





Dossier Somático

El espacio entre la danza y la somática

Ray Eliot Schwartz, M.F.A

(Trad. Luz Condeza y María Emilia Ismael Simental)

Desde hace algún tiempo he comenzado seriamente a preguntarme si lo que conozco como prácticas somáticas, tal y como me lo enseñaron algunos de sus pioneros y sus estudiantes a través de métodos como Body Mind Centering, Técnica Alexander, Continuum, y el Método Feldenkrais, es entendido y compartido del mismo modo por colegas en la comunidad dancística.

A lo largo de los últimos años, en un esfuerzo intelectual personal por obtener un entendimiento claro sobre el significado de las prácticas somáticas, le he preguntado a varios artistas de la danza, quienes han integrado estos métodos a su vida y a su trabajo, qué significado tienen éstas prácticas para ellos. Sus respuestas me sorprendieron. Lo que se ha convertido en el entendimiento estándar de las prácticas somáticas en relación a la danza –“liberación” de tensión, o prevención de lesiones y rehabilitación– no está precisamente en sintonía con las impresiones de algunos de sus más conocidos y veteranos practicantes.

Dos culturas se encontraron en los años setenta y en este proceso descubrieron desde luego similitudes y diferencias. Con el paso del tiempo se encontraron viviendo juntas: en algunos momentos en un romance maravilloso, y otros momentos, conviviendo con gran desconfianza y malos entendidos. Eventualmente, la cultura de la danza se encontró tomando prestado de las prácticas somáticas ciertos aspectos, muchas veces malinterpretando el trabajo simplemente por –y quién sabe en realidad– mercadotecnia, por conformar un espíritu de la época, o por la impresión de que allí había algo útil. Las prácticas somáticas, a su vez, encontraron un aliado útil en la danza, a medida que las tendencias de los bailarines por integrar un conocimiento físico contribuyó a llevar a los métodos somáticos a una audiencia más amplia y a adquirir un mayor pero disciplinar en términos de importancia.

En los últimos treinta años, estas culturas han llegado a estereotiparse la una a la otra, confundiendo al mismo tiempo las complejidades que cada una implica. A pesar de compartir un respeto mutuo por los fundamentos corpóreos y una atención concentrada sobre el cuerpo en movimiento como vehículo para la auto-expresión, la danza ha sido vista por algunos miembros de la comunidad de las prácticas somáticas como rígida, dictatorial, autoritaria, opresiva, y despreocupada por la salud o el conocimiento cinético. Del mismo modo, las prácticas somáticas han sido vistas por la comunidad dancística como suaves, perezosas, complacientes, y un peligro para lo estético y el rigor físico.

The Space Between Dance and Somatics

CORD Presentation

Ray Eliot Schwartz, M.F.A


For some time I have really begun to wonder if what I know as Somatic practice, as taught to me by originators and students of the originators of methods like Body Mind Centering, Alexander Technique, Continuum, and the Feldenkrais Method, is the same understanding that is shared by colleagues in the dance community.

Over the past several years, along with my own intellectual attempt to gain a clear understanding of what Somatic means to me, I have asked several dance artists who have integrated Somatics into their life and work what it means to them. Their answers surprised me. What has become the default understanding of Somatics in relation to dance –“release” of tension, or for injury prevention and healing– is not in line with the attitudes of some long-time practitioners.

In the 1970's two cultures met, and in their meeting they saw similarities and differences. Over time they found themselves living together in a sometimes wonderful romance. Sometimes, though, there was great mistrust and misunderstanding. As time passed, the culture of dance found itself borrowing what it wanted from Somatics, often misrepresenting the work for the sake of – who knows really – marketing, a sense of the zeitgeist, a feeling that there was something useful here. Somatics, in turn, found a helpful ally in dance as the tendencies of dancers to embrace physical knowing helped bring the Somatic methods to a larger audience and a greater sense of import.

But in these last 30 or so years these cultures have also come to stereotype one another and to perhaps misunderstand the other's complexities. Along with a mutual respect for corporeal foundations and a concentration on the moving body as a vehicle for self-expression, dance has been seen as: hard, dictatorial, authoritative, oppressive, and unconcerned with health or kinesthetic knowing by some in the Somatic community. Conversely, Somatics has been seen as: soft, lazy, coddling, and a danger to aesthetic and physical rigor by some members of the dance community.

Recent literature on Dance Education, written by proponents of the integration of Somatics and dance, has acknowledged that when Somatics and dance come together there can be questions of who has the right to represent Somatics. What kinds of training are required and in what ways can dance educators include principles of Somatic techniques “without usurping specific Somatic techniques or assuming unwarranted knowledge”?



