



www.inbadigital.bellasartes.gob.mx

Formato digital para uso educativo sin fines de lucro.

Cómo citar este documento: Cuadernos del CID Danza, número tres. Reyna, Rosa y César Delgado. José Limón. CID Danza/INBA/SEP. México, D.F.: 1985.

Palabras clave (descriptores temáticos): José Limón (1908-1972), técnicas de danza, dance technique.

José Limón

Cuadernos

del

CID DANZA

número tres



Primera edición
DR © 1985, Centro de
Información y Documentación
de la Danza (CID-Danza)
Campos Elíseos 480
CP 11000 México, D.F.
Impreso y hecho en México.
Printed and made in Mexico.

José Limón

José Limón

Y LOS RECUERDOS

Rosa Reyna

Hablar de José Limón... realmente no sé por dónde empezar, pues son tantos sus valores.

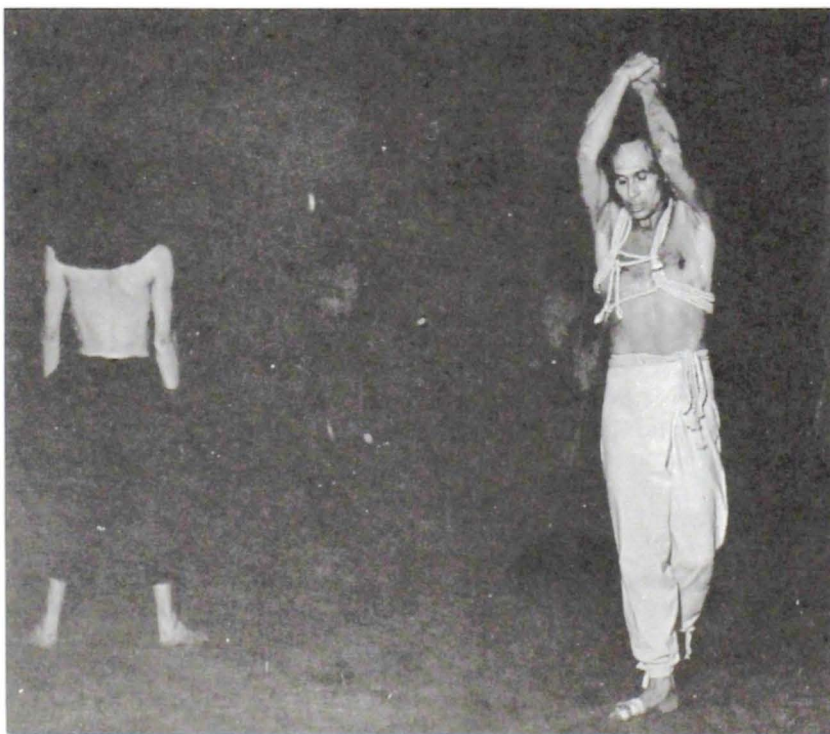
Lo recuerdo en el centro del escenario bañándolo todo de luz como un gran sol (a pesar de no haber sido un virtuoso de la técnica de la danza) con atrayente hipnotismo hacia los espectadores, proyectando una ardiente energía interior debida, quizá, entre otros factores, a su bella y armónica estructura corporal, a una extraordinaria forma de la cabeza, con facciones teatrales especialmente interesantes y de una poderosa intensidad escénica, así como sus agigantados pies y manos, que conseguían hacernos sentir toda clase de emociones y que provocaba que nuestro cuerpo se estremeciera al recibirlas.

Inolvidable también su profunda calidad humana, tanto en el aspecto profesional como en el social, emanando siempre cariño, ternura, comprensión e identificación con nuestros problemas; haciéndonos sentir a cada momento entre sus seres más apreciados, debido, creo yo, a su intensa capacidad sensitiva y amplias dotes de expresión y comunicación que por fortuna supo desarrollar y explotar en el campo artístico como intérprete y como creador. Nos hereda, entre otras cosas —a través de sus principios artísticos—, la inquietud y el anhelo de seguir explorando y experimentando las posibilidades de movimiento y expresión de cada pequeña parte del cuerpo, como un medio de enriquecer nuestra creación dancística, característica vital del estilo Limón.

