
Colegio de Danza Contemporánea

Guillermina Bravo

FINALIDADES DEL COLEGIO

1. Encauzar a cada estudiante hacia el descubrimiento de su vocación y su talento creador, a través de la revelación de la danza como un arte.
2. Los artistas de la danza maduran en cuanto integran orgánicamente sus experiencias y las canalizan en un oficio específico: bailarines, maestros, coreógrafos, investigadores o técnicos de foro. El Colegio se propone la enseñanza del oficio y de su fundamento esencial como escuela: la orientación artística adecuada para que cada quien pueda comprometer en la danza su vida entera.
3. Los cursos se proponen formar la estructuración de núcleos que se desarrollen en forma independiente y progresen conforme a los conceptos artísticos que hayan elegido. Por esto aunque el egresado tendrá un reconocimiento oficial en términos de “carrera” los programas proponen cursos cortos, semestrales, que permiten una selección progresiva, orientada en forma rigurosa hacia la especialización elegida después de 4 años que pueden extenderse hasta evolucionar en grupos estudiantiles, semi-profesionales y profesionales.
4. Los núcleos formados en el Colegio, según los planes de enseñanza, serán grupos de danza dinámicos, donde la experimentación coreográfica se presente sistemáticamente ante un público. El desarrollo de bailarines y coreógrafos se sujeta así a la crítica de otros grupos y del público, a la competencia y al análisis: consecuentemente, a la superación individual y colectiva.
5. El Colegio considera que un artista no termina nunca su aprendizaje, no sólo en lo referente a la técnica sino en lo que es su finalidad última: su estrecha relación con la evolución social, síquica y cultural de la humanidad.

6. Los programas del Colegio están planeados para combinar la enseñanza técnica de la danza con el conocimiento de otras disciplinas artísticas que permitan comunicarse al estudiante y confrontarse con la cultura en general y con la danza contemporánea en particular. Por esta razón se proyecta un intercambio de estudiantes y maestros con escuelas idóneas de otros países.
7. El Colegio se proyecta como una escuela precisa, definida dentro de la creación contemporánea y exclusivamente orientada hacia el profesionalismo.

LA ENSEÑANZA

En el Colegio, la enseñanza de la danza, como expresión de nuestro tiempo, debe ser abordada con decisión y convicción, así como con conceptos renovadores y con eficaces métodos de trabajo. Los maestros, a la vez que dominen su oficio y cumplan hábilmente los programas, deberán emprender la enseñanza con una mentalidad abierta y creadora capaz de descubrirse e incorporar las nuevas formas que enriquezcan y transformen los métodos.

El método no consiste en procedimientos fijos sino en la aplicación de los principios técnicos básicos que determinan las formas, mismas que se modelan realmente por el caso y la situación individuales. La comunicación entre maestros y alumnos, así como la exploración de formas a partir de los principios, conducen al afinamiento constante de una herramienta viva, necesaria para la investigación y la creación artísticas.

Las palabras decisión y convicción no deben interpretarse como sinónimos de estatismo y dogmatismo: se refieren a una integridad de los maestros que debe ser irrevocable en el sentido de que no van a retroceder en lo que se entiende por contemporaneidad: la aplicación de nuevos procedimientos producirá nuevas formas no previstas, desconcertantes tal vez, muy distantes de la estética conocida y "aceptada": pero es la asimilación de estas formas, así como la de determinadas características de los recursos tradicionales, lo que es transformado, de la misma manera que la danza contemporánea toma la experiencia humana, individual y social para producir arte. Su ordenamiento dentro de los programas es lo que va a dar a la danza de México su verdadera identidad. El equipo de maestros ha sido formado con individuos sensibles, expertos en captar las posibilidades estéticas de las nuevas formas que surgirán necesariamente de las características de los estudiantes mexicanos.

El Colegio se plantea como un organismo flexible y dinámico que prevé la participación activa de los alumnos en el plan general de trabajo.