La literatura reciente sobre Educación en Danza, desarrollada por los defensores de la integración de prácticas somáticas a la danza, reconoce que cuando éstas se reúnen surgen inmediatamente cuestionamientos sobre quién tiene el derecho de representar el campo somático. ¿Qué tipo de entrenamientos son requeridos y en qué maneras pueden los educadores en danza incluir los principios de las técnicas somáticas “sin usurpar técnicas somáticas específicas o asumir conocimientos innecesarios?” (Lobel 70). El tono de toda esta literatura, abiertamente se enfoca en exponer cómo las prácticas somáticas han sido integradas, al mismo tiempo que malentendidas por la cultura de la danza y, particularmente, por la cultura de educación en danza. Sin embargo, esto no quiere decir que no existan malos entendidos por parte de, o desde la perspectiva de, los facilitadores de las prácticas somáticas hacia la danza.

Mi intención aquí es hablar como representante de ambas culturas, la danza moderna/contemporánea en su encuentro con la rica herencia de los estudios somáticos. Me presento ante esta discusión con la esperanza que un mejor entendimiento de nuestras diferencias disciplinarias nos ayudará a ser más respetuosos y a articular nuestras conversaciones de manera más efectiva. A lo largo de mi investigación he tenido el privilegio de encontrar que muchos de los valores de las prácticas somáticas estaban ya sofisticadamente articulados por varios pioneros de la danza moderna. Pero aun con estas proximidades, hay algunas distinciones importantes que deben hacerse.

Como mencioné al inicio de este texto, el papel de la educación somática en danza ha sido adscrito por mucho tiempo y demasiadas veces a la “liberación” de tensión, y este rol, por lo tanto, frecuentemente es relegado a la prevención de lesiones y la rehabilitación. Aunque es verdad que muchas de las prácticas somáticas incrementan la consciencia sobre esfuerzo muscular y uso –ya sea a través de aproximaciones anatómicas, funcionales, imaginativas o sensoriales–, sus métodos están diseñados principalmente para conducir indagaciones fenomenológicas, y para actuar poniendo sobre la mesa a la persona completa como un soma. Don Hanlon Johnson explica:

Thomas Hanna, quien acuñó el término Somática... fue inspirado por el fenomenologista Edmund Husserl, quien al comenzar el siglo XX propuso una agenda sobre lo que él llamó “somatología,” un estudio de la relación entre conocimiento derivado de experiencias

The tone of these papers, admittedly, focuses on the way in which Somatics has been embraced as well as misunderstood by Dance culture, particularly the culture of dance education. But, this is not to suggest that there are not misunderstandings from the perspective of Somatic practitioners as well.

I am here today as a representative of both classic and contemporary modern dance mixed with the rich cultural heritage of Somatic study. I come with the hope that a better understanding of our differences will help us be more respectful and articulate in our conversations. As I was pleased to learn in my research, many of the values of Somatic practice were articulated elegantly by early proponents of Modern dance. But even with these similarities there are some important distinctions that can be made.

The role of Somatic education in dance largely has been ascribed to “release” of tension, and its role, therefore, often is relegated to injury prevention and healing. While many somatic practices augment awareness of muscular effort and use – whether through anatomical, functional, imaginative, or sensory approaches – their methods primarily are designed to enact phenomenological inquiry, and act to bring the whole person to the table as a soma. Don Hanlon Johnson explains:

Thomas Hanna who coined the term Somatics was inspired by the phenomenologist Edmund Husserl, who at the turn of the century set out an agenda for what he called a “somatology,” a study of the relationships between knowledge derived from direct bodily experience and scientific studies of the body. These phrases originate in the classical Greek contrast between the dead body, necros, and the enspirited person, soma. That “somatology” would stand as a corrective to what might be called a “necrology,” the body of medical science whose fundamental ideas about body parts and their structures have been derived from the dissection and analysis of corpse. (Johnson)

Somatics has found a home in scholarly discourse primarily through being joined together (in research and conferences) with Dance Medicine and Science. This practice of amplifying the “body of medical science” over the phenomenological aspects of the work has contributed to a sense that Somatic practice is unable to stand on its own. Approaching Somatics as a dance science and applying purely analytic, problem solving, methodology – while a beneficial application of the work – can remove

corporales directas y estudios científicos sobre el cuerpo. Estas frases se originan en el clásico contraste griego entre el cuerpo muerto, necros, y la persona con espíritu, soma. Dicha “somatología” se posicionaría como una versión corregida de lo que puede llamarse “necrología,” el cuerpo de la ciencia médica cuyas ideas fundamentales acerca de las partes del cuerpo y sus estructuras se han derivado de la disección y el análisis de cadáveres. (Johnson, Groundworks, 10).

