

Con el foco en un mínimo giro (un trabajo a partir de la “intención” que posibilita habitar el cuerpo y el espacio).

Tabak, Graciela Inés

Resumen

El presente trabajo surge de una experiencia dentro de la formación de la Licenciatura en Psicomotricidad de la UNTREF.

En el marco de la práctica, surgen problemáticas culturales en relación a la construcción del cuerpo que se reflejan en actividades artísticas como la danza.

Esto permite acercar una pregunta en relación al modo en que las técnicas tradicionales de enseñanza de la danza dejan de lado los obstáculos que la construcción del cuerpo le plantea a cada individuo.

A partir del encuentro con una mujer adulta que siente que la psicomotricidad, y yo tenemos algo que ofrecerle, surge el deseo de este escrito.

Escrito-reflexión, de una experiencia y una posibilidad de desplegar un saber del cuerpo que muchas veces queda por fuera de discursos homogéneos.

A partir de pensar en los inicios de la organización del cuerpo y el movimiento, fui hilvanando propuestas desde la perspectiva del tono muscular, la actitud y el proyecto motor. Así fuimos descubriendo nuevos modos de abordar movimientos tales como el giro y el balanceo; que no habían sido posibles para ella en clases de danza.

Me interesé por los primeros tiempos de la construcción corporal, un primer tiempo-espacio de la acción del otro sobre el propio cuerpo. Como si, de alguna manera, hubiera habido que refundar un espacio para que el movimiento se organizara.

Palabras clave: Construcción del cuerpo – psicomotricidad - saber del cuerpo - tono muscular – actitud - danza.

Introducción

La gravedad

Es la raíz hacia la liviandad

Silencio

Es el lugar de donde emerge el sonido

Quietud

La madre del movimiento

Simone Weil

El presente trabajo surge de una experiencia dentro de la formación de la Licenciatura en Psicomotricidad de la UNTREF.

En el marco de la práctica, surgen problemáticas culturales en relación a la construcción del cuerpo que se reflejan, en actividades artísticas como la danza.

Esto permite acercar una pregunta en relación al modo en que las técnicas tradicionales de enseñanza de la danza dejan de lado los obstáculos que la construcción del cuerpo le plantea a cada individuo.

En un marco selectivo, la posibilidad de ahondar en las variables espacio-temporales de la construcción del cuerpo queda del lado de lo terapéutico.

A partir del encuentro con una mujer adulta que siente que la psicomotricidad, y yo tenemos algo que ofrecerle, surge el deseo de este escrito.

Escrito-reflexión, de una experiencia y una posibilidad de desplegar un saber del cuerpo que muchas veces queda por fuera de discursos homogéneos.

Ella es una mujer joven, de alrededor de 35 años. Vive sola. Su nombre es Marga, es de estatura mediana, e impresiona como una persona tranquila.

Comenta que siempre le gustó bailar, pero que tenía problemas para girar y que esto le había traído dificultades a lo largo de las diferentes clases de danza que había tomado. Al preguntarle si en el piso podía girar o rolar dijo que lo había conseguido en las clases de expresión corporal y le resultaba placentero. También dijo que cuando era pequeña le gustaba jugar al fideo fino y a marearse.

Al poner en cuestión esta diferencia entre girar en el suelo y de pie, dijo que le

daba miedo la sensación de vacío de sostenerse en dos pies.

Aunque no me detuve aquí, me parece interesante pensar el giro como una coordinación dinámica general (desde lo psicomotor propiamente dicho), donde se pone en juego la representación del cuerpo en el espacio, la imagen corporal y la disponibilidad corporal para lanzarse al espacio, perder sostén sin desorganizarse. Hablamos del tema de la caída y del salto. Ella refirió al momento de suspensión, cuando “quedas en el aire antes de caer”. Menciona que su temor tenía que ver con el momento de hacer contacto con el piso al bajar, no con el despegue. Temor a no tener reflejos, a romperse la cara contra el piso.

No recuerda haber tenido una caída importante

Relatos de una experiencia

Relataré en este espacio algunos de los encuentros con Marga, su anticipación y sus efectos.

Me interesé por los primeros tiempos de la construcción corporal, un primer tiempo-espacio de la acción del otro sobre el propio cuerpo. Luego el espacio de la representación que sustenta las acciones propias con un “ir hacia”. Acciones que se desplegarán en el espacio sobre una organización témporo-espacial determinada por la huella de los ritmos del otro en los primeros momentos.

Habitar no es sólo ocupar.

Se trata del cuerpo proyectado,
la mirada, el olfato, la escucha, la actitud.¹

Tono y actitud

Marga va apareciendo ante mi mirada o escucha, a lo largo de estos encuentros.

¹ Calmels, Daniel (2001): *Espacio habitado*. Novedades educativas. Buenos Aires

Cuando se desplaza por el espacio, mantiene un tono alto en los miembros superiores. Y también aparece tensión en el rostro y en la posición de la cabeza, como si estuviera haciendo un gran esfuerzo para mantenerla arriba.

En los momentos en que avanza por el espacio, toda la zona de la cintura escapular se rigidiza.

