

**"El cuerpo en movimiento desde la perspectiva de
Rudolf Laban: Implicaciones para la voz cantada solista y
coral en la música popular. Una revisión bibliográfica."**

Salvador Romano

Tesina de Licenciatura en Canto Popular

Carreras Musicales

Facultad de Artes y Diseño

Universidad Nacional de Cuyo

Directora: Mgter. Paola Cecilia Albano

Codirectora: Esp. Verónica Vera

Mendoza

2024

DEDICATORIA

A mi madre, que, con ejemplo de honestidad, esfuerzo, perseverancia y sacrificio, le debo lo que hoy soy, por sus consejos y lecciones de vida

AGRADECIMIENTOS

En primer lugar, el agradecimiento está dirigido a mi amada madre Isabel, quien me obsequió este preciado tesoro que es el amor por el arte.

Muchas personas apoyaron mi camino en diferentes etapas de este trayecto. Principalmente al equipo que conforma las Carreras Musicales en la Facultad de Artes y Diseño de la Universidad Nacional de Cuyo.

Agradezco a mis queridos Ale Scarpetta y Gabriel Barea por motivarme a iniciar esta carrera, a mi querido Gustavo Maza, quien me enseñó cómo vivir este camino con otra visión, a la gran familia del coro Cantapueblo, dirigido por Nancy Ciccioli, quienes me permitieron, no solo desarrollarme como cantante, sino también como puestista del coro, siendo parte fundamental de esta investigación.

Gracias a mi directora Paola Cecilia Albano, y codirectora Verónica Vera, por la paciencia, la guía, y el excelente acompañamiento para que este trabajo llegue a buen puerto, así como también a Nicolás Abadie con su trabajo de revisionista.

Un gracias enorme a mi compañero de vida Fernando, que además de apoyarme, tuvo la paciencia de acompañarme en todos los ciclotímicos momentos que pasé a lo largo de este proceso.

Seguramente olvido a muchos que fueron parte de este camino, a todos ellos, gracias.

Resumen

Desde finales del siglo XIX, en el área de canto, el cuerpo en movimiento viene siendo estudiado a partir de diferentes vertientes pedagógicas y metodológicas, relacionadas con la danza, con el teatro y con la música. A pesar de las divergencias conceptuales, entre estas técnicas existe una concordancia que indica que el movimiento corporal y la postura pueden ejercer diferentes efectos sobre la voz cantada. Dado que las investigaciones en canto en la música popular son bastante recientes, se hace necesario traer a discusión autores y metodologías que no han sido abordados con profundidad en este campo de conocimiento ni en la provincia de Mendoza ni en Argentina. El presente trabajo busca discutir, a partir de una revisión sistemática de bibliografía específica, las posibles relaciones entre las acciones corporales definidas en el Método Laban con los principales tipos de articulación de la voz cantada en el canto popular solista y coral. Los sustentos conceptuales que componen el marco teórico relacionado con el método de Rudolf Laban, provienen de investigaciones científicas y académicas producidas a lo largo de los últimos veinticinco años en el área de la danza, el teatro y la música tanto en EEUU, como en Brasil y en países de Europa. Si bien existe una extensa variedad de investigaciones sobre esa temática, los trabajos publicados en el área de la música, que discuten su aplicación en la voz cantada en el canto popular, son escasos y poco precisos en cuanto a su funcionalidad y relevancia. Serían necesarias nuevas investigaciones para comprender, desde la práctica, la importancia de esta metodología aplicada al canto popular y coral. Este pequeño recorte pretende informar y, al mismo tiempo, motivar a directores, preparadores vocales, cantantes y profesores de canto a conocer y experimentar esta metodología.

Palabras clave: Rudolf Laban, Método Laban, Canto Coral, Música Popular

Abstract

Since the end of the 19th century, in the area of singing, the body in movement has been studied from different pedagogical and methodological aspects, related to dance, theater and music. Despite the conceptual divergences, between these techniques, there is an agreement that indicates that body movement and posture can exert different effects on the singing voice. Given that research on singing in popular music is quite recent, it is necessary to bring into discussion authors and methodologies that have not been addressed in depth in this field of knowledge, in the province of Mendoza and in Argentina. The present work seeks to discuss, based on a systematic review of literature, the possible relationships between the bodily actions defined in the Laban Method with the main types of articulation of the singing voice in popular solo and choral singing, the bibliographical supports that make up the framework theory related to Rudolf Laban's method, come from scientific and academic research produced over the last twenty-five years in the area of dance, theater and music both in the US, Brazil and Europe. Although there is an extensive variety of research on this topic, the works published in the area of music, which discuss its application in the singing voice in popular singing, are scarce and imprecise in terms of their functionality and relevance. New research in the area is necessary to understand, from practice, the importance of this methodology applied to popular and choral singing. This small clipping aims to inform and at the same time motivate directors, vocal trainers, singers and singing teachers to learn about and experiment with this methodology.

Keywords: Rudolf Laban, Laban Method, Singing Coral, Popular Music

Resumo

Desde o final do século XIX, na área de canto, o corpo em movimento vem sendo estudado a partir de diferentes vertentes pedagógicas e metodológicas, relacionadas com a dança, com o teatro e com a música. Apesar das divergências conceituais, entre essas técnicas existe um consenso que indica que o movimento corporal e a postura podem exercer diferentes efeitos sobre a voz cantada. Dado que as pesquisas em canto na música popular são bastante recentes, torna-se necessário trazer para discussão autores e metodologias que não foram abordados com profundidade neste campo de conhecimento, nem na província de Mendoza nem na Argentina. O presente trabalho busca discutir, a partir de uma revisão sistemática de bibliografia específica, as possíveis relações entre as ações corporais definidas no Método Laban com os principais tipos de articulação da voz cantada no canto popular coral e solista. Os fundamentos conceituais que compõem o referencial teórico relacionado ao método de Rudolf Laban provêm de pesquisas científicas e acadêmicas produzidas ao longo dos últimos vinte e cinco anos nas áreas da dança, do teatro e da música, tanto nos EUA quanto no Brasil e em países da Europa. Embora exista uma extensa variedade de pesquisas sobre essa temática, os trabalhos publicados na área da música, que discutem sua aplicação na voz cantada no canto popular, são escassos e pouco precisos quanto à sua funcionalidade e relevância. Seriam necessárias novas pesquisas para compreender, a partir da prática, a importância dessa metodologia aplicada ao canto popular e coral. Este pequeno recorte pretende informar e, ao mesmo tempo, motivar diretores, preparadores vocais, cantores e professores de canto a conhecerem e experimentarem essa metodologia.

