

3. Caer

Estás de pie.

Y has arreglado todos tus asuntos para poder continuar tu exploración.

Te has quitado los zapatos y tus pies se apoyan directamente en el suelo. Simplemente, permaneces en esa posición, cierras los ojos y comienzas a observar lo que está haciendo tu cuerpo.

En tus pies, está sucediendo algo maravilloso: un juego continuo de empujes, tensiones y apoyos, tira y afloja. Pequeños movimientos y ajustes que no paran y que afectan al resto de tu cuerpo. Gracias a esta labor incesante que tiene lugar en los pies o en otros puntos de apoyo, te mantienes erguida.

Todos los pequeños movimientos que tu cuerpo hace para mantener el equilibrio son lo que el coreógrafo estadounidense Steve Paxton (1939) llamó “small dance”, una pequeña danza que te ayuda a establecer un diálogo con la fuerza de la gravedad.

Cuando estas tumbada el peso no genera ninguna tensión: el cuerpo simplemente reposa sobre la superficie que te sostiene. En cambio, cuando estás de pie, todo tu cuerpo necesita trabajar para mantener el equilibrio y no caer. Porque parece que de esto se trata: de no caer, de permanecer en una posición erguida estable.

Sin embargo, a pesar de todos los esfuerzos que hace tu cuerpo por no dar a parar contra el suelo, por esquivar la posibilidad del golpe, la aceptación del desequilibrio es lo único que te va a permitir moverte. Si te quedas instalada en la pequeña victoria que es llegar a la vertical, si no dejas espacio para la posibilidad de la catástrofe, no podrás llegar a ningún sitio distinto del que ocupas ahora.

La amenaza de la caída es el precio que pagamos por mantenernos erguidos. Pero en esa amenaza reside precisamente la posibilidad de conocer.

Caer, además de perder el control y asumir la posibilidad del golpe, también significa dar paso a lo desconocido, renunciar a la estabilidad y

abrir un espacio para la escucha. Si liberas esos pequeños movimientos constantes que se dan en tus puntos de apoyo, tu cuerpo cambiará su estructura de forma inmediata: quizás volverás de golpe al suelo o quizás encontrarás nuevos puntos de apoyo que darán lugar a una nueva estabilidad. Pero solo si renuncias a tu equilibrio podrás descubrir otras posiciones posibles.

Curiosamente, la acción de caer y el efecto del golpe son formas de imaginar el instante en el que tiene lugar el conocimiento. Hay algo que se precipita, que parece descender cuando entendemos. Por eso decimos: “caer en la cuenta”, “caer del guindo”, “darnos de bruces con la realidad”, “caer por su propio peso”, etc. Como Saulo en el camino de Damasco: se cae del caballo y, el golpe contra el suelo, le hace entender.

Así parece que, en el desequilibrio, en el perder el control de nuestro cuerpo, en el aceptar la amenaza del golpe, finalmente, en la caída, aparece la posibilidad misma de entender y aprender. Por eso, quizás tiene sentido, comenzar a pensar la acción de caer como una experiencia que nos permite relacionarnos directamente con la incertidumbre y, por tanto, con la posibilidad de descubrir y encontrar.

Preguntas para continuar

¿Qué espacio ocupa lo desconocido y la incertidumbre en tu práctica artística o pedagógica?

¿Cómo reacciona tu cuerpo ante situaciones de desequilibrio?

¿En qué momentos en tu práctica, te permites caer, renunciar a la estabilidad y soltar conscientemente el control sobre la situación?

¿Qué le ocurre a tu cuerpo en el proceso de descender? ¿Qué pasa entre que pierdes el equilibrio y llegas a la horizontal?

Jaime Conde-Salazar s.u.s.