sino también, como docente en este espacio.

Por otra parte, el Aikido es un arte marcial que tuve la posibilidad de conocer a finales de julio del año 2019. El sensei Julian Alberto Ramírez me miró entrenando Break Dance en la skuela 4 elementos. Allí tuvimos la oportunidad de conocernos. Me invitó varias veces a su Dojo, hasta que esta práctica se convirtió en una de mis rutinas. Me sentí familiarizado con los movimientos del Aikido, pues este “lleva implícita la idea de disuasión; es decir, ante un ataque busca neutralizar al adversario para “impedirle herir, sin herirle” (Nalda, 2013, pág. 12). Estos elementos técnicos son los que detonaron en mí el interés de seguir aprendiendo de dicha técnica (sensaciones, impulsos, salidas y entradas al suelo, caídas y otros movimientos que trabajan en espiral y utilizan el impulso de la otra persona para uno defenderse).

Con respecto a lo anterior surge mi objetivo con este proyecto de grado, que se enfoca en crear repertorio dancístico alimentado de los diferentes pilares de estas dos técnicas, en compañía del sensei Ramírez, los cuales posiblemente nos permitirán conocer metodologías y didácticas aplicables a las prácticas artísticas y pedagógicas.

El Break Dance, como lo dice Isa Marcos en la investigación *Street Dance*, de la Universidad de Salamanca “es un estilo de baile urbano que forma parte de la cultura hip hop, surgido en las comunidades afroamericanas de barrios como el Bronx o Brooklyn de Nueva York a comienzos de los años 1960”. Tal y como se señala en esta investigación,

[...] comenzó como un método de las bandas rivales del ghetto para resolver disputas por el territorio. En una exhibición de bailes por turnos, el bando ganador era quien demostraba mayor habilidad y conseguía ridiculizar al oponente, al principio únicamente era un baile de pie, sin bajar al suelo, salvo en los “burns” en donde se bajaba por un momento para realizar algún gesto o postura de burla o risa, al contrario, bien haciéndose el dormido, el muerto... Fue más tarde y a través de las actuaciones llenas de energía de la leyenda del funk James Brown y el auge de los grupos de baile, como por ejemplo los Rock Steady Crew de Nueva York, lo que impulsó que el ritual competitivo de las guerras de bandas se viesen envueltas por un fenómeno de cultura rap, recibiendo una atención masiva por parte de los medios. (Salamanca, s.f.)

El Break Dance se vuelve reconocido mundialmente porque en los barrios anteriormente mencionados (guettos), se hacía necesario un cambio positivo, debido a que se sentían infestados de narcotráfico y vandalismo, y encuentran en este baile la posibilidad para

dejar a un lado la negatividad, sus armas, sus bandas delincuenciales, la prostitución, entre otros. Por otra parte, el/la bailarín/bailarina (Bboy-Bgirl), son importantes en las transformaciones de estos contextos, porque adquieren un acercamiento a la cultura, una disciplina, una sensibilidad, un conocimiento de su cuerpo, un desarrollo de sus capacidades físicas, psíquicas y emocionales que están estrechamente vinculadas al desarrollo general de sus capacidades y habilidades como seres humanos.

A mediados de 1972, DJ Kool Herc junto con Afrika Bambaataa y Grandmaster Flash, quienes son considerados “la santa trinidad de los primeros días del hip hop” (Laurence, 2014). Pero, según el periodista y escritor Jeff Chang, sin DJ Kool Herc no habría sido posible

reconocer el Break Dance como lo conocemos hoy en día desde hace más de 40 años; debido a que Herc realizaba una exploración musical guiado por la observación de los bailarines. Este notaba que, a la inexistencia de la voz en la pista musical, los B-boys y B-girls, parecían enloquecer en el instrumental, a esto se le conoce como break down. Posteriormente, la prolongación en el tiempo del break down da origen a lo que se conoce como breakbeat.



*Ilustración 6: foto de perfil de Instagram de @Bgirl_jacky.
Movimiento Top Rock*

Para enmarcar conceptualmente las definiciones técnicas de los estilos del Break Dance, me apoyaré en el estudio elaborado por Sebastián Morales Castillo, fundador de la agrupación Kinetricks, dedicada al empoderamiento en salud para las artes y deportes urbanos. Esta investigación denomina el Top Rock como el baile de pie antes de bajar al suelo, ya sea por medio de Drops (una de las transiciones limpias entre el Top Rock y FootWork).

El FootWork, son los pasos de Break Dance que se hacen en el suelo con las manos y pies; los Freezes son las posiciones estáticas, mantenidas usualmente sobre las manos (aunque también pueden ser cualquier postura o pose con apoyo de otras partes del cuerpo).



Ilustración 7: foto de perfil en Instagram de @Bgirlgenesis_flooristas.
Movimiento de Foot Work

Power Moves suelen ser movimientos muy difíciles y espectaculares que requieren bastante capacidad física y control del cuerpo para su ejecución (Morales Castillo & Acuña González, 2018).

