

**EL CUERPO DEL BALLE: ENTRE LÍNEAS PERFECTAS Y CORPOREIDADES
INACABADAS**

**TESIS DE SOCIOLOGÍA
REQUISITO PARCIAL PARA OPTAR POR EL TÍTULO DE SOCIÓLOGA**

PRESENTADA POR: LINA MARÍA ASPRILLA RÍOS

DIRECTOR: RICARDO BARRERO TAPIAS



**PONTIFICIA UNIVERSIDAD JAVERIANA
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
CARRERA DE SOCIOLOGÍA
BOGOTÁ D.C.
JULIO 2016**

“Intenté pulir las facetas y los vértices de un diamante: la danza, para que, lejos de
tabúes y prejuicios, veas su luz.”
Solange Lebourges

AGRADECIMIENTOS

A mis Padres, por su apoyo incondicional, cariño inigualable y paciencia infinita durante estos años de estudios.

A Ricardo Barrero, porque la libertad no es hacer lo que se quiere, sino lo que se debe.

A Samuel Vanegas por sus enseñanzas, cercanía y acompañamiento.

A mi maestra de danza, Ángela Franco, por ser maestra de vida, por los consejos, la serenidad, las palabras precisas y la constancia. A Casa Danza y las lindas bailarinas, que nunca acabe la pasión por el ballet.

A mi familia y amigos, este es el resultado de las múltiples conversaciones que con todos compartí.

TABLA DE CONTENIDO

	Página
1. Introducción.....	1
2. Cuerpos en movimiento.....	7
3. Casa Danza: Entre barras y zapatillas.....	18
4. Espejito, Espejito.....	30
5. Soy Ballerina.....	38
Reflexiones finales ¿Uno o varios cuerpos?.....	45
BIBLIOGRAFÍA.....	49

INTRODUCCIÓN

La corporeidad está estrechamente vinculada a todas las acciones de la vida cotidiana, está moldeada por el contexto social y debido a su forma tangible, es el medio que permite al individuo relacionarse con el mundo. La preocupación social por el cuerpo de acuerdo con el planteamiento propuesto por David Le Breton (2006), inició a finales de los años 60 con la crítica y la crisis de la condición corporal de los individuos y el surgimiento del feminismo, la revolución sexual, entre otras circunstancias que permitieron cuestionar el imaginario construido del cuerpo.

En la tradición sociológica, la visión sobre el cuerpo se puede rastrear por etapas: en un primer momento bajo el nombre de sociología implícita, se hace referencia a la concepción en donde el cuerpo no se reduce en aspectos biológicos y por el contrario, se caracteriza por ser moldeado a través de la interacción social, con lo cual, el análisis se centró en estudiar el cuerpo de forma secundaria a partir de su condición en el trabajo. Paralelamente, por el lado de la antropología física surgió la perspectiva en la cual el hombre como tal es producto de su cuerpo físico, de su morfología y el florecimiento de las nociones de superioridad e inferioridad y la existencia de razas respondieron a esta visión.

En un segundo momento, entrado ya el siglo XX y formando parte de la sociología detallista en la cual, según Le Breton, “proporciona sólidos de análisis sobre el cuerpo pero no logra unirlos de manera sistemática” (2002, p. 15), el planteamiento se centró en analizar al hombre como producto de sí mismo, con lo cual como sujeto, él mismo construye las cualidades y condiciones de su cuerpo, situación que favoreció la relegación del aspecto fisiológico a un segundo plano.

El tercer momento de acuerdo con el autor, está vinculado al proceso de constitución de una sociología del cuerpo en donde la complejidad y ambigüedad del objeto estudiado, el cuerpo, genera problemas en su conceptualización debido a la necesidad de incluir todas las dimensiones que lo constituyen: biológica, social, económica, cultural, simbólica, para poder construir una perspectiva sobre el mismo.

En esa línea, retomando a Brian Turner (1994) la pregunta por el cuerpo brotó en la tensión presente entre las nociones de naturaleza y cultura desde el siglo XIX especialmente en la antropología, para brindar una posible solución al relativismo social de la época, en el que el cuerpo ejerció la función de ser un sistema clasificatorio. En cambio, la mirada sociológica sobre el cuerpo surgió a raíz de las consecuencias del post industrialismo, situación que facilitó la reducción de la ética del trabajo y el énfasis sobre la cultura del ocio, el consumo, el cambio del status del cuerpo, la transición demográfica y los avances en materia científica que llevaron a cuestionar el lugar y las funciones que el cuerpo ocupaba en la sociedad industrial y capitalista.

Por otro lado, la consolidación de la danza que nace como una práctica corporal, social y cultural ha permitido orientar estudios sobre la producción de tejidos culturales, construcción de identidades y además, la posición que ésta práctica continúa desempeñando en las sociedades contemporáneas. La danza como arte efímero y el cuerpo escénico como el único rastro que queda de ella, posibilita entrever la problemática caracterización del cuerpo de la danza como objeto de estudio, dado que, además de su condición biológica, cultural y social, el cuerpo también se encuentra fuertemente regulado por las condiciones específicas de la propia disciplina.

Teniendo en cuenta estos aspectos, el interés central de la investigación está encaminado en responder: ¿Cómo se construye el cuerpo clásico de ballet? Análisis corporal de las bailarinas de Casa Danza, escuela de ballet en Bogotá. De modo que el enfoque se encuentra en reconocer y comprender sociológicamente la producción del cuerpo del ballet clásico a través del proceso de aprendizaje y formación que también ha facilitado la constitución de un autocontrol emocional y corporal en las bailarinas clásicas.

Así, preguntarse por el *cómo* de la construcción del cuerpo está orientado, en describir y analizar los diversos elementos que confluyen en la composición y conformación del cuerpo de las bailarinas en esta escuela. Desde esta perspectiva,

la interpretación corporal pasa por abarcar analítica y conceptualmente la construcción del cuerpo en términos físicos frente al equipamiento biológico y también, desde cimientos artísticos para elaborar una visión más integradora de la experiencia dancística y del proceso de aprendizaje que lleven a una consolidación de un tipo específico de cuerpo del ballet. De esa manera, si bien se entiende que la conformación biológica del cuerpo en ciertos aspectos puede ser modificada con el fin de mejorar en determinadas habilidades dancísticas, la pretensión del estudio no es agotarse en esta variable, sino ser usada como un factor que posibilita y facilita la práctica del ballet.

El cuerpo de las bailarinas clásicas se caracteriza por los fuertes e intensos entrenamientos que han derivado en un importante control y disciplinamiento corporal en función de definir y establecer patrones únicos de movimientos, espacios y formas corporales que han llevado a lo que Ana Sabrina Mora (2011) denomina una racionalización minuciosa del cuerpo. Así, el eje central del estudio se encuentra en el proceso de formación dancístico en donde se lleva a cabo una interiorización corporal y cognitiva de los principios y la técnica del ballet clásico impartido por la escuela, mediante un aprendizaje de tipo teórico y práctico, el cual no se reduce a la esfera institucional sino que también evalúa el entorno de pares y el individual dentro y fuera del salón de danza.

Respecto a este eje central, un factor destacable es la orientación en registrar que la construcción de este tipo de cuerpo nunca ha sido de manera aislada: la danza, como lo afirma Mora, es producto y productora de un contexto socio-histórico y cultural determinado y por lo tanto, este cuerpo no lo crea exclusivamente el bailarín, es producto de todo un proceso de formación individual y colectiva.

En ese sentido, esta investigación presenta como reto analítico y metodológico interrogar, dotar de sentido y habitar el cuerpo dancístico desde una mirada que le apuesta a que éste sea explorado como punto de partida, herramienta de análisis y punto de llegada. Plantear este reto, supuso encaminarse hacia los estudios realizados por Rubiela Arboleda (2009), quien ha realizado interesantes avances

en esta línea y planteó pensar el cuerpo como método de estudio y no como objeto por estudiar, en donde afirma que:

El cuerpo ha estado marcado por una inevitabilidad biológica, pero hay algo más, no tangible, no medible y esto ha hecho que el cuerpo no sea comprensible de manera unidimensional. El cuerpo desborda toda idea de completud, de exactitud, de precisión y es, a su vez, producto y productor organizacional; estas condiciones, multidimensional y organizacional, lo han hecho salirse de los patrones metodológicos planos y consolidarse como una mediación inexplorada para la interpretación de la cultura, desde las dimensiones que lo integran, del dualismo cartesiano materia/espíritu, objeto/sujeto a una integración cuerpo/corporeidad, sujeto/sujeto. (Arboleda, 2009, p. 20)

Desde esta visión, el acercamiento al problema de investigación estuvo enfocado en plantear un diálogo interdisciplinar entre diversas ramas de estudio en donde se encuentra la sociología, la antropología, la historia y estudios propiamente artísticos sobre la danza y el ballet, de modo que el interés se situó en un primer nivel en un tema de origen personal y cotidiano y posteriormente se trasladó hacia un enfoque más específico y académico, que por un lado, respondió a la falta de estudios propiamente del campo de la sociología de la danza, incentivando la necesidad de disminuir las brechas de la relación entre estas disciplinas y contribuir a la consolidación de un campo académico con mayor reconocimiento. Por otro lado, estuvo vinculado a intereses ligados en la experiencia de la investigadora dentro del campo del ballet, en el cual, la pregunta por la construcción del cuerpo pasó por el interrogante de superar una de las dicotomías sociológicas más fuertes desde su aparición: la estructura y la acción, que para este caso, se comprendería bajo la constitución de un determinado tipo de cuerpo desde un régimen institucional y la disciplina individual.

En función de estos intereses, el modo de trabajo se realizó alternando diversas etapas en el proceso: en primer lugar, la recopilación de información en textos académicos, en segundo lugar, se realizó un compendio de información propia de la escuela de ballet que incluía reglamentos, manuales de convivencia, fotografías, videos, entre otros elementos que dieran cuenta de la propuesta institucional y finalmente el trabajo constante en campo que permitió la recopilación de información de primera mano a través de entrevistas, etnografías y vivencias propias de la investigadora registradas en el diario de campo y herramientas como siluetas corporales.

De acuerdo a lo planteado con anterioridad, este documento abordará en la primera parte el contexto histórico y el pensamiento social del siglo XVIII que permitieron por un lado, la construcción de un tipo de cuerpo humano propio de la época y por otro, el surgimiento del ballet como danza de las cortes. Posteriormente se realizará una breve explicación de las instituciones colombianas reconocidas en la práctica del ballet, las líneas artísticas y métodos de formación en los que se inscribe la enseñanza actual de esta disciplina.

En el segundo capítulo, se abordará desde una visión totalmente institucional, el caso de la escuela de ballet Casa Danza: sus inicios, misión, la concepción de ballet que poseen e inculcan, la visión de cuerpo a la que apuntan, la metodología de enseñanza, los objetivos y fines de ese tipo de metodología, el proceso de formación a nivel teórico y práctico, la relación con las alumnas que asisten a la escuela y cómo todos estos factores han llevado a la consolidación institucional de uno o varios tipos de cuerpo propios del ballet en esta escuela.

En el tercer capítulo se analizará desde la esfera personal e individual la percepción propia del cuerpo y de lo que debería ser el cuerpo de una bailarina clásica a través de un elemento determinante en los salones de ballet: los espejos. En ese sentido, también se intentará responder, de acuerdo con las concepciones institucionales del tipo de cuerpo y las vivencias personales, si cualquier forma corporal está en las capacidades físicas y psicológicas de realizar la práctica del ballet y finalmente, se abordará la noción del autocontrol emocional y físico

construido desde el estricto proceso de formación, para comprender la fatiga, el dolor corporal y las lesiones que forman parte del día a día de las bailarinas clásicas.

