

SEGUNDA PARTE

LOS COMPONENTES DEL MOVIMIENTO EXPRESIVO

Tomás Motos

La Expresión Corporal es una búsqueda de creatividad que toma el gesto como lenguaje y tiene por finalidad, al margen de toda preocupación utilitaria, el acceso del hombre a un estado de mayor bienestar y su iniciación a la comunicación con los demás.

En la Expresión Corporal no hay enseñanza: no puede haber más que un descubrimiento personal de la propia creatividad y de sus propios límites.

(André Bará, La Expresión por el cuerpo)

COMPONENTES

Es necesario detenerse a concretar cuál es el contenido epistemológico de la E.C. para planificar su enseñanza y aprendizaje de una manera variada, continuada y progresiva. Pues, si se parte de una percepción estructurada de conjunto de los elementos que constituyen el movimiento expresivo humano se puede llegar a determinar el contenido de la E.C.

Diferentes autores han tratado sobre el movimiento, añadiéndole más o menos dosis de expresividad (*Laban, 1975 y 1987; Lord y Bruneau, 1983; Stokoe, 1967 y 1987; Motos 1996; Mateu, 1998*).

Para nosotros, el contenido de la Expresión Corporal viene determinado por la estructura del movimiento humano. La E.C. es la expresión de pensamientos, sentimientos, sensaciones o emociones a través del movimiento, con intencionalidad comunicativa en un contexto determinado. La E.C. es el espacio de las 5c, que podemos sintetizar en la fórmula siguiente:

$$\text{E.C.} = \frac{\left. \begin{array}{l} \text{cuerpo} \\ \text{corazón} \\ \text{cerebro} \end{array} \right\} \text{creatividad}}{\text{cultura}}$$

La estructura del contenido que se presenta aquí está fuertemente influenciada por los trabajos de Laban (*1975 y 1987*) y los de Lord y Bruneau (*1983*) sobre la danza, que nosotros hemos adaptado a la Expresión Corporal.

La teoría de Laban puede resumirse en los siguientes términos: el movimiento humano expresivo implica al propio ser humano (el cuerpo en su totalidad, varias partes o una sola), que se desplaza en un espacio (próximo o general), durante un periodo de tiempo (estructurado a partir de duraciones o de pulsaciones), utilizando una cierta cantidad de energía, y de una determinada manera.

De esta exposición se deducen los elementos básicos, los cinco componentes de movimiento: cuerpo, espacio, energía, tiempo, interrelación.

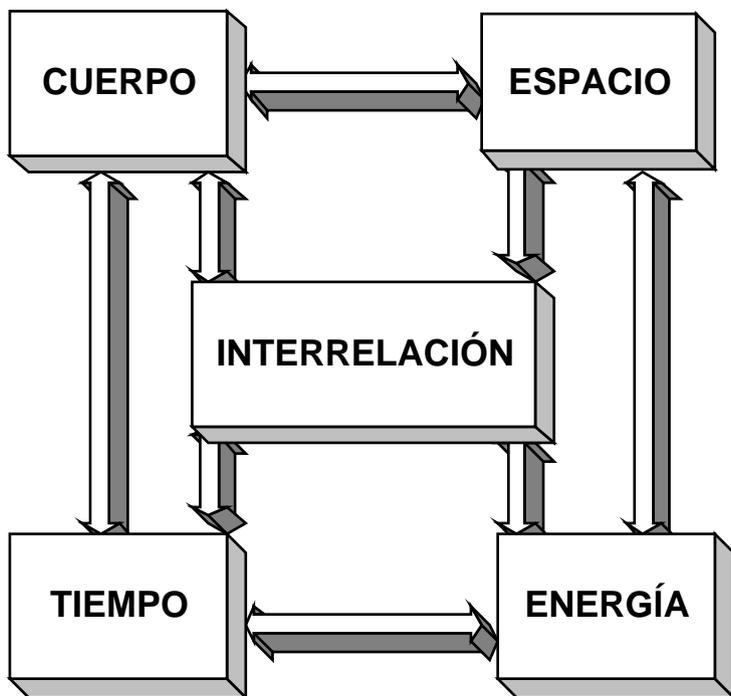


Gráfico 6

Cada uno de los cuatro primeros elementos se relaciona con los otros. De aquí nacen una serie de conexiones que constituyen el quinto: la interrelación. Por otra parte, el cuerpo que se desplaza en un determinado espacio, durante un determinado tiempo y con una determinada energía puede encontrar otros cuerpos y también objetos con los que interactúa. Cada uno de estos cinco elementos básicos a su vez está constituido por unos subcomponentes.

Cuando se habla de movimiento en E.C. hay que dejar bien sentado que es un concepto complejo en el que se implican varias dimensiones. A saber:

- una realidad física: las múltiples maneras de ejecutar un movimiento,
- una realidad afectiva: las sensaciones kinestésicas y las imágenes que dicho movimiento provocan,
- una realidad cognitiva: los principios implicados en su reacción, variación y ejecución.



Por ejemplo, en el hecho de saltar, tenemos la acción física de realizar este movimiento, bien sea solo o combinado con otras acciones; la toma de conciencia de las diferentes sensaciones que provocan los distintos saltos; y la comprensión de las diferentes maneras de utilizar el cuerpo para variar el salto (¿de qué otra manera podría saltar?).

Lord y Bruneau (1983) representan gráficamente los elementos del movimiento mediante un tetraedro regular, en el que cada una de sus cuatro caras corresponde a uno de los componentes: cuerpo, espacio, tiempo, energía. El quinto, la interrelación, viene determinado por las diversas relaciones que se establecen entre cada pareja de componentes.

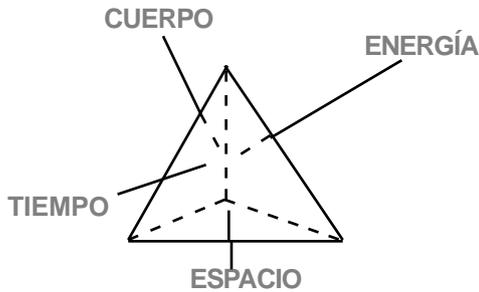


Gráfico 7

A continuación presentamos cada uno de estos elementos desarrollados. La información que sigue ha sido tomada básicamente de Lord y Bruneau (1983) y adaptada por nosotros a la Expresión Corporal.