Palavras-chave: Rudolf Laban, Método Laban, Canto Coral, Música Popular

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro 1 Trabajos sobre Rudolf Laban y su Método.....	10
Cuadro 2: Bibliografía específica sobre Rudolf Laban.....	15
Cuadro 3: Cuadro del esfuerzo de Rudolf Laban.....	38
Cuadro 4: Relación de las acciones de Laban con las articulaciones vocales.....	47
Cuadro 5: Relación de las acciones básicas del esfuerzo corporal y vocal.....	49
Cuadro 6: Relación de los factores y elementos del movimiento con los parámetros vocales.....	52
Cuadro 7: Ejercicios y observación del movimiento laríngeo.....	54

INDICE GENERAL

AGRADECIMIENTOS	iii
Resumen	iv
Abstract	iv
Resumo	v
1.1 Introducción	9
1.2 Metodología	10
1.2.1 Metodología y fuentes	10
1.2.2 Problema de investigación.....	19
1.2.3. Objetivos de investigación.....	19
1.2.4. Tipo de investigación.....	19

1.2.5. Hipótesis de investigación	20
2.1. Obertura: el puntapié inicial	22
2.2. Movimiento y voz: un recorrido posible.....	23
2.3. Las posibilidades metodológicas previas a Laban.....	27
2.4. Introducción al método Laban.....	28
3.1. Rudolf Laban	31
3.2. El método Laban.....	33
4.1. El método Laban y su aplicación en la música	41
4.2. El método Laban en la dirección coral	42
4.3. El método Laban y la Voz.....	48
5.1 Discusión y Conclusiones	61
Referencias bibliográficas.....	65

1.

Notas preliminares y metodológicas

1.1 Introducción

La presente investigación surge a partir de nuestro interés por comprender más profundamente la relación entre el cuerpo en movimiento y la voz cantada solista y coral desde la perspectiva de la metodología de Rudolf Laban, poco difundida y practicada en Argentina. Siendo que nuestra área de actuación e investigación se relaciona con el canto coral escénico en la música popular nos preguntamos, después de tener un primer contacto con estudios teóricos y analíticos relacionados con el Método Laban, cuáles serían las aplicaciones prácticas de sus técnicas en este contexto y de qué manera podría mejorar la interpretación vocal de conjunto.

Uno de los problemas más habituales identificados en las performances de los coros escénicos, es la falta de criterio por parte de preparadores vocales, directores y arregladores a la hora de relacionar la expresión del movimiento con la expresión vocal, respetando y asociando la calidad de movimiento a la expresión de las articulaciones vocales delimitadas en el arreglo vocal que condicen con las características intrínsecas del repertorio escogido.

A grandes rasgos, la investigación de Rudolf Laban se divide en dos grandes núcleos de conocimiento: el estudio de la forma y el estudio de la calidad del movimiento. La *forma* de movimiento puede ser vista y analizada a partir de la *manifestación externa* del movimiento, mientras que la *calidad* del movimiento, relacionada con las motivaciones internas que gobiernan cómo ese movimiento es ejecutado, puede ser descripta como “*esfuerzo*”. Dentro de esta categoría conceptual, Laban definió cuatro factores presentes en todo esfuerzo: tiempo, espacio, peso y flujo. A cada factor le corresponden dos polaridades, tiempo repentino/sostenido, espacio directo/flexible, peso fuerte/suave, flujo controlado /libre. A partir de esta descripción, los ocho esfuerzos de Laban, asociados a las articulaciones vocales, conforman el foco de este trabajo.

La presente investigación se justifica, por un lado, por la necesidad de que preparadores vocales, directores corales, arregladores y coreógrafos cuenten con una comprensión más profunda de la relación entre la intención comunicativa corporal, vocal, musical y estilística; y por otro, por la necesidad de que profesores de canto y cantantes populares puedan optimizar la aplicación de estos conocimientos en las interpretaciones vocales escénicas, tanto en clases, ensayos como actuaciones. Por consiguiente, a partir de algunos interrogantes precisos que serán explicitados más adelante, el primer y fundamental objetivo consiste en una revisión sistemática y exhaustiva de los estudios críticos que abordan el trabajo de Rudolf Laban y sus discípulos, y que puedan

contribuir en conceptualizaciones que tengan por objeto la relación de las ocho acciones del movimiento y las diferentes articulaciones expresivas vocales en el canto coral en la música popular.

1.2 Metodología

1.2.1 Metodología y fuentes

De acuerdo con Sampieri et al. (2014: 26) la revisión bibliográfica consiste en detectar, obtener y consultar estudios académicos, análisis de casos y otros materiales críticos que resulten útiles a nuestro propósito de estudio. En este sentido, el inicio de nuestra investigación consistió en el abordaje y la búsqueda de materiales referidos al movimiento en el canto y también a los coros en movimiento. Producto de esta primera instancia de relevamiento de documentos hallados mediante varios canales de búsqueda tales como la biblioteca de la FAD de la UNCuyo, la biblioteca central de la UNCuyo, Google Académico, Dialnet, Scielo, PDF Scribd, se muestra un registro detallado de los textos afines a nuestro objeto de estudio:

Fecha de búsqueda	Nombre y Tipo de fuente	Autor
23/05/2022	Artículo “Coro Cénico, Conceito e Discussões”	Cristiane Muller e Luiz Henrique Fiaminghi
23/05/2022	Artículo “A voz do corpo, e corpo da Voz: Vivencia realizada com Companhia Guz de Cena”	Rita Maria Brandão
24/05/2022	Artículo “O Processo de socialização no canto coral: um estudo sobre as dimensões pessoal, interpessoal e comunitária”	Éliton Pereira Miriã Vasconcelos

