

Aprenda de su cuerpo vivo: Una emersiología de los gestos circenses*

Learn about your alive body: An emersiology of the circus gestures

Bernard Andrieu **

Universidad París-Descartes (Sorbona), París.

bernard.andrieu@parisdescartes.fr / bandrieu59@orange.fr

Resumen

En el Centro Nacional de Artes del Circo (CNAC) el cuerpo del sujeto se toma en cuenta para el descubrimiento del propio cuerpo en el aprendizaje de las técnicas y en un acompañamiento personalizado. La constitución del saber motor se realiza a nivel infraconsciente a través de la organización del esquema corporal; pero, sin un “análisis consciente de ciertas informaciones propioceptivas” (Le Boulch, 1995: 132), que se realiza en el diálogo con los profesores y en nuestro taller filosófico, la función de interiorización de los aprendizajes no podría realizarse.

Palabras clave: Cuerpos; Movimientos; Sensaciones; Circo; Video.

Abstract

In the Centre of National Arts of Circus (CNAC) the body is taken to discover the own body in the learn of the techniques and in personalised accompaniment. The constitution of knowledge motor is done in an infraconscientious level through the body schema organisation; but, without a “conscientious analysis of certain proprioceptive information” (Le Boulch, 1995: 132), that is done in conversations with the teachers and in our philosophical workshop. Without this internalisation of knowledges it could not be done.

Keywords: Bodies; Movements; Sensations; Circus; Video.

* La traducción del francés al castellano fue realizada por la Dra. María Noel Míguez, de la Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de la República, Uruguay, en acuerdo con el Prof. Bernard Andrieu.

** Profesor en UFR Staps, Universidad París-Descartes (Sorbona, París). Es Director de la EA 3625 TEC «Técnicas y Cuestiones del cuerpo» y de GDRI 836 CNRS BE-PASA. Profesor Asociado a UMR 7268 ADES CNRS Aix.

Aprenda de su cuerpo vivo: Una emersiología de los gestos circenses

Introducción

Trabajamos en la 24ª promoción del Centro Nacional de Artes del Circo (CNAC), gracias al recibimiento del Centro de Recursos y de Investigación (Cyril Thomas & Jeanne Vasseur) y del Director Gérard Fasoli, quienes me han confiado, junto a Eric Wenner, enseñar sobre cultura estética y corporal mediante la experiencia corporal de jóvenes artistas a través de un taller filosófico. Hemos descubierto cómo reconocer los cuerpos en su espíritu y en las técnicas desarrolladas por los aprendices circenses y sus profesores.

Sin saberlo conscientemente del todo, pero preocupados por la experticia técnica de su rendimiento, el análisis del cuerpo nos reveló una riqueza importante en la confluencia de la existencia corporal y de la acción motriz. Por largo tiempo, el cuerpo instrumento ha sido el medio para aprender las técnicas deportivas: “el aprendizaje de esas formas gestuales codificadas es considerado como medio para acceder a un cierto tipo de cultura y de transmisiones de ese “saber hacer”” (Le Boulch, 1995: 125).

Un nuevo análisis de la actividad

A través de los cursos sobre cuerpos en el CNAC, desde setiembre de 2013¹ estamos trabajando con los estudiantes de 1º y 2º año en los temas que siguen:

- Por un lado, en torno al conocimiento de sus propios cuerpos (esquema corporal, imagen del cuerpo, energía corporal, ecología corporal, apariencia, cronogénesis de los aprendizajes, dolor, fatiga, auto sanación y memorias corporales) les hemos dado aportes sobre las culturas y prácticas corporales.

- Por otro lado, con los de 2º año hemos hecho un análisis reflexivo del movimiento

corporal (cuerpo vivo/cuerpo vivido) sobre la base de lo aprendido en 1º año con la utilización de la *GoPro* ubicada en su propio cuerpo: más que centrar la cámara en el rendimiento la llevamos hacia el cuerpo vivo puesto en acción.

- Una serie de entrevistas de auto confrontación con la 26, 27 y 28 promoción sobre la base de un trabajo de entrevista verbalizada sobre los datos del curso en relación directa con sus cuerpos profesionales/cuerpos personales.

El objetivo fue constituir una cultura corporal en acción para los estudiantes y los profesionales, a partir de la experiencia inmersiva en *GoPro* y de entrevistas cualitativas de auto confrontación ante los *films* realizados por las cámaras puestas en sus cuerpos al momento de su entrenamiento.

Lo vivido emocionalmente, miedo-vértigo-fatiga-riesgo, devienen una dimensión a tomar en cuenta a través de la palabra como medio en las entrevistas y en los movimientos del cuerpo vivo observables en la video filmación. Realizamos las investigaciones en torno a las entrevistas y las video filmaciones con una *GoPro* para delimitar con los artistas el momento de suspensión, de vuelo, la gravedad y el desafío del espacio aéreo. Presentaremos aquí extractos de las palabras que narran lo vivido en el aire en 1º persona, sobre la base de ejercicios y entrenamientos cotidianos. Presentaremos el trabajo inicial que realizamos con la 25 promoción, haciendo énfasis en el trabajo sobre el momento de suspensión, el vacío, el vuelo y el vértigo. El trabajo continua con la 26, 27 y 28 promociones.