Hoy, las prácticas somáticas han encontrado un lugar en los discursos académicos, principalmente a través de su incorporación (tanto en investigación como en foros de conferencia) a la Ciencia y Medicina para la Danza. Este hábito de extender el “cuerpo de las ciencias médicas”, pasando sobre los aspectos fenomenológicos del trabajo, ha contribuido a fortalecer la noción de que las prácticas somáticas no pueden sostenerse, por sí mismas, sin otros apoyos. Aproximándonos a ellas como parte de una ciencia de la danza, y utilizándolas como una metodología puramente analítica de solución de problemas –aún siendo ésta una aplicación benéfica–, puede alejarnos del objetivo principal del trabajo somático: una práctica holística. Glenna Baston, una practicante de métodos somáticos, me ha hablado acerca de cómo en algunas ocasiones ha sido forzada a resolver problemas en su trabajo debido a distintas limitaciones, incluyendo tiempo:

“Cuando me encontraba en la función de “resolver problemas,” en lugar de poner atención en el detalle puntillista, ignoraba cualquier información que no fuese la más “pertinente”, tan sólo consideraba los atributos “útiles” de cada cosa, acelerando todas las asociaciones. Esto me llevó de alguna manera hacia una discapacidad de aprendizaje, o, peor, a no estar presente de ninguna manera en el centro de la experiencia. Sin coherencia, divagando, flotando, soñando, dándome una gran amplitud para sentir, para el placer, para la vida, era forzada a responderle al dios de lo expedito, tan rápido, concreto, eficiente y efectivo como fuese posible, pero en esencia, con una existencia truncada. Procesos orgánicos también tuvieron una cuota que pagar con este tipo de existencia caprichosa en la cual el alcanzar metas era el modus vivendis”.

Los métodos somáticos son frecuentemente percibidos como prácticas “suaves” (y, por lo tanto, no son considerados como “técnica de danza” legítima). Quizá esto, junto con la absorción de las prácticas somáticas bajo la sombra de la Ciencia y Medicina para la Danza, explica el porqué ha habido una tendencia a confundir las disciplinas somáticas con prácticas de acondicionamiento como medios para justificar su inclusión dentro de la cultura de rigor de la danza. Programas de acondicionamiento físico (tales como Yoga para fortalecimiento y Pilates) que utilizan la consciencia sensorial como medio, pero no como fin para la organización corporal, son continuamente adoptados por educadores en danza como disciplinas somáticas. Aunque estos programas pueden ser impartidos con influencias somáticas, y verdaderamente han expandido la noción de lo que un entrenamiento puede ser (sugiriendo en sus aproximaciones un modelo más sano para acercarnos al cuerpo humano), al mismo tiempo han incrementado

one from the holistic practice that is the goal of this work. Perhaps, more accurately, it can create a relationship between the practitioner and the client or student that both misinterprets the essence of Somatics and can lead to challenges for practitioners of Somatics who apply their work to dance. Glenna Batson, a somatic practitioner, spoke with me about being forced to problem solve in her work due to time or other constraints:

When I was in ‘problem-solving’ mode, rather than pointillistic detail, I would ignore any information but the most ‘pertinent’, just getting the main gist of things ‘useful’, accelerating all associations. This, I feel, actually led to a bit of learning disability, or at worst, not even being at all present in the scope of experience. Meandering, wandering, wafting, dreaming, giving myself wide amplitude for feeling, pleasure, life, was forced to answer to the god of expediency – ever faster, ‘purposeful’, efficient and effective, but in essence, a truncated existence. Organic processes also took a toll with this kind of willful existence in which endgaining was the modus vivendi.

Somatics has often been perceived as a “soft” practice (and therefore, not legitimately worthy of being a “dance technique”). Perhaps this, along with the aggregation of Somatics under the umbrella of Dance Medicine and Science, explains why there has been a tendency to conflate Somatic disciplines with conditioning practices as a means of justifying their inclusion within dance’s culture of rigor. Conditioning exercise programs (such as fitness Yoga and Pilates) that use sensory awareness as a means, but not an end, to body organization are often embraced by dance educators as Somatic disciplines. While these programs may be taught with somatic influences and have indeed expanded the notion of what training can be – suggesting in their approach a healthier model for addressing the body – they also place a value on controlling the body (Pilates was originally named “Contrology”⁶). Somatics, by contrast and according to Johnson “encourages respect for lived experience and the wisdom that can be found through ‘attending to’ rather than ‘conquering’ or ‘controlling’ life processes.”



