

# Factores de movimiento que fortalecen la expresión en la danza

Movement factors that improve dancing expression

Tania Madrigal Huezol<sup>1</sup>

*Escuela Nacional de Danza Morena Celarié*  
El Salvador

## Resumen

Este artículo desarrolla un análisis teórico e histórico sobre la necesidad de aplicar lo propuesto por Rudolf Von Laban al respecto de la danza como el arte fundamental del hombre, y como un medio para fortalecer las exigencias expresivas de los bailarines.

La metodología utilizada consistió en una revisión bibliográfica y desde la práctica misma, como docente técnico en Arte Dramático, en la Universidad Nacional, Costa Rica. Asimismo, se elabora una discusión sobre los aportes de Laban (1975), el cual sostiene que en la enseñanza de la danza se ha introducido una nueva concepción de los elementos del movimiento basada en el trabajo de investigación moderno. La idea básica en el aprendizaje de la nueva danza es que las acciones, como en todo tipo de actividad física humana, consisten en sucesiones de movimientos en las que un esfuerzo definido del sujeto acentúa cada uno de ellos; cada acción consiste en una combinación de elementos de esfuerzo, que provienen de las actitudes y características de la persona que inicia un determinado movimiento: Peso, Espacio, Tiempo y Flujo. A partir de lo anterior, este ensayo

<sup>1</sup> Doctorado en Educación Superior en la Universidad Benito Juárez – México. Máster en Enseñanza de la Danza de la Universidad Nacional de Costa Rica. Licenciada en Nutrición de la Universidad Nacional de El Salvador. Maestra, bailarina, coreógrafa, Jefe de Cátedra de Ballet y Coordinadora académica de la Escuela Nacional de Danza Morena Celarié del Ministerio de Cultura de El Salvador. Docente del Técnico en Arte Dramático y de la Licenciatura en Música de la Universidad Dr. José Matías Delgado- Docente escalafonada en Educación Artística.  
Correo electrónico: [tamahue\\_danza@yahoo.es](mailto:tamahue_danza@yahoo.es)





busca examinar con fundamentos teóricos la necesidad de aplicar lo propuesto por Laban, para fortalecer las capacidades expresivas del intérprete de la danza.

**Palabras clave:** movimiento; danza; ballet clásico; Laban; técnicas; expresión.

### Abstract

This article develops a theoretical and historical analysis concerning the need to apply what Rudolf Von Laban proposed with respect to dance as a fundamental artistic expression for humanity and as a means for strengthening the expressive demands of dancers. The methodology employed consisted of bibliographic review combined with practical experiences as professor of Dramatic Art techniques at the National University of Costa Rica. In addition, a discussion on the contributions of Laban (1975) is developed; especially with respect to his notion in the teaching of dancing it has been introduced a new understanding of the elements of movement based upon modern research. The basic idea in the acquisition of the new dance, as in all forms of human physical activity, consists in a series of movements in which a certain effort is required and is specific to each of them; each action consist of a combination of effort elements which are derived from the attitudes and characteristics of each person towards a certain movement: Weight, Space, Time and Flow. Based upon the above, this work intends to examine with theoretical foundations the need to apply Laban's proposals to strengthen the expressive competencies of the dance interpreter.

**Keywords:** movement; dance; classic ballet; techniques; expression.

## Introducción

Antes de hablar de *ballet*, se debe tener en cuenta que “danza” no es necesariamente sinónimo de este, aunque muchas veces se utiliza de modo indistinto. La palabra *ballet* es retomada del latín *ballo*, *ballare*, ‘bailar’, y fue utilizada por primera vez en 1582 por el compositor francés Balthasar de Beaujoux<sup>2</sup> (también conocido como Balthazar de Beaujoyeux) en el Ballet comique de la reine.

El término *ballet*, también usado como danza clásica o danza académica, es un arte tecnificado y más actual, aproximadamente del siglo XVII, mientras que, como menciona Pintos, Lommi y Ferri (1990), la danza es anterior a toda civilización, un hecho casi natural. Constituye, entonces, una de las primeras manifestaciones expresivas del hombre, un medio para mostrar a otros sus sentimientos y un lenguaje para comunicarse con los demás.

2 El italiano Baldassare de Belgiojoso, nombre que fue traducido al francés como Balthasar de Beaujoyeux, fue uno de los creadores más brillantes de la Francia del siglo XVI, así como uno de los representantes más inspirados de la mentalidad y la estética humanistas típicas del Renacimiento.



