

De la Anatomía a la Energética a través del Sistema Biodanza

From Anatomy to Energy through the Biodance System

Recibido: 15-03-15
Aceptado: 27-04-15

María Dolores Díaz

Facultad Experimental de Arte
Universidad del Zulia. Maracaibo, Venezuela
marilolo59@gmail.com

Resumen

El presente artículo describe el programa aplicado en la Escuela de Artes Escénicas (FEDA-LUZ), en la Mención Danza, utilizando la Teoría Biodanza como mediadora para ir de la Anatomía a la Energética en la Danza. Durante el desarrollo de la cátedra se estudió el proceso vivido por los estudiantes en cinco cohortes anuales a través de la observación directa, informes vivenciales realizados por los alumnos, videos del trabajo vivencial y la documentación disponible, lo que permitió elaborar con diferentes grupos una descripción real del proceso, a partir del cual se ha venido actualizando y mejorando el programa vigente de la asignatura. Esta investigación aporta una metodología para diseñar, facilitar y estudiar el impacto de la cátedra y pone de relieve que el reencuentro con la corporeidad del estudiante va más allá de la adquisición de una técnica de danza que le permita tener un mayor impacto en la comunicación en escena.

Palabras clave:

Cuerpo expresivo, movimiento integrado, energética, anatomía, biodanza.

Abstract

This article describes the program implemented in the Performing Arts School at the University of Zulia for first-year dance majors, using Biodance theory as a mediator to go from anatomy to the energetic in dance. During development of the classes, the process experienced by students was studied in five annual cohorts through direct observation, experiential reports produced and delivered by the students, videos of experiential work and other available documentation. By observing different groups, it was possible to produce an accurate description of the process. Based on this description, the approved program for the subject has been updated and improved. This research provides a methodology to design, facilitate and study the impact of this subject and emphasizes that the students' encounter with their physicality goes beyond the acquisition of a dance technique that makes it possible to have a greater impact in on-stage communication.

Keywords:

Expressive body, integrated movement, energy, anatomy, biodance.

Introducción

En el año 2005 ingresé a la Facultad Experimental de Arte (FEDA) en la Universidad del Zulia, en principio como orientadora. Sin embargo, fue mi formación como facilitadora internacional de Biodanza y mi larga trayectoria en el estudio y aplicación de este sistema lo que me abrió las puertas y motivó mi interés en formar parte del personal docente de esta Facultad. Esta misma condición fue la que permitió mi ingreso como profesora de la reciente Escuela de Artes Escénicas, que apenas iniciaba su proceso de apertura, donde se me ofreció una cátedra tan fuera de lo común como lo es “De la Anatomía a la Energética en la Escena”, nombre inicial de la misma, la cual formaba parte para ese momento del pensum, tanto de la mención Danza como de la mención Teatro, y que luego pasó a denominarse “De la Anatomía a la Energética en la Danza”.

El desafío consistía en desarrollar un programa para la asignatura, a partir de solo cinco líneas que contenían la descripción de la materia en el pensum de la carrera y que debía ser dictado en períodos anuales de acuerdo al régimen que sigue la Escuela. El programa fue aprobado y, desde ese entonces, ha venido retroalimentándose en un proceso de mejoramiento continuo, pasando a convertirse en un laboratorio experimental en el que los aportes de los estudiantes se han constituido en un libro abierto para la exploración de los efectos de la música, el movimiento y la vivencia, en el acceso al movimiento integrado que la presencia del artista requiere en escena.

El viaje desde los cimientos

Este artículo surge, por un lado, a partir de las preferencias de investigación y la trayectoria de trabajo desarrollado, tanto desde mi propio proceso personal y profesional; como también de las valoraciones que la cátedra del primer año de la mención danza: De la Anatomía a la Energética en la Danza (DAE), que dicto en la Escuela de Artes Escénicas de la Facultad Experimental de Arte de la Universidad del Zulia, me ha permitido ir documentando en el tiempo. En ella he recogido y recopilado, con el aporte de los alumnos que han venido cursando año a año la asignatura, un material que considero de gran valor, por cuanto puede generar distintas investigaciones a partir de su análisis. Un promedio de 35 estudiantes por año, aproximadamente 250 estudiantes, desde que inicié el dictado de la materia en el 2008.