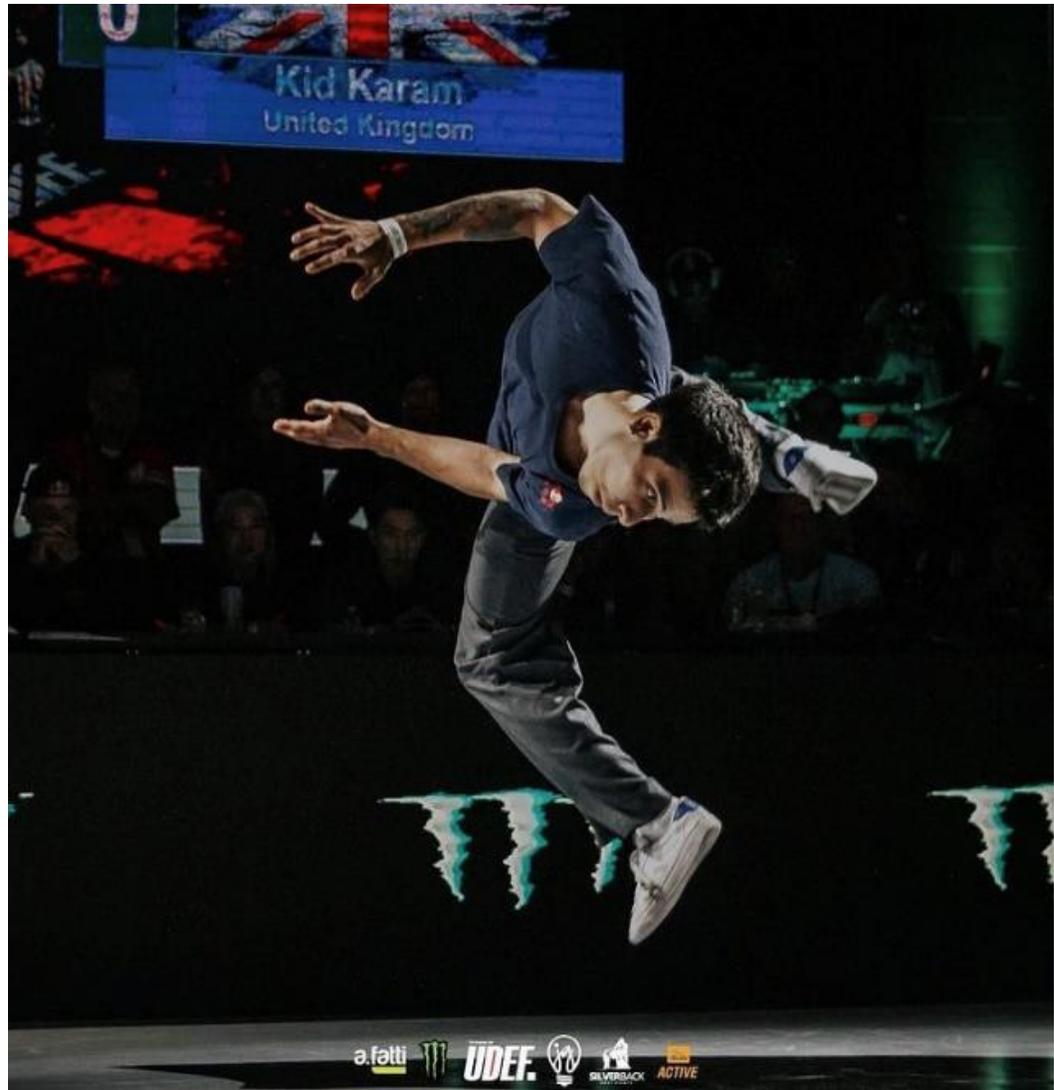


Ilustración 8: foto perfil Instagram de @Supamontalvo.
Movimiento Power Moves,

Por su parte, los freezes son las posiciones estáticas, mantenidas usualmente sobre las manos (aunque también pueden ser cualquier postura o pose con apoyo de otras partes del cuerpo),



Ilustración 9: foto en el perfil de Instagram de @bboyjuniorofficial, movimiento freeze

Estos estilos y conceptos del Break Dance son fundamentales para la realización de este trabajo, porque contienen una cantidad de maneras o técnicas que posibilitan la creación en este género de danza. Al tenerlos claros y definidos será de gran aporte para la futura correlación y fusión con el Aikido, ya que desde el top rock, footwork, drops, power moves y freezes (cada uno con sus múltiples variantes), se enriquecerá esta investigación por medio de los tres niveles que el Aikido tiene como base técnica.

El primer nivel, dos personas de pie (Taichi Waza), el segundo, uno de pie y el otro de rodilla (Hamni Handachi Waza) y, por último, dos personas de rodilla (Swari Waza). Estas

técnicas trabajan el bajo vientre o zona croft y sus movimientos son multidireccionales al igual que en el Break Dance.

