



CAMINO AL OLVIDO

Investigación-Creación a Partir del Movimiento Auténtico

RESUMEN

Esta investigación-creación de enfoque cualitativo y de tipo hermenéutico quiso explorar por medio del movimiento auténtico nuevos caminos de indagación para la creación de una pieza coreográfica “**Camino al Olvido**”. Basado en esta práctica de la danza movimiento terapia, se buscaron las sensaciones, los recuerdos, las emociones y todos los componentes necesarios para finalizar esta propuesta creativa, donde los impulsos personales de los participantes fueron la base de todo el proceso. Además, esta investigación-creación otorga una posibilidad de guía o pautas para las personas que se estén enfrentando a un proceso creativo o un laboratorio de movimiento.

Palabras Claves:

Movimiento auténtico, creación en danza, testigo interno, mover, emociones, impulsos, relaciones.



CAMINO AL OLVIDO
Investigación-Creación a Partir del Movimiento Auténtico

Propuesta de Creación

Estudiante

Edison Andrés Melchor Giraldo

Identificación: 1094907912

andresdance89@gmail.com

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

Medellín

2019



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

Título

CAMINO AL OLVIDO

Investigación-Creación a Partir del Movimiento Auténtico

Estudiante

Edison Andrés Melchor Giraldo

Identificación: 1094907912

andresdance89@gmail.com

Docente Asesor

Iaisa Carolina Petit Ojeda

Licenciada en Danza, Maestría en Educación Física, mención Biomecánica

Trabajo de grado para obtener el título de
LICENCIADO(A) EN EDUCACIÓN BÁSICA EN DANZA

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

Medellín

2019





Dedicatoria

Esta investigación-creación quiero dedicársela a mi familia, en especial a mis padres y a mi hermana, por su constante e incondicional apoyo en el recorrido que llevo en la vida del arte, por permitirme buscar mis sueños y enseñarme a luchar por lo que quiero. A mis compañeros y amigos de la danza que han sido una constante inspiración en este camino de artistas y bailarines; el cual hemos elegido por el amor a la danza.



Agradecimientos

Quiero agradecer en primera instancia a mi asesora Iaisa Carolina Petit por su dedicación, entrega y disposición para con este proyecto, por sus conocimientos, aportes y enseñanzas para mi proceso como artista-coreógrafo y el acompañamiento hasta la culminación de mi investigación-creación. Tengo una gran admiración por todo lo que representa como artista, maestra y ser humano. Una gran admiración me queda de compartir este proceso a su lado.

Por último, quiero agradecer a mis compañeros de la danza Leidy Gonzáles y Daniel Salazar por ser partícipes activos de esta investigación, por compartir sus movimientos, experiencia y emociones, por la disposición y la confianza que depositaron en este proceso de creación y permitirme guiar y coreografiar en esta investigación-creación



Tabla de Contenido

Introducción

1. Marco de referencia
 - 1.1. Antecedentes.
 - 1.1.1. Antecedentes Artísticos.
 - 1.1.2. Antecedentes Teóricos.
 - 1.2. Surgimiento de la Idea.
 - 1.3. Justificación.
 - 1.4. Pregunta de Investigación.
 - 1.5. Objetivos
 - 1.5.1. Objetivo General
 - 1.5.2. Objetivo Específicos
2. Contexto.
 - 2.1. Contexto histórico.
 - 2.2. Contexto de la investigación.
3. Desarrollo Conceptual.
 - 3.1 La creación en Danza.
 - 3.2 Importantes Artistas de la Danza.
 - 3.2.1 Isadora Duncan.
 - 3.2.2 Doris Humphrey.
 - 3.2.3 Pina Bausch.
 - 3.2.4 Rudolf Laban.
 - 3.3 Danza Movimiento Terapia.
 - 3.4 Movimiento Auténtico.
 - 3.4.1 El Mover.
 - 3.4.2 El Testigo.



3.4.3 El Testigo Interior.

4. Marco Metodológico.

4.1 Enfoque de la Investigación.

4.2 Tipo de Investigación

4.3 Estrategias.

4.4 Población

5. Proceso Creativo.

5.1 Sesiones, Espacios y Duraciones para la Investigación.

5.2 Entrenamiento Testigo Interno.

5.3 Enciclopedia de Movimientos.

5.4 Construcción y Estructura de la Pieza Coreográfica.

5.5 Análisis del Proceso.

5.5.1 Testigo Interno

5.5.2 Enciclopedia de Movimientos

5.5.3 Construcción y Estructura de la Pieza Coreográfica

5.6 Consideraciones Éticas

6. Conclusiones.

7. Bibliografía

8. Anexos



INTRODUCCIÓN

La danza siempre ha sido un medio de comunicación para la sociedad y en especial para los artistas. Coreógrafos y bailarines alrededor del mundo han buscado diversas maneras de expresar todo lo que llevan en su esencia y espíritu, así como las vivencias que los han marcado. Las palabras no son suficientes para comunicar lo que llevan en su interior, e indagan a través del cuerpo y sus movimientos para poder generar un lenguaje propio y sincero que les ayude a transmitir al espectador esa idea o sensación.

El presente trabajo de grado tuvo como fin la elaboración de la coreografía **“Camino al Olvido”** a partir del método somático **“Movimiento Auténtico”** como herramienta de investigación-creación. Se buscó concebir un lenguaje corporal que naciera de las sensaciones y las emociones; desde la quietud y la escucha, permitiendo que el gesto apareciera de manera natural, sincera y sin pretensiones, indagando de esta manera, nuevas posibilidades para la creación de obras de danza.

El trabajo se presenta por capítulos, en el primero está el marco de referencia donde encontrarán los antecedentes, el surgimiento de la idea, la justificación, la pregunta de investigación y los objetivos. En el segundo se conocerá el contexto de la investigación, en el tercero se hablará del desarrollo conceptual el cual se subdividió en: la creación en danza, importantes artistas de la danza, danza movimiento terapia y el movimiento auténtico. En el capítulo cuatro veremos el marco metodológico en cual hablaré del enfoque de la investigación, tipo de investigación, las estrategias y la población. El quinto capítulo es el proceso creativo en el cual se detallan seis subdivisiones para la realización de la pieza coreográfica. Para finalizar nos encontramos con las conclusiones, la bibliografía y los anexos de este proceso de investigación-creación.

1. MARCO DE REFERENCIA

1.1. Antecedentes

En este proceso de investigación-creación para mi trabajo de grado, me encontré con varios proyectos de investigación, obras de danza, teorías, videos y textos que abordan la búsqueda de lenguajes corporales propios a través de las sensaciones y emociones. Asimismo, aquellos que se inspiraban en las relaciones afectivas y el desfallecer de una relación; tema que fue el punto de partida para la investigación de esta búsqueda o creación escénica. Estos procesos de creación que encontré, la mayoría, desarrollaron la exploración desde la sensación consciente, moverse y sentir, darle un lenguaje corporal a esta emoción que los habitaba, creando secuencias y movimientos que expresaron sus vivencias; desde mi visión y punto de vista en relación a mi proyecto de grado, siento que la ruta de exploración usados por los antecedentes son muy parecidos, toman la sensación y le dan un movimiento, exploran a través de un lenguaje corporal una sensación, la cual, es un camino que hemos usado y nos ha entregado resultados, pero mi pregunta y mi idea de exploración quiere invertir estos elementos, busca crear un lenguaje corporal desde la sensación, la emoción, es decir, dejar que la emoción se exprese a través de nuestro cuerpo de una manera inconsciente-consciente, explorar la emoción y la sensación tan profundo que el cuerpo se mueva a través de esta.

También revisé varios procesos creativos llevados a la escena, que utilizaron el movimiento auténtico como herramienta de creación, los cuales la mayoría han sido trabajos internacionales, los procesos de creación con el movimiento auténtico a nivel nacional y local son pocos por no decir ninguno, ya que, no encontré ningún referente nacional ni local que haya utilizado el legado de Mary Whitehouse como herramienta de exploración para la creación de una pieza coreográfica, sé que hay profesionales en la ciudad y personas que han dictado talleres del movimiento auténtico con fines artísticos, pero no se han llevado a la creación de una pieza coreográfica. Además, consideré varias tesis de grado basadas en experiencias de coreógrafos que se valieron de

situaciones personales como inspiración para expresar al mundo todo lo intangible y lo no verbal guardado en su ser; utilizando el cuerpo en movimiento para crear un lenguaje particular, desde la sensación y la emoción. Esas investigaciones o laboratorios de movimiento se desarrollaron a partir de situaciones como: el duelo, la ruptura de la relación, la soledad, la ira y todo el vacío que genera una pérdida.

Los antecedentes han sido organizados en dos categorías: teóricos y artísticos. Dentro de estas categorías se encontrarán los internacionales, nacionales y locales revisados para apoyar esta investigación-creación.

1.1.1. Antecedentes artísticos.

Se revisaron obras y ejercicios creativos realizados a partir del movimiento auténtico y otras piezas de danza que abordan la temática de las relaciones, estos trabajos artísticos o antecedentes fueron un punto de partida para mi proyecto, gracias a ellos pude identificar herramientas, modelos de trabajo, elementos necesarios o innecesarios para mi investigación y referentes relacionados con la práctica del movimiento auténtico en el ámbito artístico, además, cómo otros coreógrafos abordaron sus procesos de creación e investigación de piezas coreográficas desde las sensaciones, las emociones y las temáticas afines a esta investigación-creación.

Audiovisuales

Exploraciones corporales a partir del movimiento auténtico. Momentos únicos grabados en video.

- **Authentic movement practice**, Autor: Ruby Wang. (30 de octubre del 2009). En este video se observa una sesión de movimiento auténtico de una joven, con habilidades o estudios en danza, ya que evidenciamos un manejo y control corporal, también podemos ver unas calidades de movimientos que aparecen de repente y van cambiando de dinámica, aparece el uso de la bitácora parte fundamental en este proceso de investigación creación.
- **Authentic movement session -wait to be moved**. Autor: Lyle Chan. (15 de noviembre del 2009). Canción: Lent et douloureux. Este video es una sesión de movimiento auténtico, donde vemos claramente el transcurrir del tiempo, donde el tiempo toma parte necesaria de las sesiones y del desarrollo de la escucha interna.
- **Authentic movement practice (edited)**. Autor: Queenie Chick (29 de abril del 2010). En esta sesión de movimiento auténtico vemos a un joven aparentemente un bailarín o con entrenamiento corporal ser partícipe de esta experiencia, él cierra sus ojos para generar una mejor concentración y sentir los impulsos que nacen desde su interior. El video inicia con un dibujo en una bitácora y luego la aparición del joven acostado en el centro del salón, en una posición cómoda y tranquila para empezar la sesión y que el movimiento fluya desde la naturalidad.
- **ICCD's Authentic movement (Invisible Centre of Contemporary Dance)**. Autor: Peter Rehberg (11 de marzo del 2011). Este video es un taller de movimiento auténtico dictado a un grupo o compañía de danza contemporánea. En este observamos un trabajo de varias personas en un salón, se han conformado varias parejas en las cuales uno sirve como “mover” y el otro es el testigo, aunque este último acompaña y cuida al “mover” que lleva los ojos cerrados.

Fragmentarium.wmv. Autor: Alexandru Patatics (16 de mayo del 2011)

Este último video más que una sesión, es para mí una pequeña puesta del movimiento auténtico como performance o danza en un espacio no convencional, en donde los dos participantes muestran resultados del trabajo de sesiones, o simplemente hacen un ejercicio en dicho espacio, donde hay objetos, basuras y paneles donde pueden pintar o romper.

Este video y el anterior son para mí una muestra del movimiento auténtico como herramienta de creación para procesos creativos.

Piezas de danza que abordan las relaciones como tema.

- **Ventisca.** Autor: Compañía H3. Grupo conformado por los coreógrafos Andrés Avendaño y Jhonatan González. Año 2014. Medellín. Esta obra de danza contemporánea quiere representar por medio del movimiento las diferentes situaciones emocionales que tienen las personas en su vivir a diario. Esta obra consta de cinco momentos, los cuales presentan un recorrido por las emociones pasando por la nostalgia, la rabia, el miedo, la duda y, una en especial, el vacío. Ese mismo que deja en nuestro cuerpo la pérdida o la ruptura de un ser querido; es la sensación de caer a un abismo sin paracaídas. Por ende, es importante como antecedente para este proceso de investigación-creación, de modo que ayudará a la puesta en escena y a la elaboración de un lenguaje propio, que ayude a describir estas emociones.
- **La Voz. Adaptación libre para la danza.** Director: Jota Jaramillo Sánchez. Año: 2015. Medellín. La voz es una adaptación del texto o la ópera francesa “La Voix humaine” escrita por Jean Cocteau. Esta obra de danza-teatro relata

desde el cuerpo la historia trágica de una relación que está llegando a su final; por esta razón desata en ella, el personaje principal, el desespero y el dolor causado por una llamada lejana de su amado, que con dolor y sin pena ni gloria está terminando su relación por un nuevo amor. Entonces, esta ausencia y ese dolor la llevan a suicidarse. Esta obra basada en el desespero, la rabia y el dolor apoya mi experiencia para la creación, además, es una fuente investigativa del movimiento y creación de múltiples lenguajes corporales, que serán base de partida u objeto de análisis para la exteriorización de las emociones y sensaciones a tratar en mi puesta en escena.

- **“Relación entre el movimiento que genera el cuerpo a través de las emociones y su construcción por medio de un estudio corporal”** Autor: Juan Felipe Araque Rendón. Trabajo de grado para optar por el título de Licenciado en Educación Básica en Danza. Universidad de Antioquia. Facultad de Artes. Año: 2015. Medellín. Este trabajo de grado presenta una investigación para la puesta en escena y la creación de movimiento, a través de las emociones como lo son la tristeza, la soledad, la desolación y la ausencia. Basado en teóricos y coreógrafos que se preocupan por las emociones y utilizan la investigación, como medio, para crear un lenguaje corporal que ayuden a expresarlas de una manera no verbal.
- **“Proyecto de creación escénica cuya base de construcción es la danza-teatro y que parte de una reflexión en torno a la soledad en el ser humano “La soledad soy yo: el espejo no miente”.** Autor: Juan Bautista Echeverri Quintana. Trabajo de grado para optar por el título de Licenciado en Educación Básica en Danza. Universidad de Antioquia. Facultad de Artes. Año: 2015. Medellín. En esta obra de danza-teatro nos encontramos con la emoción de la soledad, por lo tanto, propone expresar desde la danza y el teatro, el aceptar dicha sensación después de haber terminado una relación, poniendo en evidencia otras emociones como el miedo, la inseguridad y la

baja autoestima. Lleva a los personajes a una lucha constante contra sí mismo, la autorreflexión, un enfrentamiento a los miedos desatados por la culminación de una relación, por lo tanto, ellos se encuentran inmersos en una cárcel emocional donde el miedo y la inseguridad son presentes en escena y representados por el movimiento.