Fecha de búsqueda	Nombre y Tipo de fuente	Autor
24/05/2022	Artículo “Dando Corpo À Voz: Práticas Interdisciplinares Na Preparação Vocal De Atores E Atrizes”	Jacobs, D. D. S., Cascaes, L. S., & Marinho, P.
24/05/2022	Libro “O ouvido pensante”	Shaffer Murray
26/05/2022	Artículo “Efeito do coro-cênico no desenvolvimento musical: um estudo de caso”	Ana Maria Souza dos Santos
26/05/2022	Artículo A expressão cênica como elemento facilitador da performance no coro juvenil	Patrícia Costa
26/05/2022	Artículo Coro cênico-performático: implicações para as dimensões educativo musicais e artísticas da prática coral	Amanda Rafaela da Cunha Santos
26/05/2022	Tesis de doctorado Coro cênico: uma nova poética coral no Brasil	Sergio Alberto de Oliveira
26/05/2022	Monografia As contribuições de Laban para dança no processo de formação humana	Machado, D.
22/11/2022	Tesis Transformación del espacio cinemático Laban para la evaluación del movimiento	Ilenia Diz Miguel

27/11/2022	Tesis de doctorado Rudolf Laban in the 21st Century: A Brazilian Perspective	Melina Scialom
30/03/2023	Canto de câmara em Movimento: Pesquisando movimento expressivo para cantores com o Sistema Laban	Paula Mariz
30/03/2023	Trabajo de conclusión de curso (TCC ETEC) “Coro Cênico: Uma perspectiva do canto coral”	Daniel Januário, Esdras Ribeiro, Giancarlo Burigo, Guilherme Leal, João Vitor Athayde, Lucas Coimbra, Nicholas Carrer Guerrero.
30/03/2023	Artículo “Reaprendizaje del movimiento para la dirección coral”	Hernando Varela
30/03/2023	Artículo “Las ventajas de aprender técnica de dirección por método Laban”	Deyanira Gualdrón Ordoñez
12/04/2023	Article Laban Movement Analysis	Agustí Ros
12/04/2023	Tesis “Transformación de los movimientos físicos realizados en la muestra Máquina Humana mediante las ocho cualidades de movimiento de Rudolf Von Laban”	Carla Pamela Altamirano Gómez
18/04/2023	Artículo “Laberinto Laban”	Cibele Sastre
18/04/2023	Artículo “Processos sonoros em movimento. Uma proposta de improvisação sob parâmetros rítmicos”	Ana Luisa Fridman

18/04/2023	Artículo: “Una concepción del movimiento y de la danza creativa: Rudolf Laban”	Eric Thamers
18/04/2023	Tesis “VOZ-CUERPO EN MOVIMIENTO: una propuesta de repertorio vocal inspirada en Labán”	Luana Mota Curti
11/05/2023	Artículo “Métodos históricos o activos en educación musical”	Cecilia Jorquera Jaramillo
11/05/2023	Artículo “Análisis y aplicación de la teoría de Laban y del movimiento creativo en la dirección de conjuntos instrumentales”	Ricardo Lombardo
11/05/2023	Artículo “A influência do gestual de regência na sonoridade de corais infantis: uma pesquisa baseada na Teoria do Movimento de Rudolf Laban”	Rita de Cássia de Paula Amaral; Débora Andrade
24/05/2023	Tesis “La integración de la voz cantada y la danza contemporánea”	Yonna Lizzouli Bernal Neira
27/05/2023	Libro “Los efectos de la teoría del movimiento de Laban en los estudiantes de Dirección Coral para comunicar la interpretación musical a través del Gesto”	Stephen Miller
27/05/2023	Artículo “Incorporando las Acciones LABAN en el ensayo”- Capítulo extraído de “Música para el estudio de dirección” de James Jordan”	Ordóñez, D. G.
29/05/2023	Libro “Danza educativa moderna”	Rudolf Laban/ by Lisa Ullman
27/06/2023	Tesis “Sistema Laban/Bartenieff de Análise do Movimento	Adriana Ferreira Bonfatti

	- Estudos sobre a formação do artista cênico -”	
02/08/2023	Tesis “Delsarte e Laban: raízes e princípios de uma revolução estética”	Sonia Machado de Acevedo
06/07/2023	Artículo “Método pedagógico musical Dalcroze”	Anna M. Vernia
20/03/2023	Tesis “Análisis comparativo de la gramática corporal del mimo Étienne Decroux y el análisis del movimiento de Rudolf Laban”	Iraitz Lizarraga Gómez

Cuadro 1 Trabajos sobre Rudolf Laban y su Método

Sampieri (2014: 61) diferencia cuatro pasos en el proceso de la revisión bibliográfica: la detección de la literatura y otros documentos, la catalogación de las fuentes, la extracción y recopilación de la información de interés y el ordenamiento del material estableciendo criterios de inclusión y exclusión. En este sentido, para nuestra investigación tomamos como fuente primaria el libro “El dominio del movimiento” de Rudolf Laban, redireccionando la búsqueda en torno al material que nos referenciara con dicho autor; como fuentes secundarias pudimos recopilar tesis de diversos países que desarrollan los estudios de Laban, y por último obtuvimos diversos artículos que mencionan el método Laban y su aplicación. No se pretende cubrir la totalidad del material publicado, sino que se prevé que la muestra sea ilustrativa y lo más extensa posible dentro del terreno al que pertenece esta línea de investigación. Los criterios de inclusión y exclusión fueron la pertinencia de los artículos, la fecha de publicación y el idioma, los cuales resultaron de gran importancia ya que contribuyeron a focalizarnos y realizar un recorte abarcable para llevar a cabo esta pesquisa.

Una vez recolectados, procedimos a catalogar los textos por fecha, autor, tipo de fuente, país de origen y área de actuación tal como lo referenciamos en el siguiente cuadro.