Pero para poder hablar de la danza en un contexto más contemporáneo, debemos mirar a nuestro alrededor y comparar las condiciones de vida en nuestro tiempo con aquellas imperantes en los días en que se originaron las formas tradicionales de la danza [Laban \(1975\)](#); es decir, es preciso que profundicemos en la investigación, el estudio y el análisis de las intenciones que demanda la danza en el siglo actual, sin perder de vista la relación existente entre las formas de dicho arte y el comportamiento general del ser humano.

Por lo anterior y de interés para este artículo, será necesaria una breve incursión en la historia de la danza académica, al ser esta la primera forma de análisis, codificación y estructuración del movimiento expresivo o movimiento danzado<sup>3</sup>.

En términos generales, la danza académica en sus diferentes técnicas, métodos o estilos de enseñanza y, de manera particular, la técnica del *ballet* —al ser esta última uno de los referentes más importantes de la danza académica, como lo retomo del escrito de [Hechavarría \(1998\)](#)— no ha sido inventada repentinamente por el deseo de un artista, el ingenio de un profesor o el augurio de un selecto comité de sabios. Por el contrario, se desarrolló de manera progresiva, hasta alcanzar una terminología, una estructura, una metodología y continúa desarrollándose.

## La danza clásica o danza académica

Universalmente reconocida como uno de los principales medios de expresión del *ballet* de nuestro tiempo, constituye un sistema de movimientos elaborados con precisión, exactitud, eficacia y eficiencia, en el cual no hay nada accidental o superficial.

Mientras el *ballet* no se autodefinía como un arte, la danza representacional conformaba un elemento importante del espectáculo sintético; similar a muchas artes contemporáneas, surge en la alborada del Renacimiento, [Bazarova y Mei \(1998\)](#). Según estas autoras, hasta su emersión en la alborada del Renacimiento, ya cumplía un papel significativo en las representaciones del teatro popular. El *ballet* del latín *ballo* ('bailo') nace en esta época y se le adjudica la cualidad de clásico cuando se vuelve mayormente complejo en su calidad de danza profesional. El objetivo de la evolución fue expresar los más distintos estados de ánimo, pensamiento y sentimientos del hombre; asimismo, representar sus relaciones con el mundo circundante.

3 El movimiento expresivo o movimiento danzado: Para que exista un movimiento danzado debe haber un cuerpo que describa una trayectoria en un determinado tiempo, con cierta energía y carga afectiva, dentro de un espacio, incluyendo un mensaje que pueda interpretar el espectador. La diferencia entre movimiento cotidiano (caminar, saltar, correr, etc.) y movimiento danzado es la carga afectiva, y aunque en la danza pueden ejecutarse movimientos cotidianos, ellos se eligen para bailar.





Posteriormente, en el *ballet*, surge la época del romanticismo. Simón (1994) describe que es, ante todo, un estilo, que cubre una de las más trascendentes etapas en la historia de la danza teatral. Como acontecimiento de gran trascendencia para la historia de este tipo de danza, se conoce que la bailarina se desprende por primera vez del suelo como representando a un ser extraterreno; consecuentemente, esta acción la llevó a levantarse sobre las puntas de los pies y, con ello, a desafiar la gravedad.

Muchos siglos se necesitaron para desarrollar la escuela de *ballet* de hoy. La historia nos confirma que la danza clásica es la base del desenvolvimiento de otras formas de danza. Su conocimiento se ha transmitido de forma oral, de generación en generación. Todas las escuelas están relacionadas con su evolución: la italiana, francesa, rusa, inglesa, danesa... todas utilizaron el idioma francés en su modo de enseñanza, proporcionando una terminología internacional y continuidad para el que aspirara a ser bailarín<sup>4</sup>, donde sea que este estudiara. Tal terminología fue surgiendo paulatinamente, por medio del descarte de elementos contingentes y la selección de aquellos de carácter permanente, determinantes de la naturaleza misma de la danza clásica. Esto permite descubrir las raíces genéticas de los movimientos, pasos o posiciones, estableciendo el carácter de estas “cualidades” y su relación con un trabajo muscular específico; se trata de términos descriptivos o no descriptivos, de imitación plástica de animales o de su vínculo con movimientos de danzas folklóricas de algunas naciones.