El cuarto capítulo se dedicará exclusivamente a indagar y caracterizar el estilo de vida de una bailarina de ballet clásico a través del tipo de alimentación, los hábitos, los cuidados del cuerpo, los círculos sociales en los que se desempeñan, entre otros, que han implementado como correspondencia a su formación dancística en relación con el proceso dancístico institucional que llevan a cabo.

Para concluir, el capítulo final responde al interrogante de cómo se construye el cuerpo del ballet y si existe un sólo cuerpo para esta disciplina desde la visión de la escuela Casa Danza.

Capítulo 1. Cuerpos en movimiento

“Sin el cuerpo, que le proporciona un rostro, el hombre no existiría. Vivir consiste en reducir continuamente el mundo al cuerpo, a través de lo simbólico que éste encarna. La existencia del hombre es corporal”.

David Le Breton, 2006.

1.1 El Cuerpo-máquina

Mi cuerpo, tu cuerpo, el cuerpo de los otros, materia, densidad, profundidad y sensaciones, porque el cuerpo nunca para de sentir.

“Un cuerpo no está vacío. Está lleno de otros cuerpos, pedazos, órganos, piezas, tejidos, rótulas, anillos, tubos, palancas y fuelles. También está lleno de sí mismo: es todo lo que es”. (Jean-Luc Nancy, 2007, p. 13)

La mirada *sobre y hacia* el cuerpo ha sido abordada desde diversas perspectivas, de la antigüedad hasta nuestros días cada sociedad perfiló de acuerdo a sus creencias y vivencias del mundo, una forma y unas representaciones sociales sobre el mismo: usos, componentes, condiciones y relaciones que dotaron al cuerpo de un sentido y valor específico. La concepción corporal ha variado significativamente, como lo presenta Le Breton, en ciertas sociedades tradicionales no existió una distinción clara entre cuerpo y persona debido a que en estas comunidades la materialidad del cuerpo no simbolizó una frontera respecto al mundo, la naturaleza y sus semejantes, sino que el cuerpo en palabras de este autor, “es el que empalma la energía comunitaria”. (2006, p. 25)

Los inicios del cuerpo moderno coincidieron con la aparición en la escala social de varios tipos nuevos de hombre, prototipos de lo que sería el individuo: por un lado, el comerciante, cuya ambición e intereses personales aventajaron el límite establecido y por el otro, la consolidación del artista, que debido a circunstancias políticas y económicas del lugar de origen se exilió, situación que le permitió desarrollar un sentimiento de pertenencia y de aspiraciones en el mundo cada vez más creciente.

Características corporales como el predominio de la boca abierta símbolo del mundo medieval y de su forma de relacionarse a través del habla, ceden el espacio para la predominancia de los ojos, y la nueva forma de expresión que trae consigo la conciencia sobre el rostro, como el modo más singular y la marca del individuo, constatable en los inicios del retrato individual a mediados del siglo XV en la pintura con tradición de representaciones religiosas.

En el camino de construcción del individuo, la primera ruptura que se generó con la mentalidad medieval fue la constitución del saber anatómico y la realización de las primeras disecciones oficiales a inicios del siglo XV que generaron una distinción importante entre la concepción de cuerpo y la persona humana; Andreas Vesalius, anatomista belga cuya obra *Sobre la estructura del cuerpo humano* (1543) significó, en el argumento de Le Breton (2006), el origen del dualismo contemporáneo dada la constitución del cuerpo como un objeto de estudio, inagotable en su realidad humana.

Esta circunstancia forjó la ruta para que en los siglos posteriores se difundiera la separación del hombre en varias esferas: consigo mismo a partir del dualismo cartesiano alma y cuerpo, con el mundo y con los otros, convirtiéndose el cuerpo en una forma de distinción y una barrera en el entrado mundo moderno. Desde esta separación de saberes, el cuerpo ha continuado ocupando los lugares centrales de estudio, por un lado con la visión en la cual el hombre *posee* el cuerpo y por otro, aquella en la que el hombre *es* de la misma materia que el cuerpo.

En ese sentido, durante el siglo XVII a la luz de los ideales principalmente de Copérnico, Galileo y Descartes, el ascenso y desarrollo del individualismo, el capitalismo y el perfeccionamiento técnico, el mundo pasó de la escolástica medieval a la filosofía mecanicista, un paso hacia la precisión universal y las nuevas nociones de medida carentes en siglos anteriores. Con estas nuevas formas de conocimiento, las percepciones sensoriales se relegaron al dominio de la racionalización y en adelante las matemáticas se convierten en la forma de

reglamentación del mundo construido en torno a la dominación de la naturaleza por parte del hombre.

Descartes brindará la fórmula del nuevo programa mecanicista en el cual no sólo el mundo será comprendido como una máquina compuesta por partes: el cuerpo, y las emociones también estarán sujetos a leyes objetivas de esta nueva visión.

Este autor pertenece a una época en la que el individuo empieza a sobresalir como una estructura vital de la vida social a raíz del exilio que vive en el contexto de Europa, en donde su traslado, las modificaciones sociales y las condiciones humanas mismas, permiten que regrese el enfoque, a través de una nueva perspectiva sobre la comprensión de la dimensión corporal humana. Con lo cual, el pensamiento, ampliación del planteamiento de Vesalio, deja entrever la sensibilidad de una época y la constitución dualista de la condición humana en donde:

El cuerpo es visto como un accesorio de la persona, se desliza hacia el registro del poseer, deja de ser indisociable de la presencia humana. La unidad de la persona se rompe y esta fractura designa al cuerpo como a una realidad accidental, indigna del pensamiento. El hombre de Descartes es un collage en el que conviven un alma que adquiere sentido al pensar y un cuerpo, o más bien una máquina corporal, reductible sólo a su extensión (Le Breton, 2006, p. 69).

La concepción racionalista y mecanicista de la modernidad también influyó ampliamente la práctica del ballet: ésta disciplina clásica se consolidó a partir de un uso instrumental del cuerpo, un solo cuerpo en el cual la simetría, la ingravidez de los movimientos y la búsqueda de un ideal de belleza y perfección permitieron que el cuerpo de este tipo de danza además se comprendiera como una máquina en función de determinadas leyes específicas; un cuerpo perfectamente ubicado en su eje, liviano, vertical, siempre abierto hacia el público, posición antinatural del mismo; un cuerpo, una compañía, una técnica, una coreografía, una puesta en escena, un vocabulario: todos ellos sin fallas en un espectáculo minuciosamente pensado y acabado.

1.2 El cuerpo de las técnicas

El cuerpo de la danza. La danza del cuerpo. Cuerpo y danza. Materia viva y materia efímera. ¿Qué es el cuerpo? ¿Qué es la danza?, me pregunto mientras observo el reflejo de los cuerpos de las bailarinas al compás de ocho tiempos en el gran espejo que compone el salón de ballet. El cuerpo son los huesos, los músculos, las vísceras, las articulaciones; pero también son las emociones, las sensaciones, los pensamientos y la danza, la danza es ese fluir corporal y espiritual, como el agua, irreductible en palabras.

La danza ha estado presente a lo largo de toda la historia de la humanidad como una forma de expresión cuyo vínculo social se ha transformado con el paso del tiempo: “bajo la forma más elemental en las culturas tradicionales y con carácter ritual, la función de la danza estuvo asociada en representar acontecimientos importantes de la vida cotidiana como el nacimiento, la muerte y la cosecha, entre otras formas” (Sanabria, 2014, p. 196).

En la actualidad, esta forma de expresión ha extendido sus espacios, adicional al carácter sagrado con el que surgió, esta práctica ha estado vinculada a diversos aspectos: por una parte orientada hacia el disfrute y goce de los cuerpos y por otra, encaminada hacia la consolidación de espacios propios para su realización, con lo cual, se han incrementado lugares de aprendizaje no formal y sobre todo, la enseñanza artística de la danza ha comenzado a formar parte de los programas ofrecidos por instituciones privadas y públicas de enseñanza superior.

En Colombia, de forma reconocida sólo existen dos instituciones de enseñanza formal del ballet clásico, el Instituto Colombiano de Ballet Clásico (INCOLBALLET) ubicado en el departamento del Valle y la Escuela Superior de Artes de Bogotá (ASAB). Incolballet es la única institución nacional que comprende una escuela de formación básica y media con especialidad en danza, de tal manera que:

La formación en ballet clásico debe adelantarse en un periodo de 8 años, iniciando en 4º de básica primaria para concluir en el grado 11º de educación media con una jornada diaria de estudio que supera las 9.5 horas. El estudio de la especialidad requiere un trabajo de mínimo 5 horas diarias, utilizando espacios técnicamente dotados, personal docente y pianistas con conocimiento y experiencia en el campo de estudio.

(Instituto Colombiano de Ballet, "Bachillerato Artístico de Ballet Clásico", 2007)

Para ingresar a esta institución, el rango pertinente de edad oscila entre los siete y nueve años, y respecto al proceso de selección, se realizan distintas pruebas de admisión en la que se destaca el examen físico que busca la elección de aspirantes con una figura corporal estética y descartar limitaciones ante la probable existencia de un alto índice de grasa corporal, sobrepeso o inmovilidad articular.

En relación con el proceso de vinculación a la ASAB, la enseñanza principal también de carácter formal obedece al programa profesional de artes danzarias con énfasis en danza clásica, allí, las pruebas de carácter físico y de valoración médica funcionan como elementos eliminatorios en donde miden condiciones físicas como el peso, la grasa, la flexibilidad y la resistencia que entre otras pruebas ayudarán a determinar si el aspirante es apto o no para el estudio profesional de la danza clásica. ("Arte Danzario - Universidad Distrital Francisco José de Caldas", 2016)

Este tipo de exigencias, condiciones y habilidades físicas que se requieren para el ingreso y la permanencia a un tipo de educación artística formal y no formal, encuentran sus bases en la consolidación de la danza académica. La procedencia del ballet clásico si bien tuvo sus inicios en las costumbres italianas, alcanzó su auge y éxito en el siglo XVII en las cortes francesas de Luis XIV, no fue hasta el siglo XVIII cuando se consolidó totalmente como un sistema de danza, caracterizado por la regulación matemática de todo movimiento y su oposición a la improvisación dancística.

Con la fundación de la Academia Real de la Música y la Danza en 1669, se sistematizó el estudio de esta práctica caracterizada esencialmente por la vigente denominación de todos los movimientos en francés, el establecimiento de las posturas en rotación hacia el público, la ordenación de los movimientos en exacta concordancia con el compás de la música, y la implementación de variaciones a partir de las cinco posiciones básicas de los pies en ballet.

El principio más importante y representativo de la danza académica es el de la ubicación del cuerpo *en dehors*, turn out o rotación externa que implica de acuerdo con Aline Nogueira que "(...) la pierna y el pie deben presentar su faz interna al espectador, es decir, que la pierna debe hacer una rotación de 90° grados hacia el exterior, en relación con la posición normal del cuerpo. La rotación del miembro inferior nace en la cadera y desciende hacia el suelo, terminando en los pies". (1999, p. 31)

Desde su conformación, el ballet ha sufrido importantes renovaciones que han estado en relación con la época en que se gestaron, una de las más destacadas sucedió durante el Romanticismo, debido a que la figura femenina comenzó a predominar en los escenarios, desplazando a la figura masculina distinguida hasta ese momento, al papel de *partenaire* o acompañante; también surgió la idea de la ingravidez y liviandad para las bailarinas por esta razón, la principal preocupación de este tipo de ballet fue el desarrollo de un nuevo concepto de la danza en zapatillas de punta y los tutús románticos en continuidad con la idea de elevación, y libertad.

