



El teatro potencia la expresividad del bailarín de salsa: aplicación de conceptos teatrales al cuerpo del bailarín de salsa

Claudia Esperanza Carreño Aguirre

Trabajo de grado presentado para optar al título de Maestro en Arte Dramático

Asesor

John Jairo Jaramillo Sánchez, Magíster (MSc) en Motricidad Desarrollo Humano, Instituto de Educación Física, Universidad de Antioquia

Universidad de Antioquia

Facultad de Artes

Maestro en Arte Dramático

Medellín, Antioquia, Colombia

2024

Cita

(Carreño Aguirre, 2024)

Referencia

Estilo APA 7 (2020)

Carreño Aguirre, C. E. (2024). *El teatro potencia la expresividad del bailarín de salsa: aplicación de conceptos teatrales al cuerpo del bailarín de salsa* [Trabajo de grado profesional]. Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.



Rector: John Jairo Arboleda Céspedes

Decano: Gabriel Mario Vélez Salazar

Vicedecano: Diego León Gómez Pérez

Jefe Departamento: Lavinia Sabina Sorge Radovani

Coordinador Trabajo de Grado: Julio Andrés Spinel

Asesor: John Jairo Jaramillo Sánchez

Jurado interno: Danny Gabriel Pérez Nanclares



Centro de Documentación Artes

Repositorio Institucional: <http://bibliotecadigital.udea.edu.co>

Universidad de Antioquia - www.udea.edu.co

El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Antioquia ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por los derechos de autor y conexos.

INDICE

| | |
|---|----|
| RESUMEN | 5 |
| ABSTRACT | 6 |
| INTRODUCCIÓN..... | 7 |
| FASE UNO | 8 |
| DEFINICIÓN DEL PROBLEMA | 8 |
| OBJETIVOS..... | 13 |
| Objetivo General..... | 13 |
| Objetivos Específicos | 13 |
| JUSTIFICACIÓN..... | 14 |
| MARCO TEÓRICO | 20 |
| INTEGRACIÓN DE CONCEPTOS TEATRALES QUE ABORDAN EL INTERIOR DEL BAILARÍN DE SALSA: La Espiritualidad, Las Emociones y La Improvisación.. | 21 |
| Etimología de la espiritualidad | 21 |
| Espiritualidad en el artista escénico..... | 24 |
| El trabajo de las emociones | 30 |
| La improvisación teatral | 36 |
| INTEGRACIÓN DE CONCEPTOS TEATRALES QUE ABORDAN EL EXTERIOR DEL BAILARÍN DE SALSA: El Lenguaje Corporal, El Gesto, La Acción, La Situación, El Personaje y La Puesta en Escena | 44 |
| El Lenguaje corporal..... | 44 |
| El gesto | 49 |
| El rol del gesto en la expresión y técnica de la salsa | 53 |
| Acción Dramática | 67 |
| Situación Dramática..... | 71 |
| El personaje..... | 75 |
| La puesta en escena..... | 78 |
| FASE DOS | 81 |

| | |
|--|-----|
| ASPECTOS METODOLÓGICOS..... | 81 |
| Diseño de la Investigación..... | 83 |
| Método..... | 86 |
| Plan de Trabajo y Cronograma | 87 |
| Modelo..... | 88 |
| Impacto del proyecto | 89 |
| Desarrollo de la propuesta | 93 |
| CONCLUSIONES..... | 136 |
| Evaluación de la Hipótesis y título principal del proyecto | 136 |
| Resultados relacionados con los objetivos específicos..... | 140 |
| Implicaciones para la enseñanza de la salsa y el teatro | 144 |
| Reflexiones sobre la Metodología y mi rol como Tallerista | 145 |
| Perspectivas futuras | 146 |
| Reflexiones personales | 148 |
| BIBLIOGRAFÍA | 149 |
| ANEXOS..... | 156 |

RESUMEN

Este proyecto hace referencia a una experiencia auto etnográfica que plantea la intersección de conceptos teatrales al baile de la salsa. A través de 8 talleres, se aplicaron y reflexionaron algunos conceptos teatrales las cuales dieron una ruta a este proyecto. Se investigó y se encontró que las herramientas teatrales mejoran significativamente el trabajo interior y exterior del bailarín. Este proyecto demuestra la importancia del teatro en la práctica y expresión del bailarín de salsa, el teatro como una herramienta valiosa que enriquece su movimiento y su expresividad.

PALABRAS CLAVE: Salsa – Teatro – Expresividad

ABSTRACT

This project refers to an auto-ethnographic experience that proposes the intersection of theatrical concepts with salsa dancing. Through 8 workshops, some theatrical concepts were applied and reflected on, which gave a route to this project. It was investigated and found that theatrical tools significantly improve the inner and outer work of the dancer. This project demonstrates the importance of theater in the practice and expression of the salsa dancer, theater as a valuable tool that enriches their movement and expressiveness.

KEY WORDS: Salsa – Theater – Expressiveness

INTRODUCCIÓN

La salsa como baile es una expresión artística del bailarín que combina la pasión, la destreza corporal y la alegría. Sin embargo, es necesario reflexionar sobre cómo se podría enriquecer esta experiencia aún más. Este proyecto de investigación trata de abordar, cómo desde el teatro se puede potenciar a un más la expresividad artística del bailarín de salsa de la ciudad de Medellín, considerando conceptos teatrales que abarcan tanto el interior como el exterior del bailarín. Se habla sobre la experiencia del bailarín de salsa y como esa experiencia puede ser enriquecida o afectada por el teatro.

El proyecto se divide en dos fases fundamentales: la primera es el planteamiento de un proyecto que incluye conceptos teatrales pertinentes que contribuyen a enriquecer la expresividad del bailarín de salsa.

La segunda, se centra en el desarrollo práctico de este proyecto a través de una serie de talleres pedagógicos que aplican dichos conceptos y posteriormente la reflexión sobre su impacto en la expresividad del bailarín.

Finalmente, el proyecto está centrado en el bailarín de salsa de Medellín, pero así mismo se puede comprender a nivel general para todos aquellos bailarines que buscan expandir su expresividad.

FASE UNO

DEFINICIÓN DEL PROBLEMA

El baile de la salsa es una expresión artística que combina movimientos corporales con elementos emocionales y culturales. Sin embargo, desde mi experiencia como bailarina de salsa de temprana edad, he descubierto que la mayoría de los enfoques pedagógicos en las academias de baile de Medellín se centran en la técnica y en la coreografía, dejando de lado la exploración profunda de la expresividad del movimiento del bailarín. Por ejemplo, se ha hablado de la salsa como material de ficción en voces de los barrios más vulnerables; la salsa como material ficticio del que se sirve el narrador, guía para cantar verdades de su entorno. Pero no se ha encontrado un espacio o una voz que haya mezclado el teatro y la salsa apreciando cómo contribuyen y se complementan enriqueciendo dicho hacer.

Algo que desde la experiencia en mi carrera profesional como Maestro en Arte Dramático en la Universidad de Antioquia me ha generado una reflexión. Esto plantea un desafío en cuanto a cómo potenciar la comunicación no verbal y la conexión emocional en el bailarín; y como éstos se pueden expandir hasta el espectador.

Este proyecto se enfoca en explorar la posibilidad de pensar la expresión del movimiento del bailarín de salsa desde una perspectiva teatral. Pues mi trayectoria como artista me ha dado un enfoque que ahora quiero compartir con otros por medio de una sistematización. Centrándola en la aplicación de algunos conceptos teatrales al cuerpo del bailarín para apoyar y por qué no mejorar su expresividad al bailar.

Cuando hablamos de conceptos teatrales podemos pensar en el teatro en general, pero si bien, los conceptos que pretendo indagar en este proyecto de basan en mi aprendizaje universitario organizado rigurosamente en un currículo que aborda una serie de conceptos teatrales por semestre. En cada semestre, en la materia de Actuación, se aborda una técnica mayor que a su vez desglosa otra serie de conceptos. En el semestre 1 se trabaja la improvisación teatral, en el semestre 2 la acción dramática, en el 3 la situación dramática, en el 4 estructura dramática en donde se maneja la puesta en escena con elementos de iluminación, vestuario, maquillaje y escenografía; en el 5 la construcción de un personaje, en el 6 se abordan otras poéticas, en el 7 dirección teatral, en el 8 se realiza un montaje teatral con todo lo aprendido en los anteriores semestres y en el 9 se realiza la proyección de dicho montaje.

Entonces, al hablar de conceptos teatrales, se pretende usar el mismo orden de conceptos que me presentó la Universidad en una serie de talleres que aborden estos para dar una experiencia teatral general y completa.

Por otro lado, acercándome a diferentes registros o documentos académicos de la Universidad de Antioquia dentro de su sistema de biblioteca (OPAC) el más cercano es:

“Los primeros pasos aprendiendo salsa: sistematización de experiencia pedagógica de la enseñanza de la salsa colombiana a niños entre 7 a 10 años” Brahian Castañeda, 2017.

Lo cual permite apreciar la falta de información sistematizada de una experiencia práctica en pro de estos dos campos teatro y salsa. Sin dejar de reconocer que sí ha habido un amplio dialogo entre el teatro y la danza. Caso de ello el teatro-danza o la danza teatro que incorpora ambas áreas del conocimiento para hacer sólo una. Reconociendo también que ha habido avances sumamente significativos que plantean prácticas liminares e

interdisciplinarios en la que no existe una diferencia tan marcada y categórica entre ambas disciplinas.

En cuanto a la historia de la danza y sus orígenes, los europeos toman la pantomima como recurso expresivo, los bailarines usaban pasos y acciones específicas con los que se hacían entender con más claridad hacia su audiencia y con el pasar del tiempo se fue dejando este elemento para entrar en unos discursos más de la capacidad plástica del cuerpo con relación al movimiento. De igual forma es importante reconocer que en la danza oriental nunca se han desligado los discursos del teatro y la danza. Esto nos permite ver que en ciertos tipos y géneros de baile aún podemos encontrar herramientas teatrales que se han mantenido en la danza durante años. Sin embargo, es importante entender en primera instancia que en este proyecto no se pretende abordar el concepto de danza en general sino más bien profundizar entre el teatro y el baile de la salsa.

Otro ejemplo que se acerca a mi proyecto es el trabajo de grado de Manuela García Arango de la Universidad de Antioquia que habla sobre *“la corporalidad de la mujer en el baile de la salsa en escenarios que permiten la teatralización de la feminidad”*, esto desde una mirada de la Antropología, carrera para la cual hizo su tesis. Una mirada que desde lo femenino es importante porque hay que tener en cuenta que la corporalidad de la mujer juega un papel importante en el baile de la salsa, pues en los bailes latinos el hombre hace que la mujer se luzca. Otro trabajo en el cual hay temas similares es el de Marcy Paola Barrera Adana, en la Universidad Distrital Francisco José de Caldas, en su trabajo de grado que habla sobre, las habilidades acrobáticas y su incidencia en la práctica de la salsa cabaret. Ella cuenta como a través de la implementación de un modelo de entrenamiento acrobático transforma el cuerpo del bailarín de salsa.

También, en el proyecto de investigación de Sofía Hernández Rosa Atenea de la Universidad de las Artes en Guayaquil, se abordan algunas metodologías de la danza contemporánea que facilitan el desarrollo de la consciencia corporal del bailarín. Pues a través de un vocabulario y unas estrategias de enseñanza de la danza contemporánea que pueden incorporar los bailarines de salsa, pueden lograr un mayor desarrollo de la consciencia corporal y un mayor entendimiento de su corporalidad.

Sin embargo, a pesar de estos estudios que relacionan un poco la danza con algunas herramientas teatrales o que hablan de la salsa en su ámbito cultural y dancístico, existe una brecha en la literatura y en la práctica pedagógica en cuanto a la integración efectiva del teatro en la enseñanza del baile de la salsa, razón por la cual se considera que desde este campo se puede potenciar el componente expresivo de los bailarines. Planteado esto se inquiere sobre la posibilidad de que alguien más haya considerado la idea de fusionar el teatro con el baile de la salsa. Quizá en la práctica si, pues no hay que negar que sobre el escenario es común observar grandes gestos que acompañan el movimiento, más no hay un proceso registrado a nivel de documentación que hable sobre el gesto de este ritmo dancístico.

El cuerpo del actor y del bailarín son un cuerpo vivo que se puede transformar en el escenario, más no es lo mismo hablar del cuerpo del bailarín al cuerpo del actor. Aun cuando la danza y el teatro van de la mano y son dos disciplinas conectadas en la historia, desde una experiencia personal pude experimentar que estas se enseñan, preparan y entrenan de manera diferente. El cuerpo del teatro y del baile se formaron con técnicas y metodologías que los hacen particulares. Y aunque el cuerpo del actor y del bailarín tengan ciertas similitudes expresivas, hay técnicas corporales que se hacen evidentes en sus

movimientos. Esto ha hecho, que a lo largo del tiempo la salsa y el teatro se vengan educando de forma separada.

Es cierto que hay técnicas corporales que se comparten, es decir que se enseñan en las dos profesiones, pues hablamos de que el cuerpo es el único instrumento de ambos. Técnicas como: las calidades de movimiento, el cuerpo en el espacio, técnicas de postura, habilidades rítmicas y musicales, técnicas de improvisación, etc. Todo esto son algunas técnicas que tanto el bailarín como el actor deben dominar.

También es cierto que, en este momento en el que se encuentran las artes escénicas, en una obra teatral se puede bailar y en una pieza dancística se puede actuar sin verse o sentirse extraño, mezclar ambas disciplinas para no ser bailarines o actores por separado, sino contemplar el término o concepto de artista escénico. Esto se puede ver en diferentes áreas del conocimiento como: el teatro musical, la danza-teatro, el performance, la danza contemporánea, etc. Teniendo en cuenta esto y lo anteriormente planteado se hace la pregunta ¿Cómo indagar sobre algunos conceptos teatrales que pueden aportar a la expresión del cuerpo del bailarín de salsa?

Por esta razón, se considera importante abordar en este proyecto la expresión del bailarín de salsa desde una experiencia teatral y la aplicación de la improvisación teatral, la acción dramática, la situación dramática, el personaje, la pregunta interior del bailarín, la puesta en escena; y algunas técnicas de expresión corporal teatral como las calidades del movimiento, la postura consciente, las acciones básicas del cuerpo y el lenguaje no verbal; que en su totalidad conforman una serie de conceptos teatrales que se pueden indagar y a su vez pueden nutrir la expresión del cuerpo en dicho bailarín de salsa.

OBJETIVOS

Objetivo General

Indagar cómo algunos conceptos teatrales como: la espiritualidad, el trabajo de las emociones, la improvisación, el lenguaje corporal, el gesto, la acción, la situación, el personaje y la puesta en escena; pueden aportar a la expresión del cuerpo del bailarín de salsa en la ciudad de Medellín.

Objetivos Específicos

- Indagar en dichos conceptos teatrales e investigar cómo estas pueden aportar a la práctica del bailarín de salsa.
- Construir una serie de talleres de teatro para bailarines de salsa que permita desarrollar dicha propuesta.
- Reflexionar con los participantes de los talleres sobre lo que se encontró o vivió en el desarrollo de los diferentes talleres y de qué forma esto aporta a su proceso en el campo de la salsa.

JUSTIFICACIÓN

En este trabajo se abarca el baile de la salsa y su relación con el teatro, se habla desde la experiencia y trayectoria artística personal como mayor justificación de este proyecto. Recapitulando, antes de formarme como actriz en la Universidad, era bailarina de salsa, y esto me permitió adoptar ciertas habilidades corporales que me permitieron desenvolverme en muchos personajes que interpretaba. Así mismo, noté que mi carrera de teatro me formaba como actriz, pero al mismo tiempo me daba herramientas para la danza. Podía bailar partiendo desde una mirada teatral, adoptando técnicas de actuación y de expresión corporal.

Reconozco que cada experiencia es única, pues lo que yo encontré y he vivido con la salsa y el teatro ahora quiero replicarlo en el otro para saber qué pasa con ese otro: descubrir cómo el teatro puede ser una herramienta fundamental para el bailarín de salsa potencializando su interpretación. Por este motivo se trata de una investigación con acción participativa, en donde mi voz y mi experiencia es fundamental, pero el foco principal está planteado más en lo que otros bailarines puedan experimentar. Hay una necesidad de preguntar como actriz-bailarina el cómo al cruzar estas dos líneas se potencia la experiencia del bailarín de salsa. Ir más allá de la técnica del cuerpo coreográfico implica llegar a una vivencia más profunda en el escenario. Esto que he encontrado ha hecho que, a lo largo de mi proceso de formación académica como actriz de teatro, haya comprendido muchos aspectos del baile que no había comprendido antes, incluso bailando. El teatro, además de formarme como actriz, también me formó indirectamente como bailarina con herramientas importantes, las cuales me regalaron confianza, y me permitieron desenvolverme mejor al

momento de bailar. Esta formación actoral me hizo reflexionar que mi camino en el baile iba netamente sólo por la técnica y la forma, más no por la interpretación que revela primero lo sublime que tengo como mujer y luego como artista.

El teatro puede ser una herramienta de expresión fundamental para un bailarín, no solo de salsa, sino de muchos otros ritmos dancísticos. Pensar la expresión del movimiento técnico del baile de la salsa pasando primero por una experiencia o mirada teatral hace posible todo lo antes mencionado. Iniciar a crear movimientos bien sea desde posibilidades que hay en el interior con la propia vida personal o con herramientas teatrales, hace que una coreografía no sólo sea un código o un número de presentación, sino una puesta en escena. Esto se debe a que cada vez que se presente esa puesta en escena pueda ser diferente, tener variaciones y muchas posibilidades en el intérprete y en el espectador, como se ve en una obra teatral.

El análisis y experimentación de diferentes conceptos teatrales aplicadas al bailarín de salsa enriquecen la práctica del baile, para este caso de los bailarines de Medellín, y podría implicar positivamente en otras formas de danza, en la investigación interdisciplinaria sobre el cuerpo y la expresión dancística.

La integración del teatro y el baile de la salsa ofrecen la posibilidad para la indagación interdisciplinaria y el enriquecimiento mutuo de ambas disciplinas. Es decir, se pueden combinar conocimientos, enfoques y metodologías de ambas áreas y favorecerlas.

Esto permite que pueda haber descubrimientos y desarrollos innovadores que no serían posibles si se abordaran desde cada disciplina por separado. Por ejemplo, en la danza contemporánea son permitidas ciertas iniciativas que nutren la escena bailada. Se puede ver

un bailarín que ha explorado ciertas técnicas de la psicología en donde sus miedos pueden ser un punto de partida para la creación de una coreografía. Así como también se puede inclinar por la física, sus movimientos pueden estar codificados según leyes físicas. O también se puede encontrar a un bailarín que genere movimientos a partir de cada instrumento musical, usando conocimientos musicales como punto de partida en su coreografía.

Aunque sea poco visto, es posible encontrarse alrededor del mundo con instituciones, academias, agrupaciones o bailarines que en su práctica artística mezclen otras disciplinas. Se pretende abordar en el baile de la salsa una interdisciplinariedad tan amplia como se ha abordado en la danza contemporánea.

En los ritmos latinos, se encuentra que la riqueza cultural está arraigada al cuerpo del bailarín. Cada ritmo musical define de qué manera se debe bailar, cómo deben ser sus movimientos y su interpretación. Así como la seriedad, el romance, la postura corporal de una pareja que baila tango son fundamentales en sus piezas coreográficas, la salsa por ejemplo tiene sus propias técnicas corporales, su propio ritmo y color que lo caracteriza, la alegría y el sabor son características corporales que se notan en los bailarines.

Por eso, se busca en este proyecto hablar del cuerpo y de las múltiples corporeidades que puede tener un bailarín de salsa cuando se deja impregnar de técnicas teatrales. Se quiere encontrar un cuerpo que atraviesa lo interior y lo exterior con una técnica de espiritualidad, un cuerpo vivo en donde el movimiento sea algo más que un elemento coreográfico con técnicas de actuación como la acción, el personaje, la improvisación, etc. eso que el público vea del bailarín diga un poco más que sólo la expresión del movimiento mediante una puesta en escena teatral. Se quiere entonces

profundizar desde un estado más interior del bailarín, desde una coreografía con una intensidad más teatral.

Entonces el bailarín de salsa así puede tener más que un cuerpo técnico, un cuerpo que interpreta, un cuerpo que puede evolucionar, transformarse mezclando el baile con la actuación, cuerpo cuya presencia y movimiento cuenta algo.

Por otro lado, este proyecto contribuye académicamente en la unión entre el baile de la salsa y el teatro, ampliando las perspectivas no sólo en el ámbito de la danza sino también del teatro. Por tanto, la interdisciplinariedad enriquece el propio conocimiento del bailarín, además de crear nuevas técnicas, metodologías y estilos que nutren a la academia, escuela o agrupación de salsa brindándole nuevas herramientas de enseñanza y aprendizaje.

Los hallazgos de esta investigación tienen la posibilidad de influir en la práctica profesional de profesores de baile y de teatro físico, proporcionando nuevas perspectivas y herramientas para potenciar la expresividad del movimiento, la comunicación corporal. Por eso, esta indagación contribuye también al desarrollo académico al ofrecer un enfoque innovador que fusiona dos disciplinas artísticas, brindando oportunidades para el análisis interdisciplinario y la generación de conocimiento en áreas como la expresión corporal, el movimiento, el gesto, los estudios de performance y el baile de la salsa en general.

En el contexto universitario es importante, pues aporta a la documentación de nuevas experiencias y formas de ver el estudio del baile de la salsa en una sociedad más contemporánea. Contribuye a la academia, pues es una sistematización del baile de la salsa, esta expresión artística la cual tiene gran valor e historia en nuestro medio. Al recopilar y organizar información sobre el baile de la salsa, el proyecto busca aportar a la

documentación de éste, facilitando así el acceso a recursos y conocimientos sobre esta disciplina y promoviendo una mayor comprensión y apreciación de su importancia en el ámbito académico.

Al enriquecer la práctica del baile de salsa con los conceptos teatrales antes mencionadas, se fomenta una expresión más profunda y significativa en la danza, lo que contribuye a una sociedad culturalmente diversa e inclusiva.

Incluir el teatro en el baile de la salsa pretende que se cuente y se vea algo más que solo los giros de la mujer, las piruetas, las figuras con los brazos y pies, los movimientos rápidos y sueltos del cuerpo. Se busca que esto ya mencionado pueda tener además un sentido, pueda contar algo y así mismo transmitir emociones. Empezar a crear una coreografía desde una mirada teatral o partir desde la vida personal, la memoria, los miedos, la infancia, acciones, dramaturgias, fotografías, personajes, tiempos, textos, imágenes, las emociones, improvisaciones, preguntas, acciones, personajes, etc. para llegar a una puesta en escena rica en experiencias. Esto no esconde al bailarín, sino por el contrario lo expone y lo desnuda desde su interior, un cuerpo que tiene mucho por transmitir, un cuerpo con movimientos, con técnica, pero con una sensibilidad fluctuante.

Esto podría traducirse en un mayor disfrute tanto de los bailarines como de los espectadores. Pues la salsa es algo más que un baile que entretiene en Medellín y en Colombia, es una expresión cultural y folclórica. Como lo es para el caso de Cali, la salsa es un movimiento profundamente arraigado en diversas comunidades y que gira al rededor del mundo. Al mejorar la calidad de la expresión del baile, este proyecto contribuye a preservar y enriquecer esta rica tradición cultural, promoviendo la diversidad y el intercambio cultural.

Con esta iniciativa se pretende también mejorar la práctica pedagógica, que contribuye al enriquecimiento cultural y artístico de los actores de teatro, los bailarines de salsa y los espectadores. Por eso se considera que el teatro, juega un papel fundamental en los procesos de creación del baile de la salsa. Pues dentro de lo pedagógico no sólo es importante el movimiento sino el contenido humano, social, filosófico e histórico del sujeto, todo ello reunido en el cuerpo del bailarín, en su visión del mundo.

MARCO TEÓRICO

Con un trabajo consciente del interior y exterior del artista mediante conceptos teatrales, se busca entender que el teatro puede influir positivamente en la expresividad del bailarín de salsa. Se pretende entonces encontrar otras formas de ver y hacer el arte que ya conocíamos, en este caso el baile de la salsa.

Se habla de la interdisciplinariedad, es decir, la mezcla de una o más disciplinas para llegar a un resultado más amplio e innovador. La mezcla del teatro y el baile de la salsa permite generar nuevas maneras de asimilar esta experiencia. Existen además muchos ejemplos de cómo el arte hoy día se entre cruza generando nuevas posibilidades.

Podemos ejemplificar esto mencionando algunos artistas actuales a nivel mundial como: Banksy con su arte callejero y su enfoque en la crítica social y política desafiando las normas del arte convencional, generando un gran impacto cultural; o Ai Weiwei con una práctica artística multidisciplinaria al abordar temas sociales y políticos en China por medio de la escultura, la instalación y las redes sociales; o JR con su proyecto “Inside Out” y otras obras de arte urbano en donde utiliza la fotografía para destacar la diversidad humana y promover la inclusión social; u Olafur Eliasson creando instalaciones que juegan con la luz, el color y el espacio que cuestionan al espectador sobre su percepción y relación con el entorno. Y así, podemos mencionar muchos otros artistas que no sólo quieren algo novedoso, sino que buscan otras posibilidades en sus quehaceres. Esto sólo como ejemplo para mencionar que hay muchos artistas que desean mezclar disciplinas para explorar nuevos horizontes, así como se desea plantear en este proyecto.

En el ámbito teatral, Antonín Artaud no se escapa de esas personas que querían algo diferente, él buscaba que el teatro se renovara, que dejara sus ideas y técnicas antiguas y empezara a verse desde otra perspectiva. Artaud quería “ir más allá” con el teatro y el actor. Es por ello por lo que empieza a escribir unas técnicas nuevas para hacer teatro, enfatizando en el cuerpo del actor, en su movimiento, sus gestos y su interpretación física.

INTEGRACIÓN DE CONCEPTOS TEATRALES QUE ABORDAN EL INTERIOR DEL BAILARÍN DE SALSA: La Espiritualidad, Las Emociones y La Improvisación

Etimología de la espiritualidad

Espiritualidad es una palabra que está compuesta por *spiritus* que significa “respiro” *-alis*, que se refiere a “lo relativo a”, y el sufijo *-dad*, que indica “cualidad”.

Etimológicamente, espiritualidad es todo lo relativo a la cualidad de lo espiritual o espíritu.

La espiritualidad humana se puede definir como la conciencia de una parte que no se manifiesta materialmente y que está ligada a algo superior a nosotros mismos. Es una cualidad que determina un comportamiento coherente con los valores morales y éticos que ayudan a un desarrollo individual.

Algunos psicólogos, como Jung (Jaffé, 2005), describieron la espiritualidad como un proceso mental que no surge instintivamente de la fisiología humana y mediante el cual el sí mismo o centro de la psique emerge a la conciencia, en un movimiento continuo que la persona lleva a cabo para lograr su propio desarrollo, crecimiento, auto liberación o realización. Estos factores son importantes porque cuando hablamos de espiritualidad nos referimos a hacer un viaje hacia el interior, indagar sobre nuestras percepciones hacia el

mundo y hacia la vida, preguntarse sobre nuestra propia historia, abarcar todo un panorama que está en lo más profundo de nuestro cuerpo. En eso que no podemos trabajar con un riguroso entrenamiento físico o con conocimientos externos a nuestro propio yo. Es algo que debe buscarse en el interior.

Hay que tener cuidado con este concepto porque se suele confundir el término espiritualidad con la religiosidad. Esto se debe al paso por la historia del término espiritualidad que iba de la mano con diversas religiones que hoy por hoy conocemos.

Inicialmente se equiparó espiritualidad a la práctica de la religión, entendida ésta como el conjunto de instituciones que formulan, organizan, administran o coordinan el instrumental de teorías, doctrinas, dogmas, preceptos, normas, signos, ritos, símbolos, celebraciones o devociones, en torno a una creencia trascendental y a través de las cuales se conservan, cultivan o expresan colectivamente las experiencias espirituales personales (Richards y Bergin, 2005; Rodríguez, Fernández, Pérez & Noriega, 2011).