LA DANZA COMO EXPRESION CONTEMPORANEA

El arte contemporáneo (la danza incluida) cuenta con menor número de adeptos que las artes tradicionales.

Esto es fácilmente explicable:

1. El concepto comercial de arte difundido por la TV y el cine, afecta torcidamente el gusto de las clases medias y de los trabajadores.

2. Sin embargo, la danza contemporánea despierta cada vez mayor interés en sectores de la población inquietos culturalmente, en el ambiente estudiantil y entre quienes aspiran a una renovación cultural y artística.
3. La danza contemporánea es joven y como tal, cambiante y agresiva; esto es resultado tanto de sus temas como de su estructura y lenguaje: es un compendio que revela su no-conformismo con los falsos equilibrios sociales. Planteado el asunto en estos términos se deduce que la danza contemporánea requiere de un público que no vaya a buscar una imagen preconcebida, o bien, cuya sensibilidad no se haya perdido en el estereotipo; se deduce, así mismo, que se requiere de una promoción adecuada para atraer a las capas sociales que empiezan a gustar de la pintura, el teatro y la poesía contemporáneos, así como del cine de arte (también a la gran mayoría que es el público abierto a toda experiencia); la confrontación de nuestra danza contemporánea con grupos de otros países y disciplinas infundirá confianza y despertará el interés del gran público respecto a su valor y calidad.

EL ALUMNADO

1. Dadas las características del Colegio, la población estudiantil debe ser consciente de su elección y por tanto debe estar decidida a vencer las dificultades que el rigor de los estudios plantea, individual y socialmente.
2. Los grupos tienen cupo limitado para que cada estudiante sea debidamente atendido en sus necesidades técnicas y subjetivas y en el cumplimiento de la disciplina requerida por los programas.
3. El Colegio debe guiar y ayudar a ubicar a los elementos egresados dentro del ambiente artístico profesional, ya sea en grupos nacionales o internacionales, si así lo ambicionan.
4. La formación de nuevos maestros, a través de cursos especiales, que irán ampliando la capacidad de enseñanza del propio Colegio: así podrán ser abiertas nuevas escuelas pues los maestros egresados serán debidamente facultados.
5. El Colegio promoverá entre los alumnos el interés por la creación de centros artísticos independientes diseminados a otras regiones, puesto que el trabajo incluye la formación de directores y coreógrafos.
6. El Colegio se relacionará con escuelas idóneas de otros países intercambiando becas, maestros, etc.

LOS PROGRAMAS

Los programas técnicos han sido formulados a partir de los tres ciclos de técnica Graham—cada ciclo se desarrolla en dos años, esto es, la etapa de aprendizaje es de seis años—, ciclos que permiten cursos cortos para la selección inicial por la rápida formación de músculos primordiales y por involucrar un sentido de ritmo y dinámica que revela cualquier deficiencia insalvable en los alumnos.

Estos programas deberán lograr, en un periodo de cuatro años —dos ciclos—, varios grupos “piloto”, es decir, grupos cuyos elementos estén decididos ya a emprender una

vida profesional. Los diversos ciclos técnicos se irán ampliando y cumpliendo no por años escolares, sino de acuerdo con el progreso e interés individuales.

En determinados ciclos la técnica Graham se confrontará con lo conveniente de otras técnicas, tanto para ayudar a ciertas deficiencias físicas como para lograr una cultura dancística general. Serán impartidos cursos con otro tipo de conceptos y entrenamientos (Laban, Joos, Humphrey), así como, muy primordialmente, cursos de danzas etnográficas de diversas partes del mundo, incluido México, para la investigación de la danza desde sus orígenes.

Las actividades teóricas y prácticas básicas para la formación de un artista de la danza, maestro, bailarín o coreógrafo son aquéllas que le proporcionan comprensión cabal de su profesión; las que corresponden al ambiente dancístico y teatral o que tienen afinidades aprovechables.