La emersiología: Descubrir las sensaciones de vida

La emersiología es una ciencia reflexiva nacida de la emersión de las sensibilidades vividas en la conciencia del cuerpo vivido. La emersión es el movimiento involuntario en nuestros cuerpos de los humores e imágenes en las cuales nuestra conciencia

¹ Disponible en: <http://www.cnac.fr/cnac-697>.

no conoce más que la parte que emerge. El cuerpo vivo produce sensibilidades para su ecologización con el mundo y con los otros. Pero, en razón del tiempo de transmisión nervioso de 450ms hasta la conciencia del cuerpo vivido, el cuerpo vivo es conocido con retraso por la conciencia del cuerpo vivido. El cuerpo vivo nos sumerge en las condiciones de su organismo, ecologizando sus interacciones con el mundo, al punto que nos mantenemos allí inmersos en las sensaciones internas como el dolor, el éxtasis, la enfermedad o el envejecimiento. Nuestro cuerpo vivo sufre, disfruta o decide, antes que lo sepamos en nuestro cuerpo vivido.

Los cuerpos vivos se sumergen en los espacios, fondos y cuerpos hasta la *imserción* (al ser inserto completamente en el transcurso de la imserción), sin que una persona dirija conscientemente sus movimientos. Conviene evitar aquí un vitalismo finalista que atribuiría una intencionalidad representacional al cuerpo vivo. Una ecología pre-motriz es siempre sentida inmediatamente por el cuerpo en su relación con el mundo. El cuerpo vivo trata *en persona*, y *no como una persona*, sin intermediario, como un despertar y una activación.

Con *Artes saltos*, tocar el aire genera una sensación física tanto para el cuerpo vivo del artista en primera persona como para el espectador, gracias a un dispositivo más directo de percepción. ¿Qué es lo vivido en primera persona por el acróbata? Si filmar en *GoPro* la caída y el vuelo de los acróbatas nos da el punto de vista en primera persona, nos involucraremos a través de la historia de las técnicas del aire y del vuelo de los acróbatas cómo lo vivido corporal fue modificado tanto por el artista como por el espectador.

En la infancia, el cuerpo puede vivir un vértigo enfermizo y curarse por el ejercicio regular del aire y de la caída. Así, para Stéphane Ricordel, de *Artes saltos*, “pasados los catorce años, el cuerpo desarrolla una forma de aprehensión... un día Jean Palacy me dijo de subir, lo que hice a pesar de tener un vértigo enfermizo” (Moreigne, 2010: 24).

“Esta conciencia de la realidad material, carnal, del espacio y de lo vacío, ha estado siempre en el corazón de nuestro trabajo y de nuestro registro con el trapecio y en los cuerpos acróbatas” (Moreigne, 2010: 38).

El dispositivo favorece la “creación de imágenes y de sensaciones destinadas a abrir lo imaginario del espectador, a *immergerlo* en el universo visual, sonoro y sensorial y a hacerle experimentar las

emociones más allá del sólo espectáculo de la proeza y de la actuación” (Moreigne, 2010: 46). El aro como dispositivo, según Fabrice Champion, afecta también la sensibilidad y la afectividad de los acróbatas:

“Los espectadores podían ver el sudor, sentir el aliento, la respiración y la tensión de los cuerpos de cada uno de nosotros... al finalizar la acrobacia, como de manera invisible pero tangible, el movimiento que acababa de realizarse se prolongaba en el cuerpo del acróbata más allá haya hubiese terminado su figura” (Moreigne, 2010: 55).

El acceso a sus cuerpos

Les proponemos a los circenses diversos modos de acceso a sus cuerpos: el cuerpo consciente con el que nos hablan de manera informal en los momentos de descanso entre dos entrenamientos, o en pausas de café en los que describen sus representaciones en los textos autobiográficos, o en las entrevistas al mirarse en los *films* en *GoPro*. Si el modo de acceso a ellos a través del cuerpo resulta rico, lo más sorprendente es el descubrimiento de sus cuerpos vivos que ven mover sin tener conciencia, donde ven sus movimientos y sienten la actividad interna e íntima.