Dejo al último lo que me parece más importante en la trayectoria artística de José Limón y que la mayor parte de los coreógrafos mexicanos al pretender alcanzar la universalidad olvidan sus orígenes e imitan caminos marcados por coreógrafos extranjeros que están muy distantes de la idiosincrasia del mexicano.

Limón, a pesar de haber salido a muy temprana edad de su país natal —13 años—, de desarrollarse dentro de la cultura estadounidense, siempre tuvo presentes en su creación artística sus orígenes y antecedentes culturales que en cada una de sus obras iba definiendo y afirmando, a la vez que se alejaba del estilo propuesto por su maestra Doris Humphrey, que tanto lo motivó, ayudó y colaboró en su formación dancística.

Quizá he admirado tanto a José Limón porque coincide plenamente con mi manera de pensar: la creación en el arte debe ser original, auténticamente verdadera, expresión de su tiempo y de su individualidad.



José Limón en *Redes*

José Limón

PEQUEÑA BIOGRAFIA

César Delgado Martínez

Cuando José Limón llegó por primera vez a Nueva York, en 1928, no tenía intenciones de convertirse en bailarín ni coreógrafo. Había abandonado su casa, su familia y sus estudios universitarios en California para dedicarse a la pintura. Nació en Culiacán, Sinaloa, en 1908. José Arcadio Limón fue el mayor de once hijos. Su padre, Florencio Limón, era músico. Tanto su madre, Francisca, como su padre provenían de una familia mexicana de clase media. La Revolución Mexicana y el consiguiente cierre de la Academia de Música, donde trabajaba don Florencio, obligaron a la familia a emigrar en 1918 a los Estados Unidos de América.

Las dotes musicales de José se evidenciaron a muy temprana edad. Su padre le enseñó a tocar el órgano desde niño, y continuó sus estudios de música hasta la adolescencia. Cuando estaba preparado para entrar en la universidad, y con el estímulo de su maestro de artes plásticas, José decidió que quería ser pintor.

En Nueva York se ganaba la vida trabajando en todo tipo de actividades, desde modelar hasta elevadorista. Con sus compañeros asistió por primera vez a un concierto de danza moderna. En los momentos que Martha Graham, Doris Humphrey y Charles Weidman experimentaban en los Estados Unidos nuevas ideas sobre la danza, en Alemania existía ya la escuela expresionista iniciada por Mary Wigman. El concierto al que asistió Limón en 1928 estuvo a cargo de Harald Kreutz-