- **“DEJAME ESTA”** Autores: Angella Lizeth Ramos Días y Jill Cristina Salgado Cifuentes. Trabajo de grado para optar por el título de Licenciadas en Educación Básica en Danza. Universidad de Antioquia. Facultad de Artes. Año: 2015. Medellín. La danza es el medio de expresión no verbal por excelencia y esta secuencia de movimientos cuenta toda la tristeza y la rabia dejada en una mujer quien ha sido burlada por su pareja, llevándola al desespero, al descontrol y arrastrándola a un mundo irracional donde su ser fue cubierto por la soledad. Por ende, pierde su rumbo, su identidad y deja de ser quién era. Del mismo modo que en las otras obras encontradas, vemos un punto de partida desde la emoción que se ha desatado por el abandono, por el duelo al terminar una relación, haciendo referencia en esta ocasión a los sentimientos de la soledad, la rabia, la tristeza y el desespero. Sensaciones y emociones que serán bases para el proceso de creación de la obra.

1.1.2 Antecedentes Teóricos:

- **Carta de Leslie para Richard.** Fragmento del libro “Puente hacia el infinito”
Tipo de texto: Novela. Escritor: Richard Bach. Editorial: ediciones B. Año:

1984. Este texto presenta el momento preciso en el que ella ha tomado la decisión de dejar a su amado Richard, exponiendo las diferentes sensaciones y la pérdida de la fuerza de la relación, desde una comparación con un soneto. Teniendo en cuenta la pérdida del amor, cae en la triste y dura monotonía, donde el sentimiento del amor deja de estar presente, para convertirse en una relación fría, vacía y simple.

Al leer esta carta se reflejan recuerdos, sensaciones vividas o experiencias, que ayudaran a revivir los momentos tristes que tuvo el deterioro de la relación por los participantes de este trabajo de grado, de esta manera, haremos una sensibilización y un acercamiento a las emociones a expresar por medio del movimiento.

- **Conversaciones con coreógrafos de danza contemporánea en Medellín**. Tipo de texto: libro. Autores: Juliana Congote Posada, Astrid Ramírez Figueroa y Joanna Agudelo Suceva. Editorial: Universidad de Antioquia. Año: 2011. Medellín. Este análisis será la referencia y base fundamental para la estructura metodológica y para el proceso de creación, debido a unas pautas y métodos basados en las experiencias de grandes exponentes de la danza contemporánea en Medellín. Esta lectura ayudará al abordaje y desarrollo de mi proyecto de grado.
- **“Creación y dirección en danza contemporánea”**. Tipo de texto: artículo. Escritor: Lina Villegas Hincapié. Editorial: Universidad de Antioquia. Año: 2011. El artículo de *“Creación y dirección en danza contemporánea”* será de gran utilidad para el proceso de investigación-creación de la obra. Este artículo aborda la investigación de la danza y la planificación de una obra, desarrollando diferentes parámetros de la creación y la desglosa en tres pasos útiles para llevar desde una experiencia de la vida a una creación, de movimiento y puesta en escena, por esta razón, será base fundamental para el desarrollo de la puesta en escena y de la obra, pues esta, se verá enmarcada

por las experiencias y vivencias amorosas relacionadas al tema de los bailarines.

- **El arte de crear danza de Doris Humphrey.** Tipo de texto: libro. Escritor: Doris Humphrey. Traducción: de L. M. Caprioli, la revisión técnica estuvo a cargo de Haydee Dante. Editorial: EUDEBA - Editorial Universitaria de Buenos Aires. Año:1965. En este libro la coreógrafa y bailarina Doris Humphrey relata sobre la historia de la danza, habla sobre su técnica el tomar el peso y dejarlo caer, el movimiento desde su punto más alto identificado con el ideal apolíneo y el punto más bajo visco con el ideal dionisiaco, además una recopilación de sus experiencias como interprete y coreógrafa.
- **Authentic movement.** Tipo de texto: libro. Escritor: Patricia Palaro. Editorial: Kogan Page. Año:1999. En este libro la autora agrupa varios ensayos y escritos de las principales exponentes del movimiento auténtico. Ella también lo expone como una forma de expresión creativa y disciplina meditativa que fueron herramientas y temas importantes en el desarrollo de esta investigación-creación. Además, explica y propone las actividades y las pautas necesarias de la práctica de esta psicoterapia corporal.

1.2.Surgimiento de la Idea

En mi proceso como estudiante de la carrera Licenciatura Básica en Danza me encontré con muchas experiencias y aprendizajes, pero hubo un evento en particular que me generó una inquietud, la cual abordé en este proyecto de grado. En el sexto semestre de la carrera, dentro de la materia Didáctica y Metodología de la Danza II (2) estudiamos el tema de las prácticas somáticas, en donde tuve mi primer encuentro con el movimiento auténtico. En esta pequeña experiencia me encontré con muchas emociones y acciones que transitaban por mi cuerpo de una manera natural y fluida. Esto me pareció muy interesante, el poder encontrarme en un estado de meditación activa que me lleve a un viaje de sensaciones que poco a poco fueron expresadas a través del cuerpo por la necesidad de hacerlo, como lo señala el movimiento auténtico, dejarse llevar por los impulsos.

Esta experiencia me llevó a cuestionar cómo crear una pieza coreográfica con un lenguaje propio desde las sensaciones que cada persona puede experimentar en determinados momentos de la vida, por ejemplo, una relación de pareja, y cómo el movimiento auténtico podría ayudarme en el proceso de construcción de una obra de danza. Por estas razones, enfoqué mi proyecto de grado de investigación-creación en el movimiento auténtico, pues me pareció muy interesante el abordar la creación desde la búsqueda desde la quietud, el silencio y el movimiento sincero de cada persona, en este caso los intérpretes, y tener la oportunidad de ensayar un proceso creativo diferente a los que me había enfrentado en mi trayecto como bailarín; donde generalmente se imponía la acción, la inmediatez y no esperaba a ser movido por las sensaciones. En esta oportunidad, se invirtió el orden dando importancia a la sensación y buscando el movimiento más honesto que se pudiera expresar.

1.3. Justificación

“El movimiento hace visible la dimensión invisible del Ser” (Fleischer, 2009¹, s.p.)

Este proyecto de investigación creación pretende promover y exponer al movimiento auténtico como una herramienta de indagación y recolección de material para afrontar la creación de una pieza coreográfica. Busca brindar una sistematización o una posible opción que puede ser usada en futuros procesos de creación, la cual facilite insumos para otros estudiantes, bailarines o coreógrafos de la universidad, de la ciudad o cualquier lector que se encuentre en vísperas de un proceso creativo.

En mi experiencia como bailarín y estudiante de danza, he podido participar en varias composiciones coreográficas y en la mayoría de ellas, se trabaja de manera similar. El coreógrafo propone desde sus vivencias, emociones y deseos, los movimientos, dinámicas y desplazamientos que éste quiere ver proyectados en los bailarines y en las secuencias. Posteriormente, indica un tipo de interpretación necesaria para la pieza coreográfica donde el intérprete busque de una manera u otra la posibilidad de satisfacer necesidades externas a sí mismo, es decir, el coreógrafo procura implantar en los bailarines todos los elementos y componentes que conformaran la obra de danza. Esa manera de abordar el proceso creativo propone en primer lugar el desarrollo del movimiento, luego busca la interpretación y carga emocional.

¹ Karin Fleischer citada por Annalise Morales y Jessica Pagani 2009
http://espacios-de-movimiento.blogspot.com.co/2009_04_01_archive.html).

Este proyecto, además de introducir una posibilidad amigable para abordar el arduo trabajo de la creación, también brinda a la danza, a los bailarines y a los coreógrafos la oportunidad de reflexionar sobre una manera de adquirir herramientas para la interpretación y la investigación del movimiento, confrontando al bailarín y sacándolo de su zona de confort, llevándolo a estados no explorados convencionalmente y creando una fusión de sensaciones, emociones y movimientos que nacen desde el silencio y la quietud, permitiendo el fluir de los impulsos desde el interior.

En este proceso de investigación-creación a través del movimiento auténtico como herramienta de indagación en búsqueda de un lenguaje propio, quiero aclarar y especificar que es una aproximación muy respetuosa a la DMT y al Movimiento Auténtico en los cuales he tenido un acercamiento muy elemental y no pretendo ser un terapeuta, ni un especialista. Nunca usé ese término, ni fue el fin en esta investigación. Simplemente, utilicé unas herramientas sacadas de la indagación teórica y de la experiencia personal en unas clases sobre este método somático, de las cuales aproveché el potencial que tienen para la investigación en la sensación, el movimiento genuino y emplearlos en una creación en danza y una puesta en escena.

“La libre expresión y uso del vocabulario individual que emana de la naturaleza íntima del sujeto y que puede dialogar con la técnica, esa carta de vuelo, que impone la presencia de significantes predeterminados” (Claudia Mallarino citado por Villegas, 2015, p 6).

1.4. Pregunta de Investigación.

¿Cómo generar un lenguaje propio a través del movimiento auténtico para la creación de una puesta en escena?

1.5. Objetivos.

1.5.1 Objetivo general.

Realizar un proyecto en el que se investiguen nuevos lenguajes del movimiento a partir de la práctica somática “movimiento auténtico” para la creación de la obra de danza “**Camino al Olvido**”

1.5.2 Objetivos específicos.

- Recolectar documentos e indagar en la información reunida sobre las bases del movimiento auténtico, para obtener insumos que me permitan identificar las herramientas pertinentes y necesarias para iniciar el proceso de investigación-creación.
- Iniciar la etapa de exploración, la práctica de las herramientas reunidas en el punto anterior, del movimiento auténtico para recolectar y generar una biblioteca de movimientos para la creación de la obra.
- Revisar y socializar con los intérpretes, la biblioteca de movimientos para probar posibilidades de construcción de la obra a partir de la temática de las relaciones de pareja.
- Incorporar los componentes esenciales de la obra en el guion definitivo.
- Realizar la composición definitiva de la obra “Camino al Olvido”
- Analizar las distintas fases del proceso creativo.

2 CONTEXTO

2.1 Contexto Histórico

El Movimiento Auténtico nació entre los años 60 y 70. Inicialmente fue llamado Movimiento en Profundidad, basado en los inicios de la psicología profunda, por su creadora, la bailarina de danza moderna, docente y pionera en danza/movimiento terapia, Mary Whitehouse. Ella desarrolló

su propuesta a partir de sus estudios Junguianos en Zúrich y su experiencia personal con el cuerpo. Se basó en la técnica de Imaginación Activa, creada por Jung quien sugería a sus pacientes que al abrirse a las imágenes que emergían desde su interior, crearan un diálogo con las mismas, a través del dibujo o la escritura dando la posibilidad y el acceso a emociones que permanecen bloqueadas en el cuerpo, sumergidas en el inconsciente, y a las cuales es difícil acceder a través de la palabra.

Mary Whitehouse había estudiado con Mary Wigman en Europa y con Martha Graham en Estados Unidos. Su interés principal consistía en explorar “*aquello que mueve a la persona desde adentro*”, en una época donde la danza tenía su énfasis en la forma y la técnica. Así, extendió el método de investigación activa al incluir la dimensión del cuerpo, el movimiento. Alentaba a las personas a permanecer en silencio y en quietud, en actitud de espera atenta y alerta, y desde este estado abrirse, no solo a las imágenes sino también a las sensaciones físicas y a los movimientos que pudiesen emerger desde el inconsciente. Una vez que surgía el impulso, la persona debía seguirlo para posibilitar el diálogo entre consciente e inconsciente, y las sensaciones físicas, como ella lo decía “*seguir la sensación interna, permitiendo que el impulso tome la forma de acción física*”.

El Movimiento Auténtico es una disciplina de la Danza Movimiento Terapia que ha evolucionado en los últimos cuarenta años. Existen diversos programas de Maestría en Dance/Movement Therapy en Estados Unidos y Europa, y posee cada vez mayor aceptación como abordaje creativo no verbal en el ámbito de la Psicología Junguiana. Joan Chodorow, Ph.D, ADTR, analista Junguiana y Janet Adler Ph.D, ADTR, ambas discípulas de Mary Whitehouse contribuyeron posteriormente al desarrollo de esta forma de trabajo, determinando dos direcciones diferentes y complementarias.

Joan Chodorow profundiza el desarrollo de MA o Imaginación Activa en Movimiento dentro del marco de referencia analítico. De este modo ofrece una inmensa contribución a ambas profesiones (DMT y psicología analítica) al articular la integración entre el cuerpo y la psique, a

través de la Imaginación Creadora y de la función simbólica de la psique. El interés de Janet Adler reside en la experiencia directa, desarrollando la práctica como forma meditativa, dándole mayor importancia al testigo, y entregando nuevas formas de práctica del MA donde inicialmente se trabaja de manera individual para desarrollar el testigo interno, luego se trabaja en diadas o triadas para desarrollar el testigo observador y finalmente se trabaja en el gran círculo que consiste en una práctica grupal, donde todos son testigos y movers como lo expone Adler citada por Fleischer: *"Del mismo modo que originariamente el ser mirada/o por otra/o me permitió mirarme a mí misma/o como soy ... mirar a otra/o como es, me permite mirarme a mí misma/o como soy. Este es un mirarme diferente al anterior ya que no ha sido dado a luz por otro... este mirarme a mí misma/o nace de mí misma/o... de alguna milagrosa manera evoluciona desde el amar a otro, en lugar que desde el ser amado"* (Fleischer.2015, s, p).