Su cuerpo representado es aquello que debió ser visto por el espectador del circo que va a disfrutar la actuación mediante una estética del espectáculo. El artista de circo no toma un riesgo máximo en esta representación, permaneciendo por debajo de lo que podría hacer en el entrenamiento donde pone al límite su cuerpo y las técnicas. Esta diferencia entre este cuerpo representado y su cuerpo experimentado en la actuación y el entrenamiento hacen descubrir cuánto el artista de circo es, primeramente, un cuerpo vivo antes de ser un cuerpo mostrado: el esfuerzo, el entrenamiento, la fatiga o la repetición son ejercicios cotidianos que deben experimentar los cuerpos vivos para adquirir los automatismos. Esta lenta transformación de las técnicas de los gestos (Azemar, 1994) por el entrenamiento produce una especialización por adaptación a las nuevas exigencias del esquema corporal: cada uno debe encontrar sus soluciones motrices “a menudo mejor adaptadas y más eficaces que aquellas que inducen los modelos culturales de las escuelas. Esta diferencia entre el saber de los maestros y la síntesis encarnada del circense lleva a la “adquisición de morfocinesis-implicando la toma en consideración de una forma de movimiento, de una imagen motriz, con el fin de reproducirla con su propio cuerpo tan fielmente como le sea posible” (Azemar, 1994: 35).

El accidente y la lesión son posibles ante la falta de atención suficiente durante la adquisición. Conviene, como lo hacemos en CNAC, brindar las herramientas de análisis de la diferencia entre el cuerpo vivo, las técnicas del cuerpo adquiridas y la conciencia de su imagen de cuerpo: la dificultad se halla en creer que el cuerpo del artista es solamente tal en el espectáculo, por lo que las sensaciones de placer, de esfuerzo y de dolor constituyen una memoria singular y personal del cuerpo de cada uno de los artistas. Las diferencias de género son también importantes en función del estilo de espectáculo brindado, pero también de las capacidades corporales que el artista puede implementar. Sus capacidades corporales son las potencialidades adaptativas que el circense debe activar y actualizar en la función.

Sentir su cuerpo vivo exige una atención de sí en el transcurso de la actuación, pero también a través de la autorreflexión compartida con el *coach* y con los compañeros. La fineza de análisis del cuerpo vivo resulta sustancial para cualquier persona interesada en el rendimiento de lo circense: entonces, la salud de los artistas va a depender de los hábitos adquiridos en la formación de sus cuerpos, pero también de su competencia metódica de análisis de su auto-salud (Andrieu, 2012b) para encontrarse más prevenidos y en acción.

Las técnicas del cuerpo vivo y vivido

Las técnicas del cuerpo nos vienen a interrogar sobre las condiciones del aprendizaje del gesto circense en el cuerpo vivo y en el cuerpo vivido. Con la *GoPro* puesta en el cuerpo, la cámara misma se embarca en el cuerpo haciéndonos sentir, no la percepción viva del sujeto sino el punto de vista en primera persona de su situación en la acción de su cuerpo. Hay que vivir la acción corporal en la empatía para favorecer una reflexión mayor: la distinción entre el gesto voluntario y consciente y aquello involuntario e inconsciente, lo que es inmediatamente visible allí donde la imagen en tercera persona no nos permite percibir más que la globalidad del movimiento corporal.

La auto confrontación en tercera persona, al verse filmados, tuvo como objetivo favorecer la explicitación del gesto efectuado como si debiera ser reproducido. Una perspectiva subjetiva situada llevó la atención cognitiva sobre los trazos de la actividad corporal: confrontado a la percepción subjetiva de una imagen de video, el sujeto está en situación de *re-situ* cognitivo para verbalizar lo que ha realizado

describiendo y comentando con palabras el curso mismo de su acción.

La cámara *GoPro* en primera persona brindó las informaciones suplementarias por el hecho de ser llevada en el propio cuerpo en la producción de imágenes no filmadas voluntariamente. Llevando una cámara en su cuerpo se pudo mostrar el estilo libre, las imágenes inéditas, lugares inexplorados y las posturas en el corazón mismo de la acción.

Este trabajo combina el curso teórico que define los niveles de conciencia, los *films* autorreflexivos en *GoPro*. La auto confrontación con estos films permiten acercarse a una ecología premotora del cuerpo vivo (Andrieu, 2013b), una habituación subconsciente de las técnicas del cuerpo y una conciencia representacional. Sentir su cuerpo en primera persona supone distinguir estos tres niveles de actividad y situarlos en la historia corporal de cada uno. La cuestión es difícil en tanto nuestra atención se halla focalizada en la sola conciencia representacional que produce y reproduce imágenes mentales de nuestros gestos.

Las perspectivas de este programa de investigación son producir un film didáctico de este análisis que podrá ser transferido a otras disciplinas: el trabajo consiste en una lectura en diversos niveles con el fin de desarrollar una comprensión dinámica y encarnada de la situación consciente e inconsciente de la motricidad. Ver qué hace nuestro cuerpo vivo sin nosotros y delante de nosotros, revela los gestos que se tienden a eliminar más una ecología premotora del cuerpo vivo que precede de 450ms la conciencia de nuestro cuerpo vivido. Sin esta ecologización espontánea, a la vez reflejo e incorporando las técnicas del gesto, el artista circense no podría conceder a su cuerpo una confianza suficiente para actuar.