Mi interés en este campo de investigación surge luego de más de dos décadas dedicadas al estudio, la exploración y la vivencia personal en el ámbito de la corporeidad que, desde hace nueve años me ha conducido hacia el ámbito del cuerpo como expresión existencial. En cada clase que dicto del cuerpo como territorio escénico, los alumnos de primer año de carrera llegan al aula con conflictos corporales personales, con tensiones musculares crónicas, a la vez, muy similares; en algunos casos, con un origen social, ligados a su estructura familiar, en cuanto a familia de origen, tipo y lugar de vivienda, posiciones ante la vida, particularidades del tipo de danza que practica desde niño, etc.

Un cuerpo es distinto según el medio social al que pertenece; dependiendo de ello, se valoriza o descalifica su peso, color, redondeces, inmovilidad o movimiento, aspectos relacionados con su origen, que inciden en cuestiones tan sutiles y a la vez tan importantes para el desarrollo de su “presencia escénica”, que van desde la altura de sus ojos al mirar al otro, hasta su modo de caminar, de apoyar sus pies, de ocupar el espacio, de gesticular, de interactuar.

Esas características van dando lugar a tensiones, corazas, bloqueos corporales, que se expresan de distintas formas: malas posturas centradas en la exigencia de algunas zonas de su cuerpo; disturbios en su alimentación asociados a la imagen corporal que se exige al estudiante de danza, generando tensiones abdominales y de compresión diafragmática que se trasladan al gesto y a otras zonas del cuerpo, ya que las relaciones musculares mal instaladas tienen su escenario en el cuerpo que progresivamente se va disociando; el desequilibrio en la expresión de la energía que se manifiesta en jóvenes entre 18 y 21 años que llegan a la clase desenergizados, con dificultades para estar despiertos a las 7 de la mañana, por el exceso de ejercicio corporal que otras materias les exigen, sumado al propio estilo de vida, muchas veces colmado de limitaciones y sobreesfuerzos que no les da tregua para recuperar su energía vital.

A todo ello se agrega esa diferencia entre su imagen corporal individual y la imagen corporal que la carrera les pide en muchos casos y que, con frecuencia, algunos profesores de técnicas de la danza “en su buena intención” les acentúan con comentarios descalificadores en relación al peso, a sus pocas habilidades técnicas, etc., lo que termina frustrando una carrera profesional antes de comenzar, y/o exige al alumno un costo tan alto que le desvaloriza y, en muchos casos, bloquea su potencial para la expresión creativa.

En este ámbito, los objetivos del presente artículo están dirigidos a:

1. Definir los aspectos teóricos y operativos de cómo, a nuestro juicio, deberá orientarse el proceso del estudiante de Artes Escénicas de la Facultad Experimental de Arte (FEDA) de la Universidad del Zulia en busca de su cuerpo expresivo, de su corporeidad en la cátedra.
2. Socializar el camino recorrido con la aplicación del programa de la asignatura "De la Anatomía a la Energética en la Escena" en continua transformación y la metodología ad hoc diseñada para dictar la misma.

La pregunta que me motiva

La transición para ir de la anatomía a la energética es un proceso complejo que, en muchas ocasiones y de acuerdo a la experiencia acumulada en estos siete años dictando la materia es, en principio, imperceptible y, con frecuencia, incomprensible para el estudiante. Un proceso que, además, debe superar todas las barreras impuestas por las instituciones en las que nos movemos desde niños (familia, escuela, sociedad) para, gradual y progresivamente, ir disolviendo corazas, despertando sensibilidades dormidas, desaprendiendo técnicas, transgrediendo tabúes y, finalmente, liberando el movimiento como lenguaje expresivo y manifestación de la identidad del participante, para llevar a escena una técnica con "gracia".

La pregunta de investigación es la misma que el estudiante recibe en su primera clase de la materia y que le acompañará a lo largo de su recorrido durante todo su período académico de un año. Esta misma interrogante deberá responderla el estudiante como evaluación final, sirviéndose para ello tanto de los informes vivenciales entregados por escrito cada semana, como de la teoría revisada en clase que le sirve de fundamento para construir el tejido que este proceso involucra. La pregunta es: ¿Cuál fue su proceso personal para ir de la anatomía a la energética en escena?