Tanto la concepción original, cuyo énfasis residía en el aspecto creador del trabajo, como sus dos orientaciones constituyen los fundamentos desde los cuales el *Centro de Movimiento Auténtico* fue creado en el año 2001 por Karin Fleischer, con el objetivo de ofrecer un espacio para el estudio, práctica e investigación de esta disciplina.

En la actualidad diversas personas formadas en el *Centro de Movimiento Auténtico* continúan con la práctica y desarrollo de dicho abordaje en sus diversas orientaciones (práctica creativa / abordaje no verbal en psicoterapia) en Buenos Aires, Santa Fe, también en Chile, Perú, Colombia y Venezuela.

2.2 Contexto de la Investigación

Este proceso de investigación-creación lo realicé en la ciudad de Medellín, en la cual encontré tres lugares donde trabajan o han trabajado con DMT y el Movimiento Auténtico. Uno de esos lugares y el más importante para mí, es la casa Jung Medellín². En este espacio se practica y brindan talleres como conceptos básicos Junguianos y han dictado talleres del movimiento auténtico en diferentes años desde su inauguración. El segundo instituto se llama Danza

² <http://www.jungcolombia.com/2013/05/centro-c-g-jung-de-medellin-quienes.html>

Movimiento Terapia Medellín³ el cual fue creado en el 2016 pero no posee mucha información a comparación de la casa Jung Medellín y, por último, el Cubo Fábrica de Movimiento brindo un taller con Paula Martínez Takegami especialista en DMT que se llamo acercamiento al movimiento auténtico en el año 2019.

A fin de lograr los objetivos propuestos, busqué unos espacios en la ciudad que me permitieran realizar este proceso de investigación y encontré dos salones de danza que cumplieran con las necesidades básicas que este proceso demandaba en todas sus fases; espacios amplios en donde los bailarines pudieran vendarse los ojos y tener la seguridad y la tranquilidad de no sufrir un accidente, además de ser un espacio con un entorno tranquilo que permitiera la concentración y el desarrollo de la actividad.

Estos espacios se utilizaron en momentos diferentes; el primero fue el salón de la agrupación “Apuro tango” el cual está ubicado por la calle San Juan y se utilizó para la fase inicial del proceso en el horario de la mañana. La mayoría de las sesiones se destinaron a practicar el movimiento auténtico y a la recolección e indagación de los movimientos. El segundo espacio utilizado fue el de la academia “Urban flow” que está ubicada en el sector Ciudad del rio, y fue el espacio donde se realizó la etapa final o construcción del guion y la grabación de la pieza coreográfica.

3 DESARROLLOS CONCEPTUALES.

Este marco conceptual, inicialmente hace un recorrido por las diferentes experiencias creativas de los coreógrafos y precursores relevantes en la historia de la danza, retomando exponentes como Noverre, Isadora Duncan, Doris Humphrey y Pina Bausch; grandes artistas que, con su visión y estilos de creación tan particulares, han dejado unas pautas o iniciativas para la investigación de diferentes lenguajes corporales usados en sus obras. Seguidamente, se centra en

³ https://www.facebook.com/pg/dmtMedellin/about/?ref=page_internal

diferentes estudios y análisis desarrollados para la creación en danza, reseñas sobre “la danza movimiento terapia” (DMT); de donde surge “El movimiento auténtico”, la psicología analítica, también conocida como psicología profunda, la cual da sustento a las bases del movimiento auténtico, herramienta utilizada en la investigación-creación presentada en este trabajo de grado.

3.1 La Creación en Danza.

La creación en danza es un aspecto importante para este trabajo y será analizado desde la puesta en escena y el proceso de la investigación del movimiento y los métodos para desarrollar sus secuencias. A través de la historia de la danza encontramos épocas que aportan conocimiento a la misma, dándole matices, formas diferentes y por supuesto, posibles métodos de creación. En épocas clásicas la puesta en escena se construía por medio de historias, novelas o las creaciones representativas de los dioses. Posteriormente surgieron las máscaras que parcialmente poseían una expresión inamovible para sus personajes. El canto y la oratoria se hacían presentes con el movimiento para hacer parte de la escena. Fue una época importante para la danza y el desarrollo de la creación en ella, y se vio marcada por el padre del ballet acción Jean Jorge Noverre que fue un visionario del siglo XVII. En sus aportes decía:

“La danza es un arte de expresión, con la misión esencial de traducir por si misma ideas y emociones humanas; o por el contrario, un arte geométrico, un juego de formas libres, que no busca contar una acción, ni experimentar sentimientos, sino: llegar a la belleza de gestos y actitudes, por el virtuosismo de los pasos, el encadenamiento de figuras, el eterno y pesado desafío del vuelo del cuerpo en el espacio, o el movimiento musical sosteniendo y exaltando figuras construidas por volúmenes y curvas: sin necesidad de crear en el espectador sentimientos de alegría o tristeza.”(Barbón, 2011, p.1)

Para la creación Noverre se basa en las acciones cotidianas de los personajes de las épocas, en este caso, les decía a los bailarines que fueran a la plaza de la ciudad para hacer largas jornadas de análisis y observación de los movimientos de las personas del mercado y así basar su investigación

creación en la expresión real y auténtica del movimiento. Esta visión de Noverre hace parte de las bases creativas de los coreógrafos del siglo XX.

La danza moderna se origina a principios del siglo XX, una época de muchos cambios sociales, políticos y económicos que llevaron a los bailarines de ese momento a abordar el baile como medio de expresión de la complejidad de las experiencias del ser humano. Basan su creación en la investigación, el movimiento libre, la expresión de emociones y pensamientos dejando a un lado el virtuosismo sin sentido, sin alma. Como lo decía Duncan “*Si pudiera decirte lo que se siente, no valdría la pena bailarlo*” (Duncan. 2006, s, p.). Precursoras como Loie Fuller, Isadora Duncan y Ruth St. Denis, buscaron nuevas formas de expresión, movimientos orgánicos, menos rígidos a diferencia de la técnica del Ballet. Isadora Duncan buscó su inspiración en Grecia y sus muestras las hacía descalza y con una túnica blanca, con movimientos libres, sueltos y ligeros se desplazaba por el espacio dando una sensación de libertad y naturalidad en sus movimientos.

Ruth St. Dennis buscó en la tradición de Asia su lenguaje corporal, enfocadas en sus raíces étnicas. Marcaron nuevos aspectos de creación y de movimiento en la ruptura por la cual estaba pasando la danza.

En este punto, la creación en danza empieza a tener mayor sentido de expresión. Los coreógrafos toman conciencia e inspiración de sus emociones, experiencias y necesidades que llevan a la escena; ahora bien, la danza contemporánea sigue con estas bases y agrega la creación de un lenguaje propio, expresivo y coreográfico como lo expone Lina Villegas (2014) “*La creación y la dirección en danza contemporánea a partir del desarrollo de un lenguaje coreográfico, con el fin de producir una obra de danza*” (p.343) para eso ella se basa su análisis en unas categorías:

- *Desarrollar las nociones de exploración y composición al interior de un proceso de creación en danza, en el proceso de elaboración de un lenguaje coreográfico propio.*
- *Identificar la interpretación como un ejercicio hermenéutico entre el creador-director, el intérprete y la obra.*
- *Construir un lenguaje coreográfico propio de una obra de danza contemporánea, en este caso, basado en un relato.*
(Villegas, 2014, p.343)

En este orden de ideas, la exploración la inician los intérpretes y el coreógrafo para desarrollar su discurso corporal. La creación de los movimientos aparece inmiscuida la creación colectiva, las experiencias y la formación individual de los participantes, enriqueciendo la obra y creando una enciclopedia de imágenes, movimientos, sensaciones y emociones que se harán evidentes en la obra.

La creación de una obra es un proceso de exploración individual y colectivo, un proceso de hacer y hacer, así como lo expone Villegas (2014) *“la coreografía no se fabrica leyendo, viendo o escuchando hablar sobre ella; esto es sólo un pequeño lugar que ocupa en el proceso. Una coreografía surge como un impulso íntimo promovido por una sensación, un sueño, una idea, una imagen o un instante de inspiración”* (p.352). Crear una obra de danza, parte de varios procesos; tener una idea, usar las experiencias para la creación de un discurso, desarrollar lenguajes corporales que expresen estas sensaciones o emociones, hacer fragmentos de movimientos, entrelazar uno con el otro, jugar con las emociones, asimilar las sensaciones y dejar que el intérprete se empape de ellas y concluir todas estas experiencias y enciclopedias de movimientos en la anhelada creación de una obra en danza.

3.2 Importantes Artistas de la Danza.

Los artistas que elegí como referentes de este proceso de investigación-creación han sido revolucionarios de la danza, pioneros en la investigación del movimiento y han marcado pautas en los procesos de creación en cada una de sus épocas. En su búsqueda de nuevas maneras de expresar sus sensaciones y sus emociones a través del movimiento fueron abriendo caminos para la creación de lenguajes corporales propios y genuinos que llevaron a la escena por medio de creaciones coreográficas u obras. Cada uno de ellos, basado en sus conocimientos y experiencias, desarrollaron pautas o bases de investigaciones que le entregaron insumos o elementos para su propósito; llevando a sus bailarines a nuevos estados de interpretación y exploraciones no acostumbrados en sus épocas. Por esta razón, los tomé como base y referentes

de mi investigación-creación ya que por medio de su legado y experiencias pude direccionar e identificar nuevas posibilidades a la hora de crear. En este caso será por medio del movimiento auténtico como herramienta de investigación para la recolección de insumos, sensaciones, emociones, elementos y dinámicas para mi puesta en escena.

3.2.1 Isadora Duncan.

Considerada la exponente más importante del nacimiento la danza moderna, su estilo libre, ligero y cargado de emoción rompió con los cánones de la danza de su época, especialmente con la rigidez del ballet. La particularidad de su danza y sus movimientos únicos para la creación se revelaron en su debut profesional en 1899 en Chicago, donde su pasión por los cánones de belleza de la antigua Grecia se notó, su estilo de movimientos naturales llevó a que su danza tuviera un estilo de improvisación constante; utilizaba música de concierto la cual en dicho tiempo nadie optaba por bailarla, fue de gran influencia para nuevos coreógrafos como Ruth St Denis y Ted Shawn. *“Lo que es contrario a la naturaleza no es bello.”* (Isadora Duncan. 2007, s, p.).

Las giras internacionales de Duncan la llevaron a crear escuelas de danza en diferentes ciudades del mundo como París, Berlín y Moscú llevando su estilo único a las ciudades más importantes e influyentes de la danza.

3.2.2 Doris Humphrey.

Humphrey fue bailarina y coreógrafa en los Estados Unidos, fue miembro importante de la compañía de danza “Denishawn”. Ella en sus estudios y aportes a la danza basó sus movimientos y creaciones partiendo de la dualidad entre el equilibrio y la caída, observaba la particularidad de la sociedad y la forma única del movimiento de cada persona en las acciones básicas de la cotidianidad: el respirar, caminar, sentarse, levantarse. Tareas que se ven simples, pero para ella

fueron acciones de gran valor para el análisis y la creación en sus obras a partir del equilibrio y la caída.

“La inspiración de la Teoría de Movimiento de Doris viene de acciones fundamentales como respirar, estar de pie, caminar, correr, saltar, elevarse y caer. Si bien parecen acciones simples, estos movimientos naturales contienen el eterno drama de la batalla del Hombre por obtener control de sí mismo y de su propio ambiente físico. Toda acción es seguida de una reacción y que la fuerza se opone a la fuerza. Los movimientos naturales del cuerpo humano son prueba de la habilidad del Hombre de sobrevivir en un mundo dominado por la fuerza de gravedad, que a veces es su amiga y a veces su enemiga. La fuerza de gravedad se impone sobre cada movimiento” (Gómez Martínez. 2017, s, p.).

Con estas bases y análisis del movimiento, Humphrey trabajaba sus coreografías y creaciones en la resistencia de la gravedad, la recuperación del equilibrio y las caídas. Además, en 1958, publicó su libro *The art of making Dances* (El Arte de Hacer Danzas). En este libro ella expresa y expone sus experiencias de creación aportando a bailarines y coreógrafos otras posibilidades al acercarse al arte de hacer y crear piezas coreográficas a partir del laboratorio, del ensayo y error. Como lo expone Lenzu: *“En resumidas cuentas, se puede decir que la teoría que propone Humphrey es la unión del cuerpo y el espíritu por medio de la gravedad como fuerza buscando proyectar que el cuerpo trasciende las leyes de la gravedad”* (Lenzu citado por Juan Felipe Araque. 2015, s, p.)

3.2.3 Pina Bausch

Bailarina y coreógrafa alemana de gran importancia para la danza contemporánea. Bausch es pionera y gran exponente en la danza-teatro, rompió con todos los esquemas establecidos y le dio un nuevo aliento a la danza alemana. Observó cada uno de los comportamientos y falencias del ser humano. Con una gran sensibilidad ella pudo dibujar y desdibujar a sus personajes entregándoles una gran carga interpretativa, buscando e incentivando las sensaciones de sus bailarines, llevándolos al límite, quebrantándolos, rompiendo las barreras del exterior y el interior del ser, investigando y escudriñando en los miedos, inseguridades, inquietudes para expresarlas a través del movimiento, el cuerpo y la autoexpresión. *“En su obra usa toda la gestualidad de la que disponemos, tanto en lo social como en lo íntimo, en lo físico y en lo emocional”*. (Patricia Grau.

2019, s, p.). Parte importante del trabajo de esta gran coreógrafa es la posibilidad de transgredir los esquemas habituales en escena y al espectador, llevándolos a diferentes estados cotidianos y llenos de carga emocional desgarradora, escenificando las intimidades de la sociedad, sus miedos y normas preestablecidas socialmente que nos dejan ciegos y con cargas emocionales no resueltas en nuestra existencia.

“En Pina, lo más importante son las historias mundanas y cotidianas, los textos que van dirigidos al público, las experiencias de sus bailarines y la utilización de la música tanto clásica como tradicional” ... “Su forma de crear es comparable al desarrollo natural de un árbol en todas sus fases desde la germinación de la semilla hasta la madurez del árbol, o desde la ideación de una idea hasta su puesta en escena”. (Grau.P. 2019, s, p).