Con el tiempo, este concepto de espiritualidad se ha venido resignificado, adoptando y separando doctrinas religiosas y sigue evolucionando en la sociedad contemporánea. Hoy en día podemos tener un panorama más amplio sobre este término, tan amplio que podemos mencionarlo como eje fundamental de una persona, y así mismo de un artista, pues las personas ahora buscan más ese equilibrio que no era tan importante antes, el equilibrio entre cuerpo, mente y espíritu.

El concepto de espiritualidad ha ido cobrando cada vez más importancia, sobrepasa los límites de la religión y de la moral, especialmente en el mundo occidental o judeocristiano, hasta convertirse en un constructo estudiado ampliamente por el campo de la salud (Koenig, 2008).

Hoy en día hay una comprensión más amplia y directa de la espiritualidad. Hemos evolucionado más allá de las fronteras religiosas tradicionales para abarcar una gama más

amplia de creencias, prácticas y experiencias personales. Esta resignificación refleja los cambios culturales, sociales y filosóficos en la sociedad moderna.

Nos podemos quedar hablando de solo el término de Espiritualidad, ya que existen muchas definiciones de este término en todos los campos del conocimiento. Sin embargo, este capítulo es un abrebocas para entender el concepto desde sus raíces para luego dejarnos fascinar sobre cómo la espiritualidad puede ser un mecanismo y una técnica de creación e interpretación para el bailarín de salsa. Chochinov & Cann indican que:

Se han referido más de 90 intentos de definiciones de espiritualidad, las que incluyen conceptos tan variados como la relación con Dios o un ser espiritual, algo superior a uno mismo, trascendencia, significados y fines de la vida, fuerza vital de la persona, vida interior, paz interior, comunión con otros, contacto con la naturaleza, relaciones con familiares y amigos, entre otras características. (Chochinov & Cann, 2008)

En definitiva, la exploración de la etimología de la espiritualidad revela un viaje interesante a través de las raíces lingüísticas, que han dado forma a nuestra comprensión contemporánea de lo espiritual. Desde sus orígenes que denotan aliento y conexión con lo divino, hasta su evolución a lo largo de las culturas y las épocas. Hemos visto cómo la espiritualidad ha sido un concepto dinámico, siempre en diálogo con las realidades humanas en la búsqueda de un significado trascendente. Esto era importante mencionarlo, antes de abordar cómo la espiritualidad nos concierne en el campo artístico y como ésta puede reflejar una mejor expresividad en el cuerpo del bailarín de salsa.

Espiritualidad en el artista escénico

El arte y la espiritualidad van de la mano, de tal manera que un artista puede necesitar cierta espiritualidad para tener un sentido de propósito con su obra de arte, o quizás para una fuente de inspiración. La espiritualidad puede brindar al artista una conexión con lo trascendente permitiéndole profundizar en temas que van más allá de la técnica y quizá, en el mejor de los casos, le permita experimentar una sensación de sanación personal al procesar emociones y experiencias profundas a través del arte. “La búsqueda de esa nueva espiritualidad, en la que los artistas juegan un papel muy importante en esa indagación de búsqueda de camino.” (Mañas, 2017, pág. 335)

Este camino de búsqueda en el artista se convierte en creatividad, lo que le permite un cuestionamiento sobre lo existencial y éste desde el proceso creativo le permite adentrarse en lo trascendente. Una vía hacia el conocimiento. (Mañas, 2017, pág. 337)

Algunos artistas han adoptado esta consciencia espiritual y han logrado una satisfacción al reconocer que lo más importante para ellos es poder transmitir más que solo sus conocimientos y saberes. Mark Rothko por ejemplo fue un artista que buscó en su interior y repitió en numerosas ocasiones su afán de transmitir con sus obras emociones de existencia:

Sólo me importa la expresión de las emociones humanas fundamentales; la tragedia, el éxtasis, la fatalidad..., y el que mucha gente se ponga a llorar ante mis cuadros prueba que soy capaz de comunicar tales emociones. Los que lloran ante mis cuadros sienten la misma experiencia que yo sentí cuando los pinté. (Mañas, 2017, pág. 461)

La espiritualidad va ligada a la sensibilidad del artista, que se refiere a la capacidad de percibir, interpretar y expresar el mundo que lo rodea de una manera única y profunda. La sensibilidad del artista implica una mayor atención a los detalles, una conexión emocional con su entorno y una capacidad para captar y transmitir las experiencias vividas. Esta sensibilidad puede ser tanto una fuente de inspiración como una herramienta para la creación artística, permitiendo al artista explorar temas y emociones con una profundidad y singularidad únicas. La espiritualidad entonces es, un valor positivo y superior que no solo puede estar ligado a la vida en general sino también a la profesión artística.

Antonín Artaud, dramaturgo, director y actor francés, cuando habla de la espiritualidad se refiere específicamente a la espiritualidad del actor de teatro, enfatizando que este debe buscar una conexión con lo trascendental a través de su experiencia teatral. Sin embargo, aunque se refiera particularmente al actor, es preciso que traigamos a este autor para entender como el interior del bailarín puede ser vital para su expresividad.

El artista escénico hace un trabajo arduo del ser, pues es desde su propio ser que inicia su proceso de creación teatral bien sea para un personaje, dramaturgia, performance, obra, etc. El bailarín de salsa debe pues trabajar el interior, lo cual significa trabajar con su propio yo para construir o deconstruir su relación con la mente y el cuerpo. Así, se puede llevar a los bailarines de salsa a experimentar sus coreografías intensamente y expresar sus pensamientos y sentimientos de una manera más vivida y conmovedora. Esto significa una conexión consciente entre la mente y el cuerpo.

Artaud defendía un teatro que no solo fuera entretenimiento, sino una experiencia que pudiera transformar al individuo, que sacudiera las bases de la conciencia y abriera

puertas hacia lo desconocido; se refería a una búsqueda de una conexión más profunda y trascendental en el teatro, que se sumerge en lo esencial y lo visceral.

Entonces, explorar el interior del bailarín no solo lo transforma a él mismo, sino también a quien lo ve, el espectador. Comunicar algo más allá de los pasos que se rigen a un conteo (un, dos, tres, cinco, seis, siete) se refiere a transmitir lo esencial del bailarín, su particularidad.

Un baile que no solo entretenga, sino que también despierte una experiencia espiritual profunda en el espectador, llevándolo a un estado de conciencia superior. El sentido del bailarín es trabajar esa espiritualidad de manera consciente. “El drama no se desarrolla entre sentimientos, sino entre estados espirituales, osificados y reducidos a gestos y esquemas” (Artaud, 1968, pág. 50) los bailarines deben trabajar esa espiritualidad cuyas emociones y percepciones influyan en su trabajo creativo.

Cuando hablamos de la espiritualidad y el trabajo interior también es preciso referirnos a otro autor que hablaba sobre encontrar una verdad interior, Michael Chejov, actor y director ruso, en su libro *El Actor sobre la Técnica de Actuación* (1987), menciona la importancia de la vida interior y la profundidad emocional del actor y como esta puede ir conectada a la belleza y el impacto espiritual que puede reflejar en una obra teatral.

Es importante también cultivar una sensibilidad espiritual en los bailarines que les permita acceder a una gama más alta de emociones y experiencias en el escenario. Esto implicaba para Chejov el uso de la imaginación, la visualización y la conexión con las fuerzas universales o energías cósmicas para inspirar y enriquecer las interpretaciones. En

la revista digital de Educación y Formación del Profesorado del centro de profesorado de Córdoba-España, la profesora Sol Garre Rubio afirma:

La visión de espiritualidad en Chejov y su idea de amor, a la que se refirió en sus últimas lecciones como Love in our profession (1992b, tape 3), son a un mismo tiempo consideraciones humanistas y un enfoque pragmático para el actor; el desarrollo de su arte y técnica. (Garre, 2019)

Chejov también buscaba romper con lo mecánico del actor “todos los ejercicios del actor deben ser psicofísicos y no deben ejecutarse mecánicamente” (Morocho y Villota, 2016, pág. 49). Por eso Chejov sabía que debía de alejarse un poco de la técnica, la que hacía ver a los actores como unos robots, haciendo movimientos técnicos, muy bien preparados, pero con poco espíritu. Esa técnica que, en ocasiones, aleja al bailarín de salsa a transmitir con el espíritu y lo limita solo a imitar y bailar igual que a sus maestros.

Chejov proporciona un discurso y herramientas concretas válido para acceder el proceso creativo y hacer en la actuación, es decir, para acceder a su propia técnica más que a la técnica de la actuación. Parte del convencimiento de que el actor es tanto un artista individual como un investigador de su propio arte, es decir, de su propia interpretación, y crea todo un sistema en respuesta a su profundo interés por entender y encontrar acceso a los terrenos intangibles de la expresión (Garre, 2019, pág. 68)

También, podemos mencionar algunos autores en el gremio de la danza que han profundizado en el interior del bailarín. Por ejemplo, Isadora Duncan, bailarina y coreógrafa estadounidense, considerada por muchos la madre de la danza contemporánea. Duncan en su libro *My Life* (1927) dice que la danza para ella es antes una materialización filosófica que una técnica o escuela de educación física. En otra edición de mismo libro (1946) dice que: “Mi arte es precisamente un esfuerzo que tiende a expresar, en gestos y

movimientos, la verdad de mi ser. He necesitado muchos años para encontrar el más pequeño movimiento absolutamente verdadero”. (Duncan, 1946, pág. 13).

Lo único que imitaba Duncan en el baile era patrones naturales como: el fluir del agua, el balanceo de las ramas, el viento... para crear una expresión auténtica y viva. Por eso, esta autora es esencial para entender que más allá de la técnica de cada movimiento, es más importante llegar a transmitir la naturaleza de ese movimiento, que está en el interior de cada uno y en lo más sublime de nuestro entorno.

Cuando Isadora baila el espíritu se remonta muy lejos en el pasado. Se remonta hasta la primera mañana del mundo, cuando la grandeza del alma encontraba su libre expresión en la belleza del cuerpo, cuando el ritmo del movimiento correspondía al ritmo del sonido, cuando la cadencia del cuerpo humano se confundía armónicamente con el viento y el mar; cuando el gesto de un brazo femenino era como el pétalo de una rosa que se abre, la presión de un pie sobre la hierba como una hoja que cae acariciando la tierra. (Sánchez, 2003, pág. 13)

Además, Duncan argumentaba que la danza debía ser una extensión del espíritu humano, y al bailar de manera natural, los bailarines podían conectarse con algo más grande y universal. Esta filosofía también se expresaba en su crítica al ballet, que consideraba excesivamente restrictivo. Es por esto, que proponía un retorno a la simplicidad, a un movimiento orgánico, manifestado en su preferencia por bailar descalza y con túnicas que permitían un movimiento libre y sin inhibiciones.

Por otro lado, también cabe mencionar a Martha Graham, bailarina y coreógrafa estadounidense, pionera en buscar nuevos criterios estéticos con innovaciones en las coreografías. También es calificada como “el Picasso de la danza”, pues revolucionó al

mundo con su imponente y dramática forma de bailar hasta consolidarse como la bailarina más importante del siglo XX. En su libro *Los Cuadernos de Martha Graham*, dice:

Lo que añoro algunos días en clase de danza no es la perfección, porque algunos bailarines nunca alcanzarán ese momento de habilidad técnica. . . Lo que añoro es el ansia de encontrar la vida, la curiosidad, el asombro que sientes cuando puedes moverte realmente (Graham, 1973, pág. 12)

Graham usaba temas mitológicos y arquetipos como vehículos para explorar las emociones, creyendo que estos elementos tenían un poder espiritual innato y que, al interpretarlos a través del movimiento, los bailarines podían conectar con su interior.

La búsqueda de la verdad interior era fundamental en la visión de Graham sobre la espiritualidad en la danza. Animaba a sus bailarines a explorar sus propias experiencias y emociones para llegar a una comprensión más profunda de sí mismos y del mundo que los rodeaba. El movimiento entonces se convertía en una forma de expresión espiritual que trascendía lo físico para alcanzar lo sublime.

Estoy absorta en la magia del movimiento y de la luz. El movimiento nunca miente. Es la magia de lo que yo llamo el espacio exterior de la imaginación. Hay un vasto espacio exterior, lejos de nuestra vida cotidiana, por el que a veces siento vagar nuestra imaginación. (Graham, 1995, pág. 9)

Infiero que el bailarín debe ser consciente de su cuerpo y de sus movimientos, ya que este es el instrumento para transmitir y comunicar esas ideas mentales en el escenario. El trabajo de la mente y el cuerpo es abordar temas psicológicos del bailarín y luego pasarlos por el cuerpo. Esto, de modo que más adelante se convierta en material coreográfico. “El actor contemporáneo se ve constantemente corrompido, sin necesidad, por la peligrosa práctica de eliminar los elementos psicológicos de su arte y sobreestimar la significación de lo físico” (Chejov, 1987, pág. 16)

Por eso el bailarín debe trabajar mucho su concentración en sus entrenamientos y ensayos, esto significa un trabajo consciente no sólo de su cuerpo sino de su mente, debe llegar a un punto tan alto de concentración que su creatividad pueda volar y no tener límites con los movimientos o con la técnica, que esta concentración le permita entrar en un estado de libertad creativa que no esté sometida a nada. Es un trabajo que va más allá de un agotamiento físico, debe realizar ejercicios teatrales que le permitan entrar a ese estado de libertad creativa de la que hablamos.

Para concluir, Antonín Artaud, Michael Chejov, Isadora Duncan y Martha Graham compartían una visión de reconocer la danza y el teatro como una expresión espiritual profunda que le permitía al bailarín y al actor no solo conectar con su interior sino con el espectador. Trascender lo físico para alcanzar lo espiritual era un objetivo de lo cual se esforzaban por trabajar a través de diferentes métodos y técnicas.

El trabajo de las emociones

En el baile de la salsa es esencial que la expresividad del bailarín transmita emociones. Las emociones están inmersivas a el interior del mismo. Para expresar una emoción, debemos primero pasar por ella, de esta manera pasamos primero por la experiencia, y al trabajar las emociones de manera consciente es ir a la memoria, a lo vivenciado, al interior. Por ejemplo, para poder transmitir alegría, primero debo saber cómo es estar alegre, de tal manera en que mi cuerpo adopte una postura y una consciencia de dicha emoción y comunique de manera exitosa lo emotivo de la alegría. Tanto el cuerpo como la mente deben de ir acorde a dicha emoción para que se reconozca en su totalidad la

emoción, por ende, se trabaje el interior espiritual. Así con las demás emociones: tristeza, amor, miedo, enfado, asco, curiosidad, sorpresa, culpa, seguridad, etc.

Si existe una comunión entre el artista y su público es gracias a las emociones que la obra de arte consigue suscitar. En la adultez del artista creador, se hace posible considerar el arte como un lenguaje plasmado en el objeto artístico, gracias a que crea un vínculo comunicativo. La obra de arte representa el proceso de confección de un objeto material y, según la forma en que este se perciba, logrará expresar y transmitir un mensaje de forma física, aunque de contenido espiritual. Incluso, buena parte del valor que se le concede a un objeto artístico tiene que ver con su capacidad de despertar, evocar o generar emociones. A este fenómeno se le conoce como "el valor expresivo de una obra de arte. (Castro, 2017, p. 2)

Las emociones hacen parte de la psicología del artista, el actor puede transmitir un monólogo diciendo el texto aprendido o interiorizándolo de tal manera en que habite en su interior, que lo sienta y de esta manera pueda transmitirlo, en este transmitir salen emociones y es preciso que el actor sea consciente de esas emociones que comunica. Así mismo el bailarín de salsa, puede bailar una coreografía, pero si esos pasos van acompañados de emotividad, es una coreografía que transmite más desde el interior, desde el espíritu.

Si un bailarín adopta la rabia para interpretar el clímax o la descarga de la coreografía de salsa, ese punto se convierte en un momento único de la coreografía, no sólo porque es algo único que ningún otro bailarín podría replicar; pues las emociones son expresiones singulares, si bien tienen sus semejanzas y gestos que se replican en otros, pero la expresión es única; sino también porque esa misma emoción se la puede transmitir al espectador. Se involucra al público en su coreografía. Si el bailarín llora y el público también lo hace, quiere decir que sus pasos de baile trascendieron la técnica y todo lo tangible, porque involucró el espíritu no sólo del él sino del otro. Creó desde su interior para llegar al interior del otro.

Conforme a ello, Chejov quería que el actor encontrara esa originalidad y por eso quería que el actor trabajara su interior haciendo un trabajo consciente con sus emociones, la imaginación y la creatividad para que se lograra dar un paso más allá de lo que se acostumbraba a ver. Romper con lo que se acostumbra y lo común es abordar lo único, y que más único que cada ser humano, todos somos diferentes y nos expresamos de manera única. Esto mismo hay que llevarlo a la interpretación de un baile, al bailar salsa, podemos inculcar emociones que nos permitan crecer esa expresión y llevarla a otro nivel. Las emociones van conectadas con esa pista musical o canción, con los pasos de baile, con la gestualidad facial y corporal, con el vestuario, la iluminación y la puesta en escena en general. Es decir que trabajar las emociones no es desligarse del baile de la salsa, sino al contrario, hacerlo más profundo y único. Las emociones atraviesan la expresividad del bailarín que no solo baila, sino que a la vez está diciendo algo, no desde la palabra, pero si desde su cuerpo, que a la vez está ligado con su ser emotivo, afectivo y sentimental.

Como pionera también de la danza moderna, Martha Graham exploró las emociones a través de su técnica y sus coreografías que trataban sobre la pasión, el amor, el sacrificio y la redención. Para ella, la danza era un medio para expresar emociones universales, permitiéndole al bailarín conectar con su interior y transmitir esas emociones de forma única. Para esto ella hacía un trabajo arduo con los bailarines, con entrenamientos físicos arduos en donde trabaja mucho la repetición como medio para lograr ese estado de consciencia.

Además, en su técnica Graham enfatizaba en la respiración como fuente de energía y expresión. Creía que una respiración profunda y consciente le permitía al bailarín conectarse con su centro emocional y espiritual, y que la exhalación podía ser una

liberación de tensiones y emociones reprimidas. Ella veía el acto de bailar como un ritual sagrado, una ceremonia a través de la cual el bailarín podía trascender lo mundano y conectarse con fuerzas espirituales más grandes.

“Me enorgullece poner en escena lo que la mayoría de la gente oculta en lo más profundo” (Graham, 1995, pág. 119). Graham creía en la importancia de la autenticidad y la conexión emocional en el movimiento, viendo la danza como una forma de explorar las emociones y conflictos internos del bailarín. El trabajo consciente de las emociones también construye la autenticidad y el estilo propio del bailarín. No obstante, el actor como parte de su entrenamiento debe hacer un trabajo consciente de las emociones, sobre todo si se trata de la creación de un personaje, no hay mejor manera de conocer al personaje que por medio de sus emociones.

Artaud también trabajaba la respiración como vehículo para encontrar esas emociones “la respiración acompaña al esfuerzo” (Artaud, 1968, pág. 134) en su capítulo de Atletismo Afectivo. Se refería a que al esfuerzo físico + el pensamiento afectivo = emanación de un sentimiento. “El actor por medio de una correcta utilización de la respiración llega a una expresión plena”. (Artaud, 1968, pág. 137).

El actor debe interpretar todas las emociones humanas, pues cada una tiene una proyección física diferente. Por tanto, es importante conocer cómo proyectar estas emociones o más bien descubrir sus habilidades corporales y trabajarlas cada día, y así podrá conocer y emplear una técnica para transmitir por medio de su cuerpo, partiendo primero desde el interior, entendiendo por el cuerpo una expresión de los sentimientos.

Por eso, los bailarines pueden iniciar a entender su cuerpo como una herramienta escénica para luego poder desarrollar todas las capacidades del mismo; entre ellas, la espiritualidad, la expresión corporal, posturas, elongaciones, impulsos, cuerpo en el espacio. Esto hará que el bailarín tenga la capacidad de expresar con su cuerpo ideas, sentimientos y emociones creadas por las situaciones que vive a diario, lo que Artaud llama como “la verdad” de artista, “el público, que toma la mentira por verdad, tiene el sentido de la verdad, y reacciona siempre positivamente cuando la verdad se le manifiesta” (Artaud, 1938, pág. 75).

Cuando Artaud habla de la verdad, se refiere a esa verdad interior, al trabajo espiritual del artista, que se revela y se expresa por medio de sus emociones. Y cuando esta verdad se pone en descubierto, el espectador reacciona positivamente, porque ante lo sublime no hay rechazo, ni confusión. Todos somos seres sensibles que nos permeamos por las emociones de otros, por ejemplo, la alegría es contagiosa, si alguien ríe a carcajadas así no sepamos el por qué, podemos esbozar una sonrisa producto de esa persona que ríe, así mismo con un llanto o grito.

Artaud cuando hablaba de la metafísica en el actor también hacía referencia a lo que el artista no expresa comúnmente, y cómo este debía de entrar en un estado de “peligro” (Artaud, 1968, pág. 43). Significaba recurrir a lo imprevisto en las cosas, a las transiciones intempestivas de los movimientos, a lo brusco que rompe con lo cotidiano, a una imagen pensada, trabajada, pero sobre todo verdadera. Cuando hablaba de hacer metafísica se refería a que el artista escénico, el bailarín de salsa, debía de producir un “estremecimiento físico” o “encantamiento” (Artaud, 1968, pág. 45) de aquel que lo observa, debía de

dirigirse al inconsciente no sólo de él mismo, sino también del otro. Esto superpone el sólo entretenimiento del baile de la salsa.

En su apartado sobre El Teatro de la Crueldad Artaud menciona “alcanzar la sensibilidad del espectador” (1968, pág.86). Entonces, trabajar las emociones es significativo porque no solo se despierta lo espiritual y sensible del bailarín sino también del público. "No queremos abrumar al público con preocupaciones cósmicas trascendentales, que haya una comprensión de todo el espectáculo tampoco le interesa al público" sólo se quiere una consciencia “(Artaud, 1968, pág. 93).

Según Artaud lo que el público busca fundamentalmente en las emociones, en el amor, el crimen, es “el estado poético, un estado trascendente de vida” (1968, pág. 123). Cuando hablaba de lo poético se refería al hombre total y no al hombre sometido a leyes y reglas. Estas emociones se reflejan en imágenes físicas y movimientos con significado “Esto no está solo para el placer exterior, de los ojos o del oído, sino para el más secreto y provechoso espíritu” (1968, pág. 125).

La mente es afectada por una directa presión sobre los sentidos, las emociones y de esta manera el artista escénico puede alcanzar eso que Artaud mencionaba “el actor es un atleta del corazón” (1968, pág. 131). El bailarín también lo es, “una especie de musculatura afectiva que corresponde a las localizaciones físicas de los sentimientos” (1968, pág.131), el artista escénico utiliza su cuerpo para transmitir sus emociones. Debe entonces colocar la emoción en su cuerpo y conocer de qué manera coloca esa emoción y en qué punto en particular. “No importa saber si el lenguaje físico del teatro puede alcanzar los mismos objetivos psicológicos que el lenguaje de las palabras, si puede expresar tan bien los sentimientos, las emociones y las pasiones.” (Artaud, 1968, pág. 75).

Por otro lado, también podemos ver una técnica que trabaja las emociones a través del movimiento que es la Danzaterapia, “la danzaterapia utiliza el movimiento con la intención de promover la integración psicofísica de las personas” (Panhofer & Rodríguez, 2005). Esta fue desarrollada alrededor de los años 40 y 50, el cual procura que el movimiento corporal refleje el estado de las emociones internas. La danzaterapia es fundamental para los bailarines al facilitar una mayor conciencia y manejo de sus emociones, lo que se traduce en una expresión artística más auténtica y profunda. A través del movimiento, los bailarines pueden liberar tensiones y bloqueos emocionales, mejorando tanto su interpretación en el escenario como su bienestar general a modo de terapia. Este enfoque terapéutico también fomenta la creatividad y la improvisación, permitiéndole al bailarín de salsa explorar nuevas formas de expresión y establecer una conexión más intensa con su audiencia.

En todo caso, se plantea las emociones como una herramienta para llegar a esa espiritualidad antes mencionada. Pues abordar las emociones es un privilegio que permite explorar todo el ser interior, por ende, permite un despojo del bailarín que lo hace expandir su visión y su expresividad corporal.

La improvisación teatral

“La vida es un ejercicio de improvisación” (Hodgson y Richards, 1986). Por medio de la improvisación teatral podemos encontrar varios factores que se relacionan con ese interior que se desea abordar en el bailarín de salsa: el instinto, el impulso y la creatividad. Además de las emociones, estos factores ayudan a que ese interior pueda abordarse de una

forma consciente y eficaz. Trabajar con el instinto y no con la razón del bailarín significa romper con lo cotidiano, lo normal, lo rutinario, romper con la forma, con lo usual y común. La improvisación teatral nos brinda otras miradas y otras perspectivas de la vida cotidiana, pues dentro de la improvisación existe un término llamado Aceptación, es decir que se acepta toda propuesta creativa. “Improvisar no es entonces, expresar la escénica de mi naturaleza profunda, sino entrar en los movimientos de ese flujo cambiante que sería ese «yo profundo»” (Bardet, 2014, pág. 130). Esto es fundamental, ya que, para abordar el interior del bailarín de salsa, es necesario no predisponer la mente y el cuerpo, no tener prejuicios hacia la creación propia y de otros, no juzgar las ideas, sean nuevas o diferentes y no disponer mucho tiempo en el pensamiento racional o cuadriculado.

La improvisación teatral brinda una mirada más global hacia las propuestas artísticas, una mirada más sensible, al tener consciente un concepto de acoger toda idea para un efecto positivo. No se rechaza por la razón de que no me gusta, o no lo entiendo, si se llegase a rechazar algo debe ser justificado por medio de la escena. De esta manera, el bailarín al adoptar esta filosofía del SI puede navegar más hacia su interior, sin rechazarse a él mismo, sin prevención con su yo interior, sin escrúpulos hacia sus emociones o recelo con sus particularidades.

La improvisación según el diccionario del teatro de Patrice Pavis es “La técnica del actor que interpreta algo imprevisto, no preparado de ante mano o inventado, en el calor de la acción” (Pavis, 1996, pág. 246) y según Artaud es “la deconstrucción verbal y la búsqueda de un nuevo lenguaje físico” (Artaud, 1968, pág. 247). Lo imprevisto tiene relación con la vivencialidad, el estar en el aquí y en el ahora, el romper con lo mecánico y

lo técnico. Como dice Artaud, una deconstrucción verbal y además mental, ya que la improvisación rompe con lo esperado y con los paradigmas mentales.

Cuando un actor o un bailarín interiorizan la improvisación como una herramienta técnica y fundamental en su quehacer artístico, siempre será impredecible, será auténtico, podrá resolver problemas escénicos con naturalidad y desenvolverse de manera más fluida ante una adversidad de la escena. En otras palabras, la improvisación teatral le brinda herramientas al bailarín de salsa para crear desde el interior, sin importar si tiene o no la técnica dentro de sí, sin importar si su pareja se equivoca, o si ocurre un imprevisto en el escenario. Con la improvisación teatral, el bailarín podrá crear movimientos más sinceros y libres sin importar si rompe con lo ya conocido o establecido. Esto implica una ruptura con las convenciones tradicionales al querer acercarse a lo primordial y lo instintivo.

Improvisar según La Real Academia Española es: “hacer algo de pronto, sin estudio ni preparación”, sin embargo, no hay que confundirlo como el hecho de hacer por hacer, pues para improvisar se necesita una consciencia y concentración plena para iniciar ese impulso creador.

Entre otras técnicas teatrales, la improvisación teatral es una técnica escénica que permite contar historias que se generan y desarrollan en el momento mismo de actuarlas. El improvisador es al mismo tiempo dramaturgo, director y actor de la obra que al mismo tiempo la representa. La improvisación teatral requiere tener todos los sentidos activos y despiertos, un estado de alerta, una disposición tanto mental como física para abrazar la escena y dejar que las cosas fluyan. Por eso, es una técnica que tiene como principales conceptos: la aceptación, la cooperación y la escucha. Los cuales permiten la imaginación y

la destreza de los bailarines de salsa. “La interiorización de la técnica necesaria para llevar a cabo este proceso permite favorecer talentos creativos e innovadores” (Atencia, 2015)

La improvisación es la que permite la exploración libre dentro de una escena, es una forma de acercar a los bailarines a descubrir sus facetas o capacidades internas, con las que puede llevar una situación en específico o modificarla por medio de su intuición, sentimientos, interés personal o su misma experiencia. El bailarín de salsa puede improvisar corporalmente para descubrir nuevos movimientos, que suelen ser inesperados y le pueden aportar una sensación de unidad, fluidez y placer, y por ende ese interior se verá reflejado en su cuerpo.

