

Aun Lenguaje

La Expresión Corporal es la forma más antigua de comunicación entre los seres humanos, anterior al lenguaje escrito y hablado. Es el medio para expresar sensaciones, sentimientos, emociones y pensamientos. De esta forma, el cuerpo se convierte en un instrumento irremplazable de expresión humana que permite ponerse en contacto con el medio y con los demás.

El cuerpo es el instrumento de comunicación humana que cotidianamente entra en contacto con el medio y los otros. Esta concepción determina claramente el sentido de la expresión corporal como eje comunicativo de formación intrínseco al ser humano desde sus orígenes.

La Expresión Corporal es un medio que a través de códigos del cuerpo y de movimiento se comunica con el entorno, con los otros y consigo mismo. Está enmarcada en los lenguajes del arte y es esencial en el desarrollo de la formación del sujeto, pues el acceso y la comprensión de los mismos permiten entender y apreciar el mundo desde un juicio estético y cultural que vincula al ser humano con hechos sociales y culturales de diferentes contextos y épocas.

Varios autores definen este lenguaje: para Stokoe (1997), es aquel medio que le permite al ser humano mejorar su crecimiento, desarrollo y maduración de forma integral. Bara (1975), afirma que la expresión corporal revela un contenido interno sin tener en cuenta preocupaciones estéticas o unitarias, esto quiere decir que, no se contempla ninguna forma específica pensada o única para expresarse. Para Ortiz (2002), "la Expresión Corporal, es el conjunto de técnicas que utilizan el cuerpo y el movimiento" (p. 111). Es el arte que libera energías a través del movimiento y la expresión. Berge (1985), la concibe como la forma de encontrar en nosotros mismos lo más auténtico y profundo. Santiago (1985) menciona que la expresión corporal es el espacio donde el hombre se manifiesta consigo mismo, con los otros y con el mundo que lo rodea.

Los diferentes autores coinciden desde sus diferentes palabras en concluir que la expresión corporal es comunicación, expresión y conocimiento de sí mismo en la construcción del individuo. De igual forma, Romero (1999) manifiesta que ésta genera el desarrollo motor, la comunicación y la estética. Teniendo en cuenta que el cuerpo, el movimiento y el sentimiento son sus elementos básicos.

El cuerpo es esa herramienta que hace posible que el ser se comunique desde el interior al exterior. Desde que se nace, se vive y se fenece, éste es el que manifiesta su sentir y expresa las experiencias vividas por medio de procesos de estimulación, exploración, desarrollo y expresión en sí mismo.

Aun Lenguaje

Dos grandes cualidades que evidencian la Expresión Corporal a nivel del lenguaje son la espontaneidad y la creatividad. Estos conceptos sostienen que el exteriorizar, es aquello que el cuerpo siente o habla y la espontaneidad, deja que emanen sentimientos sin ninguna norma preestablecida de comunicación.

Esa forma de manifestar sin mucha consciencia las sensaciones y estímulos que suscitan una forma de expresión libre, es la que identifica a los sujetos y los hace visibles en su sentir.

La expresión corporal tiene que ver con el hecho del nacimiento, el desarrollo del ser en la vida y la muerte misma. El cuerpo siempre se expresa hasta que fenece, va tomando forma con las experiencias vividas en la familia, la sociedad y la cultura, el individuo interactúa con su medio y de éste recibe información. El cuerpo es el lugar de encuentro, el que reconoce y produce vivencias en la interacción con el mundo, creando unos códigos de comunicación y un propio lenguaje. En esta sociedad multicultural llena de acontecimientos provocados por diferentes actores: el estado, la iglesia, los medios de comunicación, la familia, la escuela, la calle, la ciudad, etc. coexisten el cuerpo y su interacción social.

A partir del cuerpo, la expresión se vincula al mundo, a la realidad existente, recreando el contexto y la cotidianidad de forma activa donde no se es un actor pasivo. Es decir, las representaciones mentales que se poseen, se manifiestan a través del cuerpo, existe una relación directa de la expresión corporal con lo que se dice, se siente y se hace.

Hablando de los elementos de la expresión corporal, tenemos el esquema corporal, el cual se puede entender como aquella estructura que hace parte de las sensaciones táctiles, visuales y propioceptivas. Es la representación mental del propio cuerpo y del otro. Le Boulch (1973), la definió como una intuición global ó conocimiento que se tiene del propio cuerpo, en estado de reposo como en movimiento, relacionando las diferentes partes del cuerpo con el espacio y con los objetos que nos rodean. Coste (1980), aclara que tiene que ver con la conciencia que poco a poco toma el individuo y la forma de relacionarse con sus propias posibilidades basadas en la experiencia del cuerpo.

El cuerpo desde la expresión corporal se proyecta como territorio de representación escénica cuando contempla personajes, esos seres que de alguna manera se instalan en el cuerpo y que se van desarrollando a través de voces y sonidos. Escenarios y épocas que se dramatizan en la expresión del cuerpo. Esto gracias a la representación ó personificación que evidencia la interacción del sufrimiento, la risa, la alegría ó la tristeza. El cuerpo como territorio escénico, como dice Matoso, (1992), permite “considerar la unidad de una sesión como una unidad corporal-dramática, porque lo escénico está en el trabajo corporal tanto como lo corporal está en la escena.” (p. 77).