En esta analogía que hacen del árbol y la manera de abordar la creación de sus obras, son particularmente muy importantes para la danza y para este proyecto de grado, ya que empieza desde la semilla, desde lo más mínimo y empieza a crecer y a desarrollarse al transcurrir el tiempo y la obra, entregando a sus bailarines infinitas posibilidades de interpretación, cargados de la emoción y llevándolos poco a poco a sus límites, permitiendo que las experiencias de ellos se vean reflejadas también en su interpretación.

3.2.1 Rudolf Laban

"El espacio dinámico, con sus maravillosas danzas de tensiones y descargas, es la tierra donde el movimiento florece. El movimiento es la vida del espacio. El espacio vacío no existe, entonces no hay espacio sin movimiento ni movimiento sin espacio. Todo movimiento es un eterno cambio entre condensar y soltar, entre la creación de nudos de concentración y unificación de fuerza al condensar y de la creación de torsiones en el proceso de sujetar soltar. Estabilidad y movilidad alternan sin fin."(Cardell Silvana. 2008, s, p).

Rudolf Laban, coreógrafo, filósofo y arquitecto precursor de la danza moderna alemana y creador de la Notación Laban y el sistema *Effort* y *Shape*; estos últimos en colaboración con Lawrence y Warren Lamb. Su legado más importante para la danza fue el análisis que le dedicó y registró para el movimiento, sus patrones y cualidades. El Laban Movement Analysis “EL

LMA” tiene cuatro categorías las cuales son: el cuerpo, la forma, el esfuerzo y el espacio⁴. Además, Laban descubrió como el movimiento podía expresar pensamientos, emociones y conflictos conscientes e inconscientes del ser humano aportando a la DMT estructura y nuevas maneras de integrar el movimiento con el individuo física y psicológicamente. Laban entregó herramientas para la creación e investigación del movimiento abriendo nuevos caminos para la danza y DMT.

Gracias a estos estudios del movimiento y la relación que se encontró entre la danza y las emociones, cuerpo y psique, Laban abre un mundo de nuevas posibilidades brindando bases a la creación, entregando a los coreógrafos algo más que contar o exponer en sus obras, llenarlas de una carga emocional. Este pensamiento, la maestra Pina Pausch y muchos otros lo tomaron en cuenta en sus herramientas de creación. También brinda y entrega unos cimientos muy fuertes para la relación entre la danza y la psicología, en este caso el psicoanálisis que se ve marcado por las teorías del inconsciente-consciente de Carl Jung y Sigmund Freud. El primero base fundamental para el movimiento auténtico de Mary Whitehouse y los mayores referentes teóricos para este proyecto de investigación-creación.

3.3. Danza Movimiento Terapia

Enlazando con el punto anterior, observamos que el hombre en toda su historia ha utilizado el arte como medio de comunicación, para expresarse e integrarse a su entorno, para explorar su mundo interior y relacionarse con el exterior. Es por esta razón que en el siglo XX la danza moderna

⁴ El LMA es un sistema capaz de describir las conexiones del cuerpo, la dinámica del movimiento producido por el esfuerzo muscular, la forma, la interpretación y la documentación del movimiento humano. Es una herramienta usada por bailarines, atletas, fisioterapeutas y es uno de los sistemas más utilizados en el análisis del movimiento del cuerpo humano de una manera parcial o global.

Sitio web:

http://redit.institutdelteatre.cat/bitstream/handle/20.500.11904/621/EE35CAS_Agust%C3%AD%20Ros_Laban%20Movement%20Analysis%20-%20Una%20herramienta.pdf?sequence=1

impactó y dio un giro a la danza clásica que se venía presentado. La danza moderna quiso retomar las emociones, las sensaciones, el movimiento fluido, ligero y natural.

La danza terapia es una vertiente o mejor aún, es descendiente de la filosofía de la danza moderna y la danza contemporánea así como lo propone Fleisman (2001) *“La danzaterapia surge espontáneamente como una práctica realizada por docentes de danza contemporánea con orientación expresionista en ámbitos relacionados con la salud mental, tanto en el ámbito hospitalario como clínica privada”* además de, *“El uso de la danza y el movimiento como herramienta terapéutica está enraizado en la idea de que el cuerpo y la mente son inseparables.”* (Fleisman. 2001, s, p).

La danzaterapia se desarrolla sobre los conceptos de la danza moderna y la danza contemporánea, poniendo el cuerpo humano en relación con un ser completo, es decir, una conciencia de cuerpo y alma, donde las emociones toman un papel principal en este movimiento. La danza terapia busca a partir del movimiento, liberar el cuerpo de tensiones, dolores, somatizaciones y mejorar la salud psicofísica de sus participantes. En esa búsqueda de liberación, el factor principal del trabajo es la autoconciencia, el conocer su cuerpo y sus emociones, el conocer nuestras reacciones y como nos enfrentamos a ellas. Además, la danza terapia sirve para el trabajo artístico o las investigaciones de movimientos basados en las emociones o las experiencias, así como lo afirma *Bartenieff* : *“el estilo del movimiento de cada individuo es una amalgama de su tipología congénita, las influencias psicológicas y el medio cultural. Propone respetar la originalidad expresiva individual. Ayuda a sus pacientes a hacer mejor uso de lo que traen en su propio repertorio de movimientos. Considera que si algunos de los esfuerzos descritos no aparecen en el movimiento es porque se haya disminuido, pero permanece presente, aunque muy parcialmente activado.”* (Citado por Fleisman. 2001, s, p).

La danza movimiento terapia (DMT) surge en los años 30 y 40 en Estados Unidos y paulatinamente va extendiéndose a otros países y nutriéndose de distintas fuentes de conocimiento. En 1966 bajo

la dirección de Marian Chance⁵. se fundó la *American Dance Therapy Association* (ADTA) . Los inicios en Europa están en La Gran Bretaña. En 1975 se fundó la *Association for Dance Movement Therapy United Kindon* y en 1985 el post grado de la *Hahnemann University* de Filadelfia se trasladó al *Laban Center* de Londres. En España, gracias a profesionales formados en el extranjero se fundó, en el 2001 la "Asociación Española de Danza Movimiento Terapia" (ADMTE). Actualmente, existen dos formas a nivel de post grado "Máster en Terapia a través del Movimiento y la Danza" y "Máster en Danza Movimiento Terapia", ambos en Cataluña. Hoy en día existe en muchos más países del mundo (América Latina, Asia, África y Australia).

La danza movimiento terapia pertenece al grupo de artes creativas en psicoterapia como también son: la musicoterapia, el arte terapia y el psico drama. Así, utilizando el movimiento como recurso terapéutico impulsa al individuo a encontrar su propia unidad psico-corporal. La metodología desarrollada por Laban sobre el análisis del Movimiento con el espacio, tiempo, energía y peso son herramientas muy útiles a la DMT.

Poco a poco se empezaron a desarrollar estudios y análisis de los beneficios de la práctica de la Danza Movimiento Terapia en la expresión creativa, generando nuevas líneas de acercamiento como lo es: "El Movimiento Auténtico" de Mary Whitehouse⁶, basada en sus estudios junguianos de la psicología profunda. La relación de cuerpo y psique se ven vinculados por el trabajo del inconsciente consciente de la técnica o método de la imaginación activa que desarrolló Carl Jung,

⁵ Marian Chance Una de las pioneras más importantes de la DMT, fue llamada por el prestigioso Hospital Federal St. Elisabeth de Washington D.C. para que trabajara con los pacientes de la unidad psiquiátrica. Chace tenía a sus espaldas veinticinco años de experiencia como profesora de danza dirigida a todas las edades, y su sensibilidad, intuición y creatividad eran muy reconocidas. A través de un movimiento empático y sincronizado transmitía al individuo un mensaje crucial: te acepto como tú eres y quiero estar contigo donde tú estás.

⁶ Mari Whitehouse. Nació en Norteamérica y en los años cincuenta se formó en danza moderna en Europa y combinando la danza creativa y sus estudios junguianos observó la conexión que había entre la expresión, el movimiento espontáneo y genuino que veía en sus alumnos, dando origen a lo que conocemos como "Authentic Movement". Así podríamos identificar esta técnica del "Authentic Movement" como lo que Jung definía como "active imagination", poniendo el énfasis en la comunicación no verbal, el movimiento.

en donde la búsqueda de sensaciones, imágenes, colores, olores y emociones en el inconsciente se ven expuestas o expresadas de manera simultánea por el consciente.

Desde el análisis de las teorías de la psicología profunda se abordan las psiques, el cuerpo, las emociones, el inconsciente del ser humano y se explica el término imaginación activa, de gran importancia, como lo expresa Jung: *“Dado que psique y materia están englobadas en un solo mundo y mantienen entre sí un contacto permanente... existe no sólo la posibilidad, sino incluso cierta probabilidad de que materia y psique sean dos aspectos diferentes de una misma cosa.”* (Jung citado por Ana Deligiannis. 2015, p,4). Base conceptual del movimiento auténtico de Mary Whitehouse. Estos estudios fueron realizados por diferentes pensadores y padres de la psicología profunda como lo son: Sigmund Freud y Carl Jung.

La psicología profunda busca el encuentro del inconsciente y a realizar un viaje profundo a este mundo desconocido y que muchos consideran inaccesible; busca el encuentro personal y la autoconciencia, hacer consciente lo inconsciente. Karin Fleischer citando a Jung *“Mi objetivo es crear un estado psíquico en el cual el paciente pueda comenzar a experimentar en su propia naturaleza, un estado de fluidez, cambio y crecimiento donde no existe nada que está eternamente fijo o petrificado sin esperanza”*. (Fleischer. 2019, s, p).

Jung también desarrolló una técnica conocida como “Imaginación Activa” que básicamente consiste en: la persona tome un papel receptivo y activo en el encuentro de diferentes componentes del inconsciente de la psique. Esta técnica de Jung se vuelve fundamental en el trabajo y desarrollo del movimiento auténtico que realizó Mary Whitehouse. Ella como bailarina y atraída por la psicología junguina tenía el interés de descubrir qué movía a la persona desde adentro. En esta búsqueda de formalizar un diálogo entre el inconsciente-consciente se basó en la técnica ya nombrada de Jung en la cual se incluye el cuerpo, el movimiento y las sensaciones físicas, ya que para ella el cuerpo es transmisor de la verdad *“El movimiento para ser experimentado tiene que ser “encontrado” en el cuerpo, no ser puesto desde afuera como un vestido o un saco. Existe en nosotros aquello que nos ha movido desde el origen; aquello mismo que nos puede liberar”* (Whitehouse 1963 / 1999, p.53.)

3.4 Movimiento Auténtico

"Estamos vivos porque nos movemos y nos movemos porque estamos vivos. En el sentido más profundo, movimiento es el flujo de energía que pertenece a todo lo vivo."

(Mary Whitehouse, 2013, p.1)

El movimiento auténtico es una técnica de la danzaterapia, creada por Mary Whitehouse. La idea principal de esta práctica es el encuentro con el yo interior y revelar a través del movimiento todas las sensaciones y emociones escondidas en nuestro inconsciente; esta técnica terapéutica busca ayudar a liberar las emociones y tensiones que podamos somatizar en enfermedades y dolores. El movimiento auténtico realiza un trabajo de auto reflexión cerrando los ojos y dejando que el movimiento fluya por el ritmo de nuestras emociones. Una cualidad de este trabajo es la recuperación de sensaciones o recuerdos olvidados, tales como alegrías, nostalgias, tristezas, dolores y angustias; no obstante, la idea de revivir esos recuerdos es enfrentarlos y liberarlos dejando una tranquilidad en el participante.

En la década 1960- 1970 Mary Whitehouse desarrolló esta técnica basada en las ideas de Carl G Jung (imaginación activa). Esta consiste en volver consciente al inconsciente, estas ideas son utilizadas por Whitehouse para la sustentación de su investigación en la danza terapia, así como lo afirma Waissman (2013) *"Una forma de trabajo que invita al inconsciente a manifestarse y que investiga la relación entre entrega y voluntad"* (p.1) de esta manera podríamos decir que *"Movimiento Auténtico es un trabajo de relación con el vacío, de entrega a lo desconocido"* (Waissman,2013,p,1); en otras palabras, la búsqueda en el interior, la investigación de un movimiento dirigido por el cuerpo donde la emoción y la psique se centran en experimentar sensaciones y expresarlas a través del movimiento y volverlas conscientes. Esa conciencia al movimiento o sentir el cuerpo, recibe el nombre de sentido cenestésico o también sentido

cinestésico⁷ tan importante como los otros sentidos que nos ayudan a percibir el mundo que nos rodea.

3.4.1 El mover.

En pocas palabras *el mover el cuál tomará el nombre de “ser-en-movimiento”* es la persona que se mueve en el espacio con los ojos cerrados haciendo un trabajo de escucha e introspección. Así como lo expone Adler citada por Antonia Dakou,

... “en el Movimiento Auténtico, con ojos cerrados y el enfoque hacia dentro, la intención del mover se dirige a permanecer presente, practicando el arte de la concentración. El mover aprende gradualmente a distinguir entre momentos de fusionarse con el movimiento, estar en diálogo con el movimiento y experimentar la unidad entre el sí mismo que se mueve y el testigo interior”. (Alder. 2002, p.23).

A fines de este proceso de investigación los *seres-en-movimiento* serán los bailarines, los cuales, fueron el medio para obtener las herramientas, movimientos y secuencias que utilicé para la creación de la pieza de danza, basado en las experiencias de cada uno, en relación con el tema elegido para este proceso de creación “relación de pareja”, evocando las sensaciones y movimientos que necesitaban expresar y que transitaron por sus cuerpos, en el diálogo con su testigo interior.

3.4.2 El testigo (observador externo)

⁷ Capacidad que permite ser consciente del movimiento muscular y de la postura. Al proporcionar información sobre músculos, tendones, articulaciones y otras partes del cuerpo mediante receptores, el sentido cinestésico ayuda a controlar y coordinar actividades, como pasear y hablar.

Diccionario Mosby - Medicina, Enfermería y Ciencias de la Salud, Ediciones Hancourt, S.A. 1999.

Sitio web http://www.esacademic.com/dic.nsf/es_mediclopedia/50427/sentido.