Frank Meshberger, an anatomist, provides an interesting departure point for considering the notion of Somatics as movement and process rather than as a way to better control our objective bodies. If we look closely at the painting of God and Adam by Michelangelo from the Sistine Chapel, a metaphor appears. Here is Adam – a naked, fleshy body resting quietly on a rock – and there above him is God, flying inside a form that looks suspiciously like a brain in a sagittal dissection. Was

el valor de la idea de control del cuerpo (Pilates era originalmente llamada "Contrología"). Las prácticas somáticas, en contraste y de acuerdo con Johnson, "promueven el respeto por la experiencia vivida y la sabiduría a través de 'atender a' en lugar de 'conquistar' o 'controlar' procesos de vida." (Johnson "The Way" 26).

Frank Meshberger, anatomista, provee un punto de vista interesante para considerar la noción de Somática como movimiento y procesos, más que una manera de controlar nuestro cuerpo objetivado.

Si observamos de cerca la obra de Miguel Ángel, Dios y Adán, en la Capilla Sixtina, una metáfora se presenta ante nosotros. En dicha obra vemos a Adán –un cuerpo desnudo y carnoso reposando calladamente sobre una roca- y arriba de él está Dios, volando dentro de una formación etérea que parece sospechosamente un cerebro en disección sagital. ¿Estaba Miguel Ángel sugiriendo que Dios es el cerebro y Adán el cuerpo sin alma esperando inspiración divina? O quizá estaba diciendo que Dios está sólo en nuestra cabeza. Qué pasa si ahora vemos detenidamente las manos de Dios y Adán: ¿es ésta una metáfora acerca de la brecha sináptica, el espacio vacío de la comunicación neuronal? ¿Es esta brecha la fisura entre el cuerpo y la mente, el intelecto y la acción, el pensamiento y la forma?

Una interpretación, sugiero, es que la brecha entre estos dos dedos representa el lugar de la Somática, el terreno donde habitan las relaciones y donde se localiza el movimiento. Esta área de realidad no material es, de hecho, el *locus* de integración para el cuerpo/mente/espíritu. En las angosturas de la mente y el cuerpo, las prácticas somáticas habitan –no sólo en el cuerpo objetivo y la mente, sino también entre ellos– donde las diferencias y distinciones marcadas por siglos de dualismos occidentales se desmoronan en un inseparable proceso del ser.

La Somática no está sola en esto. Consideremos esta cita de 1937 de una de las pioneras de la danza Moderna, Doris Humphrey:

Es el Bailarín Moderno quien sostiene, por instinto y entrenamiento, tener una consciencia cinética especial. Para él, ésta es un instrumento que promueve una experiencia estética estimulante para sentidos que ningún otro arte estimula. No sólo esto, sino que a través de esta aseveración especial del Bailarín Moderno es que él, tras una ardua búsqueda, ha redescubierto y reaplicado las leyes de la cinética para que el bailarín aparezca como un ser humano en el escenario, y no como una máquina para construir líneas geométricas en el espacio. O mejor dicho, eso es lo que yo alego hacer. (Humphrey, "What a Dancer" 61).

Noten las similitudes en la siguiente cita del año 2005, de la practicante de métodos somáticos, coreógrafa, y fenomenóloga, Sondra Fraleigh:

"Atravesando el mundo de la danza tendrás varias experiencias con coreógrafos que están produciendo su propio trabajo, y frecuentemente, aunque no siempre, están más interesados en ese trabajo que están produciendo, mientras los bailarines son meras

Michelangelo suggesting that God is the brain and Adam the soulless body waiting for divine inspiration? Or perhaps he was saying that God is all in our heads. What if we look closer between the hands of God and Man: Is this a metaphor for the synaptic gap, the empty space of neural communication? Is this gap the fissure between mind and body, intellect and action, thought and form?



I would suggest that the gap between these fingers is the site of Somatics, the dwelling ground of relationships, and the place of movement. This area of non-material reality is, in fact, the locus of integration for body/mind/spirit. In the narrows of our body and mind, somatic practices dwell – not only on the objective body and mind, but also between them – where the differences and distinctions wrought by centuries of Western dualism, crumble into an inseparable process of being.

Somatics is not alone in this. Consider this 1937 quote from the early pioneer of Modern dance, Doris Humphrey:

It is the Modern Dancer who claims, by instinct and training, to have a special consciousness of kinesthesia. For him it is an instrument for promoting an esthetic experience appealing to senses to which no other art appeals. Not only this, but by the special claim of the Modern Dancer is that he, by painstaking search, has rediscovered and re-applied the laws of kinesthesia so that the dancer appears as a human being on the stage and not a machine for making geometrical lines in space. Or rather that is what I claim to do. (Humphrey. 61)

Note the similarities with this quote from 2005 from Somatics practitioner, dance maker, and phenomenologist, Sondra Fraleigh:

