

## LA DANZA CONTACT ENTRA EN LAS AULAS DE LA E.S.O.

*“Los "actos artísticos y creativos" no existen en la realidad hasta que no se llevan a la práctica. Son sólo ideas e imaginaciones que necesitan de mucha gente y energía "conectada" para que florezcan. Por tanto siempre son importantes y únicos”*

El día 20 de Octubre de 2014 el Departamento de Música del IES Astorga realizó una excursión extraescolar titulada “Encuentros Música-Naturaleza”, actividad que se desarrolló en el pueblo de Quintana del Castillo (Comarca de la Cepeda) con los alumnos de 3º y 4º de la E.S.O. de Música

### **\*¿Por qué Quintana del Castillo?**

porque se está promoviendo un proyecto de desarrollo rural muy interesante por parte de La Zarza dojo([www.zarzadojo.es](http://www.zarzadojo.es)), y una de las propuestas durante el fin de semana del 17 al 19 de Octubre fue realizar un retiro y seminario/taller de **Danza Contact (CI)** que atrajo a varios profesionales y amateurs de León, Asturias, Madrid.... El Departamento de Música del IES Astorga no quiso dejar pasar la oportunidad y se puso en contacto, con ese centro multidisciplinar, para realizar un intercambio de **experiencias de danza contact con adolescentes**, hecho novedoso hasta la fecha en el panorama musical español.

Sabiendo lo difícil que es atraer a especialistas de danza a lugares tan pequeños y aprovechándonos de ello, se les propuso impartir un curso de iniciación a Danza Contact para los alumnos del IES. Enseguida se mostraron interesados porque es bastante raro trabajar con adolescentes este tipo de danza.

### **\*¿Por qué DANZA CONTACT(CI)?**

Hicimos nuestras las reflexiones de uno de los “monitores o facilitadores” de danza contact:

*“ El Contact Improvisation (CI) más que un método al uso podríamos decir que se trata de una "actitud", una predisposición, de una forma de relacionarse con el movimiento y, de ahí, con la vida. Conscientes de esa actitud -esta filosofía-los primeros "actores", allá por principios de la década de los 70, resaltaron mucho el papel de la práctica y la investigación.*

*Por eso, entendemos la Danza Contact como una danza abierta a cualquier tipo de propuesta y por tanto accesible a todo tipo de personas. Además, el carecer de experiencia previa , en muchos casos, no resulta un inconveniente, sino todo lo contrario. Ya que las personas que van sin prejuicio alguno suelen mostrarse muy atentas y con muy buena escucha para el movimiento.*

### **CI con personas jóvenes**

*Hemos comprobado en la experiencia que tuvo lugar el 20 de Octubre de 2014 en Quintana del Castillo (50 jóvenes de la E.S.O del Instituto de Astorga + 5 monitores) que la enseñanza del espíritu de la Danza de contacto e improvisación (Contact*

*Improvisation) exige de una maestría y arte, acorde con lo que se intenta explicar. Es decir: El CI necesita de ser transmitido en tiempo real. **El monitor/facilitador debe estar en ese mismo "estado" al que quiere que lleguen sus alumnos.***

*Un estado de improvisación en donde las propuestas se van adaptando a la situación real dada por el grupo, las circunstancias exteriores, imprevistos, etc. Nada extraño, ya que el mismo S. Paxtón (uno de los mayores promotores de eso que pasó a llamarse CI) ya había dicho de esas circunstancias exteriores que formaban parte de la partitura de la danza."*

La Danza Contact permite un aprendizaje individual y grupal consciente ( Darse Cuenta de...) . Los hechos que se producen en un espacio/tiempo(aula) no son arbitrarios y/o casuales sino que son producto de las acciones individuales y colectivas y que por tanto si son inconscientes no se pueden modificar, cambiar o superar, lo que provoca daños, y da como resultado muchos conflictos de convivencia.

Volvemos a hacer nuestras las reflexiones de uno de los monitores:

*"En cualquier caso, según dicha experiencia y sumado a la práctica y transmisión del CI por mi parte podría resaltar varios puntos de su enseñanza:*

- 1. **La Concentración**, o mejor dicho, la falta de ésta es el primer escollo y el más importante a trabajar. Trabajo de concentración, centrado, quietud y silencio tendrían que ser una prioridad con los adolescentes....*
- 2. **Conciencia del espíritu contact:** (por parejas) de lo que se trata es de "**sentir" al otro de una manera diferente.** En realidad, se trataría de explorar la infinidad de posibilidades del contacto con el otro más allá de las siempre (limitadas) a las que estamos acostumbrados. El monitor sólo tiene como misión dar la confianza necesaria para que se produzca ese, de por sí, natural encuentro.*
- 3. Investigación con el peso. **La exploración del peso del compañero implica tanto aspectos puramente físicos, como emocionales-mentales.** Ya que la rigidez, flexibilidad en la mente del compañero se siente con facilidad en este ejercicio. Un ejemplo de esto podría verse en como la confianza o no de una persona en la otra depende de como la ésta pueda portearla o no con mayor o menor facilidad.*
- 4. **Cambio de roles/personajes.** En la danza ,como en la vida ,se suele caer con frecuencia en la adopción recurrente de roles y/o personajes. Así, el ser demasiado pasivo o activo en la forma de bailar da mucho juego a la hora de explorar nuevas formas de movimiento. ...."*
- 5. **Escucha de grupo y escucha general** -para mí, el elemento principal del puzzle del CI....." "En el caso de las jams la escucha pasa por ser el elemento clave para que ésta tenga un desarrollo armónico. Aunque el desarrollo de una jam - por definición- es incierto, es cierto, no obstante, que facilitar la introducción a ésta tiene muchas ventajas.*