Orden	Título	Autor	Área de actuación	Tipo de fuente	Fecha /país
1	Una concepción del movimiento y de las Danza Creativa: Rudolf Von Laban	Lic. Eric Thamers Licenciado en expresión corporal y danza creativa por el Instituto de Rítmica Jacques Dalcroze de Bélgica	Danza creativa	Artículo de Revista Apuntes. Educación Física y Deportes https://revista-apuntes.com/una-concepcion-del-movimiento-y-de-la-danza-creativa-rudolf-von-laban/	1988 España
2	Laban Movement Analysis (Una herramienta para la teoría y la práctica del movimiento)	Lic. Agustí Ros Licenciado en Arte Dramático por el Instituto del Teatro y en Bellas Artes por la Universidad de Barcelona, Profesor de Cinematografía Laban	Aplicación del método Laban en el arte	Artículo de Revista académica del Instituto de Teatro y de sus escuelas superiores de teatro y danza https://dialnet.unirioja.es/servlet/autor?codigo=3135948	2009 España
3	Análisis y aplicación de la teoría de Laban y del movimiento creativo en la dirección de conjuntos instrumentales en la formación del maestro en educación musical	Dr. Ricardo Lombardo Doctor en Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal	Aplicación del método Laban en la dirección	Tesis doctoral Facultad de Educación y Trabajo Social Departamento de Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=133828	2012 España
5	Transformación del espacio cinemático Laban para la evaluación del movimiento	Ing. Ilenia Diz Miguel Ingeniero técnico de telecomunicaciones en sonido e imagen	Estudio del método Laban y su relación con las redes neuronales en el ser humano	Universidad politécnica de Madrid. Escuela técnica de telecomunicaciones.	2013 España

6	<p>“Incorporando las Acciones LABAN en el ensayo”- Capítulo extraído de “Música para el estudio de dirección” de James Jordan</p>	<p>Mter. Deyanira Gualdrón Ordóñez</p> <p>Magister en Dirección Coral posgraduada de la University of Washington</p>	<p>Método Laban aplicado a la dirección Coral y el canto</p>	<p>A Contratiempo revista de música en la cultura</p> <p>https://dialnet.unirioja.es/servlet/autor?codigo=5140577</p> <p>https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7529365</p> <p>http://www.musigrafia.org/acontratiempo/?ediciones/revista-24/traduccion/incorporando-las-acciones-laban-en-el-ensayo-capitulo-extraido-de-musica-para-el-estudio-de-direccion-d.html</p>	<p>2014 Colombia</p>
7	<p>Las ventajas de aprender técnica de dirección por medio del análisis de movimiento Laban: una comparación entre la terminología tradicional y Laban</p>	<p>Mter. Deyanira Gualdrón Ordóñez</p> <p>Magister en Dirección Coral graduada de la University of Washington</p>	<p>Aplicación del método Laban en la Dirección coral</p>	<p>Artículo A Contratiempo revista de música en la cultura</p> <p>https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7529366</p> <p>http://www.musigrafia.org/acontratiempo/?search.html</p>	<p>2014 Colombia</p>
8	<p>Canto de câmara em movimento: Pesquisando movimento expressivo para cantores com o Sistema Laban</p>	<p>Mtre. Paula Mariz</p> <p>Mestre em Música pela Universidade Federal do Rio de Janeiro (2003) e especialização em Preparação Corporal nas Artes Cênicas pela Faculdade Angel Vianna (2015)</p>	<p>Método Laban aplicado a música de câmara</p>	<p>Pós-graduação em Preparação Corporal nas Artes Cênicas Angel Vianna – Escola e Faculdade</p> <p>Monografia apresentada ao curso de pós-graduação em Preparação Corporal nas Artes Cênicas da Faculdade Angel Vianna</p> <p>https://independent.academia.edu/PaulaMariz</p>	<p>2015 Brasil</p>
9	<p>La incidencia del trabajo vocal del actor</p> <p>Vinculado a la corporalidad a través de las cualidades de la voz y del movimiento</p>	<p>Mter. Gabriela Alejandra Auz Bowen</p> <p>Magíster en Estudios del Arte</p>	<p>Aplicación del método Laban en la voz</p>	<p>Universidad Central del Ecuador Facultad de Artes</p> <p>Instituto superior de post-Grado</p> <p>Programa de maestría en estudios del arte. Tesis previa a la obtención del título de Magister en estudios de arte</p> <p>http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/5431</p>	<p>2015 Ecuador</p>

10	<p>Processos sonoros em movimento</p> <p>Uma proposta de improvisação sob parâmetros rítmicos</p>	<p>Dra. Ana Luísa Fridman Doutora pelo departamento de Música da ECA/USP e pós-doutora pelo Núcleo Interdisciplinar de Comunicação Sonora-NICS/UNICAMP</p> <p>Cantante y compositora de música popular y lírica</p>	<p>Vinculación del ritmo desde lo corporal y lo musical</p>	<p>Núcleo Interdisciplinar de Comunicação Sonora-NICS</p> <p>Universidade Estadual de Campinas-UNICAMP</p> <p>Artículo baseado em pesquisa de doutoramento finalizada em 2013</p> <p>https://docplayer.com.br/11661822-8-Processos-sonoros-em-movimento.html</p>	<p>2015</p> <p>Brasil</p>
11	<p>“VOZ-CUERPO EN MOVIMIENTO: una propuesta de repertorio vocal inspirada en Labán”</p>	<p>Mtre. Fonoaudióloga Luana Mota Curti</p> <p>Fonoaudióloga Especialista em Voz/ Atriz e Locutora Publicitária/ Fonoaudióloga, formada pela Mestra em Artes Cênicas pelo Instituto de Artes da UNESP</p>	<p>Propuesta de experimentación VOZ-CUERPO, basado en factores de movimiento y acciones básicas de esfuerzo, con el fin de ampliar las posibilidades expresivas.</p>	<p>Universidade estadual Paulista “JÚLIO MESQUITA FILHO” Instituto de artes</p> <p>Dissertação apresentada ao Departamento de Pós-graduação em Artes del Instituto de Artes da Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho – UNESP, como requisito parcial para a obtenção do título de Magister em Artes Cênicas</p> <p>https://repositorio.unesp.br/handle/1449/151416</p>	<p>2017</p> <p>Brasil</p>
12	<p>La influencia de los gestos de dirección en la sonoridad de los coros infantiles: una investigación a partir de la Teoría del Movimiento de Rudolf Laban</p>	<p>Lic. Rita Casia de Paula Amaral</p> <p>Graduada en Música, habilitada en Canto Lírico por la UFSJ.</p> <p>Mtre. Débora Andrade</p> <p>Mestre em Música, Especialista en Educación Musical y Licenciado en Dirección por la UFMG.</p>	<p>Aplicación del método Laban en dirección Coral</p>	<p>2º Congreso Interdisciplinar de Pesquisa, Iniciação Científica e Extensão Universitária do Centro Universitário Metodista Izabela Hendrix.</p>	<p>2017</p> <p>Brasil</p>

