

El cuerpo sometido y liberado por la danza

ÓSCAR FLORES MARTÍNEZ

A sus siete años, María desea convertirse en bailarina. Su interés se avivó al presenciar una función en donde seres alados, enfundados en vaporosos vestidos, levitaban a través del escenario. A su madre le pareció una idea adecuada, pues este “pasatiempo”, con el correr de los años, le daría “elegancia” y mejoraría su postura para convertirla en toda una “refinada señorita”.

Juan también aspira a ser bailarín. Sólo que él no vio la danza en un escenario hasta que tenía 17 años, en una función a la que se lo obligó a asistir para tener un punto extra en su calificación mensual en la materia de ciencias sociales. Ahí, vio a una bailarina “convertirse” en águila y poco más tarde conmoverse ante el dolor de un padre por la pérdida de sus hijos. Cuando tuvo valor para hablar con su familia sobre su interés de elegir la danza como profesión, dos años después de estar asistiendo a funciones de danza, ya sin la presión de obtener “puntos extras”, el mundo se vino abajo para los padres de Juan. Los argumentos de éstos para negarse a ello fueron desde “te vas a morir de hambre” hasta que “ésa” era una actividad propia sólo de afeminados y de gente con ideas “exóticas”.

Para Emilio y Anita, un matrimonio de 60 y 58 años de edad, respectivamente, la danza escénica sólo constituyó una diversión ocasional a la que tuvieron que ir por compromisos sociales. Ello no cambió hasta cuando vieron bailar danzón a un grupo de personas cercanas a su edad, que invitaban así a aprender los llamados “bailes finos de salón”. La invitación era atractiva no sólo porque podrían realizar una actividad juntos, sino también porque conocerían un “ambiente” que sólo habían visto en las películas.

Lo que no sabían María y Juan, y mucho menos Emilio y Anita, es que la danza constituye una expresión artística que va mucho más allá de sus primeras expectativas.

* * *

Aun antes de tomar su primera clase en una escuela profesional seria, María supo que no todos los aspirantes tendrían acceso a la danza de un modo tan fácil. Tuvo que pasar exámenes médicos —algunos dignos de ideología fascista— para comprobar que no tenía pie plano ni problemas cardíacos o respiratorios, así como tampoco alguna desalinación ósea. Se verificó que tuviera una elasticidad muscular adecuada y se le advirtió que habría de cuidar en extremo su alimentación, pues en su familia había antecedentes de obesidad.

Sólo entonces —y con todas las advertencias del mundo— las puertas del estudio se abrieron para ella. Inició así un entrenamiento corporal que nunca tendría fin.

Accedió a un conocimiento forjado en más de cuatrocientos años en diversas regiones del mundo, destinado a transformar la biomecánica de su cuerpo.

Mediante una serie progresiva de ejercicios, María no sólo aprendió posturas de cabeza, brazos y piernas, y encadenamientos de pasos y saltos, sino que poco a poco forzó su cuerpo hasta hacerlo capaz de desplazarse con los pies formando entre sí un ángulo de noventa grados, de elevar las piernas en cualquier dirección más allá del nivel de la cintura, de pararse en las puntas de los pies y mantener la verticalidad incluso en las condiciones más precarias de equilibrio.

A lo largo de su proceso de aprendizaje, María siempre escuchó afirmaciones de que era afortunada al haber empezado su entrenamiento a tan temprana edad.

* * *

Juan no pasó por un examen de ingreso. Al contrario de la reacción de su familia, la escuela casi lo recibió con los brazos abiertos porque sólo había dos varones en un salón repleto de muchachas.

La técnica de danza contemporánea "más antigua" no llega aún al siglo de práctica. Pero Juan se dio cuenta de que no por ello es menos rigurosa.

Aprendió los principios primigenios de la contracción y el *release*. Tardó años en dominar su cuerpo para que el motor del movimiento surgiera adecuadamente de la región pélvica y se irradiara hasta la punta de sus extremidades.

Pero la fisiología le tendría preparada una realidad que no fue de su agrado. En él, había finalizado el proceso natural de calcificación en huesos, cartílagos y tendones; ello, amén de su personal tono muscular, se convirtió en una terrible desventaja. Así, no pudo "modelar" su cuerpo conforme al ideal establecido. Tampoco le fue posible alcanzar una punta perfecta o una abertura de ciento ochenta grados en su segunda posición al piso. "Alargar" su región lumbar para tener la línea correcta básica en cualquier postura fue su máximo logro. Todo esto lo motivó a fincar su carrera profesional en valores situados más allá de la perfección técnica.

* * *

María y Juan siempre supieron que en el verdadero camino de la danza profesional siempre surgen peculiares espinas y piedras, no sólo por las torceduras, esguinces, desgarres musculares o fracturas sufridos por la insuficiente preparación del cuerpo para el ejercicio, por actos irreflexivos y aun por indicaciones de maestros poco capaces, sino también porque el ambiente competitivo de la danza profesional y las modas y tendencias del gusto estético pueden propiciar, en casos extremos, problemas de *stress* y desnutrición, y, particularmente en ciertas mujeres, anorexia, bulimia, dismenorrea (dolor en el periodo menstrual), amenorrea (ausencia de menstruación) y oligomenorrea (disminución en la frecuencia de la menstruación).

Sus respectivos maestros siempre les dijeron que la verdadera danza era una actividad difícil y competitiva, sujeta a los ideales de juventud y fuerza, y que llega a demandar

actitudes cercanas a las del asceta, lo cual no impide que muchos intérpretes fumen al grado de confundirse con chimeas o tengan un estilo de vida más hedonista.