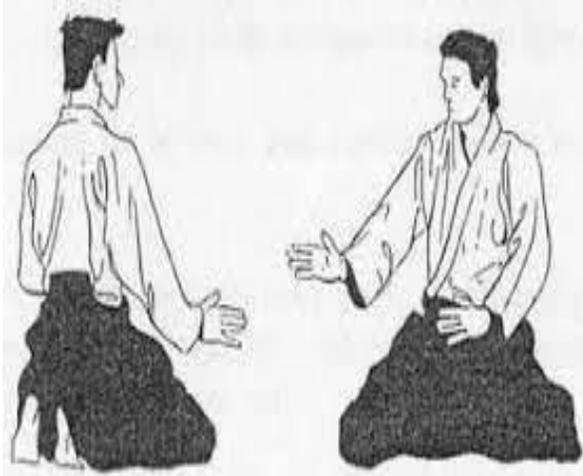


Ilustración 11: 2 cuerpos sentados, Swariwaza

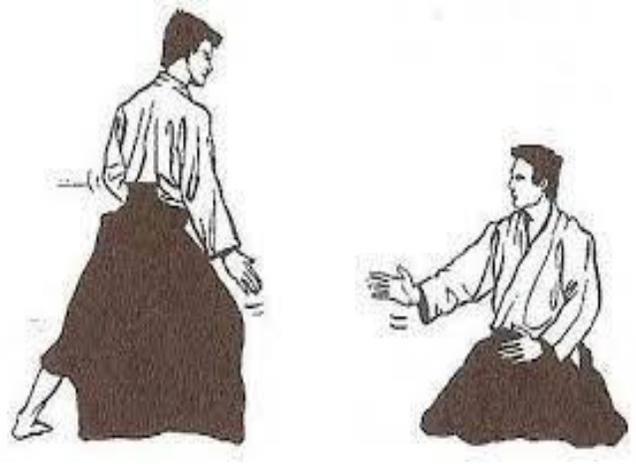


Ilustración 10: 1 cuerpo sentado 1 de pie, Hanmi handachi waza

El *aikido* fue creado por Morihei Ueshiba (Tanabe y Wakayama, 1883) (Ayabe, 1968). Como lo dice la enciclopedia de biografía en línea, fue un “maestro de artes marciales japonés. Creador de la disciplina del Aikido, término que puede ser traducido como 'arte de la paz', y considerado uno de los mejores Dai-sensei (gran maestro) de la historia de las artes marciales” (Ruiza, Fernández y Tamaro, 2004).

Una de sus grandes historias, como lo dice esta enciclopedia es que en 1925 Ueshiba tuvo la primera de las visiones que habrían de transformar su vida. Contaba por entonces con cuarenta y dos años, y un día salió al jardín de su Dojo en Ayabe, donde fue desafiado por un oficial armado con un sable, al que hizo frente con sus manos desnudas; cada vez que el militar atacaba, Ueshiba se movía ligerísimamente, lo justo para evitar la estocada, hasta que el otro, exhausto, desistió. Inmediatamente después de este suceso se encontró identificado con el sol, la luna y las estrellas y se vio a sí mismo como el universo; había experimentado

lo que en japonés se llama el Sumi-Kiri-Satori (la claridad de mente y cuerpo). (Ruiza, M., Fernández, T. y Tamaro, E. (2004)



Ilustración 12: 2 cuerpos de pie, Tachi Waza

“El aikido es la no-resistencia. Porque quien no resiste, sale siempre victorioso...”

(Morihei Ueshiba)

Esta frase me resuena y pienso que como seres humanos nos han dividido las diferentes fuentes de poder, que nos hace enfrentarnos, tener rivalidad y hacer que combatamos con nosotros mismos desde los inicios de nuestra historia, de ahí que Nalda señale que “el enfrentamiento humano es tan antiguo como el mundo” (2013, pág. 10). Cuando rompemos esos paradigmas competitivos que nos han impuesto en nuestra educación tradicional, abrimos la posibilidad a que se despierten nuevas formas de acercarse al mundo desde el intelecto y al mismo tiempo desde lo humano, aquello que nos moviliza como seres senti-pensantes (creativos, sensitivos, afectivos y razonables).

Para explicar la etimología de la palabra Aikido, me apoyaré en el libro, *Artes marciales el aikido* de José Santos Nalda 2013. La palabra Aikido está compuesta por tres vocablos: *ai-ki-do*, cuyo significado es el siguiente:

Ai = Noción de encuentro, de distancia a unir entre dos entes, de armonía, unión, amor... Al principio entre ambos oponentes hay una oposición que es preciso eliminar.

Ki = Es un concepto de difícil traducción. Es la energía vital que tiende hacia la armonía de los opuestos. La presencia del espíritu. La actitud.

Do = Camino, ascesis, modo de hacer o de enseñar, manera, vía, norma de conducta.
(Nalda, 2013, pág. 10)

Cuando tuve mi primer encuentro con el Aikido, sentí diferentes conexiones conmigo mismo, no entendía bien qué sucedía con mi cuerpo, pero me sentí conforme. Es una unión de mente y cuerpo, de conciencia, de estar aquí y ahora, de concentración y preparación para un nuevo aprendizaje, dejando a un lado lo que sucede en mi cotidianidad y decirme: ¿cómo estoy hoy?, ¿Cómo está mi cuerpo?, ¿Cómo está mi ser? y concientizarme para la práctica y en este continuo autocuestionamiento me encuentro con que, el sentido de la palabra Aikido es: “la vía para la coordinación y armonía de la energía física y mental” (Tohei), y también descubro el método respiratorio *misogi*, que me ayuda a establecer esa conexión conmigo mismo antes de empezar con la práctica del Aikido. Koichi Tohei, en su libro *Aikido estudio completo*, (2013) describe el hacer de este método respiratorio que se hace con los ojos cerrados, “arrodillado sobre los pies cruzados a la altura de los dedos y con las rodillas separadas por un espacio de dos puños. Ambas palmas suavemente apoyadas en los muslos”

(Tohei, pág. 7). Este método lo hacemos los practicantes de Aikido en el dojo a la hora de recibir y disfrutar el entrenamiento.