En el ballet como línea de enseñanza, además se han desarrollado diversas escuelas internas y métodos que pese a que comparten los mismos principios técnicos ya nombrados, han permitido identificar en una obra, en un mismo personaje, con un montaje coreográfico similar si se trata de un bailarín ruso, cubano o inglés.

Respecto a las escuelas de ballet, Alicia Alonso (citada en Guelbet, 2012) reconocida bailarina, maestra y fundadora de la escuela cubana de ballet, señala:

Se trata de escuela en el sentido de una forma específica de bailar, una manera de usar la técnica, de expresarse técnicamente. Incluye además lo que algunos llaman estilo y también abarca una estética, un gusto determinado, y muchos factores más, entre ellos la existencia de varias generaciones, pertenecientes casi siempre a un mismo país, o formados en este.

Con lo cual, de acuerdo con el recuento que realiza Vladimir Guelbet (2012), a lo largo de la historia del ballet sobresalen y se identifican siete líneas artísticas y coreográficas que han construido desde la base académica y técnica, es decir, a partir del vocabulario y las formas de ejecución de los movimientos, elementos distintivos en cuanto a la metodología de enseñanza de los pasos, el orden, las combinaciones, la dinámica de la clase, etc. La consolidación de estas escuelas como un proceso complejo de larga duración, se ha dado en estrecha relación con la identidad cultural que representan.

Lo que une a todas las escuelas de ballet, es el vocabulario, idéntico o con ligeras diferencias, en todo el mundo. Los nombres de los pasos y de los movimientos fueron tomados de la Escuela Francesa. Ese vocabulario ha sido empleado por más de doscientos años como base de un adiestramiento ideal para lograr la fuerza muscular, la resistencia, la postura, la agilidad y la velocidad que el bailarín necesita y que hasta el momento ningún otro sistema ha podido igualar. (Guelbet, 2012)

Ampliamente dentro de las escuelas representativas de la danza académica encontramos:

- La Escuela Francesa nació formalmente con la fundación de la Real Academia de la Música y la Danza, lo cual permitió la institución y codificación del primer método de enseñanza del ballet, en el cual el francés se constituyó como el idioma oficial de este tipo de danza que tuvo sus

raíces en el *Ballet de cour*, primera muestra de la danza académica que estuvo enfocada en reflejar la vida cortesana cuyo creador fue el Rey Sol. Al perfeccionar y establecer un sistema riguroso sobre lo que debía ser la danza, el ballet francés se convirtió en la cuna y origen del mismo: esta escuela ha sido reconocida por la elegancia, delicadeza y fluidez en la ejecución de los movimientos, en donde sobresalen la gracia y la expresión escénica más que una técnica exquisita.

- La Escuela Italiana se consolidó a comienzos del siglo XIX con las bases del ballet francés. La técnica de esta escuela se caracteriza por ser fuerte y brillante, está basada especialmente en el método Cecchetti que corresponde a un programa estricto en el cual se trabaja de manera uniforme todas las partes del cuerpo de acuerdo con una serie de rutinas planificadas. Esta escuela es reconocida en particular porque “se centra en la rapidez de los pies, líneas limpias y transiciones suaves entre posiciones”. (Guelbet, 2012)
- La Escuela Danesa tiene sus antecedentes en 1775, fue creada y dirigida por el coreógrafo francés Antoine Bournonville quien preservó la esencia de la técnica clásica francesa. La base de su método estuvo enfocada en mantener la armonía entre el cuerpo y la música en donde se destaca la expresividad, presencia de una gracia natural, la elegancia, fuerza corporal y el sentido musical, elementos que permitieron el flujo ininterrumpido del movimiento.
- La Escuela Rusa se consolidó a partir de elementos de la técnica francesa e italiana fusionados con ámbitos propios de la cultura popular nacional como la expresión natural que dieron origen al estilo ruso reconocido especialmente por el método Vaganova: el programa completo, riguroso y más exhaustivo de enseñanza que:

Enfatiza la coordinación de brazos y piernas. Establece que todo lo que hace el estudiante o el artista está subordinado a las reglas y las leyes de la naturaleza. Vaganova realizó descubrimientos brillantes acerca de la posición del torso, espalda, hombros, cabeza, y la coordinación de todos los movimientos. A los estudiantes se les enseña la técnica precisa y detallada de cada paso, y una claridad instrumental en su actuación. A los artistas se les enseña a bailar con todo el cuerpo y no únicamente con sus piernas. (“Método Vaganova”, 2016),

- La Escuela Inglesa se conformó en la mitad del siglo XX como resultado de la unión del método francés, italiano y ruso que llevaron a la creación de un estilo único basado en la limpieza, correcta ejecución, precisión técnica de los movimientos y la pureza de las líneas. El método inglés se caracteriza por ser de progreso lento en el que se pulen las bases técnicas para avanzar a elementos más complejos, la forma de expresión dramática que representan es sobria y está lejana de exageraciones corporales.
- La Escuela Cubana se creó formalmente en 1950 gracias a Alicia Alonso, bailarina reconocida que a partir de su amplia experiencia en diversas escuelas, consolidó las bases de la escuela hispanoamericana más reconocida: con un enfoque multidisciplinar la estructura formativa está enfocada en la limpieza y calidad de los movimientos; el orden y la intensidad de los ejercicios ha variado respecto a la estructura tradicional de las clases, debido a la facilidad de lesión en los bailarines. Esta escuela construyó el método de enseñanza más adecuado de acuerdo con las particularidades y condiciones físicas del cuerpo latino, que también comprende las concepciones culturales sobre el cuerpo, la belleza y la estética.

- La Escuela Americana surgió a principios del siglo XX a partir de la articulación de elementos técnicos rusos, italianos e ingleses, cuyo reconocimiento se debe al método de entrenamiento Balanchine creado por el padre del ballet moderno, caracterizado por ser de naturaleza extrema sobre todo en la exigencia de las líneas corporales que “conlleva posiciones de brazos poco convencionales y exige bailarines flexibles y sumamente capaces físicamente”. (Guelbet, 2012)

El conocimiento de estas líneas de enseñanza técnica y artística resulta trascendental en la dirección de una escuela de ballet en tanto significa la elección y construcción de un tipo de metodología y una forma de entrenamiento acorde, por un lado con el tipo de cuerpo que se trabaje, las condiciones, posibilidades y límites físicos y por otro, con la finalidad y los objetivos del tipo de entrenamiento.

En Bogotá se han identificado aproximadamente entre 15 y 20 escuelas en donde el ballet se ha constituido como el eje de formación principal. Dado que se reconocieron lugares que imparten una forma de danza distinta como el folclor pero incluyen en su oferta académica y en su orientación elemental cursos de ballet, por la importancia técnica que la danza académica brinda respecto a la postura y limpieza corporal, escuelas como el Ballet Folclórico de Sonia Osorio y similares no fueron tenidos en cuenta en esta pequeña selección.

Un acercamiento superficial a las formas de enseñanza y líneas metodológicas de las escuelas deja ver que en su mayoría no optan por un método de entrenamiento totalmente puro, es decir, orientado exclusivamente hacia la enseñanza de un estilo artístico determinado. La escuela de ballet Ballarte, se ha posicionado como una institución clave en el desarrollo artístico en la capital porque además, es la única en la ciudad que cuenta con un programa de enseñanza avalado por la Secretaría de Educación de Bogotá, sus cursos están estructurados alrededor del método ruso Vaganova.

La importancia y relevancia del uso de este método es debido a las marcadas diferencias y a la renovación que estableció respecto del código académico

tradicional: la expresividad y el fuerte trabajo de la parte superior del cuerpo y de los brazos, pero sobre todo en relación con el prototipo de cuerpo que exige, líneas perfectas con un alto costo físico.

La escuela de tradición Ana Pavlova se consolidó en 1970 como la primera Compañía Profesional de Ballet que existió en Colombia. Con más de 53 años de trabajo cultural y artístico, se destaca como una de las más reconocidas en la ciudad, cuya metodología se ha nutrido de diversas líneas artísticas con el fin de formular nuevas propuestas coreográficas. (“Ballet Ana Pavlova, Escuela experimental de Bogotá”, 2016)

Con lo cual, una gran proporción de escuelas han orientado y construido un modo de enseñanza institucional que se ha valido de elementos de distintas escuelas para conformar una metodología que se encuentre en armonía, en este caso, con el cuerpo latino y los propósitos del entrenamiento. Con lo cual, surge la pregunta sobre la construcción del cuerpo latino en el proceso de formación en una escuela de ballet en Bogotá.

Sin embargo, lo que sí reconocen y comparten todas las líneas de formación sin importar la finalidad de la enseñanza es el bienestar que produce:

“Las rigideces se segmentan y se va ganando una flexibilidad que es lo que va a hacer que esa persona sea fuerte, porque esa flexibilidad le permitirá ser todo terreno en la vida. “En el espejo no hay nada que ver”: esas profesionales palabras de la profesora indican que hay que sentir el propio cuerpo a cada movimiento, no mirarse para moverse; sentir el propio cuerpo desde dentro, sin basarlo en la imagen externa, va a permitir rediseñar ese cuerpo, percibirlo, moverlo, controlarlo y moldearlo”. (Masot, 2013)

Capítulo 2. Casa Danza: entre barras y zapatillas

“¿Por qué Casa Danza?, Es una buena pregunta (...) cuando yo por lo menos me vine de Bucaramanga, de mi escuela un lugar donde yo me la pasaba casi la mitad de mi vida, o sea, yo salía del colegio iba directo a la escuela porque la ruta me dejaba allá (...) pues esa era mi casa al final (...) y llegar acá a Bogotá y encontrar una escuela en donde funcionara de la misma manera fue muy difícil, yo siempre he tenido en la mente que siempre quería que sucediera algo similar, que realmente encontraran como un espacio agradable en el que pudieran estar, que no fuera simplemente como, ‘si ven toma tu clase y luego fuera’, ¿sí?, respondió la directora.”
Franco Ángela. (2016, 04 de marzo), entrevistado por Asprilla, L., Bogotá.

Toco el timbre y Jeimmy, la persona encargada de servicios generales con una gran sonrisa en su pequeña cara color canela, como todos los días, abre la puerta y me saluda cordialmente. En las paredes del pasillo tan blancas como hojas de papel, sólo se ven pegatinas de siluetas de bailarinas, al fondo, un pequeño jardín y un poco más allá unas puertas de madera que suelen estar cerradas porque es horario de clases. A la izquierda entre el pasillo y antes de llegar al jardín se encuentran dos baños, la oficina de atención y la sala de espera, en donde resaltan la gran cantidad de cuadros de bailarinas profesionales y fotos de las bailarinas de la escuela en las funciones anuales que ha presentado; la decoración consta de diversas porcelanas alusivas a la danza clásica, zapatillas de punta de la directora y un muestrario de uno de los uniformes de la escuela. Junto al sillón de la sala de espera, se encuentra una repisa y una pequeña mesa de madera en donde descansan cuentos de ballet para niñas pequeñas, libros de fotografías de las funciones y revistas en inglés especializadas en danza clásica para los más grandes.

Al lado derecho del pasillo está ubicado el primer salón de ballet, tras unas puertas corredizas blancas, un lugar lleno de espejos y unas cuantas barras color rosa.

Antes de llegar al jardín se encuentra en un gran tablero de corcho información importante sobre las clases abiertas, el reglamento general, los horarios de clase por nivel, y eventos en la ciudad relacionados con esta práctica académica, luego, en el pequeño jardín, un árbol, enredaderas, unas cuantas mesas y al lado de una pared, en baldosas blancas el logo de la escuela: una zapatilla de ballet rosa.