* * *

Lo cierto es que, sea cual fuere el estilo de vida del bailarín o la bailarina, tomar una clase de danza se convierte para los iniciados en un acto ritual: es transfigurarse, retar las leyes de la gravedad, buscar el elixir de la eterna juventud, inmolar la condición humana para liberar el espíritu, aunque puede llegar a ser para algunos un proceso doloroso, como lo cuenta Isadora Duncan, en su autobiografía, respecto a Anna Pávlova, a quien veía tomar su clase diaria:

Se diría que su cuerpo era de acero y elástico. Su hermoso rostro tenía los rasgos severos de una mártir. No se detenía ni un momento.

Toda la tendencia de su entrenamiento consistía, al parecer, en separar del alma los movimientos del cuerpo. El alma, por el contrario, sólo padece cuando se le mantiene tan rigurosamente separada del cuerpo por una disciplina muscular de aquel género.

El espíritu libérrimo de Isadora nunca estuvo de acuerdo en el rigor académico destinado a "educar" el cuerpo. Pero otros creadores consideran que ello es una condición indispensable.

La coreógrafa Gloria Contreras opina que la técnica es para la danza algo tan esencial como la gramática y la sintaxis lo son para la lengua: "Para escribir hay un lenguaje que debe conocerse, saber su ortografía y gramática. No se puede escribir un poema o una novela si no se tiene un conocimiento del lenguaje."

Por su parte, la coreógrafa y maestra de danza contemporánea Rossana Filomarino tampoco considera que la técnica sea un lastre: "Yo creo más bien que es un elemento esencial. Cuanto mejor preparado esté uno técnicamente, más posibilidades creativas tendrá."

Filomarino considera que el perfeccionamiento técnico debería ser una tarea fundamental y permanente para quien se dedica de lleno a la danza.

* * *

De todas las artes, la danza es la única en donde el creador no puede prescindir del cuerpo humano como esencia, pese



a algunas búsquedas de coreógrafos como Loie Fuller, Oskar Schemmer, Leonide Massine (en *Parade*) y Alwin Niko-lais. Aun más: el acto mismo de crear una danza deviene un acto orgánico. Asegura Contreras que “el coreógrafo debe conocer varios lenguajes del movimiento perfectamente, al grado de que sean parte de su manera de pensar y de expresarse”. Uno —agrega la directora del Taller Coreográfico de la UNAM— no tiene que hacer ningún esfuerzo para construir una respuesta en español ante alguna proposición. “Igual es con la danza. El coreógrafo debe dominar los lenguajes dancísticos como si fueran parte de su yo, sus ojos y su saliva.”

Pero, como advierte Filomarino, “hay que tomar la técnica como lo que es: la base, el instrumento, para ir más allá de la proposición estética de cualquier técnica”.

Toda técnica, apunta Rossana, nace de una necesidad creadora y después se codifica. No hay que confundir lo que se ha logrado objetivamente para el avance muscular con lo que fue —porque casi siempre fue— la finalidad artística que hizo nacer esa técnica.

Ése es el error básico por el cual se condena a la técnica Graham (y puede ser también el caso de la técnica clásica) y a los que la practican. Una cosa son las obras de Martha o las de Guillermina Bravo, su estética personal o la de un grupo, y otra cosa es el trabajo con el cual ellas hacen su obra coreográfica.

Para Emilio y Anita, el aprendizaje de la danza popular urbana no sólo se centró en coordinar los movimientos

correctos en el tiempo adecuado del ritmo y de las pausas, y en lograr el oportuno ataque del desplazamiento; fue también aprender una postura, una actitud, cuándo cruzar furtivamente una mirada o esbozar levemente una sonrisa. Fue aprender el lenguaje casi imperceptible de abanicos y pañuelos. También constituyó el vislumbramiento de una microsociedad jerarquizada de modo perfecto en donde sólo los virtuosos tienen “derecho” de estar cerca de la orquesta.

Pero dentro de sus cuerpos también sintieron los efectos: una mejor circulación sanguínea, una presión arterial notoriamente menos alta, una postura más adecuada, una bienvenida pérdida de sobrepeso. Por todo ello, cada vez más geriatras introducen una leve actividad dancística en personas mayores.

Un proceso de construcción muscular, una vía para liberar el espíritu del cuerpo con el fin de que pueda transformarse en el escenario. El entrenamiento corporal es algo que permanece en el cuerpo de los bailarines como una necesidad, aun después de retirarse como intérpretes en activo.

María y Juan han escuchado que es casi como una adicción. Incluso han escuchado teorías que aseguran que el cuerpo, al ejercitarse, segrega sustancias para experimentar bienestar, incluso luego de las molestias musculares provocadas por el ácido láctico (agente causante de los dolores posteriores a una sesión intensiva de ejercicio).

Sin embargo, ambos no dejan de maravillarse al haber visto que Alicia Alonso y Guillermina Bravo continúan tomando su clase diaria con el rigor y el entusiasmo de su juventud.

Juan en particular recuerda cuando, agazapado en un rincón del antiguo estudio del Ballet Nacional, en el centro de la Ciudad de México, vio una clase que Tim Wengerd impartía a la compañía. Bailarines como Victoria Camero, Antonia Quiroz, Jaime Blanc y Miguel Ángel Añorve, entonces refulgentes primerísimas figuras en el esplendor de sus carreras, no pudieron finalizar correctamente una secuencia de particular dificultad. La Bravo, ubicada en una esquina de la última fila (destinada por lo común a los miembros más jóvenes e inexpertos), concluyó de manera impecable la secuencia. Fue entonces cuando Juan comprendió que la danza no sólo demandaba cuerpos jóvenes, en la plenitud de su belleza y fortaleza, sino que también, al paso de los años, podría brindar sabiduría. ♦