Koichi Tohei, en su libro, también define el Aikido “como una disciplina en el aprendizaje de las leyes del universo, entrenamiento para poder sincronizar cada elevación de la mano, cada extensión del pie de acuerdo con dichas leyes, unificando cuerpo y espíritu y reencontrándose constantemente a sí mismo como parte del universo.” (Aikido Estudio Completo, pág. 4).

En el Aikido aprendí otras maneras de prepararse para un disfrute o entrenamiento con el arte del movimiento, antes de ir a su ejecución. Es una sensación netamente espiritual entre el cuerpo, la mente y el espacio. Antes de empezar la clase, los aprendices realizamos una meditación conectándonos con nuestros pensamientos, haciendo que desaparezcan algunas obstrucciones mentales, estando en el aquí y el ahora, porque vamos a trabajar en equipo y necesitamos estar concentrados para el cuidado del otro; para ello abrimos nuestra mente a nuevos conocimientos y a estar preparados para aprender y desaprender.

Recordar esta conexión es algo que en estos momentos de pandemia y aislamiento me conmueve, necesitamos saber que convivimos y vivimos con seres humanos, sensibles, emotivos, que tienen sueños, que tienen frustraciones y tenemos una cantidad de altibajos en diferentes tiempos y por diversas razones. Hoy en día, con lo que está sucediendo con tantas masacres y personas desaparecidas en Colombia, algo que ha pasado por años en este país, me ha hecho pensar que el arte ha sido y seguirá siendo un medio para hacer conciencia del aprender a vivir consigo mismo y con los demás. Esta es una de las misiones del Aikido y el

Break Dance y ha sido motivo por el cual estas artes son reconocidas a nivel mundial. El Break Dance y el Aikido son dos artes contemporáneas, y uno de sus propósitos es dejar a un lado la violencia y disfrutar de la esencia de cada una, para conectar la noción cuerpo-mente.

La técnica del Aikido es de carácter defensivo (no de ataque) y está basada en el combate con las manos vacías. Así igualmente es el Break Dance, sus estrategias a la hora de la batalla buscan crear un imaginario que describa la vida cotidiana de los barrios conflictivos de las ciudades (armas, golpes, peleas clandestinas, etc.) pero sin provocarlo; es decir, usando una representación de la vida cotidiana para generar movimiento al ritmo del beat de la música posibilitando otras maneras de expresión y de relación con el mundo que les rodea.

Por lo anterior, se considera que este proyecto es importante para la danza local porque parte de dos técnicas contemporáneas que son creadas para comunicar y hacer cambiar el mundo a través de movimientos conscientes.

DESARROLLO METODOLÓGICO

Tipo de investigación

Este proyecto se llevó a cabo bajo el tipo de investigación cualitativa, la cual se concentra en el estudio y análisis de datos no numéricos, en las cualidades y discursos que componen determinados fenómenos en este caso lo que gira alrededor y compone internamente la fusión entre Break Dance y Aikido.

Enfoque

Este proyecto tuvo un enfoque teórico práctico, en un primer momento indagamos en la teoría e historia que componen las disciplinas en análisis y posteriormente profundizamos en las técnicas de movimiento de una forma práctica y sensorial.

Estructura metodológica de las clases de break dance y aikido

Si bien depende de cada maestro, en el break dance que se practicó para este trabajo de grado, inicia con un calentamiento articular lubricando las articulaciones del cuerpo, continuamos con *Top Rock* que es el baile de pie antes de bajar al suelo, luego *Foot Work* que son movimientos que se hacen en el suelo con las manos y pies, *Power Moves* que son movimientos muy difíciles y espectaculares que requieren bastante capacidad física y control del cuerpo, después se hace un *Cypher* que es hacer una ronda donde cada practicante ejecuta lo que se ha aprendido.

Por su parte, el *Aikido* desde su fundamentación marcial comienza con un trabajo de integración mente cuerpo y espíritu, para ello comenzamos con una sesión de meditación sin

forma (*zazen*), luego continuamos con una secuencia de respiración que permita oxigenar todo el cuerpo (*kokyu*), seguimos con un calentamiento enfocado en los movimientos básicos de la práctica (*Tai Sabaki*), luego de esto hacemos unas secuencias de caídas (*ukemi*) para preparar mente y cuerpo en la atención y adaptación para protegernos en las técnicas, acto seguido comienza la práctica de técnicas distribuidos en parejas o grupos según lo definido para cada clase (*taichi waza, suwari waza, hanmi handachi waza, ushiro waza*), y finalizamos con una nueva sesión de meditación sin forma (*zazen*) para interiorizar la práctica y regresar al estado de reposo previo a esta.

Los movimientos de *Breakido*, se integran por medio de la proyección energética tanto del ataque como de la defensa (absorción), conectando desde un impulso y generando una cohesión de movimientos que dan pie al nacimiento y adaptación de un nuevo impulso, esto permite una secuencia continua de relacionamiento acción reacción, tanto hacia arriba (forma *jodan*) como hacia abajo (forma *gedan*) partiendo desde la media del cuerpo (*chudan*), esta secuencia energética, hace un símil con los ciclos de la vida, nacimiento, muerte renovación integración universal y permiten por medio de acciones inconscientes modular la psiquis de los practicantes.