13	Trabajo Coral Escénico en la formación temprana de actores y actrices	Mter. Katiuska Elvira Valencia Piñan Magistra en Artes Escénicas, PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATOLICA DEL PERU	Aplicación del método lavan en artes escénicas	Tesis para optar por el grado de magister en artes escénicas https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/bitstream/handle/20.500.12404/17230/ VALENCIA_PI%c3%91AN_KATIUSKA_ELVIRA2.pdf?sequence=1&isAllowed=y	2020 Perú
14	La integración de la voz cantada y la danza contemporánea	Yonna Lizzouli Bernal Neira <i>Bachelor of arts</i> Universidad Distrital Francisco José de Caldas	laboratorio experimental	Universidad Distrital Francisco José de Caldas Facultad de Artes ASAB https://repository.udistrital.edu.co/handle/11349/28766	2021 Colombia
15	Sistema Laban/Bartenieff de Análise do Movimento - Estudos sobre a formação do artista cênico -	Dra. Adriana Ferreira Bonfatti Doutora em Artes cênicas UFRJ	Utilização del sistema Laban/Bartenieff nas artes Cênicas	Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro Centro de Letras e Artes Tese de doutorado apresentada à banca examinadora como requisito parcial para obtenção do grau de doutora em Artes Cênicas pelo Programa de Pós-graduação em Artes Cênicas da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro. http://www.repositorio-bc.unirio.br:8080/xmlui/handle/unirio/13561	2022 Brasil
16	Reaprendizaje del movimiento para la dirección coral.	Lic. Hernando Varela. Licenciado en Composición Musical por la Universidad Nacional de Córdoba.	La importancia de las 8 acciones del esfuerzo de Laban para la dirección Coral	Artículo publicado en la página de ADICORA https://www.researchgate.net/publication/357877843_RE-APRENDIZAJE_DEL_MOVIMIENTO_PARA_LA_DIRECCION_CORAL	2022 Argentina

Cuadro 2: Bibliografía específica sobre Rudolf Laban

1.2.2 Problema de investigación

El problema de investigación surge a partir de nuestra incumbencia en el campo del canto en la música popular, específicamente, en el canto solista y coral. Se busca comprender las relaciones entre el cuerpo en movimiento y la voz cantada, e indagar sobre la incumbencia e importancia del Método Laban en el canto popular.

1.2.3. Objetivos de investigación

Objetivo general

Fundamentar a través de una revisión bibliográfica, la posible relevancia del método Laban aplicado al canto solista y coral en la música popular.

Objetivos específicos

- Recopilar y catalogar material bibliográfico referido al autor y a la aplicación de su método.
- Examinar los ámbitos dentro del área de la música donde se haya investigado el método asociado.
- Identificar y reforzar las articulaciones entre el método Laban y diferentes aspectos del canto (articulación, respiración, fonación, interpretación, expresión).

1.2.4. Tipo de investigación

El abordaje de nuestra investigación parte de un enfoque metodológico cualitativo, siendo este el método que responde a las necesidades de una revisión bibliográfica. Los estudios cualitativos tal como enuncia Sampieri et al. (2014: 7) pueden desarrollar preguntas e hipótesis antes, durante o después de la recolección y el análisis de los datos, lo cual fue un hecho recurrente en nuestra investigación.

Algunos de los interrogantes que guiaron la investigación son los siguientes:

¿Podrían utilizarse las investigaciones de Rudolf Laban sobre el cuerpo en movimiento para obtener mejoras técnicas, interpretativas y expresivas en la ejecución del canto popular solista y de conjunto?

¿Cuáles son los ámbitos de la Música en los cuales se ha aplicado el método Laban?

¿Tendrán relación las acciones básicas del esfuerzo del método referido con aspectos del canto tales como respiración, articulación o interpretación?

¿Podrían asociarse las acciones básicas del esfuerzo del método referido con aspectos de la producción vocal para propiciar mejoras en distintos dominios: técnico, interpretativo, expresivo, performático?

1.2.5. Hipótesis de investigación

A partir de los interrogantes planteados, se infiere que la aplicación de la metodología de Rudolf Laban como recurso pedagógico puede mejorar los aspectos técnicos, interpretativos, expresivos y performáticos en la ejecución del canto popular, tanto solista como de conjunto. Se espera que las acciones básicas del esfuerzo, definidas por Laban, guarden una relación directa con elementos clave del canto, y que su integración en la práctica vocal contribuya a optimizar la producción vocal en diversas áreas, con potenciales aplicaciones en distintos ámbitos musicales que involucren el canto.

2.

Estado de la cuestión

2.1. Obertura: el puntapié inicial

Los estudios del cuerpo en movimiento han sido motivo de investigación en diversas áreas de conocimiento y construyeron un andamiaje teórico al que es posible recurrir para fundamentar aspectos de la producción vocal, ya que existe una influencia recíproca entre dichos elementos. Dentro de este orden de ideas y partiendo del área de experticia del canto, prevemos que se podrían establecer vínculos constructivos, cooperativos y valiosos en la relación que se compone entre el cuerpo en movimiento y la voz, especialmente para nuestro interés, la voz cantada en el canto solista y coral. En este sentido, consideramos que el fenómeno de la voz es factible de ser abordado de la misma manera multidisciplinar en que Ros A. (2009: 350) advierte que ha sido tratado el fenómeno del movimiento: “[y la visión de] filósofos, pensadores, astrónomos, teólogos y físicos [...] que en cada etapa histórica ha afectado de forma decisiva la concepción del mundo”.

