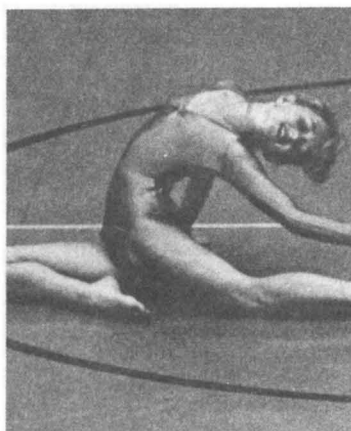


UNA CONCEPCIÓN DEL MOVIMIENTO Y DE LA DANZA CREATIVA: RUDOLF VON LABAN

Eric Thamers



¿Quién es Rudolf Von Laban?

De origen húngaro, nacido en Bratislava en 1879, Laban fue uno de los pioneros e iniciadores de las nuevas concepciones sobre el arte del movimiento y de la danza. Su obra se desarrolló primero en Alemania (1920) y después en Inglaterra, país donde vivió hasta el momento de su muerte (1958).

Una personalidad

Personalidad de una actividad desbordante, Laban es conocido a través de su obra como coreógrafo, escenógrafo, teórico, escritor, filósofo y pedagogo. El fruto de sus trabajos ha interesado a diversas personalidades tanto del mundo de la danza como gimnastas, terapéutas, psicólogos y antropólogos. En el mundo de la danza, Laban ha influido en personalidades de renombre mundial y entre ellas Mary Wigman, Kurt Joos, Hanya Holm, Alwin Nikolais.

Profundamente apasionado por sus investigaciones sobre el movimiento, Laban intentó en todo momento comunicar y compartir sus conocimientos. Tanto en Alemania como en Inglaterra, creó escuelas, centros de investigación y formación, formó grupos coreográficos de aficionados, publicó sus ideas, organizó cursillos y conferencias, etcétera. Y si aún hoy R. Laban es poco conocido en la mayoría de los países, el hecho se explica por la reducida difusión que se ha efectuado de sus obras y de las de sus colaboradores. Sin embargo, hay que señalar que un notable número de publicaciones hacen mención de sus ideas¹.

Aportación de dos sistemas

El nombre de R. Laban evoca ante todo, el concepto de dos sistemas complementarios que constituyen el pilar de su obra: la labanotación y la danza educativa moderna.

Deseoso de comprender los secretos del movimiento, Laban ha querido liberarlo de codificaciones estériles que lo aprisionaban y devolverle su valor, identificándolo con lo más esencial en el hombre: la forma de pensar y la forma de actuar. Se lanzó a una búsqueda laboriosa con el objeto de ofrecer la posibilidad de una transcripción escrita de todas las formas de movimiento imaginables, sin la cual las impulsiones creativas o de investigación del bailarín quedaban limitadas.

Laban decía: "aprisionando nuestros movimientos, aprisionamos nuestros pensamientos". Persiguiendo esta idea quiso crear un código que no limitase una técnica del movimiento que no se codificase. El bailarín podía dejar de ser el guardián de su prisión y liberarse del lenguaje encorsetado del que no sabía salir por medio de no poder memorizar la riqueza infinita de sus movimientos.

Por el hecho de tomar una actitud objetiva y científica, Laban consiguió establecer una técnica de lenguaje escrito y fiable de los movimientos, de los dinamismos, del espacio y de todas las acciones motrices del cuerpo, con lo que iba mucho más lejos de lo que hasta el momento había conseguido cualquier otro tipo de transcripciones coreográficas.

Este sistema, llamado cinetografía o labanotación, fue realizado a partir de un análisis cuidadoso de los principios del movimiento y del espacio: cuerpo, dinamismo, espacio, flujo... y de sus infinitas combinaciones.

Más tarde, ya en Inglaterra (1938), Laban profundiza en sus investigaciones sobre la labanotación y empieza a definir su segundo sistema, más relacionado con el aspecto filosófico, pedagógico y artístico del arte del movimiento y de la enseñanza de la danza.

Este segundo sistema, llamado a veces danza-expresiva, danza libre, danza-creativa o bien danza educativa moderna, se basa en los nuevos conceptos sobre la danza moderna que él mismo había definido. Lejos de ser un inventario de ejercicios técnicos codificados, que impone un estilo a seguir, la danza educativa moderna ofrece un con-

junto de principios y conceptos sobre el arte del movimiento, con la finalidad de servir como guía de investigación y de reflexión sobre la manera de efectuar y concebir el movimiento.