If you come through the professional world of dance, you will have various experiences with the choreographers who are producing their work, and they are often, but not always, more interested in the work they are producing, and the dancers are their tools-and are, unfortunately, treated that way. In more classical and dualistic definitions of dance they are material. The body is the instrument, and the medium is movement. This instrumental idea of the body, that you are just playing an instrument – that these are tools – kind of objectified the person. To believe that the medium of dance is really the human being is a little bit different than viewing the body as an instrument." (Fraleigh)

Somatics re-associates the mind and body into a

herramientas y son, desafortunadamente, tratados de esa manera. En las definiciones más clásicas y dualísticas de la danza ellos son sólo material. El cuerpo es el instrumento, y el medio es el movimiento. Esta idea instrumental del cuerpo, en la que sólo estas tocando un instrumento –en la que éste es una herramienta–, objetiva a la persona. El creer que el medio de la danza es realmente el ser humano es un tanto diferente que ver al cuerpo como un instrumento”.

La Somática reasocia a la mente y al cuerpo en una construcción algunas veces llamada “ser”, algunas veces llamada “uno mismo”, algunas veces llamada “cuerpo”. El cuerpo de la Somática “se refiere a todos los aspectos de lo que significa ser humano. Las partes pueden en algún momento ser referidas individualmente como soma, alma, espíritu, psique, cuerpo físico, cuerpo emocional, cuerpo intuitivo, cuerpo de energía, cuerpo pensante, cuerpo mental, o colectivamente como uno mismo, ‘yo’” (Olsen 3). Isadora Duncan, cuya práctica antecedió y allanó el camino hacia la danza moderna, habló de esto: “Ella bailará el cuerpo emergiendo otra vez de siglos de olvido civilizado, emergiendo no en la desnudez del hombre primitivo, sino en una nueva desnudez, ya no en guerra con la espiritualidad y la inteligencia, sino uniéndolas en una armonía gloriosa”. (Duncan 11). Y aún así, con concordancias aparentes entre la danza moderna y el movimiento somático, hay una brecha distintiva que puede ser articulada como la frontera entre ambas. Doris Humphrey escribió una carta a sus padres en 1929:

“Y luego está el grupo. Con una mano trato de alentarlos a ser individuos –a moverse y pensar sin preocuparse por mí ni por nadie más– y en los ensayos es necesario contradecir todo eso y hacerlos agudamente conscientes de cada uno en el grupo para que lleguen a moverse en un ritmo común. Probablemente estoy loca por hacer exactamente lo opuesto con la misma gente”. (“An Artist First” 89).

Mientras Humphrey estaba probablemente discutiendo la noción de ensamble en esta carta, el conflicto subyacente entre autoridad individual y los deseos de un coreógrafo son evidentes allí. Considerando que la danza, y la danza moderna en particular, esté en el fondo interesada en la expresión personal, el trabajo de la Somática está de igual forma enfocado en cultivar la autoridad personal. Sin embargo, la danza, con su énfasis en la visión del coreógrafo y la necesidad de una manifestación teatral, puede encontrarse en desacuerdo con este respeto primario por la autoridad individual de todos en una comunidad. Más allá de esto, este pensamiento de oposición puede afectar el trabajo de un educador en Somática, quien esté también tratando de vivir dentro de una cultura de la danza.

En la práctica de Body Mind Centering hay un concepto conocido como “la mente de la habitación”. Bonnie Bainbridge Cohen, la fundadora y fuerza principal detrás de la BMC, describe un taller donde ella ofreció esta idea: “Ellos (los estudiantes) fueron capaces de percibir los diferentes estados de la mente y los sentimientos que surgieron de acuerdo al lugar de iniciación. Algunas veces se sintieron pesados, o ligeros, algunas veces espaciales, o dirigidos hacia el interior, y así sucesivamente. A medida

construction sometimes called “being,” sometimes called “self,” sometimes called “body.” The body of Somatics “refers to all aspects of what it means to be human. The parts may sometimes be referred to individually as soma, soul, spirit, psyche, physical body, emotional body, intuitive body, energy body, thinking body, mental body, or collectively as self, ‘I’” (Olsen 3). Isadora Duncan whose practice predated and set the ground for Modern dance spoke to this:

She will dance the body emerging again from centuries of civilized forgetfulness, emerging not on the nudity of primitive man, but in a new nakedness, no longer at war with spirituality and intelligence, but joining with them in a glorious harmony. (Duncan. 11.)

And yet, even with modern dance’s apparent commonalities with the Somatics movement, there is a distinctive gap that can be articulated as the border between them. Doris Humphrey wrote in a letter to her parents in 1929:

Then there is the group. With one hand I try to encourage them to be individuals –to move and think regardless of me or anyone else– and in rehearsals it is necessary to contradict all that and make them acutely aware of each other, so that they may move in a common rhythm. I’m probably crazy to do exactly opposite things with the same people.