## El valor de la técnica

El ahora llamado *ballet* no es solo una visión etérea, es todo un complejo de apariencias y realidades, en el que juega un rol principalísimo el talento del artista y el dominio de la técnica (Sparger, 1983).

Pero hay algo más que escapa a la ilusión óptica, es decir, a esa imagen mágica, sobrenatural, etérea del bailarín en escena, y es el papel no menos importante que desempeñan las ciencias en este difícil arte, como la física, fisiología y anatomía, entre otras; esas que constituyen la base sobre la cual se fundamenta la técnica del arte de la danza, Sparger (1983).

Entonces, la propia historia del *ballet* nos confirma la validez de la técnica en la danza teatral. Al igual que en otras artes, existe en el *ballet* una perenne

4 Adjetivo. Se entiende por bailarín el que **baila**, danza, mueve, valsa, zapatea. Esta palabra es usada también como sustantivo masculino y femenino; es una persona que se dedica al arte de bailar, lo **profesa** y se ejerce con él.



interrelación entre la técnica y la finalidad a la que ella se destina: el virtuosismo logrado con el dominio total de la técnica, sin mostrar esfuerzo alguno; pudiéramos referirnos a una especie de mecanismo de acción-reacción entre los medios y el fin (Hechavarría, 1998).

Lo anterior constituye una constante dialéctica en cualquier género artístico; solo que, sea cual sea el punto de vista, hay algo esencial y determinante: la técnica es un medio, no un fin. No se desea crear un autómatas o prodigio técnico, sino un artista. La técnica es y solo puede ser el fundamento de la danza, “su medio”. El instrumento es el cuerpo humano y el lenguaje de la danza, el movimiento. Los bailarines pueden aprender durante muchos años la técnica y quizás inclusive hacerse expertos en ejecutar patrones o pasos difíciles; sin embargo, no hay duda de que el incremento en habilidades o técnica no es directamente proporcional al aumento de su capacidad para comunicarse y expresar algo al espectador.

El arte de la danza no estará completo sin la creatividad del bailarín, sin la sinergia entre el conocimiento y dominio profundo del cuerpo, sin la percepción del movimiento que le lleve inevitablemente a sentir entre lo discursivo y lo emocional, donde la conciencia y el disfrute de las sensaciones lo haga elocuente en su expresión, a través del mismo movimiento.

En este punto, reflexiono sobre la importancia de considerar, en los procesos de formación en la danza, sea cual sea la técnica, el estilo o la especialidad, lo propuesto por Rudolf von Laban<sup>5</sup>: los factores que producen el movimiento, tiempo, espacio, peso y flujo; el esfuerzo, el cual consiste en los impulsos necesarios que llevan a proyectar cada movimiento, y cómo la suma de todo esto, en relación con el ser humano y su entorno, se traduce en una arquitectura viva (Laban, 1975).

La técnica académica del *ballet* clásico lastimosamente no ha estudiado los principios aludidos y no existen indicios teórico-históricos que los apliquen; no obstante, incursionar en este gran hallazgo daría a la nueva generación de bailarines, para el caso clásicos o académicos, un nuevo sentido a sus danzas y una perspectiva novedosa del arte en sí.

5 Rudolf von Laban (Bratislava, 1879 - Weybridge, Surrey, 1958), bailarín y coreógrafo austriaco de origen húngaro, quien fue uno de los teóricos de la danza más influyentes del siglo XX. Formado como bailarín en París, estudió, además, la danza negra y árabe, así como se interesó por la escenografía y el arte dramático. Laban creó e interpretó coreografías sin acompañamiento musical (*Agamennons Tod*, 1924) que rompían con el academicismo imperante. Con ello, pretendía satisfacer nuevas exigencias expresivas a través de la relación entre espacio, movimiento y ritmo, y de una actuación del intérprete en la que este se debía concentrar al máximo, porque «todo movimiento exterior es consecuencia de otro interior».





Esta afirmación de la importancia de aplicar los factores de movimiento a la técnica del *ballet* clásico o danza académica la apoyo en las ideas expuestas en el método Jooss-Leeder (1975): las bases teóricas existentes del estudio ocurrido en un espacio de más de 60 años, donde muchas de las figuras importantes de la danza moderna y contemporánea<sup>6</sup> participaron o colaboraron, mediante la exploración incesante y la experimentación, nos llevaron hacia una nueva concepción de la danza.