Por ejemplo:

1. Conocimiento del foro en el sentido dramático (la palabra "drama" está usada con su origen griego que quiere decir "acción sobre un escenario"): a) composición, según la guía de Doris Humphrey; b) improvisación ligada a imágenes de otras artes —cine, música, poesía—; c) el ritmo como abstracción.
2. Búsqueda de formas para aplicar el material etnográfico.
3. Investigación del baile popular urbano.
4. Conocimiento de los géneros dramáticos y de las distintas corrientes que ya se plantean en la danza contemporánea: lo épico, lo lírico, lo erótico, lo ritual, lo onírico, etc.
5. Las relaciones de la danza con las demás artes: la música, la pintura, la poesía y el cine, no en forma histórica, sino con un sentido vivo de aplicaciones concretas.
6. Estudios técnicos de foro: luces, escenografía, vestuario, volúmenes y niveles aprovechables en la coreografía (Gordon Craig).
7. Guía para la crítica y la autocrítica con el propósito de integrar grupos por afinidades y ambiciones, creando siempre el espíritu de competencia sana entre ellos.
8. Talleres de lectura y análisis de las teorías contemporáneas del teatro: Bentley, Brook, Artaud, Grotowsky, Buenaventura, Brecht, etcétera.

PROPOSITOS

El Colegio no plantea sus programas en forma de una "carrera" propiamente dicha. Predomina la noción de que un artista no termina nunca su instrucción, no sólo en lo referente a la técnica, sino en lo que es su finalidad última: su relación con las fuerzas vitales de la naturaleza y de la sociedad, y de los sueños, mitos y pasiones del ser humano. Su meta no se reduce a un título o a un sueldo sino a su constante evolución como individuo artista, síquica y culturalmente.

El hecho de no plantear una "carrera" no debe entenderse como una falta de finalidad; al contrario: cada alumno deberá buscar su verdadera finalidad y el Colegio lo guiará para descubrir y encauzar su talento hacia las metas de trabajo más convenientes.

De esta manera, el Colegio estará formado por bailarines, maestros y técnicos de foro capaces de formar equipos de trabajo.

La especialización en tareas de investigación y técnicas de foro, complementa el panorama de los futuros grupos de jóvenes egresados del Colegio, suficientemente maduros para sostener una producción constante en la cultura contemporánea.

COLEGIO DE DANZA CONTEMPORANEA DEL BALLET NACIONAL DE MEXICO

A LOS MAESTROS

Saber bailar, saber ejecutar la técnica, dominar el oficio de bailarín es una cosa; saber transmitir los conocimientos a cuerpos nuevos es otra. Aquí interesa más lo segundo, aunque ambas cosas están ligadas. Los bailarines que participan como maestros en el Colegio deben pues, hacer un examen de conciencia. ¿En qué consiste? Es un problema de meditación encauzada hacia analizar la manera en que se mueve el cuerpo y de ir encontrando organización a las secuencias de movimiento, observando si esa organización corresponde al programa dado y si se tienen las *palabras correctas* para explicar y transmitir los conocimientos. Es necesario que cada maestro sea muy estricto consigo mismo para no dejar pasar por alto cuestiones que aparentemente parecen fáciles o parecen obvias: cada parte de una secuencia, cada pequeño movimiento del cuerpo tiene un “porqué” y una repercusión más adelante, así que el análisis debe ser total, sin dejar escapar ni una fracción de secuencia.

Las secuencias consisten en un germen de movimiento que a su vez viene de un impulso primario del organismo. Ese germen tiene *siempre* infinitas posibilidades para ser expresado, posibilidades que toman una forma u otra, según la secuencia de que se trate. Además del germen de movimiento, las secuencias están ubicadas dentro de un medio ambiente que hay que percibir y utilizar, pues de otro modo el estudiante siente que le falta “algo”, le falta un punto de partida, una base de sustentación. En este medio ambiente el cuerpo debe percibir dos relaciones:

