

TEMAS DE LOS DIÁLOGOS

1) CUIDANDO EL PRINCIPIO UNIVERSAL DEL CI

- a. ¿Acaso hay principios universales o reglas en el CI?
- b. El cuidado y el respeto: Hacia tí y hacia lxs demás. ¿Hay alguna diferencia?
- c. ¿Cómo evitar lesiones en el CI?

Referencias bibliográficas:

Material de consulta recomendado:

<https://contactquarterly.com/contact-improvisation/newsletter/view/what-first-rule-of-ci.pdf>

QUÉ “PRIMERA REGLA DEL CI? -NSS

Empieza comentando que últimamente, se oye y lee por ahí, que gracias a la “primera regla del CI” esto, o que debemos ceñirnos a esa “primera regla” fundacional para ser responsables de unx mismx por encima de todo.

NSS se pregunta, de qué “primera regla” se trata y si realmente existe o es un rumor o invención posterior aquello que se predica

Deja muy claro, que en el grupo fundacional donde S.Paxton instruía los primeros años de su desarrollo a partir de 1972, que promovía ambas cosas, la toma de conciencia de los límites propios (mayormente físicos) y la seguridad de cada cual, y la conciencia de aquellos/as alrededor nuestro.

Añade, que esta énfasis en la toma de conciencia y seguridad de TODAS sigue estando en los fundamentos de su propia práctica y enseñanza del CI.

Dice que la idea de cuidar de unx mismx (en otras palabras, bailar con la conciencia de trabajar dentro de los límites de cada unx (como cada unx los perciva)), nunca fue llamado como el “único” o incluso “primario”, en relación con la seguridad y bienestar de cada unx. Estábamos siempre cuidando los unxs a lxs otrxs.

En resumen, cuenta que lo que últimamente ha podido pasar es que este hecho se haya tergiversado por el mero interés de cada unx y eximirse de responsabilidades frente al cuidado de lxs demás, creyendo que como esta afirmación, tiene como primer parte “cuidarse a sí mismx” nos podemos quedar ahí, y asumir que todxs somos responsables de nosotrxs mismxs y no nos tenemos que preocupar por el bienestar de lxs demás a la hora de bailar. Pero esto es una falacia, porque el cuidado también implica a las demás.

https://www.youtube.com/watch?v=6_Ak86YoiR8

Páginas 41,43-46

https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/17468/1/RaveDeiby_2020_ContactImprovisationCuidado.pdf

Cómo cuidar de nuestro cuerpo a la hora de moverme:

- 1) Poniendo el foco en la escucha
- 2) Respetando límites
- 3) Manteniendo el estado de “alerta corporal” para responder mediante reflejos.

- a. Un concepto que trabajaban inicialmente y el cual era el OBJETIVO DE LAS PRIMERAS SESIONES (según Danniel Lepkoff) era que el CI lo que buscaba era CAPACITAR EL CUERPO PARA REACCIONAR DESDE LOS REFLEJOS, ENTRENAR LOS REFLEJOS, como respuesta a lo inesperado.
 - i. Era poner el cuerpo en situaciones de riesgo e incomodidad constante para llevar más allá los reflejos del cuerpo, en relación con las leyes físicas.
 - ii. DANNIEL LEPKOFF RESPONDE así al artículo de NSS: “El Ci es una investigación del movimiento. El tema es las respuestas reflexivas profundas del cuerpo ante la gravedad y el tacto.” “Al principio el trabajo fue manifestar ese material físico al contexto o ámbito de la danza”. “ La tarea entre manos que subyacía era la intensa observación de cómo el cuerpo funciona a nivel de reflejos”.
- 4) Adoptando posturas adecuadas a la hora de moverse e interactuar con lxs demás
- 5) Desarrollando la propiocepción

ESTRUCTURA DE LA SESIÓN

1) Introducción y explicación de la propuesta

- Desde la inquietud de
querer verbalizar y
dar una explicación a lo que ocurre, siento y pienso cuando practico CI
- Poner en común,
crear complicidad al haber vivido situaciones o pensamientos similares,
ser fuente de inspiración o mostrar otros puntos de vista no antes contemplados por mí y
conseguir apertura de mente

2) Implicación de EHKIE

- 10º aniversario de la asociación el año que viene.
- Esta actividad es una de las muchas que pueden organizarse para conmemorarlo

3) Estructura de las sesiones

- Introducción del tema

Origen del CI: Hace 51 años (enero 1972) en Ohio, EEUU por Steve Paxton, como una actividad experimental combinando diferentes disciplinas de baile, artes marciales, teatro... desde la improvisación.

Fue desarrollándose y cada vez haciéndose más conocido, expandiéndose por numerosos países hasta llegar a lo que conocemos hoy.

Es una disciplina de libre acceso, sin ser marca registrada, así que no tiene "propietaria", es de todos y de nadie al mismo tiempo, por lo que tampoco hay oportunidad de "acreditarse" como profesional del CI.

La forma más habitual de transmisión del CI es a través de talleres intensivos, JAMs, Festivales, retiros y campamentos, en los que realmente se convierte en algo democratizado.

Aun teniendo unos principios fundacionales muy marcados, es una práctica que está viva y en constante transformación y es por ello por lo que hoy en día, se utiliza como herramienta para otras artes escénicas, prácticas terapéuticas, etc.

Y es que, es el gran potencial que tiene el CI para afinar la escucha lo que le concede la capacidad para que sea un poderoso recurso para despertar procesos humanos y emocionales, reflejar patrones de comportamiento, aliviar carencias relacionales o satisfacer necesidades sociales.

¿Pero es todo esto anterior lo que define al CI como práctica?

- Lanzamiento de preguntas