CREATIVIDAD Y CONFIANZA

“El hombre debe aprovechar su propia fantasía para poder existir” (Rebel, 2001, pág. 88). Según Günther Rebel, bailarín, educador y coreógrafo, la creatividad es desarrollar la fantasía en todos los ámbitos posibles y se manifiesta por medio de la experimentación, inadaptación e independencia. Un bailarín de salsa que adopte la creatividad a su profesión debe pues, entrar en un proceso de experimentación interior y corporal con él mismo, ser una persona que se aleje de las normas y ser una artista independiente, que no necesite siempre del otro para crear sus movimientos propios. Rebel también afirma en su libro *Lenguaje Corporal* (2001) que “son precisamente los especiales quienes siempre han proporcionado impulsos para la evolución de los normales” (pág. 89)

Adoptando el término de “los especiales” como aquellos bailarines con creatividad, capaces de crear cosas nuevas e innovadoras que revolucionan constantemente su propio arte y se están preguntando todo el tiempo el cómo hacer las cosas de manera diferente.

Para ampliar la capacidad fundamental de la creatividad es imprescindible para Rebel aproximarse a la sensibilidad, variabilidad y la flexibilidad. Entendiendo la sensibilidad como la aproximación a los órganos sensoriales y a los nervios, la variabilidad como las ideas que puedan dirigirse en diferentes direcciones, y la flexibilidad como sinónimo de la originalidad, una expresión personal que debe ser multifacética. Esto pues, es importante tenerlo en cuenta cuando hablamos de creatividad, ya que no sólo es crear un movimiento diferente sin sentido o significado, sino que es además, ver esa creación desde todos estos conceptos que Rebel propone, para que así se aborde una creatividad que parte y nace desde el interior del artista escénico.

La improvisación teatral contribuye a la creatividad del artista, en este caso, del bailarín de salsa. En primera instancia, al realizar ejercicios de improvisación teatral, el bailarín adopta una habilidad sobre su espontaneidad.

La espontaneidad es la capacidad humana de actuar de manera impensada, pasional o instintiva, esto es, sin planificación o sin que medie demasiado la razón. Las acciones espontáneas son aquellas que se llevan a cabo sin pensarlo mucho, sin premeditación, son las que surgen en el momento. (editorial Etecé, 2022)

La espontaneidad alimentada por la creatividad le permite al bailarín de salsa expresar sus movimientos de una manera más genuina y sincera, ya que no están limitados a una coreografía predeterminada y puede, en cambio, dejar que su estado interior guie su expresión. De esta manera, la improvisación teatral le proporciona una mayor creatividad al bailarín de salsa, brindándole que todo acto creador salga con una mayor espontaneidad e impulso. “Se trata de una técnica de simulación y de una actividad creativa, centrada en el proceso, con una estructura arraigada en la espontaneidad, se manifiesta a través del juego simbólico” (Scena, 2022).

"La expresión estará siempre en equilibrio entre la espontaneidad y la técnica artística. Entre la liberación del yo y el conocimiento de los demás" (Dobbeleare, 1970, pág. 28). Entendiendo la espontaneidad como la capacidad de responder de manera natural y sin inhibiciones a los impulsos internos. La espontaneidad es crucial porque permite la exploración libre de emociones y pensamientos, facilitando una expresión más genuina y personal. Como lo veíamos en el capítulo de la improvisación teatral, es el lado de la expresión que se conecta directamente con la creatividad.

A la espontaneidad debe seguir la técnica, que da una forma y una estructura durable a nuestras inspiraciones y que confiere a nuestras obras un valor comunitario al marcarlas con cierto número de rasgos que las hacen accesibles a los otros. (Motos y Aranda, 2001, pág. 14)

Profundizar en la creatividad es también profundizar en el imaginario del bailarín, despertar ese imaginario fantástico que quizás vamos perdiendo a medida que vamos creciendo. Cuando maduramos, creemos que este proceso debe ir acompañado con la pérdida de la imaginación, una capacidad que tienen bien desarrollada los niños. Por ejemplo, cuando un niño juega con sus juguetes y empieza a crearles una historia, al niño jamás se le acaban sus ideas para continuar esa historia, para el niño todo es posible, no existen los límites, no existe la razón de lo que es para el mundo permitido y normal. Su imaginación es libre, sin ataduras ni restricciones. Ese es el trabajo consciente que se pretende, volver a la imaginación como si fuéramos niños, la improvisación teatral es sacar ese niño interno y dejarlo florecer. "Los elementos creativos se encuentran fuera del intelecto, para terminar, ubicándolos en el inconsciente. La cualidad creativa del inconsciente está vinculada a la fantasía" (Mella 2020, pág. 31).

Transformar lo cotidiano, como dice Castro, significa vivenciar más ese presente y al mismo tiempo construir un nuevo porvenir, se crea entonces una coreografía con significaciones, sean abstractas o incoherentes, pero con un sentido y una motivación profunda. Por esta razón, a través de la espontaneidad, el instinto y el impulso que nos regala la improvisación teatral, el bailarín de salsa puede dar una nueva respuesta en sus coreografías.

“La confianza, según Pablo Briñol (2007), en su libro Psicología social, describen al sentimiento de confianza o el sentimiento de seguridad mediante el cual las personas mantienen sus actitudes” (Ramos, 2021, pág.18). La confianza en un elemento que rompe con el miedo del bailarín de salsa. Improvisar en el teatro significa romper con el miedo, superar los límites metales que producen terror y bloqueo.

“...bloqueo e incomodidad. La aceptación o rechazo depende de factores personales y de nuestro entorno. Pero en cualquier caso si estos nuevos movimientos se incorporan y personalizan facilitan la toma de conciencia del propio cuerpo y amplían en cantidad y calidad el repertorio personal. Cuando hablamos de la toma de conciencia del cuerpo nos referimos al propio cuerpo, a la aceptación de sus limitaciones, al conocimiento de las sensaciones que producen los movimientos, independientemente de estilos.” (Pérez, 2015)

La confianza en la escena brinda seguridad en los movimientos, precisión, un movimiento con detalle y determinación. La improvisación teatral a través de juegos y ejercicios permite romper con la inseguridad del bailarín de salsa, el cual sale a flote cuando se explora algo nuevo. Lo nuevo y lo diferente da pavor, pero ir hacia el interior para encontrarse con lo espiritual significa encontrar movimientos nuevos, diferentes y en la mayoría de los casos abstractos e imprecisos. Llevar esto nuevo a la escena o a una coreografía produce recelo. Sin embargo, la improvisación teatral permite poco a poco

romper con ese miedo, que casi siempre va ligado a la afectividad de la aceptación por las personas, el término famoso del “qué dirán” que disminuye la confianza del bailarín.

Improvisar en el teatro es pasar por hacer el ridículo, algo que nos enseñan desde pequeños a evitar. Tratamos siempre de evitar situaciones vergonzosas, y de quedar en ridículo frente a los demás, antes bien la improvisación teatral nos acerca a pasar por lo absurdo, lo grotesco, extravagante y anómalo para precisamente ir poco a poco despojándonos de la pena.

La confianza que brinda la improvisación teatral enriquece la expresividad del bailarín de salsa al permitirle incorporar elementos personales y únicos en su interpretación, que no sólo lo diferencian de los otros bailarines de salsa, sino que también le ofrecen una interpretación segura y tranquila. De esta manera la improvisación es una técnica que transforma al bailarín de salsa desde su interior, haciéndolo minimizar el miedo a la equivocación y permitiéndole sentirse con más capacidades para hacer y resolver. Este sentimiento de confianza que el bailarín empieza a adquirir inevitablemente se verá reflejado en su cuerpo y en su expresión física.

Günther Rebel dice que muchos de los miedos y las inseguridades pueden superarse o evitarse por el conocimiento, y sobre todo el “autoconocimiento” (2001, pág. 174). Reconociendo que el autoconocimiento hace parte de esa búsqueda espiritual de la que hablábamos arriba, entre más vamos al interior, más nos conocemos. Y de tal modo, este conocimiento se reflejará en los movimientos, en el escenario.

Entonces, la improvisación teatral se presenta como un medio para generar espacios seguros para abordar el interior del bailarín de salsa, en donde se potencia la creatividad y se fortalece la confianza.

INTEGRACIÓN DE CONCEPTOS TEATRALES QUE ABORDAN EL EXTERIOR DEL BAILARÍN DE SALSA: El Lenguaje Corporal, El Gesto, La Acción, La Situación, El Personaje y La Puesta en Escena

El Lenguaje corporal

“El cuerpo expresa todo que con frecuencia el lenguaje verbal no puede más que circunscribir o callar, porque el cuerpo no puede mentir: es el espejo del alma” (Rebel, 2001). Existe el lenguaje verbal y el lenguaje corporal. El primero hace referencia a las palabras como medio de expresión, y el segundo al cuerpo como medio de expresión. Todas las personas tienen diferentes formas de comunicarse, algunas usan la palabra como principal medio de comunicación y otras, en especial los artistas usan su cuerpo como medio de comunicación y expresión. Esto es muy importante, ya que los artistas usan su cuerpo como el principal instrumento de comunicación, de esta manera es fundamental tener un trabajo consciente sobre él. Se rescata una definición de este concepto en el libro Lenguaje no verbal de Imelda Rodríguez y María Hernández, “el lenguaje del cuerpo puede comprender cualquier parte del cuerpo, reflexivo o no, de una parte, o de la totalidad del cuerpo que una persona emplea para comunicar un mensaje emocional al mundo exterior” (Fast, 2010, pág. 8)

Trabajar el lenguaje corporal, así como lo afirma Allison Sullón en su artículo El lenguaje del cuerpo en el Break Dance cuando habla del Lenguaje de las Batallas es:

“Entrenar es solo la práctica de los pasos, pero batallar es razonar un diálogo con el cuerpo, habiendo una relación cuerpo y mente. Los gestos que hacen llegan a ser códigos de comunicación con los que intentan perturbar el baile de su contrincante y mostrarle sus errores. Entre ellos está la mirada y los diferentes movimientos con las manos, códigos de comunicación no verbal que se exponen en la práctica” (Sullón, 2019, pág. 63)

Entendiendo también las batallas de salsa como un escenario donde el bailarín usa su lenguaje corporal para transmitir códigos y señales a su contrincante, que le permite intimidar, ganarse a su público y transmitir todo su potencial dancístico. En esencia, el lenguaje corporal es el pincel con el que el artista pinta las percepciones sutiles de la experiencia humana, haciendo que su arte no solo se vea o se oiga, sino que también se sienta.

Antonín Artaud en su búsqueda por romper los confines del lenguaje convencional y explorar otras expresiones del artista, ofrece una perspectiva revolucionaria sobre el lenguaje corporal. Él infiere en trascender la palabra hablada, adentrarse en el territorio de los gestos, los sonidos y los movimientos que él consideraba el verdadero lenguaje del alma.

“Afirmo que la escena es un lugar físico y concreto que exige ser ocupado, y que se le permita hablar su propio lenguaje concreto. Afirmo que este lenguaje concreto, destinado a los sentidos, e independientemente de la palabra, debe satisfacer todos los sentidos; que hay una poesía de los sentidos como una poesía del lenguaje y que ese lenguaje físico y concreto no es verdaderamente teatral sino en cuanto expresa pensamientos que escapan al dominio del lenguaje hablado”
(Artaud, 1968, pág. 33)

Entonces el bailarín de salsa debe de adquirir “el propio lenguaje” (1968, pág. 36) enfatizando en la originalidad y autenticidad. También en la capacidad que tiene el bailarín para crear su manera de comunicarse a través de su cuerpo, entendiendo que su danza debe ir ligado a la conexión con su espacio y sus materiales escenográficos (vestuario, maquillaje, música, iluminación, objetos...), lo que llamamos las técnicas escénicas.

La verdadera expresión se produce cuando este lenguaje concreto expresa pensamientos que van más allá de lo que se puede decir verbalmente, creando una

experiencia escénica que impacta en un nivel sensorial profundo. Se entiende entonces el lenguaje corporal como una herramienta vital que se ocupa del cuerpo del bailarín de salsa, de su expresión corporal, haciendo énfasis más en el exterior (no como superficialidad o forma) que en el interior. Aclarando que lo uno va relacionado con lo otro, que tanto lo espiritual como lo corporal van de la mano y se enlazan entre sí para incorporar esa expresividad más enriquecedora que se pretende encontrar en dicho intérprete.

Se incorpora el término Lenguaje porque el lenguaje hace referencia a la comunicación que tienen el cuerpo y ciertos gestos, posturas o movimientos del cuerpo que dicen y cuentan algo, es decir, se refiere a la comunicación visual del cuerpo. En el lenguaje corporal también se pueden emitir sonidos, palabras, canciones, etc., que hace relación a lo verbalizado, solo que ésta no es la principal herramienta de comunicación. De esta manera, el lenguaje corporal es más que sólo realizar movimientos o gestos que hacen referencia más a la forma que a lo expresivo. Por eso se debe incorporar un lenguaje corporal tal que el bailarín de salsa pueda expresar no solo movimientos técnicos sino movimientos comunicativos, sea que cuenten una historia o no, que manifiesten algo más que el simple gesto técnico.

Según Günther Rebel, el lenguaje corporal es innato, pues este se puede aprender por la imitación. Es decir, se replica ciertos movimientos que sabemos que están bien y son aprobados culturalmente, por ejemplo, en el baile, la mayoría de los movimientos son imitación de alguien que nombró cierto gesto como técnica innata de la salsa. De ahí en adelante, los demás bailarines adoptan cierta postura del cuerpo que se replica a los demás en su enseñanza.

Rebel en su libro *El Lenguaje Corporal - lo que expresan las actitudes, las posturas, los gestos y su interpretación* (2001), afirma también que el lenguaje corporal se adquiere y es un modo de actuación condicionado socialmente y que depende de factores del entorno, pues este se aprende mediante la educación o mediante el aprendizaje consciente y voluntario. Por ejemplo, todos adquirimos ciertas maneras de saludar, en algunas partes se saluda con la mano, en otras con un abrazo, con un beso en cada mejilla, etc. Estos lenguajes son adquiridos y enseñados desde que somos niños y así nos vamos relacionándonos en la sociedad. De esta manera, en el baile de la salsa hay lenguajes corporales manifestados por gestos que se adquieren y son condicionados al entorno, existe la salsa caleña, la salsa en línea, la salsa cubana, la salsa one-two, la salsa casino, entre otros. Cada una con su peculiar lenguaje corporal.

Rebel además adopta un término al lenguaje corporal que es la comunicación del movimiento en donde dice “imitamos a la naturaleza y creamos cosas nuevas” (2001, pág. 126) y concuerdo con él al afirmar que luego de ser conscientes de nuestro lenguaje corporal se debe adoptar la originalidad en los movimientos, lo que Rebel también llama “movimientos conscientes” (2001, pág. 110) no solo porque el bailarín identifica gestos propios, posturas, ademanes, sino porque además de identificar eso propio, crea movimientos y gestos nuevos.

Rebel también afirma que: “la percepción del lenguaje corporal no es solo un estímulo sensorial que provoca reacciones sino también un acto social” (2001, pág. 97). Él sugiere que entender el lenguaje corporal implica también comprender su contexto social y cultural. En otras palabras, el lenguaje corporal no es solo una comunicación unidireccional de señales físicas, sino que también es una forma de interacción social, donde la interpretación

de gestos, posturas y expresiones faciales están influenciadas por normas sociales, relaciones interpersonales y contexto cultural.

El bailarín de salsa puede aplicar la idea de Rebel al entender que su lenguaje corporal es tanto una comunicación sensorial como un acto social. Esto implica tener presente la relación social de su coreografía hacia su entorno, su relación con su pareja de baile y adaptación de esto al contexto cultural que lo rodea. Permite entonces comunicarse de manera más afectiva con su público a través de gestos expresivos y una energía arrolladora, lo que contribuye a una experiencia de baile más enriquecedora y conectada tanto para el bailarín como para quienes lo observan.

Podemos entender el lenguaje corporal también como un movimiento del interior hacia el exterior. El acto por el que abrimos nuestro cuerpo para dejar escapar la sustancia del ser interior, por eso expresarse corporalmente sería el resultado del retorno a la propia autenticidad y a la traducción de nuestro ser en signos externos que manifiestan el yo interior. “La expresión es siempre la topografía de la vida interior de cada individuo” (Stem, 1976, pág. 34)

El lenguaje corporal adopta una expresión libre “no existe expresión sin libertad” (Motos y Aranda, 2001, pág. 12) que nos permite ser uno mismo, liberar lo automático, permitirle al cerebro que actúe sin ningún tipo de censura para desaprender y romper esquemas. “La libertad de expresión es necesaria como la libertad de pensar” (Stem, 1976, pág. 46) entendiendo que el lenguaje corporal debe comprender la libertad de la expresión del cuerpo, los movimientos deben ser libres y no sometidos solamente a la técnica.

Tomás Motos y Leopoldo Aranda proponen en su libro *Práctica de la Expresión Corporal* entender la expresión del cuerpo como una forma comunicativa. El objetivo de la expresión debe concretarse en traducir nuestro ser interior en signos exteriores para tener una comunicación asertiva.

“Sólo podemos expresarnos si, voluntariamente o no, nos dejamos impresionar por lo que nos rodea o interpela” (Motos y Aranda, 2001, pág. 17). El lenguaje corporal debe pues, dejarse afectar por el entorno para que su expresión tenga un sentido más amplio. Dejarnos afectar por el entorno es analizar a que tipo de público me dirijo, cómo por ejemplo los jurados que evalúan en un concurso, el escenario de presentación, la pareja, los compañeros. En resumen, en qué factores me puedo apoyar para que el lenguaje corporal comunique lo que quiero expresar.

En conclusión, el lenguaje corporal se enfoca no solo en los movimientos como forma sino en los movimientos que dicen. Y que, a su vez, genera un interrogante en el público, un efecto de asombro, sorpresa y admiración.

El gesto

Un gesto es una acción física o movimiento del cuerpo que comunica un mensaje o expresión, generalmente sin la necesidad de involucrar las palabras. Los gestos pueden ser conscientes o inconscientes y pueden variar en su significado según el contexto cultural y social en el que se utilicen. Los gestos pueden incluir movimientos de las manos, brazos, cabeza, cara u otras partes del cuerpo. Pueden transmitir una amplia gama de emociones, intenciones o ideas, desde señalar, saludar, expresar acuerdo o desacuerdo, hasta mostrar

afecto, entre otros. “Todo gesto tiene un carácter informativo de múltiples significados”

(Rebel, 2004 pág. 54).

Günther Rebel, habla del gesto mímico: que radica en imitar sucesos; gesto esquemático: como levantar los brazos en señal de victoria como repertorio básico de expresión corporal; gesto técnico: como un paso técnico se salsa; gesto codificado: como el lenguaje de señas; y gesto simbólico: que puede ser un sentimiento o pensamiento. Así mismo, tenemos gestos involuntarios y voluntarios, es decir, hay gestos que hacemos de manera inconsciente que van más hacia el instinto corporal como rascarnos la nariz cuando nos pica, chinar los dientes y temblar los labios cuando tenemos mucho frío, etc.

El artista escénico incorpora a su técnica una serie de gestos que van ligados a lo que se tiene como establecido, es decir, lo que históricamente se ha incorporado como “la técnica”. Estos gestos conforman la mayoría de su lenguaje corporal. El problema es cuando se realiza de forma inconsciente, como un etilo de imitación al copiar y pegar los pasos de baile. El bailarín de salsa que sonríe todo el tiempo porque cree que debe de hacerlo como un gesto técnico, lo hace de manera robotizada a diferencia del bailarín que adopta el gesto de la sonrisa cuando realmente está disfrutando el movimiento que realiza.

El gesto en el teatro no se limita solo a los movimientos físicos, sino que también puede incluir expresiones faciales, posturas corporales y cambios de voz. Es una herramienta fundamental para comunicar y transmitir significados al público, ya sea de forma explícita o simbólica. Es la expresión física que enriquece la representación de actor y ayuda a construir la narrativa de la obra.

Según Konstantín Stanislavski, el gesto en el teatro es mucho más que un simple movimiento físico; es una expresión completa que involucra la totalidad del ser del actor. Stanislavski creía que el gesto debía surgir de una comprensión profunda del personaje y la situación dramática. Para él, el gesto era la manifestación externa de los impulsos internos del personaje y sus emociones. "El gesto debe ser la consecuencia natural de la vida interior del personaje y no simplemente un movimiento bonito o expresivo que el actor introduce artificialmente." (Stanislavski, 2008, pág. 207).

Para Stanislavski, el gesto en el teatro era una expresión genuina y sincera que surgía de la comprensión profunda del personaje y su situación emocional, por eso los gestos debían de ser auténticos y no simplemente imitados o estereotipados. "Gesto no es mímica, no es la representación de un determinado estado interior; es más bien la prueba de que un determinado estado interior existe." (Grotowski, 1968, pág. 28). Para Jerzy Grotowski, en su libro *Hacia un Teatro Pobre*, el gesto en el teatro es una expresión esencialmente orgánica y ritualista del actor. Grotowski busca gestos auténticos que surjan desde el interior del actor, conectando de manera directa y poderosa con el público, más allá de las palabras, en una forma de comunicación inmediata y pasional.

Podemos entender el gesto teatral también dentro de la técnica del mimo que va más a modo de visualización, como forma física y representación. El mimo utiliza gestos corporales y faciales para comunicar ideas, emociones, acciones o situaciones sin el uso de palabras. Estos gestos son precisos y exagerados, enfocándose en la claridad y la expresión visual. El gesto en el mimo se centra en la economía de movimientos y en la comunicación visual directa con el público. Los gestos pueden ser sutiles o dramáticos, pero siempre están diseñados para transmitir información de manera clara y efectiva. Los mimos entrenan su

cuerpo y su expresión facial para crear gestos que sean poderosos, expresivos y comprensibles para la audiencia, sin necesidad de diálogo verbal. Incluso también usan el gesto mimético, repiten gestos de otra persona y los hacen tal cual. Según Étienne Decroux, en su libro *El cuerpo poético: enseñanzas del mimo*, dice que "el gesto no es un adorno. Es una forma de comunicación que revela la vida interior del hombre, su carácter, sus pasiones, su estado de ánimo, sus deseos, sus instintos, sus miedos, su heroísmo o su cobardía" (Decroux, 1995, pág. 15).

Para Decroux, el gesto va más allá de la representación de movimientos, es una forma de comunicación corporal que implica la totalidad del cuerpo: desde la postura, los movimientos de las extremidades, hasta la expresión facial. Él ve el gesto como una poesía física que puede transmitir emociones, ideas y narrativas sin necesidad de palabras. Decroux enfatiza la importancia de la precisión en el gesto, así como la capacidad de cada gesto para evocar significados específicos y universales. Por eso adopta el gesto como una técnica que se debe trabajar y entrenar muchas veces, ya que el gesto es la esencia misma de la expresión corporal, una forma de poesía física que comunica profundamente.

Así mismo, el bailarín de salsa puede usar el gesto como un medio para expresar emociones a través de sus movimientos corporales, puede usar gestos faciales, posturas corporales o movimientos de los brazos para comunicar sentimientos de alegría, tristeza, amor o ira. También puede apoyarse del gesto para realizar una narración física, es decir, contar una historia a través de gestos llenos de símbolos y significados representativos.

Igualmente, el bailarín de salsa puede usar el gesto para una simple expresión artística única. Pueden explorar movimientos abstractos y gestuales para crear composiciones visualmente impactantes y emocionalmente resonantes. Por ejemplo: sacar

la lengua o morderse el labio. Hay algunos que realizan estos gestos faciales sin darse cuenta como producto a la sensación interna que sienten al realizar cierto paso o movimiento, como hay otros que lo planean y lo coreografían. Sea lo que sea la intención del gesto, el artista escénico lo incorpora como parte de su técnica.

El rol del gesto en la expresión y técnica de la salsa

En el contexto de la salsa, el gesto adquiere un símbolo único y es parte integral de los movimientos técnicos de los bailarines. Sin embargo, para potenciar aún más la expresividad del bailarín de salsa, es fundamental explorar y enriquecer este lenguaje corporal.

El baile de la salsa, más que una simple secuencia de movimientos es una expresión de emociones, conexiones y narrativas compartidas entre los bailarines y su público. En este contexto, el gesto desempeña un papel fundamental como vehículo del lenguaje corporal, enriqueciendo la experiencia de la danza y potenciando su capacidad para transmitir significados universales. Desde los gestos mímicos que expresan alegría y pasión, hasta los gestos técnicos que reflejan la destreza y el virtuosismo del bailarín, cada movimiento en el bailarín puede contar una historia y puede despertar emociones en él y en quienes lo observan.

Es importante aclarar que, hablar del baile de la salsa es hablar de la mezcla de muchos ritmos musicales afrocubanos, que hoy por hoy lo llamamos salsa. A modo de contextualización es importante pasar un poco por entender de donde viene la salsa y cómo

ha evolucionado para que, de esta manera podamos entender como el gesto toma forma en el movimiento.

El baile de la salsa, tal como lo conocemos hoy, es el resultado de un largo proceso de evolución y fusión de varios estilos musicales y de baile, principalmente de origen cubano. Entendiendo que Cuba es el país que más géneros populares ha creado a lo largo de varios siglos. La salsa como género musical y de baile comenzó a formarse principalmente en la década de 1960 en Nueva York, aunque sus raíces se extienden mucho más atrás en el tiempo y espacio. Entre sus orígenes musicales y culturales, el baile de la salsa está influenciado por ritmos cubanos, especialmente el Son cubano que es una mezcla de ritmos españoles y africanos. El son fue evolucionando durante el siglo XX y se mezcló con otros ritmos como el mambo, el cha-cha-chá y la rumba. El baile de la salsa, por otro lado, tiene también influencia puertorriqueña, ya que los músicos puertorriqueños también jugaron un papel crucial en el desarrollo de la salsa, aportando elementos de sus propios estilos musicales, como la bomba y la plena. Al emigrar a ciudades como Nueva York, estos músicos llevaron consigo su música y su cultura.