En realidad, los mejores métodos de enseñanza de la danza moderna son sistemas tan coherentes y lógicos como la disciplina del *ballet*; traen un nuevo tipo de vitalidad en el arte más amplio de la danza teatral, [Winearls \(1975\)](#).

Todas estas nuevas concepciones partieron de la suposición de que existen leyes naturales relacionadas con el peso, la velocidad, el equilibrio y la armonía en el cuerpo humano. Es justo en este momento de la historia, cuando surgen los trabajos, de manera lógica y coherente, de una de las figuras de la danza de esta época: Rudolf von Laban.

### Laban y los principios del movimiento

La mayor parte del desarrollo de la danza moderna en Europa surge, como bien se mencionó, lógica y coherentemente, de la labor de Rudolf Laban. Como coreógrafo e investigador de todas las formas del movimiento, comenzó con estudios respecto al *ballet*, sobre los trabajos de muchas clases de danzas, basándose en leyes de la matemática y en la geometría; realizando, *a posteriori*, una disección de los elementos básicos que crean y controlan todo tipo de movimientos, de los cuales es capaz la anatomía humana ([Winearls, 1975](#)).

[Laban \(1975\)](#) sostuvo que el discurso racional no es suficiente, es necesario crear la sensación y la percepción de esta, la significación que se hace en el propio cuerpo y es en él que se materializa, “en un cuerpo vivo”, siempre en movimiento, en constante transformación, cuerpo en cognición, siempre aprendiendo, intercambiando discurso y materia. Somos parte del todo. A partir de sus investigaciones, Laban, diferenció la virtuosidad y la elocuencia de los impulsos, no solo de observarlos, sino aún más de sentirlos, de percibirlos: “La expresión está en el cambio”.

6 Rudolf Laban, Mary Wigman, Kurt Jooss, Sigurd Leeder en Europa, de Ruth St. Denis, Ted Shawn, Martha Graham, José Limón, Doris Humphrey, entre otros.



Los métodos de la danza moderna, como los del *ballet*, pueden utilizarse para adiestrar a quienes quizá no poseen ni ambición, ni talento suficiente para una carrera profesional; partiendo de la necesidad de liberar al cuerpo de las exigencias antinaturales y dañosas de una técnica altamente especializada, dando lugar importante al estudio de los ritos naturales como base de la improvisación (Winearls, 1975). Este podría ser su valor educacional o formativo; sin embargo, es lógico pensar que un bailarín quien se dedica, en un nivel profesional, a la ardua carrera de la danza, independientemente de la técnica en la cual se especialice, debería tener implícito en sus conocimientos cómo aplicar dichos principios. No obstante, en la práctica esto no se da y, por ende, no puede haber ningún atajo hacia el éxito en ningún tipo de danza teatral.

Gracias a los aportes de Laban, podemos decir que se logra transformar el sentimiento a términos físicos. Cuando se trabaja, debe existir una conciencia no solo racional, sino también corporal y la técnica viene a ser los patrones de movimiento que se repiten. La tendencia puede ser creada por la necesidad de expresar algo. La idea básica en el aprendizaje de la nueva danza es que las acciones consisten en sucesiones de movimientos, en las que un esfuerzo definido del sujeto acentúa cada uno de ellos, es decir, cada acción debe ser una combinación de elementos de esfuerzo, provenientes de las actitudes de la persona que se mueve hacia los factores de movimiento propuestos por Laban (1975): peso, espacio, tiempo y flujo, alentando hacia una conciencia de los esfuerzos del movimiento tanto en lo complejo como en lo simple. Esta conciencia se valdrá del flujo de movimiento extendido por todas las articulaciones del cuerpo, cuyas variaciones serán infinitas.

Continuando con la idea del párrafo anterior, podemos decir que cada movimiento particular puede comprenderse por medio de sus factores, los cuales implican una nueva concepción de este y sus elementos. Lo anterior ofrece, a su vez, la posibilidad de enseñar las nuevas formas de movimiento, en forma sistemática, y su dominio consciente: “la mente dirige el movimiento” y, de manera recíproca: “el movimiento estimula la actividad de la mente”.