Dar respuesta a esta cuestión solo será posible cuando el estudiante haya sido capaz de contactarse con su cuerpo como expresión existencial, a través de los recursos ofrecidos por la materia y que le facilitarán, como diría Eugenio Barba (2005), la transición de un estado cotidiano a uno extra-cotidiano, para desarrollar su presencia en el escenario.

Antecedentes teóricos

La revisión de antecedentes teóricos sobre el tema no ha sido sencilla ni prolífica; sin embargo, me ha acercado a trabajos, tales como: "Antropología del teatro" de Eugenio Barba (2005); "Cuerpo como territorio escénico" de Elina Matosso (2008); "Sistema de análisis del movimiento" de Rudolf Laban (1950/1987); "El cuerpo en su integridad" de Aida Aisenson Kogan (1981); "Yo soy mi cuerpo" de la fenomenología de Merleau-Ponty (1985); el método de Eutonía creado por Gerda Alexander 1979; la anti-gimnasia de Therese Bertherat (2006); "Los cinco ritmos sagrados" de Gabrielle Roth (1990); "Ser cuerpo, ser música: la didáctica del ser creativo" de Luckert y Fuenmayor (2008); "El cuerpo, tiempo y espacio" de Miguel Sassano (2003); los aportes del Cuerpo de la obra de Víctor Fuenmayor (2007).

Sin embargo, después de una exhaustiva revisión bibliográfica, no he encontrado ningún antecedente que aborde el tema central de esta investigación: el proceso para ir de la anatomía a la energética en la danza. Sobre el tema del movimiento humano, hasta los momentos, solo he conseguido estudios aislados y algunos muy especializados que, sin duda, están muy distantes de generar una ciencia del movimiento, clave para el desarrollo de la materia. La psicomotricidad, la fisioterapia, la kinesiología, entre otras, solo atienden aspectos parciales alejados de una visión de conjunto. "Hasta hoy las llamadas disciplinas corporales son empíricas y no existe un modelo que pueda mostrar las relaciones de complejidad entre los diversos tipos de movimientos y la unidad del sistema viviente humano" (Toro, 2007, p. 209).

Para atender esta carencia, la Teoría Biodanza como propuesta científica sustentable, desarrollada por Rolando Toro Araneda (1965), aporta un modelo sistémico del movimiento que toma en cuenta las diferencias esenciales entre sus múltiples aspectos, con el objeto de abrir nuevos campos de investigación en los cuales el movimiento corporal sea considerado como una expresión integral del ser humano que promueve un proceso de integración entre mente y cuerpo mediante la música, el movimiento (danza) y la vivencia como manifestación espontánea de toda la vida afectiva de la persona, para lo cual propone rescatar y fortalecer el "movimiento integrado" del estudiante como canal de expresión.

La asignatura “De la anatomía a la energética en la danza” (DAE)

“De la Anatomía a la Energética en la Danza”, que en adelante identificaremos por sus siglas (DAE) forma parte del pensum del primer año de la carrera y pertenece al eje del conocimiento técnico-expresivo que agrupa las materias destinadas al conocimiento técnico-expresivo e instrumental de la danza, y difiere de cualquier otra técnica, sistema o código, porque el contenido de estudio, el medio, el instrumento y el instrumentista forman parte del mismo cuerpo del artista.

La mencionada asignatura, tanto desde su concepción en el pensum, como desde el diseño del programa, ha sido concebida, más que como una sencilla disciplina corporal llena de técnicas o fórmulas, como una expresión de transdisciplinariedad que, pasando por la anatomía, se adentra en la anatomía aplicada cuando se refiere al estudio del movimiento y accede a la energética como espacio, para sumergirse en la psicología y la filosofía en el abordaje del cuerpo como expresión existencial, tocando las fronteras de la comunicación y la semiótica, sentando las bases que promuevan la comunicación en la escena. Esta es, sin duda, una oportunidad para desarrollar un proceso de transformación de la corporeidad del estudiante que pueda ser proyectada en la escena.