Reunidos bajo el concepto metodológico de la emersiología (Andrieu y Burel, 2014) se abren paso en la conjugación de las disciplinas del cuerpo nuevas perspectivas de análisis acercándose más a la realidad de la experiencia. Descifrar y cuestionar los movimientos inconscientes, involuntarios y habituales del esquema corporal, y los gestos conscientes del aprendiz en las actividades físicas, deportivas y artísticas, es aceptar tener una mirada nueva sobre la práctica premotriz y comprender estos movimientos para acompañar como profesor de EPS en su práctica viva.

Los ajustes inconscientes del cuerpo vivo

¿Quién controla los gestos circenses en el desarrollo de la acción del cuerpo experto? La percepción y la acción están estrechamente ligadas, “indisociadas vía la mediación del cuerpo propio” (Kerlirzin, Dietrich y Vieilledent, 2009: 35), tal como lo ilustra la situación donde el acróbata estira ciegamente sus manos para que el portador lo atrape, o que espera que el movimiento de su cuerpo le permita tomar los objetos que no ve. Esta confianza en su cuerpo vivo reposa en las decisiones tomadas de los lazos sensorio-motores: las simulaciones internas calculan las consecuencias potenciales de la acción anticipando los estados motores futuros por la conjunción entre los receptores sensoriales y el sistema nervioso central. Lo que Alain Berthoz llama la decisión motriz y Marc Jeannerod el cerebro voluntario, son los cálculos inconscientes que nos aseguran la realización de la acción.

El cuerpo es en acto (Berthoz y Andrieu, 2011) antes que la conciencia sea consciente. En función de la posición en el espacio y de la postura lograda el cerebro es capaz de hacer las predicciones. Cuanto más se entrena el circense más repite la validez de los lazos sensorio-motores habituándose a los gestos. La dimensión inconsciente de la incorporación de las técnicas de los gestos produce una síntesis psico-bio-social, a la cual Marcel Mauss define como el habitus. Los ajustes posturales, que van desde el control sensorio-motor y no son simples reflejos, demuestran esta respuesta apropiada al movimiento ejecutado sin que el sujeto sea consciente, más allá que éste haya repetido numerosas veces en el entrenamiento el juego de los músculos, el movimiento de los brazos o la rotación.

Para un salto, producción de una rotación, el circense no puede utilizar su visión con los referenciales exo y ego centrados por la pérdida de marca y velocidad. Las informaciones utilizadas para una estrategia inercial son “sensores del oído interno, incluyendo sensores de rotación, los canales semicirculares” (Kerlirzin *et al*, 2009: 125). La preparación del aterrizaje, los videos en *GoPro* y nuestras fotografías muestran bien esta búsqueda de información visual, al término de la rotación, que re-encuentra una estrategia viso-vestibular. Esta diversificación de las informaciones sensoriales definidas resultan “una apreciación fina del sujeto en la orientación de su cuerpo en el espacio a partir de las informaciones sensoriales” (Kerlirzin *et al*, 2009: 126).

La pérdida momentánea de ciertas habilidades tiende a la dificultad de mantener una representación global (Kerlirzin *et al*, 2009) de la producción de un movimiento: 1. Definir sus coordenadas espaciales en función de la trayectoria; 2. Representarse el movimiento en términos de trayectoria a realizar que codifica cada desplazamiento, direcciones, ángulos y parejas; 3. Comparación entre lo atendido y lo producido con un proceso de regulación; 4. Puesta en marcha de sinergias musculares con una alternancia de excitación y de inhibición. Sin la interacción y la puesta en coherencia entre estas diferentes informaciones el lugar de percepción/acción del gesto se puede perder o ganar.

“Es bueno cuando llegas a hacer una figura que visualizaste antes, el gesto perfecto luego de meses de repetición” (25 promoción).

En 1983, las experiencias de Benjamin Libet lo habrían probado registrando la actividad del cerebro, en tanto “el cambio de la actividad cerebral se produciría 500 milisegundos antes que el dedo se levantara. Por lo tanto, la actividad cerebral indica que lo voluntario haría pronto mover su dedo interviniendo alrededor de 300 milisegundos antes de decir que se quiere mover un dedo voluntariamente” (Frith, 2010: 95-96). ¿En qué medida soy consciente de lo que hace mi cuerpo? Aquí, los circenses testimonian que sus cuerpos van antes de la conciencia que tienen de ello, favoreciendo una confianza corporal, sobre todo en las situaciones donde no ven la mano a la que asirse, la barra o el obstáculo a evitar. No sabemos lo que hacemos: a partir de la experiencia de Pierre Fourniret y Marc Jeannerod (1998) en Lyon, la cual consistía en trazar una línea desplazando la mano por delante sin ver otra cosa que la línea de la pantalla, la mano no hacía lo que veía: “más allá de la conexión directa que enlaza mi mano a mi cerebro, yo no estoy precisamente al tanto de qué hace mi mano” (Frith, 2010: 93). Así, la mano puede hacer una acción en ciego.