While Humphrey may have been discussing the notion of ensemble in her letter, the underlying conflict between individual authority and the desires of a choreographer are revealed. Whereas dance, and modern dance in particular, may at heart be interested in personal expression, the work of Somatics is equally invested in cultivating personal authority. This primary respect for the individual authority of everyone in a community is something dance, with its emphasis on a choreographer’s vision and the need for theatrical manifestation can find itself at odds with. Further, this oppositional thinking can affect the work of a somatic educator who is also trying to live within the culture of dance.

In Body Mind Centering there is a concept known as “the mind of the room”. Bonnie Bainbridge Cohen, the founder and prime force behind BMC describes a workshop she taught illuminating this idea: “They (the students) were able to perceive the different mind-states and feelings which emerged depending on the place of initiation. Sometimes they would feel heavy, or light, sometimes spatial, or inner-directed, and so on. As we change from one body area to another, the mind of the room changes. All of a sudden you pick up a change in the quality of the room”.

In my early study of BMC I often gauged my success as a facilitator of the work upon the mind of the room moving and relating as a singular whole – what Humphrey called a “common rhythm.” In speaking with a friend, fellow BMC practitioner and dancer David Beadle about this, he replied that he feels most concerned when the room is all unified in one rhythm or tone. For him, such monochromatic tendencies in a room full of unique individuals, is the surest sign of a Somatic failure. Key to a successful Somatic practice is a diversity of research and expression.

que cambiamos de un área del cuerpo a otra, la mente de la habitación cambia. De pronto puedes percibir un cambio de cualidad en la habitación”.

Durante los primeros años de mi entrenamiento en BMC, frecuentemente evaluaba mi éxito como facilitador de este tipo de trabajo con la mente de la habitación moviéndose y relacionándose como un todo, lo que Humphrey identificó como “ritmo común”. Platicando acerca de esto con un amigo, colega BMC y bailarín, David Beadle, me reveló/dijo que se siente más preocupado cuando la habitación está unificada totalmente bajo un ritmo o un tono. Para él, tales tendencias monocromáticas en una habitación llena de individuos únicos es la señal más clara de un fracaso somático. La clave para una práctica somática exitosa es la diversidad de investigación y expresión.

Es esta diversidad la que fija el tono para el cuerpo comprometido social y políticamente. En Moving on Center, un programa de educación en investigación participativa y artes en movimiento, la Somática es utilizada para “indagar en el cuerpo examinando nuestras interacciones, diferencias, conflictos, vida inconsciente, lenguaje corporal, estilos y sellos particulares. La noción de comenzar con consciencia y observando es una afinidad entre prácticas somáticas, estrategias para la construcción de comunidades interpersonales y métodos artísticos expresivos. ¿Quién soy?... Cuando hablo, cuando me muevo, cuando siento... ¿Y cómo afecta esto al tapiz humano y ambiental en el que vivo?” (“Socially Conscious”, [movingoncenter.org](http://www.movingoncenter.org)).

La escuela “subraya un cambio de estilos autoritarios de instrucción hacia el reconocimiento de la autoridad personal dentro de actividades y proyectos cooperativos. Se incita al pensamiento crítico, conduciendo a métodos constructivos para ver y responder al arte. La habilidad para cuestionar y determinar valores personales es monumental” (“Vision”, [movingoncenter.org](http://www.movingoncenter.org)).

Esto parece una construcción y aplicación de las metodologías somáticas más compleja que la prevención de lesiones o un complemento de la técnica en danza. En correspondencia personal con Martha Eddy, una de las cofundadoras del programa Moving On Center, esta idea de la transformación de la consciencia interna en activismo fue expandida:

“Al poner atención al momento presente de nuestros cuerpos vivos, repletos ya sea de confort o dolor, somos tentados también a conectarnos con las restricciones sociales y ambientales de nuestra experiencia corporal. Al hacerlo, imploramos la pregunta cómo puede nuestro comportamiento mejorar la calidad de vida. Las respuestas a esta indagación somática revelan nuestra interdependencia de la autoridad personal obtenida al escuchar desde dentro nos movemos hacia la mentalidad de comunidad y, como es necesario habitualmente, hacia el activismo”.