En virtud de que el objeto de estudio abordado es pluridimensional y diverso, nos propusimos enfocar la construcción de sentidos en la relación del cuerpo en movimiento con el canto popular solista y coral. Dentro de este contexto, el campo de exploración comprende categorías específicas para facilitar un proceso de indagación más profundo, a saber: “coros en movimiento”, “*coro cênico*¹”, “cuerpo y voz”, “*scenic choir*²”.

La configuración de paradigmas y el establecimiento de parámetros a través del uso de ‘palabras clave’, permitirá tamizar las informaciones y facilitar el proceso de análisis del material. De este modo se eligen artículos con dicha temática para su lectura comprensiva. Durante la búsqueda de material bibliográfico para su revisión se destacan y ordenan de manera cronológica investigaciones de diversas procedencias, tanto de países de América Latina, como de Europa y EEUU.

¹ Nombre en portugués brasileiro de coro escénico.

² Nombre en inglés de coro escénico

2.2. Movimiento y voz: un recorrido posible

En una apretada síntesis que se relaciona con uno de nuestros objeto de estudio, el coral, recordemos que el surgimiento de los coros escénicos a partir de la década del 60, tal como lo mencionan Muller y Fiaming (2013: 2) trajo consigo la necesidad de incorporar técnicas que aborden la utilización del movimiento en la preparación vocal del coreuta, técnicas que, como afirma Santos Guerra (2008:1) se transformaron en herramientas útiles tanto para directores, como para preparadores vocales y cantantes.

En un estudio de caso en relación con esta temática, Santos (1999) propone la integración de la expresión corporal al canto coral, basándose en las dificultades observadas en el desempeño artístico de algunos coreutas. La autora entiende que, además de cantar técnicamente de forma correcta, el cantante necesita poder desarrollar una *performance* satisfactoria, volviéndose *más abierto y comunicativo* al quehacer artístico (1999:1). Formula, asimismo, que las actividades de expresión corporal aplicadas al canto coral mostraron, en este estudio de caso, la *transformación* de personalidades tímidas e introspectivas en temperamentos más abiertos y comunicativos, logrando de este modo, una mejora en la realización artística (1999:6).

El canto coral conlleva un proceso de socialización en el que la dimensión personal, interpersonal y comunicativa están en juego; complementariamente con esta idea, resulta importante destacar como señala Patricia Costa (2009:1), que “el recurso escénico ofrece un mayor abanico de posibilidades creativas y soluciones originales para el desarrollo del lenguaje coral”.

En relación con el canto solista , Agustí Ros (2009:350) en su artículo sobre el análisis de movimientos de Laban (de ahora en adelante LMA - *Laban Movement Analysis*) como herramienta para la teoría y la práctica del movimiento, expone que la metodología del autor, recogida en su globalidad por sus discípulos, “es una poderosa herramienta para analizar y comprender el movimiento, para profundizar nuestras reacciones en la interacción constante con el entorno, así como para su práctica, [...] y un lenguaje para entender, observar , describir y anotar todas [sus] formas”.

Sobre otros contextos musicales, abordando también una investigación sobre Laban, por medio de una aproximación metodológica, el trabajo de Lombardo (2012:20) se propone descubrir y describir cuáles son los contextos educativos musicales en los que la teoría de Laban podría encontrar una aplicación eficaz; observa que un problema básico, derivado de la formación académica deficiente del músico, es “la escasa *consciencia propioceptiva corporal*, que influye en la gestualidad expresiva del intérprete e incluso en sus gestos funcionales”. En el estudio de casos llevado a cabo con nueve músicos donde se aplicó a través de un taller la metodología de Rudolf Laban, entre otras acciones, el autor evalúa las modificaciones de los gestos y expresiones corporales de los directores y las respuestas de sus alumnos, teniendo como premisa que los gestos y las expresiones corporales pueden ejercer una influencia en la interpretación de la música, tanto para quien dirige, como para quien interpreta bajo esa dirección (2012: 277).

Operativamente y en consonancia con esta línea de implementación, Denayra Gualdrón Ordoñez (2014) elabora un estudio, resultado de una actuación con directores corales, donde fundamenta las ventajas de aprender técnica de dirección coral por medio del análisis del movimiento de Laban. Para ello confecciona un modelo comparativo, en el que la terminología tradicional musical es comparada con su significado, y su función musical con las acciones del esfuerzo de Laban. La autora concluye que:

El dinamismo de la notación Laban agrega al gesto del estudiante de dirección una nueva “paleta” de expresiones, y este vocabulario ofrecerá a la agrupación una nueva variedad de color en el sonido [...] agregar estos elementos a la ‘caja de herramientas’ del director y al sistema de comunicación de la agrupación, hará de la traducción de pensamientos musicales una tarea significativamente más fácil (2014:5).

En una línea de estudio diferente a la de los autores antes mencionados Diz Miguel (2014) registra, describe e implementa un sistema capaz de analizar el movimiento corporal a partir de unos puntos cinemáticos, obtenidos con un programa previamente y captados por una cámara Kinect³. La autora incorpora estudios relevantes sobre el modelo de análisis de movimiento de Laban desde una perspectiva particular. Concluye en que una manera de

³ Kinect es una cámara que permite a los usuarios controlar e interactuar con la consola sin necesidad de tener contacto físico, mediante una interfaz natural de usuario que reconoce gestos, comandos de voz, objetos e imágenes

descubrir la invención de las expresiones internas del individuo es a través del modo en que administra la energía que genera el movimiento y modula sus secuencias. En otras palabras, la forma de moverse del individuo establecidas gracias a las observaciones de R. Laban puede develar su personalidad y estado de ánimo en términos de esfuerzo de sus movimientos.