Análisis de la tipología de los gestos en primera persona

Disponiendo la cámara sobre el instrumento (surf, ski, lona...) el plano revela el cuerpo en sus habilidades y posturas de acción, como en el *film* *Leviathan*, viéndose una tipología de gestos diferentes:

- *Los movimientos inconscientes del esquema corporal* que se activan para restaurar el equilibrio,

lograr un cambio, tomar un respiro y evitar un obstáculo. Ledoux pudo mostrar cómo las emociones primarias entre 80 ms y 180 milisegundos producen una respuesta motriz más rápida que aquellas que son corticalizadas. *El nivel inconsciente de los gestos reflejo*: auto confrontadas con las imágenes de la recepción de su jardinero José Luis, el changarín Jonathan nos confía que es la primera vez que ve los gestos reflejos de protección de su cuerpo vivo que efectúa inconscientemente. Antes de mirarlo, se le había solicitado contar la historia de su cuerpo vivido sin haber hecho mención alguna. Fue la cámara *GoPro*, fija en el pecho de su compañero, que le reveló los tiempos de reacción muy ecológicos del cuerpo vivo de Jonathan.

- *Los movimientos involuntarios pero habituales* son incorporados por las técnicas del cuerpo a través de los entrenamientos y de los ejercicios repetidos pareciendo revelar una intencionalidad corporal; el cuerpo parece realizarlos sin que se den cuenta. *Los gestos incorporados devienen automáticos*: por su parte, Juan ha automatizado, luego de mucho tiempo, los impulsos motrices necesarios para la realización de la rueda, al punto de no prestar atención al desplazamiento de sus manos en el suelo. Los movimientos de sus caderas son automáticos, siendo necesario el registro en video para revelar su acción y los ajustes efectuados.

- *Los gestos voluntarios y conscientes* que confían en una preparación mental y una representación cognitiva antes de la acción. *Los gestos conscientizados*: Chloé, en un trabajo en la cuerda, nos confía buscar la sensación de peso en la cuerda para experimentar la técnica bien hecha: es a esta condición de movilización de la atención que ella puede tomar la decisión de cambiar de postura y de involucrarse en la cuerda para evitar la caída o crear un nuevo movimiento.

Así, estas imágenes producidas por los cuerpos en las cámaras nos muestran los micro gestos, las vacilaciones, los cambios de direcciones, los ajustes motores y las adaptaciones a lo nuevo antes mismo que tengamos conciencia en lo vivido cognitivo. Así, la ecología pre-motriz (Andrieu, 2013a) y sus instrumentos de medida y de visualización reflexiva, tornan visible el cuerpo vivo aunque nuestra conciencia no preste más atención.

Las imágenes son analizadas a continuación:

- En auto-confrontación del estudiante circense con los *films* realizados con las cámaras incorporadas.

- Por una entrevista cualitativa con Bernard Andrieu sobre lo vivido corporal y el análisis del movimiento.

- Por un análisis didáctico de los gestos con el estudiante y los profesionales de referencia del CNAC.

La información visual obtenida

La búsqueda de puntos de referencia visuales se realiza de manera consciente en el trampolín: la pérdida de referencia en el espacio agrava la posibilidad de situarse en el movimiento en razón de los giros y retrocesos de la postura. Théo Touvet (27 promoción) se refiere a su *film GoPro* de la siguiente manera:

“Busco una visual del trampolín bajo la axila izquierda luego del primer cuarto de rotación. La ejecución en giro y medio implica bajar el brazo derecho volviendo el hombro luego del primer medio giro y juntar los talones para luego permanecer envuelto, manteniendo el cuerpo rígido y tendido, alongando los brazos a lo largo del cuerpo. Hay que mantener la mirada sobre la lona” (Théo Touvet, 27 promoción).

Los gestos voluntarios utilizan aquí la mirada como una marca para encadenar la serie en función de la ocupación en el espacio más allá de la velocidad y la gravedad. Antoine, Luna, Simon y Hugo (27 promoción) toman las informaciones de la lona para las *“miradas de fijación, miradas luego de los giros y el aterrizaje”*: la dificultad es tan grande desde la lona en la búsqueda de un punto de apoyo en cada giro, que varias orientaciones en el espacio son complementarias como en el momento en que se fija la mirada en los pies juntos sobre la lona a la salida del trampolín.

Anaïs Albisetti (27 promoción) describe una variación en el registro de las informaciones visuales en función de la figura:

“Para cierta figura voy a mantener la señal visual lo más posible para fijar mejor la figura y poder retomar el punto de referencia del suelo lo antes posible, para otras eso cambia según si yo parto desde los pies o desde las manos” (Anaïs Albisetti, 27 promoción).

Así, la parte superior de la figura visualizada en el espacio es dirigida a las posiciones de los pies

y de las manos sobre el cuerpo de los changarines, de otra manera un desequilibrio fatal produciría una caída. La automatización del movimiento no se completa hasta que se conserven los momentos de conciencia en torno al espacio.

Desde el punto de vista del changarín Sébastien (28 promoción), éste precisa la presencia del cuerpo vivo contra *“una ondulación entre la conciencia y el cuerpo vivido”*.