El programa está conformado por cinco unidades:

Unidad I: Anatomía del movimiento

Unidad II: Un modelo sistémico del movimiento humano

Unidad III: El cuerpo como expresión existencial

Unidad IV: La energética en la escena

Unidad V: La comunicación en escena

Los objetivos que la asignatura se plantea son, entre otros, que el estudiante:

1. Conozca la anatomía del movimiento como fundamento para el desarrollo de las competencias necesarias para el desempeño en escena, transitando el camino desde lo biológico hasta lo energético y existencial.
2. Vivencie el cuerpo orgánico como espacio habitado por la energía que hace posible las transformaciones de la expresión cotidiana a la expresión extra-cotidiana en movimiento integrado y pleno de sentido del bailarín en la acción escénica.
3. Reflexione sobre el “estado de alerta”, de “entusiasmo”, del “ángel”, de la “presencia escénica”, que debe producirse con la suma de la anatomía, del movimiento y de la energética, para

poder revelar un cuerpo como expresión existencial en la ejecución de las artes escénicas.

4. Analice y comprenda cuál es el proceso personal para ir de la anatomía a la energética en la escena, a través del programa diseñado para la materia.

En el contexto de este artículo, el abordaje de la anatomía a la energética en la escena se hace transdisciplinar, más allá de la medicina, de la psicología, de la educación física o de la gimnasia. Identificar en la lámina anatómica la anatomía propia es la aventura que el estudiante inicia en su primer encuentro con la materia, descubriendo cada hueso, cada articulación, cada músculo, y en ello, su pertenencia a la especie. Explorando cómo el eje vertebral de su columna le da base de sustentación que requiere para su movimiento, va estableciendo diferencias entre su cavidad torácica y abdominal separadas, y a la vez conectadas por su diafragma, facilitando un acomodo interior donde cada víscera, inclusive, tiene su lugar.

Desde ese viaje exploratorio por su interioridad el estudiante va aprendiendo a diferenciar un tono muscular, el alcance de una elongación, las vibraciones de su cuerpo al respirar, los efectos sobre el volumen de sus cavidades, las diferencias en temperaturas estando quieto o en movimiento, distinguir tensiones, descubrir bloques y dificultades para expresarse desde el cuerpo, sentir el desplazamiento clavicular y su sincronía o no con la cintura pélvica. Todo ello revelando un cuerpo poblado de matices distintos, de potencialidades y limitaciones propias; estas últimas posiblemente de hábitos posturales instalados durante años como respuesta a su posición existencial.

Poder acceder a estos espacios que su exploración va abriendo requiere un proceso vivencial que facilita los caminos para superar lo que Barba describe con detalle:

Quando la obediencia obliga a doblegarse físicamente, a someterse, el movimiento que se ejecuta compromete solamente al cuerpo. Una parte del artista escénico queda fuera, no está permitido mostrar emoción, duda, ternura o necesidad de protección. La presencia escénica es modelada por códigos estereotipados de técnicas introyectadas. El valor supremo es la apariencia y el comportamiento es domesticado por poses codificadas. Cual si fuera el saludo mecánico de un soldado, el movimiento es la exposición de una escenografía, la fachada que presenta su materialidad mecánica mientras la sustancia, el espíritu y la mente pueden estar en

otra parte. No se produce el vuelco de la energía interior, no se proyecta todo nuestro ser. (Barba, 2005, p. 36).

Más allá aún de la psicomotricidad, la kinesiología o la expresión corporal, iniciándose en el conocimiento vivencial de la anatomía, se aborda un modelo amplio del movimiento humano que contiene aspectos desatendidos por las técnicas de la danza, incluyendo factores complejos como la actitud frente a la vida, sensaciones, emociones, autoestima, funciones de vínculo y otras dimensiones de la existencia que tienen un efecto directo en la "presencia escénica".

Desde el punto de vista neurofisiológico, se sabe que, cuando la persona se mueve, suceden en ella complejos procesos que registran y regulan el movimiento, producto de múltiples reacciones motoras que se aprenden y se liberan como un todo. Las concepciones tradicionales han dado paso a una concepción donde se hace énfasis en el concepto del control central regulado a partir de aferencias periféricas y en el que intervienen todos los niveles del sistema nervioso de una forma compleja y dependiente del contexto.