La riqueza de este sistema educativo reside en el hecho de que, a partir de unos temas específicos, el individuo ha de explorar y familiarizarse con el movimiento, llegando a descubrir su propia técnica y elaborar su propio lenguaje gestual; vive así lo que es el aprendizaje del movimiento con una vivencia creativa de un arte inteligente.

Esta metodología, basada en el conocimiento y la exploración de temas de movimiento —a partir de la concienciación corporal, la utilización del espacio o de la forma y el dominio del esfuerzo...— permite a nivel práctico fomentar una actitud de autoindependencia, en la que el individuo desarrolla su propia iniciativa, la reflexión y la creatividad, al mismo tiempo que el dominio de su cuerpo.

Filosofía del arte del movimiento y concepto educativo

El movimiento concebido como un arte ha sido la principal preocupación de Laban durante toda su obra, hasta el punto que ha llegado a considerarlo parte integrante e inseparable de la existencia misma del hombre.

El movimiento es pensamiento, es emoción, acción, expresión... Está presente en todas las artes y en todo aquello que forma el mundo externo e interno del hombre.

El movimiento es una danza y a través de esta danza el hombre aprende a conocer el mundo. "Gracias a la danza el hombre adquiere conciencia de los fenómenos físicos y espirituales y aumenta su poder de concienciación y de comunicación". La danza supone también un proceso intelectual, es una forma de pensar, de significar y de comunicar. Y es a partir de esta actitud como fluye la precisión, la exactitud de los movimientos. Entre los dos puntos que unen un movimiento en el espacio para que nazca un gesto, debe estar siempre presente una conciencia intelectual y emocional; sin esta presencia, el movimiento llega a ser insignificante, desprovisto de sentido y vacío.

La idea de danza creativa consiste en la concienciación del movimiento pensado, vivido y recreado, cuyo principio puede inspirarse en cualquier elemento del mundo que nos

rodea: las formas captadas por la vista o por el tacto, las ondas sonoras que se escuchan... Para R. Laban cualquier elemento puede suscitar una secuencia del movimiento bailado. Un objeto, un pensamiento, un dibujo, un gesto pueden ser la base para la construcción de una danza.

Por otra parte, Laban es el primero en señalar la importancia de la danza en el mundo de la educación y la sitúa al mismo nivel que las otras materias. La práctica de la danza en la escuela es, según él, un medio capaz de reforzar el aprendizaje, a la vez que libera el dinamismo y estimula la creatividad y la imaginación.

Laban defiende el movimiento como un arte fundamental por el que se educa la integridad del ser como unidad sensitiva, emocional e intelectual.

La práctica de la danza en la escuela, tal como él la concibe, no sólo ofrece un terreno para descubrir y experimentar el movimiento, sino que propulsa un medio de formación, de expresión y de comunicación que favorece el espíritu crítico y las facultades globales del ser.

Hoy en día, principalmente en Inglaterra, Alemania y Estados Unidos, la danza educativa moderna constituye un centro de interés particular para profesores de educación física, profesores de danza y pedagogos interesados en la psicomotricidad, quienes han hallado en las ideas y conceptos del sistema Laban los pilares básicos de una educación por el movimiento.

Papel de la música en la danza creativa

En la danza creativa, el alumno ha de aprender a utilizar la música bajo forma de diálogo y crear sus propios ritmos; ha de aprender a jugar con el soporte sonoro, entrando o saliendo del esquema musical según su deseo y su inspiración.

Si bien la música puede constituir una preciosa ayuda a la hora de impulsar o reforzar el movimiento, con frecuencia presenta el peligro de condicionar el vocabulario gestual y rítmico del alumno.

Por tanto, es aconsejable dosificar su uso y justificar su necesidad; convertir el soporte musical en un complemento del movimiento e intentar utilizar distintos estilos y fuentes musicales a fin de permitir al máximo un enriquecimiento del vocabulario rítmico.

La danza creativa ha de servir para despertar la música interior del movimiento, para educar el sentido musical y las posibilidades rítmicas del cuerpo, aprendiendo a diferenciar muscularmente los dinamis-mos.

A través de la danza, el cuerpo en movimiento ha de aprender a explorar el juego de los contrastes y los matices que le ofrece su propio instrumento corporal.

Danza y técnica

La enseñanza técnica de la danza creativa se basa ante todo en la observación directa de los movimientos; por eso, hay que huir de cualquier imagen que se parezca a un compendio de ejercicios "cocinados", ejercicios mecanizados y estereotipados que con frecuencia producen cansancio y pueden desmoralizar al principiante que no ha descubierto todavía la "mecánica" y la sensación de movimiento.