1. La relación piso-techo (que corresponde también a tierra-cielo, bajo-alto, vertical-horizontal) origen del trabajo en distintos niveles: las caídas, las cargadas, el relevé, el plié, las verticales, y las paralelas.
2. La relación cuerpo-espacio que origina los desplazamientos (hay también movimientos que participan de las dos relaciones). Si se logra hacer sentir o “visualizar” al alumno las direcciones, los frentes y los niveles, y cuáles secuencias corresponden a las dos relaciones, los principios teóricos son fáciles de comprender y de explicar. El germen se manifiesta en distintas formas y son esas formas las que han producido las secuencias. Hay una secuencia especial, la de extensiones de cuarta en el piso, donde ese germen se trabaja en casi todas sus posibilidades, por lo cual en esa secuencia está contenida la base de toda la técnica: plié, cepillado, extensión, contracción-expansión, (release),¹ high-release, contracción-espiral, espiral total desde la pelvis, espirales de la espalda alta y contracción con dos espirales encontradas (en ella se dan también otros valores: contraste continuo, cambios de ritmo, etcétera. Ojo a esta secuencia).

¹ Release: convencionalmente puede traducirse como “expansión” de la energía, o bien enseñar el término anglosajón.

Adelante con el examen de conciencia. Se ha meditado; hay capacidad para analizar cada secuencia y ubicarla, ejecutarla limpiamente y poder explicarla. Pero a pesar de la demostración perfecta y de la explicación acertada, el estudiante está "chueco" o "no puede".

Entonces viene el segundo paso que consiste en *saber corregir*. Corregir no quiere decir regañar al alumno, o tratar de hacer discursos sobre la teoría, o demostrar la secuencia muchas veces hasta quedar exhausto; corregir quiere decir hacer la corrección exacta que haga reaccionar al alumno inmediatamente, o al menos, que lo haga darse cuenta de su error. Las correcciones acertadas no son las generales, sino las particulares a cada alumno, pues cada estudiante tiene distintos problemas en su cuerpo y no basta la explicación general. Una buena corrección es aquella que se refiere a la esencia, precisamente al germen del movimiento; es bueno recordar que la esencia de la técnica que enseña la raíz del movimiento, se encuentra en los músculos más profundos del cuerpo y más difíciles de alcanzar: los de la pelvis, el centro de la espina, las ingles, los glúteos. Cuando un pie está chueco, salvo en casos especiales, lo que anda mal son las ingles: cuando la cabeza está colgada y no hay respiración, lo que anda mal es la espalda, etcétera.

El examen de conciencia debe extenderse también al lenguaje, pues el modo de hablar en clase no debe ser el mismo que se usa en la calle, camión, café o casa, sino un lenguaje que a la vez que es convencional (contracción, release, trotecillos, [prancing],² nivel, energía, etcétera) debe ser sencillo y claro, digno y amistoso, riguroso y alegre, todo al mismo tiempo. Cuando se da un término técnico, por ejemplo "espiral", debe explicarse en qué consiste la espiral o dar una representación concreta como caracol, tirabuzón, humo de cigarro, etc., hasta que quede claro por qué se usa ese término y que no haya dudas sobre su mecanismo interno. El último punto de este examen de conciencia consiste en no autoengañarse respecto a los conocimientos. Es necesario comparar con los compañeros o preguntar; discutir o comprobar con el propio cuerpo qué se sabe, qué se sabe explicar, o si se sabe deficientemente, o si lo que se sabe no se puede explicar, o si la explicación es superficial. Otros dos ejemplos:

1. Las secuencias están hechas para la formación de los músculos; luego entonces éstas se pueden seccionar para enseñarse mejor, pero de ninguna manera *sustituirlas por otras de invención personal*. Es necesario hacer al estudiante ejecutar las secuencias completas antes de pasar a las invenciones personales (esto es estricto en lo que se refiere al trabajo de suelo. En el centro puede experimentarse algún "modelo" personal y hay más libertad para la invención en las diagonales).
2. El timing de las secuencias está ligado al esfuerzo físico. Se puede cambiar pero con un *propósito determinado que debe ser evidente*.

² Prancing: puede traducirse como "trotecillo" por falta de una palabra exacta en castellano.

