

Aportes de las prácticas somáticas al tango, su técnica y pedagogía

UCHITEL, Andrea / Diplomatura de Tango de la UNTREF . Centro Cultural San Martín- Miembro de la Asociación Argentina de Profesores de Técnica Alexander (AAPTA) / andreauchitel@gmail.com

Tipo de trabajo: ponencia

» *Palabras claves: tango - educación somática - técnica - pedagogía - prácticas - mecánicas del abrazo - comunidad - diversidad - integración - bailar.*

» **Resumen**

Introducir contenido propio de las prácticas somáticas al abordaje del tango danza, su transmisión y su técnica es poco habitual y por ello puede resultar complejo. Cuando converso sobre esto con colegas docentes de tango, muchxs se inquietan preguntándose cómo incluir información anatómica y exploraciones propioceptivas en sus clases. También se preguntan para qué. Para mí, son contenidos esenciales para el desarrollo de un bailar, y un aprender a bailar, desde el autoconocimiento y la sensorialidad, y los integro hace muchísimo tiempo tanto a mi propuesta pedagógica como a mi danza. Mi profundo involucramiento en el campo somático, me brindó una nueva lente para pensar, enseñar y vivir el tango.

Me propongo compartir reflexiones y recursos específicos para comprender ese cómo y ese para qué. Me interesa pensar juntxs, los modos en que la estrategia sensible y exploratoria de las somáticas, hacia la salud, el bienestar y la vitalidad, así como el valor del aprendizaje a través de la investigación en primera persona, se relacionan con la modalidad de copia y repetición, y con la forma, a veces excesivamente estereotipada, propias del tango. La búsqueda es hacia un cruce interdisciplinar que amplifique las posibilidades de acceso, nutra el bailar en el abrazo y fortalezca a lxs bailarines, respetuosxs de su singularidad y la de sus estudiantes, autónomxs, creativxs, investigadores. Ojalá también, esta mirada sobre el tango renueve ciertas concepciones e ideas previas y lo acerque más a más gente.

» **Entre las prácticas somáticas y el tango, un cruce poco frecuente**

El tango y las prácticas somáticas son dos universos que no suelen -o no solían- cruzarse. El tango, en tanto baile social, suele transmitirse de un modo familiar -el tío te enseña bailando en el patio, o el milonguero te muestra un paso que vos aprendes copiando, sin mucha explicación- o bien, en academias con líneas pedagógicas centradas en formas y estéticas específicas de referencia. Con el advenimiento de este siglo, se

van abriendo nuevas perspectivas para abordar esta danza. Fuerte evidencia de esto está siendo la posibilidad de desligar los roles en el abrazo del género de quienes decidan ocuparlos, y pensarlos como tareas complementarias, siendo ambos lugares activos en la construcción conjunta del bailar. Este es un cambio central vinculado claramente al feminismo en acción (Colectivo Aires del Sur, 2021; Liska, 2018).

Siendo la actualidad un nuevo momento de auge de las prácticas somáticas, cómo se acercan estos dos mundos en que el movimiento y la percepción ligados a la conciencia propia y del entorno son parte central de la búsqueda. En particular ¿de qué modo las prácticas somáticas nos ayudarían a renovar las miradas y abordajes sobre el tango para acompañar su herencia actualizada? ¿Cómo, para qué y por qué las prácticas somáticas, desde sus concepciones, principios y recursos, resultarían en un aporte sobre la mirada técnica y pedagógica de esta danza tradicional y popular?

› **¿Para qué y por qué las somáticas al tango?**

Partir de la propia experiencia

Las razones por las cuales las prácticas somáticas serían un aporte al bailar tango están asociadas a lo que creemos, pensamos y sentimos que es bailar tango, y lo que necesita. Revisar estas ideas nos va a dejar ver cuán atadas a un estereotipo están, o no, y descubrir si podrían ser diferentes.

Te propongo inicialmente buscar las respuestas en tu propia experiencia.

Entonces, si en este mismo instante, te invito a imaginarte abrazando a otrx y bailando un tango ¿qué viene? (Ir pausando la lectura y darte tiempo para imaginar, y tal vez sonreír, sería ideal).