La función del testigo se ve relacionada en el movimiento auténtico como un terapeuta, el cual siempre está dispuesto para oír a sus pacientes sin prejuicios, sin juicios y estando atento a cada una de las situaciones, así como lo expone Adler en 1985 discípula de Mary Whitehouse *“escuchar, ofreciendo una cualidad específica de atención o presencia a la experiencia del otro ser”*

El testigo busca un espacio en el salón, toma una posición cómoda y se dispone a observar en silencio cada proceso o situación que suceda con el mover en cada una de las sesiones, además, de observar a la persona que se está moviendo, él también se encuentra en una observación interna de cada una de las emociones y sensaciones que le suceden, en resonancia por la experiencia que ambos están transitando. *“Ambos, ser-en-movimiento y testigo, inician su propio camino de autodescubrimiento y transformación, esta es una experiencia creativa que permite dar forma a algo que vivimos en el aquí y ahora, sea lo que sea”*. (Jordi Gil. 2018, s, p).

En esta investigación creación el testigo también cumplió la labor de coreógrafo, para la cual, siendo el testigo de este proceso, se me presentaron muchas posibilidades para encontrar insumos de creación, sobre todo, en la búsqueda de un lenguaje auténtico relacionado a la temática de este proceso de investigación.

3.4.2 Testigo interior

“El núcleo de la experiencia del movimiento es la sensación de mover y ser movido. Hay muchas implicaciones en ponerlo de esta manera. Idealmente, ambos están presentes en el mismo instante, y puede ser literalmente un instante. Es un momento de pleno darse cuenta, el encuentro de lo que estoy haciendo y lo que me está sucediendo. No puede ser anticipado, explicado, buscado específicamente ni repetido exactamente.”

(Betina Weisman citando a Mary Whitehouse. 2019, s, p)

El testigo interno como se ha nombrado en diferentes momentos de este proyecto es la base y, para mí, la raíz del movimiento auténtico. Además, fue un elemento básico y clave para este proceso de investigación-creación. El ser-en movimiento debe buscar una conexión consciente de su inconsciente para desarrollar la habilidad del testigo interior. Este proceso no es fácil y se debe entrenar sesión a sesión para encontrar ese estado de meditación consciente y dejando a disposición el cuerpo para dejarse mover y ser movido por sus sensaciones evocando imágenes, sonidos, emociones y experiencias las cuales fueron, posteriormente, expresadas por palabras o dibujos tanto por los bailarines y como por el coreógrafo.

Otra manera de entender el testigo interior es la relación o analogía que le hacen con la meditación, donde los bailarines buscaron ese estado de concentración y conciencia permitiendo que sus emociones, recuerdos y sensaciones relacionados al tema de investigación se hicieran presentes a través del movimiento.

El testigo interno fue el actor principal de las siguientes facetas o procesos de exploración e investigación que generaron los movimientos y lenguajes necesarios para la creación de la pieza musical.

4. MARCO METODOLÓGICO.

Esta investigación-creación se desarrolló en un lapso de cinco meses. El primer mes se utilizó en la búsqueda de información y de bases teóricas del movimiento auténtico, revisión de: videos, libros, artículos y escritos que se relacionaran con este proceso a fin de encontrar referencias y guías que me ayudaran a identificar los parámetros para esta indagación-creación,

el movimiento auténtico como herramienta para la exploración de un lenguaje corporal propio y la creación de una puesta en escena. En esta investigación, este periodo será nombrado primera fase.

En la segunda fase de la investigación, se realizaron un total de veinte (20) sesiones y se dividieron en tres etapas:

- Primera etapa -duración cuatro (4) sesiones-: consistió en generar un acercamiento a la práctica del movimiento auténtico, para desarrollar la habilidad del testigo interno que es de suma importancia y concentración para las intenciones que tuvo esta investigación-creación.
- Segunda etapa –duración diez (10) sesiones-: se emplearon para la realización o recolección de grabaciones de los encuentros y crear la “enciclopedia de movimientos” que utilicé para la producción de las secuencias.
- Tercera etapa -duración seis (6) encuentros-: socialización y análisis de las experiencias de la enciclopedia de movimientos, desarrollo de frases y esquemas de la puesta en escena y la grabación final proceso.

4.1 Enfoque de la Investigación

Se presenta una propuesta de investigación cualitativa, la cual busca la suma de factores naturales y el análisis de un todo.

“...no se trata, por consiguiente, del estudio de cualidades separadas o separables, se trata, pues, del estudio de un todo integrado que forma o constituye primordialmente una unidad de análisis y que hace que algo sea lo que es: una persona, una entidad étnica, social, empresarial o un producto determinado”. (Martinez,2004, p.66)

A través de la metodología de investigación cualitativa se analizó el proceso, los factores y componentes que aparecieron en éste, durante el cual estuve presente por medio de la observación activa de las vivencias que tanto los bailarines como quien escribe experimentamos y expresamos de manera simbólica, y que fueron recopiladas por las herramientas de recolección de datos que se explicarán en los siguientes puntos a desarrollar.

4.2 Tipo de Investigación

Ahora bien, para entender el tipo hermenéutico (el arte de interpretar) en la investigación cualitativa basado en el libro *Ciencia y arte en la metodología cualitativa*, se nos presenta como “*descubrir el significado conjunto de toda expresión de la vida humana*” (martinez,2004,p.69) en este caso será la interpretación y el análisis que se le dio a los movimientos de los bailarines y el uso de todas sus expresiones para desarrollar y resolver esa pregunta problema de mi proyecto “*¿Cómo generar un lenguaje propio a través del movimiento auténtico, para la creación de una puesta en escena bajo una temática específica (relaciones de pareja)?*” y de esta manera, llegar a la solución y o resultado de esta hipótesis, generando por medio de todas las herramientas de recolección de datos, las bases suficientes para la creación de un lenguaje propio a favor de una pieza coreográfica.

4.3 Estrategias.

La observación activa -participativa es una de las herramientas básicas y primordiales de la investigación cualitativa, para ello es necesario estar en el contexto, ser un miembro más de la comunidad o adentrarse de manera participativa y convivir en el desarrollo de la investigación. En relación a este proceso de indagación por medio del movimiento auténtico, fui el testigo y coreógrafo, de tal manera estuve presente en cada sesión, es decir, en contexto, observando de manera activa y diligente. El uso de las bitácoras (ver anexos 1) y las grabaciones de video de las sesiones (ver anexos 2 y 3) se sumaron a estas estrategias de observación participativa, las cuales, me ayudaron en la indagación eficaz para este tipo y enfoque de investigación.

4.4 Población.

Para este proceso de investigación creación trabajé directamente con dos bailarines de la ciudad de Medellín con una larga experiencia en el movimiento y la danza contemporánea. Los dos bailarines hacen parte de la compañía H3, que se desenvuelve en la ciudad por más de ocho años.

Ellos, Leidy Johana Gonzáles Rojas y Daniel Salazar Zuluaga los cuales con su aceptación de trabajar en este proceso de investigación creación, se sintieron identificados con el tema o tópico de las relaciones de pareja, ya que, hablando con ellos y compartiendo en la cotidianidad habíamos conversado sobre las diferentes situaciones que cada uno había experimentado en sus relaciones. Los escogí, por su larga experiencia en la danza y la más importante para esta investigación las experiencias vividas en sus relaciones sentimentales.

Al presentarles la idea del proyecto se sintieron intrigados en la posibilidad de investigar el movimiento desde una perspectiva diferente y en descubrir cómo el movimiento auténtico nos ayuda a desarrollar y crear un lenguaje para la pieza coreográfica.

En este proceso de investigación-creación, la búsqueda de los resultados y la recolección de datos o insumos se logró a través de la exploración del movimiento auténtico. La población implicada no solo fueron los bailarines, sino también el coreógrafo; que como se ha explicado en los puntos antecedentes se representan roles distintos, los primeros tomaron el papel de los seres-en-movimiento (movers) y el coreógrafo a su vez se desempeñó como testigo. Todos estuvieron en observación y análisis constante tanto desde el testigo externo (observador o coreógrafo) como desde el testigo interno.

5. PROPUESTA DE CREACIÓN.

“El movimiento auténtico/DMT es un abordaje corporal/simbólico que ayuda a desarrollar la escucha profunda del cuerpo, a la vez que brinda un espacio para establecer un diálogo creativo con el material que aflora durante la sesión de movimiento”
(Pinto Daniela, 2019, s, p).

El movimiento auténtico, como ya se dijo busca la conexión del inconsciente-consciente para expresar por medio del cuerpo y el movimiento las sensaciones, imágenes, y emociones que habitan en nuestro interior. Son expuestas por unos elementos primordiales: el testigo interno, el ser-en-movimiento y el testigo u observador participativo.

Parte fundamental de la creación de esta pieza coreográfica fue la búsqueda de un lenguaje corporal propio basado en una situación o temática “la relación de pareja” y el deseo que el material creativo inicial se obtuviera con el movimiento auténtico.

El proceso creativo se realizó en tres momentos, en los cuales se trabajó de lo micro a lo macro desarrollando inicialmente las bases de investigación a partir del movimiento auténtico, tales como: el entrenamiento del testigo interno, la creación de la enciclopedia de movimientos y secuencias, y finalmente, la creación de la estructura, desplazamientos y dinámicas de la pieza coreográfica

5.1 Sesiones de la Investigación -Creación

Para este proceso de investigación creación utilicé cinco meses, los cuales los dividí en dos fases.

La primera fase o planificación, la dediqué a la recolección de información, a la indagación y a la organización de las bases o métodos que empleé para el desarrollo de este proyecto basado en el movimiento auténtico; que fue el medio de exploración y la esencia de esta pieza coreográfica. Dicha fase tuvo una duración de un mes en la cual leí y me reuní con mi asesora para centrar las ideas y enfocar la investigación.

La segunda fase tuvo mayor duración y arduo trabajo. Se centró en la búsqueda de movimientos y la creación de secuencias para la pieza coreográfica. Esta se subdividió en tres etapas, establecidas en veinte sesiones o encuentros. Cada encuentro tuvo una duración de dos horas.

- La primera etapa contó con cuatro sesiones, las cuales se utilizaron para el entrenamiento y el acercamiento al movimiento auténtico, principalmente al desarrollo de la habilidad del testigo interno.
- La segunda etapa se basó en la búsqueda de sensaciones, imágenes y movimientos que conformarían nuestra, “enciclopedia de movimientos”, partiendo de la primicia “**el fallecer de una relación**”, y llenarían nuestras bitácoras de experiencias y recuerdos, la cual fue una de las herramientas fundamentales para la recolección de datos e información a fin de desarrollar la pieza coreográfica. Para esta instancia se utilizaron diez sesiones, en las cuales se incluyeron algunos momentos de socialización y reflexión; así las experiencias vividas en ellas dieron el impulso para la creación de unas pequeñas frases y secuencias de movimiento.
- Para finalizar, en la tercera etapa tuve a disposición seis (6) sesiones y me enfoqué en la realización de fraseos coreográficos, construcción de secuencias, estructura y dramaturgia de la pieza coreográfica.

5.2 Entrenamiento testigo interno. (Primera Etapa)

En estas primeras sesiones hablé con los bailarines y les expliqué en qué consistía el movimiento auténtico, como lo iba a usar en este proceso de creación y, además, dar las pautas de cómo abordar desde la quietud y el silencio el trabajo de los impulsos para evocar por medio del movimiento todas las sensaciones, imágenes, y emociones que se hicieran presentes en los encuentros y fueran relacionados a la temática **“el fallecer de una relación”** del proyecto de investigación-creación.

Para este momento, simplemente dejé a los bailarines ubicarse en el espacio, tomar una posición cómoda en el suelo, con los ojos cerrados y en silencio, como lo expone el trabajo del Movimiento Auténtico. Les di la indicación de mantener su pensamiento lo más tranquilo posible, ser sinceros con lo que les sucediera, las sensaciones, los recuerdos o el movimiento, y dejar que fluyera de forma natural. Teniendo en cuenta que era nuestra primera sesión, el movimiento no tenía que aparecer o ser el fin, lo importante era generar el acercamiento de los bailarines a este estado consciente del inconsciente **“testigo interno”** entrenarlo e identificar todas las reacciones que se presentaran **“impulsos”** y permitir que el movimiento, las imágenes, sensaciones y recuerdos se hicieran presentes en esta primera etapa del proceso. Al finalizar cada sesión, escribíamos en las bitácoras y, de esta manera, entrenamos poco a poco la habilidad y desarrollamos un estado de concentración y contemplación que nos entregaba la vivencia desde el movimiento auténtico como testigo interior (ver anexos 2).

Todas las sesiones eran grabadas con 2 (dos) cámaras (deportiva nilox mini wifi, con resolución 4k y cámara del portátil hp con doce (12) megapíxeles de resolución) ubicadas en puntos específicos del salón, las tomas se hicieron en un plano general de los bailarines y así tener mayor rango de grabación en el espacio y capturar todos los desplazamientos, dinámicas y niveles que surgían en las sesiones.

5.3 Enciclopedia de movimientos. (Segunda Etapa)

La enciclopedia de movimientos fue una herramienta de investigación y base fundamental para la creación de la pieza coreográfica. Gracias a este instrumento tuve la posibilidad de

revisar las grabaciones realizadas en las sesiones de exploración e identificar y analizar momentos de los bailarines que me conectaron y me impulsaron a acrecentar en esta etapa del proceso creativo (ver anexos 3). Este término, nace a partir de la necesidad de contar con una base de datos de cada una de las sesiones y un archivo; que fuera revisado frecuentemente de la misma manera en la que buscas en una enciclopedia para encontrar las respuestas a las preguntas. Sin embargo, esta búsqueda se basó en identificar y recordar experiencias, imágenes, atmósferas y recuerdos de encuentros anteriores que necesitaba desarrollar con los bailarines y, posteriormente, contribuyeron a la creación del lenguaje corporal, las secuencias y estructura que utilicé para la pieza coreográfica.

5.4 Construcción y estructura de la pieza coreográfica. (Tercera Etapa)

En esta fase final de la investigación-creación utilicé todas las herramientas de recolección de datos creadas: la enciclopedia de movimientos y la bitácora de experiencias. Cada una de ellas se fue habitando por los sucesos, momentos, dinámicas y atmosferas que se nos presentaron en los encuentros, de las reflexiones y los análisis de los bailarines y el coreógrafo que se compartieron al final de las sesiones.