## Los movimientos y sus acciones

Los movimientos corporales constan de elementos creadores de acciones que reflejan las cualidades particulares del esfuerzo interno del cual nacen. La repetición se da a partir de los hábitos del movimiento mismo (fijación del movimiento) y también de los hábitos de la percepción del entorno (que pueden ser o no percibidos, incorporados o no); los que sí permanecerán son los patrones articulares del movimiento (estos darán la significación) y los de la percepción. Esto





significa que no es solo la colaboración de un número de articulaciones, sino el empleo bien proporcionado de una cierta cantidad de esfuerzos diferentes lo que hace placenteros y saludables a los movimientos de la danza, y son las diferentes combinaciones de esfuerzos las que crearán distintos estados de ánimo “expresivo” en el bailarín; entendiendo como esfuerzo la transformación de energía que se configura en la variación de una actitud interior (consciente o no), relativa a los factores de movimiento.

Un aumento de los esfuerzos en número, intensidad y refinamiento es la expresión de la energía interna viviente (Laban, 1975). El esfuerzo acontecerá en dos vías:

- a) Cuantitativa. La ampliación de las posibilidades de esfuerzo.
- b) Cualitativa. La expresión de la complejidad del esfuerzo humanitario, es decir, combinaciones frecuentemente contradictorias.

Al realizar una acción definida, el bailarín no siempre tiene conciencia de la combinación de esfuerzos que dan origen a ese modo. La intuición de modos de acción simples se fortalece con la repetición de un esfuerzo simple. Los modos de acción más complejos son el resultado de secuencias combinadas o de diferentes esfuerzos.

Según Gutiérrez (2008), partiendo de los factores del movimiento (tiempo, peso y espacio), Laban define los esfuerzos. El tiempo determina los movimientos en su velocidad como súbitos o sostenidos; el peso, acorde con la resistencia a este, como firmes o suaves, y, el último factor determina los movimientos como directos o flexibles, de acuerdo con su trayectoria en el espacio físico (entorno).

## Los ocho esfuerzos básicos de Laban

Señala Gutiérrez (2008) que Laban configura las ocho acciones básicas de esfuerzo. Cada acción consiste en una combinación de elementos de esfuerzo (cualidades): **flotar** (sostenida-suave-flexible), **retorcerse** (sostenida-firme-flexible), **presionar** (sostenida-firme-directa), **deslizar** (sostenida-suave-directa), **dar toques ligeros** (súbita-suave-directa), **dar latigazos leves** (súbita-suave-flexible), **hendir en el aire** (súbita-firme-flexible) y **dar puñetazos** (súbita-firme-directa). Cada uno de estos esfuerzos contiene tres de las seis cualidades del movimiento: firme, suave, sostenida, súbita, directa, flexible.

Los movimientos de la danza se explican mejor como combinaciones de elementos de movimiento que dan por resultado modos de acción: “la variación de la combinación de los factores y una organización en las secuencias de esfuerzo que se configuren en una arquitectura viva generan un significado” (Laban, 1975).





Entonces, para Laban, la calidad del movimiento está compuesta por cuatro factores descritos a continuación. **Espacio**: atención focalizada o generalizada (foco directo, indirecto o múltiple) se da en la dimensión horizontal. **Tiempo**: decisión, urgencia o focalización (variación de la velocidad, acelerado o desacelerado) se da en la dimensión sagital. **Peso**: intención, el impacto suave o fuerte se da en la dimensión vertical. **Flujo**: como control de la energía expresiva o dejar hacer (flujo libre o fluido “conducido”).

Al ser el movimiento una articulación entre pensamiento, sentimiento y acontecimiento, lo más importante no será la forma, pero sí el esfuerzo, la intención, el intercambio y la comunicación. “La nueva técnica de danza estimula el dominio del movimiento en todos sus aspectos corporales y mentales, y su valor en gran medida se debe a la universalidad de las formas de movimiento” (Laban, 1975).

Una vez asentadas las bases teóricas que explican y confirman la importancia de los principios expuestos en la teoría de Rudolf von Laban, podemos observar que estos factores de movimiento no son del todo desconocidos para nosotros.

Los que nos hemos dedicado durante muchos años a este arte hemos escuchado infinitas veces términos como espacio, tiempo, peso, flujo, así como los tipos de esfuerzo que existen y, quizás, hasta lo que implica cada una de sus cualidades; sin embargo, la diferencia radica en la propia conciencia que tenemos de ellos, la importancia y aplicación práctica en nuestras propias formas de enseñanzas y práctica de la danza.