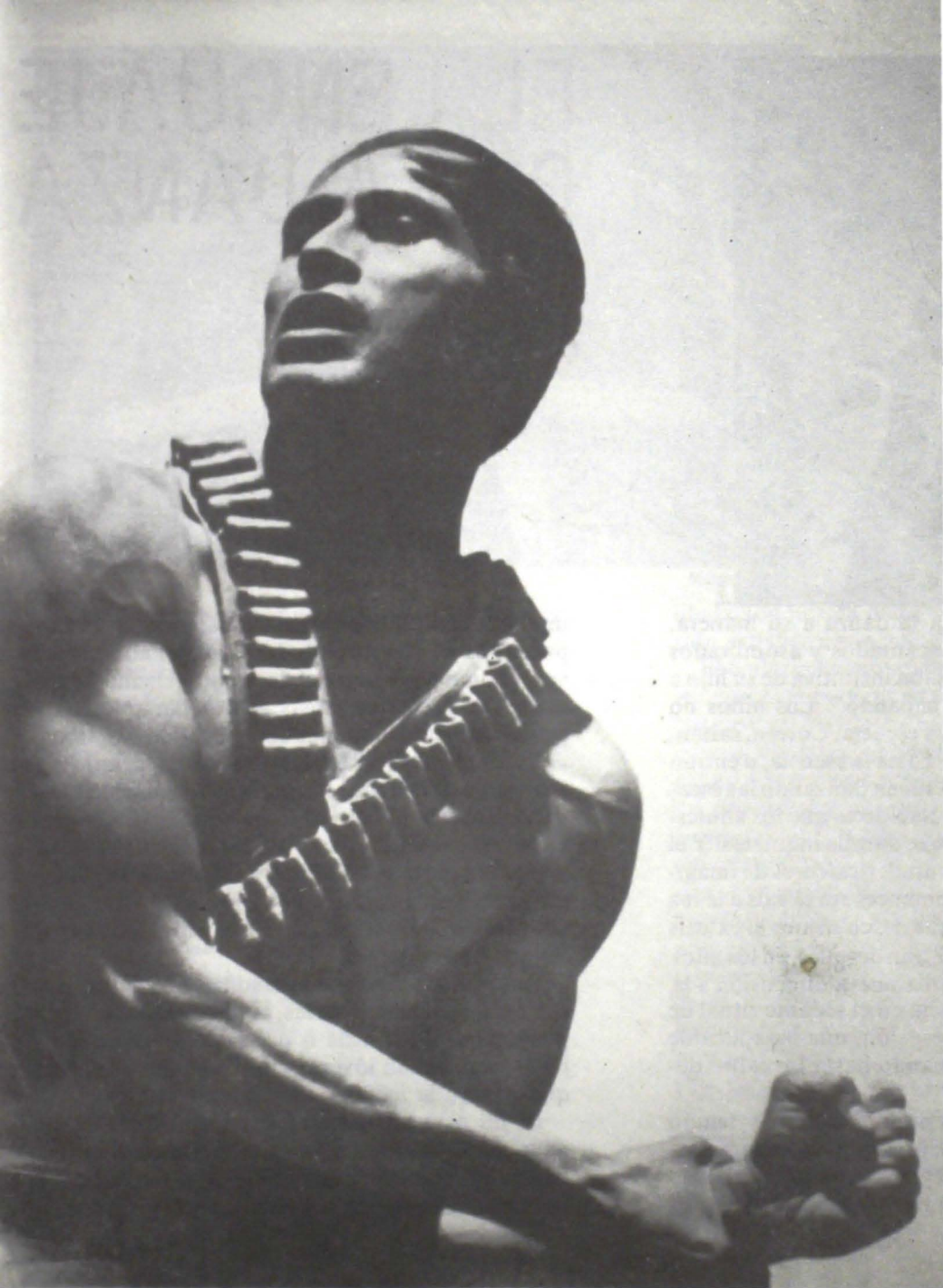
berg, alumno de la Wigman. Su danza combinaba la fuerza de un entrenamiento físico riguroso y una habilidad extraordinaria para transmitir emociones con los movimientos más simples. Para Limón ésta fue una actuación electrizante. Allí mismo decidió que sería bailarín.

En esos años el Humphrey-Weidman Studio era el único que recibía alumnos varones. Cuando Limón entró en la escuela de la Calle 10, a la primera persona que saludó fue a Pauline Lawrence, la pianista, quien sería su esposa. Doris y Charles fueron los ejemplos a seguir; ellos cambiaron la vida entera de José Limón. A través de sus años en la danza, Limón recibió los premios más importantes que ofrece la comunidad danzaria en los Estados Unidos “por su contribución al arte de la coreografía”. También recibió tres doctorados honorarios de importantes universidades. Realizó en su vida 74 coreografías. Veinte de ellas están incluidas en los repertorios de la Compañía Limón, de la Compañía Daniel Lewis, y de grandes compañías como la del Ballet Sueco, el Ballet Real de Dinamarca, The American Ballet Theater, el Ballet Joffrey, el Ballet de Pennsylvania y los Grandes Ballets Canadienses. Permanecen vivas obras tan importantes como *La pavana del moro*, *Missa brevis*, *Los olvidados* y *Los exiliados*.