La metodología vivencial-grupal que se utiliza en el desarrollo de la materia (DAE) va facilitando al estudiante la búsqueda de un espacio personal en el salón para cada momento, interactuando con sus compañeros por medio de diferentes categorías del movimiento. Ritmo, coordinación, equilibrio, sincronización, eutonía, fluidez, eurtimia se suman a la flexibilidad, a la elasticidad, a la potencia y al equilibrio en busca del movimiento integrado.

Movimientos vinculados a aspectos cognitivos de aprendizaje; relacionados a sensaciones y emociones en general, movimientos característicos del conjunto de potenciales genéticos, se suman a movimientos agrupados en formas más complejas y evolucionadas de ser, de interioridad, de expresión máxima de armonía interior e integración consigo mismo. La integración entre el pensar, el sentir y el hacer, va dando lugar a la danza integrada, teniendo la gracia como referencia para la expresión más sublime del movimiento que, desde la presencia, es capaz de comunicar en escena.

Posteriormente, avanza hacia la vivencia de la energética, concibiendo el cuerpo como expresión existencial para potenciar sus posibilidades de comunicación en la escena.

Para el artista escénico, la energía no se presenta bajo la forma de un qué sino de un cómo: cómo moverse, como permanecer inmóvil, cómo poner en visión su presencia fi-

sica y transformarla en presencia escénica y por tanto, en expresión. Cómo hacer visible lo invisible expresando la fuerza interior, a través del compromiso de todo el cuerpo. (Barba, 2005, p. 85)

Barba nos habla de cómo hacer visible el ritmo del pensamiento que, en mi opinión, está más centrado en el ritmo del sentimiento. Dentro del marco teórico de esta investigación, es el sentir el que puede presionar el gesto desde nuestro interior, facilitando la vivencia de la propia presencia escénica en términos de energía; ese algo imperceptible que impacta al espectador y que es por lo que asiste a una obra escénica.

En el comportamiento escénico, en cualquier pequeña acción, si el movimiento es más restringido que la emoción o el estímulo mental que está detrás, el estímulo se convertirá en la sustancia y el movimiento del cuerpo en su manifestación, y así movilizará el interés de los espectadores. (Barba, 2005, p. 91).

En relación al cuerpo como expresión existencial, se tiene que,

La corporeidad se convierte en el espacio donde las emociones y los sentimientos se inscriben y se iluminan. Palabras, gestos, emociones, sentimientos y movimientos se hacen corporeidad. El cuerpo es una dimensión de nuestro ser, es el lugar donde el misterio humano puede ser leído, sentido y vivenciado. Lo hermoso de este proceso es que cada ser humano tiene su manera particular de inscribir en él mismo, el modo de percibir el mundo. (Signor, 2010, p. 60).

El cambio de paradigma que propongo, desde el enfoque del cuerpo como expresión existencial, implica el uso de la Teoría Biodanza y su metodología vivencial para "actuar desde la vivencia sobre lo sano de cada persona", en busca de su integración. Actuar sobre lo sano implica apuntar a lo evolutivo, al desarrollo de los potenciales dormidos, utilizando como recursos la danza (movimiento integrado), la música y el contacto, para estimular, en la medida de las posibilidades de cada persona, las líneas de expresión de sus potenciales de creatividad, afectividad, sexualidad, vitalidad y trascendencia, y, en definitiva, su potencial de salud. La Biodanza no se limita a una técnica corporal, porque el cuerpo no es su objeto.

El abordaje del cuerpo como expresión existencial se hace a través de sesiones vivenciales, donde el método que utiliza la Biodanza para poner en práctica su modelo teórico se articula en la integración entre música, movimiento y vivencia, en una *gestalt* cuyos componentes son inseparables, para que se produzca la coherencia de las relaciones entre estos tres elementos.

La compleja tarea de facilitar al estudiante de Danza la guía para reencontrar su cuerpo, el rescate de su propia corporeidad, ha sido concedida a la asignatura que lleva por nombre "De la Anatomía a la Energética en la Danza" y pertenece al pensum de estudio del primer año de carrera para la Licenciatura en Artes Escénicas, Mención Danza en la Universidad del Zulia, Venezuela.