## Ejemplos de aplicación práctica

Para comprender mejor el tema, propongo como aporte personal algunos ejemplos de aplicación práctica de los factores de movimiento expuestos por Laban, para fortalecer la expresión en la danza, específicamente, en el bailarín de la técnica del *ballet* clásico o para otros tipos de danza académica.

1. Al realizar pasos que incluyan la flexión de las piernas, como es el caso de los *demi plié* y *grand plié*, los *battement fondú*, en el impulso y caída de los *sautés*, en la preparación o final de las *pirouettes* en sus diferentes formas, en los *chasses*, etc., con todas las posibilidades de ejercicios que lleven implícita la acción de tener que bajar en una o ambas piernas (sea de *relevé* o a pie plano, *a terre* o *l'air*) el factor peso, en el plano vertical deberá ejercerse una acción de esfuerzo de presión controlada contra el piso. Es preciso crearse la sensación de profundidad con una actitud sostenida y, en la mitad superior





del cuerpo, una actitud suspendida, como flotando, en la cual los talones ejerzan una presión directa al piso, sin que exista un esfuerzo músculo-articular innecesario del resto del cuerpo, principalmente de la columna vertebral; en ella encontraremos el centro del cuerpo vertical al piso, ya que esta deberá permanecer con una acción de esfuerzo suspendida o elevada, creando una oposición de fuerzas, contrarias cuando se ejecutan.

2. Al llevar a cabo pasos que incorporen un cambio o variación en la velocidad, como los *battement tendú*, *battement jeté*, *battement frappé* simples y dobles, *petit battement*, *battú*, *grand battement jeté*, *rond de jambe a terre* con su respectivo acento *en dehors* y *dedans*, *rond de jambe l'air* simples o dobles, etc. Podemos lograr conciencia y sensación de las acciones de esfuerzo que estos pasos poseen, por ejemplo, dar puñetazos (*battement jeté*), hendir en el aire (*grand battement jeté*), latigazos (*battement frappé*), dar toques ligeros (*petit battement*), presionar (*battú*), deslizar (*rond de jambe a terre*). Tales pasos del *ballet* son realizados en su dimensión sagital de movimiento, al pasar por las posiciones *devant* y *derrière*, y en la dimensión horizontal, cuando se hacen a la *seconde*. La sensación de suspender en la acción de flotar está implícita siempre a lo largo de la ejecución de cada uno de esos pasos, en cuanto a la columna vertebral, con el objetivo de mantener el control del equilibrio del cuerpo; las variaciones en la velocidad se harán según las características o cualidades establecidas para cada uno de ellos. El esfuerzo necesario para ejecutarlos partirá, entonces, de la cualidad que cada paso requiera, así como de la parte anatómica involucrada para su ejecución.
3. Pasos que implican la utilización del factor espacio, es decir, cambios de foco, pueden observarse en los desplazamientos del *ballet*, en las diagonales, laterales, etc., así como en los *piques en dehors* y *en dedans*; *chainés*; *pas de bourrée en tournant en dehors* y *en dedans*; *fouette* por  $\frac{1}{4}$ ,  $\frac{1}{2}$  y giro completo; *pirouettes* cambiando de dirección; *tour l'air*; *grand sautes* como *sissonne*, *grand jeté*, *pas de bourrée suivi* desplazado (en puntas), etc. Pueden o no ejecutarse en la dimensión horizontal, pero también en la tridimensionalidad del movimiento. El cambio y la cualidad del foco se darán según la trayectoria que desee realizarse y el esfuerzo, en muchos de estos, debe ser a partir del impulso generado por la fuerza que necesite ejercer el cuerpo en el espacio, sin descuidar el control del equilibrio al ejecutar. Además, pueden observarse las acciones de esfuerzo como retorcerse (*tour l'air*), presionar (*sautes*), deslizar (*chainés*), flotar (*pas de bourrée suivi*) y latigazo (*fouette*).
4. Pasos que involucren el uso del flujo en el movimiento pueden verse en todo el *ballet* clásico, desde un simple *port de bras* hasta un complejo *gran*





- allegro*. Aquí la importancia en la ejecución de tales pasos radicará en el control de la energía expresiva del movimiento.
5. La tridimensionalidad del movimiento es posible contemplarla en los *port de bras* completos que incluyen el uso del torso (ej.: *ramassée* o *grand port de bra*), los *tours en l'air* y la diversidad de giros que contempla la técnica del *ballet* clásico. (Nota: Puede o no haber desplazamiento, pero es de suma importancia, para que sea un movimiento en tres dimensiones, el uso de los diferentes planos espaciales: frontal, transverso y sagital<sup>7</sup>).