“Cuando intento tener una hiperpresencia, es también un trabajo que siento resonar con el trabajo de Chloé Maglia y Yoanne Bourgeois. Esta hiperpresencia, distendida pero atenta, descontracturada pero completamente cercana, lanzada exactamente a donde se necesita, brinda calidad a la escena. (...). Un método o disposición que he comprendido con mucha gente que enseña el trampolín (y que lo trabaja) es la idea de puntos de referencia. Es el momento en el cual las sensaciones (a menudo la mirada) toman conciencia del entorno, se dejan penetrar por las informaciones o buscan una información en particular para tomar las decisiones sobre las acciones que siguen” (Sébastien, 28 promoción).

Dejarse ecologizar por la presencia del mundo, es una manera de llevar toda la atención a lo que viene a la visual inmediata. Esta hiperpresencia no es cognitiva en tanto la relajación de la mente se apoya sobre un conjunto de pies y manos en la postura. El equilibrio da la sensación al cuerpo vivo, el cual atraviesa la experiencia directamente.

Pero la sensación por la polarización de la atención puede producir una mirada sin ver como a Catherine (28 promoción) en el mástil chino.

“Siento de tal forma la sensación en el cuerpo (sobre todo en mis pies para asegurarme de no resbalar) que tengo la sensación de mirar sin ver, lo visual no es importante cuando la mano derecha pasa delante de la cara” (Catherine, 28 promoción).

Esta diferencia, como lo decía Merleau-Ponty,² entre la sensación de mirar, la cual da confianza al cuerpo para entrar en ciego en la lona, y lo visual que captaría una información ciega y precisa.

² “Ver un objeto, es o bien tenerlo en el campo visual y poderlo fijar, o bien responder efectivamente a esta solicitud mirándome” (Merleau-Ponty, 1945: 81).

La herramienta, la estera, deviene una extensión del cuerpo vivo. La neurociencia lo confirma: “Luego de un poco de entrenamiento, tenemos un sentimiento de control de la herramienta como si fuera parte de nuestro cuerpo” (Frith, 2010: 10).

La detección de un estímulo, la mano tendida de su changarín Garance, en el campo visual periférico de Gaby le permite elaborar una “respuesta motriz adaptada, el posicionamiento del cuerpo, el desplazamiento de un segmento corporal con la mayor precisión posible, el ajuste terminal preciso del desplazamiento” (Kerlirzin et al, 2009: 88).

A pesar del desequilibrio del eje del cuerpo y el avance de la parte izquierda del mismo, la información periférica es integrada para poder llegar a un ajuste común entre el portero y el acróbata. El tacto, la velocidad y los ojos se complementan para este ajuste que adapta los diferentes segmentos del cuerpo a la acción. Lea Vehille (27 promoción), una vez lanzada por la changarina, plantea:

“Yo no pierdo contacto visual delante de mí pero no busco voluntariamente los ojos ni las manos de la changarina” (Lea Vehille, 27 promoción).

Esta capacidad de mirar sin atención voluntaria activa el saber incorporado por la experiencia del cuerpo vivo: no es necesario buscar voluntariamente la información, el cuerpo vivo se ecologiza llegando a los puntos de referencia que percibe en el espacio inmediato. “La conjunción del tratamiento de la información se vuelve menos exigente en el foco o en la energía mental cuando se trata de una autonomización” (Durand, Haw y Poizat, 2015: 33) que libera la visión sobre los otros aspectos, en tanto el cuerpo sabe qué es lo que hay que hacer, “el aprendizaje se caracteriza también por una apertura del espacio visual” (Durand et al, 2015: 33).

Cálculo anticipatorio y el centrado consciente

Así como la anticipación no es mental sí es el resultado de un cálculo práctico del cuerpo vivo que evalúa en el ritmo y en el trazo de la acción la velocidad de uno mismo o del compañero con relación a su propio cuerpo. Esta lectura ecológica del cuerpo es inconscientemente realizada por la sensibilidad activa de la mano circense (Hamidi-Kim, 2008). El riesgo no es real con las medidas de seguridad existentes, pero el cuerpo registra el espacio inmediatamente para ser eficaz sin que la conciencia tenga tiempo de

reflexionar sobre la acción a realizar. La anticipación mental puede ser una preparación ordenada del tiempo.

“El trampolín produce una visualización mental de la figura y una pequeña recapitulación de la acción a realizar” (Théo Touvet, 27 promoción).

La proyección mental es una representación no abstracta pero comparada con la experiencia incorporada: aquella proporcionada por puntos de referencia sensoriales y mnémicos que cada uno querrá encontrar antes de la repetición de la serie de ejercicios; por una parte, para estar tranquilo y en buenas condiciones para la futura realización y, por otra parte, para encontrar el estado mental de bienestar para llevar adelante la técnica. Lucas Struna (27 promoción) en la alfombra india hace una *“toma de conciencia entre el cuerpo y el instrumento”* con una *“proyección de la figura antes de tomar contacto”*. Busca *“encontrar la sensación de éxito y dominación”*.