Pero José Limón dejó algo más al mundo de la danza moderna que una colección de maravillosas coreografías y el recuerdo de su propia y poderosa presencia como bailarín. Desarrolló una técnica que legó como herencia a las futuras generaciones de bailarines.

En 1951 Limón fue invitado por Miguel Covarrubias, entonces jefe del Departamento de Danza del Instituto Nacional de Bellas Artes (INBA), para realizar una labor de “residencia” en la ciudad de México. Esto dio oportunidad a Limón de utilizar grandes grupos de bailarines y de incursionar en los “temas mexicanos”, tan cercanos a sus raíces. Creó *Los cuatro soles*, *Redes* y *Tonantzintla*.

Después de una vida llena de creatividad, Limón murió en 1972, a la edad de 64 años.





José Limón en *Pasacalle*

EL LENGUAJE DE LA DANZA

José Limón

(De la revista *Wisdom*)

Todo hombre interpreta la danza a su manera. Los padres se sienten encantados y asombrados cuando observan la reacción instintiva de su hijo a la música. "Mira, está bailando". Los niños no caminan simplemente a la escuela. Corren, saltan, brincan, o sea, "danzan" hacia la escuela, o entran danzando al comedor, o suben danzando las escaleras para irse a dormir. Sabido es que los adolescentes tienen tics nerviosos, danzas inquietas. Y el sueño de amor de la juventud: ¡tratemos de imaginar nuestros primeros romances sin el vals a la luz de la luna! Bailando es que descubrimos el éxtasis y el embeleso del amor. Y aun después, en los años maduros, encontramos una nueva dimensión a la monotonía de la existencia en el sedante ritual de un salón de baile: una cesación, una inexplicable elevación del espíritu, cuando hasta los callos dejan de doler.

La danza es un atavismo. La hemos tenido dentro del alma el momento mismo que comenzamos a ser seres humanos y seguramente aun desde antes de eso. Estará con nosotros hasta el fin. Es

una necesidad humana, profunda, innegable. Los puritanos la han prohibido y condenado varias veces como actividad del demonio, felizmente sin éxito. Yo creo que jamás somos tan sinceros y profundamente humanos como cuando bailamos.

Es una religión. En las sociedades primitivas por medio de la danza se celebraba solemnemente el nacimiento, la pubertad, el matrimonio y la muerte, las estaciones, la siembra y la cosecha, la guerra y la paz, y hasta el día de hoy en el mundo occidental, los niños le bailan a la Virgen en el altar de la Catedral de Sevilla, y los indios en México y otros puntos bailan su religión.

Es alegría. Yo he visto personas de edad madura, perfectamente sobrias, emborracharse completamente de congas o danzas folclóricas. Los jóvenes no serían jóvenes sin sus bailes, ese ritual que celebra la inefable alegría de vivir.

Es un placer. Piense el lector qué sería de las operetas o revistas musicales si las dejaran sin bailes. ¿Y alguien puede imaginarse un circo sin las danzas de los payasos y acróbatas? Porque evi-



Martha Graham

dentemente los payasos danzan. Y las acrobacias de los artistas en el trapecio y la cuerda son danzas emocionantes.

Es un arte. Algunas de las obras más sublimes y originales del hombre en el siglo veinte han sido ejecutadas por danzarines. Es un panorama inspirador, tanto en Europa, con la danza tradicional, como aquí en los Estados Unidos con la danza moderna.

Este último aspecto del arte de la danza, que es el que yo profeso, ha sido denominado con varios nombres, tales como "danza seria", "danza de conciertos", "baile creador", etc. Ha hecho valiosas aportaciones al arte. Ha influido profundamente sobre la danza tradicional. Pero yo creo que su mayor valor está en entregar la danza al individuo.

Ha roto la gran ortodoxia del ballet tradicional, y le ha dado validez a la expresión personal.

Debido a que cada ser humano difiere de los demás, esto a veces ha conducido a tristes resultados. Pero en el caso del artista disciplinado, esta

liberación nos ha dado evidentemente una expresión artística eminente.