Una clase de *Breakido* se compone:

1. Llamado a la atención (Meditación): si bien las dos prácticas se fundamentan en movimientos físicos, estos deben estar permeados de una atención consciente, lo que permite una mejor ejecución de los movimientos en la práctica, al lograr esa consciencia de movimientos optimizamos la consciencia en la ejecución de los

movimientos, se minimizan los riesgos de accidentes y se optimiza la captación de los pasos. Este llamado de atención se logra por medio de la meditación.

2. Fundamentación: Se repasan y exploran las bases de movimientos y el tiempo musical que se utilizará para las secuencias en aikido, esto se llama *Tai Sabaki* y en Break dance se llama Top Rock y bases del *Bounce*.
3. Adaptación física: La adaptación física requerida para la ejecución de las secuencias de *Breakido* se logra por medio del trabajo de los *Foot Work*, *Power Moves* y los *Ukemi* (caídas).
4. Propiocepción: después de estar conectados en atención, conscientes de los movimientos y preparados físicamente, hacemos unas secuencias base que permite ubicarnos en el espacio para así desarrollar las interpretaciones artísticas con toda la planimetría clara.
5. Fusión: después de lograr integrar los pasos previos, se desarrollan las secuencias de movimientos conjuntas a partir de las técnicas de aikido y la conexión con los step del *break dance*.

El resultado de estos 5 pasos es la estructuración de nuevas secuencias integrativas expresadas a razón de la consciencia, la capacidad física, el tiempo musical, la expresión energética y la fluidez.

Temática (conceptos claves de cada técnica de movimiento)



Este proyecto es una exploración-investigación que pretende la fusión de los movimientos del Aikido y el Break Dance, por medio del trabajo en dúo y del estudio de las bases técnicas de ambas técnicas, las cuales:

BREAK DANCE	AIKIDO
<p>Top rock</p> <p>El baile de pie antes de bajar al suelo con movimientos como: Original Step, Indian Step, Salsa Rock, Criss Cross, Boggaloo, Kickback, entre otros.</p>	<p>Tai sabaki</p> <p>Desplazamientos circulares que buscan salir de la línea de ataque del contrario para canalizar su energía como: Kokyu tenkan, kaiten, tenkan, irimi tenkan, Tenchi, Uchiro Tenkan 1, 2 y 3.</p>
<p>Foot work</p> <p>Son los pasos que se hacen en el suelo con las manos y pies tales como: Six Step, Baby Love, Zulun spin, Three Step, entre otros.</p>	<p>Aiki taiso</p> <p>Es la alineación corporal, respiración, desplazamiento, extensión y rotación para lograr las luxaciones articulares como lo son: Mokuso, kokyu Ho, Gassho Kokyu.</p>
<p>Power moves</p> <p>Suelen ser movimientos muy difíciles y espectaculares que requieren bastante capacidad física y control del cuerpo para su ejecución, como:</p>	<p>Ukemi waza</p> <p>Caídas dinámicas y rodamientos como: Mae ukemi, Yoko Ukemi, ushiro Ukemi, entre otros.</p>

<p>Windmill, Au, Star, Black Spin, entre otros.</p>	
<p>Freezes</p> <p>Son las posiciones estáticas, mantenidas usualmente sobre las manos (aunque también pueden ser cualquier postura o pose con apoyo de otras partes del cuerpo), como: Baby Freeze, Chair Freeze, Elbow Freeze, entre otros.</p>	<p>Kokyu ho</p> <p>Respiración, coordinación, sensibilización nerviosa y relajación muscular.</p>
	<p>Nage waza</p> <p>Técnicas de lanzamiento basadas en el desequilibrio o creación de un vacío.</p>
	<p>Kansetsu waza</p> <p>Técnicas de luxación articular.</p>
	<p>Te waza</p> <p>Movimientos de las manos.</p>
	<p>Ashi waza</p>

	Técnicas de pasos, zancadillas y barridos.
	Shime waza Técnicas de estrangulamiento.
	Atemi waza Golpes para aturdir, al contrario.

Nuestra praxis investigativa se realizó en la skuela 4 elementos en el barrio Aranjuez y en el Dojo de entrenamiento, en compañía del sensei Ramírez con el objetivo de conjugar e investigar en la práctica ambas técnicas y dialogar sobre los descubrimientos que van surgiendo. Es importante resaltar el auto cuidado del cuerpo en la práctica y para dar cumplimiento a ello elegimos estos dos lugares, debido a que cumplen las condiciones físicas para que la ejecución de determinados movimientos se realice sin temor a lastimarse.

Las bases técnicas explícitas en el cuadro anterior se abordaron en tres fases de investigación:

Fase 1

Esta fase se llevó a cabo durante el mes de marzo del año 2021 (dos encuentros por semana de 3 horas en alternancia virtual-presencial) de identificación, análisis y estudio desde lo teórico, lo técnico y lo práctico de cada disciplina por separado (Aikido y Break Dance). Durante los primeros 90 minutos de cada encuentro se estudió Aikido y durante los siguientes

90 minutos Break Dance. Se realizaron en la ciudad Medellín en el Dojo Soshin, en compañía del Sensei Ramírez. Para sumergirnos en la investigación, en esta primera fase realizamos una recolección de datos desde lo teórico y lo práctico de ambas técnicas, de forma que el sensei Ramírez compartió su conocimiento conmigo y viceversa, con el objetivo de analizar detalladamente cada disciplina con sus movimientos y sus bases técnicas.