LA TÉCNICA CONSISTE EN HACER DE MANERA EFICAZ LO QUE SE QUIERE HACER

Para el estudio de la técnica Graham, el Colegio de Danza Contemporánea formula Tres Ciclos, los dos primeros compuestos por cuatro semestres y el tercero compuesto por tres cursos de ocho meses cada uno. Los tres ciclos comprenden el estudio de los principios teóricos tanto como el dominio de la técnica física y de la técnica de significados, lo cual quiere decir que aquel estudiante que tenga: 1) las condiciones óseas y musculares apropiadas; 2) la disposición para la disciplina del entrenamiento; 3) la inteligencia para la asociación de las técnicas con los principios teóricos; 4) el interés por el cultivo de su mente en relación con la evolución del mundo que lo rodea; 5) la intuición para el desenvolvimiento del ritmo orgánico dentro del espacio rítmico; 6) la capacidad y dedicación que requiere una investigación sistemática de las posibilidades del movimiento del cuerpo; 7) una buena salud y fuerza física reguladas en función de la energía que las técnicas requieren; esto es, el estudiante con *talento*, estará listo para empezar una vida profesional independiente después de seis años de estudios consecutivos dentro del Colegio.

PRIMER CICLO

Este ciclo se propone el conocimiento de las secuencias regulares completas de la técnica Graham y su correcta ejecución, así como el entendimiento de las fuerzas opuestas, el fraseo y la coordinación general del organismo en su contacto con el espacio exterior.

Comprende:

1. Primer curso técnico de seis meses —Principiantes I— con sus preliminares teóricos. Taller abierto.
2. Segundo curso técnico de seis meses —Principiantes II—. Principios teóricos correspondientes. Taller abierto. Pláticas mensuales sobre espacio escénico y apreciación musical.
3. Tercer curso técnico de seis meses —Principiantes III—. Principios teóricos correspondientes. Taller de invención. Pláticas mensuales (mismas del anterior) y un curso de análisis para la apreciación de obras artísticas diversas.
4. Cuarto curso técnico de seis meses —Principiantes IV—. Principios teóricos correspondientes. Conferencias varias. Taller guiado sobre formas artísticas asociadas a la danza (investigación coreográfica).

SEGUNDO CICLO

Este ciclo se propone el *dominio* de las secuencias regulares de la técnica y de sus combinaciones básicas, así como el estudio y la comprensión de los cuatro elementos constitutivos del movimiento dancístico: 1) la dinámica, 2) el diseño, 3) el ritmo, 4) la motivación, aplicados al manejo de los principios básicos teóricos para lograr formas distintas de las secuencias regulares.

El manejo de los cuatro elementos debe ser aplicado también dentro de un taller de investigación guiado.

Comprende:

1. Quinto curso técnico de seis meses —Intermedio I—. Los principios teóricos para desarrollar diversas combinaciones utilizando como base un taller de formas. Conferencias bimensuales.
2. Sexto curso técnico de seis meses —Intermedio II—. Continúa el taller. Clases de Análisis de Composición.
3. Séptimo curso técnico de seis meses —Intermedio III—. Conferencias y clases (las mismas de los dos cursos anteriores). Continuación del taller anterior. Iniciación de clases de Análisis de Partituras.
4. Octavo curso técnico de seis meses —Intermedio IV—. Mismas conferencias y clases de los cursos anteriores. Confrontación de la técnica Graham con el ballet tradicional. Estudio de las formas preclásicas.

TERCER CICLO

Este ciclo se propone el *manejo* de la técnica con aportaciones que propicien su evolución partiendo de la experiencia física hacia la técnica de significados, tanto aplicada a las secuencias regulares como incorporando las nuevas aportaciones salidas de los talleres de los ciclos anteriores. Carácter, estilo, géneros dramáticos y su evolución hacia estructuras dancísticas.