Junto a esta insignia se encuentra la entrada al vestidor, cuarto de mediano tamaño compuesto de pequeños lockers abiertos, una larga silla y un espejo y tras cruzar otra puerta el salón principal, de forma rectangular, espejos y barras de madera adheridas a la blanca pared.

2.1 Proceso de formación institucional

Casa Danza es una escuela femenina de danza clásica ubicada en el Noroccidente de la capital, surgió como un proyecto personal de la Historiadora y bailarina clásica bumanguesa, Ángela María Franco.

La consolidación de la escuela fue tardía y con un proceso lento que dejó para el primer año un balance de tres alumnas y un panorama no tan alentador en el ámbito financiero, no obstante, desde hace varios años ya, se lograron constituir los patrones de formación de la escuela: en primer lugar la línea regular infantil constituida por cinco niveles desde los tres años y medio hasta los 14 años, la separación en niveles está estipulada por grupos etarios y con una duración de dos años en cada uno, la metodología de esta línea responde al enfoque institucional en el que se brinda prioridad al desarrollo motor de las más pequeñas. En ese sentido, en los primeros niveles de los tres y medio a los 6 años, las clases son llevadas a cabo a partir de un componente lúdico en donde se introduce a las niñas en el conocimiento del cuerpo y sus posibilidades de movilidad con gracia y ritmo musical; entre los siete y ocho años con una comprensión más amplia sobre el cuerpo y el espacio, inician un proceso de desarrollo de habilidades físicas como fuerza, coordinación, flexibilidad.

Estos tres primeros niveles de la línea regular están enfocados en propiciar y orientar un constante proceso de autoconocimiento corporal basado en la enseñanza y asociación de movimientos específicos a elementos conocidos y de

fácil distinción para las pequeñas: un claro ejemplo es la introducción en la forma básica y representativa del caminar de las bailarinas, siempre en *relevé*, sobre los dedos de los pies, conocimiento que las maestras enseñan vinculándolo al caminar diario de las mamás sobre los tacones.

Los últimos niveles de esta línea están dedicados a la enseñanza formal y básica de la técnica clásica que incluye: alineación del cuerpo, posiciones básicas, trabajo en barra y un fuerte énfasis frente al desarrollo de elasticidad, orientado también en la ampliación del vocabulario técnico. En esta etapa, el aprendizaje entre los nueve y los 14 años está orientado en un componente de tipo teórico y otro práctico que permite una asociación mental y corporal más clara, lo cual implica iniciar en el desarrollo de una conciencia muscular basado en las sensaciones corporales. (Observación nivel I y II línea infantil)

La recepción de niñas a tan corta edad responde a una adecuación institucional frente al contexto social y económico; anteriormente sólo se aceptaban niños a partir de los cuatro años, no obstante, la escuela recibe a los tres años y medio debido a cambios en el entorno y las formas de educación de los mismos, con lo cual, ahora son mucho más independientes y realizan un mayor número de actividades, situación que ha permitido el desarrollo motor de modo apresurado que en épocas anteriores no fue evidente y la disminución de la edad de ingreso para esta práctica.

En esa línea, antes de recibir a una alumna, las aspirantes asisten a una clase de prueba en donde deben demostrar condiciones propicias como una capacidad de atención determinada, cumplimiento de órdenes y suficiencia de poder estar sin la presencia de padres durante un tiempo estipulado, cuyo éxito permitirá que ingresen al nivel inicial: Baby.

Si bien en la actualidad no existe un consenso sobre el mínimo apropiado para el inicio de clases en esta disciplina, al indagar con una fisioterapeuta, ella aseguró que:

“(…) la edad apropiada para iniciar es entre los seis a siete años de edad, ya que a esta edad se logra un mayor nivel de osificación articular favoreciendo la iniciación a las descargas de peso, además, se pueden potencializar diferentes cualidades físicas como la flexibilidad, que son la base para lograr un mayor desempeño y control en esta actividad. En esta edad se tiene mayor desarrollo tanto neurológico como cognitivo favoreciendo la autodisciplina.”

Zully Torres (2016, 15 de junio), entrevista realizada por Asprilla, L.

También presentó los riesgos de un inicio prematuro:

“El individuo desde que nace presenta a nivel articular mayor presencia de tejido cartilaginoso, el cual a medida que crece se consolida hasta convertirse en hueso cubierto por una capa delgada de cartílago a nivel articular. Un niño de tres años posee mucho tejido cartilaginoso aun en sus articulaciones; al hacer descargas de peso prolongadas, sostenidas y movimientos de alto impacto repetitivos, puede generar lesiones permanentes, lo cual hace que por procesos bioquímicos se vea afectado el crecimiento óseo y por ende la estatura, afectando todo su marco osteomuscular.”

Zully Torres (2016, 15 de junio)

Con lo cual, el debate se encuentra abierto respecto a los impactos positivos y negativos de un inicio temprano en esta práctica. Por siglos, las escuelas dominantes en este arte han construido un ideal corporal mundial en donde la formación temprana de los futuros bailarines es necesaria para el desarrollo exitoso de una carrera profesional dada la brevedad y la jubilación temprana de los bailarines.

El segundo proceso de formación es la línea juvenil a partir de los 14 y hasta los 25 años, este eje compuesto de cuatro niveles está enfocado en jóvenes que deseen iniciar en el mundo del ballet, retomar sus clases de danza o continuar con el proceso de la línea infantil; en todos los casos, los niveles no están organizados por

grupos etarios como la línea regular, en cambio, se ordenan a partir de un nivel principiante y hacia arriba los niveles están establecidos de acuerdo con unos lineamientos y objetivos respecto al desarrollo de habilidades y condiciones técnicas, físicas, sensoriales y de conciencia corporal. Por lo cual, el ingreso, también a partir de una clase de prueba, permite dar cuenta de las capacidades de la aspirante y de acuerdo a las mismas, estará ubicada en el nivel pertinente.

La recepción abierta de alumnas sin audición y con un entrenamiento pequeño (para la línea regular una vez por semana, para la línea juvenil entre tres y cinco veces), lleva a establecer que aspectos como la metodología, los fines de esta y la concepción sobre lo que es ser una ballerina en todos los ámbitos en Casa Danza pasa por preguntarse sobre la metodología que orienta la construcción dancística en la escuela en tanto en el mundo del ballet, las líneas de enseñanza artística y técnica se han establecido a partir de variables y condiciones ya expresadas, además se han construido desde contextos históricos que retoman lineamientos de tradiciones clásicas, neoclásicas, románticas, etc.

A raíz de las líneas de enseñanza reseñadas con anterioridad, diferentes escuelas se han apropiado de ciertos elementos y han vinculado otros, lo que ha permitido que la enseñanza de esta práctica en la actualidad sea menos rígida y cerrada, como lo exhibe Ángela, quien fue entrenada en el método cubano y Vaganova.

En relación con el tipo de enseñanza en Casa Danza, la directora expresa que aún la escuela no cuenta con una metodología delimitada debido a las particularidades de las alumnas, que incluye reconocer que los cuerpos no tienen las mismas disposiciones ni habilidades, siempre existen unos más dóciles que otros y eso no tiene nada que ver con el talento o la disciplina de las alumnas, sino exclusivamente con condiciones de carácter biológico individuales. La metodología y los objetivos de enseñanza de la escuela están en función de reconocer la diversidad de cuerpos, los distintos procesos corporales y apuntar a un buen nivel técnico sin que eso signifique el maltrato, la imposición de un tipo de técnica o un molde corporal específico.

En efecto, la directora en su formación académica afirma que si bien la técnica Vaganova le apunta a un tipo de cuerpo bastante matemático con líneas perfectas y bailarinas con una técnica impecable, es muy agresiva e intransigente con el cuerpo respecto a los límites del entrenamiento generados por la necesidad del completo desarrollo de habilidades físicas para su ejecución.

Por otro lado, la implementación del método inglés pese a ser más amplio y amable con el cuerpo, no se ha ajustado a la enseñanza latina y las alumnas suelen demandar cambios constantes y progresivos en los ejercicios que conforman la clase. Esto significa, que en la escuela inglesa en un año de entrenamiento, los bailarines sólo reciben dos cambios de clase anuales y cada clase dura seis meses; mientras que en Casa Danza se renuevan clases cada tres meses.

No obstante, lo común en todas estas líneas artísticas y técnicas es que la enseñanza no está exclusivamente orientada hacia el desarrollo corporal, en cambio, también propone un componente que comparte e implementa Casa Danza: la formación moral que consta principalmente del respeto, la disciplina y la fuerte regulación de las relaciones interpersonales de las bailarinas. Situación que permite inferir que la formación en danza clásica además de construir cuerpos apropiados para su ejecución, también forma personas estrictas, disciplinadas, constantes y a veces rígidas en su afán de perfección.

2.2 'Hacer cuerpo'

Suelo pensar que todo en el mundo tiene una lógica, una razón de ser, una justificación. Mi lógica es amarilla, siempre radiante, fuerte y enérgica como el sol. Cada bailarina y maestra tienen su propia lógica y también cada clase, cada canción, cada movimiento, cada sensación, cada respiración.

La lógica del ballet ya no se agota en el rosa pálido de las zapatillas, hoy el espectro abarca toda la paleta de colores y formas que atraviesan los cuerpos cada vez más diversos y las trusas cada vez más innovadoras.

La lógica de Casa Danza la podría resumir en una palabra: dinámica.

El dinamismo de una clase no tiene nada que ver con sus principios, por el contrario, está enfocado en las posibilidades de comprensión, conexión y conciencia corporal de quienes la realizan. Las clases son el alimento básico de una ballerina, allí, bajo esas cuatro paredes se moldea el que será la herramienta y extensión del movimiento: el cuerpo.

Va a trabajar primero, a sudar su ciencia y a forjar una memoria muscular a través de la repetición exhaustiva, a hacer el trabajo grueso. Simultáneamente, la memoria, los conocimientos, van a aportar su bagaje y empezarán a pulir la labor. El animal-cuerpo descubre su inteligencia. Aprende, vive la anatomía íntimamente, desde sus tendones, sus tripas, su columna vertebral. Piensa esqueléticamente, muscularmente, visceralmente en un viaje silencioso y perseverante. Al final, son mis sentimientos, mis emociones, los que van a ocupar y a enriquecer el trabajo a través de una elaboración, un refinamiento, una intencionalidad. Van a darle sentido y a proyectar la obra. (Lebourges, 2009, p. 63)

En Casa Danza la primera parte del año se imparten clases regulares que luego de detalladas observaciones participantes y no participantes en los diferentes niveles, encontré y coincidiendo con las respuestas de las entrevistadas, que siempre obedecen a una misma estructura: trabajo en barra, trabajo en centro y diagonales.

Cada parte de la estructura de la clase tiene un propósito corporal, el trabajo en barra está enfocado en construir, generar y fortalecer sensaciones que funcionan como indicativos del real esfuerzo muscular que permitirá a largo plazo adquirir destreza en el desarrollo de otro tipo de habilidades dancísticas; el trabajo en centro, sin barras, está orientado en adquirir la fuerza necesaria y justa, fortalecer el trabajo sensorial, de conciencia corporal y memoria muscular para poder llevar a cabo de forma exquisita y con precisión el trabajo realizado en la barra y finalmente las diagonales están en función de permitir la realización de piruetas, saltos y la ejecución de secuencias más complejas. Si la clase es el alimento diario

del cuerpo, la pregunta que se encuentra entre líneas es como el ballet se hace cuerpo.