Martha Myers es probablemente la persona con mayor responsabilidad de atraer la atención del mundo de la danza hacia las prácticas somáticas en los Estados Unidos, a través de su papel como Decana del American Dance Festival y de sus artículos en la publicación Dance

This diversity sets the tone for the socially and politically engaged body. At Moving on Center, a program of education in participatory research and the moving arts, Somatics is used to, “inquire into the body by examining our interactions, differences, conflicts, unconscious life, body language, styles and unique signatures. This notion of beginning with awareness and observation is a commonality among somatic practices, interpersonal community building strategies, and expressive artistic methods. “Who am I?...when I speak, when I move, when I feel ...and how does that affect the human and environmental tapestry in which I live?” (Moving On Center website <http://www.movingoncenter.org/SCB.htm#top>) September 3rd 2006)

The school, “highlights a shift from authoritarian styles of instruction to the recognition of personal authority within cooperative activities and projects. Critical thinking is encouraged, leading to constructive methods of seeing and responding to art. The ability to question and determine personal values is paramount.” (Retrieved from <http://www.movingoncenter.org/About.htm> September 3, 2006). This seems a far more complex construct and application of Somatic methodologies than injury prevention or technical support. In a personal correspondence with Martha Eddy, one of the co-founders of the Moving On Center program, this notion of how internal awareness becomes activism was expanded on:

In paying attention to the present moment of our living bodies, replete with either comfort or pain, we are beckoned to also connect with the social and environmental constraints of our bodily experience. In so doing we beg the question - how can our behaviors improve the quality of life. The answers to this somatic inquiry reveal our interdependence. From the personal authority gained by listening within we are moved to community-mindedness and, as is often needed, onward to activism.


Martha Myers is the person probably most responsible for bringing Somatic practice to the attention of the Dance world in the United States, through her role as Dean of the American Dance Festival and through her writing in Dance Magazine. I once asked her, “Now that you are older, what do you feel was the application and use of Somatics in your work?” “Was it for longevity and virtuosity?” as she had once described it to me or “Was it for something else?” She replied that these days she never used it in relation to technique but only as a way to investigate and deepen meaning and expression when she taught composition classes.

So where did these assumptions about the work come from. What are the historical factors that have contributed to this misunderstanding of the cultures of Somatics and dance? Batson suggests, “Things got messy, first, when Somatics emerged as ‘therapeutic’ practices during the humanistic psychology movement; where body-work gave credence to the body as a tool for expression of the mind.” Within the frame of a Western, individualistic, and anti-intellectual culture – concerned with pragmatism and self-actualization – the therapeutic aspects of the work overshadowed its phenomenological roots. Given this precedent, it is not surprising that dance may have

Magazine. Una vez le pregunté: “Pasados los años, ¿cuáles sientes que fue la aplicación y uso de la Somática en tu trabajo? ¿Fue por longevidad y virtuosismo? (como ella me lo había descrito alguna vez) ¿O fue por algo más?”. Ella contestó que en esos días nunca lo utilizó en relación a la técnica sino sólo como una manera de investigar y profundizar en significado y expresión cuando daba clases de composición.


Entonces, ¿de dónde vienen todas estas suposiciones acerca del trabajo somático? ¿Cuáles son los agentes históricos que han contribuido a este malentendido entre las culturas de las prácticas somáticas y la danza? Baston sugiere que “las cosas se complicaron, primero, cuando la Somática surgió como práctica terapéutica durante el movimiento de la psicología humanística, donde el trabajo corporal le dio crédito al cuerpo como herramienta para la expresión de la mente”.

Dentro del marco de una cultura occidental, individualista –preocupada por el pragmatismo y la auto actualización–, los aspectos terapéuticos del trabajo somático obscurecieron sus propias raíces fenomenológicas. Dado este precedente, no es sorprendente que la danza se haya apropiado de los aspectos más prácticos del trabajo y, al mismo tiempo ignorando e incluso abogando en contra de las implicaciones inherentes de un método que cuestiona la autoridad y recalibra suposiciones sobre la pregunta de dónde reside el conocimiento.

Lo que propongo es que, al final, los practicantes de danza y Somática, cada uno con su disciplina diaria de práctica, investigación y desarrollo, deben comunicarse de manera más efectiva entre ellos. Mientras la danza y las prácticas somáticas tienen una larga historia de encuentros en la frontera de cada una de sus culturas y métodos, también pueden generar un silencio ensordecedor entre ellas. Quizá un diálogo puede re-encenderse: uno que ayude a clarificar los intereses comunes, al mismo tiempo que respete las diferencias culturales de ambas. La responsabilidad ha estado usualmente del lado de la Somática para justificar su inclusión dentro de la danza, pero posiblemente la danza pueda también examinar y clarificar algunas de sus propias tendencias dentro de la filosofía somática (una filosofía frecuentemente opacada por las preocupaciones pragmáticas de las disciplinas profesionales como la danza, la psicoterapia, y la medicina). Quizá con cuidado y compromiso podamos convertir el silencio entre estas culturas en un espacio. No un espacio de vacío y malos entendidos, sino un espacio potencial para el respeto mutuo y la claridad de propósitos. 

appropriated the more practical aspects of the work while ignoring or even advocating against the implications inherent in a method which questions authority and recalibrates assumptions about where knowledge lies.