La respiración ayuda a la concentración adoptando en el momento de la salida de la lona un ritmo particular: en la lona Antoine, Lluna, Simon y Hugo (27 promoción) utilizan la respiración para favorecer la *“visualización de la salida de la lona”* lo que les da una *“vivacidad de espíritu”* y les permite *“estar por encima”*. La vivacidad del espíritu aumenta el sentimiento de dominación de la técnica en busca del camino tomado en el cual la huella sirve de guía.

El estar centrado conscientemente no es una constante en el conjunto de la secuencia temporal de la acción. No es global sino dinámica, moviendo sobre las partes de la técnica aún incierta o riesgosa debiendo estar la conciencia más viva y presente.

“Antes de hacer la figura imagino justo el comienzo de la figura hasta la llegada de la mano derecha, pero no pienso en el final de la figura ya que si el comienzo está bien el resto también” (Catherine, 27 promoción).

Esta capacidad de distinguir en el curso de la acción lo que está ya automatizado de lo que debe ser acompañado por un flujo de conciencia dinámica es una técnica de conservación y de economía del cuerpo vivo que no utiliza la conciencia del cuerpo vivo salvo que la acción lo necesite.

Poder disponer en la memoria las diferentes variaciones de la figura favorece la actualización de la técnica del cuerpo. El análisis conocedor de

las informaciones del entorno se comprende aquí como una posibilidad para la acción: *“No percibimos un entorno neutro y objetivo, sino un entorno “transitable”, “saltable”, “escalable”, “ejecutable””* (Durand et al, 2015: 37). Inventado por James J. Gibson, el término *asequiblanche* expresa esta correspondencia de las capacidades con las tensiones del mundo: *“El entorno torna “asequible” tal o cual coordinación, es decir que hace su aparición probable: la conjunción de la pareja percepción-acción presenta así una propensión a aparecer y reaparecer”* (Durand et al, 2015: 37). Garance Hubert-Sambon (27 promoción), changarín de soporte:

“Para anticipar la figura, la visualizo. Sobre todo cuando es la primera vez en el día que la hago. Asimismo, tengo en mi cabeza todas las variaciones de la figura en función del momento de la liberación, precedida del momento de aceleración que varía en función del punto vivo (altura, energía, movimiento seco o desplegado, textura de los cuerpos elástica o combativa o fatigada) que varía según la partida (frenado, alineamiento, altura del salto y los muslos que rebotan). Es sorprendente, pero es tan habitual mirarlo en retroceso. En principio, veo el placer del momento del envío que me zambulle a la concentración de todas las etapas a respetar antes de disfrutarlo” (Garance Hubert-Sambon, 27 promoción).

Desde el punto de vista de los acróbatas, la visualización antes de la ejecución de la figura concentra al cuerpo en la ejecución con el fin de limitar las variaciones de la figura.

“Antes de lanzarme, visualizo el conjunto de la figura: tanto los apoyos, el elástico, me concentro en salida del comienzo. Si una salida está bien ubicada, estirada y no demasiado alta, la figura será lograda con mayor facilidad” (Lea Vehrille, 27 promoción).

El conjunto de pequeños detalles entre la mentalización de la figura y su calidad será el resultado de esta suma. La salida en el espacio podría percibirse desde antes o en la calidad de la toma de la mano.

“Antes de lanzarme en una figura, verifico que mi changarín esté bien si no me encuentro con él. Visualizo mi salida para que ésta sea perfecta para la figura” (S. Chitescu, 27 promoción).

La calidad táctil de la mano es necesaria tanto para la calidad como para el reconocimiento de un tacto habitual de la mano de cada uno.

Pero, ¿esta visualización se puede realizar en la totalidad de la figura y en el encadenamiento de las figuras? Antes de partir, el primer movimiento acomete por su energía y su velocidad la intensidad futura de la figura, pareciendo sufrir el cálculo anticipatorio si la coordinación entre los compañeros se realiza de manera efectiva.

“Para hacer las figuras aisladas, unas y otras, las visualizo antes, pero cuando son figuras que se encadenan una a la otra no tengo el tiempo de visualizarlas por lo que hago figuras comparando la sensación y las recuerdo” (Anaïs Albisetti, 27 promoción).

El recuerdo de las sensaciones probadas en las figuras precedentes calibra la visualización estrictamente mental aportando las informaciones íntimas e internas. Reencontrar las sensaciones reposa sobre un esquema corporal dibujado que sirve de punto de referencia por comparación con aquellas variaciones que son errores o faltas técnicas. Hasta que mi cuerpo encuentra el buen camino para realizar esta figura, pensarla no es necesario para forzar la inteligencia a rehacer el orden de la figura. Nora Boukala Chacon (28 promoción), cuerda de escalada, precisa claramente esto:

“También soy consciente que antes de hacer una figura muy difícil no hay que pensarlo mucho porque sino no te sale. Más pienso más difícil es” (Nora Boukala Chacon, 28 promoción).