El bailarín es verdaderamente muy afortunado, ya que cuenta para expresarse con el más elocuente y maravilloso de todos los instrumentos, el cuerpo humano. Mi profesora, Doris Humphrey, cuando llegué por primera vez a su estudio como un principiante sin dotes pero con mucho entusiasmo, nos dijo algo que nunca he olvidado: "El cuerpo humano es el medio expresivo más poderoso que existe. Es muy posible esconderse tras algunas obras, u ocultar la expresión facial. Es concebible que uno pueda disimular y engañar con pinturas, con arcilla, piedra, líneas, sonidos. Pero el cuerpo revela todo. El movimiento y el gesto son el idioma más antiguo que conoce el hombre. Todavía son el idioma más revelador. Cuando usted se mueve usted se da a conocer en su verdadera personalidad".

Esta poderosa fuerza expresiva es nuestra desde el día en que nacimos hasta la hora de la muerte. En la mayoría de los seres humanos permanece en





José Limón y Rocío Sagaón



La Pavana del Moro



gran parte inconsciente. Nosotros los bailarines utilizamos esta facultad conscientemente. Pero tenemos que someternos a larga y difícil disciplina. Tenemos que hacer del cuerpo un instrumento dócil y fuerte al mismo tiempo. Lo sometemos a los ejercicios del ballet tradicional y las técnicas de la danza moderna para disciplinarlo en cuanto a equilibrio, dominio, elevación, rapidez, coordinación y exactitud de ejecución. Sin embargo, para mí, el punto de mayor fascinación en nuestra profesión está en la gran búsqueda artística.

Exploremos las posibilidades y capacidad de movimiento innato en cada parte del cuerpo. Quisiera compararlo con una orquesta sinfónica, con su amplitud de sonidos, desde la robusta percusión hasta el sonido más delicado y sutil. Me gusta idear ejercicios y estudios que enfoquen la atención en cierto punto específico de la anatomía. Se aísla esta sección, por decirlo así, y se le imprime movimiento en el mayor número posible de formas, hasta que uno adquiera plena conciencia de

su capacidad y alcance, en la misma forma que el compositor musical tiene que conocer a fondo las posibilidades y alcance de cada uno de los instrumentos de la orquesta.

Hay ejercicios, primero y siempre, para ese epicentro del movimiento, el centro respiratorio. Hay otro para los hombros, las costillas, las caderas, las rodillas, los pies, los codos y la cabeza. Cada una de las partes del cuerpo posee sus cualidades especiales de movimiento y cada una tiene grandes posibilidades.

Consideremos la cabeza. Pasemos por alto medios expresivos tan importantes como los ojos y la boca. La cabeza puede dejarse caer sobre el pecho o echarse hacia atrás tanto como lo permitan los tendones del cuello. Puede reposar hacia ambos lados por los hombros. Puede describir una circunferencia completa tocando los cuatro puntos mencionados anteriormente. Comenzando con estos movimientos simples y rudimentarios se pueden inventar complejas e interminables variaciones al movimiento de la cabeza, tanto que con sentido creador e ima-



José Limón en un ensayo

ginación pueden hacerse danzas enteras a base de estos movimientos. La cabeza erguida puede ser símbolo de altivez o puede caer abyectamente, o girar como ebria de abandono y éxtasis. Es posible moverla como el péndulo, y la cabeza puede decir mucho con gestos infinitamente contenidos y sobrios. Dentro de su órbita puede moverse en líneas inclinadas diagonales, tangentes y oblicuas, lo que da a la cabeza un amplio campo expresivo.