Una metodología reflexiva-dialógica-vivencial

La asignatura DAE, con base ontoepistemológica en la concepción pedagógica de la educación biocéntrica, cuyo paradigma es el principio biocéntrico, según el cual toda actividad humana debe estar en función de la vida, sirve de punto de partida para el desarrollo de un modelo de enseñanza-aprendizaje interactivo, en red, de encuentro con la conectividad.

Una propuesta que reconoce la educación como un sistema abierto y al educando como un ser humano multidimensional, considerando su dimensión física, biológica, mental, psicológica, espiritual, cultural y social... una educación que estimula al educador a desarrollar un pensamiento flexible, creativo y con capacidad innovadora, considerando los potenciales genéticos del estudiante como indicadores significativos de desarrollo y aprendizaje. (Cavalcante y otros, 2012, p. 22)

La vivencia es la metodología básica de la educación biocéntrica aplicada en el sentido de generar nuevas condiciones de aprendizaje, donde aprender a sentir facilita aprender a pensar. Utilizando el Sistema Biodanza se accede a la música y al movimiento para ampliar las posibilidades de suscitar vivencias sumamente complejas y sutiles, de gran intensidad y con efectos transformadores de la existencia toda. "Siendo la danza entendida como movimiento pleno de sentido es una expresión de la identidad, ella representa un poderoso instrumento de reeducación tanto del educando como del educador" (Cavalcante, 2012, p. 23).

La metodología reflexiva-dialógica-vivencial que desarrolla la asignatura favorece el encuentro con el ritmo de crecimiento de cada educando, generando el método para el desarrollo de un programa que ofrece una vía distinta para el contacto con la propia corporeidad, que respeta al estudiante y sus diferencias, haciendo posible un acercamiento por múltiples vías desde el movimiento placentero y vitalizante hasta el movimiento armonizante y reparador que, poco a poco, va facilitando la integración motora, sensorio-motora, sensitivo-motora, y afectivo-motora sentando, no solo las bases teóricas, sino empíricas sobre las que se diseñarán y justificarán nuevos proyectos de investigación, tomando como punto de partida la información recogida en cada período académico y que forman parte de mi trabajo como profesora asociado en el nivel universitario.

Desde la propuesta de educación biocéntrica he venido creando diferentes recursos interactivos para desarrollar los contenidos teóricos de la materia, tales como, los círculos de cultura a partir de palabras generadoras; encuentros temáticos; imágenes generadoras, según la dinámica del fotolenguaje; grupos interactivos; círculos de proceso; rompecabezas; sopa de letras; crucigramas; poesías; dibujos; dinámicas que facilitan al estudiante abordar desde el placer los contenidos que debe atender en el plano cognoscitivo de la materia.

Para ello se le entrega previamente un cuestionario sencillo, de ocho preguntas, que le permitirá elaborar y concientizar el aprendizaje obtenido en los distintos niveles de su vivencia y existencia. A partir del análisis de estos informes y acompañando su proceso hasta el final de la materia, contará con un material de gran valor para responder a la pregunta clave: ¿Cómo fue tu proceso para ir de la anatomía a la energética en la escena a través de esta asignatura?

El proceso va acompañado del registro de videos de las sesiones vivenciales con Biodanza y su posterior revisión y retroalimentación en el contexto de la teoría en la que se fundamenta la asignatura. Con base en el material documental de las clases vivenciadas, se realizan durante el año al menos tres video-foros que muestran el proceso del grupo y del estudiante en su camino para transitar de la anatomía a la energética y responden al estudio de tres momentos claramente diferenciados:

1. Al principio: ¿cómo se inicia el estudiante al entrar en el curso?
2. Varios meses después, aproximadamente a la mitad del curso, se presenta un video reciente que permita dar respuesta, ahora con mayor cri-

terio, a la pregunta: ¿percibo alguna diferencia en el movimiento y la expresión personal?

3. Y, al final del período académico, el alumno estará en capacidad de responder la pregunta inicial que conoce desde la primera clase: ¿hay alguna diferencia entre cómo fue mi inicio y cómo estoy terminando la materia? De ser así, ¿cuál fue mi proceso para ir de la anatomía a la energética en la escena?