**Israel Alvarado González**

**Monitor del encuentro del 20/10/2014 en Quintana del Castillo."**

Desde hace más de veinte años, en el Departamento de Música del IES Astorga, venimos realizando puestas en escena, espectáculos o performance, donde aunamos danza, instrumentación, voz, montajes audiovisuales, decorados, iluminación, vestuario...intentando aprehender el ACTO CREATIVO ARTÍSTICO en “comunidad colectiva” de alumnos y profesoras en forma de compañía escénica. La danza contact está siendo una herramienta necesaria en nuestro quehacer artístico en el aula que es puramente experimental ( ¿qué es una jam sesión sino un experimento?)

### **\*¿ Por qué en un entorno rural?**

Porque esta sociedad vive completamente ajena a la raíz de su identidad, dejándola morir día a día. Porque hay que volver a habitar los espacios llenándolos de vivencias sean cuales sean éstas.

*“Las experiencias como la que vivimos con los chavales ese día 20 de Octubre, no son ni buenas, ni malas, en sí mismas son perfectas porque no se vuelven a dar de la misma manera.”*

Ocupamos tres espacios públicos de Quintana del Castillo para desarrollar nuestra actividad: el salón del pueblo; el cemento de la Iglesia y la Plaza del Crucero. En un principio nos dividimos en dos grupos de 25 alumnos cada uno y trabajaron con monitores distintos porque queríamos que recibiesen formas de hacer CI distintas. Al final nos juntamos en gran grupo en la plaza y realizamos una jam sesión ( ver videos en youtube: <http://www.youtube.com/watch?v=6SpGt6uj74Y> <http://www.youtube.com/watch?v=QUYWr4B97vk> o teclea Curso Contact Quintana)

### **\*¿Por qué un acto creativo- artístico?**

*“Los actos artísticos y creativos desencadenan fuerzas intensas en todos los sentidos, a veces nos causan insatisfacción, otras, maravilla y asombro, y en muchas ocasiones una mezcla de todo.”*

Lo vivido en esta excursión extraescolar para iniciarnos en danza contact en un entorno rural superó todas las expectativas. Se les pidió a los alumnos que expresasen con tres palabras por persona lo que habían vivido haciendo el curso y casi todos coincidieron en las siguientes: **“raro”, “extraño”, “energía”, “alegría”, “confianza”, “fuerza”.**

Algunos comentaron:

- *“No pensé que iba a ser tan fuerte. ¡Menuda energía...!”* ...**Alejandro 3ºC**
- *“...antes de venir estuve mirando videos de contact en casa con mi abuela y algunos no nos gustaron, excepto el del bebé. Pero después de practicarlo aquí ha sido una pasada, es mejor hacer contact que verlo...”* **Jaime 3ºC**
- *“... el contact no se puede explicar sino hacer...”* **Debora 3º Diversificación**

De tal manera los actos artísticos desencadenan fuerzas intensas que:

Nos hizo un día maravilloso de sol; La gente del pueblo, los que acudían a la consulta del médico y hasta los albañiles que andaban haciendo obras por allí se contagiaron de la energía positiva que se creó a nuestro alrededor, generalizándose la alegría en los rostros y en las actitudes. Comentarios como: "... que alegría ver a tantos chavales por aquí", "... ¡a ver si volvéis más días!" ; El entusiasmo y la emoción nos acompañó todo el día, impregnando de magia cada acción que emprendíamos como: grabar los sonidos de la naturaleza en el pantano de Villameca, e incluso llegar a bailar con el aire, y con la sensación de sol-sombra (una acto de danza butó) en la pradera situada al lado de la presa del pantano.

*"Siempre hay que llevar a la práctica estos "poético-artísticos", salgan como salgan, porque darles vida es lo más importante, es cuando se aprende y uno se define/pule "*

"Habitamos el día y la experiencia", en tal forma que cuando se propuso volver a realizar otro encuentro de Danza Contact para la primavera enseguida y de forma unánime los alumnos dijeron que sí.

De regreso a las aulas, en días posteriores, se notó la transformación de la mentalidad y de la disposición para seguir aprendiendo por parte de los alumnos que vivieron esta experiencia, respecto a los que no quisieron realizarla.

**No digas: "Esto es imposible". Di: "¿Cómo podría hacerlo posible?"**