‘Hacer cuerpo’ en la línea de Mora (2015) significa la *somatización* o interiorización corporal de principios, condiciones, hábitos y habilidades de este tipo de danza. Para comprender mejor el sentido de este término, la propuesta de esta autora resulta conveniente para vislumbrar cómo el estudio de prácticas da cuenta del aspecto social incorporado, con lo cual:

Las y los jóvenes que aprenden y practican las diferentes formas de danza incorporan tradiciones artísticas que conllevan visiones del cuerpo, del movimiento, por lo tanto, del sujeto. A la vez, incorporan disposiciones que son particulares de su campo, necesarias para ingresar y permanecer en él. Todas estas tradiciones y disposiciones se recrean, apropian, resignifican y actualizan en el presente, son vividas cotidianamente en las clases, los ensayos, las decisiones que se toman en relación a los espectáculos, las experiencias que viven y los modos en que experimentan sus cuerpos. (Mora, 2015, p. 122)

Siguiendo a Mora (2015) para el caso en Casa Danza, la ejecución del ballet no sólo implica el aprendizaje de la técnica y el tipo de movimiento requerido, en su práctica cotidiana también se vinculan perspectivas generales del cuerpo, del sujeto y concepciones válidas sobre lo estéticamente aceptado, la expresividad y la adecuación o no del cuerpo para la realización de esta práctica y en relación con estos marcos definidos, se conforma una visión propia del ser.

El concepto de *habitus* planteado por Pierre Bourdieu (2007) es comprendido como un esquema de percepción, pensamiento, acción y productor de prácticas en el cual las experiencias pasadas tienen una presencia activa y primordial en la estructuración del mismo, en otras palabras, es lo social incorporado de manera duradera y constante en el individuo, que supone la interiorización de ciertas condiciones objetivas evidenciables por medio de disposiciones propias

personales como lo son la postura corporal, la forma de hablar, de sentir, de pensar, de moverse, comprender el mundo, etc.

La noción de habitus es pertinente para comprender la urgencia e importancia de un temprano aprendizaje para el desarrollo exitoso de esta práctica ya que como lo señala Bourdieu (2007) el peso que poseen las primeras experiencias es determinante en la posibilidad de garantía de la duración y permanencia de esa experiencia en el tiempo y además, reduce las probabilidades de aceptación de nuevas informaciones que puedan colocar en duda el conocimiento y la experiencia ya acumulados.

Esto denota por un lado, que la temprana inmersión de las niñas en el ballet permite y facilita la total interiorización de la técnica y por el otro, favorece un desarrollo más adecuado y efectivo de las habilidades físicas que se requieren para su ejecución.

En la configuración de maneras particulares, Casa Danza se ha ocupado de crear y dar a conocer una imagen externa, guardando estrecha relación con la visión tradicional de cómo deben lucir físicamente las bailarinas: cada nivel cuenta con un uniforme propio (trusa según modelo y color, mallas y zapatillas) y una forma especial de peinado, que siempre se deben respetar.

Frente a las pautas de orden, la escuela ha creado un código de conducta interna para bailarinas en donde nuevamente se reitera que la formación moral es de carácter fundamental para este tipo de aprendizaje, y lo constata la regla número 1: “No se permite el uso de lenguaje ofensivo o vulgar en la escuela” (“Casa Danza”, 2016). Respecto a esta situación la directora manifiesta que en la línea infantil el componente de regulación de las relaciones es bastante fuerte porque las niñas se encuentran en un proceso de formación personal y es importante que cultiven respeto y solidaridad hacia sus maestras y compañeras de clase, situación que no sucede con la línea juvenil quienes ya tienen totalmente estructurada y definida su personalidad.

Con las más pequeñas, la estructura de las clases es más abierta por lo que la ejecución de ejercicios no resulta tediosa y repetitiva para ellas, lo que no supone que las clases sean un juego; lo que sí tiene un carácter permanente son los saludos y despedidas que se han convertido en un sello de la escuela, sello que tiene como objetivo también inculcar amor, respeto y constancia hacia la danza, al finalizar cada sesión, las niñas aprenden una combinación de ejercicios ejecutados mientras repiten “Gracias a la música, gracias a la danza y gracias a todos ustedes.” (Observación niveles infantiles)

Los aplausos siempre forman parte del final de una clase de ballet en todos los niveles en Casa Danza, su importancia radica en que cada momento debe ser considerado como una puesta en escena sin público y estos representan una forma de agradecimiento hacia la maestra y hacia las mismas bailarinas por el esfuerzo y la entrega en cada clase.

En esa configuración de un sistema de disciplina interno en la escuela, la incorporación de las normas es bastante efectiva, se pudo constatar que todas las pequeñas de la línea infantil y en la mayoría de los casos de las alumnas de la línea juvenil, suelen llegar siempre debidamente peinadas y con su uniforme bajo la ropa de calle, usualmente, minutos antes del inicio de la clase para realizar un calentamiento general dado que un cuerpo debidamente trabajado rendirá más en clase. Todas las entrevistadas coincidieron en expresar la importancia del calentamiento y la constancia en las clases porque uno de los retos y de las dificultades más grandes del aprendizaje y la somatización del ballet es que se considera como un proceso exigente, repetitivo, agotador e intenso, con resultados tardíos y poco evidentes en comparación con otro tipo de experiencias dancísticas.

Aquí el relato de una de las alumnas:

“Para una clase normal en lo posible trato de llegar peinada y lista 15 minutos antes, nos calentamos (trotando, rutina de abdominales, etc.) y cuando llega la maestra vamos a la barra, donde hay como 7 u 8 ejercicios de más o menos 2 minutos cada uno por lado derecho e izquierdo, cuando terminamos la barra estiramos haciendo ejercicios de flexibilidad por 4 minutos aproximadamente, vamos al

centro donde hacemos giros, saltos, y otros ejercicios coreográficos compuestos, hacemos algunas diagonales y luego puntas, a lo último estiramos un poquito para relajar los músculos. Lo que más me gusta de las clases son las variaciones o coreografías, ahí puedes mostrar tu esencia y todo va fluido. Me gusta mucho la escuela porque priman mucho la técnica y precisión, hay paciencia y no hay prejuicios a la hora de enseñar.”

Alumna IV nivel. (2016, 14 de marzo), entrevistada por Asprilla, L., Bogotá.

Sin embargo, la finalidad de estas clases no se reduce a la educación corporal. Ser ballerina de ballet implica el trabajo en conjunto de diversos aspectos que facilitan la construcción de un cuerpo que no se agota en su parte orgánica, por el contrario, y como también lo señala Lebourges (2008), las emociones y los pensamientos forman parte primordial de este tipo de experiencia artística.

Al indagar respecto a la sensación física y emocional que les genera realizar ballet, las ballerinas afirmaron de manera consensuada sentir más que un trabajo muscular:

“Por lo general físicamente cuando bailo siento un esfuerzo placentero, a veces duele pero es un dolor agradable, ya emocionalmente depende de la situación, pero es un elixir de sentimientos, me siento plena y confortable, mi esencia sale a flote y me hace muy feliz. En ocasiones utilizo el baile para canalizar mis energías lo que me genera calma.”

Alumna IV nivel. (2016, 14 de marzo), entrevistada por Asprilla, L., Bogotá.

Este tipo de respuestas permiten vislumbrar que en medio de tantas lógicas individuales converger en un punto común, ha significado incorporar en la cotidianidad maneras similares de comprender la corporalidad y la subjetividad. En el fondo, la pregunta fundamental que genera pensar en la construcción del

cuerpo del ballet, pasa por discernir la posibilidad de hacer cuerpo la técnica clásica, en otras palabras, la existencia de un proceso de somatización tan fuerte que resulte innecesaria la elaboración mental del proceso de ejecución de un movimiento, por el contrario, que la sensación muscular sea el indicativo de su correcta realización.

En ese sentido, si las más grandes y brillantes ballerinas de ballet que se preparan mínimo seis horas diarias, requieren de un constante acompañamiento y entrenamiento debido a la facilidad de deterioro de la memoria corporal, en Casa Danza, con un nivel menor de entreno, el proceso de somatización es mucho más tardío y la posibilidad de construcción de un cuerpo totalmente sensorial y automático se reduce a una pequeña pero existente expresión.

Capítulo 3. Espejito, espejito.

Algunos bailarines, ciertamente, se abisman en su imagen. En el salón cada uno tiene la topografía de los espejos: el que alarga, el que engorda, el que deforma, el que devuelve la silueta de mis sueños. El reto es verse críticamente. Como sea, nos vemos siempre diferentes de como somos, Narcisos inconformes, insatisfechos.

Solange Lebourges.

La vida de una ballerina transcurre entre los espejos del baño, de los salones, de los camerinos, aquél gran espejo antes de salir a escena y luego el espejo imaginario que con detenimiento, refleja a veces duramente la corporeidad.

La imagen física de una ballerina de ballet también forma parte vital en la construcción y el reconocimiento en este tipo de danza, especialmente por el código de vestuario que las caracteriza.

La trusa, similar a una faja por el diseño y material, cumple la función de mantener, en cierto modo reducir la apariencia del busto y brindar una silueta más delgada al cuerpo, sin embargo, no esconde ni el más mínimo detalle, que puede ir desde la falta de un entrenamiento más riguroso del centro corporal, hasta la inflamación pélvica. Las mallas, 'medias' de inconfundible color rosa pálido y las zapatillas, brindan naturalidad y también firmeza a los pies; en su totalidad, la indumentaria de la danza clásica se ha constituido como una forma de distinción respecto a otros tipos de danza.

2.1 Mi cuerpo vs. Cuerpo de una ballerina

La corporalidad y el movimiento nunca se encuentran desligados del contexto social en el que surgen, desde la formalización de la danza clásica, se estableció un canon de belleza corporal ligado a las condiciones etéreas, de liviandad y perfección de quienes ejecutan esta danza. Así:

Desde las instituciones que funcionan como depositarias de este saber y que se dedican a enseñar esta forma de danza, se perpetúa la certeza de que existe un solo modelo de cuerpo apto para esta danza, es decir, un cuerpo que responde a parámetros estéticos determinados y sobre el que podrán imprimirse las técnicas para el movimiento y los movimientos específicos que las bailarinas deben reproducir. Sin ese cuerpo, no se considera posible incorporar la técnica en su totalidad.

(Mora, 2008, p. 3)

La revista española especializada en danza clásica, *Danza Ballet*, considera que una bailarina profesional debe medir entre 1,57 cm y 1,73 cm y además “ser delgada y ágil, tener una relación miembro-torso perfecta, un cuello largo, una cabeza pequeña y pies arqueados a la perfección con una buena punta”.

Al tener en cuenta estos aspectos para evaluar las condiciones físicas que debe cumplir una ballerina, si son aplicados en Casa Danza, una buena parte de las alumnas no cumplirían con estos estándares. Aunque son pocas las que se encuentran debajo de este rango de estatura, la estructura ósea y la relación miembro-torso no resulta “perfecta” ni adecuada, salvo un caso. Al respecto, algunas ballerinas se refirieron a este tipo de estereotipo que se ha perpetuado por siglos:

“La historia y los rusos se han encargado de crear un estereotipo del ballet creando figuras perfectas, pies perfectos pero considero que mientras el cuerpo esté saludable y se desarrolle lo que tenga que formar, está bien.”

(Alumna nivel IV) (2016, 18 de marzo), entrevistada por Asprilla, L. Bogotá.

