



La expresión corporal como oportunidad

Laura Rodríguez Bordoy | Maestra. Egresada del Curso de Formación en Expresión Corporal (Instituto Norma Quijano).
Formadora de Expresión Corporal del IFS.

Este artículo pretende acercarnos a la idea de construcción de la corporeidad, dar cuenta de qué elementos están implicados en ella, la relevancia de los “otros”, del momento histórico, de las prácticas educativas. Y también plantear, desde la expresión corporal, una oportunidad de encuentro y de transformación de la corporeidad construida.

«El ser humano es un ser corporal que se manifiesta en forma concreta con todo lo que él es, desde que nace hasta que muere, se expresa, yo diría a pesar de él, con la totalidad de su cuerpo, sea en movimiento o en la quietud, en la vigilia o en el sueño, en el silencio o acompañado por algún sonido...» (Stokoe, 1987:33)

En cada cuerpo coexisten muchos cuerpos: físico, social, imaginario, real, racional, cultural, emocional, afectivo. Somos sujetos situados, afectados por su contexto sociohistórico y cultural, atravesados por nuestras historias, encuentros, experiencias, vínculos. Es desde que nacemos y en ese entramado que vamos construyendo nuestra corporeidad, conformando nuestro ser a lo largo de toda la vida.

La Expresión Corporal (en adelante: EC) es una disciplina –con sus objetivos, contenidos y métodos de trabajo– que busca fomentar el encuentro de cada sujeto consigo mismo y con los demás. Este encuentro nos permite tomar conciencia de nuestra corporeidad, ampliar nuestras posibilidades de creatividad, expresión y comunicación, a la vez que nos da la oportunidad de transformarnos y transformar nuestro entorno.

Al encuentro con uno mismo

*«Espejo, espejito
Yo no quiero saber quién es más bella.
Sólo dime tres cosas
espejito:
quién soy
quién fui
quién seré.»
(Calvo, 2008)*

Es extraño que los seres humanos tengamos que ir al encuentro con nuestro cuerpo y nuestro ser si tomamos en cuenta que desde que nacemos es desde nuestro cuerpo que nos relacionamos, aprendemos y nos apropiamos del mundo. El cuerpo, como plantea Pain (1985), forma parte de la mayoría de los aprendizajes no solo como enseñanza, sino como instrumento de apropiación de conocimiento. Es en el intercambio con el mundo que vamos incorporando conocimientos, herramientas, estrategias y construyendo nuestra corporeidad. Esta construcción inacabada, continua, necesita de los otros para lograrla.

«No es que el niño/a descubre algo que ya está dado, sino que el cuerpo es una construcción, sobre la vida orgánica, de diversas manifestaciones corporales, como lo son la mirada, la escucha, el contacto, la gestualidad expresiva, el rostro y sus semblantes, la voz, las praxias, la actitud postural, los sabores, la conciencia del dolor y

del placer, etc. De esta manera, el cuerpo es en sus manifestaciones. No sería posible descubrir algo que no está “dispuesto” a dejarse ver en su funcionamiento, porque su construcción se da necesariamente en la relación con los otros que nos anteceden.» (Calmels, 2014:12)

Se entiende que esta construcción se da en una familia que, a su vez, forma parte de una comunidad en un momento histórico determinado. De esta forma, el cuerpo tendrá una identidad familiar y colectiva con quienes compartirá características culturales.

«El niño crece en una familia de distintas categorías sociales y que ocupa una posición propia en el juego de variaciones que caracterizan la relación con el mundo de la comunidad en la que está inserta. Los hechos y gestos del niño están rodeados por este ethos que provoca las formas de su sensibilidad, de sus movimientos comunicativos, de sus actividades perceptivas y, de este modo, dibuja el estilo de su relación con el mundo.» (Le Breton, 2008:8-9)

En cada cuerpo está la historia personal, familiar y colectiva. Espacio de recepción, reproducción y transformación.

La construcción de la corporeidad en la sociedad occidental

Mucho se ha escrito y reflexionado acerca de la construcción de la corporeidad en la sociedad occidental. Desde la modernidad, con el clásico pensamiento de Descartes: «pienso, luego existo», la sociedad occidental ha generado una construcción dualista que separa la mente del cuerpo y le da un lugar preponderante a la primera.