Comprende:

1. Curso técnico de 8 meses —Avanzado I—. Aplicando los medios para la evolución hacia los significados. Taller de improvisación orientado hacia las diversas corrientes o géneros dancísticos: lo lírico, lo épico, etc. Pláticas sobre la crítica: orientación hacia otras artes. Curso de Danzas Etnográficas.
2. Curso técnico de 8 meses para análisis de las secuencias incorporando las ampliaciones y agregados pertinentes —Avanzado II—. El estilo y la línea. El carácter. Curso vivo de escenografía en un foro. Taller para encontrar estructuras internas de otras artes y sus aplicaciones a la estructura coreográfica: la imagen y el ritmo.
3. Curso técnico de 8 meses como síntesis de las dos técnicas y el entendimiento de sus posibilidades creadoras —Profesional—. Curso de capacitación para la enseñanza de la técnica —maestros—. Curso sobre composición coreográfica: temas, estructura, lenguaje —coreógrafos—. Curso comparativo de diversas expresiones de baile popular. Taller coreográfico abordando el espacio y la forma. Taller para integración de grupos de danza contemporánea: ¿cómo abordarlos? Sus principios y finalidades.

UNA INTERPRETACION TEORICA DE LA TECNICA GRAHAM, ORDENADA EN TRES CICLOS

“En cualquier actividad el hombre transforma la materia prima. La materia prima nos la da la naturaleza y depende del conocimiento que el hombre tiene sobre su material de trabajo, el grado de elaboración que pueda darle” (Octavio Paz). Al ordenamiento de los conocimientos y al método que se aplica para tratarlos se le llama técnica.

Para entender la concepción general utilizada para establecer algunos principios de estos ciclos técnicos se parte del “todo” para después seccionar. Como generalización primordial se utilizan algunas de las funciones básicas del organismo: respiración, ritmo o latido del corazón (pulsación); la mecánica del caminar, correr, saltar, y caer: las contracciones, expansiones y giros (cambios de dirección) que normalmente utiliza el organismo para funcionar en la vida diaria (el todo). Esto, que es la vida humana orgánica, se formaliza, se trabaja con un “tratamiento” especial para que sirva dramáticamente.¹ El movimiento sin elaborar, sin categoría técnica, *no es válido dramáticamente*.

Así pues, se van a entender los principios teóricos de cada ciclo técnico, y su canalización en un método para tratar al cuerpo humano, partiendo de impulsos que van a construir el movimiento dentro del propio cuerpo y lo van a poner en contacto con el espacio circundante. Estos apuntes se refieren exclusivamente al análisis² del espacio teórico y *deben* asociarse con las secuencias técnicas.

PRIMER CICLO

La ejecución correcta de las secuencias implica el conocimiento de los principios teóricos que las motivan y a la vez las contienen.

1. Las fuerzas opuestas o encontradas en el interior del torso se logran oponiendo la energía que produce un músculo en movimiento, contra la energía de un músculo trabajando en sentido contrario. Ejemplo: la llamada “espiral” que trabaja con la energía que produce la elevación de los músculos de un lado de la pelvis hacia el centro de la espalda en contra de la presión del músculo escapular del lado contrario (en forma cruzada) hacia el mismo punto, formando un “nudo” de energía en el centro de la espalda.³ Otro ejemplo: las fuerzas opuestas producen también la llamada “contracción” a base del trabajo de los músculos de la pelvis hacia un punto central (la mitad de la espina) en oposición a los esca-

¹ Drama: acción en un escenario.

² Análisis: desarticulación de los elementos de un todo para el estudio por separado de cada uno de ellos.

³ Nudo: el nudo funciona como una concentración de la energía que debe tener una expansión, una salida, hacia el espacio exterior (extensiones de pierna y brazos, desplazamientos en el espacio, saltos, etc.).

pulares que concentran su energía en el mismo punto. La elevación de la pelvis se hace en forma de una cuchara, esto es, una forma cóncava que abarca todo el torso *concentrando* la energía. La resolución de la contracción — que encierra la energía— es, generalmente, la expansión de la espalda que empieza en la penúltima vértebra de la espina y que lanza o dirige a un punto (o varios) del espacio la energía concentrada por la “contracción”. Las fuerzas opuestas se transforman en un motor que pone en movimiento al cuerpo dentro del espacio que lo rodea.