En la actualidad, este tipo de exigencias corporales han sido fuertemente cuestionadas por grandes ballerinas contemporáneas como Misty Copeland, ballerina principal del American Ballet Theatre, quien lidera campañas contra el

estereotipo y la exclusividad de cuerpos delgadamente perfectos aptos para el ballet. Aquí su testimonio:

Querida candidata: Gracias por postularse a nuestra escuela de ballet. Desafortunadamente no podemos aceptarla. A usted le falta el pie derecho, el tendón de Aquiles, longitud de torso y busto. Usted tiene el cuerpo equivocado para practicar el ballet. Y a la edad de 13 Años, es demasiado vieja para ser considerada en la escuela. (“Misty Copeland”, 2016)

El liderato de cuerpos curvilíneos en las más altas instancias de la danza clásica ha significado que los grandes directores artísticos y maestros de las escuelas más influyentes han reconocido la diversidad de corporeidades que también aprenden, interiorizan y ejecutan correctamente la técnica clásica. No obstante, aún prevalece entre las bailarinas la creencia sobre la existencia de un solo modelo de cuerpo, un claro ejemplo es que la mayoría de las alumnas en Casa Danza expresaron que si tuvieran la oportunidad de cambiar algún aspecto de su apariencia física, desearían ser más altas y delgadas, reafirmando y perpetuando la vigencia del canon de belleza tradicional.

En esta línea, es preciso puntualizar la distancia existente entre un cuerpo curvilíneo y un cuerpo musculoso trabajado en el gimnasio. Al respecto, la bailarina sólo puede realizar entrenamientos cardiovasculares y de fortalecimiento sin máquinas, debido a que incrementan la masa muscular y están destinadas para áreas corporales que no forman parte de la estética del cuerpo de la danza clásica, actividades como el yoga y Pilates resultan complementarias para el trabajo físico que se requiere.

Así, la estética del cuerpo de una bailarina clásica está enfocada en el desarrollo muscular alargado y no de volumen en las zonas de mayor trabajo físico.

Por otra parte, el cuerpo de una bailarina se construye desde la conciencia corporal que la alumna cree de su corporeidad, más allá del desarrollo de destrezas de

fuerza y flexibilidad, el eje más importante que toda ballerina clásica debe agudizar es la capacidad de conocimiento corporal:

Todo hace parte de volver el cuerpo sobre sí, conocer sus posibilidades y límites, sus habilidades y destrezas, pero sobre todo, saber cuándo el cuerpo se encuentra feliz, en armonía con lo que hace y el lugar que habita o transita.

(Barrera, Gómez y Clavijo, 2011, p. 187)

En ese sentido, la forma de aprendizaje del ballet no se constituye únicamente en la imitación de patrones de movimiento, como lo expresa Mora, el sentido radica en “incorporar una relación exacta y minuciosa con las diferentes partes del cuerpo, con el espacio, y también con el tiempo: hay ritmos y repeticiones reguladas, cronometradas” (2011, p. 292). Esta relación precisa con el cuerpo sólo se origina sensorialmente, la interiorización de la técnica se logra a través de la capacidad individual de percibir y reconocer la heterogeneidad e intensidad de las sensaciones.

Intensa es la palabra que mejor describe la práctica del ballet, porque requiere de una capacidad admirable para reconocer la sensación muscular en la ejecución correcta de cada movimiento. Si las sensaciones son la única forma de construir, en este caso el cuerpo del ballet clásico, ¿cómo se logró un acuerdo sobre qué sentir?, ¿todos los cuerpos sienten diferente?, la creación cronometrada y milimétricamente regulada del ballet consolidó además un patrón anatómico de dolor corporal.

Así, las clases de ballet no están enfocadas exclusivamente en la enseñanza práctica, el ámbito teórico y explicativo complementa y enfoca la finalidad de esta disciplina: adquirir conciencia corporal requiere desarrollar un sentido más agudo, estar en la capacidad de modificar y comprender la acción de forma articulada y desarticulada del cuerpo. ¿Todos los cuerpos pueden desarrollarla?

2.2 ¿Cualquier cuerpo es apto para el ballet?

De acuerdo con la fisioterapeuta Zully Torres (2016), para el ballet es necesario un cuerpo delgado, flexible, liviano y sobre todo, con buena postura.

Dada la rigurosidad de esta práctica, se podría reducir en tres ámbitos las condiciones requeridas para que un cuerpo pueda ejecutar correctamente el ballet clásico.

El primer aspecto es la existencia necesaria de un equipamiento biológico adecuado para la ejecución de esta disciplina: rotación, flexibilidad, extensión y maleabilidad del cuerpo. Una persona que biológicamente tenga sus caderas cerradas no puede realizar ballet, porque si bien esta práctica mejora las condiciones físicas, la inadecuada ejecución de su técnica puede generar daños considerables en quien lo realice.

Este ámbito se constituye como el primer filtro que determinará las posibilidades de éxito y logros en el entrenamiento en esta disciplina.

El segundo aspecto está relacionado con el desarrollo emocional y la presencia artística de quien lo realice, en realidad, ésta disciplina y en general cualquier tipo de danza requiere de un ámbito interpretativo, ejecutar movimientos en sintonía con la armonía musical y generar emociones en el espectador.

“(…) Desde el ballet se percibe que la internalización completa de la técnica, la formación de una memoria mecánica, es lo que hace posible expresarse” (Mora, 2011, p. 414). Al respecto una de las correcciones más visibles en las clases de ballet fue la falta de expresión de las alumnas, lo cual generaba dificultades para percibir si estaban aburridas o muy concentradas en la ejecución de sus movimientos (Observación clase nivel IV). En este caso, la Maestra exige expresión facial a las bailarinas sin importar si el proceso de internalización de la técnica ya se encuentra completado o no.

En el desarrollo del ballet, la expresividad fue uno de los elementos que caracterizó su fundación como danza de academia, sin embargo, siglos después se redujo la exageración y la falsedad en la expresión facial de las bailarinas y se implementó

una forma más natural de desarrollar los personajes en escena. Con lo cual, en la actualidad el ballet se conoce más por la capacidad de reprimir, sin eliminar totalmente emociones en el escenario.

El tercer y último aspecto hace referencia a la capacidad mental de aprender y memorizar la ejecución de los movimientos, los nombres, las asociaciones cotidianas y la sensación muscular que caracteriza a cada uno.

Las bailarinas coincidieron en expresar que el ballet no lo puede realizar cualquier persona debido a la alta carga de responsabilidad, constancia y compromiso que requiere su ejecución, entre otras cosas por la dificultad de ver y obtener resultados en el corto plazo.

Por otro lado, la directora de Casa Danza, explicó que una persona de contextura gruesa, grande y con tendencia al sobrepeso podrá realizar ballet en media punta con dificultad para encontrar el punto de equilibrio y estabilidad necesario, sin embargo, resulta imposible sin generar algún tipo de daño o traumatismo en sus miembros inferiores que pueda mantenerse sobre las puntas de los dedos en las zapatillas de punta de ballet.

2.3 Fatiga, dolor y lesiones

Cuando se piensa en bailarinas de ballet son varios los imaginarios que asaltan los pensamientos, por un lado la temible foto de pies ampollados, con llagas, amoratados y sin uñas, y por otro lado la semejanza con los cisnes y la delicadeza que emana de su apariencia.

No obstante, esta disciplina se ha posicionado como una de las más exigentes y dolorosas dentro del mundo dancístico dado el estricto entrenamiento que requiere, en consecuencia:

La fatiga es un extraño placer cuando el cuerpo está licuado, triturado, exprimido por un sudor purificador, cuando se grita ¡no me toques, estoy molida!, y voltearse en la cama es un crujiir de

músculos, un entramado doloroso. Es un percibir cada inserción muscular, cada fibra, cuando el agotamiento elimina la grasa del organismo a través de un torrente emocional y físico, cuando te caes de bruces donde sea. (...) Como desollada, sientes expuesta la carne, los nervios, las membranas, limpias, secas, ofrendadas, las vísceras agitadas, sin la protección de sus redondeces, en carne y hueso. (Lebourges, 2008, p. 86)

La fatiga se ha convertido en el estado más recurrente de las bailarinas de ballet dados los constantes entrenamientos y el sobre esfuerzo muscular que puede derivar en graves lesiones para éstas. La fisioterapeuta señaló que las lesiones más frecuentes ocurren en los miembros inferiores ya que el punto de estabilidad y la descarga de peso se efectúan sobre las puntas de los pies, y las elevaciones pueden generar molestias osteomusculares según el tipo de caída:

“Lesiones Óseas - Esguinces, luxaciones desde el área metatarsiana, tibioperonea astragalina (tobillo), femorotibial, patelofemoral (rodilla).

Tejidos blandos: Tendinitis, bursitis, desgarros musculares, espasmos.

Este tipo de lesiones se pueden dar por sobrecarga en la realización de los entrenamientos y rutinas, el no hacer un buen calentamiento antes de iniciar una rutina o estirar adecuadamente al finalizar la misma.

La mejor forma de prevenir las lesiones es tener en cuenta las fases de entrenamiento: calentamiento (antes de), trabajo (rutina), estiramientos (después de). Crear un plan de trabajo semanal, en donde se realicen actividades, rutinas o ejercicios; trabajado un grupo muscular específico o parte de rutina con un tiempo definido, para evitar la sobrecarga.”

Zully Torres (2016, 15 de junio), entrevista realizada por Asprilla, L.

En Casa Danza, si bien no se lleva un registro ni historial clínico formal sobre la cantidad y frecuencia de lesiones en las bailarinas, en cada nivel se reconocen las molestias y dolencias musculares de las alumnas. Al respecto, todas las entrevistadas señalaron haber sufrido una lesión en sus entrenamientos dados las rigurosas rutinas, las más frecuentes fueron los desgarros musculares en las piernas y los esguinces en los pies.

A pesar de lo que significa estar lesionada y las recomendaciones médicas, estas nunca han sido un impedimento para continuar los entrenamientos debido a las dificultades que implica la inasistencia a clase.

Como lo presenta Mora (2011), “aunque en el entrenamiento está presente el dolor (al usar las zapatillas de punta, al elongar los músculos, al seguir a pesar de los calambres, los golpes y los esguinces, al no detenerse a pesar del agotamiento), el control del cuerpo es asociado con algo placentero, con el placer de escuchar el cuerpo, usarlo y crear con él.” En ese sentido, si bien las bailarinas reconocen que la práctica de esta disciplina es dolorosa, se acostumbran a bailar con el dolor a cuestas.

Cuando finalmente se llega el día de las clases abiertas y el recital de fin de año, los padres logran observar con detenimiento las horas de entrenamiento diario, el sudor y la dedicación de las alumnas, y nuevamente el espejo interior que no para de reflejar el engranaje muscular.

Capítulo 4. Soy bailarina

“(…) el ballet y la danza en general son actividades que dan vida, en estos momentos considero que si no hiciera ballet no me sentiría tan feliz conmigo misma. El ballet ha sido una actividad que me ha ayudado a encontrarme conmigo misma, a aceptarme y a quererme”.

Alumna II nivel. (2016, 18 de marzo), entrevistada por Asprilla, L., Bogotá.

4.1 Estilo de vida

Quiero ser bailarina es una de las respuestas más comunes a las que acuden las niñas pequeñas cuando se les pregunta sobre qué quieren ser cuando grandes, porque el estereotipo difundido es que éstas cristalizan los clásicos ideales de belleza y perfección que suelen anhelar las mujeres.