El principiante no domina ni el esfuerzo ni el espacio que ocupa con sus movimientos y el conjunto de su cuerpo con frecuencia le parece un obstáculo pesado y desordenado.

Para enseñar la técnica de la danza creativa hay que haberse interesado por diversas disciplinas que tocan el movimiento: expresión corporal, mimo, acrobacia, danza moderna, danzas étnicas, técnicas marciales, deporte y técnicas de relajación, entre otras. Cada una de estas disciplinas desarrolla una cierta forma y tecnicidad del movimiento, que puede ser interesante y asimismo ayudar a crear un vocabulario gestual más rico y estimulante. La danza ha de poder enriquecerse con todo lo que es movimiento. Después, a cada uno le corresponde definir su propia danza, según la época, el día o el instante. Puede haber tantas danzas como cuerpos hay; la danza ha de ser una forma de expresión corporal, de un individuo o de un grupo y constituye un reflejo de su manera de pensar.

La enseñanza de la danza ha de posibilitar una técnica libre del individuo y de sus gestos, con lo que éste refuerza su personalidad. El interés de esta concepción de la técnica del movimiento reside principalmente en educar la percepción, la estilización y la creatividad, al mismo tiempo que intenta desvelar una sensibilidad y dominio del cuerpo.

Componentes de una sesión de danza creativa

Una sesión de danza creativa se di-

buja no solamente a partir de las características personales del profesor (temperamento, estilo, experiencia y personalidad), sino también de aquellas que pertenecen al grupo, el cual debe encontrar su identidad. De modo que no es extraño ver cursos de danza creativa de diversos estilos.

Dicho lo cual, se impone un procedimiento de trabajo. Éste sigue generalmente el esquema siguiente:

I. *Training corporal*: es el acondicionamiento mental y físico hacia los movimientos y actitudes que deberá tomar el individuo en el estudio del movimiento.

Esta parte se divide en dos fases: dedicada la una a la coordinación dinámica y espontánea (elevación, salto, balanceo, etc.) y otra dirigida a alcanzar un dominio del cuerpo (reforzamiento muscular, elasticidad, equilibrio...). Durante esta preparación, la precisión y el rigor que pueden exigir ciertos ejercicios mantendrán siempre la forma natural, respetando las posibilidades de cada uno.

II. *Estudio del movimiento*: esta parte constituye el centro de la sesión y a ella se le reservará una parte importante del tiempo consagrado a la experimentación de temas específicos, siguiendo unas consignas determinadas tales como el conocimiento instrumental del cuerpo, del espacio, del esfuerzo, de la relación, etc.

Esta fase de la sesión pide que el alumno quede implicado en su totalidad, a fin de que pueda construirse su vocabulario gestual (técnico, rítmico, creativo).

Es importante favorecer el trabajo individual, como por parejas y en grupo.

III. *Composición*: después de haber experimentado las consignas del tema objeto de estudio, da comienzo a la fase denominada de composición. Ésta permite, tanto al alumno como al profesor, verificar el dominio y la justa utilización del tema trabajado anteriormente. Según las circunstancias puede tratarse de secuencias cortas, individuales o de grupo, o bien desarrollarse una forma coreográfica.

Es importante señalar que el desarrollo de la imaginación, la creatividad y la memoria gestual son los principales objetivos de la parte de la sesión dedicada a la composición.

IV. *Decontracción*: esta parte se dedica a la observación de algunas de las composiciones realizadas

por los alumnos, a fin de desvelar en ellos el espíritu crítico y favorecer el intercambio de ideas y de impresiones.

Finalmente se da paso a una relajación física y psíquica a partir de ejercicios de relajación activa o pasiva. La duración de un curso puede oscilar entre 1 hora 30 minutos y 2 horas, según sea la edad y la madurez del grupo.

¿Quién puede impartir un curso de danza creativa?

La danza educativa moderna o los principios y conceptos que la definen puede ponerlos en práctica cualquier profesional de la enseñanza del movimiento o de la danza.

Con todo, hay que tener en cuenta que para impartir su enseñanza de una forma específica es aconsejable, si no obligatorio, haber seguido una formación directa con profesores especializados y cualificados, o bien en las instituciones reconocidas.

En Inglaterra existe el instituto de formación física de Liverpool, que pone en práctica el sistema Laban y organiza con regularidad cursos de formación. Por otra parte, el Laban International Courses, fundado en 1942 y todavía hoy vigente, desarrolla un programa de formación e invita regularmente a profesores especializados en el sistema Laban.