¿Es una imagen con cierta forma estática o es dinámica? ¿Está en quietud o tiene movimiento? ¿Va cambiando mucho o poquito? ¿O es más bien una sensación? ¿o una emoción? ¿tal vez un recuerdo? Esa situación que imaginaste ¿respira? ¿Tiene alguna cadencia particular? (muy distinta hubiera sido con rock o con salsa) ¿Tiene música? ¿Podría volverse el devenir de un vínculo en movimiento dentro del contacto e intimidad de un abrazo en un paisaje sonoro específico? ¿Cómo baila?

Entonces, una vez capturada tu idea-imagen-sensación de hoy bailando en el abrazo, te pregunto:

¿Podría haber sido otra?

Bailar tango es en todos estos campos integrados, el de la forma y las dinámicas, de las sensaciones, de las emociones, el del contacto y el vínculo, el de la música. Y entendiéndolo así, como una experiencia que involucra e interpela a las personas en todas sus dimensiones psicofísicas, integrando lo sensorial -visual, háptico, auditivo- lo kinético, lo emocional, lo vincular e interpretativo, se alinea con la concepción somática del ser humano.

Posiblemente, hacer esta experiencia, haya revelado algunos aspectos de tus creencias y representaciones, y te permita tener una primera idea de aquello buscarías aprender y desplegar (o por el contrario, no desearías para nada) cuando pensás en bailar tango. Ponerla en evidencia, abre la posibilidad para que, si lo quisieras, pueda ir enriqueciéndose paulatinamente, permitiendo alternativas. Para ello, hará falta ir actualizando búsquedas y definiciones.

Lo que sí es cierto, es que todas las versiones imaginadas de abrazos bailando son diferentes e igual de válidas, y ¡si pudiéramos juntarlas en el mismo espacio tendríamos algo muy cercano a una milonga!

El desafío de la diversidad. Siempre es nuevo el abrazo

Una de las características más interesantes de la escena del tango social actual es su diversidad. Existe un mapa cada vez más extenso, en Buenos Aires y el mundo, de espacios con distintas propuestas en que se baila socialmente, y vos tenés la posibilidad de recorrerlos. Lo que tienen en común esos espacios, lo que comparten quienes participan, lo que lxs hilvana y reúne, son: un tipo de música (que abarca un gran y heterogéneo espectro), algunas reglas de uso del espacio compartido para la circulación en la pista que facilitan el desarrollo de la danza de cada pareja y del conjunto, y un objetivo común, un deseo compartido, el de encontrar esa sensación de “juntxs” durante tres minutos en un abrazo. Esa sensación de estar produciendo armonía con otrx en el movimiento, de estar haciendo acuerdo a través de la intimidad del contacto es una sensación que a los humanos suele producirnos mucha felicidad. Cuando aceptás una tanda y entrás al abrazo, te comprometés en el juego de hacer equipo y buscar juntxs el mejor “juntxs” posible durante el transcurrir del tango y la improvisación. Irá siendo más o menos afinado, más o menos acorde a tu preferencia, teniendo siempre el derecho de poner tus límites y deshacer el acuerdo si fuera necesario. Entonces, ¿cómo prepararnos para bailar en un contexto diverso y cambiante con quien es siempre (al menos un poquito) diferente a lo que podemos imaginar? En cada abrazo singular y en la confección improvisada de la danza, la respuesta parece tener que ver con la posibilidad de estar perceptivx, flexible y disponible. Cuando el aprendizaje por copia y repetición funciona por imposición de un modelo único de referencia, surgen ciertas limitaciones a la plasticidad necesaria para el diálogo con la diversidad. En cambio, entrenar el registro personal propioceptivo y kinestésico, espacial y vincular desde las estrategias somáticas, fortalece la habilidad de ir afinando las respuestas al contexto, ampliando las posibilidades para organizar un movimiento, encontrando los modos más eficientes (menos forzados) de coordinar y moverse calibrando mejor ante lo nuevo. Estas prácticas propician un estado de escucha y disponibilidad para descubrir las calidades emergentes de ese encuentro particular, las calidades en ese siempre nuevo abrazo durante ese tango. Las invitaciones y prácticas exploratorias basadas en la pregunta y la observación sensoperceptivas permiten la profundización de la conciencia, el reconocimiento de los automatismos, el enriquecimiento de