La vida de una bailarina fluye a ritmos y tiempos distintos en comparación con una persona que no realiza esta práctica, desde pequeñas, se distinguen con otras formas de crecer: siempre más disciplinadas, estrictas, organizadas y las actividades que realizan se comienzan a distribuir en relación con el tiempo libre que permita este tipo de danza. Al respecto una de las alumnas entrevistadas señaló:

“Creo que el hecho de hacer ballet si me ha quitado un poco de tiempo para mi vida social, pues los viernes son totalmente reservados para el ballet, pero aun así no he dejado de lado mi vida social, los sábados intento salir con mis amigos así sea a hacer trabajos y los domingos estudio, pero intento sacar tiempo para mi familia”.

Alumna II nivel. (2016, 18 de marzo), entrevistada por Asprilla, L., Bogotá.

La constitución del propio yo está anclado a la definición e incorporación de rutinas asociadas a todos los aspectos de la trayectoria vital de un individuo, retomando a Giddens (Citado en Barrero, Clavijo y Gómez, 2011) en la definición que brinda de estilos de vida, este autor expone que son prácticas que se traducen en rutinas y se encuentran presentes en los hábitos cotidianos como la elección frente al tipo de comida y la ropa que se desea, las formas de actuar y de establecer relaciones con los demás, entre otras cosas. Para el caso de estudio de las bailarinas en Casa Danza se encontró que la conformación de un estilo de vida de bailarina clásica responde a diversos ámbitos.

En primer lugar, la creación de un sentimiento común en la realización de esta práctica, lo cual responde a que todas las alumnas de la línea juvenil tomen clases de ballet por gusto y no por obligación, en tanto, han logrado unificar y crear un imaginario sobre lo que significa y las condiciones que se requieren para ser una bailarina.

La consolidación de este sentimiento pasa por reconocer el papel trascendente que ha desempeñado la escuela, por ejemplo, con el uso de espacios virtuales en redes sociales, en los cuales, a través de formas de motivación y herramientas claves, se pretende mantener activo el gusto y el deseo de las bailarinas de permanecer y mejorar en esta práctica. En otros aspectos, la escuela entrega a todas sus alumnas una bolsa, en la cual se encuentran los implementos básicos de toda bailarina: zapatillas de punta y media punta, bandas elásticas, horquillas y redecilla para el cabello y bebida hidratante, entre otras cosas; que han facilitado y permitido la construcción de esa identidad dancística y el reconocimiento con la labor que cumple Casa Danza.

Con lo planteado, al referirse sobre la importancia del ballet en su vida cotidiana, las bailarinas coincidieron en expresar que:

“Bailar ballet hace parte de mi vida, es parte de quién soy, de mi personalidad me ayuda a estar saludable, a tener disciplina, es de las cosas que más amo hacer, es pasión.”

Alumna IV nivel (2016, 18 de marzo), entrevistada por
Asprilla, L., Bogotá.

En ese sentido, la incorporación de la técnica del ballet no se evidencia únicamente en la realización de una clase, ciertos aspectos físicos y simbólicos característicos de una ballerina son identificables en diferentes espacios.

Respecto al primer ámbito, para un ojo detallista, la rígida y perfecta postura corporal y la forma de caminar por ejemplo bajando o subiendo escaleras, permite distinguir claramente quién se ha entrenado en este tipo de técnica, dado que, una persona entrenada lleva a cabo un proceso inconsciente en el cual pasa por la punta de sus pies, sus metatarsos y acaba el movimiento apoyando la planta completa (Observaciones fuera del salón de clase). En los aspectos simbólicos, se identificó que las alumnas del nivel más avanzado mantienen las zapatillas de puntas, elemento por excelencia que representa a las ballerinas, amarradas en un borde de la maleta.

En segundo lugar, el establecimiento de relaciones sociales se llevan a cabo a partir del tiempo disponible que permite el ballet, no obstante, el círculo social de las alumnas no está reducido a su entorno dancístico:

“Al comprometerte con el ballet, muchas veces no puedes ir a todas las fiestas o salir todos los fines de semana pero yo siempre intento salir por lo menos una o dos veces al mes, para encontrar un balance, (...). Ya que mis amigos no bailan, muchas veces no entienden lo que significa para mí y no entienden por qué no salgo tan seguido como ellos.”

Alumna IV nivel (2016, 17 de marzo), entrevistada por
Asprilla, L., Bogotá.

En relación con la definición de gustos, se pensaría que por su alta exposición a este tipo de danza asociada a la música clásica sus preferencias estarían en gran parte orientadas en esa dirección, sin embargo se encontró que esta tendencia por

el contrario no es dominante. Al indagar por las preferencias musicales, una de las bailarinas expresó:

“Me gusta el rock indie, contemporáneo y la música electrónica pero ahora he aprendido a disfrutar mucho de la música clásica, piano contemporáneo, etc.”

Alumna IV nivel (2016, 18 de marzo), entrevistada por Asprilla, L. Bogotá.

De forma generalizada las bailarinas no se refirieron al gusto por la música clásica hasta que se preguntó por ese aspecto, situación que puede ser un indicador para comprender que no necesariamente el gusto por este tipo de danza académica está relacionado directamente con la existencia del mismo gusto hacia la música de conservatorio.

En tercer lugar y uno de los aspectos más importantes es la imagen y el cuidado corporal, ámbito que ha desbordado los límites físicos de la escuela y permeó todos las esferas de la vida cotidiana de una bailarina. Ámbitos como la creación de rutinas de ejercicio matutino, el mantenimiento de una dieta saludable y balanceada, están en función de conservar un cuerpo adecuado para la ejecución de esta práctica. Frente a la pregunta sobre la importancia de la imagen física, las bailarinas respondieron:

“Definitivamente es muy importante la imagen, creo que como bailarina siempre debes estar muy limpia, bien presentada y arreglada.”

Alumna IV nivel (2016, 17 de marzo), entrevistada por Asprilla, L. Bogotá.

Sin embargo, la imagen no se agota en características ya nombradas, existen otro tipo de aspectos de carácter físico cuyo control también forma parte de la constitución de un estilo de vida:

“Imposible también que algunas bailarinas descalzas se pinten las uñas de los pies con esmaltes de colores. Incluso, a veces, el color y el largo de su pelo forman parte de sus obligaciones laborales. Prohibiciones y profesionalismo devorador que, de hecho, el bailarín no resiente como algo esclavizante ni como una intrusión en su vida privada, porque vive una pasión y en todas sus facetas su instrumento-cuerpo está al servicio de esa pasión.” (Lebourges, 2008, p.24)

No obstante, en Casa Danza las restricciones no son explícitas en este sentido, la única regla relacionada es respecto al uso de esmaltes de colores llamativos, con lo cual, la mayoría de las alumnas hacen caso a esta regla. Por otro lado, si bien no existe algún tipo de regulación con la apariencia del cabello, no existen casos de tinturas llamativas, con algún tipo de corte distinto y en general conservan un largo considerable debido a la facilidad para mantenerlo debidamente ordenado.

Estas características consolidan y reafirman por un lado, la importancia de la imagen y el cuerpo como herramienta y materia prima de la bailarina y por otro, la insuficiencia de las clases semanales para estar en buena forma. Sobre diversos modos de cuidarse, las alumnas afirman que:

“Suelo comer saludable en lo posible, no llevo un régimen restrictivo pero quiero que lo que haga con mi cuerpo me aporte cosas buenas, a veces tengo antojos que suplo sin llegar a extremos, considero que todo debe estar en equilibrio y mi familia piensa igual así ninguno de ellos baile, todos llevamos un dieta saludable y un estilo de vida sano en lo posible.”

Alumna IV nivel (2016, 18 de marzo), entrevistada por Asprilla, L. Bogotá.

“Además de una dieta balanceada, cuido mi cuerpo haciendo ejercicio, el ballet obviamente ayuda demasiado en esto, pero

además hago clases en la universidad de stretching y en la escuela hago jazz.”

Alumna II nivel (2016, 18 de marzo), entrevistada por Asprilla, L. Bogotá.

A partir de estos tres aspectos, se encontró que la constitución de un estilo de vida dancístico en este caso de ballet clásico, pasa por construir, compartir e interiorizar visiones muy cercanas sobre lo que significa ser una ballerina, pero además, también obtener el reconocimiento público del rol que desempeña.

En esa línea, fue determinante comprender que no es posible encasillar este estilo de vida como un modo de ser estático e invariable, dado que depende en gran parte de las habilidades y condiciones corporales y técnicas, que cada alumna pueda desarrollar y crear una forma de ser y estar que responda a sus gustos, necesidades y prioridades, con lo cual:

El estilo de vida no es una línea de coherentes y consecuentes actos hasta el momento de la muerte. Es, más bien, un juego cotidiano de evitaciones y gratificaciones, en el que el principio de sentido de la vida que se quiere genera diferencia y empuja a la acción. Por consiguiente, la repetición de acciones va constituyendo hábitos y rutinas que son la manifestación del trazo más intenso del movimiento corporal cotidiano.

(Barrero, Clavijo y Gómez, 2011, p. 185)

En el caso de las alumnas, el principio de sentido que todas comparten es el sentimiento, el gusto y la pasión por el ballet y lo que genera diferencias con otras formas de movimiento ha sido la consolidación de esas pequeñas rutinas cotidianas que pueden no ser muy consecuentes, como el gusto por la música, o más bien coherentes pero inconscientes cómo ubicarse en posiciones extrañas para relajar y rotar las piernas o saltar charcos como si fuera un *saut de chat*, con las piernas en el aire formando un ángulo de 180°.

Pero lo que sí queda explícito es que al preguntarse por el cómo de la construcción interna y externa de una corporeidad en el ballet luego de tantas horas con el inigualable olor a madera del piso y el sudor de los cuerpos, es que todo el dolor ha valido la pena y también la alegría.

“Lo que más me gusta del ballet es que puedo ser yo, me gusta que me cueste tener que esforzarme y sacrificar cosas para conseguir excelencia y no me importe porque es lo que amo, me gusta la música y la delicadeza que se ve así uno esté muriendo de dolor sosteniendo una posición, me gusta la feminidad y fuerza que requiere”.

(Alumna nivel IV) (2016, 18 de marzo), entrevistada por Asprilla, L. Bogotá.

¿Uno o varios cuerpos?

El componente sensorial del aprendizaje del ballet clásico resulta principal, fundamental y característico en esta disciplina en comparación con otras prácticas dancísticas. En Casa Danza, desarrollar conciencia corporal y muscular se constituye como un proceso lento y complejo que no es explorado hasta que las alumnas se encuentran por un lado, en un momento de amplia comprensión sobre el cuerpo, el espacio y en un nivel apto de aumento de habilidades físicas como fuerza, coordinación y flexibilidad, y por otro con un grado básico de aprendizaje formal de la técnica clásica.

El desarrollo de estos componentes también se encuentra relacionado con la necesidad dancística de conocer la anatomía del cuerpo humano, en tanto, el proceso de autoconciencia debe facilitar y permitir la somatización o interiorización corporal de los principios y condiciones que consolidan este tipo de danza.