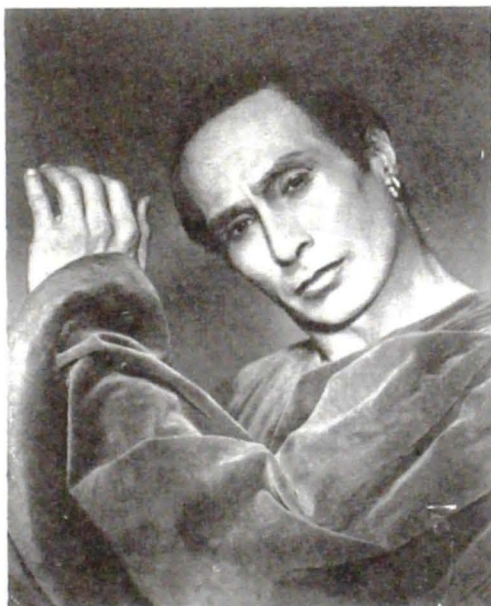
El pecho puede hacerse parecer vacío, hueco hacia adentro y hacia abajo en actitud de derrota. Puede a su vez levantarse con la respiración, como una planta que crece surgiendo de la pelvis, y allí queda suspendida, noble, inspiradora y positiva. De aquí puede extenderse a infinitas actitudes de orgullo y arrogancia, y aun ampliar el gesto a actitudes cómicas, pomposas, absurdas. Esta región del pecho es fuente fecunda de movimiento, y sus infinitas posibilidades sólo pueden limitarse según la propia imaginación y originalidad.

El hombro se acerca hacia adelante y se abre hacia atrás; éste puede levantarse y bajarse, puede

impartírsele un movimiento rotativo para que haga un círculo completo. Esta parte de la “orquesta” es capaz de pequeños y delicados movimientos. Puede describir con sutileza y variados matices.

La zona de las costillas puede ensancharse y contraerse, dándole al torso gran flexibilidad y fluidez. Es precisamente en esta parte del cuerpo donde reside la habilidad para doblarse, para salirse del equilibrio tranquilo de la posición perpendicular y caer en la emoción del desequilibrio, lo evasivo, las zonas salvajes dionisiacas.

La pelvis tiene grandes posibilidades. Cuando se mantiene estática como centro disciplinado polariza el cuerpo y la convierte en bella y sólida columna, en perfecta armonía con la fuerza de gravedad de la tierra, serena y apolínea. De este eje, la pelvis puede lanzarse hacia adelante, retroceder, moverse lateralmente, y describir una circunferencia completa, y al hacerlo así crear un laberinto de movimientos y ademanes que pueden hacer del cuerpo un objeto de gracia poética y lirismo, o quebrarlo en formas violentas, discor-



José Limón en *La Pavana del Moro*

dantes y brutales.

En el dramático idioma de la danza la utilización de las rodillas ofrece una enorme paradoja. Estas pueden lanzar el cuerpo hacia el aire e impulsarlo por el espacio. Cuando están fijas, estiradas, levantan y suspenden el cuerpo donde parece que éste flota negando la fuerza de gravedad. Por el contrario, si se doblan inclinan el cuerpo hacia la tierra, hacia la derrota y la muerte. La rotación hacia dentro de las rodillas crea actitudes primitivas y grotescas. Los movimientos hacia afuera prestan elegancia y expansibilidad. La utilización de movimientos a la altura de la rodilla ha abierto un nuevo y notable territorio a la danza moderna. Yo he visto algunos pasajes extraordinarios ejecutados de rodillas en las obras de Martha Graham y Charles Weidman.

Nuestro contacto con la tierra por medio del pie y con él, le da a esta extremidad del bailarín una significación especial. Los pies son la base, y como las raíces de las plantas, dan al danzarín la sustancia y el alimento de la tierra. El uso de los pies

revela la filosofía entera de la danza. La verdad es que no hay contraste mayor que el que existe entre la danza en la punta de los pies que parece hacer completamente etéreo el cuerpo humano, y el uso de los pies desnudos en la danza contemporánea.