Cuando hablamos del nacimiento de la salsa es imposible que no sólo mencionemos a Cuba, es supremamente importante reconocer que su nacimiento parte en Nueva York. Durante las décadas de 1940 a 1960, Nueva York se convirtió en un caldo de cultivo para la innovación musical debido a la concentración de inmigrantes de diferentes partes de Latinoamérica y el Caribe. Este entorno multicultural fue clave para la mezcla de sonidos que eventualmente daría lugar a la salsa. El músico cubano Juan José Suárez García realiza un artículo en el 2016 en donde aclara la multitud de ritmos que incluye la salsa y cómo estos se han incorporado y han globalizado lo que hoy por hoy llamamos salsa. Así mismo,

puedo complementar cómo algunos ritmos se solían bailar. Entonces según esto, para hablar del baile de la salsa debemos hablar de la mezcla de:

- El Son (Negón, Kirabá ó Changuí) de 1560: con movimientos de cadera rítmicos y pasos sincopados que reflejan la alegría y la pasión de 1560. (Acosta, 2003. *Cuban Son: Roots, Influences, and Development*)
- La Contradanza Cubana a finales de 1790: mezcla de ritmos europeos y africanos. (Acosta, 2014. *Del Cañaveral a la Fábrica: la Música Cubana en la Cultura de Masas.*)
- La Guaracha a principios de 1800: género del teatro bufo-cubano español. (Orovio, 2004. *Diccionario de la música cubana. Biográfico y técnico*)
- La Habanera de 1843: con movimientos sensuales, herencia afrocubana y española. (Sublette, 2007. *Cuba and Its Music: From the First Drums to the Mambo*)
- El Danzón de 1878: baile elegante y formal con movimientos suaves. (Ortiz, 1995. *Los bailes y el teatro de los negros en el folklore de Cuba*)
- La Guajira de 1880 en las zonas rurales de Cuba: baile expresivo que refleja la vida en el campo. (Moore, 1997. *Nationalizing Blackness: Afrocubanismo and Artistic Revolution in Havana, 1920-1940*)
- La Clave de 1850: secuencia de 5 golpes, un tresillo y dos golpes más. (Roy, 2002. *Cuban Music: From Son and Rumba to the Buena Vista Social Club and Timba Cubana*)

- El Punto de 1800: folclor de cuba con guitarras y percusión. (Leymarie, 2002. Cuban Fire: The Story of Salsa and Latin Jazz)
- La Canción Cubana de 1852: música con poesía y con movimientos fluidos. (Pérez, 2006. Cuba: Between Reform and Revolution)
- La Trova tradicional cubana a finales del siglo XIX: con movimientos serenos y melódicos. (Leymarie, 1993. The Cuban Tres: Origins and Techniques)
- La Criolla del siglo XVIII en Cuba: con movimientos enérgicos y festivos. (Díaz, 2009. Diccionario Enciclopédico de la Música en Cuba)
- El Pregón del siglo XIX en Cuba: con movimientos que imitan los gestos de los vendedores ambulantes. (Pérez, 1997. Cuba and the United States: Ties of Singular Intimacy)
- El Tango Congo del siglo XIX en Cuba: con movimientos intensos de cadera. (Sublette, 2007. *Cuba and Its Music: From the First Drums to the Mambo*)
- El Feeling de los años 40: proveniente del bolero y un estilo jazzístico de las orquestas jazz band. (Giro, 2010. Diccionario enciclopédico de la música en Cuba)
- El Son Montuno a finales de los años 20: primer género cubano utilizado por los salseros y motivo de controversia entre los músicos cubanos que no admiten el cambio de nombre. (Carpentier, 2001. Music in Cuba)

- El Danzonete de 1929: derivado del Danzón, fusionando movimientos del tango y el son cubano. (Leymarie, 2002. *Cuban Fire: The Story of Salsa and Latin Jazz*)
- El Mambo de 1937: derivado del Danzón, con pasos marcados que reflejan la pasión y la vitalidad de la música afrocubana. (Sublette, 2007. *Cuba and Its Music: From the First Drums to the Mambo*)
- El Cha Cha Chá de 1950: derivado del Danzón, con movimientos ágiles de pies y cadera que se realizan al compás de la música cubana. (Leymarie, 2015. *The Cha-Cha-Chá: Cuba's dance of choice*)
- El Guaguancó de 1940: juego de seducción entre el hombre y la mujer. (Leymarie, 2002. *Cuban Fire: The Story of Salsa and Latin Jazz.*)
- La Rumba (enérgico y sensual) a finales del siglo XIX. (Orovio, 2004. *Cuban Music from A to Z.*)

Otros géneros adoptados a la salsa después de la segunda guerra mundial:

- El Yambú
- La Nueva Trova
- La Timba
- El Songo
- La Chaonda

La salsa no es más que un nombre comercial dado a los géneros cubanos, y que algunos de los más famosos músicos como Rubén Blades, Tito Puente, Celia

Cruz, y Óscar de León, entre otros, así lo reconocen en diferentes entrevistas que pueden encontrarse en Internet (Suárez, 2016 pág. 11)

Así como también podemos encontrar géneros más contemporáneos que nos pueden sonar más familiares, debido a que son nombres que los mismos compositores, cantantes y bailarines le han bautizado como: salsa brava, salsa caleña, salsa en línea, salsa casino, salsa choque, salsa romántica, salsa lady style entre otros. La salsa brava es caracterizada por la cantidad de piruetas acrobáticas que se realizan dentro de una coreografía; la salsa caleña es caracterizada por la rapidez de los pies en los pasos de los bailarines; la salsa en línea es comúnmente bailada en muchos lugares del mundo, los bailarines en sus pasos, generan una línea imaginaria en el piso; la salsa en choque es caracterizada por sus pasos que se asemejan en patear un balón de fútbol, sus brincaitos y sus movimientos de caderas; la salsa romántica es caracterizada por sus movimientos fluidos y suaves; y en la salsa lady style sólo las mujeres bailan realizando pasos muy sensuales.

“Básicamente se trata de salsa porque es una forma de identificación que se expresaba principalmente en lengua castellana y que había nacido en el barrio, para cantarle a él, a sus calles, sus esquinas y su miseria, pero también para cantarle al placer y la esperanza de vivir. (Ulloa 2008, pág. 180)

La popularización de la salsa como un género distinto se atribuye a menudo a la influencia de Fania Records, una discográfica fundada en 1964 por Johnny Pacheco y Jerry Masucci. Fania fue crucial para la promoción de la música salsa y sus artistas, como Celia Cruz, Willie Colón, y Héctor Lavoe, entre muchos otros. De esta manera, se fue desarrollando no solo la música de la salsa sino también el baile de la salsa y se fue haciendo reconocida por todo el mundo.

El baile de la salsa como tal también incorporó elementos de otros bailes latinoamericanos y afrocaribeños. La estructura del baile fue influenciada por el mambo, que a su vez se inspiró en el jazz y otros estilos de baile estadounidenses. Con el tiempo, el baile de salsa se diversificó en varios estilos dependiendo de la región geográfica, incluyendo la salsa en línea (estilo Los Ángeles y estilo Nueva York), la salsa cubana, la salsa Casino o “Rueda Casino”, y la salsa colombiana (cuyo estilo de baile se centró más en la salsa caleña, en la ciudad de Cali, con movimientos rápidos más en los pies que en las caderas).

Entonces, la salsa es el resultado de una compleja mezcla de influencias culturales, musicales y sociales. Su rica historia refleja los viajes y las interacciones de diversas comunidades a través del tiempo, creando uno estilos de baile diferentes. Así pues, podemos ver que el baile de la salsa es una mezcla de gestos y movimientos que van arraigados a muchas culturas y regiones.

De todas maneras, aunque haya gestos particularmente adoptados por la técnica de cada género que compone la salsa, se puede decir que el baile de la salsa es perfectamente adoptado como un lenguaje corporal universal. Prueba de ello es que, dentro de las agrupaciones y academias del baile de salsa, hay bailarines que viajan al rededor del mundo participando en competencias, congresos, dando talleres y clases en donde a pesar de que no sepan el idioma del país a donde viajan, se pueden comunicar con los diferentes gestos, haciendo referencia al lenguaje universal de los movimientos. Así los bailarines de diferentes países pueden intercambiar conocimientos y participan de un lenguaje corporal salsero universal.

Entonces, podemos decir que los gestos particulares del baile de salsa componen la técnica de dicho baile. Una técnica que es enseñada a todo aquel que quiera aprender a bailar salsa, y es adoptado como patrones fundamentales para evaluar si la salsa está bien o mal bailada. La técnica según Tomás Motos y Leopoldo Aranda en su libro *Prácticas de la Expresión Corporal* se refiere a:

La técnica reside en la consciencia de las posibilidades, en el dominio de los códigos y en el conocimiento de los logros alcanzados. Es el saber hacer, fundamentados sobre una serie de reglas precisas y de procedimientos constatados por la práctica (Motos y Aranda, 2001, pág. 15)

Por eso, la mayoría de los gestos que hace un bailarín de salsa van asociado a esa técnica que ya es establecido históricamente y por la magnitud de técnicas de los amplios ritmos que comprende la salsa. Es por esto que, sólo podemos mencionar algunos de los gestos más generalizados y universales del baile de la salsa tanto en los hombres como en las mujeres:

La sonrisa

Debido a que la salsa es un ritmo alegre, emocionante, divertido y enérgico. La sonrisa refleja el disfrute y la pasión que sienten por la música y el baile. En los grupos o parejas de baile, la sonrisa crea un ambiente de conexión y complicidad. La sonrisa transmite confianza y seguridad en sí mismos como bailarines, lo que hace que el baile sea más atractivo y placentero para los ellos mismos. La sonrisa también es una forma de interactuar de forma amigable con los demás bailarines y el público, creando así una atmósfera de diversión y camaradería.

La postura

Los bailarines mantienen una postura erguida y elegante, lo que demuestra confianza y control en el baile. La postura refleja la proyección del cuerpo, que proyecta seguridad, grandeza y que resalta el ego del bailarín. Esta postura, en su mayoría, tiene sus raíces en el Ballet. Fue adoptada con el propósito de tener un cuerpo estético que transmita elegancia y estilo, además facilita el control y el equilibrio de los movimientos, y protege la columna vertebral. Es una postura estándar en el ballet, que ha llevado a que el baile de la salsa la adopte, lo cual además se asocia con una excelente técnica del movimiento.

El grito

El grito que normalmente usan muchos bailarines de salsa, sea que bailen en solista, en pareja o en grupo, es manifestado como “baaaa” o “baiaaa”, entre otras aceraciones de onomatopeyas. El grito manifiesta, así como la sonrisa, la alegría, la energía y la vibración que el bailarín siente al bailar. El grito es una expresión que se verbaliza en sonido producto a un severo disfrute del bailarín. Podría decirse que es un gesto que se manifiesta cuando el bailarín está en el clímax de su baile. También usan el grito para darle fuerza y potencia al cierto fragmento de la coreografía.

Figuras acrobáticas

Los bailarines de salsa incorporan figuras acrobáticas en su baile por varias razones. Estas figuras no solo añaden emoción y dinamismo al baile, sino que también les permiten expresar creatividad y destacarse en el

escenario. Además, realizar figuras acrobáticas representa un desafío técnico que muchos bailarines afrontan, estas requieren de habilidad, fuerza, flexibilidad, reacción y coordinación. Estas acrobacias fortalecen la conexión entre los bailarines, promoviendo la confianza y la comunicación en la pareja de baile. Además, las figuras acrobáticas agregan un elemento de espectáculo y entretenimiento al baile de salsa, tanto para los bailarines como para el público, haciendo que la experiencia sea aún más emocionante y memorable.

Las manos Hans

Los dos dedos del centro (el medio y el anular) van contraídos en dirección al dedo pulgar. Esta postura de los dedos de las manos, especialmente en las mujeres, tiene sus orígenes en la danza afrocubana y afrocaribeña. Se cree que esta postura se originó en los rituales religiosos y danzas tradicionales africanas, donde las manos se utilizaban para expresar emociones, comunicarse con los dioses o contar historias a través del movimiento. Las manos reflejan la sutileza, también irradian la feminidad, sensualidad, confianza, coquetería, porte y elegancia de la mujer.

El empeine del pie

Los bailarines de salsa muestran el empeine del pie principalmente porque esto ayuda a realzar la estética, la expresión de las piernas y del baile en general. Este gesto se origina en el ballet clásico, donde la técnica exige mantener el pie arqueado, lo que hace que el empeine se eleve y se muestre. En la salsa, mostrar el empeine del pie agrega elegancia, delicadeza y

estabilidad a los movimientos, reflejando unos movimientos estables y sólidos que se deben a la tensión muscular que requiere la pierna para hacer el empeine del pie. Exhibir el empeine transmite confianza, sensualidad y elegancia, creando una imagen visualmente atractiva y cautivadora en el cuerpo del bailarín.

Así como estos gestos mencionados existen muchos otros que componen la técnica del baile de la salsa, el cual la persona adopta de manera consciente, se prepara con horarios extensos de entrenamientos físicos en los ensayos para que así pueda educar y acoplar su cuerpo al de un bailarín de salsa profesional. Estos gestos le permiten al bailarín adoptar cierto nivel de profesionalismo porque hacen de estos gestos técnicos, unos gestos innatos que el bailarín ya realiza de manera natural y fluida.

Se pretende que el bailarín de salsa además de adoptar todos estos gestos que corresponden a la técnica del baile de salsa, genere y desempeñe un gesto auténtico que rompa sus propias capacidades de expresión. Por esta razón se propone como herramienta para ese gesto auténtico el teatro. Pues el teatro le brinda al bailarín posibilidades de creación y de autenticidad.

Cuando hablamos de autenticidad es preciso traer a uno de los más grandes en el baile de la salsa. Eddie Torres, bailarín y coreógrafo quien es una figura icónica en el mundo del baile de la salsa. Conocido como El Maestro de la Salsa y a veces referido como El Rey del mambo, Torres es ampliamente reconocido por haber formalizado y sistematizado los pasos del estilo de salsa en línea, también conocido como salsa on2. Este estilo se diferencia del más tradicional on1 por el tiempo en que el bailarín marca los pasos en el ritmo musical. Nacido en Nueva York de padres puertorriqueños, Eddie Torres

empezó a bailar desde joven y desarrolló su técnica observando a otros bailarines y actuando en clubes de salsa. A lo largo de los años, su estilo de enseñanza y su enfoque en la técnica del baile, lo llevaron a ser un referente en la comunidad de la salsa.

Torres también es conocido por su habilidad para combinar elementos del mambo con la salsa, enfocándose en la musicalidad y el estilo elegante. Ha enseñado a numerosos bailarines que han ido a tener sus propias carreras exitosas y ha contribuido a la popularización de la salsa a nivel mundial a través de sus clases, talleres y presentaciones en festivales. Su legado incluye no solo su impacto en el baile sino también su influencia en cómo se enseña y se presenta la salsa en el escenario y en las pistas de baile alrededor del mundo. Además, Eddie Torres también adopta estilos jazzísticos con ciertos elementos que lo hacen único en el gremio.

Torres afirma en una entrevista realizada por Diego F. Smud en Tel-Aviv en Israel dice que el bailarín de salsa debe “desarrollar su propia identidad en el estilo” (Torres, 2007) para promover la individualidad y la creatividad dentro de la danza. Él entendía que, aunque la técnica es crucial, la salsa es también un medio de expresión personal que refleja la identidad y las emociones del bailarín.

“Yo le digo a mis estudiantes que utilicen los estilos de los maestros pero que también usen su imaginación para poder desarrollar un estilo propio” (Torres, 2007), animando a sus estudiantes a encontrar y cultivar un estilo único. Torres no solo ayuda a enriquecer el panorama de la salsa con una diversidad de interpretaciones y estilos, sino que también empodera a los bailarines para que se conectaran más profundamente con la música y la cultura de la salsa, fomentando así una relación más personal y significativa

con el arte del baile. Su enfoque subraya la importancia de la autenticidad y la pasión, aspectos que considera esenciales para el verdadero arte del baile salsa.

Hay tanto ahora por ofrecer a los bailarines que no se les puede decir que hay un sólo estilo; me parece muy lindo que aprendan mi estilo, pero el estudiante tiene que desarrollar su propia identidad con su propio estilo (Torres, 2007)

Así como Torres, no se desmerita la técnica la salsa, es fundamental en el bailarín y esencial para ejercer dicha profesión. Pero cuando mencionamos la originalidad del bailarín debemos de ir más allá de la técnica y es por esto por lo que abordamos gestos teatrales que aportan a la creación del propio estilo del bailarín. El estilo propio del bailarín debe ir ligado a lo que quiere manifestar desde su ser, sus gustos, sus objetivos, etc. Si bien, el teatro no es el único camino para construir la originalidad, es una de tantas posibilidades que puede tomar el bailarín de salsa.

“Ahora se piensa más en la técnica, a veces se olvidan de que cuando uno llega al salón es para liberarse, relajarse y divertirse” (Torres, 2007). Torres hacía referencia a los bailarines de salsa que se convierten en robots y sólo replican y hacen por crear un resultado pero que a la vez se olvidan de disfrutar y hacer de sus ensayos un espacio para liberarse. Torres hablaba de los bailarines de antes que no se preocupaban tanto por la técnica de los pasos, sino que se preocupaban más por disfrutar y hablar a través de sus movimientos, "los bailarines del Palladium bailaban de forma espontánea, había mucha vibración y no se copiaban unos a otros; sabían poco, no sabían contar, pero eran espontáneos, sentían la música y eran naturales” (Torres, 2007).

En el libro *Práctica de la Expresión Corporal* de Tomás Motos y Leopoldo Aranda en el capítulo *Las dos caras de la expresión: espontaneidad y técnica*; se aborda la

importancia de equilibrar dos aspectos fundamentales en la expresión corporal: la espontaneidad y la técnica. Este equilibrio es esencial para un lenguaje corporal efectivo y auténtico en cualquier forma de arte, incluida la danza, el teatro y otras prácticas.

La técnica, por otro lado, proporciona las herramientas y habilidades necesarias para estructurar y refinar los movimientos espontáneos. Incluye el dominio de habilidades específicas y el conocimiento de principios que ayudan a controlar y dirigir los pasos de baile de manera efectiva. Motos y Aranda afirman que la técnica asegura que la expresión pueda ser comprendida y apreciada por un público, y que sea reproducible y consistente. Pues es a través de la técnica que los bailarines de salsa son evaluados por los jurados en los concursos y congresos internacionales de salsa.

"Sin espontaneidad la obra es fría y sin vida. Sin técnica, resulta confusa" (Dobbeleare, 1970, pág. 80). Es por eso por lo que en este apartado se subraya la idea de que, ni los gestos técnicos de la salsa, ni los gestos espontáneos que brinda el teatro, no deben predominar una sobre la otra. En cambio, ambos elementos deben integrarse armoniosamente. Un exceso de técnica puede llevar a una expresión rígida y poco auténtica, mientras que un exceso de espontaneidad puede resultar en una falta de claridad y coherencia.

Acción Dramática

La acción dramática en el teatro se refiere a las acciones del personaje y de la obra teatral, pero con un matiz específico, están cargadas de significado contribuyen al desarrollo de los personajes y los temas de la obra. La palabra "dramática" se añade para resaltar que estas acciones no son simplemente acciones cotidianas de la persona, sino que tienen un propósito específico dentro del contexto teatral.

“El gesto es una miniatura poética del movimiento” (Rivas, 2014 cap. 4). Rivas menciona el gesto poético como una expresión corporal que va más allá de la simple acción física, transformándose en una forma de arte en sí misma. La acción en el teatro hace referencia a una acción poética. A diferencia de una acción común, que puede ser puramente funcional o descriptiva, una acción poética tiene un significado más profundo y simbólico. Este tipo de acciones busca transmitir emociones, ideas o conceptos abstractos de una manera más evocativa y emotiva. Si en la coreografía del bailarín de salsa se le incorpora la acción teatral, el bailarín transforma sus pasos técnicos de salsa en pasos poéticos. Pues su baile ya no se refiere solo al lenguaje de la salsa sino también al lenguaje teatral, por ende, se le da una intención y un sentido.

La expresividad del bailarín de salsa se transforma al incorporar una acción en su danza, puesto que el cuerpo de este no solo se enriquecería de gestos de salsa, sino que además incluiría en sus movimientos gestos teatrales, como representar una acción. Esto enriquecería la expresión de sus movimientos. Al combinar la acción teatral con la expresividad propia de la salsa, se nutre la autenticidad del bailarín y eleva su capacidad de transmitir emociones y narrativas a través del movimiento. A través de esta fusión de

disciplinas, se abre un mundo de posibilidades para mejorar la expresividad y la autenticidad escénica del bailarín de salsa.

La acción dramática no solo avanza la intensidad de la obra en el teatro, sino que también revela las motivaciones, los conflictos y las emociones de los personajes. Cada acción dramática está llena de sentido y significado que conecta con el público y contribuye al desarrollo teatral del actor. La acción en el teatro también puede ser hablar y decir cierta palabra o frase.

Cuando se habla de la acción dramática, se está hablando de lo extra-cotidiano, es decir, no es hacer una acción como una persona normal lo haría, sino que es expandir el cuerpo, tensionarlo y llenarlo de significado para propiciar una comunicación más rica y profunda en el contexto teatral. En lugar de ser una acción rutinaria y funcional, la acción dramática está cargada de intencionalidad y simbolismo. "El actor no solo realiza acciones; él encarna la acción misma, dándole una nueva dimensión que trasciende lo ordinario y se convierte en una experiencia compartida con el público." (Barba, 1996, pág. 102)

Eugenio Barba explora cómo las acciones teatrales van más allá de lo ordinario, enfocándose en la expansión y el significado en el contexto del teatro. En el libro *El Teatro Como Actividad Simbólica*, menciona que la acción teatral es una manifestación de un presente transformado. "La acción dramática en el teatro implica una expansión del cuerpo y una intensificación del movimiento, elevando cada gesto a una expresión simbólica cargada de significado." (Barba, 1996, pág. 78)

También Augusto Boal en su libro *El Teatro Del Oprimido* ofrece una perspectiva sobre cómo las acciones en el teatro pueden ser utilizadas para explorar y expresar

realidades más profundas, lo cual puede ser útil para desarrollar la expresividad del bailarín de salsa. "El teatro es el lugar de la acción. La acción es la forma de expresión más directa del ser humano." (Boal, 2001, pág. 23)

Este enfoque de la acción dramática puede ser fundamental en la salsa, ya que busca transformar el acto físico en una representación significativa que resuena con el público. La acción dramática no solo avanza la trama de la coreografía, sino que también revela la psicología interna del bailarín.

En la salsa, la acción dramática puede interpretarse como el uso consciente de los movimientos corporales para expresar y comunicar pequeñas historias, similar a cómo se hace en el teatro. Cada movimiento, paso o gesto en la salsa puede ser visto como una acción dramática cuando se le da un propósito y un significado específico. Los bailarines de salsa pueden usar sus movimientos para contar historias o expresar ideas, enriqueciendo la experiencia para todos.

El objeto escénico

En la acción dramática también se puede incluir otro elemento que hace parte del trabajo consciente del actor, que es el Objeto. La utilización del objeto escénico debe comprender un vínculo e interiorización por parte del actor. El uso del objeto escénico por parte del actor es esencial para el desarrollo de la acción dramática.

El objeto no debe ser simplemente un accesorio, sino que debe integrarse orgánicamente en la actuación, convirtiéndose en una extensión

del cuerpo y un vehículo para expresar emociones y motivaciones del personaje.

El actor debe comprender el significado del objeto dentro del contexto de la escena y usarlo creativamente para enriquecer la representación, ya que no es incluir objetos por gusto propio, por adorno o por ambientación del espacio. Esto implica mantener un dominio en su manejo y buscar una conexión emocional con el objeto, transmitiendo así las emociones del personaje de manera más vívida y creíble.

Cuando el actor logra este uso efectivo del objeto escénico, contribuye significativamente al desarrollo de la acción dramática y a la profundidad de su representación actoral.

La integración del objeto escénico en una coreografía de salsa no solo añade un elemento físico al movimiento, sino que también profundiza la narrativa del baile, ofreciendo al público una experiencia más rica. Por ejemplo, un sombrero en una coreografía de salsa puede simbolizar identidad cultural, mientras que un abanico puede resaltar aspectos de la sensualidad y el ritmo. De esta manera, el objeto escénico se convierte en un componente esencial que amplifica la expresividad del bailarín, permitiendo que su interpretación sea más significativa.

Situación Dramática

La situación dramática es una técnica fundamental en el teatro que el actor aborda para desarrollar un momento o contexto en específico en el cual se desarrollan las acciones de los personajes y la trama de una obra. Establece el entorno y las condiciones bajo las cuales se desarrollan las acciones. Así mismo una situación dramática condiciona en entorno de la obra como el lugar, el tiempo, las circunstancias sociales y emocionales, y cualquier otra condición que influya en los personajes y en la trama. Este contexto es crucial para comprender cómo y por qué los personajes actúan de la manera en que lo hacen.

La situación dramática también se caracteriza por su capacidad de cambio y desarrollo. No es algo estático; evoluciona a medida que avanza la trama. Los eventos y las decisiones de los personajes alteran el contexto inicial, lo que lleva a una evolución en la dinámica de la obra. Esta noción puede enriquecer la expresividad del bailarín de salsa al incorporar elementos de dramatización en su interpretación. Este desarrollo continuo es esencial para mantener el interés del espectador y desarrollar la narrativa de la obra. Pues debido a las circunstancias dadas de la obra, esta no finaliza de la misma manera en la que inicia.

"En la tragedia, la situación dramática es aquella en la que un cambio fundamental en la fortuna del héroe se produce debido a una serie de eventos causales y decisiones, generando así una estructura narrativa que provoca una profunda empatía y reflexión en el espectador" (Aristóteles, *Poética*, en Recuero, 2004, pág. 50)

Las circunstancias dadas dentro de una situación se refieren a los diferentes sucesos en los que un personaje puede atravesar. Los sucesos no sólo corresponden al personaje sino a la obra en general. Dentro de la obra van ocurriendo ciertos sucesos que detonan una situación en particular. Por ejemplo, si ocurre un suceso de la muerte de un personaje, se puede detonar una situación llena de melancolía, conflictos o tristezas. Esta situación hace que los otros personajes realicen ciertas acciones como preparar un entierro, reunirse con sus familiares, entrar en depresión, hacer una fiesta, etc. Estas circunstancias pueden ser presentadas explícitamente al inicio de la obra o pueden ser reveladas gradualmente a lo largo de la narración.

Incorporar la situación dramática en una coreografía puede proporcionar un contexto más profundo de los movimientos del bailarín. En lugar de realizar pasos técnicos de manera aislada, el bailarín puede construir una narrativa en su coreografía, como por ejemplo una historia de amor. Esto le agrega, así como en la acción, una capa de significado a sus movimientos. Al integrar estos contextos simbólicos en su actuación, el bailarín convierte cada gesto en una expresión de una historia más amplia, enriqueciendo así la interpretación.

Además, la situación dramática ayuda al bailarín a expresar emociones de manera más auténtica. El bailarín puede transmitir sentimientos que no necesariamente tienen que salir de su interior personal como lo hablábamos en el capítulo del trabajo interior del bailarín. El bailarín puede crear una situación que transmita pasión, tristeza o la alegría de forma más genuina. Por ejemplo, si la situación dramática es una celebración, el bailarín puede utilizar movimientos más alegres y expansivos. En contraste, si la situación implica un conflicto, los movimientos pueden ser más tensos y controlados.

Es importante aclarar que no se trata de un tema de sustitución, o sea que una situación teatral vaya a opacar los pasos de salsa, o que la técnica teatral vaya a imponerse a la técnica de salsa. Como bien lo explicamos arriba, los gestos tanto de la salsa como del teatro hacen parte de la técnica de cada disciplina y esta si bien evoluciona, pero no cambia. “No se trata de suprimir la palabra en el teatro, sino de modificar su posición y sobre todo de reducir su ámbito y que no sea sólo un medio de llevar los caracteres humanos a sus objetivos exteriores” (Artaud, 1968, pág. 73).

La situación dramática también influye en la interacción con la pareja y el espacio escénico. Si la situación dramática implica una confrontación, los movimientos pueden volverse más intensos y dinámicos, creando una mayor interacción física y emocional con la pareja. Además, el uso consciente del espacio puede reflejar la tensión o resolución de la situación dramática, transformando el escenario en un campo de batalla o un espacio de reconciliación, según la situación planteada.

Punto de giro

El punto de giro en una situación dramática es un suceso que es un punto de inflexión en la trama, un giro inesperado o una revelación importante que afecta a los personajes y la dirección de la historia. El giro dramático o el punto de inflexión, es un momento crucial en la trama de una obra teatral en el que se produce un cambio significativo en la situación dramática. Este cambio puede ser repentino o gradual, pero tiene un impacto fundamental en todo, ya que altera el curso de los acontecimientos y a menudo introduce un nuevo conflicto.

El punto de giro lleva al cambio de los personajes o la obra en general. Este momento es crucial porque marca un antes y un después en la obra, dividiéndola en dos partes distintas: antes del punto de giro y después del punto de giro. Es un elemento clave en la estructura de la narrativa teatral y puede ser el momento más memorable y poderoso de una obra o escena.

De esta manera, el punto de giro proporciona al bailarín una oportunidad para transformar sus pasos durante la coreografía. Ese punto de giro se puede dar en un momento clave de la pista musical. Esto le permite al bailarín ajustar sus movimientos, la dinámica y su energía, creando una transición que captura la atención del público y transforma la narrativa visual de la coreografía.

El punto de giro dentro de una coreografía de salsa no necesariamente tiene que mantener una narrativa. Por ejemplo, un punto de giro en una coreografía puede ser que el bailarín se caiga intencionalmente, esto genera un efecto sorprendente que alarma al público sobre la ejecución del baile. Al introducir un elemento inesperado como una caída intencional, el bailarín puede romper con las expectativas previas, creando un momento de impacto que captura la atención de todos.