Para la construcción de las secuencias de movimientos y las frases de la obra me ayudé mucho de los videos (ver anexos 4). En los cuales observé momentos y movimientos que me interesaron acrecentar; me acerqué a cada uno de los bailarines y les mostré los momentos seleccionados de las primeras sesiones de exploración y a través de una relación del mover con el testigo interno permitir que emergieran acciones o movimientos más grandes, sensaciones y nuevas dinámicas. Posteriormente, comencé a integrar esas primeras frases de la misma manera que un artesano teje fibra por fibra para realizar su obra.

En ese punto del proceso de tejer movimiento por movimiento los bailarines tenían la libertad de proponer sus acciones basados en las sensaciones vivenciadas durante las primeras sesiones de exploración y apoyadas en las imágenes, dibujos y escritos.

En cada una de las sesiones aparecieron desplazamientos e imágenes que me sirvieron de guía a la hora de realizar la estructura de la obra y los elementos que incorporé. Todo esto se dio de manera natural, entregándome insumos e ideas para la obra. En una sesión les pedí a los bailarines taparse los ojos, simplemente para generar una mayor concentración y esta actividad me arrojó una imagen que luego utilicé para la segunda escena de mi pieza coreográfica. Uno de los bailarines se quedó estático e inmóvil mientras el otro se movía a su alrededor con una sensación de angustia, este momento resonó en mí y me recordó una vivencia personal. La imagen representaba una especie de pared inmóvil e insensible que llevaba a la desesperación.

Luego de crear unas secuencias o frases, comenzó la parte final de organización y relación de una secuencia de eventos que tejieron una especie de historia relacionada con el tema central: *La relación de pareja*. Paralelamente, surgían elementos que ayudaban a visualizar la puesta en escena, la música y una posible iluminación.

Basado en las dinámicas de cada una de las sensaciones o la interpretación que los bailarines le dieron o expusieron en las prácticas del movimiento auténtico, fui acomodando una a una en el orden que más encajaba en mi pieza coreográfica. Como en muchos procesos de creación, basado en el ensayo y error, poco a poco fui encontrando la mejor manera de presentar la temática de mi obra. De una manera u otra quise expresar esos momentos que podemos vivir en una relación de pareja, donde uno de los involucrados quiere acabar con todo, porque quizás ya no existe ese fuego que existió antes y el otro no es lo suficientemente fuerte y asertivo para terminar con ese círculo tóxico en el que se convirtió tu relación.

Los elementos de la pieza coreográfica nacieron de las sesiones de investigación a través del movimiento auténtico, el tapar la cara de uno de los bailarines mientras el otro bailaba, el amarrar sus manos para simbolizar esa cárcel o atadura que se puede convertir la relación de pareja. Esta última idea nació en una sesión donde los bailarines se tomaron de las manos y nunca se soltaron mientras se movían por el espacio; dejándose llevar por el impulso del movimiento auténtico. En ese momento esa imagen y sucesión de movimientos me llevaron a escribir e imaginar ver a los dos bailarines atados de las manos para representar ese símbolo de atadura que se convierte una relación.

Para elegir la música tomé la decisión de manera muy personal y a través de las sensaciones que pude vivir durante las sesiones, mientras fui el testigo. Éstas me llevaron a recordar unas piezas de tango de Astor Piazzola las cuales he bailado. Busqué varias canciones y empecé a probarlas con las sensaciones, movimientos de los bailarines y secuencias que habíamos desarrollado hasta ese momento, entregándome a dos canciones “Soledad” y “Oblivion” con las cuales nos identificamos tanto los bailarines, las frases, los movimientos, las dinámicas y yo. Al elegir las canciones y al entrelazarlas con las secuencias de movimientos creadas, pude encontrar más fácil el orden o la estructura, me dio el hilo conductor de la pieza coreográfica.

En última instancia aparece el vestuario, el cual elegí utilizar ropa corriente, y de esta manera representar el contexto y la posibilidad de que las personas se identifiquen con la cotidianidad de la relación de pareja.

5.5 Reflexión Sobre el Proceso Creativo

La reflexión de esta investigación-creación, en la cual, se experimentó e implementó las bases del movimiento auténtico, para la exploración de un lenguaje corporal propio y expresarlo en una pieza coreográfica basada en la temática de una relación de pareja. Quiero hacerla desde dos puntos de vista, los beneficios y los contras que presencié y experimentamos en todo el trayecto de esta investigación. Además, analizaré punto por punto el proceso creativo, exponiendo las experiencias de los bailarines y las mías, ya que, este proceso creativo se basó en un trabajo en conjunto donde todos los participantes aportaron apreciaciones y elementos para la creación de la pieza coreográfica, además por medio de las preguntas abiertas (ver anexos 5), las cuales se hicieron para identificar la viabilidad y la opinión de los bailarines en relación al uso del movimiento auténtico como herramienta de creación. Entregando unas pautas o posibilidades que puedan guiar a otros coreógrafos y bailarines al enfrentarse a la construcción de obras de danza o a las investigaciones a través del movimiento.

5.5.1 Testigo Interno. (Primera Etapa)

Para el inicio del proceso creativo, como ya lo he nombrado, el primer paso fue el entrenamiento del testigo interno, como fundamento del Movimiento Auténtico y base de mi investigación. Era necesario desarrollar en los bailarines este estado de inconsciente-consciente, el cual se ha nombrado reiteradamente. Para ello, realicé cuatro sesiones en las que trabajamos en la búsqueda y el acercamiento a este estado de conciencia que requiere el testigo interno como lo expone Betina Weisman:

“Estamos "siendo movidos" manteniendo una presencia consciente, diferente del control, satisfactoria y plena fruto de la unión entre entrega y voluntad. Experimentamos la confianza de entregarse a un movimiento sin necesariamente saber por qué, para qué, ni cómo seguirá en el momento siguiente. Simplemente dejándonos llevar y habitándolo en su desdoblamiento.” (Weisman, 2019, s, p).

Al ubicarnos en el espacio del salón los bailarines y yo, tomamos una posición cómoda y tranquila, como lo expresa o lo indica el trabajo del Movimiento Auténtico; en este momento los bailarines simplemente debían sentir y escuchar su cuerpo dejando a un lado la necesidad de moverse por medio de la razón y permitiendo que el cuerpo fluyera con las sensaciones internas.

Con esas bases y la premisa de la temática de la pieza coreográfica (el desfallecimiento de la relación de pareja). En estas primeras sesiones, los bailarines se quedaron en momentos largos de quietud y en algunos casos ellos se durmieron, al hablar con ellos en la retroalimentación de la sesión me expresaron que era muy difícil comprender o escuchar su cuerpo, que pensaban demasiado y esto les impedía concentrarse en la actividad o como lo expresó el bailarín Daniel Salazar en una de nuestras socializaciones: *“Mi mayor dificultad fue encontrar la manera de balancear las sensaciones con el movimiento, lograr que permaneciera siempre una sensación como motor de movimiento”*.(2018, s, p).

“Sentir mi interior y reconocer mis emociones fue la mayor dificultad ya que poseo cierto control sobre ellas, calmar la mente para que el cuerpo se conectara con lo que sentía y con el movimiento fue un momento de paciencia, querer hacer mucho sin necesidad o querer hacer poco sin dejarse afectar realmente del momento y de la oportunidad” (Gonzales Leidy, 2019, s, p).

Esa posibilidad ya la había contemplado. Sabía que los primeros momentos o prácticas de esta actividad iban a ser muy difíciles, y más aún si somos bailarines físicos, es decir, que nos basamos en el cuerpo y nos movemos a través de la conciencia kinestésica. Encontrar ese estado de meditación activa es un proceso que se debe entrenar y desarrollar paso a paso *“la diferencia entre movimiento que es dirigido por el ego - yo me estoy moviendo -y movimiento que viene del inconsciente - estoy siendo movido.”* (Chodorow citada por Betina Weisman, 2018, s, p).

En las siguientes sesiones, el testigo interno o ese estado inconsciente-consciente determinante para el desarrollo de la investigación, empezó aparecer, generando movimientos sutiles y sensaciones en los bailarines. Cada encuentro empezó a entregar calidades y unas dinámicas en ellos, que poco a poco se fueron notando con más frecuencia y constituyeron las bases para la búsqueda de ese movimiento y dinámicas que conformarían la coreografía. Como lo expresa Janet Adler:

“Para regresar al centro, desde la fuente de la energía personal o transpersonal, o desde una experiencia de regresión o egresión, subyacente a las diferencias, el fundamento básico permanece siendo el mismo en Movimiento Auténtico. Con una capacidad creciente de concentración, de escucha del impulso interior, el que se mueve aprende a reconocer el canal en que la energía creativa o auténtica fluye. Así, cada movimiento, no importa cuán pequeño sea, pasa a ser percibido, situado y ordenado de manera impecable. Honrar este conocimiento contiene el poder transformador de este trabajo. Tanto en el trabajo personal como transpersonal el que se mueve aprende a permitir y aceptar la temprana experiencia de caos, de formas irracionales en su cuerpo o imaginación, del no saber.” (Janet Adler citada por Betina Weissman. 2016, p, 3.)

De esta manera, me di cuenta que cada sesión le permitía a los bailarines mayor concentración y más presencia del testigo interno, es decir, entre más se practicaba mayor facilidad de sentir y ser movido por las sensaciones. Todos estos momentos y avances se notaron no solo en el movimiento, si no también, en las bitácoras y las socializaciones al final de cada uno de los encuentros. Había más participación, recuerdos y diferentes imágenes que me ayudaron a la creación de las secuencias y dinámicas.

En lo personal, como testigo observador también pude evidenciar el desarrollo de mi testigo interno. Cómo poco a poco identificaba la resonancia de las sesiones en mi ser, ellas se expresaban

por medio de escritos, versos, poemas e imágenes en la bitácora con mayor facilidad, evocando recuerdos y momentos relacionados a mi experiencia en el tema elegido para esta pieza coreográfica, las cuales eran confusas en el inicio de los encuentros y entender que mi mirada era un acompañamiento, no un análisis de lo que sucedía y permitir que mis sensaciones se expresaran con naturalidad. Esto apareció con la práctica y el transcurrir de los encuentros.

“Los testigos describieron sensaciones corporales que fueron experimentadas como respuesta al movimiento observado. A veces resulta difícil distinguir si se refieren a una sensación corporal o a una respuesta emocional” (Antonia Dakou y Diana Fischman, 2015, p. 37, máster investigación DMT)

Ahora haciendo el análisis del beneficio y las posibilidades que me brindó el testigo interno, creo que fue de gran importancia esta herramienta de trabajo, ya que nos regaló, tanto a mí como a los bailarines, la posibilidad de experimentar sensaciones, emociones y estados que estaban en nuestro ser, guardados y que no nos atrevíamos a exponer o dejar salir de una manera consciente.

Por medio de estas experiencias pudimos enriquecer nuestra interpretación desde el papel del bailarín y desde la visión del coreógrafo *“Descubrir diferentes maneras de moverse ofreciendo así diferentes dinámicas de movimiento que favorece a la pieza coreográfica” (Leidy Gonzales, 2019, s, p)*. Nos brindó otra manera para explorar nuevos movimientos. El testigo interno entregó una ocasión de abordar la danza y la creación de una manera diferente, desde la experiencia vivida en este proceso. *“Darle un sello personal más marcado y único, plasmar algo más que solo movimiento, lograr una conexión más fuerte entre los bailarines que desarrollaran la pieza” (Salazar, Daniel. 2018, s, p)*. Nos dio la oportunidad de crear desde la sensación del movimiento, entregando así una carga emocional que fue la base de las siguientes secuencias a desarrollar *“Permiten escuchar tu ser interior para expresar con el movimiento tus emociones, que te hacen sanar de una manera para llevarlos a una creación coreográfica de manera auténtica con un único propósito de mostrar un sentimiento, una situación, un problema, una resolución que tienes guardada en tu interior”*. (Gonzales, Leidy. 2019, s, p). Esta manera de iniciar una coreografía fue diferente a lo que he vivido en otros procesos de creación, que primero aparece el movimiento y

luego la carga emocional dejando al bailarín en un pequeño limbo mientras lo va afianzando y descubriendo.

Hablando de los beneficios del testigo interno, éste le entrega al bailarín y al coreógrafo una herramienta de entrenamiento de la interpretación y de investigación desde una perspectiva diferente a la que se ha trabajado de manera convencional. Hay ejercicios o actividades de entrenamiento para la danza que buscan explorar por medio del movimiento, las emociones y sensaciones que estamos viviendo o que se necesitan para una obra de danza, pero allí las desarrollamos o las trabajamos desde la razón o como lo he nombrado antes desde lo físico dejando a un lado la expresión genuina; quitando la posibilidad de explorar nuevos movimientos, que aparezca lo desconocido, que se exprese el inconsciente en el movimiento. El movimiento auténtico lleva a explorar lugares inhóspitos de cada uno, sea como terapia o como exploración para la creación de movimientos y lenguajes, nos saca de ese lugar de confort en el cual hemos situado.

“Gradualmente, a lo largo de un proceso sostenido en el tiempo comienza a tomar forma aquello que habita en los territorios inexplorados del mundo interno: movers, imágenes, voces, sonidos emergen (las necesidades de su cuerpo y de su alma) y se abren camino, encontrando expresión en el afuera” (Pinto Daniela, 2018, s, p).

La mayor dificultad o contra que tuve con el testigo interno, en este proceso de creación, fue la inversión de tiempo para el acercamiento del desarrollo de esta habilidad. Yo lo intenté en las primeras cuatro (4) sesiones y en los siguientes encuentros, aún, se evidenciaba en los bailarines la dificultad para concentrarse y dejarse mover. Viendo el conflicto de los bailarines para dejar fluir el movimiento opté por intentar diferentes actividades para mejorar esa concentración, una de ellas fue tapar sus ojos para generar un ambiente más íntimo para que se sintieran más tranquilos y cómodos. Por otro lado, los ensayos o encuentros eran a las seis (6) de la mañana y esto llevaba a los bailarines a dormirse, para resolver esta dificultad empecé a realizar un calentamiento o activación corporal en cada encuentro, y así los bailarines se concentraban y desarrollaban mejor la labor del testigo interno. Este proceso fue algo lento y un poco preocupante para mí, pero en pequeños destellos aparecieron balanceos, movimientos diminutos, pero interesantes, que sesión tras sesión ganaron amplitud, rango y fuerza.