El primero de éstos nació de la imaginación poética del periodo romántico, cuando el danzarín no era un ser humano sino una criatura sobrenatural nacida del céfiro. Los pies desnudos nos llegaron de la gran Isadora Duncan. El pie es parte sumamente expresiva de nuestro instrumento, sutil y hermoso en sí mismo, capaz de muchas otras cosas además de llevarlo a una elegante punta. El pie puede ser, en manos expertas, por decirlo así, casi tan elocuente como esas mismas manos. Cuando se le da énfasis al talón se logra gran fuerza y robustez. Puede articularse, doblarse, girar. Puede expresar dulzura o violencia.

El pie ha llegado a ser el símbolo de la revolución contra la danza académica.

La Duncan, en su afán de encontrar un nuevo lenguaje para la danza de nuestra era, no sólo



*El bailarín puede utilizar su voz
para encontrar la razón de la sinrazón,
el orden en el desorden.*



descartó el corsé, sino también la zapatilla. Sus sucesoras en Alemania y los Estados Unidos, durante la época posterior a la Primera Guerra Mundial, siguieron sus pasos con pies desnudos. En un siglo torturado y turbulento, ellos crearon un nuevo lenguaje de la danza que pudiera expresar el mundo actual y su trágica realidad. La danza con los pies desnudos, sin trabas que ocultaran toda su belleza, era tan necesaria a la danza moderna como lo era la zapatilla con punta en la era menos desilusionada y menos atormentada que la nuestra.

El codo puede articularse en la misma forma que la rodilla, con la excepción de que éste no puede lanzar el cuerpo en el aire. Sin embargo el codo juega un papel importante al sostenerlo cuando el bailarín se apoya en el suelo en las caídas. Esta coyuntura flexible le da a los brazos una rica calidad ondeante. Al estirar el codo, el brazo adquiere una fuerza extendida. Doblándolo en ángulo agudo, el codo abre todo un campo expresivo, estrechamente relacionado con la pintura

cubista y la música disonante. La rotación hacia adentro del codo doblado y redondeado crea una tonalidad menor en movimiento, en tanto que lo contrario, o sea los movimientos hacia afuera, sugieren una tonalidad mayor, más alegre.

Una de las voces más elocuentes del cuerpo es la mano. Su función es completar el movimiento o el gesto general. La mano es el sello sobre la realidad. Un ademán del cuerpo por más vigoroso que sea no puede convencer ampliamente a menos que las manos estén de acuerdo con el conjunto. Tampoco puede lograrse que un ademán sobrio o sutil lo sea del todo si las manos no están en perfecta consonancia con el cuerpo. Puede decirse que las manos respiran como los pulmones. La mano se contrae y se ensancha. Puede proyectar movimientos —aparentemente hasta el infinito—, o puede recogerlos nuevamente hacia la fuente original dentro del cuerpo. La mano es vocera y árbitro. Tiene un alcance riquísimo, capaz de transmitir sutilezas y complejidades sin parangón con otros puntos de la “orquesta” que posee el danzarín en su

*El movimiento, para que tenga fuerza,
elocuencia y belleza, debe surgir del
centro orgánico del cuerpo.*



cuerpo. La mano es el instigador de todo lo que el danzarín pretende expresar. No puede concebirse una danza sin manos. Estos son los ricos recursos del cuerpo; éstas son sus voces. Tienen que ser disciplinadas y desarrolladas para que éstas puedan expresar la verdad y la fuerza. Esto requiere el estudio de la calidad del movimiento. Un gesto específico puede formularse en distintas formas: suavemente, con agudeza, lentamente o rápidamente. Puede ejecutarse la frase completa o dividirse en las partes que la componen.

El principio básico y de mayor importancia jamás se olvida: que el movimiento, para que tenga fuerza, elocuencia y belleza, debe surgir del centro orgánico del cuerpo. Debe tener su fuente vital y su impulso en la respiración de sus pulmones, en los latidos de su corazón. Debe ser intenso y completamente humano, pues de lo contrario serán movimientos gimnásticos, y la danza resultaría mecánica y vacía.