El personaje

El personaje teatral se entiende por la representación actoral de cada uno de los seres humanos, sobrenaturales, simbólicos, animales o incluso objetos. El personaje es quien realiza la acción dramática y tiene una caracterización tanto física como psicológica. Se pueden construir personajes estereotipos (que ya existen o tienen una manera de ser y actuar preestablecidos) o construir personajes auténticos y únicos.

El personaje teatral debe incluir un vestuario, maquillaje o máscara, postura, una voz acorde a su estatus en la sociedad, a su manera de ser y pensar. En otras palabras, el personaje teatral es un rol o entidad ficticia creado e interpretado por el actor. Los actores trabajan para dar vida a estos personajes, creando una interpretación que sea coherente y convincente dentro del universo de la obra.

Todos los personajes teatrales sean personajes protagónicos, antagonistas o secundarios contribuyen a la riqueza y complejidad de la obra teatral. El trabajo del actor radica en la capacidad de crear y representar diferentes personajes, todos únicos y diferentes entre sí.

Eugenio Barba en su libro *El Arte Secreto del Actor* examina cómo el personaje teatral es una construcción compleja que implica una serie de elementos físicos, psicológicos y sociales. Barba escribe: "El actor no solo se pone en la piel del personaje, sino que debe transformarse en él, haciendo que cada aspecto de su presencia escénica sea una extensión de esa identidad" (Barba, 1991, pág. 75).

La creación de un personaje en el bailarín de salsa puede brindarle posibilidades de interpretación únicas e inigualables. Por ejemplo, si un bailarín de salsa adopta la postura o

las expresiones faciales de un anciano en determinado momento de la coreografía, le permite generar un toque cómico en su interpretación. O si por el contrario elige representar a Michael Jackson, este bailarín puede adoptar su vestuario y algunos pasos icónicos de este personaje, permitiéndole encontrar una originalidad en su coreografía.

La profundidad del personaje en la coreografía de salsa se puede enriquecer mediante la exploración de sus motivaciones internas y externas. Un personaje bien definido no solo sigue una serie de movimientos, sino que cada paso y cada gesto reflejan sus deseos, miedos y objetivos. Por ejemplo, un personaje que enfrenta una tensión interna puede expresar su conflicto a través de movimientos tensos y rápidos, mientras que un personaje que busca la reconciliación o la paz puede optar por movimientos fluidos y armoniosos. El trabajo del bailarín al interpretar estos matices permite al público percibir no solo el estilo de baile, sino también la esencia física y emocional del personaje.

El desarrollo del personaje a lo largo de la coreografía puede implicar una evolución en su estilo de baile, así como también puede dinamizar su interacción con otros personajes o compañeros de baile. A medida que la coreografía progresa, el personaje puede experimentar cambios emocionales o de estatus que se reflejan en su forma de moverse y en sus relaciones con otros bailarines. Por ejemplo, un personaje que comienza con movimientos tímidos y reservados puede volverse más audaz y expresivo a medida que gana confianza. Esta evolución dinámica añade riqueza interpretativa al bailarín.

El conflicto

Se entiende por toda situación de choque, desacuerdo, permanente oposición o lucha en el personaje. Todo personaje teatral debe tener un conflicto sea interno (que radica desde su propia psicología, con su propio

ser interior) o externo (que radica por el espacio, otro personaje, un objeto o algo externo a su ser interior).

Al profundizar el conflicto en el personaje requiere entender que se habla de la fuerza o pugna de una o varias fuerzas manifestadas en personajes, situaciones o pensamientos. Además, el conflicto define las motivaciones y objetivos del personaje, permitiendo su desarrollo a lo largo de la obra. Es a través de la resolución de estos conflictos que el personaje se puede transformar dentro de la misma obra teatral.

El bailarín de salsa puede incorporar un conflicto al mostrarse inquieto por algo o con alguien. Por ejemplo, en su coreografía puede evidenciar una urgencia tenas por ir al baño, y de esta manera acelerar sus movimientos, incluir el temblor en su cuerpo y mostrar expresiones faciales que denotan su conflicto. Esto hace que en la coreografía el bailarín despierte un efecto de interés en el espectador.

La técnica de creación de un personaje puede enriquecer el lenguaje del bailarín de salsa puesto que el teatro refleja la realidad humana valiéndose del cuerpo para transformarse, es decir, que los movimientos y pensamientos del bailarín pueden componer un personaje mediante técnicas de expresión corporal relacionadas con la energía, peso, espacio, tiempo, etc.

Además de lo ya mencionado podemos mencionar las acciones básicas o simples que Rudolf Von Laban propone, incorporarlas y estudiarlas como parte de la destreza corporal tanto del bailarín como del personaje. Acciones que van relacionados con la

calidad del movimiento en el espacio, tiempo, peso e intensidad: sacudir, retorcer, deslizar, empujar o presionar, flotar, golpear, palpar y latigear.

Estas le pueden dar al bailarín de salsa una profundidad adicional en su interpretación, al permitirle explorar y expresar una gama más amplia de movimientos. Además, estas acciones básicas permiten al bailarín experimentar con la dinámica de su movimiento en el espacio, el tiempo, el peso y la intensidad, proporcionando una mayor riqueza a la coreografía. La capacidad de variar la calidad del movimiento en relación con el contexto emocional del personaje puede resultar en una interpretación más atractiva. Las acciones básicas de Rudolf Von Laban no necesariamente tienen que nutrir al personaje, pues el bailarín puede decidir no incorporar un personaje, pero si una acción de sacudir dentro de un paso de baile.

La puesta en escena

La puesta en escena en el teatro es el proceso mediante el cual se materializa la dramaturgia (texto teatral) en una dramatización (representación visual en el escenario). Este concepto abarca todos los elementos visibles y auditivos que contribuyen a la creación de una obra teatral, incluyendo la disposición de los actores. La puesta en escena no solo da forma física a la obra, sino que también transmite la atmósfera, el tono y las intenciones que el texto busca comunicar. A través de la puesta en escena, el director y el equipo teatral transforman las palabras del guion en una experiencia única para el espectador.

Podemos mencionar temas de las técnicas escénicas teatrales que comprenden la puesta en escena y que, por otro lado, no son ajenos al bailarín como: el vestuario, la

iluminación, la escenografía, el maquillaje y la música. Estas técnicas son fundamentales en una obra teatral, pues cada una de ellas va enlazado o relacionado con los objetivos de la obra y los personajes. Estas técnicas las puede incorporar el bailarín de salsa de manera consciente y de esta manera puede generar una puesta en escena.

Además, la puesta en escena debe considerar la interacción entre todos los componentes técnicos y artísticos. La iluminación, por ejemplo, no solo ilumina el escenario, sino que también puede realzar el estado de ánimo, enfocar la atención del público y crear efectos dramáticos. El vestuario y el maquillaje contribuyen a la caracterización de los personajes, mientras que el sonido y la música refuerzan la atmósfera y el ritmo de la obra. Cada uno de estos elementos debe integrarse armoniosamente para lograr una experiencia teatral completa y eficaz, haciendo que la puesta en escena sea una técnica fundamental en una producción teatral.

La puesta en escena de un bailarín de salsa puede incluir una música en particular que por ejemplo habla de la guerra; O puede incluir un maquillaje que revele el conflicto de un personaje abatido y maltratado como moretones en el cuerpo; o puede incorporar en su escenario o espacio de baile la iluminación azul con destellos, detonando una atmosfera que revela el agua, generando una sensación de que se está bailando debajo del mar; o el bailarín puede incluir en su coreografía una escenografía que revela un espacio en particular, por ejemplo un semáforo que muestra que el bailarín baila en la calle.

A partir de la puesta en escena, el bailarín de salsa incorpora estas técnicas escénicas en sus movimientos, abriéndole nuevas posibilidades de interpretación en su lenguaje corporal. Se entiende que cuando nos referimos a la puesta en escena, nos

referimos a la mezcla de todos los gestos del baile de salsa mezclados con gestos de teatro llevados al escenario.

Cuando se menciona el escenario, no necesariamente nos referimos al escenario común superpuesto en un teatro o en un auditorio, sino el escenario como el lugar de las tablas, que puede ser el salón de ensayo donde se lleva no solo la creación sino la puesta en escena. La puesta en escena para Artaud es “el lenguaje en el espacio y en el movimiento” (1968, pág. 43) además dice que “la expresión puesta en escena no se emplea para designar esa suntuosidad artística y exterior que corresponde exclusivamente a los trajes, luces o decorado” (1968, pág. 42).

Entonces se afirma que la puesta en escena del bailarín además de comprender la técnica de los movimientos de salsa, comprende también las técnicas teatrales ya mencionadas. Por eso afirmamos que todos estos elementos le brindan al bailarín de salsa una autenticidad que le permite transmitir mucho más de lo que puede imaginar.

FASE DOS

ASPECTOS METODOLÓGICOS

Partiendo de una mirada acción-participativa como recurso investigativo y metodológico, este proyecto busca experimentar en un terreno poco explorado en la ciudad de Medellín: la combinación entre el teatro y el baile de la salsa. En Medellín, partiendo desde mi experiencia, los bailarines de salsa y los actores han sido tradicionalmente educados de manera separada, con escasos puntos de encuentro entre ambas disciplinas. Quizá en el teatro se integre la salsa como recurso pedagógico que le da habilidades al actor para su dominio corporal, sin embargo, se aborda la danza más de una manera en general, no se adentra en ritmos específicos como la salsa. De igual manera, en el baile de la salsa quizás las academias de baile en sus recursos didácticos puedan incluir ejercicios de expresión corporal, pero no es una metodología consciente que aborde el teatro como recurso fundamental en sus técnicas de enseñanza. Es decir, es poco visto que se contemple el teatro como recurso didáctico para el bailarín de salsa. Esta separación ha llevado a que el teatro sea visto comúnmente como un medio de expresión reservado sólo para los actores, mientras que los bailarines de salsa se centran principalmente en el dominio técnico y coreográfico de su baile.

Esta dicotomía entre el teatro y la salsa se refleja en la escasez de propuestas pedagógicas que integren ambas disciplinas en el ámbito del aprendizaje del baile de salsa. La idea de usar el teatro como recurso didáctico para potenciar la expresividad del bailarín de salsa es aún poco explorada y, en muchos casos, subestimada. Sin embargo, con este

proyecto propongo desafiar esta concepción convencional, reconociendo el potencial del teatro que enriquece la práctica del bailarín de salsa a través de sus técnicas antes mencionadas en el marco teórico.

En este contexto, se plantea la necesidad de adoptar un enfoque metodológico innovador y reflexivo que permita explorar la intersección entre el teatro y la salsa desde una perspectiva experiencial, práctica y participativa. En este proyecto, la investigación de acción-participativa se emerge como una herramienta valiosa e importante, al proporcionar un marco para la reflexión personal y la conexión íntima con el proyecto. Pues, es importante aclarar que desde una experiencia personal como actriz y bailarina he podido llegar a la reflexión y a la pregunta generadora de este proyecto.

Es decir que, este proyecto es creado desde la reflexión de una experiencia personal como una mujer artista que se pregunta no solo para sí misma sino también para el resto de los bailarines y actores. La pregunta que me impulsó a iniciar esta investigación no se limita únicamente a mi propia curiosidad, sino que también abarca una preocupación más amplia por el desarrollo de otros artistas. Al sumergirme en mi propio viaje como actriz, he sido testigo de la poderosa transformación que puede surgir del autodescubrimiento y la exploración creativa que brinda el teatro. Uno de los frutos que más valoro y puedo mencionar es La Confianza.

Este proyecto comprende una investigación con acción participativa, puesto que mi voz y mi experiencia aparecen, pero el foco está más puesto en lo que otras personas pueden experimentar. Pues al ya vivir el encuentro con la salsa y el teatro, ahora se desea probarlo y explorarlo en otros.

Mi motivación para emprender este proyecto radica en el deseo de compartir los frutos de mi propia travesía con otros. Lo que he vivido, experimentado y aprendido a lo largo de mi carrera artística ahora se convierte en una fuente de inspiración y orientación para aquellos salseros que buscan que su interpretación dancística vaya más allá. En este sentido, uno de los propósitos específicos de este proyecto es sintetizar y sistematizar mis experiencias en una propuesta metodológica concreta, que pueda servir como mapa de ruta para otros artistas en su búsqueda de autenticidad y excelencia. Esta propuesta metodológica no solo se basa en mis propias vivencias, sino que también integra el conocimiento y las perspectivas de diversos autores y expertos mencionados en el marco teórico.

Entonces, propongo realizar activamente unos talleres experimentales que permitan la reflexión del bailarín sobre su propia práctica y así pueda establecer diálogos con otros bailarines y expertos en el campo. Es decir, se propone la creación de una serie de talleres en los cuales se integren técnicas teatrales como: la espiritualidad, el trabajo de las emociones, la improvisación, el lenguaje corporal, el gesto, la acción, la situación, el personaje y la puesta en escena; con el fin de explorar cómo estas técnicas pueden contribuir a potenciar la expresividad del cuerpo del bailarín. Estas técnicas se incorporan por medio de ejercicios, actividades, dinámicas, juegos, entrenamientos, reflexiones, etc.

Finalmente, este proyecto aspira a abrir nuevos horizontes en el campo de la pedagogía del baile de la salsa, desafiando las fronteras convencionales entre el teatro y la salsa, promoviendo una visión más holística e integradora de la expresión artística.

Diseño de la Investigación

Para llevar a cabo este proyecto, se empleará un diseño de investigación cualitativa. Este enfoque permitirá una comprensión profunda e integral de la experiencia de los participantes en los talleres de teatro aplicados a la salsa. Integrar una investigación cualitativa me permite, no solo obtener una sistematización totalizada y completa en los resultados obtenidos de mi proyecto, sino también realizar un análisis a manera de reflexión sobre lo ocurrido y qué aspectos puedo mejorar para un próximo encuentro con el proyecto.

La metodología estará centrada en la comprensión profunda de las experiencias vividas y las percepciones compartidas, ya que este proyecto es un laboratorio de investigación y creación.

Esta investigación tiene dos momentos: el primero es indagar y realizar un análisis documental y una revisión exhaustiva de la literatura existente sobre los temas a tratar en cada taller, con el fin de identificar las técnicas teatrales pertinentes que podrían ser aplicadas al cuerpo del bailarín de salsa. Esta revisión bibliográfica servirá como base teórica para fundamentar y contextualizar la propuesta metodológica y como punto de partida para la creación de las didácticas de cada taller.

Esta etapa inicial no solo implica la recopilación de conceptos y autores, etc. sino también la exploración reflexiva de diferentes enfoques y estrategias, lo que contribuirá al desarrollo de una metodología única y personalizada para los talleres.

En un segundo momento, se llevará a la práctica dicha investigación con una serie de talleres didácticos. Con diferentes personas o grupos de bailarines de salsa, con la intención de verificar si dicha experiencia que me atraviesa realmente llega a significar sobre estos otros. Que, además se encuentran en el recorrido de aprender a bailar salsa o

que ya lo experimentan como ejercicio de vida. Por tanto, mediante los talleres se busca entender si se puede o no aportar en esta relación de teatro-salsa.

En esta fase se encuentra el diseño y desarrollo de los talleres de teatro aplicado al cuerpo de los bailarines de salsa. Estos talleres se estructurarán de manera progresiva, comenzando con ejercicios de calentamiento, seguidos por actividades que integren las técnicas teatrales antes vistas. Se invitará a participantes de diferentes niveles en el baile de salsa, por medio de las redes sociales y el voz a voz

Durante la realización de los talleres, se utilizarán diferentes métodos de recolección de datos, incluyendo la observación constante, fotos, videos, reflexiones al finalizar cada sesión y notas en el diario de campo. La observación constante permitirá registrar de manera detallada las interacciones y dinámicas grupales durante las sesiones de trabajo, mientras que las fotos y los videos servirán como registro visual para el análisis posterior. Las reflexiones grupales se llevarán a cabo al finalizar cada taller, con el propósito de recoger las percepciones, dudas, experiencias y aprendizajes de los participantes, cumpliendo con el tercer objetivo específico del proyecto. Además, se invitará a los participantes a mantener diarios de campo, donde puedan registrar sus reflexiones personales y observaciones sobre el proceso de aprendizaje.

En el segundo momento de la investigación se harán todos los talleres de manera presencial y se analizará la información recogida, se tendrán en cuenta las reflexiones para luego realizar las conclusiones. Partiendo de la pregunta ¿que se logró y qué faltó por obtener? Se realizará un análisis cualitativo de los materiales recopilados y los resultados obtenidos mediante una muestra final de los participantes, incorporando todas las técnicas

vistas de los talleres abordados. Esta reflexión permitirá identificar pautas, temas relevantes, dificultades y relaciones significativas en la información obtenida.

Finalmente, los resultados de la investigación se presentarán mediante un informe final en la sesión de conclusiones, que incluirá una descripción de los hallazgos obtenidos y las conclusiones alcanzadas. Este informe estará dirigido a la comunidad académica y artística interesada en el tema, con el objetivo de contribuir al desarrollo de la enseñanza y práctica del baile de la salsa.

Método

Se diseñarán una serie de talleres con técnicas como: la espiritualidad, el trabajo de las emociones, la improvisación, el lenguaje corporal, el gesto, la acción, la situación, el personaje y la puesta en escena; técnicas que están conectadas con mi recorrido teatral en la universidad y que aportaron en mi recorrido como bailarina.

Plan de Trabajo y Cronograma

| LUNES (6:15 - 7:30 PM) | | | | | | | | | | |
|--|------|------------|----|----|----|---------|----|---------|----|----|
| TEMAS | AGOS | SEPTIEMBRE | | | | OCTUBRE | | | | |
| | 28 | 4 | 11 | 18 | 25 | 2 | 9 | 16 | 23 | 30 |
| Reconocer la espiritualidad desde el juego | #1 | | | | | | | FESTIVO | | |
| Las emociones y la improvisación teatral | | #2 | | | | | | | | |
| Calidades del movimiento | | | #3 | | | | | | | |
| La acción dramática | | | | #4 | | | | | | |
| La situación dramática | | | | | #5 | | | | | |
| El personaje y el conflicto | | | | | | #6 | | | | |
| Vida - Arte, profundizando en el interior del bailarín | | | | | | | #7 | | | |
| La puesta en escena | | | | | | | | | | #8 |
| Muestra final | | | | | | | | | | |

Ilustración 1: Cronograma metodológico, 2023

Modelo

| | |
|-------------------------------|---|
| Sesión # | Nombre de la sesión o taller |
| Hora y fecha | El día que está planeada y la hora |
| Propósitos u objetivos | Intención de la actividad. Lo que se pretende con ella |
| Actividad | Desarrollo de elementos didácticos de está con base en los objetivos |
| Materiales | Recursos físicos o digitales requeridos para implementar en las actividades |
| Compromiso | Hacia a donde el guía quiere llevar a sus participantes |
| Hallazgos | El resultado o lo que acontece en la realidad de dicha actividad |

Tabla 1: Modelo Metodológico, 2023

Impacto del proyecto

Vinculación de los bailarines de salsa a los talleres de teatro:

Se quiere invitar a varios bailarines de salsa en la ciudad de Medellín para que participen en los talleres que se dictarán. Se aspira a tener al menos 10 bailarines. Se quiere que los participantes de los talleres puedan tener una cierta permanencia, que puedan asistir a la mayoría de los talleres para recibir todas las técnicas propuestas a abordar.

Con respecto al cronograma:

Se desea que el cronograma propuesto se cumpla al pie de la letra, con los horarios, número de talleres y técnicas propuestas. Esta precisión es fundamental para asegurar la eficacia y la eficiencia del proyecto. Se pretende que con el cronograma propuesto se pueda tener una metodología organizada y clara, así mismo se pueda tener una detección temprana de desviaciones respecto a las técnicas y fechas iniciales.

Con respecto a lo metodológico, al espacio y al ambiente de los talleres:

Al ofrecer esta propuesta metodológica teatral como parte integral de mi tesis, aspiro a contribuir al enriquecimiento y la variedad del discurso en torno a la enseñanza y práctica del baile de salsa. En esencia, mi objetivo es trascender lo personal y convertir mi experiencia individual en un recurso accesible y enriquecedor para la comunidad artística en Medellín. Al optar por replicar y compartir lo que he descubierto en mi propio camino, no solo busco enriquecer la experiencia de otros bailarines, sino también contribuir al crecimiento y la diversidad del panorama artístico en general.

Se anhela tener un espacio de ambiente teatral, haciendo alusión a la caja negra en el teatro. Con cualidades optimas como, la limpieza, espacio amplio, con tramoya para disponer de reflectores de luz, con piso adecuado para descalzarse y con una adecuada administración del lugar.

Sobre las técnicas teatrales a abordar:

Con este proyecto se desea descubrir cuáles son las técnicas teatrales que más le pueden servir al bailarín de salsa. Descubrir cuáles ejercicios puede propiciar un adecuado entendimiento y acogida de las técnicas propuestas. De tal manera, en que los ejercicios propuestos les permita entender de forma práctica y divertida todas las técnicas.

Se quiere descubrir también cómo esta serie de técnicas teatrales aportan y potencian al bailarín tanto en su expresividad como en su profesión. Abordando técnicas que puedan profundizar desde su interior y su exterior, para que de esta manera se espere que tengan una formación teatral integral que toque tanto lo físico, lo corporal y la expresión como también lo espiritual, lo interior y trascendental. Y que así mismo, comprendan que ambos conceptos tienen relación con su quehacer dancístico, que van de la mano y son indispensables. Se pretende generar una consciencia en el bailarín de salsa que le permita reflexionar, si las técnicas teatrales trabajadas le permiten mejorar su expresividad al momento de bailar.

Se quiere, además, de forma general en todos los participantes, generar una importancia al reconocer el teatro como herramienta fundamental para la práctica de la salsa. Que puedan reconocer el poder del teatro como un recurso valioso que los enriquece. De igual manera que puedan encontrar en el teatro una motivación o punto de partida para

crecer como bailarines. Y así mismo que, puedan reflexionar y escoger cuales técnicas le aportan más con respecto a su visión personal.

Con respecto a la enseñanza generalizada del baile de la salsa:

También se desea impactar la manera en que se percibe y se enseña el baile de la salsa en Medellín. Muchos de los que pueden participar en los talleres, pueden ser profesores o alumnos de diferentes academias. Se desea que los conocimientos que adquieren en los talleres teatrales puedan transmitirlos y llevarlos a su práctica como profesores de baile y así impactar de manera más amplia la pedagogía del baile de la salsa.

Con respecto a mi labor como tallerista:

Anhelo poder ampliar mis conocimientos dentro del campo del teatro y de la salsa, y así mismo compartir mis conocimientos con otros artistas. Deseo contribuir a enriquecer el campo de estudio y a fomentar el intercambio de ideas y experiencias de los bailarines de salsa.

Además, deseo que este proyecto me permita encontrar mi propia pedagogía y estrategias de enseñanza, adaptadas a mi estilo y filosofía personal, lo cual es fundamental para desarrollar una identidad como educadora. Y de esta manera, analizar mi desempeño como tallerista, poder identificar tanto mis debilidades como mis.

Impactar otros espacios a futuro:

Anhelo que este proyecto sirva como trampolín para adquirir confianza y determinación para explorar otros escenarios artísticos. Así como también, poder abordar bailarines de otros ritmos musicales y de esta manera el teatro pueda expandirse a la danza en general. Deseo que el proyecto se pueda seguir desarrollando en el futuro no solo en los

bailarines de Medellín sino a nivel departamental y que pueda así tener un impacto más global.

En mi pregunta como artista:

Comprobar si lo que pasó en mí también puede pasar en otros. Si el teatro le regala habilidades de confianza, seguridad, destreza, interpretación, originalidad, autenticidad, expresión, autoconocimiento, sanación, indagación del interior y exterior, libertad etc. Se busca comprobar si las transformaciones que experimenté a través del teatro pueden ser replicadas en otros.

Este proyecto investigativo busca no solo confirmar la validez y la universalidad de estas habilidades adquiridas a través del teatro, sino también identificar las técnicas más efectivas para su aplicación en los bailarines. Asimismo, se aspira a explorar cómo estas habilidades pueden ser en la vida cotidiana, el trabajo, la educación y otros aspectos de la sociedad, contribuyendo a un desarrollo personal y social.

Impactar en la actitud y visión de los participantes:

Se desea también que los bailarines de salsa puedan descubrir nuevas maneras de crecer como bailarines, no sólo mejorando tu técnica de la salsa sino aprender sobre otras disciplinas y profesiones que le complementan su conocimiento en el baile.