Por otro lado, Auz Bowen (2015) indaga sobre las posibilidades de vinculación entre la corporalidad y la vocalidad a partir del estudio y el dominio de las cualidades básicas del movimiento y las cualidades de la voz. Expone que “las limitaciones corporales se encuentran en entera conexión con las limitaciones vocales; el nivel de dominio de cualquiera de las cualidades del movimiento del actor repercute en la producción de vocalidades: alterándolas, potenciándolas, bloqueándolas o subordinándolas” (2015:135).

Los trabajos relevados con anterioridad, en líneas generales, articulan la teoría de Laban desde sus conceptos centrales. Por otro lado, se pueden agrupar investigaciones de autores que vinculan específicamente el LMA⁴ con la voz. Amaral & Andrade (2019) por ejemplo, realizaron un estudio de casos aplicando el método Laban en coros infantiles, como resultado de ese estudio la autora concluye que “la gestualidad del director principalmente en la dirección de coros infantiles es una herramienta importante de comunicación no verbal que permite optimizar tiempo de ensayo, sustituyendo explicaciones” (2017: 75).

Asimismo, Varela (2022), al abordar la utilización del método Laban en la dirección coral, concluye que los directores músicos pueden ejercer, a través de su corporalidad, un impacto profundo en la producción vocal y en la expresividad interpretativa de sus coreutas. Por tal motivo al desarrollar el potencial del movimiento se amplían las posibilidades expresivas y sonoras del coro.

Dando continuidad a esta línea de autores que abordan la relación cuerpo, voz y movimiento, Fridman (2015) llevó a cabo en la universidad estatal de Campinas (UNICAMP), workshops para estudiantes y docentes, teniendo como objetivo principal trabajar las conexiones entre el cuerpo y la música, para fortalecer la improvisación grupal y

⁴ LMA se utilizará como sigla haciendo referencia a Laban Movement Analysis, Análisis de movimiento Laban en español

la precisión rítmica (2015: 107). Afirma la autora, que el movimiento corporal es una herramienta de ayuda, conocimiento y percepción de la cual el músico puede valerse (2015:109). Dentro de sus conclusiones comenta que una vez que fue llevado a cabo el abordaje de la temática, resultó permeable con otros formatos de improvisación, sin imponer una metodología determinada, aunque ampliando la gama de posibilidades para dicha práctica.

Complementariamente, resulta preciso mencionar que el método de Laban continuó siendo desarrollado por sus discípulos. Tal es el caso del denominado sistema Laban-Batarnieff. Ferreira, A. (2022: 40) en su trabajo afirma que los interrogantes desarrollados por el autor no tuvieron punto final con su deceso, por el contrario, han dejado puertas abiertas para reelaborar inquietudes, reflexiones y experimentaciones concernientes al movimiento. Dentro de este contexto, Irmgard Batarnieff (1900-1981) dio continuidad al legado de su maestro, y siguió desarrollando el sistema antes mencionado. El LMA fue aplicado en el curso de Danza contemporánea del conservatorio de Castella en Costa Rica y, a los fines prácticos de esta investigación, las conclusiones que interesan subrayar son aquellas que aseguran que los fundamentos de dicho sistema resultaron significativos en materia preventiva de lesiones físicas y de mejoramiento del movimiento corporal. Los estudiantes aprenden a entender y controlar la respiración, puesto que la relación tensión/relajación muscular se mejora durante los ejercicios. A nivel emotivo la respiración se convierte en una herramienta de interpretación.⁵

Del mismo modo que el LMA se aplicó y desarrolló por sus discípulos también fue utilizado de modo contrastivo con métodos de otros autores, tal es el caso de la comparativa Laban-Decroux elaborada por Gómez Lizarraga (2014). En ese estudio, los autores distinguen un doble plano: por una parte, el plano de lo visible, del movimiento, de la forma y por otra parte el plano interno. Describiendo el binarismo, Laban señala que lo esencial del

⁵ Para profundizar en los resultados de la aplicación del método Laban/Batarnieff recomendamos recurrir al curso de técnica de danza contemporánea Conservatorio de Castella ver Revista *Umbral* (2019).

método reside en la capacidad de trabajar sobre las diferentes calidades del esfuerzo y Decroux⁶ distingue entre el movimiento y el pensamiento que lo modela y lo esculpe.

En una línea similar a la que plantea Gómez, el trabajo de Valencia Piñan (2020) traza un paralelismo entre los métodos Dalcroze⁷-Laban y los utiliza en coros escénicos teatrales. Señala la coincidencia de estos autores respecto de un tema medular en sus respectivas pedagogías, como lo es el *ritmo*. Concluye su trabajo poniendo en valor la relevancia que tiene para el estudio de los coros escénicos, la revisión de distintas fuentes pedagógicas que alimenten la técnica en temas referidos a la escucha, la conexión de la palabra, el manejo del ritmo y el trabajo en equipo.

2.3. Las posibilidades metodológicas previas a Laban

Los motores de búsqueda iniciales, como ya mencionados anteriormente, se enfocaron de manera general en la procura de material relacionado al trabajo corporal/vocal en el canto popular y de forma específica al movimiento corporal vinculado a la voz cantada en la música popular. A lo largo del proceso de investigación, se hizo notoria la recurrencia de determinados nombres y metodologías, usualmente asociados a las áreas artísticas: danza, teatro y música. Frederick Alexander (1891-1969); Émile Jaques-Dalcroze (1865-1950); Gerda Alexander (1908-1994); Étienne Decroux (1898-1991); Irmgard Bartenieff (1907-2001); y Rudolf Laban (1879-1958) fueron los más destacados, así como sus propuestas: método Alexander; método Dalcroze; método de eutonía; método de la Mímica Corporal Dramática (MCD); y *The Laban Bartenieff Movement System (LBMS)*, respectivamente.