Todo ello sustentado en los aspectos teóricos desarrollados en cada una de las unidades del programa. En síntesis, cada unidad es abordada desde lo teórico con el aporte de distintos puntos de vista que reflejen la transdisciplinariedad de la materia, los cuales son estudiados con diferentes técnicas interactivas; y desde el punto de vista vivencial, con sesiones de Biodanza que se van desarrollando atendiendo el principio de progresividad, para ir propiciando el desarrollo de los niveles de integración que el alumno requiere, desde su integración motora hasta la integración afectivo-motora que el proceso demanda.

Indudablemente, este método de auto-acompañamiento compromete al estudiante en un aprendizaje significativo que dará fruto en diferentes dimensiones de su vida, repercutiendo favorablemente en un mejor aprovechamiento de otras asignaturas, más allá de haber obtenido la aprobación de la materia.

Síntesis de resultados

El proceso para ir de la anatomía a la energética utilizando como mediadora la Biodanza, da acceso a un desarrollo corporal que va despertando la sensibilidad dormida del estudiante, permitiendo el reencuentro consigo mismo y con los otros, con el propio cuerpo y el de los otros, inicialmente a través de la vivencia y posteriormente por la concientización; un reencuentro con el espacio, liberando su cuerpo y su expresión; cargando su danza de sentido pleno; facilitando el movimiento que promueve la conexión con la emoción y su expresión, alejado del cualquier afán de rendimiento y/o competencia.

En resumen:

1. A través de cada informe vivencial el estudiante va reportando por medio de cuestionarios las sensaciones, percepciones, pensamientos generados durante la sesión vivencial.
2. Lo percibido desde lo motor a lo sensitivo, sensorial, afectivo o de pensamiento, le permite descubrir posibilidades y limitaciones; diferencias y semejanzas, comodidades e incomodidades, preferencias o rechazos, todo ello enmarcado en un autodescubrimiento de su propia danza, ya sea individual, en pareja, en grupos pequeños o más grandes.
3. Los estudiantes reportan comenzar la sesión vivencial sin energía, cansados, con sueño y terminarla con mucha energía, alegría, llenos de vitalidad y animados.
4. Algunos de los cambios percibidos con mayor nitidez por el estudiante son a nivel energético y emocional.

A continuación, presento una pequeña muestra de los resultados, en diez citas textuales de informes vivenciales y que, en palabras de los propios estudiantes, dan cuenta de resultados concretos en diferentes dimensiones:

- “Explorar mi expresión corporal, permitiéndome así expresarme con mayor libertad” (Estudiante 1).
- “Los efectos producidos son diferentes. Por una parte están los ejercicios grupales (...) por otra parte están los ejercicios individuales, que son más libres, nos permiten expresar de forma más personal lo que sentimos” (Estudiante 2).
- “Aprender a administrar el espacio y la energía al hacer los movimientos que se estén realizando en ese momento” (Estudiante 3).
- “Con una sensación de ligera tranquilidad, dispuesta a enfrentar lo que me preocupa y no dejar que sea motivo de desánimo. De manera increíble, el malestar físico pasó, como si le hubieran quitado un peso de encima a mi cuerpo” (Estudiante 4).
- “Hay diferencias en el trabajo individual y el trabajo grupal; estas diferencias también se pueden manifestar de forma física y energética” (Estudiante 5).
- “Con un gran sentimiento de gratitud con los demás y con mi cuerpo por haberme mostrado movimientos que ni sabía qué hacía” (Estudiante 6).
- “Esta materia me ayudó a saber que tengo un cuerpo el cual debó escuchar (...) que estoy en un espacio rodeado por personas diferentes, por cuerpos presentes y puedo aprender a sentirlos de manera que desarrollo mi senso-percepción, mi forma de integrarme a lo que se está desarrollando” (Estudiante 7).
- “En las primeras clases sí sentía cómo costaba realmente expresarme con el cuerpo y liberar más mis movimientos, sentir la energía, la música y que mi cuerpo se moviera a su propio son y

ritmo, era algo realmente nuevo y que nunca había experimentado pero iba siendo una experiencia grata cada vez más” (Estudiante 8).