«La concepción moderna del cuerpo implica que el hombre sea separado del cosmos (ya no es el macrocosmos el que explica la carne, sino una anatomía y una fisiología que sólo existe en el cuerpo), de los otros (pasaje de una sociedad de tipo comunitaria a una sociedad de tipo individualista en la que el cuerpo es la frontera de la persona) y, finalmente, de sí mismo (el cuerpo está planteado como algo diferente de él).» (Le Breton, 2008:28)

La sociedad se ha construido su historia corporal dentro de esta concepción dual, a lo que se le puede agregar la cultura patriarcal adultocéntrica y hegemónica que ha promovido corporeidades inhibidas, desconectadas y desiguales. Hoy vivimos en una sociedad posmoderna donde prima el consumo, la incertidumbre y todo se valora según el mercado. Calmels (2013) invita a reflexionar sobre ello, ya que analiza los cambios que se han dado en la vida corporal y encuentra que hay un desplazamiento de las acciones: del cuidado al control, del acordar al consentir, de la reflexión al reflejo, del objeto compartido al objeto de uso personal, de lo escuchable a lo audible, de lo mirable a lo visible, del sabor al gusto, de la actitud postural a la postura, del rostro a la cara, del contacto al tacto.

El cuerpo en la educación

A lo largo de la historia, lo que sucede en la sociedad ha permeado la educación, por tanto las prácticas educativas responden a una forma de ver y de tratar el cuerpo.

En la historia de la educación se han sucedido distintas teorías pedagógicas que se hacen visibles en determinadas prácticas educativas en torno al cuerpo. La mayoría de ellas tienen en común el énfasis que ponen con relación a la educación del cuerpo, su disciplina, el control y la diferenciación según el sexo, generando una construcción desigual de la corporeidad masculina y de la femenina.

«La experimentación artística, política, filosófica y amorosa que tuvo lugar de variadas formas en el siglo XX puso en jaque, quizá por primera vez de un modo realmente serio, aquella escisión tan antigua como la metafísica clásica que la sostuvo (...) Y quizá por primera vez, los cuerpos negados de la historia reconocieron masivamente la fuerza de su propia pensar y desataron intensidades de cuyos efectos somos todavía herederos directos.» (Scharagrodsky, 2007:7)

Y, sin duda, algunas prácticas fueron variando, y se han flexibilizado muchas prácticas de control y de disciplina de los cuerpos. Aun así no hemos logrado integrar lo que significa esta etapa para la construcción de la corporeidad y todo lo que está en juego cotidianamente. Los docentes que trabajamos en ellas repetimos, parafraseando a Pichon-Rivière (1986), nuestras “matrices de aprendizaje” con relación al cuerpo. Y el cuerpo permanece escondido detrás de la túnica, sujetado al mobiliario escolar, en fila. Cuerpos que en muchas ocasiones solamente están habilitados a correr y a moverse si están en clase de educación física. Cuerpos que continúan repitiendo y reproduciendo estereotipos de género.

Apuesta a la construcción de una nueva corporeidad desde la expresión corporal

«Se nos impone hoy el desafío de contrarrestar los efectos mortíferos de la crueldad, del aceleramiento, de la indiferencia (...) contrarrestar los efectos de la descorporeización.»

Calmels (2013:11)

Kesselman (2005) invita a reformular la clásica dicotomía mente-cuerpo o cuerpo-palabra. La autora refiere a la «multiplicidad de sensaciones». La persona es su cuerpo, pero también su mente y sus vínculos, es lo que hace, siente y piensa.

Es por ello que la presencia de la expresión corporal como disciplina artística en la escuela es muy importante. Es, como lo plantea el programa escolar vigente, el «derecho que todo individuo tiene de expresarse con su propio cuerpo y reflexionar sobre la valoración social del mismo» (ANEP. CEP, 2009:73).

La EC propone un encuentro con el arte desde una vivencia subjetiva. Acordamos con Stokoe (1987) en que la EC como disciplina artística desarrolla nuestra sensibilidad, percepción, el sentido estético, la imaginación, la fantasía, la creatividad, la comunicación y la capacidad de emocionarse.

La EC es una disciplina vivencial que nos habilita a ser en forma integral. Cada experiencia es intrínsecamente enriquecedora y, a la vez, nos permite ampliar nuestras posibilidades de aprendizaje. Nos invita a explorar y probar distintas posibilidades, nos muestra que no hay un único camino para resolver una situación, permitiéndonos desarrollar así un pensamiento divergente.

«El cuerpo a través de los sentidos adquiere un potencial de conocimiento, y la sensación se convierte así en la posibilidad de aprendizaje que el hombre tiene desde su propio cuerpo.» (Kesselman, 2005)

En esta misma línea...