No aparece lo mismo cuando gira libremente.

Con relación a la actitud dice J Le Boulch² “manifestación observable desde el exterior que, en ausencia de un desplazamiento o de un movimiento, traiciona las disposiciones o las intenciones del sujeto hacia el medio, y traduce un determinado nivel de vigilancia favorable a una acción eventual”

Henri Wallon³ plantea que “la actitud se refiere a una postura del cuerpo humano espacialmente determinada por los movimientos del ánimo. O una disposición del ánimo manifestada exteriormente”

Ante la dificultad que Marga plantea en el giro, observo que ella puede girar libremente cuando la propuesta no está enfocada en ello, y lo utiliza como juego de desplazamiento.

Entonces me detengo a pensar en el giro en la danza contemporánea, un giro que exige que la mirada se anticipe al movimiento del cuerpo en el espacio.

La importancia del ritmo

Las posturas que va construyendo un niño tienen ritmo, son “en” movimiento. El ritmo puede ser pensado entonces como modo de estar en el tiempo

Hay ritmos orgánicos y otros que se construyen. Es interesante observar cómo se arman los ritmos de pasaje, de una postura a otra, de una actividad a otra, (por ejemplo de sentado a parado, o del descanso a la actividad) para cada sujeto.

Giros y balanceos

² Le Boulch., J (1991): *Hacia una ciencia del movimiento humano*. Editorial Paidós.

³ Wallon, Henri (1965): *Los orígenes del carácter en el niño*. Ed. Lautaro

Los investigadores Gilbert y Vial⁴ denominan movimientos giratorios a la vuelta completa, a muchas vueltas, o a los movimientos de giros incompletos. Estos pueden ser realizados sólo con el cuerpo, con el cuerpo en relación a un eje exterior fijo, con una persona u objeto que gire.

Los movimientos giratorios dan lugar a cambios considerables en la orientación del cuerpo en relación al espacio, porque se trata de giros de 360 grados, a veces encadenados unos con otros. Estos cambios de orientación, igual que los balanceos, son fuente de sensaciones de origen vestibular.

La visión juega un papel importante en el equilibrio. Para que ésta pueda jugar un rol importante en los juegos y actividades giratorias, es necesario haber logrado una percepción estable del entorno, que sirva como punto de referencia, ya que es esta estabilidad del entorno lo que se pone en juego en el giro.

El movimiento giratorio implica una organización de las tensiones, en relación a la gravedad y la fuerza centrífuga, de esa manera, el esfuerzo activo se concentra a nivel del punto de apoyo o sostén.

En cuanto a su organización temporal el movimiento giratorio puede ser encadenado y adquirir carácter repetitivo, pero no es alterno como en el balanceo. Es interesante destacar que tanto para los balanceos como para los giros, existen movimientos culturalmente integrados que se acompañan con música. Los giros son una de las figuras fundamentales en las danzas, Gilbert y Vial se preguntan en relación a esto. ¿Puede tratarse de una inducción motriz directamente unida a la música?

En base a esto, en este trabajo, el acento o el foco, estuvo puesto en lo dinámico de la ritmicidad, en esta posibilidad de un proyecto en movimiento que sustente las variaciones de los estados del tono.

Este trabajo muestra dos caras (va a hacer falta entonces dirigir la mirada hacia una u otra, en un pequeño giro)

⁴ Cerutti, Ana (2007) : *El cuerpo en la Primera infancia: Espacio de comunicación y aprendizaje. IMM*

La importancia de la mirada que enfoca. Si bien en la intervención, el psicomotricista escucha con su cuerpo, no sólo con ojos y oídos, hay una actitud, una intención de enfocar. Me detengo en la mirada porque entiendo que es allí donde se da la tarea de enfocar. Como un gesto que no se dirige a todo el espacio sino que se detiene en un punto

Por otro lado, aquello que apareció en la destinataria como dificultad de proyectarse. De dirigirse hacia el espacio.

Planteo entonces la existencia de dos lugares fundantes, con un espacio “entre” que posibilita un recorrido. Estos lugares marcan la existencia de un yo y un otro, y posibilitan no sólo el recorrido sino también el diálogo, la comunicación.

.Este fue el fundamento de la tarea, si bien pude encararla desde la propuesta de los ritmos, ligados a la posibilidad de hacer pausa, de alternar.

Como si, de alguna manera, hubiera habido que refundar un espacio para que el movimiento se organizara.

Con el soporte del ritmo, la escucha del modo de estar en el tiempo. Lugar primordial de la construcción del tiempo y el espacio, en cada cultura.

Bibliografía

- Calmels, Daniel (2001): *Espacio habitado*. Novedades Educativas, Buenos Aires
- Cerutti, Ana-Balestra, Cristina (2007). *El cuerpo en la Primera infancia: espacio de comunicación y aprendizaje*. Programa Nuestros Niños- IMM, Montevideo, Uruguay
- Le Boulch, Jean (1991): *Hacia una ciencia del movimiento humano*. Paidós, Buenos Aires
- Wallon, Henri (1965): *Los orígenes del carácter en el niño*. Editorial Lautaro, Buenos Aires