Para dichos estudios, se contó con recursos de apoyo audiovisual: películas, documentales, entrevistas y libros digitales y recursos para tomar registro de lo práctico tales como: cámara de video, fotografía y diario de campo.

Fase 2

Se realizó la exploración y construcción de diferentes híbridos entre los movimientos del Aikido y del Break Dance en correlación. Esta fase se llevó a cabo durante un mes (un encuentro por semana de dos horas), en compañía del Sensei Ramírez, durante el mes de abril del año 2021. En este momento realizamos la búsqueda desde lo práctico para generar diferentes combinaciones y conexiones del Break Dance y el Aikido, que luego se convirtió en pequeños esquemas (una deconstrucción de lo técnico de cada disciplina), al paso que se fue realizando el registro audiovisual y escrito de igual manera que en la fase anterior, logrando abstraer diversos movimientos y secuencias para dar a conocer esta nueva propuesta.

Para llevar a cabo esta fase, desde el método de investigación cualitativo nos apoyamos de técnicas de investigación tales como: experimentación de las combinaciones del movimiento, solidificación-denominación de las nuevas creaciones de movimiento que

surgen a partir de la fusión del Break Dance y Aikido, análisis y selección de registros audiovisuales y escritos, que posteriormente complementarían el presente trabajo de grado.

Fase 3

En esta última fase, se compartieron los nuevos movimientos, que surgieron de la fusión del Break Dance y el Aikido, con sus respectivos nombres, ejecuciones y objetivos. Esto se llevó a cabo en el marco de tres clases maestras; cada una desarrollada en un espacio diferente: Elements danza, Skuela 4 elementos y Dojo Soshin, dirigida a bailarines y practicantes de Aikido de la ciudad de Medellín, guiadas por el Sensei Ramírez y Juan Daniel Pino Jaramillo. También, hubo un espacio para la construcción de un diálogo alrededor de experiencias, dificultades, aciertos, desaciertos, que surgieron durante la investigación y la misma clase maestra.

PRAXIS INVESTIGATIVA

Cronograma de actividades

Breakido: el camino hacia el cambio de la energía Actividades 2021						
Actividad		Mes				
		Febrero	Marzo	Abril	Mayo	Junio
1	Investigación teórica del break dance y el aikido					
2	Exploración práctica del breakido					
2.1	Encuentros con el maestro de aikido					
2.2	Planeación y desarrollo de las clases maestras					
3	Sistematización de material audiovisual					
4	Escritura del documento final					

Consentimiento informado

Este proyecto de investigación es creado con fines académicos, por medio del cual se pretende brindar información teórico-práctica de calidad, principalmente a la comunidad universitaria y posteriormente a quienes se interesen y lo soliciten a la Universidad de Antioquia. De la misma manera en esta investigación son sumamente importantes y respetados todos los referentes, libros, archivos, documentos, videos, entrevistas, entre otros; utilizados para la elaboración de esta y se encuentran debidamente citados en las referencias bibliográficas en agradecimiento a quienes han contribuido desde la escritura y el gesto a esta creación.

Con este proyecto no se pretende extender vínculos con lo lucrativo, al contrario, todas las fases de investigación están orientadas a la construcción del saber de manera colaborativa y en búsqueda de favorecer a diferentes personas interesadas en acceder con respeto y amor por el conocimiento adquirido.

Quienes deseen acceder a este proyecto de investigación podrán realizarlo con los debidos permisos y solicitudes con los encargados. Por medio de este trabajo escrito se podrían desarrollar otras posibilidades creativas y motivar a la comunidad Universitaria a continuar con investigaciones de calidad transformadora y creativa, en miras de un bien común que enriquezca a quienes deseen acceder a ello.

Funciones del estudiante: Bailarín de break dance Juan Daniel Pino Jaramillo, investigador y ejecutante.



Funciones del aliado: sensei de Aikido Julián Alberto Ramírez, ejecutante y apoyo a la investigación.

Funciones del asesor/a: acompañante, guía, orientador-creador del movimiento, Juan Guillermo Velásquez.

Participantes del resultado de la investigación: bailarines y practicantes de las artes marciales, interesados en ampliar sus capacidades corporales y profundizar en diferentes estudios del movimiento.

HALLAZGOS (MONOGRAFÍA)

En las siguientes líneas se van a presentar los principales hallazgos que se evidenciaron en este proyecto. Por un lado, existe un grupo de hallazgos derivado de la fusión técnica entre ambas disciplinas que serán explicados inicialmente. En segundo lugar, se abordarán las experiencias vividas por las personas en las clases maestras y se realizará una reflexión en torno a la temporalidad musical. En su conjunto, los hallazgos permiten comprender cómo el **Breakido** resulta de la integración de dos mundos, uno propio de las artes marciales y otro de la danza, generando nuevas posibilidades de movimientos que expanden las posibilidades expresivas de los intérpretes y que además afecta sus experiencias en la escena y en el combate.