«...el cuerpo es el principal generador de la emoción que movilizará después la representación gráfica y plástica, la expresión oral y escrita, la conciencia del movimiento en la danza, la producción y percepción de sonidos (o cuerpo sonoro), la omnipotencia de transformar espacios y objetos en las instalaciones o espacios de juego, etc. Pero también la empatía, la mirada, el goce estético, la esperanza y el bienestar son acciones vivenciales que se experimentan desde esa totalidad biológica, emocional, psíquica y social que reconoce la importancia de una cultura corporal como portadora de valores y conocimiento.» (Abad Molina, 2014:71)

Es por esta razón que quienes participan en propuestas de expresión corporal tienen la oportunidad de conocer, descubrir e investigar a partir del encuentro con cada uno, con el entorno y con los demás. En cada encuentro son los otros quienes permiten reconocerse y, a su vez, encontrar herramientas de transformación. En estos intercambios, lo grupal se potencia y se consolida, porque es la vivencia desde el cuerpo la que nos une, nos da la oportunidad de conocernos desde otros lugares y abrirnos a la posibilidad de transformarnos.

Todas las experiencias que tenemos desde que nacemos están aportando a la construcción de nuestra corporeidad. Somos cuerpo y estamos actualizando nuestra relación con él toda la vida. Por tanto, la EC es una oportunidad para que quien participe reflexione sobre su propia corporeidad, se conecte con su cuerpo y sea más consciente de él, apostando a sujetos más integrados, empáticos, libres. 

Referencias bibliográficas

ABAD MOLINA, Javier (2014): "El lenguaje corporal: simbología de las acciones en los espacios de juego" en P. Sarlé, E. Ivaldi, L. Hernández (coords.): *Arte, educación y primera infancia: sentidos y experiencias*, pp. 67-85. Madrid: OEI. Metas Educativas 2012. Serie Infancia. En línea: <http://www.oei.es/publicaciones/LibroMetasInfantil.pdf>

ANEP. CEP. República Oriental del Uruguay (2009): *Programa de Educación Inicial y Primaria. Año 2008*. En línea (Tercera edición, año 2013): http://www.ceip.edu.uy/documentos/normativa/programaescolar/ProgramaEscolar_14-6.pdf

CALMELS, Daniel (2009): *Infancias del cuerpo*. Buenos Aires: Ed. Puerto Creativo.

CALMELS, Daniel (2013): *Fugas. El fin del cuerpo en los comienzos del milenio*. Buenos Aires. Ed. Biblos.

CALMELS, Daniel (2014): *El cuerpo cuenta. La presencia del cuerpo en las versificaciones, narrativas y lecturas de crianza*. Rosario: Homo Sapiens Ediciones.

CALVO, Mercedes (2008): *Los espejos de Anaclara* (Poemario). Premio Hispanoamericano de Poesía para Niños, Fundación para las Letras Mexicanas. México: Fondo de Cultura Económica.

KALMAR, Deborah (2005): *Qué es la Expresión Corporal. A partir de la corriente de trabajo creada por Patricia Stokoe*. Buenos Aires: Lumen. Colección Cuerpo, Arte y Salud. Serie Azul.

KESSELMAN, Susana (2005): *El pensamiento corporal. De la inteligencia emocional a la inteligencia sensorial*. Buenos Aires: Lumen. Colección Cuerpo, Arte y Salud. Serie Roja.

LE BRETON, David (2008): *La sociología del cuerpo*. Buenos Aires: Ed. Nueva Visión.

PAÍN, Sara (1985): *La génesis del inconsciente. La función de la ignorancia II*. Buenos Aires: Ed. Nueva Visión.

PICHON-RIVIÈRE, Enrique (1986): *Teoría del vínculo*. Selección y revisión: Fernando Taragano. Buenos Aires: Ed. Nueva Visión.

SCHARAGRODSKY, Pablo (2007): "El cuerpo en la escuela" en *Explora. Las ciencias en el mundo contemporáneo*. Buenos Aires: Ministerio de Educación, Ciencia y Tecnología. En línea: <http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/libros/pm.869/pm.869.pdf>

SOTO, Claudia; VIOLANTE, Rosa (comps.) (2016): *Experiencias estéticas en los primeros años. Reflexiones y propuestas de enseñanza*. Buenos Aires: Ed. Paidós.

STOKOE, Patricia (1987): *Expresión corporal. Arte, salud y educación*. Buenos Aires: Ed. Humanitas.