What I propose is that, in the end, the practitioners of dance and Somatics, each with their daily discipline of practice, research, and development, must communicate more effectively with one another. While Dance and Somatics have a long history of meeting at the borders of each others cultures and methods, there can also be a deafening silence between us. Hopefully a dialogue can re-ignite, one which can help to clarify common interests while respecting cultural differences. The onus has often been on Somatics to justify its inclusion within dance, but perhaps dance could also examine and clarify some of its own tendencies within the frame of Somatic philosophy (a philosophy often overshadowed by the pragmatic concerns of professional disciplines like dance, psychotherapy, and medicine). Perhaps with care and commitment we can turn the silence between these cultures into a space. Not a space of vacuum and misunderstanding, but a space of potential for mutual respect and clarity of purpose.

Thank You. 

Obras citadas

- *Armitage, Merle, The Early Years*. Ed. Martha Graham: Nueva York: Da Capo. 1979. pp.96-110
- *Bainbridge Cohen, Bonnie*. Sensing, Feeling, and Action. Northampton, Mass.: Contact Editions. 1993.
- *Batson, Glenna. Entrevista personal*. 9 de junio de 2005.
- *Beadle, David. Entrevista personal*. Abril de 2001.
- *Duncan, Isadora, Excerpts from her Writings. The Vision of Modern Dance*. Ed. Jean Morrison Brown, Princeton: Princeton University Press, 1979, pp 7-11.
- *Eddy, Martha. Entrevista personal*. Octubre de 2006.
- *Fraleigh, Sondra. Entrevista personal*. 13 de noviembre de 2005.
- *Humphrey, Doris, What a Dancer Thinks about*. The Vision of Modern Dance. Ed. Jean Morrison Brown, Princeton: Princeton University Press, 1979, pp. 55-64.
- *Humphrey, Doris, Doris Humphrey, an artist first: an autobiography*. Wesleyan University Press. 1972.
- *Johnson, DH, The way of the flesh: a brief history of the movement*. Noetic Sciences Review Spring: p.26, 1994.
- *Johnson, Don Hanlon. Groundworks: Narratives of Embodiment*. Berkeley, Calif. North Atlantic Press. 1997.
- *Lobel, Elin, and Julie Brodie, Somatics in Dance Dance in Somatics*. Journal of Dance Education 6.2 (2006). pp.69-71
- *Meshberger, Frank An interpretation of Michelangelo's 'Creation of Adam' Based on Neuroanatomy, Journal of the American Medical Association [JAMA] 1990, 264, pp. 1837-1841. Association [JAMA]*
- *"The Socially Conscious Body: Process Arts & Facilitation."* Moving On Center School for Participatory Arts and Somatic Research. Web. 3 Sept. 2006. <<http://www.movingoncenter.org/SCB.htm#top>>.
- *"ARTISTIC VISION STATEMENT."* Moving On Center - School for Participatory Arts and Somatic Research. Web. 3 Sept. 2006. <<http://www.movingoncenter.org/About.htm>>.
- *Myers, Martha. Entrevista personal*. Junio de 2004.
- *Pilates J. Return to Contrology. en: Your Health, 1945.*

References

- *Pilates J. Return to Contrology. In: Your Health, 1945.*
- *Duncan, Isadora. "Excerpts from her Writings."* The Vision of Modern Dance. ed. Jean Morrison Brown, Princeton: Princeton University Press, 1979, 7-11.
- *Humphrey Doris. "What a Dancer Thinks about."* The Vision of Modern Dance. ed. Jean Morrison Brown, Princeton: Princeton University Press, 1979, 55-64.
- *Johnson, DH. "Phenomenology and ."* Don Hanlon Johnson.com. Retrieved 11/12/2005 from: <http://donhanlonjohnson.com/Phen.html>.
- *Johnson, DH. The way of the flesh: a brief history of the movement.* Noetic Sciences Review Spring: p. 26, 1994.
- *Batson, Glenna. Personal Interview.* 9 June 2005.
- *Fraleigh, Sondra. Personal Interview.* 13, Nov. 2005.
- *Eddy, Martha. Personal Interview,* Oct. 2006.
- *Beadle, David. Personal Interview,* April 2001.
- *Myers, Martha. Personal Interview.* June 2004.
- *Armitage, Merle, ed. Martha Graham: The Early Years.* New York: Da Capo. 1979. 96-110.
- *Meshberger, Frank. "An interpretation of Michelangelo's 'Creation of Adam' Based on Neuroanatomy" Journal of the American Medical Association [JAMA] 1990, 264, pp. 1837-1841. Association [JAMA]*
- *(Moving On Center website <http://www.movingoncenter.org/SCB.htm#top>)* September 3rd 2006).
- *(Retrieved from <http://www.movingoncenter.org/About.htm> September 3, 2006)*