- “A partir de las lecturas y un mayor número de vivencias hubo un notorio cambio (...). Ya estaba saliendo del movimiento mecánico y entrando más en el movimiento natural del cuerpo, pero teniendo todavía cierta dificultad en cuanto a la técnica que salía a relucir en algunos instantes, ya que se nos ha inculcado durante mucho tiempo cómo debemos movernos desde una técnica de danza contaminando el movimiento del cuerpo” (Estudiante 9).
- “Mi primera clase vivencial fue fatal, porque ese día estaba desanimada, realizaba los movimientos sin ganas y con pena con mis compañeros (...). A medida que se realizaban las clases yo fui tomando más interés y me comenzó a gustar, me fui sintiendo cómoda, y los movimientos poco a poco iban saliendo más fluidos y la comunicación con mis compañeros a través del cuerpo fue mejorando” (Estudiante 10).

Consideraciones finales

El programa de la cátedra DAE es una expresión de la transdisciplinariedad en su esencia, que va desde la anatomía, pasando por la fisiología, la filosofía, la educación física, la psicología, la antropología, la biología, la biomecánica, la psicokinética, entre otras disciplinas y que, al ser abordada desde la Teoría Biodanza, trasciende los límites de la transdisciplinariedad para entrar en el terreno de la vida. Poder tener hoy esta distinción es lo que me permite corroborar en la práctica la visión inicial sobre el programa y confirmar la oportuna asignación de la materia que se me hizo con base en mi desarrollo profesional.

El camino que he seguido desde la observación vivida al pensamiento abstracto y del pensamiento abstracto a la práctica ha sido lo que hasta hoy me ha permitido, en mi trabajo como docente investigadora, confrontar permanentemente la teoría con la práctica, sin desatender la relación entre lo investigado y su aplicación, profundizando en la formación teórica requerida para resolver los problemas que se puedan presentar en el plano práctico. Desde una comprensión profunda de lo que sucede, la atención a esos problemas va más allá de la aplicación de una receta técnica sin sustento teórico.

Es por ello que la concepción de esta cátedra es teórica y práctica, formulando hipótesis que puedan ser confrontadas en la realidad y contribuyendo a la profundización en la complejidad del tema. DAE es una cátedra de la que sigo aprendiendo y que hasta hoy me mantiene entusiasmada en su desarrollo y actualización permanente.

Referencias

- Alexander, Gerda (1979). *La Eutonía. Un camino hacia la experiencia total del cuerpo*. Buenos Aires: Paidós.
- Barba, Eugenio (2005). *La Canoa de Papel*. Argentina: Catálogos SRL.
- Bertherat, Therese. (2006). *Mapas para el éxtasis*. España: Urano.
- Cavalcante, Ruth y Wagner, Cesar. (2012). *Curso Intensivo de Educación Biocéntrica (Tejiendo la vida como arte, mística y ciencia)*. Brasil: Universidad Biocéntrica.
- Estudiantes FEDA/LUZ. Períodos 2008 - 2014. Zulia. (Citas personales).
- Fuenmayor, Víctor (2007). *El cuerpo de la obra*. Venezuela: Ediciones del Vice rectorado Académico. Universidad del Zulia.
- Fuenmayor, Víctor y Luckert, Fanny (2008). *Ser cuerpo, ser música*. Venezuela: Ediciones del Vice rectorado Académico. Universidad del Zulia.
- Kogan, Aida Aisenson (1981). *Cuerpo y persona. Filosofía y psicología del cuerpo vivido*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Laban, R. (1950/1987). *El dominio del movimiento* (4ª ed., 1ª Reimpresión). Madrid: Fundamentos.
- Matosso, Elina (2008). *Cuerpo como territorio escénico*. Argentina: Letra Viva. Instituto de la máscara.
- Merleau-Ponty, M. (1975). *Fenomenología de la percepción*. Barcelona: Editorial Península.
- Roth, Gabrielle (1990). *Mapas para el éxtasis*. Barcelona: Ediciones Urano.
- Sassano, Miguel (2003). *Cuerpo, tiempo y espacio. Principios básicos de Psicomotricidad*. Buenos Aires: Editorial Stadium.
- Signor, Dorli (2010). *Stratoyotes*. Brasil: Editora Pallotti.
- Toro, Rolando (2007). *Biodanza*. Chile: Editorial Cuarto Propio.