Es importante considerar un carácter diferenciador de esta integración: no se construye a partir de la historia individual de un bailarín que fusiona conocimientos previos en danza con una nueva técnica que aprende de manera posterior; se construye a partir del encuentro entre dos personas, cada una representando una técnica distinta, cuyos cuerpos coinciden en un mismo espacio y tiempo para un proceso creativo.

Así pues, se realizó el proceso de creación y fusión, planteando una secuencia lógica de integración alternando los principios de cada disciplina, para dar sentido a la unificación de las dos propuestas y construir diversos movimientos que enriquezcan la versatilidad de bailarines. Es así como surge el **Breakido**: una unión de los principios básicos del “Break” que significa romper o cambiar, “Ki” que significa energía y “Do” que significa camino. Esta nueva propuesta significa “El camino hacia el cambio de la energía”.

La sistematización de la integración artística permitió identificar y nombrar distintos movimientos que tienen impregnada la esencia del Break Dance y del Aikido, dos técnicas distintas que, al encontrarse en estos movimientos, logran un encuentro único de saberes y trayectorias.

- a. **Movimiento 1: *Ikkio love*:** el principio del amor. Nace de la unión de la técnica de *aikido ikkio ura* y el paso de *foot work* llamado *baby love*. Consiste en que dos ejecutantes realizan movimientos circulares con sus brazos, los dos empezando de pie y luego, de manera intercalada, van hacia el suelo y suben en espiral.
- b. **Movimiento 2: *Irimispin*:** avanza y gira. Movimiento que nace de la unión de la técnica *Iriminage* y el paso de *foot work* llamado *zulu spin*. Consiste en realizar movimientos circulares, que empiezan cuando uno de los ejecutantes toma el cuello del otro para intentar controlarlo, quien bajo la misma técnica responde llevando al ejecutante inicial hacia el suelo en un giro que le permite bajar y después ponerse de pie.
- c. **Movimiento 3: *kokyuu*:** respirar y girar. Este movimiento nace de la técnica *ushiro waza kokyunage* y el paso de power moves llamado *Au*. Consiste en una combinación de agarres de brazos, giros y saltos que le dan sentido al movimiento.
- d. **Movimiento 4: *Shiojump*:** salto de las cuatro direcciones. Movimiento que nace de la técnica *shionage* y el paso de power moves llamado *tiger jump*. Consiste en que un ejecutante realiza un movimiento con su compañero, el compañero hace una ejecución que impulsa al otro a caer al suelo y este se beneficia de ese impulso para terminar en un salto y reincorporarse.

Ahora bien, se manifestaron hallazgos en torno a las experiencias de los creadores de la técnica **Breakido** (el sensei Ramírez y Juan Daniel Pino) y los artistas que recibieron el conocimiento y la experiencia de esta fusión a través de las clases maestras. En primer lugar, se resalta la importancia de que esta técnica permite que las personas que la practican sean conscientes de la energía del compañero de baile, de comunicarse a través del cuerpo y ejecutar conjuntamente los movimientos.

Una de las mejores bailarinas de Break Dance de Colombia, medalla de oro en Liga de Baile Deportivo, Luisa Fernanda (B-girl Luma), resaltó: “me pareció muy brutal, digamos, lo que nos explicaban de poder aprovechar la energía que la otra persona te da para hacer los movimientos porque muchas veces uno siempre está preocupado por hacer los movimientos uno y que siempre uno esté bien” (jueves 20 de mayo).



Ilustración 13: clase maestra bailarines de Break Dance (4 Elementos Skuela,2021).

Por otro lado, al **Breakido** se le dota de un carácter ritual y ceremonial que no tiene de manera previa el Break Dance. La fusión entre ambas técnicas no solo hace un llamado al movimiento de la energía, sino también a la importancia de ser consciente de esa energía en el momento presente. La atención plena en el cuerpo y la mente contribuye a la concentración y el enfoque que se necesita para realizar la danza **Breakido**, que inicia con una corta meditación y una acción de agradecimiento a los maestros y practicantes de la técnica, y un llamado al autocuidado y al cuidado del otro. Al respecto, Sebastián Osorio, reconocido bailarín de bachata afirmó: “siento que la meditación nos sirvió mucho (...) para activarnos, cuando llegamos me sentía contraído entonces lograr como conectar con la respiración y el cuerpo ayuda realmente a recargarse de otra energía” (21 de mayo, 2021).



Ilustración 14: clase maestra para bailarines (Elements danza, Medellín, 2021)

En tercer lugar, se descubrió que el **Breakido** permite que los movimientos tengan mucha mayor fluidez y continuidad que los movimientos que son exclusivos del arte marcial. Es decir, en el Aikido el objetivo es neutralizar a un adversario mediante movimientos en

espirales que permiten que su energía, además de ser neutralizada, sea utilizada a favor del defensor. Por su parte, gracias al Break Dance y su fusión con el Aikido, la interacción no finaliza cuando uno de los ejecutantes es neutralizado por completo en el suelo, como funciona en la forma tradicional de Aikido, sino que esa neutralización abre un campo de posibilidades para que los movimientos continúen en una danza en la que el suelo no representa el final de una ejecución sino el inicio de una nueva.