la propia imagen corporal y kinestésica, el desarrollo de la capacidad inhibitoria y la posibilidad de encontrar alternativas para ir afinando con eso que cambia. Así, desarrollando la percepción integrada del campo unificado de lo propio, del otrx y el dúo y el entorno se revierte cierta amnesia motora ligada a los hábitos (Hanna, 1994) y se estimula, despabila, cierta sensorio-inteligencia que nos hace más suspicaces, creativos, presentes.

¿Acaso el estudiar y bailar en dúo buscando juntos el mejor “juntos” posible no implica inexorablemente esto? El hecho de buscar el “juntos” desde la escucha recíproca y la noción de complementariedad de las formas, de los tiempos, de las acciones y los roles de guía-guiado al llevar-seguir en el abrazo conlleva a ese despertar sensorio-inteligente y plástico para encontrar la mejor armonía posible con la singularidad de ambas personas en cada encuentro. Si lo permitís, el/la otrx siempre te muestra nuevas alternativas. El bailar se elabora desde la escucha recíproca y la retro-calibración permanente. Así se propicia la afinidad y un contexto de empatía en la improvisación en que puede emerger una sensación de inteligencia colectiva de cooperación y creación (Ribeiro y Fonseca, 2011).

➤ **¿Cómo integrar estrategias somáticas en una clase de tango?**

Las respuestas a esta pregunta pueden extenderse tanto como la creatividad de cada uno de los docentes que reúnan ambas experiencias (las somáticas y las tangueras) y la diversidad de estudiantes que los vayan inspirando. Conocer, desde la vivencia, los principios básicos del trabajo, los lineamientos y herramientas fundamentales que reúnen las somáticas será fundamental (Eddy, 2009; Brodie y Lober (2004); Uchitel, s/f). Desde allí, de manera integrada cada docente encontrará su propia perspicacia pedagógica y poética (Gubay y Kalmar, 2010). Recientemente, con el deseo de abrir mi investigación e iniciar una nueva etapa de intercambio, he compartido la mía en la publicación de un libro-manual “*Bailar tango. Mecánicas del Abrazo*” (2020).

Para cultivar el carácter exploratorio en una clase de tango, una característica que han de contener las propuestas es la de invitar a los estudiantes a ser investigadores estimulando, valorando e integrando su capacidad sensorio-reflexiva en la construcción de sus procesos de aprendizaje. Se trata de plantear una clase como un laboratorio para investigar experimentando en primera persona. Y desde este lugar perceptivo, sensible, integrador, preguntarse más que concluir, desconocer para seguir explorando, develando el bailar. La práctica es atencional, la habilidad, la de estar presentes. Repetir, más que un acto para desarrollar musculatura y flexibilidad, será la oportunidad de reconstruir, profundizar, diferenciar, percibir, agudizar y celebrar la variabilidad de los movimientos, comprender su relación funcional, vincular y estética. Que las consignas propongan lentes sensoriales móviles, que abran perspectivas, revelen planos, estimulen el movimiento atencional y la toma de decisiones. Cambiar de roles, de dúos, desgranar

secuencias de movimientos, descubrir reguladores de las acciones y las relaciones, para comprender el error, esa situación desafinada, como parte del transcurrir sin descarte y luego conversar, compartir, reelaborar ideas y posibilidades, enriquecer las oportunidades.

Como docentes, más que imponer, cultivar la curiosidad y construir contextos en que aparezca el deseo de saber más de unx mismx para nutrir el intercambio y la composición conjunta. En el abrazo, inspirar e inocular amor por esta danza y música de antes y de hoy, compartiendo el generoso sostén cultural que brinda para esa calidad de exploración tanguera. Que estudiar y bailar se vuelvan recrear y reelaborar desde la percepción y el movimiento en complicidad con otrx en el contexto del abrazo, de la pista y de la música, y que nos conecte con el placer, con la vitalidad, la alegría.