Las fuerzas opuestas o encontradas nos sirven también para tres propósitos:

- a) Volumen
- b) Equilibrio o suspensión
- c) Independización del cuerpo con relación a la gravedad (falta de peso).

De estas fuerzas opuestas que se producen en el torso se desprenden otras fuerzas derivadas:

- a) *Conexiones*. Hilo interno que une el trabajo del torso con el de las piernas, brazos y cabeza.
- b) *Resistencias*. La prolongación de una fuerza en una dirección determinada, al mismo tiempo que ya ha sido establecida otra, en diferente dirección.
- c) *Relaciones*. Los diferentes cauces que toma la energía deben producir relaciones estrechas entre las distintas partes del cuerpo, relaciones que deben mantenerse a través de cualquier cambio de nivel, dirección o frente, para conservar la unidad orgánica.
- d) *Las palancas*. Uso de la energía de un músculo interno del torso para elevar las extensiones de piernas y brazos, tomando como punto de apoyo la unión entre las extremidades y el torso, como resistencia, el peso de la extremidad que se levanta y como potencia el músculo interno con el que se aplica la palanca.

II. El “y” y el “más”.

Son dos impulsos internos que encauzan la energía hacia una forma precisa y hacia una utilización exacta del tiempo (ritmo, pulsación) y que se toman X porción de tiempo antes del tiempo justo. Puede decirse en términos de técnica de danza que constituyen la raíz del movimiento o establecen su dinámica.⁴

- a) El “y” se establece como un “ataque” (interno), planteando tanto el principio de la secuencia como la iniciación de cada cambio.
- b) El “más” se utiliza para revitalizar, para renovar constantemente el impulso puesto en marcha por el “y”, estableciendo la continuidad del movimiento, así como determinados cambios de niveles y de posiciones que no necesitan una nueva raíz. También nos sirve para fraseo, separando el máximo o clímax de un movimiento y el movimiento siguiente.

⁴ Dinámica: cualidad del movimiento.

III. Se da el nombre de *coordinación* al movimiento realizado a través de un engranaje que abarca la totalidad del cuerpo (no queda fuera ni un pie ni un dedo. No es de una parte o de varias, sino que incluye la totalidad del cuerpo). El engranaje se echa a andar por impulsos que generan movimiento en un determinado músculo y que son captados por otros músculos que los encauzan hacia la continuidad o se oponen a ellos o los regresan a su fuente o los cambian de dirección o de nivel, produciendo a su vez cada músculo nuevos impulsos dirigidos a otros que se conducen de igual modo. Así el engranaje abarca todo el organismo que funciona con un movimiento permanente, constantemente revitalizado y con una organización dinámica. Ejemplo: máquina de reloj.

Existen dos tipos principales de coordinación en el organismo: la que es fundamentalmente mental y la fundamentalmente biológica o vegetativa.⁵ La primera consiste en un juego intelectual simple o complejo que puede llegar a dominarse con concentración y práctica. Incluye por supuesto la utilización orgánica y muscular, pero su objetivo va encaminado a un diseño exterior, previo a los impulsos, a un triunfo en el que predomine el intelecto. La segunda es una coordinación que persigue las relaciones internas del organismo, utilizando la energía propia de cada músculo para oponerse a ella o continuarla y en la cual, aunque por supuesto está presente el cerebro, éste no se impone. En el ciclo técnico que se analiza, la coordinación orgánica tiene mayor importancia, pues como principio hemos aclarado que se basa en los impulsos naturales (biológicos, vegetativos) para elaborar la forma en el interior del cuerpo y después darle salida.

SEGUNDO CICLO

El dominio de las secuencias y de sus principios motores.

Para el dominio de la técnica física no basta la ejecución correcta de las secuencias; es necesario el manejo de otros elementos dancísticos que se ligan íntimamente al movimiento muscular para que éste encuentre un enfoque correcto.