Conclusión

El pensar puede llegar a ser un obstáculo para este tipo de aprendizajes, más aún si es necesario formalizarlo y construir modelos. El recuerdo sensorial de la figura surgirá a la superficie de la conciencia, desde el modelo proustiano de la memoria involuntaria, sin el esfuerzo de la voluntad para ir a buscar y quererla obtener absolutamente. Toda dificultad del aprendizaje tiende a este equilibrio personal entre las gamas racionalmente organizadas y la incorporación sensorial de la figura: el placer de lograr viene a valorar lo vivido emocional de la figura recordando el camino; pero es el cuerpo vivo que sabe sin la conciencia del cuerpo vivido dónde encontrar la dificultad de manera solamente intelectual en caso

de fracaso. Johan Caussin (28 promoción), argollas chinas, precisa la percepción del cuerpo en la lectura motriz que vendrá:

“Desde el primer paso mi cuerpo toma conciencia de la distancia que falta cubrir y decide continuar o parar” (Johan Caussin, 28 promoción).

La anticipación mental no alcanza si el cuerpo vivo no siente favorablemente la situación ecológica. La lectura inmediata del cuerpo vivo de la distancia favorece el ajuste y la adaptación motriz por los microgestos desapercibidos, por lo general, por el nivel consciente de la performance. La decisión motriz, si se efectúa por debajo del umbral de la conciencia, supone que el sujeto estaba atento.

Referencias

- ANDRIEU, B. (2012a) *L'autosanté. Vers une médecine réflexive*, Paris, Armand Colin.
- _____ (2012b), « S'abandonner dans les bras de l'autre », *Strada* n°24, p. 23.
- _____ (2013a) “La contorsion comme immersion expérientielle. Se créer un nouveau Schéma corporel” *Mémento Recherche Hors les murs*, N° 7, p. 10-15.
- _____ (2013b) “Sentir son corps en 1^{er} personne : une écologie pré-motrice” *Movement & Sport Science*, 2, N° 81, p. 91-99.
- ANDRIEU, B. y BUREL, N. (2014) “La communication directe du corps vivant. Une émergiologie en première personne” *Hermès*, N° 68, p. 46-52.
- AZEMAR, G. (1994) “Un nouveau regard sur l'enfant dans l'eau” en: Le Camus, Jean; Moulin, Jean-Paul; Navarro, Christian. (Eds.) *L'enfant et l'eau*. Paris: L'harmattan. pp. 11-37.
- BERTHOZ, A. y ANDRIEU, B. (Eds.) (2011) *Le corps en acte. Centenaire Merleau-Ponty*. P.U. Lorraine.
- DURAND, M., HAW, D. y POIZAT, G. (Eds.) (2015) *L'apprentissage des techniques corporelles*. Paris: P.U.F.
- FOURNIRET, P. y JEANNEROD, M. (1998) “Limited conscious monitoring of motor performance in

normal subjects" *Neuropsychologia*, N° 36, 11, p. 1133-1140.

FRITH, C. (2010) *Comment le cerveau crée notre univers mental*. Paris: O. Jacob.

HAMIDI-KIM, B. (2008) "La main circassienne. De l'illusion ornementale à la beauté du geste nécessaire et vital" en: André, E.; Palazzolo, C. y Siety, E. (Eds.) *Des mains modernes. Cinéma, danse, photographie, théâtre*. Paris: L'harmattan. pp. 161-172.

KERLIRZIN, Y., DIETRICH, G. y VIEILLEDENT, S. (2009) *Le contrôle moteur. Organisation et contrôle du mouvement*. Paris: P.U.F.

LE BOULCH, J. (1995) *Mouvement et développement de la personne*. Paris: Vigot.

LIBET, B., GLEASON, C. A., WRIGHT, E. W. y PEARL, D. (1983) "Times of conscious intention to act in relation to onset of cerebral activity (readiness-potential). The unconscious initiation of a freely voluntary act" *Bain*, N° 106, 3, p. 623-642.

MERLEAU-PONTY, M. (1945) *Phénoménologie de la perception*. Paris: Gallimard.

MOREIGNE, M. (2010) *Les arts sauts*. Paris: Actes Sud/Cnac.

Agradecimientos:

(25 promoción)

Garance H., Lea V., Gabi C et Lucie R. (Rosny)Robin Z.(ESAC) ; Mehdi A., Justine B., Jose Luis C., Edouard D., Iesu E., Basiel F., Santiago H., Andres Edouardo L., Vactoria M., Simon N., Philippe, R., Tamryn V.E., Frederi V., Issouf Z., (25eme CNAC 18-21 mars 13)

(26 promoción)

Citado. ANDRIEU, Bernard (2016) "Aprenda de su cuerpo vivo: Una emersiólogía de los gestos circenses" en Revista Latinoamericana de Estudios sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad - RELACES, N°20. Año 8. Abril 2016-Julio 2016. Córdoba. ISSN 18528759. pp. 54-63. Disponible en: <http://www.relaces.com.ar/index.php/relaces/article/view/451>.

Plazos. Recibido: 02/10/2015. Aceptado: 14/02/2016.