Es ésta la cualidad, la inflexión en el movimiento que crea esa magia en el teatro que sólo la danza

puede crear. Completo dominio del matiz y el color en los gestos y el movimiento es el objetivo hacia el cual camina el danzarín incesantemente, porque éstos son los recursos que le dan a su lenguaje importancia y validez.

Nosotros dedicamos este instrumento responsable y altamente disciplinado a una idea específica: que la danza es un arte serio, maduro; tan serio y tan maduro como la música, la pintura, la literatura o la poesía seria. La más antigua de las artes no necesita existir sólo como entretenimiento. La danza tiene una larga tradición que mantener y por la cual guiarse e inspirarse. La danza norteamericana tiene una impresionante galería de ilustres cultores.

Toda la vida artística del Occidente sintió la influencia de Isadora Duncan. La maestra Ruth Sh. Denis y Ted Shawn tomaron la iniciativa y legaron la magia de esta nueva danza a los rincones más remotos del mundo. En esta organización o conjunto fue donde nacieron al arte Martha Graham, Doris Humphrey y Charles Weidman.



José Limón en un ensayo

Los éxitos de estos hijos creados por la pareja Denis-Shawn ocupan los más destacados sitios en la historia cultural de los Estados Unidos. Cada uno ha contribuido individualmente al progreso del arte y la civilización a su manera. La Graham, la obscura llama, la personificación, la ditirámica. Doris Humphrey, la sinfonista, la moldeadora, autora de vigorosas obras. Weidman, el inspirado payaso, el arlequín de la pradera.

Estos artistas nos han dado algo de inapreciable valor. Han restituido la danza a su tradicional función, y han probado al mundo moderno que ésta puede dar a conocer, instruir y ennoblecer. Puede exaltar. Puede hacer rituales de las grandes tragedias y éxtasis del hombre. Tiene en su mano y en su terreno confirmar la dignidad del hombre en una era trágica en que necesita desesperadamente esta confirmación.

Jamás las artes han sido tan necesarias ni tampoco tan asediadas como esta obra de bestialidad mecanizada, cuando la especie humana parece estar poseída de una locura suicida. Evidentemen-

te que la danza puede recordar al hombre la grandeza de su espíritu y su poder creador, no su facultad destructora.

La danza es muchas cosas. Es poderío. Puede poner coto a la putrefacción y descomposición que muerde las entrañas mismas del valor humano para que él pueda combatir la idea del fatalismo y la derrota. El bailarín puede utilizar su voz para encontrar la razón de la sinrazón, el orden en el desorden. Esta ha sido siempre la noble misión del artista. El gran Goethe, cuando ya caían sobre él las sombras de la muerte, gritó: "Luz, más luz". El artista contemporáneo no puede menos que consagrar el poder de su espíritu y la llama de su arte para llevar un rayo de luz a los oscuros rincones del alma.

(Tomado del *El Universal*, México, noviembre de 1960, pág. 3, cuarta sección).

Selección de textos y fotografías:
Patricia Aulestia de Alba.

SECRETARIA DE EDUCACION PUBLICA

Lic. Miguel González Avelar
Secretario

Antrop. Leonel Durán Solís
Subsecretario de Cultura

INSTITUTO NACIONAL DE BELLAS ARTES

Lic. Javier Barros Valero
Director general

Lic. Lorenzo Hernández
Subdirector general de Difusión y Administración

Mtro. Víctor Sandoval
Subdirector general de Promoción Nacional

Lic. Jaime Labastida
Subdirector general de Educación e Investigación Artísticas

Lic. Esther Ruiz de la Herrán de Martínez
Directora de Investigación y Documentación de las Artes

Lic. Adriana Salinas
Directora de Difusión y Relaciones Públicas

Patricia Aulestia de Alba
Directora del CID-Danza



Instituto Nacional de Bellas Artes

CID-DANZA
CENTRO DE INFORMACION
Y DOCUMENTACION DE LA DANZA

Campos Eliseos, No. 480, Col. Polanco

C.P. 11000

Tel.: 520 2271

México, D.F., 1985.