Los cuatro elementos son: *la dinámica, el diseño, el ritmo, y la motivación.*

1. *Dinámica.* Manejo o regulación del caudal de energía que se encuentra en cada músculo; energía que se opone o se continúa con la de otros músculos dando como resultado la potencia con que nace el movimiento. Como definición concreta, la dinámica es la *cualidad* del movimiento.

La energía que el músculo contiene, se regula, se maneja (economía de la energía) de diversos modos, dándole salida con diversas potencias que al producir una forma le imprimen cualidades propias a las que llamamos: intensidades, matices, venocidades. Así un movimiento nace con una determinada potencia que lo produce suave o fuerte (de suave a fuerte en todas sus gradaciones) —intensidad—; lento o rápido (en todas sus gradaciones) —velocidad—; ligado o percutado —matiz—; y combinaciones enlazadas. Esta potencia, esta dinámica va siempre estrechamente unida al diseño, al ritmo y a la motivación.

⁵ Vegetativo: lo que vive fuera del consciente.

2. *Diseño*. Forma externa que toma el cuerpo obedeciendo al impulso o impulsos internos. Conforme los músculos concentran o expanden la energía, la chocan, la continúan o la desencadenan, el cuerpo produce una forma que contiene indispensablemente cinco elementos: *línea, volumen, dirección, frente y nivel*. Convencionalmente los diseños se dividen en dos grandes grupos; los simétricos y asimétricos y los de sucesión y oposición. Por supuesto de allí se desprenden infinitas variaciones. Lo importante del diseño no es el diseño en sí, sino su posibilidad de desarrollo en otros diseños. El desarrollo consiste en una serie de diseños sucesivos —o multiplicidad de diseños que crecen de un mismo germen de movimiento, diseños que, al producirse, pasan por una serie de transiciones que protegen al diseño del estatismo (aun diseños aparentemente quietos tienen multitud de vibraciones de transición, internas) y le dan, junto con la dinámica, el ritmo y la motivación su calidad de diseño dancístico.

3. *Ritmo*. La distribución y medida del movimiento dentro del tiempo. En la danza el ritmo consiste en regular las pulsaciones internas del organismo buscando su relación con la pulsación del universo en su totalidad: la identificación de las vibraciones vitales del individuo con las del espacio que lo rodea, ordenadas y medidas en el tiempo. Respuesta de la pulsación interna a la externa.

El ritmo se subdivide en:

- a) Puntuación: pausas diversas que contiene un movimiento durante su ejecución, medido convenientemente (rítmica).
- b) Fraseo: prolongación o corte de un movimiento y su enlace con otros en forma sucesiva dentro de una medida que le permite crear su propio tiempo en el espacio. El fraseo propicia la transformación del tiempo natural en un tiempo artificial que permite el desenvolvimiento del movimiento.

La frase es una unidad integral que debe ser sostenida dentro de un mismo hilo respiratorio, emocional y *lógico* dentro de un tiempo escogido.

- c) Integración de la medida del movimiento con otras medidas deseadas: de música, de palabras, de sonido, de silencios.

El ritmo de danza, natural y artificial a un tiempo, sólo puede desenvolverse plenamente enlazándose a la dinámica, al diseño y a la motivación de un movimiento, haciendo de la frase rítmica un remolino concentrado dentro de un tiempo y espacio específicos.

4. *Motivación*. Toma de conciencia del impulso natural que nos lleva al movimiento de danza. Encuentro consciente con el deseo o necesidad biológica de danzar. Encauzamiento del impulso orgánico hacia su fertilización en un movimiento organizado, que entrelazado indispensablemente con otros elementos técnicos (dinámica, diseño, ritmo) forma el motor que desencadena el movimiento dancístico. Para que la motivación pertenezca al movimiento dancístico (y no a actitudes ajenas a la danza) esta toma de conciencia debe realizarse con las posibilidades físicas, musculares, formales y de ninguna manera aislada de ellas, pues de no suceder el fenómeno total el resultado es un caos biológico y un producto *no* dancístico.