En resumen, el testigo interno fue una herramienta muy interesante en este proceso de creación. Por medio de él pude investigar, desarrollar y crear un lenguaje corporal para la pieza coreográfica. Y aunque tuve dificultades, la mayor fue: la necesidad de desarrollar la habilidad básica del testigo interno “inconsciente-consciente” que lleva mucho tiempo y constancia. Sin embargo, en cada sesión y con las diferentes actividades que utilicé, los bailarines fueron adoptando esta habilidad progresivamente. Así mismo, en un principio, no apareció el “dejarse mover” en los bailarines, pero sí encontraban imágenes, sensaciones y recuerdos que fueron escritas en la bitácora de experiencias que también hicieron parte de la creación de la pieza coreográfica.

5.5.2 Enciclopedia de movimientos. (Segunda Etapa)

La enciclopedia de movimientos fue necesaria e indispensable para este proceso de creación, y muy beneficiosa en esta etapa de la investigación. Esta se basó en el registro de las grabaciones en video de cada sesión y de esta manera, aprovechaba los momentos espontáneos de movimientos que de una u otra manera parecían efímeros, fugaces o que difícilmente podrían ser replicados más adelante si no hubieran sido guardados en esta especie de base de datos. Todo este proceso de recolección de movimientos estaba muy de la mano o literalmente entrelazado al testigo interno; que como se comentó en el punto anterior, se tomó más sesiones de las pensadas para que los bailarines desarrollaran dicha habilidad. Las sesiones fueron grabadas desde el primer encuentro, donde le expliqué a los bailarines “ser-en-movimiento” las pautas de la práctica del movimiento auténtico y la temática de esta investigación-creación “El fallecer de una relación” para enfocar cada una de nuestras sesiones a este fin, así cada una de las grabaciones de los movimientos que sucedían estaban direccionados a la premisa de la temática de la pieza coreográfica y fueran insumos en la enciclopedia de movimientos.

Quizás una de las dificultades que tuve en la recolección de los movimientos para la enciclopedia fue que a veces las cámaras no tomaban los movimientos pequeños, o se veían muy poco a la hora de estudiarlos o revisarlos generando una dificultad; quizás dejé pasar un movimiento interesante por la poca visibilidad.

La enciclopedia de movimientos fue una herramienta indispensable para los objetivos de este proyecto y creo que sería un instrumento de gran ayuda para cualquier proceso creativo, ya que da la posibilidad de revivir momentos, ensayos, transiciones y movimientos que a veces dejamos pasar. De esta manera, se puede poseer mayores insumos o elementos para el proceso de creación.

5.5.3 Construcción y estructura de la pieza coreográfica

El objetivo de crear una pieza coreográfica a partir del movimiento auténtico fue un reto y una experiencia enriquecedora. Siento que es un método interesante de exploración para la danza, brinda una oportunidad única a la hora de la creación. Cada uno de los elementos, transiciones y ambientes de la pieza surgieron a través de las sesiones, las grabaciones y escritos de las bitácoras. Estos insumos recolectados en la enciclopedia de movimientos y bitácora en primera instancia eran la base de exploración, la materia prima, para la creación de las secuencias. Las sensaciones, los pequeños movimientos y los recuerdos encontrados entrarían a una fase de desarrollo a través del movimiento, es decir, desde la danza empezamos a reescribir estos elementos, con un lenguaje corporal único de cada uno de los bailarines, profundizamos en las sensaciones y la llevamos a un lenguaje artístico, un movimiento danzado. Cada sesión me entregó una sensación o una idea a desarrollar y desde mi posición como testigo (observador) y coreógrafo viví momentos interesantes cuando los bailarines generaban pequeñas secuencias o movimientos. Permanecía muy atento por medio de mi testigo interno de la atmósfera que se generaba en el salón. Visualizaba escenas o posibles ideas para la dinámica de la pieza coreográfica, las cuales apuntaba en la bitácora para luego desarrollarlas con los bailarines y darles más fluidez y contundencia a los movimientos. Estos apuntes, sensaciones, dinámicas y escenas que resonaron en mí, en las sesiones del movimiento auténtico, fueron el primer escalón para la creación de la pieza coreográfica, me inspiraron a

entrelazar los movimientos, los momentos y las imágenes que quería exponer en la coreografía. Esta primera fase de recolección paso por mí curaduría, en el rol de coreógrafo, decidí que elementos profundizar con los bailarines en la fase de la construcción, teniendo en cuenta que todos estos componentes seleccionados de la biblioteca de movimiento y las bitácoras estaban estrechamente ligados a la temática “el fallecer de una relación” de la de la pieza coreográfica **“CAMINO AL OLVIDO”** desde esta premisa y el proceso de las sesiones del movimiento auténtico, aparecen todos los elementos bases a profundizar, explorar y exponer en un lenguaje corporal, para ello, en los encuentros de la construcción de la secuencias, tomaba mí bitácora, el video que había seleccionado, revisaba la fecha de esta sesión con los apuntes de los bailarines en sus bitácoras y basados en los escritos de cada uno nos sumergíamos en un momento de silencio y quietud para realizar una sesión del movimiento auténtico, luego, esas nuevas sensaciones o movimientos, en silencio, se escribían en la bitácora, y estos fueron reescritos a un lenguaje corporal, un movimiento danzado, creando de manera personal e individual secuencias inspiradas en esta sesión. Estas secuencias creadas de manera aislada, las tomé, las combine y las entrelace para formar, poco a poco, las estructuras y secuencias que conformarían y crearían la pieza coreográfica. Durante esta etapa del proceso de creación y el desarrollo de las secuencias a través del ejercicio del movimiento auténtico, utilicé una propuesta de Adler⁸ que consistió en dividir una sesión en dos (2) partes. La primera se basaba en ubicarse en el salón y dejar que el movimiento apareciera, las sensaciones, imágenes o emociones a través del testigo interno, para luego apuntar esas experiencias en la bitácora; la segunda parte, consistía en desarrollar el movimiento que se había expuesto en la primera parte o expresar lo escrito en la bitácora a través del movimiento.

En ese momento los bailarines ya tenían una mayor conciencia del trabajo del testigo interno y esto facilitó el trabajo para la creación de la pieza.

Una parte muy interesante de esta experiencia fue el ver a los bailarines poco a poco desarrollar movimientos y dinámicas en ese estado de meditación activa del testigo interno, y ver como esa

⁸ Janet Adler, alumna de Mary Whitehouse precursora del movimiento autentico, fundadora y directora de la primera escuela del movimiento autentico, el Mary Starks Whitehouse Institute, escritora e investigadora de esta práctica.

energía o resonancia se hacía presente en mí, brindando imágenes o conceptos a desarrollar en mi creación. Un ejemplo de ello es: la obra inicia y se desarrolla con un desplazamiento circular en relación a las manecillas del reloj, y visualizar el transcurrir del tiempo, y la transformación que sufren las relaciones de pareja. Esta iniciativa no nació intencionalmente, en una sesión el bailarín Daniel empezó a caminar por el salón dibujando un círculo durante su desplazamiento, mientras Leidy, la otra bailarina, se quedó situada en el centro del dibujo circular. Ambos se encontraban trabajando por medio del testigo interno y no hubo una previa indicación simplemente este suceso se hizo presente, así que lo adopté y desarrollé como el transcurrir del tiempo y de la relación en la pieza coreográfica.

De la misma manera, otros momentos me generaban ideas, posibles luces y efectos que podría utilizar para enriquecer mi pieza coreográfica, las cuales no se observan en el video de la muestra final, todo este proceso de creación e investigación va muy de la mano del análisis y la observación. Como lo expone Martínez en su libro *Ciencia y arte en metodología cualitativa*:

“Toda investigación, de cualquier enfoque que se trate (cualitativo o cuantitativo), tiene dos centros básicos de actividad. Partiendo del hecho que el investigador desea alcanzar unos objetivos que, en ciertas ocasiones, están orientados hacia la solución de un problema, los dos centros fundamentales de actividad consisten en: 1. Recoger toda la información necesaria y suficiente para alcanzar esos objetivos, o solucionar ese problema. 2. Estructurar esa información en un todo coherente y lógico, es decir, ideando una estructura lógica, un modelo o una teoría que integre esa información.” (Martínez, 2004, p. 66).

Esta frase resume el proceso de investigación-creación por el cual pasé para llegar al objetivo final de este proyecto el cual se basó en la teoría de la investigación cualitativa de tipo hermenéutico explicada en puntos anteriores. Al compararla con la labor que realicé como testigo (observador) y coreógrafo, se remarcan los dos puntos de la cita anterior, la recolección y la estructuración. Identificando la recolección de información con el proceso de las primeras sesiones y el testigo interno, y la estructuración, con la tercera etapa del proceso creativo para la construcción de la pieza coreográfica. En ésta, se tomó toda la información recolectada, se analizó y se ordenó coherentemente en la coreografía, tomando los movimientos y dinámicas pertinentes para el propósito de la investigación.

Este proceso de estructuración de la obra se dio de manera particular. En cada sesión me encontré con sensaciones y desplazamientos que resonaban en mí y en el proceso de análisis de toda la información que ya tenía. Esos movimientos, desplazamientos y dinámicas se tornaron importantes para el objetivo de este proceso.

La obra empieza con la pareja caminando, tomados y unidos de las manos de manera simbólica al compromiso de una relación, avanzan de manera circular por el espacio en sentido de las manecillas del reloj para representar el transitar del tiempo; ese que empieza a desgastar la relación. Los movimientos del inicio son coordinados, sutiles, con armonía, generando complicidad, apoyo y acompañamiento el cual, progresivamente, se va tornando tosco, pesado, inestable y descoordinado para representar esas diferencias que llegan por ese pasar del tiempo. Los movimientos o secuencias son repetidas, pero la diferencia está en la transformación de la dinámica, la tensión y la fuerza que representa el inicio del desfallecimiento de la relación que poco a poco va rotando en **“Un camino al olvido”**. Este orden que le di a las secuencias, estos cambios de dinámicas, las repeticiones de la estructura, la inestabilidad y la fuerza que representa los intentos, la lucha, las diferencias y el desgaste del tiempo, son decisiones que tomé como coreógrafo desde una visión artística y estética de lo que quería exponer y representar en mi pieza coreográfica, sin embargo, estas determinaciones nacen de la resonancia que experimenté en las sesiones del movimiento auténtico. Como testigo de las sesiones y observador activo de la investigación, algunos recuerdos, imágenes y sensaciones se hacían presente, luego, los anotaba en la bitácora para no olvidarlos y desarrollarlos en la fase de la creación coreográfica, estos apuntes al releerlos me regalaban una visión, una idea a desarrollar y profundizar con los bailarines en el proceso creativo de las secuencias, utilizando las estrategias y herramientas mencionadas en los párrafos anteriores. Todo estos componentes que use para la investigación-creación de un lenguaje corporal a través del movimiento auténtico me llevaron a estas decisiones y la creación de la pieza coreográfica.

Las canciones que elegí para la coreografía son tangos, en una versión instrumental para cuerdas del compositor Astor Piazzolla. La música del tango “habla” y muestra por medio de sus sonidos y su composición el tema de la obra (el desfallecer de una relación de pareja).

5.6 Consideraciones Éticas

Los bailarines participantes brindaron su consentimiento y disposición para el desarrollo de las actividades y prácticas del movimiento auténtico que son tan personales. En sus bitácoras expresaban todas sus sensaciones, recuerdos y emociones que surgían de estas. En la socialización al finalizar cada práctica del movimiento auténtico y el escrito en sus agendas, hablamos y compartíamos todo este cúmulo de experiencias. Cada uno tomaba la palabra si así lo deseaba y compartía un suceso en el encuentro. Todo esto, nos ayudó a terminar de depurar y liberar las cargas que se presentaron en el desarrollo de la actividad y de esta manera, poder enfocarlo al trabajo artístico y a la puesta en escena. La importancia de las socializaciones fue, además de darnos herramientas de investigación y exploración, una manera de ayudar a liberarnos y a regresarnos de ese viaje al inconsciente, ya que no soy un especialista, ni psicólogo para realizar una terapia, como lo nombré al inicio de este párrafo. Solo pretendí utilizar el potencial de esta práctica para un propósito artístico.

En caso de generar molestias o disgustos por esta investigación ofrezco disculpas a quienes los pueda afectar.

6. CONCLUSIONES.

- Este proyecto de grado abre una posibilidad de creación e investigación a partir de prácticas de la DMT como lo es el Movimiento Auténtico, aportando unas herramientas, elementos o metodología para la realización de obras en danza, procesos de investigación-creación, laboratorios de movimientos y desarrollos de habilidades de interpretación.
- Aunque todos los procesos creativos son diferentes y válidos, con este proyecto de grado he querido exponer y evidenciar que se pueden ensayar sistematizaciones que faciliten el camino al afrontar los procesos de investigación-creación, partiendo de nuevos conocimientos, otras prácticas y herramientas audiovisuales que ayuden y faciliten estos procesos.
- Todo el proceso de investigación, exploración y creación de este trabajo de grado utilizó como herramienta el movimiento auténtico. Este fue útil y muy enriquecedor, dejando en mí y en los bailarines una experiencia de creación diferente, que fue acertada para esta creación en particular: "Un Camino al Olvido" dejando un posible referente a seguir para generar nuevas composiciones o exploraciones en los procesos de investigación creación.
- El movimiento auténtico es una manera de confrontar la interpretación del bailarín, sacándolo de su lugar de confort y aventurándolo en nuevas posibilidades de movimiento. No quiero decir que este sea el santo grial o la única manera de abordar una obra, es una propuesta que podemos usar como herramienta de exploración y creación para una obra de danza.