Desarrollo de la propuesta

A continuación, se encuentran cada uno de los talleres, en ellos se puede observar la pretensión que hay en cada uno de dichos momentos, lo que se espera por parte de quien guía y acompaña, de igual forma el resultado por parte de quienes participan.

| | |
|---------------------------|---|
| Sesión #1 | Reconocer la espiritualidad desde el juego |
| Hora y fecha | Lunes 28 de agosto 2023 |
| Propósitos y objetivos | <ul style="list-style-type: none"> • Reconocer el interior del bailarín • Conocer a todos los participantes, sus destrezas y habilidades. • Propiciar una adecuada disposición y concentración del taller • Aplicar la colectividad y el trabajo en equipo • Encontrar nuevos movimientos. • Crear desde el interior • Construir libertad de expresión |
| Actividades a desarrollar | <p>15 min / Presentación, romper el hielo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Presentación propia y de los participantes de mediante el juego “retentiva de nombres”. • Juego de energía grupal “JIA”: Cada uno le pasa su energía a su compañero por medio de unos códigos de karate. <p>25 min / Calentamiento, estar en el aquí y en el ahora</p> |

| | |
|--|---|
| | <p>Estos ejercicios le proporcionan al bailarín un estado de concentración entre mente y cuerpo, su relación con el entorno y con los demás, entrando en un estado y situación de vivencialidad ante el presente, y experimentando un estado de conexión interior al interiorizar libremente cada premisa pasando primero por su interior y luego por su cuerpo</p> <ul style="list-style-type: none">• Caminan por el espacio, ocupando siempre los espacios vacíos. Metro-ritmo: Con ayuda de un metrónomo se camina por el espacio con diferentes velocidades y ritmos.• Pelota sonora: Todos caminan por el espacio y a la persona que le caiga la pelota, emite un sonido. Sensación de que el sonido de la pelota se activa cuando alguien la atrapa.• Centro Motor: Al caminar por el espacio, se menciona una parte del cuerpo como, por ejemplo, la cabeza. Y esta parte del cuerpo es el encargado de dirigir el movimiento del resto del cuerpo.• Prefijos insólitos: Cada vez que suene la trompeta todos salen corriendo del espacio creativo (escenario), y el último que quede inventa un prefijo insólito como por ejemplo “discañon” “permejeringa”, etc. Pensar “para que sirve” ese objeto inventado. |
|--|---|

| | |
|-------------|--|
| | <p>20 min / Bailar salsa sin técnica, sin coreografía y desde el colectivo</p> <p>Romper con la técnica de la salsa y crear pasos nuevos, de manera colectiva. Estos ejercicios hacen referencia al lenguaje corporal y el gesto, pues a los pasos existentes de salsa se le añade movimientos imprevistos abstractos. Se trabaja la creatividad y el instinto al proponer pasos nuevos en poco tiempo.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Rombo creativo: entre todos forman un rombo, 4 personas liderando las 4 puntas y el resto adentro del rombo. Inicia un líder de punta creando un paso básico de salsa, el resto lo siguen y cuando el líder crea necesario le pasa la energía a otro líder de punta que hace los mismo. Ningún paso se puede repetir, crear pasos nuevos. |
| Materiales | <ul style="list-style-type: none"> • Música en una memoria o celular • Trompeta o bocina • Metrónomo • Pelota |
| Compromisos | <ul style="list-style-type: none"> • Traer ropa cómoda de color negro • Anotar el número de cada uno o crear grupo en wpp |

| | |
|------------------|--|
| <p>Hallazgos</p> |  <p><i>Ilustración 2 y 3: Centro Cultural F. Artes UdeA, Carlos E Restrepo, 2023</i></p> <p>El taller se realiza con 3 personas, todos bailarines de salsa y algunos con poco contacto con el teatro</p> <ul style="list-style-type: none">• Se nota que los cuerpos de todos son hábiles, dinámicos y con mucha soltura, esto facilita y enriquece los ejercicios de expresión corporal. Entienden muy bien las premisas y hay buen rendimiento físico, no hay cuerpos perezosos.• En los ejercicios en donde la mente se involucra más que el cuerpo como “los prefijos insólitos” se nota que a todos les |
|------------------|--|

| | |
|--|--|
| | <p>cuesta salirse de lo cotidiano y conocido para entrar en un mundo de ficción.</p> <ul style="list-style-type: none">• Los participantes describen el taller en 3 palabras: DIVERTIDO, EXPECTATIVA, LIBERTAD.• Uno de los participantes me dice: “me cuesta entender cómo es posible unir el teatro con la salsa, siento que son dos cosas completamente diferentes”. Otro de los participantes me dice “es la primera clase que tengo con tanta libertad de movimiento”. Y otro participante expone “pienso que el teatro no solo me sirve para el baile sino también para la vida”. |
|--|--|

Tabla 2: Taller 1, Reconocer la espiritualidad mediante el juego, 2023

| Sesión #2 | LAS EMOCIONES Y LA IMPROVISACIÓN TEATRAL |
|---------------------------|--|
| Hora y fecha | Lunes 04 de septiembre 2023 |
| Propósitos y objetivos | <ul style="list-style-type: none"> • Generar estado de creación y concentración. • Trabajar no solo el cuerpo físico, sino también el interior. • Encontrar que el bailarín refleje emociones, sensaciones e imágenes pérticas. • Examinar la creatividad de cada uno. • Integrar la improvisación teatral • Generar la confianza interior, • Romper con el miedo a la equivocación y al error. |
| Actividades a desarrollar | <p>15 min / Presentación, romper el hielo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Presentación mía y de los demás con el juego “Retentiva de Nombres” • Juego de energía grupal “JIA” • Juego de CALLES Y CARRERAS: Los participantes formarán filas, formando calles y carreras. A la señal, el policía sale corriendo detrás del ladrón. Habrá un líder que indicará la disposición de las filas. El policía y el ladrón deberán circular por ellas sin tocarlas ni sobrepasarlas. <p>35 min / Improvisación teatral</p> |

| | |
|--|---|
| | <p>Se trabaja el interior del bailarín a través de la improvisación teatral y el trabajo de las emociones</p> <ul style="list-style-type: none">• El objeto mágico: Todos forman un círculo alrededor del objeto que está en la mitad del espacio, y al sonido, uno de los integrantes se dirige hacia el objeto generando un vínculo, luego creando una acción y luego una situación con el objeto.• La tostadora: Todos forman una fila de manera horizontal y se ubican en forma de cuclillas mirando hacia abajo. Cada vez que suene un aplauso cualquiera debe de pararse. El que quede arriba debe de iniciar creando cualquier situación.• El riel de las emociones: En el espacio se marcan 4 rieles. Cada riel representa una emoción: Felicidad, tristeza, ira y miedo. Se propone una canción infantil. Se debe pasar por todos los rieles cantando la canción según la emoción.• Radio-escena: Todos cierran los ojos y se sitúan en una fila de manera horizontal, la radio es la voz de cada persona. Se hacen ejercicios de respiración. Suena un sonido y se prende la radio y se escucha: comercial, sección de propagandas, historia de terror, cuentos infantiles, novela romántica, noticias, etc. |
|--|---|

| | |
|--------------------|--|
| | <p>5 min / Reflexión y cierre</p> <p>Cada integrante describe el taller, en una palabra, cuentan sus experiencias, sensaciones y preguntas.</p> |
| <p>Materiales</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Música que estimule la creatividad • Playlist de salsa • Objeto para las improvisaciones |
| <p>Compromisos</p> | <p>Cada uno crea una secuencia de baile de salsa mínimo con 5 movimientos básicos</p> |
| <p>Hallazgos</p> | <div data-bbox="534 856 1214 1362" data-label="Image"> </div> <p><i>Ilustración 4: Centro Cultural F. Artes UdeA, Carlos E Restrepo, 2023</i></p> <p>El taller se realiza con 4 participantes los cuales jamás habían recibido ningún taller de teatro.</p> <ul style="list-style-type: none"> • En este taller se observa que la improvisación teatral es un reto para todos, el término “sin juzgar, sin negar, sin frenar” los hace sentir libres. |

| | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> • A todos les cuesta la concentración y les cuesta evitar las distracciones de afuera. Hay problemas para llegar a un estado de concentración y creación. • El tema de vivenciar “el aquí y el ahora” fue algo nuevo. De esta manera se sintieron incómodos al expresar acciones y emociones que no estuvieran ligados al conocimiento previo o preparación anticipada. • Noto que los que tienen más acercamiento profesional al baile, les cuesta expresar sus emociones en el cuerpo. De esta manera reconozco que hay un trabajo potente y fuerte para realizar con ellos. • Muchos reconocen que el teatro es una disciplina “muy difícil” por la capacidad de despojarse a sí mismo. Algunos reconocen “no sé si sea capaz de hacer teatro, nunca había vivido esto, pero quiero aprender, creo que necesito más confianza y el teatro me lo está pidiendo”. • Uno de los participantes comenta “me siento confundido, no sé de qué me va a servir esto para el baile o para mí como bailarín, pero quiero seguir asistiendo para ver qué pasa, de esta manera yo mismo me voy a responder estas preguntas” • Los participantes describieron el taller en 4 palabras: EMOTIVO, SORPRENDENTE, RETADOR Y CONFUSIÓN. |
|--|--|

Tabla 3: Taller 2, Las emociones y la improvisación teatral, 2023

| Sesión #3 | CALIDADES DEL MOVIMIENTO |
|---------------------------|--|
| Hora y fecha | Lunes 11 de septiembre 2023 |
| Propósitos y objetivos | <ul style="list-style-type: none"> • Abordar las Calidades del Movimiento. • Crear versatilidad en el repertorio de movimientos del bailarín • Explorar otro tipo de ritmos, texturas, tonos corporales, expresiones faciales, géneros musicales. • Crear movimientos nuevos con acciones básicas como: golpear, sacudir, flotar, etc. • Trabajar la memoria corporal |
| Actividades a desarrollar | <p>15 min / Presentación, romper el hielo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Presentación mía y de los demás con el juego “retentiva de nombres” • Juego de energía grupal “JIA” • Juego de Calles y Carreras <p>30 min / Calidades del movimiento</p> <p>Con los siguientes ejercicios se trabaja la conexión del interior hacia el espacio exterior. Se abordan también las calidades del movimiento.</p> |

| | |
|-------------|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Todos caminan por el espacio con las premisas: caminar en puntas, talones y costados del pie, en cuclillas, encorvados, con manos y piernas rígidas, entre otros. • Calidades del movimiento: Peso (tono muscular), espacio (donde realizan el movimiento), tiempo (velocidad y ritmo), flujo (intensidad, precisión y control del movimiento). • Acciones en las calidades del movimiento: Sacudir, retorcer, deslizar, empujar o presionar, flotar, golpear, palpar y latiguar, teniendo en cuenta las calidades del movimiento • Secuencia de Salsa: Todos los participantes crean sus secuencias de baile individualmente con 5 pasos básicos de salsa. • A esa secuencia de salsa individual se le agrega una calidad del movimiento y una acción básica. <p style="text-align: center;">10 min / Reflexión y cierre</p> <p>Cada integrante describe el taller en una palabra, cuentan sus experiencias, sensaciones y preguntas.</p> |
| Materiales | <ul style="list-style-type: none"> • Notas en la bitácora con todas las Calidades del Movimiento • Playlist con diferentes ritmos musicales |
| Compromisos | Pensar en una acción cotidiana |

Hallazgos



Ilustración 5 y 6: Centro Cultural F. Artes UdeA, Carlos E Restrepo, 2023

- Se identifica que los participantes disfrutaban todos los ejercicios teatrales cuando llevan música y baile.
- Todos logran de manera satisfactoria incluir y las calidades del movimiento al baile de la salsa. Además, las disfrutaban.
- Todos reconocen la importancia de ser conscientes del espacio, la velocidad e intensidad del movimiento.
- Hay una mayor concentración, tanto en el calentamiento como en los ejercicios técnicos.

| | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Como tallerista, voy mejorando en el tiempo y distribución de los ejercicios. • A los bailarines jóvenes les cuesta menos la concentración. • Incluir las acciones las calidades del movimiento de Laban, permitió que los bailarines fueran más conscientes de sus movimientos y pasos coreográficos. Incluyeron las calidades para que fuera parte de su coreografía, viéndose como variación de sus movimientos. • El participante que en la clase pasada dijo que se sentía confundido, en esta sesión dice “ahora veo un poco más de luz”. Reconoce que lo que ha aprendido en los talleres, puede empezar a incluir en su baile. Sin cambiar su manera de bailar agresivamente, sino por el contrario transformando sus movimientos sutilmente. • Otra participante reconoce los talleres de teatro como una manera de “conectarse consigo misma”, siente que en las clases de baile le da temor incluir pasos nuevos, mientras que en este taller puede explorar movimientos diferentes sin temor. <p>Los participantes describieron el taller en 4 palabras: DELICIOSA, ACEPTACIÓN, DIVERSIÓN Y ESPERANZA.</p> |
|--|--|

Tabla 4: Taller 3, Calidades del movimiento, 2023

| | |
|---------------------------|--|
| Sesión #4 | LA ACCIÓN DRAMÁTICA |
| Hora y fecha | Lunes 18 de septiembre 2023 |
| Propósitos y objetivos | <ul style="list-style-type: none"> • Explorar la sensación sonora y la percepción visual • Relacionar los movimientos a través de sensaciones y percepciones auditivas. • Identificar la postura corporal y el caminado cotidiano de cada uno. Identificando tensiones, limitaciones o ademanes corporales. • Incluir acciones cotidianas en una coreografía de salsa. |
| Actividades a desarrollar | <p>10 min / Romper el hielo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Presentación mía y de los demás • Juego de Retentiva de Nombres • Juego de energía grupal “JIA”: códigos de karate. • Juego de Calles y Carreras <p>15 min / Calentamiento consciente y creativo</p> <p>Por medio del trabajo de la postura se aborda la técnica del lenguaje corporal, así mismo se aborda el gesto al identificar las particularidades de cada uno. Se trabajan los sentidos explorando la técnica de espiritualidad.</p> |

| | |
|--|---|
| | <ul style="list-style-type: none">• Consciencia de postura: todos caminan por el espacio. Se elige una persona como modelo de copia en su caminar cotidiano. El resto camina detrás de ella imitando su postura.• Exploración de los sentidos: con la secuencia de salsa creada de la clase pasada, se intenta bailar con otros ritmos musicales. <p>30 min / Acción dramática</p> <ul style="list-style-type: none">• Las silla: cada uno experimentará la acción de <i>sentarse</i> en una silla de diferentes maneras teniendo en cuenta las siguientes premisas: tensión corporal, extra-cotidianidad, intensidad, relación y dominio del objeto. Habrá 3 sillas y en cada una de ellas se debe de sentar de manera diferente.• Con las acciones cotidianas que cada uno ha pensado anteriormente, implementar esas premisas anteriores. (tensión, extra cotidianidad...)• Incluir la acción cotidiana trabajada en la secuencia de salsa de cada uno, intentando que cada vez se vea más fluido el movimiento. <p>5 min / Reflexión y cierre</p> <p>Cada integrante describe el taller en una palabra, cuentan sus experiencias, sensaciones y preguntas.</p> |
|--|---|

| | |
|--------------------|--|
| <p>Materiales</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Sillas • Playlist de música |
| <p>Compromisos</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Para la próxima sesión todos deben de traer un objeto que complemente la acción • Incluir 3 pasos más a la secuencia de salsa |
| <p>Hallazgos</p> | <div data-bbox="534 562 1044 877" data-label="Image"> </div> <div data-bbox="498 913 1094 1360" data-label="Image"> </div> <p data-bbox="534 1402 1221 1430"><i>Ilustración 7 y 8: Centro Cultural F. Artes UdeA, Carlos E Restrepo, 2023</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Al bailar salsa con otro ritmo musical se identifica un bloqueo mental, les es difícil combinar pasos de salsa dentro de otro género musical. Con este ejercicio se encuentran aspectos positivos, pues se lograron encontrar diferentes tonos corporales; por ejemplo, con un hip hop se realizan movimientos más firmes y fuertes. |

| | |
|--|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Es interesante ver el cuerpo realizar pasos de salsa con aires de tango, disco, rock and roll, contemporáneo, country, pop, flamenco, etc. • Los bailarines encuentran que es necesario modificar la secuencia de salsa para agregar las acciones, esto les permite acoplarse y crear desde esta técnica teatral. • Los bailarines se hicieron varias preguntas que se respondieron en la práctica de la sesión: ¿Cómo hago para que la acción de “escurrir, sacudir, golpear” se incorpore en el paso básico a los lados?, ¿cómo puedo llegar a la acción de “sentarme” después de un giro y un básico?, ¿cómo puedo que esto se vea de manera orgánico y que haga parte de la coreografía? • Se reafirma que, al incorporar la acción dramática, la secuencia de salsa adquiere un sentido mayor. Pues no solo se ve un cuerpo que transmite el disfrute, sino que se logra ver algo más que resulta interesante. • Al incorporar diferentes tonos musculares en el cuerpo del bailarín, se descubren visos cómicos que resultan divertidos y agradables tanto para el bailarín como para el espectador. • Los participantes comparten sus experiencias: “me estoy sintiendo más suelta” “me siento más consciente de mi cuerpo” “mi cuerpo está muy ligado a la técnica de cada |
|--|---|

| | |
|--|---|
| | <p>movimiento, me cuesta salirme de ella, esto me obliga a salirme del esquema”</p> |
|--|---|

Tabla 5: Taller 4, La acción dramática, 2023

| Sesión #5 | LA SITUACIÓN DRAMÁTICA |
|------------------------|---|
| Hora y fecha | Lunes 02 de octubre 2023 |
| Propósitos y objetivos | <ul style="list-style-type: none"> • Trabajar la memoria corporal, la energía y concentración grupal • Indagar sobre el objeto en la coreografía de salsa • Encontrar un cuerpo que se transforma con su entorno. • Descubrir un cuerpo versátil que puede recibir cualquier premisa creativa. • Descubrir la creatividad orgánica. Encontrar desde el “hacer” más que desde el “pensar”. • Encontrar en el bailarín un equilibrio entre lo teatral y lo danzado. • Descubrir de qué manera se puede equilibrar la situación dramática con los pasos de baile • Descubrir y evidenciar ese bailarín que se vuelve actor. • Encontrar qué pasa cuando se cambia el orden de la técnica o se sale de ella. |

| | |
|----------------------------------|---|
| <p>Actividades a desarrollar</p> | <p>15 min / Romper el hielo, trabajo de concentración</p> <ul style="list-style-type: none"> • Presentación mía y de los demás • Circuito de pelotas: Los participantes están en círculo y lanzan la pelota a otra persona que deseen generando un circuito. cuando termine el circuito, se vuelve a iniciar. <p>20 min / Los sentidos como material de creación</p> <ul style="list-style-type: none"> • Percepción del movimiento a través de una fotografía: a cada bailarín por separado, se le asigna una imagen predeterminada que tiene texturas, ambientes, colores, atmosferas, espacios. El bailarín intentará interpretar esa imagen que ve a través de sus movimientos y los otros compañeros intentarán descubrir esa imagen • Se baila salsa de nuevo con otro ritmo musical. Explorar libremente. <p>30 min / Situación dramática</p> <p>Se trabaja la técnica de la situación dramática, el suceso y el punto de giro incorporada en la coreografía de salsa.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Con el objeto que cada uno lleva como tarea dada en la clase pasada, se explora diferentes acciones, gestos y movimientos para encontrar un dominio y vínculo con el objeto. |
|----------------------------------|---|

| | |
|-------------|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Luego se agrega el objeto a la secuencia de salsa. La intención del objeto es enriquecer la acción previamente trabajada. • A la secuencia se le incluye una situación. ¿qué es lo que está pasando al bailar?, ¿qué puede pasar mientras bailo?, que descubran una circunstancia que les obliga a reaccionar, a tener un punto de giro en la expresión. Esta situación debe ser acorde con la acción y el objeto. <p style="text-align: center;">5 min / Reflexión y cierre</p> <p>Se conversa sobre lo vivido y experimentado, manifestar las dificultades que se encontraron, aspectos positivos y negativos.</p> |
| Materiales | <ul style="list-style-type: none"> • Pelota • Objetos que permiten la creatividad en la escena • Playlist de música |
| Compromisos | <p>Pensar en un personaje que nutra la secuencia de salsa y todo lo antes encontrado</p> |

Hallazgos



Ilustración 9: Centro Cultural F. Artes UdeA, Carlos E Restrepo, 2023

- Con el juego del circuito de pelotas se logra una gran concentración. Se encuentra que, incluir un objeto en los juegos incrementa la motivación y el disfrute de los participantes.
- Con el ejercicio de percepción de los sentidos, fue un reto para todos. Manifestaron nunca haber hecho un ejercicio de esos, “nunca había bailado un paisaje”. Se encontró que los bailarines pueden crear movimientos y coreografías con imágenes y fotografías.

| | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Hay una mayor agilidad a la toma de premisas, hay más memoria corporal con la coreografía. • La creatividad se empieza a expandir en ámbitos teatrales, pues ya no sólo crean pasos de baile sino también acciones, situaciones y sucesos con la misma facilidad y destreza. • Incluir una situación en sus coreografías les permitió comunicar mucho más con sus cuerpos, sus movimientos revelan una intención, una historia, y esto vuelve más interesante la coreografía. • Se encuentra gestos auténticos y únicos en cada uno, a pesar de que repitan los pasos de salsa y sean iguales en todas las coreografías, cada coreografía se ve única y diferente. • Se analiza que incorporar el objeto a sus movimientos no los perjudica sino por el contrario, enriquece sus movimientos, tiene un sentido y un fin. Se encuentra que los pasos de salsa se transforman en acciones al incluir un objeto. • Incorporar la situación les permitió expandir sus mentes y evitar los bloqueos mentales. • Cada vez se hace más natural incluir las técnicas teatrales en la coreografía de salsa, esto les permite encontrar un mayor disfrute al ver y al hacer. • Se encuentra que poco a poco se van desligando de la razón al bailar |
|--|--|

Tabla 6: Taller 5, La situación dramática, 2023

| Sesión #6 | EL PERSONAJE Y EL CONFLICTO |
|---------------------------|---|
| Hora y fecha | Lunes 09 de octubre 2023 |
| Propósitos y objetivos | <ul style="list-style-type: none"> • Consolidar una energía grupal • Encontrar a un estado de concentración e interiorización mayor. • Buscar estrategias que posibiliten el despojo de la técnica del bailarín. • Integrar la técnica del personaje teatral y cómo esto les puede ayudar en su creatividad, expresividad e interpretabilidad. • Encontrar en el conflicto otras posibilidades de movimiento que permitan mejorar la expresividad del bailarín • Identificando aspectos positivos y negativos de mi pedagogía. |
| Actividades a desarrollar | <p>15 min / Romper el hielo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Presentación mía y de los demás • Juego de energía grupal “JIA”: códigos de karate. <p>20 min / Calentamiento creativo y didáctico</p> <ul style="list-style-type: none"> • Se baila salsa de nuevo con otro ritmo musical, explorando diferentes espacios y objetos. • Juego de las sillas teatral: Al igual que luchar por unas sillas se lucha por unos pañuelos de tela. Este juego no tiene ganador. Todos los integrantes caminan alrededor de los |

| | |
|-------------|---|
| | <p>pañuelos, hay uno de ellos que se sitúa en el centro cantando cualquier canción, todos bailan con esa canción explorando diferentes tipos de movimientos. Cuando la persona pare de cantar, todos deben de obtener un pañuelo, el que quede sin pañuelo queda en el centro y canta otra canción.</p> <p>30 min / Acercamiento al personaje teatral</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cada uno tendrá 5 min para pensar en un personaje: de teatro, de cine, una caricatura, un cantante o alguna persona icónica que le guste. Esto como punto de partida para iniciar a crear ademanes, gustos, estilos, vestuario, etc. • Se da una breve introducción hacia la técnica de Personaje Teatral. • Luego, pensar en un conflicto que genera una tensión en ese personaje. Este conflicto debe de ir de manera coherente a todo lo trabajado anteriormente. |
| Materiales | Pañoletas o pañuelos de tela |
| Compromisos | Pensar en un personaje que puede ser: animado, un animal, persona o artista famoso. |



Ilustración 10: Centro Cultural F. Artes UdeA, Carlos E Restrepo, 2023

Hallazgos

- Se encuentra que el juego, como recurso didáctico es efectivo. A través del juego, los bailarines logran no solo adentrarse en el disfrute de cualquier premisa teatral, sino expandir su creatividad y su instinto.
- Llevar el juego de las sillas, un juego común y transformarlo a un juego más teatral, resulta efectivo porque se trabaja con personas de varias edades. Por ende, trabajar con lo ya conocido resulta más eficiente y divertido.
- Al realizar de nuevo el ejercicio de bailar salsa con otros ritmos musicales, se encuentra que poco a poco el cuerpo se va acoplando y transformando según lo que escucha. Uno de los bailarines descubre que el bailar salsa con Reggaetón le permite obtener más soltura en el torso, algo que no puede

| | |
|--|---|
| | <p>hacerlo con la salsa. El bailarín descubre nuevas posibilidades de interpretación.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Otra bailarina admite que bailar Bolero le permite sentir alegría y disfrute en la coreografía de salsa. Recordar esta sensación interna que tuvo, le permitió encontrarse más a sí misma en la diversión, lo romántico, lo sensual, y lo íntimo. • Otro de ellos reconoce “nunca había pensado en bailar una coreografía de salsa con otro género musical, creía que no era posible, pero con estos talleres me he dado cuenta de que sí se puede” “acoplar mis pasos de salsa a otro ritmo me cuesta, pero me ayuda mucho a la creatividad, a la capacidad de transformar algo ya establecido”. • Se encontró que incluir un conflicto que nutriera su personaje, les permitió encontrar nuevas maneras de expresión, reflejando más seguridad y dinamismo en sus coreografías. • Las palabras que los estudiantes definieron para este encuentro fueron: alegría-interesante-creatividad-conocimiento |
|--|---|

Tabla 7: Taller 6, El personaje y el conflicto, 2023

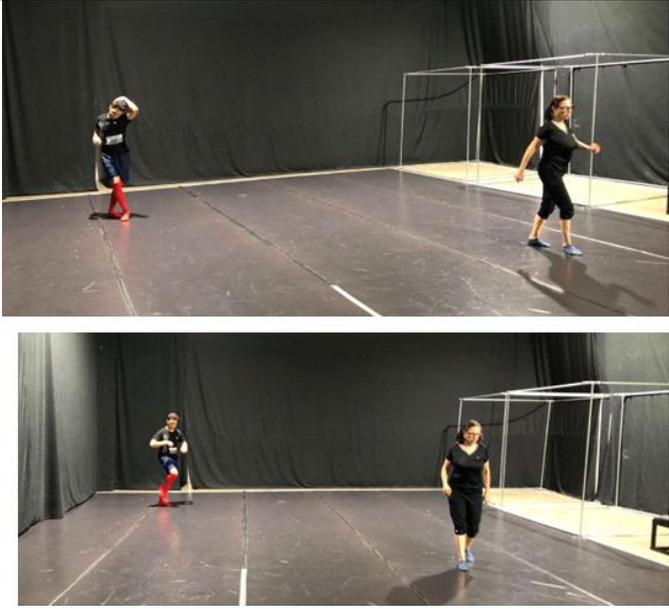
| | |
|---------------------------|--|
| Sesión #7 | VIDA-ARTE, la persona y el personaje |
| Hora y fecha | Lunes 23 de octubre 2023 |
| Propósitos y objetivos | <ul style="list-style-type: none"> • Encontrar la interiorización de todas las técnicas vistas en los bailarines. • Concientizar más claramente lo que significa un personaje teatral. Entender sus características, su nivel de dificultad y sus cualidades. • Encontrar cómo lo personal se incluye a un trabajo artístico mezclando ficción y realidad. Encontrar si esto le da un toque personal y único a cada secuencia de baile. |
| Actividades a desarrollar | <p>15 min / Presentación, romper el hielo</p> <ul style="list-style-type: none"> • Presentación mía y de los integrantes nuevos • Juego de energía grupal “JIA”: códigos de karate. <p>15 min / Calentamiento consciente y creativo con didácticas teatrales</p> <ul style="list-style-type: none"> • Circuito de pelotas • Juego de las sillas teatral • Caminar por el espacio y mediante una concentración y energía grupal, entre todos cuentan hasta el número 20 sin interrumpirse <p>15 min / Interiorización de Los conceptos teatrales vistos</p> |

| | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Se repasa la secuencia de salsa con todos los conceptos pasados: acción, situación, punto de giro, objeto. Se repite varias veces para encontrar la organicidad de las técnicas y de los movimientos. <p style="text-align: center;">20 min / Personaje teatral</p> <ul style="list-style-type: none"> • Con el personaje que cada uno lleva estudiado se realiza un estudio corporal. Todos caminan por espacio recibiendo poco a poco estas preguntas que incorporan: ¿Cómo camina el personaje?, ¿cómo se viste?, ¿qué objeto usa?, ¿cómo se ríe?, ¿qué tic nervioso (movimiento involuntario) tiene?, ¿qué gesto facial hace?, ¿cómo llora?, ¿cuál es su secreto?, ¿qué le duele o le lastima?, ¿qué lo hace feliz?, ¿qué frase o palabra usa frecuentemente?, ¿qué le asusta?, ¿cómo duerme?, ¿cómo come?, ¿cómo baila?, ¿qué y cómo canta?, ¿cómo mira a los demás?, ¿qué ademanes corporales (movimiento que repite constantemente) tiene? • Escoger alguna de las preguntas que se trabajaron e incluirla en algún momento de la secuencia de baile. • Incluir bien sea, solo el vestuario o alguna prenda específica, el caminado del personaje, el secreto, el llanto, el objeto que usa, la postura, etc. Cada uno elegirá si escoge una o varios para incluirlas e incorporarlo en su coreografía. |
|--|--|

15 min / La espiritualidad VIDA-ARTE

Se trabaja el interior del bailarín, identificando cual es el interior del bailarín desde una o varias preguntas vitales.