› ***Bailar el tango que está cerca, en vos***

Si sonara ahora un tango, de pronto, algo de tu bailar podría estar comenzando. Desde que convocás la idea, las ganas y te permitís atender a esa sensación, bailar tiene espacio, sucede en vos. Luego, el desarrollo de los movimientos (y las quietudes) tanto durante el proceso aprendizaje como durante cada encuentro en cada tanda bailada pasará por distintas situaciones. Irá de rústico a refinado, de modo más o menos oscilante, con momentos de más coordinación y afinación que otros. Comenzar interesadx por aquello que ya (te) está ocurriendo y vas percibiendo, y también aquello que vas creyendo, pensando y esperando (aquello que te genera expectativa y dirección) te permitirá ir ensanchando lo posible desde lo posible, sin saltos ni miedos abrumadores, ni exigencias lejanas, vistiendo esa sensación, valorando el tango que vas bailando, ese que ya tenés puesto. Que bailar tango se vuelva investigar y sea un emergente personal más que un traje impuesto o acartonado. Así, en cada unx de nosotrxs, en cada dúo y en cada milonga, la actualización de la tradición. Integrar la perspectiva somática al tango abre la posibilidad de que, en el permanente proceso de herencia tanguera, balance entre lo que va cambiando y lo que permanece (Uchitel, 2020b) el bailar se vaya ajustando a las necesidades de esta época de manera respetuosa y valorativa de la diversidad, enriqueciendo las posibilidades de coexistencia y diálogo, para que cada quien vaya encontrando su lugar en el territorio del abrazo y en el extenso mapa de las milongas del mundo. Recíprocamente, me resulta hermoso pensar al tango y a ese extenso mapa de espacios y encuentros, diversos y heterogéneos, como una potente plataforma cultural para el desarrollo somático de las personas.

Bibliografía

- Colectivo Aires del Sur, Morettini M., Pernigotte R. y Fernandez Díaz F. (2021). *Tango en devenir. Un proyecto de danza pedagógico, estético y político desde la perspectiva de género*. ISBN: 978-987-86-9673-7
- Brodie J. y Lober E. (2004). "Integrating Fundamental Principles Underlying Somatic Practices into the Dance Technique Class". Article in Journal of Dance Education, 4:3, 80-87, DOI: 10.1080/15290824.2004.10387263. <http://dx.doi.org/10.1080/15290824.2004.10387263>
- Eddy, M. (2009) "A brief history of somatic practices and dance: historical development of field of somatic education and its relationship to dance". Article in Journal of Dance and Somatic Practices Vol1 Num 1. NYC. DOI: 10.1010.1386/jdsp.1.1.5_1 : <https://www.researchgate.net/publication/249920030>
- Gubbay, M. y Kalmar D. (2010). "El arte de la consigna". Buenos Aires, Estudio Kalmar Stokoe. ISSN: 0214-3402 https://www.researchgate.net/publication/277262410_El_arte_de_la_consigna
- Hanna, T. (1994). "Somática. Recuperar el control de la mente sobre el movimiento, la flexibilidad y la salud". México, Yug. ISBN: 968-6733-16-7
- Liska, M. (2018) "Entre géneros y sexualidades. Tango, baile, cultura popular". Buenos Aires, Milena Caserola. https://www.academia.edu/44935607/Entre_g%C3%A9neros_y_sexualidades_Tango_baile_y_cultura_popular
- Ribeiro M. y Fonseca, A. (2011). "The empathy and the structuring sharing modes of movement sequences in the improvisation of contemporary dance". Article in Research Dance Education, Vol 12, Num 2, pag 71-85. London. <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/14647893.2011.575220>
- Uchitel, A (2020). *Bailar Tango. Mecánicas del Abrazo*. Buenos Aires, Segunda en Papel. ISBN 978-987-86-3306-0
- (2020b). "Cambio y permanencia I y II". Participaciones en el programa "Primera década del siglo XXI", Quilombo Tango. Desvaríos Rizomáticos Tangueros. Producido por Diego Braude. Buenos Aires. <https://www.facebook.com/watch/110039244109512/277165760514335/> (fecha de consulta: 14/09/2021)
- (s/f). "Lentes Somáticas al Tango". Artículo en preparación.