- La creación por medio del movimiento auténtico requiere tiempo y el desarrollo de la habilidad del testigo interno o consciente-inconsciente el cual se va optimizando a través de la práctica, entregando mejores resultados y nuevas posibilidades para la creación. Por esta razón, me temo que los procesos por medio del movimiento auténtico deben tener un buen plazo de realización y una constancia de trabajo, la cual no se podría realizar en procesos fugaces o a corto plazo.
- Esta investigación-creación quiere dejar abierta la importancia y la posibilidad para iniciar un diálogo en los espacios académicos sobre interacción o relación entre métodos o técnicas somáticas y la creación escénica o procesos de investigación-creación. De manera muy personal, deseo expresar la necesidad de promover y generar espacios de investigación en la universidad que den paso a nuevas posibilidades de abordar procesos de creación o de composición coreográfica.

En el nuevo programa de la Licenciatura en Educación en Danza se incluye el curso *Prácticas Somáticas*. Sería interesante aprovechar esa apertura e incentivar su repercusión en otras las materias que se dictan en la carrera y de esta manera brindarle a los estudiantes, bailarines y coreógrafos nuevas herramientas, posibilidades o pautas que ayuden a desarrollar procesos creativos. De esta manera los estudiantes que afrontan su proyecto de grado en creación no se sientan cortos de posibilidades y conocimientos para esta fase de la carrera.

•

7. BIBLIOGRAFÍA

Admte.2012. “Origen de la Danza Movimiento Terapia”.
<https://www.danzamovimientoterapia.com/index.php/sample-sites/origenes>. (consultada: 19/10/2019).

Araque, Juan Felipe. 2015 “*relación entre el movimiento que genera el cuerpo a través de las emociones y su construcción por medio de un estudio corporal*”. Trabajo de grado. Licenciado en Educación Básica en Danza. Universidad de Antioquia. Medellín.

Congote, Juliana; Astrid Ramírez y Joanna Agudelo. Año. *La creación en danza conversaciones con coreógrafos de danza contemporánea en Medellín*. Ciudad: Medellín Editorial. Universidad de Antioquia.

Cardell, Silvana. 2008. “*Rudolf Laban*”. <https://www.danzaballet.com/rudolf-laban/>. (consultada: 19/10/2019).

Cortes Rodas, José Luis. 2007. “*Danza Terapia: alternativa de bienestar en Colombia*”. *Artes la revista*. (Nº14 volumen 7) pag.61- pag.68.

Danza, Ballet. 2006. “*Isadora Duncan*”. (1878 – 1927)”.
<https://www.danzaballet.com/isadora-duncan/>. (consultada: 28/09/2019).

Dakou, Antonia. 2008. “*Movers, testigos y acompañantes. Encontrarse y empatizar en movimiento*”. Master en Danza Movimiento Terapia. Departamento de Psicología Clínica y de la Salud. Universidad Autónoma de Barcelona. Barcelona

Fischman, Diana. 2001. “*Danza terapia: orígenes y fundamentos*”.
<https://docplayer.es/13357498-Danzaterapia-origenes-y-fundamentos.html>. (consultada: 15/09/2019).

Fleischer, Karin. 2016. “*Movimiento Auténtico – Una forma de Imaginación Activa Danza Movimiento Terapia y Psicología Analítica*”.
<http://www.movimientoautentico.com.ar/movimiento-autentico-una-forma-de-imaginacion-activa-danza-movimiento-terapia-y-psicologia-analitica/>. (23/11/2018).

Fleischer, Karin. 2015. “*Orígenes y fundamentos del Movimiento Auténtico*”.
<https://www.ericaborzese.com/2014/12/03/or%C3%ADgenes-y-fundamentos-del-movimiento-aut%C3%A9ntico-art%C3%ADculo-de-karin-fleischer/>. (01/11/2019).

G, Alonso, Juan Carlos. “*abc del movimiento auténtico*”. <http://www.adepac.org/inicio/articulos-2/abc/movimiento-autentico/>. (consultada: 23/11/2018).

Gil, Jordi. 2014. “*Movimiento Auténtico: Sumérgete en tu interior*”. <https://www.gestaltsalut.com/2014/02/07/movimiento-autentico/>. (consultada: 9/10/2018).

Humphrey, Doris. 1965. *el arte de crear danza*. Ciudad: buenos aires. Editorial: EUDEBA - Editorial Universitaria de Buenos Aires.

Mariano Chóliz (2005): “*Psicología de la emoción: el proceso emocional*” www.uv.es/=choliz (consultada 8/05/2019).

Martin, John. 2011. “*Danza como un medio de comunicación*”. <http://nuriacasiopea.blogspot.com/2011/01/john-martin-la-danza-moderna.html>. (consultada: 10/10/2108).

Martínez, Gómez Leticia. “*Laboratorio de Recopilación de la Danza-Doris Humphrey*”. <https://sites.google.com/site/laredanzaudg/personajes/del-mundo/doris-humphrey>. (15/5/2019).

Martínez Miguélez, Miguel. 2004. “*Ciencia y arte en la metodología cualitativa*”. Ciudad: México. Editorial: Trillas.

Martínez, Miguélez. Miguel. 2005. “*El Método Etnográfico de Investigación*” <http://prof.usb.ve/miguelm/metodoetnografico.html>. (consultada: 12/09/2018)

Movimiento, Autentico. 2016. “*El abordaje de Movimiento Auténtico*”. <http://www.movimientoautentico.com.ar/origen-y-desarrollo/>. (consultada: 9/10/2018).

Pedro, Pascual Carolina. 2017. “*Isadora Duncan concebía a la bailarina del futuro como aquella “cuyo cuerpo y alma hayan crecido juntos tan armónicamente que el lenguaje natural de esa alma se convierta en el movimiento del cuerpo*”. <https://www.danzaballet.com/isadora-duncan-la-bailarina-del-futuro/>. (consultada: 28/09/2019).

Pérez, Porto, Julián y Merino, María. 2009. “*Danza*”. <https://definicion.de/danza/>. (consultada: 8/10/2018).

R.-M. Rodríguez-Jiménez, E. Dueso Pla. 2015. “*Consideraciones alrededor de la Danza Movimiento Terapia y sus aplicaciones en el ámbito social*”. Arte terapia - Papeles de arte terapia y educación artística para la inclusión social. (10): pag.127-pag.137.



Villarreal, Laura. 2009-2010. *“Traducción del Capítulo 12. ¿Quién es el Testigo? Una Descripción de Movimiento Auténtico. Master postgrado en DMT.*

Villegas, Lina María. 2011. *“creación y dirección en danza contemporánea”*.https://www.researchgate.net/publication/301282779_CREACION_Y_DIRECCION_EN_DANZA_CONTEMPORANEA. (consultada: 25/11/2018).

Waissman, Betina. 2013. *“Movimiento Auténtico: mover el cuerpo, mover el alma”*.
<http://betinawaissman.blogspot.com/2013/09/movimiento-autentico-mover-el-cuerpo.html>.
(consultada: 8/10/2018).

Wengrover, Hilda y Sharon Chaiklin. 2008. *“La vida es danza el arte y la ciencia en la Danza Movimiento Terapia”*. Ciudad: Barcelona. Editorial: Gedisa.

8. ANEXOS.

Anexos 1

Imágenes Bitácoras.

Estas imágenes hacen parte de las bitácoras de investigación utilizadas por cada uno de los participantes, en las cuales aparecen escritos, imágenes y palabras que surgían en cada uno de los encuentros.

<https://photos.app.goo.gl/VfVf6nUaDDRGzg8j9>

<https://photos.app.goo.gl/7o4ypEwLkuPC8foG8>

<https://photos.app.goo.gl/SBDxtY8KnoMMofRt7>

<https://photos.app.goo.gl/JwdFeZVuf4Hg59B27>

<https://photos.app.goo.gl/JrhpqPoEmPAWn2pt9>

<https://photos.app.goo.gl/TyKsAq6XpywdgCEN7>

<https://photos.app.goo.gl/q4MMyeRAqRwsxmXk8>

<https://photos.app.goo.gl/naAv8fk5GY33PZJZ6>

<https://photos.app.goo.gl/3RPJjKh9uohEAhGz6>

<https://photos.app.goo.gl/HCrZXkHcz7mQaKFXA>

<https://photos.app.goo.gl/XoP5Bvj23VMiDe36A>

<https://photos.app.goo.gl/LVLM3hKQXfrmWhrs6>



Anexo 2

Videos del Entrenamiento del Testigo Interno.

Estos videos fueron el acercamiento a la práctica del movimiento autentico, donde los bailarines tomarían el roll de movers, empezaría a entrenar su testigo interno y a realizar sus escritos o reflexiones en las bitácoras. Los videos fueron editados en su duración, porque las sesiones tenían duraciones de 1 hora en adelante.

<https://photos.app.goo.gl/1M7MQFfZLFsJR2AR8>

<https://photos.app.goo.gl/n7udxY5LCjecg1dN8>

<https://photos.app.goo.gl/yGC9Te9mDXkCEQZ2A>

<https://photos.app.goo.gl/Jyizwdcv3MkqMSzT6>

<https://photos.app.goo.gl/oWEcQVY5oPDFoU2u9>

<https://photos.app.goo.gl/Ejdz7pZQHLj3z5sY7>

Anexo 3

Enciclopedia de Movimiento

Para este momento inicia la segunda etapa de la metodología propuesta la recolección de la enciclopedia de movimiento.

<https://photos.app.goo.gl/TVZSdiXxnhszqC9J7>

<https://photos.app.goo.gl/wNxMXAKN4FpniqN8A>

<https://photos.app.goo.gl/1di2WA1YrHi6wnbKA>



<https://photos.app.goo.gl/Qy7GZzUqxnuNqHTMA>

<https://photos.app.goo.gl/d7KuTpVctF2uYbJd9>

<https://photos.app.goo.gl/cDG7UWVigZFv6cez8>

<https://photos.app.goo.gl/FLqFYHEtfc25wUbF8>

<https://photos.app.goo.gl/gjeZ3rCwHFsneWVDA>

<https://photos.app.goo.gl/p8eaaZc4w8zEgkm2A>

<https://photos.app.goo.gl/cEWvan4ZfPMyutzC8>

<https://photos.app.goo.gl/L7z59YnUgGGpRm2V8>

<https://photos.app.goo.gl/2pqrA1a7DFMt39YX8>

<https://photos.app.goo.gl/zCsCfV21BNwAG1gdA>

<https://photos.app.goo.gl/NQzpsZiMYajoT2Xg7>

<https://photos.app.goo.gl/m3bS546FziKVEQH6A>

Anexo 4

Proceso Creativo, Construcción y estructura de la pieza coreográfica

Estas son las últimas sesiones donde trabaje con los elementos recolectados en las etapas anteriores para construir las secuencias y la estructura de la pieza coreográfica. probando la música, los desplazamientos y el orden de cada uno de los momentos.

<https://photos.app.goo.gl/MBcVNqcNEqiBUhDw9>

<https://photos.app.goo.gl/nCvuyA2XhcWvsJYs9>

<https://photos.app.goo.gl/8SHBiYUcdDhFvNsY9>

<https://photos.app.goo.gl/NJDFgCaxsNgFbRHC9>

<https://photos.app.goo.gl/29thJMoCm5LkzWRK7>

<https://photos.app.goo.gl/2coJErHTbREbYuno6>



<https://photos.app.goo.gl/EyCs8YkpMAAfWVox6>

<https://photos.app.goo.gl/bYNd1hFfAciwZJkG7>

<https://photos.app.goo.gl/XUWnDqCTCuvX3FeN8>

<https://photos.app.goo.gl/YWLavpRMaGDKst4T7>

<https://photos.app.goo.gl/TqfKSirYG61FbRfU7>

<https://photos.app.goo.gl/YGHpFT7fNbtNxx5K9>

<https://photos.app.goo.gl/WUxagJeeoJXbBDQr6>

<https://photos.app.goo.gl/CDLbmmq595Uwnkbn7>

<https://photos.app.goo.gl/QuummMZpwwexUcjTA>

<https://photos.app.goo.gl/qUVfrkMUC3N8DuSQ9>

<https://photos.app.goo.gl/1ao1yCSJE4NWw39g8>

Anexo 5

Preguntas abiertas a los bailarines.

Quise realizar preguntas abiertas a los bailarines para identificar los beneficios, dificultades y experiencias que se generaron en este proceso de investigación-creación de un lenguaje corporal para la realización de una pieza coreográfica a través del movimiento autentico.

¿Cuál crees que fue la mayor dificultad al enfrentarte a este proceso de investigación creación, basado en la exploración a través del movimiento autentico?

Respuesta de Daniel Salazar:

Mi mayor dificultad fue encontrar la manera de balancear las sensaciones con el movimiento, lograr que permaneciera siempre una sensación como motor de movimiento.

Respuesta Leidy Gonzales:

Sentir mi interior y reconocer mis emociones fue la mayor dificultad ya que poseo cierto control sobre ellas, calmar la mente para que el cuerpo se conectara con lo que sentía y con el movimiento fue un proceso de paciencia, querer hacer mucho sin necesidad o querer hacer poco sin dejarse afectar realmente del momento y de la oportunidad.

¿crees que son pertinentes este tipo de acercamiento o elementos para la creación de una pieza coreográfica?

Respuesta Daniel Salazar:

Si se quiere trascender el movimiento y de verdad lograr que las personas se lleven algo más íntimo, es una muy buena herramienta.

Respuesta Leidy González:

Si, son pertinentes por que permiten escuchar tu ser interior para expresar con el movimiento tus emociones que te hacen sanar de una u otra manera para llevarlos a una creación coreográfica de manera autentica con un único propósito de mostrar un sentimiento, una situación, un problema, una resolución que tienes guardado en tu interior.

basado en tu experiencia en este proceso de investigación creación, ¿cuáles serían para ti los beneficios de usar el movimiento autentico como método de indagación y exploración para la creación de una pieza coreográfica?

Respuesta Daniel Salazar:

Darle un sello personal más marcado y único, plasmar algo más que solo movimiento, lograr una conexión más fuerte entre los bailarines que desarrollaran la pieza.

Respuesta Leidy Gonzales:

1. El beneficio de identificar como estoy y a partir de ahí crear movimiento sin prejuicios.
2. El beneficio de conocer y reconocer situaciones que quizás no están resueltas interiormente, arrojando ideas creativas.



3. El beneficio de descubrir diferentes maneras de moverse ofreciendo así diferentes dinámicas de movimiento que favorece la pieza coreográfica.