Esta fluidez no solo se ve representada en la continuidad que brinda el suelo en el **Breakido**, sino que también es una fluidez que se experimenta en los cuerpos de los practicantes. Una de las maestras de Aikido destaca que los movimientos de Break Dance le permitieron explorar un mayor desenvolvimiento de sus cuerpos, especialmente de las rodillas y caderas, e incluso de su mente. Jenjacap Rivera nos dice:

Proporciona cosas que a veces nos pone a nosotros limitantes a los que practicamos artes marciales que empezamos a ser rígidos y a tener una rigidez mental. Soltar esa rigidez y soltar el cuerpo también nos sirve mucho para la vida y para el cuerpo porque por ejemplo nosotros nos lesionamos mucho las rodillas por la propia rigidez, pero si estiramos y nos movemos y hacemos otro tipo de trabajo con el cuerpo nos protegemos de esa rigidez (23 de mayo de 2021).



Ilustración 15: clase maestra practicantes de Aikido (Santa Elena, Medellín, 2021).

CONCLUSIONES

El **Breakido** incentiva el trabajo colectivo entre bailarines. Es decir, el trabajo en equipo supera la noción de una coreografía que todos comparten, sino que implica, necesariamente, una conciencia de la energía y el cuerpo del otro para poder comunicarse y llevar a cabo una ejecución conjunta. Esto está acompañado de un carácter ritual y ceremonial que dota de sentido la práctica, cuyo diferenciador es la fluidez en el movimiento que nace gracias al encuentro entre los mundos de las artes marciales y el Break Dance.

Adicionalmente, es importante que se continúe con el proceso de exploración de cómo se puede integrar ambas técnicas en los tiempos musicales. Es decir, el Aikido no se entrena con música; su tiempo se puede estudiar a través de una teoría llamada “timing” en la que se puede determinar la velocidad de las interacciones entre los artistas marciales. Este timing es subjetivo, depende de la experiencia de cada uno de los participantes.

Por su parte, como se sabe, en la mayoría de las ocasiones la danza y la música son indisolubles, especialmente en el Break Dance que se acerca al género del funk o hip hop. Por esta razón, el **Breakido** se acerca a estos géneros. Sin embargo, tiene infinitas posibilidades de fusión con otros géneros que podrían abrir un campo en expansión de propuestas contemporáneas.

Si bien se realizaron avances interesantes en el tiempo de la práctica de **Breakido**, en este proyecto se priorizó la construcción inicial de la fusión entre ambas técnicas, a lo que responde su alcance. Es importante que esta exploración continúe en trabajos posteriores, ya



que mi interés es seguir trabajando en la integración de estas técnicas para después construir obras de danza con artistas marciales y bailarines.

BIBLIOGRAFÍA

Clear., J. (2018). *Hábitos atómicos*. Ciudad de México: PAIDÓS M.R.

Israel (Dirección). (2002). *The Freshest Kids: A History of the B-Boy* [Película].

Laurence, R. (2014). 40 años después de la fiesta donde nació el hip hop. *British Broadcasting Corporation*. Obtenido de <https://www.bbc.com/culture/article/20130809-the-party-where-hip-hop-was-born>

Morales Castillo, S., & Acuña González, F. (2018). Cypher abierto: Breaking, visibilidad, estructura y conceptos. *A. Dnz*, 66-71.

Nalda, J. S. (2013). *Artes Marciales El Aikido*. España: Paidotribo.

Rozas, I. (Dirección). (2009). *Humano Caracol. Steve Paxton* [Película].

Sadler's Wells. (2008). *Sutra*. Obtenido de

<http://www.madrid.org/fo/2008/es/prensa/pdf/danza/sutra.pdf>

salamanca, u. d. (s.f.). *diarium*. Obtenido de universidad de salamanca:

https://diarium.usal.es/isa_marcos/informacion/

Tohei, K. (s.f.). *AIKIDO Estudio Completo*. Andy Ciberpanda.

Ueshiba, M. (1936). *Budo*. Shaolin Ediciones.

Ueshiba, M. (2004). *biografias y vidas*. Obtenido

<https://www.biografiasyvidas.com/biografia/u/ueshiba.htm>

Fernanda, L. (20 de 05 de 2021). Breakido. (D. Pino, Entrevistador)



Garcés Montoya, Á., Tamayo, P., & Medina Holguín, J. D. (25 de febrero de 2006). *Biblioteca*

digital Universidad de Antioquia. Obtenido de

http://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/6324/1/MedinaHoguinJoseDavid_2006

[_ComoTatuajeIdentidadTerritorios.pdf](#)

Osorio, S. (21 de 05 de 2021). Breakido. (D. Pino, Entrevistador)

Rivera, J. (23 de 05 de 2021). Breakido. (D. Pino, Entrevistador)

ANEXOS HALLAZGOS

- Creación número 1 Breakido "Ikkiolove" <https://youtu.be/XZzrIztCqsk>
- Creación número 2 Breakido "IrimiSpin" <https://youtu.be/irtSo4VSvtQ>
- Creación número 3 Breakido "Kokyuau" <https://youtu.be/JkBLFSmgaiA>
- Creación número 4 Breakido "Shiojump" <https://youtu.be/sehRNkl5CYk>
- Movimientos de Aikido <https://youtu.be/wl1NgfY-8z8>
- Movimientos de Break Dance <https://youtu.be/t6ZpSo-D1nw>