En ese sentido, el ámbito sensorial corporal se reduce al dolor físico que exige y requiere la práctica del ballet clásico, distinto al dolor cotidiano y normal que se deriva de otras actividades, en la medida que:

Desde la niñez el cuerpo saboreó el sudar, el expresarse; experimentó el dolor y el aguante del dolor. Nuestro umbral para éste es muy alto, y cuando nos lastimamos nos pasamos el tiempo probando si todavía nos duele. Por el contrario, el dolor del cuerpo trabajado, fatigado, es diferente, agradable. Se forjaron hábitos que fueron una segunda piel: estirarse todo el tiempo, descansar en posiciones extrañas. Tenemos una relación de vigilancia permanente con nuestro cuerpo. Goce del esfuerzo muscular, de las gotas escurriendo, de la licuefacción de las células. Goce del desgaste físico-emocional, de los altibajos de la adrenalina. Goce del espacio atravesado, vivido, dominado. Sensación de poder, de concentrar

energías, de volverse crisol, de rebasarse y extrañarse. (Lebourges, 2008, p. 49)

Así, una de las dificultades más grandes del entrenamiento en esta disciplina ha sido aprender a diferenciar sensaciones y el nivel de intensidad de las mismas. En una clase avanzada de ballet, las bailarinas se encontraban probando una tabla de rotación, la maestra preguntó sobre la sensación y el trabajo muscular que las forzaba a aumentar la tabla y todas se refirieron a lugares distintos del cuerpo y señalaron diversas sensaciones (Observación nivel IV ballet), este ejemplo resulta útil para comprender que biológicamente el cuerpo puede estar dotado de la misma manera, pero no posee las mismas condiciones ni disposiciones en todas las personas.

El dolor corporal funciona como un indicador del trabajo realizado en clase, sólo los músculos serán la señal precisa del nivel del esfuerzo alcanzado. Con lo cual, es necesario enfatizar en la obligatoria diferenciación entre intensidades de una misma sensación, en este caso, el dolor derivado de esta práctica dancística quema desde la punta de los pies hasta la punta de las manos y puede llegar a ser desesperante, sin embargo, el constante entrenamiento permite que el cuerpo sea más tolerante y en ciertos aspectos, el dolor sea placentero, lo que no significa que en algún momento desaparezca.

En esa línea, si la presencia localizada y constante del dolor forma parte vital del aprendizaje del ballet clásico resulta además importante, preguntarse sobre el umbral de dolor que resiste una bailarina.

Respecto a las niñas que iniciaron desde temprana edad entrenamientos en esta disciplina, la construcción del cuerpo se realiza de forma dinámica, amable, voluntaria, espontánea con lo cual, la experiencia temprana con el dolor permitirá que esta información sea interiorizada con mayor comodidad y se asegure la permanencia en el tiempo, posibilitando un rango mayor de adaptación al mismo. Por el contrario, para una persona cuyo cuerpo ya está biológicamente formado, la aceptación de nuevas informaciones es más complicado, en esa medida, el proceso

para ajustarse a sensaciones que resultan desconocidas es mucho más lento y requiere de un trabajo más forzado para su interiorización.

De esta manera, se podría afirmar que la capacidad de tolerancia al dolor es mucho más alta en personas que se han entrenado desde pequeñas en el ballet clásico, no obstante, dado que se constituye como una disciplina repetitiva, los reiterados ensayos en personas mayores facilitarán la resistencia a esta sensación.

En las clases es recurrente apreciar la expresión de dolor y cansancio corporal en las bailarinas, mientras la maestra con cuidadoso detalle observa y sólo dice: “¡No te sueltes, aguanta hasta el final!, ¡Rota más, rota más!” (Observación clase de ballet nivel II)

Dolor, compañero fiel de la vida de una bailarina de ballet. El dolor es la variable constante de las clases, dolor en los pies a causa de las puntas, pequeña cárcel que no tiene espacio para pies terrenales, luego en las pantorrillas, los isquiotibiales, las rodillas, la cadera, la espalda, los brazos y el cuello, nada se salva de aquella fatiga que luego se vuelve costumbre. Pero también forma parte del desarrollo de la conciencia corporal, dado que permite identificar qué zonas se deben sentir con más intensidad en cada ejercicio, de eso dependerá una buena ejecución de los mismos.

La sensación dolorosa forma parte y es el camino en el proceso de crear conciencia corporal y muscular, en Casa Danza, la construcción de esta conciencia inicia en los niveles infantiles y a largo plazo permite evidenciar un proceso de somatización de los principios de esta técnica. Al ser ambos, la adquisición de conciencia y la somatización, procesos inacabados, los niveles juveniles se encuentran en constante búsqueda de esa línea y rotación perfecta.

El cuerpo se construye con cada gota de sudor, con cada ampolla y cada sensación que a lo largo de la historia del ballet han permitido la constitución de un sólo tipo de cuerpo, el de la técnica, un cuerpo ideal que no tiene modificaciones. En cambio, el cuerpo humano olvida fácilmente y nunca termina de interiorizar la técnica clásica, por ello, el necesario y riguroso entrenamiento diario.

La forma física humana se presenta en diversas corporeidades y pese a que el ballet apunta a un tipo de cuerpo específico, en condiciones normales, toda corporeidad está en las capacidades naturales de aprender e interiorizar la técnica. Esto explica por una parte, por qué por ejemplo, en Casa Danza, hay bailarinas de proporciones gruesas y grandes con procesos largos y amplios de conciencia corporal y somatización. Y por otra, las razones para que bajo distintas sociedades, con normas culturales y estéticas determinadas, también se ejecute esta disciplina.

En últimas, un cuerpo es el de la técnica y miles son las corporeidades que la podrán interiorizar, ejecutar y soportar el dolor de su construcción.

Poder es perder el miedo a los demás, a las convenciones, para atreverme a hurgar en mis sentimientos, en mis sueños, en mi imaginación. Poder es creer en mi capacidad de hacer vibrar el aire. Poder es estar a la altura todos los días para conservar el instrumento de mi poder: mi cuerpo afilado, agudo; es poder sobreponerse al dolor, a las lastimaduras. El sentirse fuerte físicamente es sentirse poderosa y capaz de rebasar las fronteras. Pero poder cuesta caro. Poder puede ser renunciar a mucho. (Lebourges, 2008, p. 68)

BIBLIOGRAFÍA

Alumna II nivel. (2016, 18 de marzo), entrevistada por Asprilla, L., Bogotá.

Alumna II nivel (2016, 19 de marzo), entrevistado por Asprilla, L. Bogotá.

Alumna IV nivel. (2016, 14 de marzo), entrevistada por Asprilla, L., Bogotá.

Alumna IV nivel (2016, 17 de marzo), entrevistada por Asprilla, L., Bogotá.

Alumna IV nivel (2016, 18 de marzo), entrevistada por Asprilla, L., Bogotá.

Alumna II nivel (2016, 19 de marzo), entrevistado por Asprilla, L. Bogotá.

Arboleda, R. (2009) *El Cuerpo: huellas del desplazamiento*, Medellín, Hombre Nuevo Editores.

“Arte Danzario - Universidad Distrital Francisco José de Caldas” (2016), [en línea], disponible en: <http://fasab.udistrital.edu.co:8080/programas/pregrado/artedanzario/>, recuperado: 03 de junio de 2016.

“Bachillerato Artístico de Ballet Clásico” (2007), [en línea], disponible en: <http://incolballet.com/bachillerato-artistico-de-ballet-clasico/>, recuperado: 03 de junio de 2016.

“Ballet Ana Pavlova, Escuela experimental de Bogotá”, (2016), [en línea], disponible en <http://v3.anadanzaexp.com/>, recuperado: 03 de junio.

Barrero Tapias, J.; Clavijo Poveda, J. y Gómez Serrudo, N. (2011 enero-junio), “Cuerpo sano y espiritual: prácticas de consumo y estilo de vida” en *Revista Universitas Humanística*, núm.71, pp. 175-189.

Bourdieu, P. (2007), "Estructuras, habitus, prácticas" en *El Sentido Práctico*, Buenos Aires, Siglo Veintiuno Editores, pp. 85-105.

Casa Danza, Escuela de Ballet (2016) [en línea], disponible en <http://casadanza.weebly.com/>

Diario de campo personal, realizado por Asprilla, L. Bogotá.

Franco, Á. (2016, 04 de marzo), entrevistada por Asprilla, L., Bogotá

Guelbet, V. (2012), "Las escuelas de ballet y sus métodos, I parte", [en línea], disponible en: <http://www.bailarinas.eu/las-escuelas-de-ballet-y-sus-metodos-i-parte/>, recuperado: 17 de marzo de 2017.

Guelbet, V. (2012), "Las escuelas de ballet y sus métodos, II parte", [en línea], disponible en: <http://www.bailarinas.eu/las-escuelas-de-ballet-y-sus-metodos-ii-parte/>, recuperado: 17 de marzo de 2017.

Guelbet, V. (2012), "Las escuelas de ballet y sus métodos, III parte", [en línea], disponible en: <http://www.bailarinas.eu/las-escuelas-de-ballet-y-sus-metodos-iii-parte/>, recuperado: 17 de marzo de 2017.

Guelbet, V. (2012), "Las escuelas de ballet y sus métodos, IV parte", [en línea], disponible en: <http://www.bailarinas.eu/las-escuelas-de-ballet-y-sus-metodos-iv-parte/>, recuperado: 17 de marzo de 2017.

Lebourges, S. (2008) *Lo bailado... nadie me lo quita. Memorias de una bailarina*, México D.F., El Guardagujas.

Le Breton, D. (2006), *Antropología del cuerpo y modernidad*, Buenos Aires, Ediciones Nueva Visión.

Le Breton, D. (2002), *La sociología del cuerpo*, Buenos Aires, Ediciones Nueva Visión.

Márquez Arabia, J; Márquez Arabia, W y Gómez Hoyos, J. (2012), “Lesiones en bailarines de ballet”, [en línea], disponible en: http://www.bvs.sld.cu/revistas/ort/vol27_1_13/ort11113.htm, recuperado: 01 de junio de 2016.

Masot Oller, M. (2013), “Tomar clases de ballet es una invitación al bienestar”, [en línea], disponible en: <http://www.danzaballet.com/tomar-clases-de-ballet-es-una-invitation-al-bienestar/>, recuperado: 05 de junio de 2016.

“Método Vaganova” (s.f.), [en línea], disponible en: <http://www.teatraliacr.com/new-page-2/>, recuperado: 20 marzo de 2016.

“Misty Copeland: su destino no era ser ballerina, pero su deseo pudo más” (2014), [en línea], disponible en: <http://webadccion.net/su-destino-era-ser-balerina-pero-su-deseo-pudo-mas/>, recuperado: 19 de junio de 2016.

Mora, A. (2008), “Cuerpo, sujeto y subjetividad en la Danza Clásica”, en *Revista Especializada en Periodismo y Comunicación*, vol.1 núm.17, pp. 1-9.

Mora, A. (2011), *El cuerpo en la danza desde la antropología. Prácticas, representaciones y experiencias durante la formación en danzas clásicas, danza contemporánea y expresión corporal* [tesis doctoral], Universidad Nacional de La Plata, Argentina, Doctorado en Ciencias Naturales.

Mora, A. (2015, enero-junio), “El cuerpo como medio de expresión y como instrumento de trabajo: dualismos persistentes en el mundo de la danza”, en *Cuadernos de Música, Artes Visuales y Artes Escénicas*, vol.10, núm.1, pp. 115-128.

Nancy, J. (2007) 58 indicios sobre el cuerpo: extensión del alma, Buenos Aires, La Cebra.

Nogueira Haas, A. (1999), *Estudio morfométrico comparativo entre niñas practicantes de danza de una ciudad española y niñas practicantes de danza de una ciudad brasileña* [tesis doctoral], Universidad de Cádiz, España, Doctorado en Medicina.

Sanabria, C. y Ávila, C. (eds.) (2014) *Pensar con la Danza*, Bogotá, Ministerio de Cultura de Colombia.

Torres, Z. (2016, 15 de junio), entrevistada por Asprilla, L., Bogotá.

Turner, B. (1994) “Los avances recientes en la teoría del cuerpo” en *Revista Española de Investigaciones Sociológicas* 68/94, pp. 11-39.