- Concientizarnos de que todos nuestros gustos y elecciones son por algo interior, el personaje, los colores, el estilo de bailar, etc. A partir de esta consciencia realizar una reflexión sobre: como bailarín, ¿qué es lo que me inquieta?, ¿qué me pregunto sobre mí mismo o sobre el mundo?, ¿qué es lo que me gustaría expresar a través de mis movimientos?, ¿qué quisiera contarle al mundo que no puedo expresar con palabras, pero si con el cuerpo?, entre otros. Usar en la creación un punto de partida que se relaciona con el interior del bailarín, los acontecimientos positivos o negativos personales, preguntas frente al arte o frente a la vida misma, para incluirlo a su coreografía.
- Trabajo escénico: Incluir esto mencionado mediante varios lenguajes que puede ser las técnicas escénicas como, una canción de salsa, un ambiente de luz, un vestuario, un dialogo en texto, unas acciones corporales, un objeto de utilería, una imagen de fondo, etc. Cada uno será libre de expresarlo mediante cualquier recurso teatral.

| | |
|--------------------|--|
| | <p>5 min / Reflexión y hallazgos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Conversar sobre lo vivido y experimentado, manifestar las dificultades que se encontraron, aspectos positivos y negativos. |
| <p>Materiales</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Pelotas • Pañoletas • Música |
| <p>Compromisos</p> | <p>Para la próxima sesión se realizará una muestra de sus coreografías en una puesta en escena. Reflexionar sobre lo trabajado, en el interior del bailarín reflejado en una puesta en escena para la próxima sesión.</p> |
| <p>Hallazgos</p> | <div style="text-align: center;">  </div> <p><i>Ilustración 11 y 12: Centro Cultural F. Artes UdeA, Carlos E Restrepo, 2023</i></p> |

| | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Se evidencia que los bailarines ya tienen un nivel de concentración mucho mayor al que iniciaron, cada técnica teatral nueva fue recibida ágilmente. • El ejercicio de caminar contando los números facilita el trabajo en equipo y la concentración grupal. • Hay más creatividad que en las sesiones anteriores. Algo que ellos mismos admiten. • En el ejercicio de los personajes: frente a todas las preguntas que se les realizó, evidenció que hacían más un trabajo de representación, que de vivencialidad. El pensamiento racional constantemente les estaba diciendo qué estaba bien y qué estaba mal, qué es permitido y qué no, etc. Vivenciar el personaje primero desde el cuerpo antes que desde la razón fue difícil para todos. • El bailarín tiene ya una estructura que repite. Pero, cuando les pregunto ¿cómo duerme el personaje? ¿Qué le asusta al personaje? Se quedan quietos, piensan unos minutos y luego me dicen que “no saben” y deben de pedir ayuda o más tiempo. Es decir, por un lado, descubrir las particularidades del personaje es todo un reto para ellos, si bien lo hacen por primera vez. Y, por otro lado, pasar toda su línea del pensamiento por el cuerpo es una dificultad. Es más sencillo, parar y responder desde la palabra que desde el cuerpo. |
|--|--|

| | |
|--|---|
| | <ul style="list-style-type: none">• Encuentro en la técnica del personaje una posibilidad para que el bailarín toque su interior, su imaginario, su creatividad, sus recuerdos y resuelva él mismo con su cuerpo todos los interrogantes a los que se enfrenta.• Escoger un personaje que a ellos les gusta permite la diversión porque descubren formas nuevas de bailar.• Con las preguntas sobre el personaje, admiten que nunca habían pensado en tantas particularidades en una persona. |
|--|---|

Tabla 8: Taller 7, vida arte – la persona y el personaje, 2023

| | |
|------------------------|---|
| Sesión #8 | LA PUESTA EN ESCENA |
| Hora y fecha | Lunes 30 de octubre 2023 |
| Propósitos y objetivos | <ul style="list-style-type: none"> • Trabajar una consciencia corporal a tal nivel que permita una memoria corporal superior y mayor a las anteriores sesiones. • Incluir al público. • Encontrar a través de los ejercicios de calentamiento una energía grupal positiva que evidencie la emoción de presentar un ejercicio escénico al espectador. • Encontrar un nivel óptimo de concentración individual para entrar en escena, concentrarse desde el calentamiento hasta la muestra final. • Trabajar la relación con el espacio y con los implementos escénicos. • Trabajar la resistencia física • Trabajar el lenguaje teatral en el bailarín con todas las técnicas vistas • Montar un ensamble teatral • Trabajar la improvisación de baile y así mismo trabajar la confianza. • Trabajar la técnica de la puesta en escena mediante materiales de iluminación, vestuario, maquillaje y escenografía • Recopilar el material audiovisual |

| | |
|----------------------------------|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Da paso a un espacio como cierre total de los talleres para reflexionar sobre el proceso de cada uno y mencionar a especie de evaluación, fortalezas y aspectos a mejorar de cada uno. |
| <p>Actividades a desarrollar</p> | <p>10 min / estar en el aquí y en el ahora, activación y concentración</p> <ul style="list-style-type: none"> • Juego de disociación cuerpo y voz: se exploran emociones e intenciones con la voz mientras que al mismo tiempo se realiza el circuito de pelotas trabajado anteriormente. Los participantes van lanzando la pelota contando los números en orden, cada vez que pronuncie el número, debe decirlo con una intención vocal diferente. Al mismo tiempo debe de trabajar el contra impulso corporal y la memoria del circuito de pelotas. Se aumenta el nivel de dificultad caminando por el espacio. <p>20 min / Calentamiento teatral, resistencia y preparación corporal</p> <p>Con los ejercicios de calentamiento se trabajan los dos conceptos generales que son: el interior y el exterior del bailarín.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Todos caminan por el espacio, ocupando siempre los espacios vacíos para tener un equilibrio espacial. Se evita: caminar en |

| | |
|--|---|
| | <p>círculos, hablar con el compañero, mirar al suelo, acomodarse el vestuario, romper la cuarta pared o desconcentrarse en general. Caminar siendo muy conscientes de la postura, tensiones musculares y la mirada.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Metronomo: Con ayuda de un metrónomo se camina por el espacio con diferentes velocidades y ritmos. Ninguna velocidad es igual a la otra, siempre hay variaciones y diferencias. Trabajar las transiciones de una velocidad a otra. • Centro motor: Al caminar todos por el espacio, se menciona una parte del cuerpo como, por ejemplo, la cabeza. Esta es la encargada de dirigir el movimiento del resto del cuerpo. Explorar diferentes niveles espaciales y corporales, velocidades, formas de caminar, encontrar todos los movimientos posibles con cada centro motor, llevar el cuerpo al riesgo y al límite. <p>15 min / Preparación de la puesta en escena</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cada bailarín previamente hizo un diseño mental y básico de iluminación, vestuario, escenografía y música. Se socializa la puesta en escena de cada uno para preparar el espacio y los elementos técnicos. |
|--|---|

- Cada uno elige un lugar en el espacio, de manera individual repasa su coreografía de salsa. Recordar todas las técnicas trabajadas en las sesiones pasadas.
- Definir cada uno un inicio y un final, como inicia su puesta en escena y como termina, mostrárselo al compañero para luego realizar un ensamble de las diferentes coreografías.
- Repasar toda la puesta en escena con los objetos y elementos escénicos incluida la pista musical.

20 min / Puesta en escena

A través de una puesta en escena se reflejan todas las técnicas teatrales incorporadas anteriormente.

- Se dan las directrices para la puesta en escena a los participantes. Cada uno realiza 3 muestras que se unifican en una sola puesta en escena.

Primero, la coreografía de salsa: Cada uno inicia mostrando su secuencia de salsa, la cual cada uno compuso, que reúne varios pasos de baile. En este primer pasón, cada uno muestra su técnica de baile, los pasos de salsa y su toque de interpretación hacia el baile de la salsa. Es un pasón netamente danzado y bailado técnicamente, en donde se muestran las destrezas dancísticas de cada uno.

Segundo, la coreografía de salsa con un viso teatral: vuelven a mostrar la secuencia de salsa incluyendo sólo una técnica teatral en medio de la coreografía. Aquí se empieza a evidenciar que la coreografía de salsa tiene algo diferente en la interpretación del bailarín. En este segundo pasón, no solo se evidencian los pasos de salsa técnicos, sino que también algunas técnicas teatrales.

Tercero, la coreografía de salsa con todas las técnicas teatrales: repiten la coreografía de salsa, pero esta vez con todas las técnicas vistas en las sesiones pasadas: Calidades del movimiento, acción dramática, el personaje y el conflicto, situación y punto de giro... En este último pasón se pone en evidencia el trabajo teatral que ha tenido el bailarín.

Tras mostrar su puesta en escena, ambos se unen como pareja de baile e improvisan bailando salsa.

- Dar la bienvenida al espectador y contextualizarlo en la muestra final de mi proyecto de investigación.

20 min / Reflexión y evaluación

| | |
|-------------------------|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Se conversa sobre lo vivido y experimentado, manifestar las dificultades que se encontraron, aspectos positivos y negativos. • A especie de evaluación, menciono mi percepción frente al proceso de cada uno y la muestra final. |
| <p>Materiales</p> | <ul style="list-style-type: none"> • Para el calentamiento: 2 pelotas, playlist de música • Elementos técnicos escénicos como: 2 reflectores de luz, uno led azul y otro alógeno, extensiones de luz y disposición del espacio con graderías. |
| <p>Compromiso s</p> | <p>Recopilar el material audiovisual de video para mandárselo a cada uno de los participantes.</p> |

| | |
|------------------|---|
| <p>Hallazgos</p> |  <p><i>Ilustración 13: Centro Cultural F. Artes UdeA, Carlos E Restrepo, 2023</i></p> <ul style="list-style-type: none">• Se reconoce un excelente compromiso por cada uno de los participantes al asistir a todas las sesiones de principio a fin, una excelente puntualidad y disposición.• Se observa una responsabilidad desde el profesionalismo de cada uno de los bailarines con sus materiales, pues todos traen su respectivo vestuario, peinado, maquillaje, e implementos escénicos particulares.• Cada uno de los bailarines trae un acompañante como espectador. Los acompañantes, los cuales ya los habían visto |
|------------------|---|

| | |
|--|--|
| | <p>bailar antes, identificaron un motor diferenciador el cual les parecieron divertidos, innovadores y diferentes. El cual afirma que incluir el teatro al bailarín de salsa genera una mayor conexión el público</p> <ul style="list-style-type: none">• Incluir reflectores les perjudicó un poco la concentración, no están acostumbrados a presentarse en un escenario de caja negra, con iluminación tan cerca de ellos. Incluir elementos técnicos escénicos teatrales como la iluminación les es muy extraño, esto los desconcentra un poco. Encuentro que como docente es necesario encontrar un equilibrio de los elementos escénicos entre la danza y el teatro para que no sea invasivo para ellos.• La memoria de Andrés y específicamente de Gladys mejoró de una manera significativa. Mediante la repetición, los juegos de concentración y energía grupal en Gladys se encuentra una mayor agilidad en cuanto a la recepción de instrucciones, es muy poco lo que hay que repetir para que ella pueda comprender un ejercicio.• Los dos tienen más agilidad para entender el lenguaje teatral, pues ya es normal para ellos descalzarse al iniciar clase, hace parte de su rutina de llegada. Ya saben lo que significa caminar por el espacio, equilibrio del espacio, etc. |
|--|--|

| | |
|--|--|
| | <ul style="list-style-type: none">• La resistencia de los dos es mucho más amplia, venir dispuestos a realizar una muestra escénica les permite, por la emoción, realizar cualquier actividad con mucha energía. Los calentamientos previos a la muestra les permitió tener un cuerpo mucho más dispuesto, más suelto y enérgico en la escena.• Los nervios y la adrenalina de los bailarines al tener espectadores les permiten estar más concentrados y dispuestos a cualquier actividad• Que cada uno haya tenido su espacio para repasar y practicar por separado les permitió mejorar su concentración individual, la memoria y la consciencia de todas las técnicas tratadas• Los juegos les permitió tener una mejor disposición para el trabajo en equipo. Andrés estaba más acostumbrado a trabajar sólo o con su pareja de baile. El realizar todos estos juegos con Gladys, teniendo en cuenta la diferencia de edad, le permite tener más empatía, escucha activa, comprensión por el otro, respeto y sinceridad y capacidad de comunicación. A Gladys le permite tener más liderazgo y capacidad de análisis y crítica, pues en los juegos ella menciona lo importante que es cada objetivo para su vida diaria y para el baile. |
|--|--|

- El calentamiento corporal les permitió ser más conscientes de su propio cuerpo. Encontraros nuevos límites corporales y nuevas capacidades corporales como, por ejemplo: la resistencia física para los dos es un reto, Gladys encuentra en el calentamiento una mayor elasticidad para los movimientos, consciencia en los dos al descubrir que hay partes del cuerpo que les cuesta mover más que otras.
- Entre todos se logra una gran empatía al momento de la reflexión. Los participantes se sienten agradecidos por recibir estos talleres. Se logró construir un vínculo el cual nos permitió a todos tener más confianza para hablar sobre el proceso.
- Que ellos se vean a sí mismos en un ejercicio teatral que nunca antes habían participado les regaló no solo una consciencia de temas teatrales y corporales, sino que también la confianza. Pues muchos de ellos no creían en un inicio que fueran capaces de hacer teatro y al mismo tiempo bailar. Con el material audiovisual queda la evidencia para ellos mismos de que si fueron capaces y seguirán siéndolo. Además, ellos mismos encontraron sus propias reflexiones al momento de ver los videos. Así mismo, ellos enriquecieron sus conocimientos escuchándose entre sí, pudieron generar

| | |
|--|---|
| | <p>identificación y claridad sobre algunas técnicas que quizá no habían quedado tan claras.</p> <ul style="list-style-type: none">• En la evaluación, los dos estuvieron de acuerdo conmigo sobre las fortalezas y aspectos a mejorar que les dije a cada uno. Aciertan en los consejos que les doy, saben que tienen que trabajar en algunos aspectos individuales y reconocen que desconocían algunas habilidades que les mencioné. |
|--|---|

Tabla 9: Taller 8, La puesta en escena, 2023

CONCLUSIONES

Evaluación de la Hipótesis y título principal del proyecto

Hipótesis: El teatro potencia la expresividad del bailarín de salsa

Impacto de los conceptos teatrales en la expresividad del bailarín de salsa

- Los conceptos teatrales como: acción dramática, situación dramática, personaje, la espiritualidad, conflicto, entre otros; contribuyeron positivamente a la expresividad del bailarín de salsa, mejorando no sólo sus movimientos que comunicaban más que solo la técnica sino también mejorando la calidad emocional y la expresividad del movimiento. A partir del cuarto taller, los participantes mostraron una mayor libertad y soltura en sus movimientos, indicando una mejora en su expresividad corporal.
- Los participantes integraron todos los conceptos abordados en los talleres en sus coreografías de salsa mostrando una conexión emocional mucho más profunda con el movimiento, lo que enriqueció su repertorio de movimientos corporales y su lenguaje expresivo.

- Los participantes afirmaron con su propio lenguaje que el teatro les ayudó a tener más confianza en sí mismos, lo que potenció una mayor expresividad en sus movimientos, pues al tener más confianza podían explorar nuevos movimientos, soltar más su cuerpo, alejarse un poco del movimiento técnico para adentrarse en un movimiento propio y único. Ellos descubrieron nuevas posibilidades de bailar salsa, mezclando el paso técnico con la autenticidad de sus movimientos propios. Esto quiere decir que sus movimientos se transformaron logrando así una mayor expresividad que comunica el interior del bailarín.

- El personaje teatral les impulsó a transformarse a sí mismos, no solo sus movimientos sino sus ademanes, expresiones, vestuarios. Pues pasaron de ser los bailarines de salsa que bailaban salsa a ser otras personas que bailaban salsa. Modificaron sus coreografías de salsa para incorporar una persona ajena a ellos mismos. Por ejemplo: Kiko, el personaje del Chavo del ocho, ahora bailaba una coreografía de salsa. El bailarín incorporó este personaje y de esta manera se transformaron muchos movimientos de salsa, agregando la esencia de Kiko, comunicando la esencia de Kiko, con algunos ademanes y tics corporales de Kiko, etc. Esto enriqueció su coreografía de salsa, no sólo le dio un toque cómico, sino que su coreografía nos hacía recordar a este personaje mexicano y sorprendía el hecho de verlo bailando tan bien el ritmo de la salsa. El bailarín disfrutaba mucho bailara esta coreografía, pues Kiko era su personaje favorito y así mismo los espectadores disfrutaban verlo bailar. Esto mejoró significativamente la expresividad del bailarín.

- La acción dramática implementada en el bailarín de salsa le hizo implementar un objeto escénico que se convirtió en su escenografía en toda su coreografía. La implementación tanto de la acción como del objeto que complementa esa acción le motivó a contar una micro-historia que a su vez se desarrollaba con una situación dramática en particular. Esta introducción de estos conceptos en su coreografía de salsa indujo el cuerpo del bailarín en expresar un acontecimiento específico como, por ejemplo: me están persiguiendo, tengo afán de salir de la casa, me caí al piso, entre otros. Lo que mostraba que en sus coreografías se contaba algo, sus movimientos decían algo. Si bien había movimientos netamente técnicos, pero había otros movimientos que se mezclaban con la acción dramática, con la situación, con los sucesos y con el objeto que aparecía de vez en cuando dentro de la coreografía. En resumen, la coreografía de salsa se mezclaba con técnicas teatrales lo que enriquecía la expresividad del bailarín.

- Los conceptos teatrales que más mejoraron la expresividad del bailarín fueron: la acción dramática, la situación dramática, aspectos de otras poéticas como la pregunta interior del artista, el personaje, la improvisación teatral, las calidades del movimiento y la puesta en escena

- Todo lo visto en los talleres, no solo les ayudó a mejorar su expresividad al momento de bailar, sino que también le aportó calidades y creencias que les permitió avanzar en sus interpretaciones dancísticas y superarse a sí mismos. Se abordó tanto el interior como el exterior, así como se pretendía desde un inicio.

- El objetivo principal con estos talleres era identificar si al incluir conceptos teatrales, ellos podían ir más allá con su expresividad y evidentemente se observó una clara mejora en su expresión corporal. Conforme avanzaba con los talleres, más o menos desde el taller #4 que los bailarines empezaron a incluir la acción dramática a sus coreografías de salsa, se apreciaba cómo los participantes exhibían mayor soltura y libertad en sus movimientos. Lo que afirma que estas técnicas teatrales contribuyeron a enriquecer su repertorio corporal y a potenciar su lenguaje corporal.

- Efectivamente se observó una mayor conexión emocional con el movimiento por parte de los bailarines luego de integrar las técnicas teatrales en su coreografía de salsa. A medida que interiorizaban más todos los ejercicios que hacíamos de concentración grupal, explorando nuevas partes del cuerpo, nuevas maneras de crear, conforme se perdía el miedo a la equivocación y se acostumbraban a que nada se juzgaba por estar bien o estar mal... ellos podían llegar a una libertad que salía del interior, lo que les permitía explorar más con su cuerpo y jugar con sus emociones.

- La conexión con los materiales dramáticos que adquirían en los talleres les permitió a los participantes profundizar en la expresión de sus sentimientos u emociones a través de sus movimientos, esto los llevaba a ponerse en conflicto consigo mismos al preguntarse ¿qué es lo que quiero transmitir? ¿qué quiero contar? Conforme ellos mismos solucionaban esas preguntas en el proceso de cada taller, cada vez reflejaban más una interpretación más auténtica y emotiva que salía del interior de cada uno.

Resultados relacionados con los objetivos específicos

Objetivo específico 1: Indagar en los conceptos teatrales e investigar cómo estas pueden aportar a la práctica del bailarín de salsa.

Efectivamente se indagó sobre varias técnicas teatrales como: la espiritualidad, el trabajo de las emociones, la improvisación, el lenguaje corporal, el gesto, la acción, la situación, el personaje y la puesta en escena. Además, se indagó como estas técnicas pueden aportar al bailarín de salsa de manera positiva para una mejora en su expresividad.

- Los bailarines de salsa participantes de los talleres mostraron buena aceptación de las técnicas teatrales, especialmente cuando se utilizaron juegos y ejercicios metódicos que facilitaron la comprensión y asimilación de las técnicas. La integración de las técnicas que abordaban el interior del bailarín fue vista como una forma de terapia mientras que la integración de técnicas que abordaban el exterior fue vista como una exploración creativa constante.

Objetivo específico 2: Construir una serie de talleres para desarrollar la propuesta

- A pesar de tener algunos desafíos logísticos, se logró llevar a cabo 8 talleres, adaptando el cronograma según las circunstancias. El espacio y ambiente fueron óptimos, con una disposición adecuada y un ambiente de apoyo que favoreció la creatividad de los participantes. Los talleres se realizaron en el Centro Cultural de la Universidad de Antioquia, Carlos E Restrepo. Se realizaron los talleres en dos salones diferentes, los cuales fueron dispuestos de manera satisfactoria para los encuentros. El centro cultural proporcionó toda la disposición y los mecanismos requeridos para los talleres como:

reflectores, cables de sonido, parlantes, espacio, limpieza, piso con lino negro que facilitaban los movimientos con pies descalzos, cortinas que brindaban la intimidad y que hacían alusión a la caja negra.

- Hubo una participación variable en los talleres, con algunos participantes constantes y otros ocasionales. Se observaron alrededor de 5 participantes por taller de los cuales 3 de ellos fueron constantes y 2 estuvieron en todos los talleres realizados de principio a fin. En el transcurso de los talleres se incorporaban participantes nuevos en su mayoría personas adultas. Sin embargo, la experiencia general fue positiva.
- Se usó el juego como recurso metodológico para abordar conceptos teatrales, y de esta manera se recibió una respuesta positiva al analizar que los participantes tenían claridad sobre dichos conceptos, pocas preguntas realizaban y encontrar un gran disfrute en las actividades propuestas. Se adoptaron varios ejercicios y juegos que se repetían en los talleres, debido a que los participantes entendían y asimilaban las técnicas de manera eficiente y positiva. Por tal modo, se encuentra satisfactorio la coherencia de los ejercicios propuestos con las técnicas a abordar.
- Con respecto al cronograma de los talleres se preveía un festivo en octubre del 2023, correspondiente al lunes 16 de octubre. Al siguiente lunes 23 de octubre del 2023, se presentó un imprevisto con el salón en donde se venían realizando los talleres. Se estalló una torre de energía en el barrio Carlos E. Restrepo y se tuvo que suspender la sesión de ese día y aplazarla para el próximo lunes. Debido al imprevisto tuve que mezclar 2 sesiones en solo 1. Es decir, realizar solo 8 talleres en total. Comprimir las últimas dos técnicas a trabajar en un solo taller.

Objetivo específico 3: Reflexionar con los participantes sobre el impacto de los talleres

- Al final de cada taller se llevaba a cabo un espacio para la reflexión sobre cada técnica abordada y al final de todos los talleres hubo un espacio para la reflexión general.
- Los participantes expresaron que las técnicas teatrales no sólo mejoraron su expresividad, sino que también les ofrecieron nuevas perspectivas y herramientas para su vida cotidiana. Apreciaron la libertad creativa y la confianza adquirida a través de la exploración teatral. Además, muchos expresaron su gratitud por la oportunidad de explorar nuevos horizontes artísticos y desarrollar una comprensión más integral de la danza.
- La mayoría de los participantes reportaron sentirse más seguros e inspirados después de salir de cada taller. La adquisición de nuevas habilidades y la exploración de diferentes enfoques artísticos les brindaron una sensación de empoderamiento y confianza en sí mismos como bailarines e individuos.
- Las reflexiones que más destaco son las de 2 participantes que dejo a continuación:

Gladys

“Es interesante ver la combinación de la salsa y el teatro. Nunca había mezclado la danza con algo más, la danza era danza y ya, pero ahora veo que en el arte todo es posible y sí que lo es en el teatro. Estos talleres me permitieron perder el miedo a la equivocación, al rechazo, al qué dirán, al juzgamiento por mí misma. Ahora cuando bailo creo que tengo más confianza, aprendí a reírme de mí misma y encontrar el disfrute a los juegos. A mi

edad uno empieza a perder la capacidad de asombro, pero los encuentros con el teatro me recordaron cuando era niña. Las técnicas teatrales a través de los juegos y ejercicios teatrales me obligaron a sacar mi niña interna, y dejar que las cosas fluyan, disfrutar cada encuentro, dejar mi razón y la experiencia de vida que tengo de un lado, empezar desde cero para tener una mayor creatividad. A veces es mejor no saber tanto, porque los pensamientos racionales pueden ser perjudiciales y están llenos de prejuicios”

Andrés

“Cuando inicié los talleres, tenía muchas expectativas, no creía en que el teatro podía ser importante para mí como bailarín. Me formé de manera profesional en muchas academias muy reconocidas en Medellín, viví muchos años del baile y nunca nadie me había hecho ver la importancia del teatro en mi carrera, nunca había participado en un taller teatral ni mucho menos pensar en técnicas teatrales para mi interpretación como bailarín, por esta razón siempre tuve muchas expectativas. Al tener tanta experiencia como bailarín me fue difícil todos los ejercicios que me pedían alejarme de la técnica del baile de la salsa para entrar en el momento de crear pasos nuevos. Estaba acostumbrado a que si me salía de la técnica me juzgaran, pero fue extraño saber que nadie me estaba juzgando por hacer movimientos abstractos. Al principio sentía que todo lo que hacía no tenía sentido para mi carrera como bailarín de salsa, pero después fui descubriendo que todo esto me ayudó a tener más confianza en mí mismo. Y entendí que la confianza es el patrón más importante para encontrar mi propio estilo como bailarín, eso que me hace diferente al resto, es lo más valioso que recojo de todos estos encuentros. Además de encontrar muchas fortalezas que tengo y algunas debilidades, creo que todo bailarín debería de tener un acercamiento con el teatro. En muy pocas partes te dan tanta libertad de crear y te

preparan para tener confianza en uno mismo. Este laboratorio también fue para mí porque me sirvió a soltar más el cuerpo, expandir mi mente al momento de crear y quitar la pena”

Implicaciones para la enseñanza de la salsa y el teatro

- Encontré la certeza de que esta propuesta tiene el potencial de impactar significativamente en nuevas maneras de enseñar el baile de la salsa. Al integrar prácticas teatrales en la enseñanza del baile, los profesores pueden ofrecer a los aprendices una experiencia más completa, enriquecedora y divertida también que abarque tanto la técnica como la expresión auténtica de cada uno. Esto puede inspirar el surgimiento de nuevas metodologías pedagógicas que se prioricen el desarrollo integral primero del bailarín y luego de la academia, fomentando su creatividad, autonomía y su comunicación por medio de sus movimientos. La integración de conceptos teatrales en la enseñanza del baile de la salsa tiene el potencial de transformar las metodologías, ofreciendo una experiencia más completa y enriquecedora.
- La propuesta puede fomentar nuevas colaboraciones entre profesionales del baile y del teatro, promoviendo el intercambio de conocimientos la creación de nuevas formas artísticas. Por eso, la integración de conceptos teatrales en la enseñanza del baile de la salsa no sólo enriquece el aprendizaje de los estudiantes, sino que también contribuye al avance y evolución del campo artístico en su conjunto.

Reflexiones sobre la Metodología y mi rol como Tallerista

Desarrollo profesional y pedagógico

- La experiencia de dictar los talleres fue transformadora para mi carrera. Al explorar la investigación teórica entre teatro y salsa, me permitió enriquecer mi aprendizaje ampliando mis conocimientos y habilidades entre el teatro y el baile de la salsa. descubrí nuevas maneras de cómo la una se puede complementar con la otra, encontrando nuevas formas de relación. En lo largo de este proyecto, he aprendido que la mezcla entre el teatro y la salsa no es algo forzoso ni agresivo como quizá al principio temía que fuera, pues esta mezcla va más allá de la mera combinación de técnicas y estilos. Re-evidenció desde la investigación que ambas disciplinas comparten una profunda conexión emocional y narrativa y que al mezclarlas se pueden llegar a resultados auténticos y significativos. Evidenció también que el teatro más allá de ser una profesión artística es un vehículo que lleva al artista a otro nivel, que le permite a la persona encontrarse consigo mismo y crear un sin fin de obras de arte. Además, aprendí que esta fusión ofrece un espacio fértil para la experimentación y la innovación artística, permitiendo a los bailarines explorar nuevas maneras de expresar y expandir sus movimientos en lo que es posible en el escenario.
- Este proyecto no solo me permitió profundizar en mis conocimientos, sino que también me brindó la oportunidad de compartir esa experiencia con otros, ampliando así mismo con la comunidad mis perspectivas artísticas.

- La metodología y la gestión del tiempo fueron áreas de crecimiento, y se identificaron fortalezas y debilidades. Debilidades como: la organización del tiempo, el lenguaje preciso para perfeccionar mi habilidad para comunicar los conocimientos de forma más clara e incluir ejercicios grupales más didácticos y eficaces; Y fortalezas también que rescato de todo el proceso.

- El transmitir lo vivenciado y lo investigado me abrió el panorama frente a las nuevas posibilidades que puede haber en la enseñanza y en la práctica. Vivencié no solo una educación universitaria para mi propio crecimiento profesional sino también para otros que se encuentran en el mismo camino. Saber que puedo aportar a otros desde mi proceso es el mayor logro para mí.

Perspectivas futuras

Potencial y Expansión

- El proyecto demuestra un gran potencial para futuras aplicaciones en el baile de la salsa y el teatro. La combinación de conceptos teatrales y el baile de la salsa puede inspirar nuevas formas de expresión y creatividad, promoviendo una mayor apreciación y entendimiento de las artes escénicas.

- Gracias a la realización práctica de este proyecto, pude expandir mi mirada y ver un futuro en donde esta intercesión de disciplinas puede colaborar y crear obras innovadoras que desafían lo tradicional y normal y que exploran nuevos territorios artísticos.