## A manera de conclusión

Dar respuesta a la contemporaneidad del arte, de los artistas, de los procesos formativos y de las propuestas artísticas del siglo XXI no es imposible, pero no es tarea fácil, ya que implicará un cambio de paradigma en las formas o los modelos de enseñanza de la danza, donde, hasta la fecha, ha imperado una formación tradicional “academicista” de enseñanza y práctica de esta disciplina.

El principal objetivo deberá ser la construcción de modos de enseñar y practicar la danza, con los cuales el docente, profesor, maestro, instructor guíe el aprendizaje de sus estudiantes o futuros bailarines hacia nuevas maneras de concebir y poner en práctica tal área artística, sin desvirtuar la técnica, pero sí aplicando estos factores del movimiento para crear mayor conciencia, mejores y placenteras sensaciones, así como el disfrute y las intenciones del movimiento, en los ámbitos físico y fisiológico “donde se generan sus movimientos”, hasta la significación que estos tendrán en sus danzas, “la parte emotiva y significativa”.

La cuestión no es remplazar un arte por otro, “danza moderna por danza clásica”, ya que, como se ha dicho antes, toda danza académica se ha cimentado en muchas ciencias que la constituyen y que son la base sobre la cual se fundamentó su técnica. El asunto será, entonces, ver en qué medida los factores estudiados pueden proporcionarle al bailarín de *ballet* y de la danza en general una amplia gama de posibilidades en sus movimientos, una mayor concepción, percepción, sensación de estos, mediante los cuales puedan generar, a partir de su profundo estudio, un pensamiento complejo y crítico, que los lleve a comprender mejor la técnica (desde la ciencia) y practicar la danza de manera óptima (hacia su estética).

7 Los planos del movimiento son sagital (vertical o de fuga), que divide al bailarín siguiendo la línea de la nariz y está conformado por las dimensiones de altura y profundidad; frontal (lateral o de la simetría), que lo secciona por las orejas y está formado por las dimensiones de anchura y altura; y horizontal (flotante), que lo fracciona por la cintura (paralelo al piso y a la línea de los hombros), constituido por las dimensiones de profundidad y anchura (Gutiérrez, 2008).





Será tarea de los maestros de la danza sentar las bases, crear la necesidad y generar los espacios para enseñar a sus estudiantes “bailarines” sobre los factores de movimiento propuestos por Laban, que considero fundamentales con miras a la expresión del bailarín y esenciales en la educación de todo ser humano.

## Referencias

- Bazarova, N. y Mei, V. (1998). *El abecé de la danza clásica: el aprendizaje de los tres primeros años de la técnica académico-clásica*. Santiago, Chile: Anabella Roldán.
- Gutiérrez, E. (2008). *AL DANZAR apuntes*. San José, Costa Rica: Universidad Nacional de Costa Rica (UNA).
- Hechavarría, M. (1998). *Alicia Alonso más allá de la técnica*. España: Universidad Politécnica de Valencia.
- Sparger, C. (1983). *Anatomía y Ballet*. Playa, Ciudad de la Habana: Pueblo y Educación.
- Laban, R. (1975). *Danza educativa moderna*. Buenos Aires, Argentina: Paidós.
- Laban, R. (1989). *Danza educativa moderna*. Ciudad de México: Editorial Paidós Mexicana, S. A.
- Pintos, F., Lommi, E., Díaz, C. y Ferri, O. (1990). *La danza: su técnica y lesiones más frecuentes*. Buenos Aires, Argentina: Akadia.
- Simón, P. (1994). *El Bailarín: Naturaleza y Ámbito Expresivo*. Ciudad la Habana: Gran Teatro.
- Sparger, C. (1983). *Anatomía y Ballet*. Playa, Ciudad de la Habana: Pueblo y Educación.
- Ruiza, M., Fernández, T. y Tamaro, E. (2004). Biografía de Rudolf von Laban. En *Biografías y Vidas. La enciclopedia biográfica en línea*. Barcelona (España). Recuperado de: <https://www.biografiasyvidas.com/biografia/l/lab.htm>
- Winearls, J. (1975). *La danza moderna : el método Jooss – Leeder*. Buenos Aires: Editorial Victor Lerú.