- Finalmente, creo que esta fusión tiene el poder de llegar a audiencias más grandes y diversificadas, promoviendo una mayor apreciación y comprensión del teatro.

Impacto en los participantes y el público:

- Los participantes destacaron la influencia positiva de los conceptos teatrales en su confianza y creatividad. Los testimonios reflejan cómo la integración teatral enriqueció su expresión corporal y emocional, ofreciendo una experiencia artística más completa y significativa.
- En los primeros 2 talleres fue un poco difícil que los bailarines reconocieran la importancia del teatro en sus profesiones, eran receptivos al creer importantes técnicas como: la improvisación teatral, la acción dramática, los juegos de concentración y la espiritualidad. Poco a poco iban ellos mismos viendo la importancia de cada técnica, quizás unas más relevantes que otras. Por ejemplo, mientras que a una participante le parecía más útil el tema de incorporar un personaje a su coreografía, a otro participante le parecía más apropiado añadir acciones en sus movimientos. A medida que avanzaban los talleres los bailarines manifestaron haber encontrado convenientes los conceptos teatrales en el baile de la salsa.
- Se evidenció un cambio positivo en la actitud de los participantes hacia la propuesta. A pesar de que algunos participantes al principio les costaba creer en esa mezcla de disciplinas, ya que en su mayoría nunca habían tenido ningún contacto con el teatro, poco a poco fueron transformando su pensamiento de incredulidad. Todos los bailarines que estuvieron en los talleres expresaron un mayor aprecio por la interrelación entre ambas

disciplinas y con el paso del tiempo, una comprensión más profunda de cómo pueden complementarse mutuamente.

Reflexiones personales

- Este proyecto me permitió comprobar que lo que yo como bailarina de salsa y actriz en su momento encontré en el teatro también lo pueden encontrar otros bailarines. La integración de conceptos teatrales en el baile de la salsa definitivamente ofrece nuevas posibilidades y herramientas para que los bailarines potencien su expresividad y su comunicación corporal. Esto no sólo pasó en mí en su momento, sino que también pasó en los bailarines que participaron de los talleres.
- Al combinar conceptos teatrales, como la creación de conflictos y puntos de giro en una historia, la exploración con acciones físicas, la conexión con el interior... los bailarines pueden ampliar su destreza corporal y enriquecer su capacidad para transmitir emociones, interrogantes, o contar historias a través del baile. Así como lo esperaba, esto no sólo beneficia la técnica de los bailarines, sino que también profundiza su conexión con el público, creando experiencias más impactantes y significativas para ambos. Pues el público que estuvo en algunos talleres y en la muestra final manifestó su disfrute y su agrado al observar propuestas de baile innovadoras.

BIBLIOGRAFÍA

- Acosta, L. (2003). *Cuban Son: Roots, Influences, and Developments*. Latin American Music Review, 24(1), 1-29.
- Acosta, L. (2014). *Del Cañaveral a la Fábrica: la Música Cubana en la Cultura de Masas*. Editorial Letras Cubanas.
- Angrosino, M. (2012). *Etnografía y observación participante en investigación cualitativa*. Editorial Morata.
- Aristóteles. (2004). *Poética*. Traducción y edición de Ricardo Recuero. Ediciones Akal.
- Artaud, A. (1968). *El teatro y su doble*. Ediciones Incógnita.
- Barba, E. (1996). *El teatro como actividad simbólica*. Editorial Anthropos.
- Barrera Aldana, M. P. (Fecha de publicación). *Profundización Danza Teatro* (Trabajo de grado, Modalidad Pasantía). Universidad Distrital Francisco José de Caldas, Arte Danzario ASAB, Bogotá DC.
- Boal, A. (2001). *El teatro del oprimido*. Editorial Mirada.

Bossio Ramos, M. (2021). *La improvisación teatral como medio para generar espacios seguros y mejorar el sentimiento de confianza en los jóvenes de la comunidad LGBTIQ+*. Lima.

Breton, D. (1995). *Antropología del cuerpo y modernidad*. Buenos Aires: Nueva visión.

Brecht, B. (1963). *Escritos sobre el teatro*. Editorial Alianza. España

Cañas Torregrosa, J. (2009). *Taller de juegos teatrales*. Ediciones Octaedro.

Cardona Suárez, A. Y., & Correa Montaña, K. J. (2017). *Manual básico de juegos teatrales para amateurs*. Universidad del Valle, Facultad de Artes Integradas, Licenciatura en Arte Dramático. Buenaventura, Valle.

Carpentier, A. (2001). *Music in Cuba*. University of Minnesota Press.

Choez Choez, M. E. (2022). *Experiencia de improvisación teatral y expresión corporal para el desarrollo de la Inteligencia Emocional: Autoconciencia y habilidades sociales en adolescentes* (Proyecto Integrador Interdisciplinario). Universidad de las Artes, Escuela de Artes Escénicas. Guayaquil, Ecuador.

Decroux, É. (1995). *El cuerpo poético: Enseñanzas del mimo Étienne Decroux*.

Díaz Ayala, C. (2009). *Diccionario Enciclopédico de la Música en Cuba*. Instituto Cubano del Libro.

Diego Pedro, R., Escortell Crespo, J., & González Hernández, E. (2020). *La dimensión transpersonal de la espiritualidad: trascender mediante el arte, un recorrido histórico*. Revista Humanidades, 10(2). Universidad de Costa Rica.

Diz Miguel, M. I. (2014). *Transformación del espacio cinemático Laban para la evaluación del movimiento* (Proyecto fin de carrera, Universidad Politécnica de Madrid, Escuela Técnica de Telecomunicaciones).

Domínguez Henric, M., & Chávez Ruiz, S. (2017). *Efectos de danzaterapia en atención, control instruccional, psicomotricidad e interacción social de internos psiquiátricos*. Revista Latinoamericana de Medicina Conductual / Latin American Journal of Behavioral Medicine, 7(2), 69-77.

Duncan, I. (2003). *El arte de la danza y otros escritos* (Ed. J. A. Sánchez). Madrid.

EDDIE TORRES INTERVIEW. (2021, 20 de agosto). Entrevista a Eddie Torres, Eddie Torres Jr y Shani Talmor [Video]. YouTube.
<https://www.youtube.com/watch?v=0KPIFRbz518>

Editorial Etecé. (2022). *Espontaneidad - Qué es, concepto y función en los vínculos*. Recuperado el 25 de noviembre de 2022.

Fuentes, L. del C. (2018). *La religiosidad y la espiritualidad: ¿Son conceptos teóricos independientes?* Revista de Psicología, 14(28), 109-119.

García Arango, M. (2016). *La corporalidad de la mujer en el baile de la salsa: el escenario y el bar como lugares de teatralización de la feminidad*. Universidad de Antioquia.

Garre Rubio, S. (2019). *Mujer frente al espejo. Un proyecto íntimo de práctica como investigación*. e-CO. Revista Digital de Educación y Formación del Profesorado, (Nº Extraordinario - I Jornadas de Investigación para las Enseñanzas Artísticas Superiores), 66.

Giro, R. (2010). *Diccionario enciclopédico de la música en Cuba*. Editorial Letras Cubanas.

Hernández-Mella, R., D'Meza-Pérez, P., Ramírez-Jiménez, N., Morel-Camacho, J., Peña-Lantigua, L., & Olivier-Sterling, C. (2020). *El arte y su poder transformador. Inconsciente, emociones y creación según la perspectiva junguiana*. Ciencia y Sociedad, 45(1), 25-34.

IDANCE ACADEMY. (2021, 17 de mayo). (David Fernández) Documental: El rey de la salsa en Venezuela [Video]. YouTube.

<https://www.youtube.com/watch?v=OItLJpp8OrM>

Johnstone, K. (1990). *IMPRO: Improvisación y el teatro*. Santiago de Chile: Cuatro Vientos.

Koldobika, V. (1996). *Explorando el match de improvisación*. Ciudad Real: Ñaque.

Layton, W. (1990). *¿Por qué? Trampolín del actor*. Madrid: Fundamentos.

Lazo Urbina, L. E. J. (2019). *Pina Bausch: La danza teatro en la expresión corporal* (Ensayo académico de grado bachiller en actuación teatral). Perú.

Layton, W., Plaza, J. C., & López, J. A. (1990). *¿Por qué? Trampolín del actor*. Madrid, España.

Leymarie, I. (1993). *The Cuban Tres: Origins and Techniques*. Latin American Music Review, 14(1), 46-63.

Leymarie, I. (2002). *Cuban Fire: The Story of Salsa and Latin Jazz*. Continuum International Publishing Group.

Leymarie, I. (2015). *The Cha-Cha-Chá: Cuba's dance of choice*. CUNY Dominican Studies Institute Occasional Papers, (No. 19).

López, R. R., Guzmán, M. V., & Rosario, H. (2020). *Reflexiones sobre la enseñanza de la programación y la adopción de un entorno de desarrollo integrado*. Revista Científica de FAREM-Estelí, 2(2), 101-112.

López Vega, P. M. *Danzar hacia la muerte. Revisitando la poética de Martha Graham*.

Mañas García, A. (2017). *Arte y mística en el siglo XXI. La creación artística como una aproximación a la espiritualidad* [Tesis doctoral no publicada]. Universitat Politècnica de València.

Mateos de Manuel, V. (2022). *My Life de Isadora Duncan: Coreología del amor*. Recuperado de [Enlace].

Moore, R. D. (1997). *Nationalizing Blackness: Afrocubanismo and Artistic Revolution in Havana, 1920-1940*. University of Pittsburgh Press.

Motos Fervel, T. (2004). *Creatividad Dramática*.

Motos Teruel, T., & Aranda, L. G. (2004). *Práctica de la expresión corporal* (2da ed.). Ñaque.

Morán Delgado, G., & Alvarado Cervantes, D. G. (2010). *Métodos de investigación* (Edición de México). Editorial Pearson.

Morocho Cabzaca, S. K., & Villota Ramírez, T. S. (2016). *Puesta en escena de una obra basada en la obra pictórica "Las dos Fridas" de Frida Kahlo* [Trabajo de titulación

EL TEATRO POTENCIA LA EXPRESIVIDAD DEL BAILARÍN: APLICACIÓN DE CONCEPTOS... 154
previo a la obtención del título de Licenciatura en Artes Escénicas Teatro y Danza, Facultad
de Artes, Carrera de Artes Escénicas Teatro y Danza, Universidad de Cuenca].

Navia Velandia, A. M. (2013). *La comunicación del baile de la salsa en Cali*.
Universidad Autónoma de Occidente, Santiago de Cali.

Orovio, Helio. (1992). *Diccionario de la música cubana. Biográfico y técnico*. La
Habana: Editorial Letras Cubanas.

Orovio, H. (2004). *Cuban Music from A to Z*. Tumi Music Ltd.

Ortiz, F. (1995). *Los bailes y el teatro de los negros en el folklore de Cuba*.
Fundación Fernando Ortiz.

Pavis, P. (1998). *Diccionario del teatro*. Madrid: Ediciones Paidós.

Pérez, L. A. (1997). *Cuba and the United States: Ties of Singular Intimacy*.
University of Georgia Press.

Pérez, L. (2006). *Cuba: Between Reform and Revolution*. Oxford University Press.

Pérez Testor, S. (2015). *Improvisación corporal: Del movimiento espontáneo
individual al movimiento coreográfico con grupos de estudiantes universitarios*.

Rodríguez Escanciano, I., & Hernández Herrarte, M. (2010). *Lenguaje no verbal:
Cómo gestionar una comunicación de éxito*.

Rebel, G. (2001). *El lenguaje corporal*. Editorial EDAF. S. A. España.

Rodríguez Rivas, G. L. (2014). *Cuerpo: efectos escénicos y literarios. Pina Bausch* (Tesis doctoral, Universidad de Las Palmas, Programa de Literatura y Teoría de la Literatura).

Roy, M. (2002). *Cuban Music: From Son and Rumba to the Buena Vista Social Club and Timba Cubana*. Latin American Bureau.

Scena, Escuela de Artes Escénicas. (2022). *Las bases de la improvisación en el teatro*.

Stanislavski, C. (2002). *La construcción del personaje*. Madrid: Alianza.

Stanislavski, K. (1951). *El trabajo del actor sobre sí mismo en el proceso creador de la encarnación*. Editorial Alba.

Sublette, N. (2007). *Cuba and Its Music: From the First Drums to the Mambo*. Chicago Review Press.

Sullón, A. (2019). *El lenguaje del cuerpo en el Break Dance: Un baile formado en las calles*. Revista Científica de Comunicación Social Bausate, 1(1), Julio-Diciembre.

TEDx Talks. (2017, 11 de diciembre). *The art of dance | Armando Braswell | TEDxZurich* [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=GAINgxpZbX0>

Torres Rivera, J. E. (2016). *Creación de un personaje: Stanislavsky* [Adaptación]. Docente UNAD.

Vargas Gómez, C. A. (2015). *Improvisación Teatral*. Lima.

Villa, J. (1998). *Manual de Teatro*. Panamericana editorial. Colombia

Voglia Dance. (2019, 6 de diciembre). *El rey de la salsa en Venezuela* | David Fernández [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=aiFNJN-pHpw>

ANEXOS

Video de la muestra final:

<https://youtu.be/OS6lR9wQHsk>

Flayer publicitario:



Ilustración 14: Flyer publicitario, 2023

Tablas

| | |
|--|----|
| Tabla 1: Modelo Metodológico, 2023 | 86 |
| Tabla 2: Taller 1, Reconocer la espiritualidad mediante el juego, 2023 | 91 |
| Tabla 3: Taller 2, Las emociones y la Improvisación teatral, 2023 | 96 |

| | |
|---|-----|
| EL TEATRO POTENCIA LA EXPRESIVIDAD DEL BAILARÍN: APLICACIÓN DE CONCEPTOS... | 158 |
| Tabla 4: Taller 3, Calidades del movimiento, 2023 | 100 |
| Tabla 5: Taller 4, La acción dramática, 2023 | 104 |
| Tabla 6: Taller 5, La situación dramática, 2023 | 108 |
| Tabla 7: Taller 6, El personaje y el conflicto, 2023 | 113 |
| Tabla 8: Taller 7, Vida Arte, la persona y el personaje, 2023 | 117 |
| Tabla 9: Taller 8, La puesta en Escena, 2023 | 123 |

Ilustraciones

| | |
|---|----|
| Ilustración 1: Cronograma Metodológico, 2023 | 85 |
| Ilustración 2: Centro Cultural F. Artes UdeA, Carlos E Restrepo, 2023 | 94 |
| Ilustración 3: Centro Cultural F. Artes UdeA, Carlos E Restrepo, 2023 | 94 |

| | |
|---|-----|
| EL TEATRO POTENCIA LA EXPRESIVIDAD DEL BAILARÍN: APLICACIÓN DE CONCEPTOS... | 159 |
| <u>Ilustración 4: Centro Cultural F. Artes UdeA, Carlos E Restrepo, 2023</u> | 98 |
| <u>Ilustración 5: Centro Cultural F. Artes UdeA, Carlos E Restrepo, 2023</u> | 102 |
| <u>Ilustración 6: Centro Cultural F. Artes UdeA, Carlos E Restrepo, 2023</u> | 102 |
| <u>Ilustración 7: Centro Cultural F. Artes UdeA, Carlos E Restrepo, 2023</u> | 106 |
| <u>Ilustración 8: Centro Cultural F. Artes UdeA, Carlos E Restrepo, 2023</u> | 106 |
| <u>Ilustración 9: Centro Cultural F. Artes UdeA, Carlos E Restrepo, 2023</u> | 111 |
| <u>Ilustración 10: Centro Cultural F. Artes UdeA, Carlos E Restrepo, 2023</u> | 115 |
| <u>Ilustración 11: Centro Cultural F. Artes UdeA, Carlos E Restrepo, 2023</u> | 120 |
| <u>Ilustración 12, Centro Cultural F. Artes UdeA, Carlos E Restrepo, 2023</u> | 120 |
| <u>Ilustración 13: Centro Cultural F. Artes UdeA, Carlos E Restrepo, 2023</u> | 133 |
| <u>Ilustración 14: Centro Cultural F. Artes UdeA, Carlos E Restrepo, 2023</u> | 154 |
| <u>Ilustración 15: Video de la muestra final, Carlos E. Restrepo, 2023</u> | 157 |
| <u>Ilustración 16: Flayer publicitario, Carlos E. Restrepo, 2023</u> | 157 |

Bitácora

1. Objetivo

1. Conocer en puntos de pies, cachillas, piernas, tobillos y caderas de los pies, en posición encavada.
2. Calidades del movimiento: peso (lento o rápido), espacio (ónde se ubica el movimiento), tiempo (velocidad y ritmo), flujo (intensidad, ritmo y estilo del movimiento).
3. Acciones del movimiento: sacudir, retorcer, deslizar, empujar o presionar, fletar, golpear, palpar y latiguar (latidos).
4. Secuencia de saltos: min. 5 pasos.
5. Exploración de los sentidos: escuchando otro género musical, palpar salta, que se sienta me genera la música que escucho.
6. Percepción del movimiento: imágenes sensoriales identifi con ambiente, colores, texturas, atmósferas, espacios.

10 min / Acciones cotidianas
 pensado con originalidad, tarea
 5 min / Reflexión y cierre.

Deliciosa Divesión Conexión con
 Aceptación Esperanza mi vida.

Sesión #2: Cuerpo y mente encavado de creación
 Fecha: Lunes 04 sep 2022

15 min / Presentación, romper el hielo

1. Presentación mía
2. Presentación de nombres "me pa de vaje y me lleve a"
3. Juego de Karate
4. Juego de cables y correas.

25 min / Impresiones teatrales se trabaja más cuerpo que mente

5. el objeto mágico: se crea un objeto y situación
6. el aplausómetro: cucullas y así el aplauso se levanta
7. el rol de las emociones: como inusual como teatro
8. Radioserial: ojos serenos, temas de radio (narración, música)

20 min / Rutina de salsa

9. todo crea una rutina de saltos, mano en 3 pasos. Ja me gusta en grupo.
10. A esa rutina de saltos le agregamos un movimiento coreográfico, que no tiene que ver con la rutina de la salsa.

Ejercicios alternos
 - La rueda del tiempo
 - La puerta

Hallazgos:
 - Emotivo
 - Suspensivo
 - Relajado
 - Confusión "no sé de que me va a sentir esto para el baile" y así me como bailarín"

11/09/23
 #3: IR MAS ALLA DEL MOVIMIENTO **Rutina de Salsa**

Espace tiempo: ritmo, posición del cuerpo con la música y tiempo: sincronizar con los sonidos. En la salsa con otro género musical, me gusta la salsa con otros géneros, los movimientos diferentes que se salen de lo normal. Acciones físicas del movimiento: golpear, fletar, sacudir / calidades del movimiento.

15 min / Presentación, romper el hielo

1. Presentación mía
2. Presentación de nombres "me pa de vaje"
3. Juego de cables
4. Juego de cables y correas

25 min / Creación del cuerpo con el espacio y la atmósfera.

1. Análisis de mi (entorno) ambiente, problemas y soluciones. No me da miedo.
2. Por que es importante para lo que yo quiero la creatividad? Social 2 veces en Medellín hoy. Bailamos si me a nivel si parece ser nosotros.

⇒ En ese ambiente que he encontrado, no hay mucho.

críticas a partir de todo esto surge mi pregunta

Como esas ejercicios ayudan al bailarín?

Objetivos

1. Indagar
2. Como tres ejercicios
3. Como una propuesta metodológica, una serie de talleres
3. bailarín sobre lo que se vive que son el resultado

Contexto de Salsa y Teatro

Oreja cuerpo

Marco teórico

1. Contexto salsa y teatro
2. Como estos dos se juntan
3. Referentes de teatro y salsa y Metodología.

Tema Metodológico

Explica como es, de que carácter, como lo voy a desarrollar. Hay un método (lo que yo creo) que me gusta

Hallazgos 20/08/23

- Deseado
- Expectativa
- Libertad

Referencias de teatro y teatro

A raíz de estas experiencias estas palabras

"ellos encuentran la libertad en su teatro"

Metro-teatro Contexto

No hay de lo que usó a hablar, investigar

Marco teórico

1. Referente teatro -> Bolsochach
2. Referente teatro -> Art-teatro.

2 intermediar, II más allá"

No es la forma sino la intención.

"el acto es un arte" Artaud

25 min / Calentamiento teatral, estar en el caso y en el otro

4. Todo comienza en el espacio, espacios vacíos, no control en círculos, consistentes de la postura y medida musical.
5. Metro-Ritmo: velocidades con el metrónomo
6. Rutina serena: Caminando por el espacio, quien atrape la pelota emite un sonido.
7. Canto-motor: ritmo
8. Píedras Inscritas: "discusión" "permeabilidad". Para eso sirve representas. Un compañero salta al otro

20 min / Rutina de salsa colectiva.

9. Párrafo creativo: todos los puntos se movieron para que todos participen.
10. Memoria corporal: Después de 4 que salten de 4 pasos y crear memoria extra-corporales de rigidez al espacio.

cada grupitos al final realizan la secuencia completa

4 Sep 18 Acción Dramática (atribución de objetos)

5 Sep 25 Situación Dramática (cadena de sucesos, circunstancias dadas, punto de giro)

6 Oct 2 Presentación teatral (objeto-completo) se utiliza vestuario

9 Oct 9 Dramatología teatral y corporal. A raíz de un texto, obra, canción, foto, video. También se puede trabajar con otros coreográficos, narración, locución.

8 Oct 23 Presentación del artista. VIDA. APTE. VIDA. PUESTA EN ESCENA. Obras poéticas. Ficción vs Real

9 Oct 20 Escoger actividades de los talleres para crear PUESTA EN ESCENA. Iluminación, vestuario, sonido...

Sesión #3. Re-creación es un acto teatral

15 min / Presentación, romper el hielo

1. Presentación mía
2. Presentación de todos, juego Presentación de nombres "me pa de vaje y me lleve a..."
3. Juego goma KARATE JIA

23-24-25

Salsa / Hallagos

Tareas

Pensar en personaje

"Alguien se piensa más en la técnica o más se olvidan de su cuerpo y llega al salto sin para liberarse, relajarse y disfrutar".

"Sabemos poco, no sabemos cómo para una experiencia humana la música y sus más formas: Música Hoy, Rock y la enseñanza ha llegado a un nivel muy alto".

Elle bailaba en un momento en vivo, el otro trabajando con una pareja bailando los dos asociados en el mismo momento y se crearon en el mismo espacio.

El momento del baile y el momento de la música.

Experiencia - no tengo temor a la equivocación

Contexto de la salsa en Colombia = "Madrugador" o referentes laterales

Personaje teatral, como todo tiene la coreografía (objeto - conflicto) utilización de vestuario.

384.000
160.000
224.000

Hallagos

- Dividir en los juegos para iniciar la clase.

- Cambiar el juego para la movilidad y concentración.

- Se exploran otros temas con los ojos cerrados.

regimen -> se busca en el fondo

belier -> alegría, disfrute, sensación interna.

con la salsa poder realizar otro género musical, aunque los músicos pensados (si se sabe) tal vez puede.

- Acoplarse a otro ritmo me cuesta pero me ayuda a la creatividad.

Alegría - interesante - creatividad - conocimiento

Tareas:

1. Escoger personajes: tíos, tías, adoneros, animalidad (para darme algún animal)

2. Vestuario

3. Dramatizar

Objeto del personaje: utilería o vestuario

4. Conciencia VIDA-ARTE

Cómo incluir mi pregunta, mi inquietud, mi conflicto en mi pieza en escena. Tanto desde mi vida para dar atmósferas, mensajes, imágenes, personaje etc.

el tiempo musical de cable tres

08/2

05/04/23

#5: Un suceso en medio del baile

15 min/ Romper el Baile

de mano + Circuito de Pelotas

20 min/ calentamiento existente y creativo

1. Percepción del movimiento con imágenes (texturas, ambientes, colores, espacios)

2. Bailar salsa con otro género musical

30 min/ situación dramática.

3. Secuencia de salsa -> memoria corporal

4. Acción + Objeto

5. Acción + Objeto + Suceso

6. Acción + Objeto + Suceso + Secuencia

7. Acción + Objeto + Suceso + Conflicto + Secuencia

2. Relaciones con premios anteriores.

- Tensión: presión a algo próximo

- relación y dominio del objeto: silla.

- extenuación, dificultad

3. Incluir la acción en la secuencia de salsa.

Tareas:

Objeto, conflicto y 3 poses más.

Hallagos:

- Me estoy siendo más suéter

- más consciente

- Técnica del movimiento, me cuesta cambiarlo.

- Es difícil salir de la técnica, me obligo a salirme del estereotipo.

Como recurso teatro pedagógico ver temas de Ana Cecilia de A "Educación por el teatro y para el teatro" pedagogía teatral

Dramatización vs Teatro

Ver también "Jules de teatro" manual de apoyo 2013 trabajo de Pablo Rojas y Beatriz González ver juegos y pedagogía teatral

Repaso en el baile

- Acciones físicas (suave...)

- Calidad del movimiento

- Diferencia con otros (ejercicios teatrales)

- Cambio modo del movimiento

- Acción dramática

- Emociones

16/09/23

#4: Bailar y actuar a través parte del modo cotidiano

15 min/ Romper el Baile

1. Presentación mía

2. Pelota de nombres

3. Juego de pelotas

4. Juego de cables y cámaras

20 min/ Calentamiento

1. Espesa y postura corporal

2. Salsa con otros ritmos musicales

3. Percepción del movimiento a través de imágenes (texturas, ambientes, colores, espacios, objetos).

25 min/ Baile dramático

4. Crítica de teatro dramático: tensión, intensidad, finalidad, entonación, sentido, dominio, espacial, sentirse en una silla de manera libre

09/10/23

#6: El bailarín es un personaje

15 min/ Romper el Baile

- Presentación mía para nuevos

- Energía general - "traje" "jira"

- Juego de pelotas, circuito.

20 min/ Calentamiento

- Juego de las sillas

- Bailar salsa con otro género musical

40 min/ personaje teatral

- Peculiaridades de un personaje existente, vestuario.

30 min

- Bailar secuencia con todo lo anterior + conflicto

20 min/ Personaje teatral

• Estado corporal del personaje escogido comenzando por el espacio.

¿Cómo cambia el personaje?

¿Cómo se vive el personaje?

¿Qué objeto usa?

¿Cómo se tira?

¿Cómo llora?

¿Un tic nervioso? (movimiento involuntario)

¿Toc corporal? (movimiento de parte característico)

Un gesto facial

¿Un secreto?

¿Qué le duele?

¿Qué lo hace feliz?

una frase o palabra usualmente usada

¿Qué le asusta?

¿Cómo duerme?

¿Cómo canta?

¿Cómo come?

¿Cómo baila?

¿Cómo mira a los demás?

• Escoger alguna de las premisas que se vieron e incluir en la secuencia de baile.

15 min/ Otras premisas

- Todo lo que elegimos es por algo. Interrogar sobre mi pregunta como artista.

- Incluir a la secuencia de baile mediante una canción, un ambiente de tar, vestuario, texto, acciones, objeto, imagen, etc.

Hallagos:

- Hay una mayor aceptación en las ejercicios, el circuito de pelotas, el juego de pelotas (para concentración y energía general).

- Mayor cantidad en las actividades creativas, más creativas.

- En el espacio de personaje, pasar por el cuerpo lo pensado les te difícil, se quedan pensando mucho o solo lo piensan y no lo pasan por el cuerpo, pero resuelven ellos mismos, deben de pedir ayuda y preguntar.

Continuación Trabajo de Grado Parte práctica y reflexión

Acercamiento al personaje:

Algo que no está ligado a una técnica o un paso a seguir se plantea desde una pregunta, intención, para crear y expresar el traer del cuerpo

15 min/ Romper el Baile

- Presentación mía

- Juego "jira-karate"

15 min/ Calentamiento teatral

- Circuito de pelotas

- Juego de sillas teatral

- Caminar por el espacio central hasta #20:

15 min/ Calentamiento corporal/baile

- Bailar salsa con otro género musical

- Reposo de la secuencia con todos los Premios: acción, situación, suceso, objeto, conflicto.