Habiendo realizado una breve comparativa entre estos autores y sus métodos, fueron encontrados diversos puntos de coincidencia, entre ellos, el hecho de que todos los autores hayan nacido entre finales del siglo XIX y principios del siglo XX, podría indicar que

⁶ Étienne Decroux (París, 19 de julio de 1898 - Billancourt, 12 de marzo de 1991) fue un actor y mimo francés, que revivió el llamado mimo corporal dramático.

⁷ Émile Jaques-Dalcroze fue un compositor, músico y educador musical suizo que desarrolló la rítmica Dalcroze, un método de aprendizaje y de experimentación en la música a través del movimiento, asociado al ritmo musical.

vivenciaron contextos históricos similares. De esta manera, siendo que el Positivismo⁸ fue el espíritu de época que atravesó todas las disciplinas artísticas y científicas, es factible de pensar que aquella corriente filosófica, que sobrevalora el predominio de lo “medible” sobre lo “expresivo”, de lo empírico y lo fáctico sobre lo proyectado e imaginado, haya influenciado de alguna manera el pensamiento de estos investigadores.

Comparando los enfoques de sus métodos podemos desprender diversos puntos de análisis. Desde un enfoque de *conciencia corporal* los autores mencionados ponen énfasis en *corregir patrones* de tensión y mejorar la *eficiencia del movimiento*, colocando en consideración el reconocimiento de las partes del cuerpo como estructuras interrelacionadas, promoviendo la toma de conciencia de la *calidad y organización del movimiento*. Dalcroze, por su parte, busca desarrollar la conciencia corporal a través de la *experiencia física y sensorial* del movimiento, asociada al ritmo musical. Leyendo en términos generales las reflexiones que se relacionan con este tema, concluimos junto con Auz Bowen (2015: 8) en que “son de mayor concurrencia los estudios que hacen hincapié en los procesos corporales, pero con menor frecuencia se elaboran investigaciones que tomen como punto de partida o convergencia a la voz; una variedad de estudios se encuentran direccionados a la técnica y funcionalidad del manejo vocal (predominantemente para el canto) pero no, a sus interrelaciones con las cualidades expresivas, cimentadas en el cuerpo del actor”.

2.4. Introducción al método Laban

Las principales contribuciones de Rudolf Laban tal como lo expresa Ordoñez (2014: 1) se gestaron para el mundo de la Danza. En este sentido, la autora plantea que la visión de Laban “fue crear un lenguaje escrito para describir cualquier movimiento físico en la experiencia humana”. El abordaje del enfoque de Laban permite ampliar su uso, incluyendo el campo de la dirección coral, en la música. Los ocho Esfuerzos propuestos por el autor en su teoría, como veremos con mayor detenimiento más adelante, pueden ser de gran ayuda para los directores a fin de lograr una mayor variedad gestual.

⁸ El positivismo es una corriente filosófica que sostiene que el conocimiento científico es el único conocimiento auténtico. Representa una actitud crítica hacia la filosofía tradicional, en especial la metafísica y la ontología.

Por otro lado, Auz Bowen (2015:64), desarrolla estos conceptos planteados por Laban al hablar de las cualidades del movimiento, llamadas también *factores de movilidad*, y describe las mismas como las propiedades del movimiento corporal que, al ser combinadas, producen las acciones. Estas cualidades son: peso, espacio, tiempo y flujo. A partir de las cualidades del movimiento Laban desarrolla las Acciones básicas del Esfuerzo (ABE) como “ocho combinaciones completas de peso, tiempo y espacio, que están iniciadas por dos actitudes mentales íntimamente vinculadas: la resistencia (lucha) y la complacencia (docilidad)”.

Según Ros (2009:350-351) los estudios de Laban se basan en la medición cualitativa del esfuerzo, o *Effort*⁹. Los cuatro factores definidos como constitutivos en el movimiento tienen características que los definen con mayor claridad. A cada factor le corresponden dos polaridades: tiempo (repentino/sostenido); peso (fuerte/suave); espacio (directo/flexible), flujo (controlado/libre). A partir de estos parámetros son identificadas ocho acciones básicas: golpear, presionar, retorcer, dar latigazos, sacudir, flotar, deslizar, teclear (dar golpecitos)¹⁰ de las cuales, hablaremos en más detalle en el marco teórico del presente trabajo.

⁹ Definida en la literatura como “uso de la energía en movimiento” Lombardo. (2012, p.17)

¹⁰ La mayor parte de las traducciones de las ocho acciones de Laban están propuestas por Rafael Ruiz en su traducción del libro *El dominio del movimiento*, Ed. Fundamentos, 2020.

3.

Marco teórico referencial

3.1. Rudolf Laban

Es preciso conocer el contexto histórico de nuestro autor para adentrarnos en su trabajo y su legado, ya que, consideramos, que muchas de las vivencias personales perfilan y singularizan el trabajo de un individuo. Rudolf Laban nació en el año 1879 en la ciudad actualmente conocida como Bratislava, Eslovaquia¹¹. Formó parte de una familia prestigiosa dentro de la monarquía húngara. Su padre Rudolf von Laban fue un importante militar, condecorado por su actuación como gobernador y mariscal de campo del ejército austrohúngaro en las provincias de Bosnia-Herzegovina. En su juventud, Rudolf Laban (hijo) formó parte de círculos cortesanos en Viena y Sarajevo, despertándose allí el interés por la danza. A los 15 años ingresa a la academia militar, la cual abandona en contradicción a los deseos de su padre. En el año 1900 se muda a Múnich. En esta ciudad toma contacto con círculos de pintores y diseñadores de la vanguardia alemana, como Wassily Kandinsky (1866-1954) y Poul Klee (1879-1940).

En el año 1904 contrae matrimonio con Marta Fricke, momento en que se traslada a la ciudad de París en donde desarrolla sus estudios de arquitectura en la *Ecole des Beaux-Arts*¹². Cuatro años más tarde, luego del fallecimiento de su mujer, retorna a Múnich. En aquellos años, luego de su paso por Paris, comienza a escribir sus primeros artículos sobre “la relación del movimiento en el espacio”.¹³

Funda su primera escuela “Rudolf Von Laban-Varalija Studio”, en el año 1911; y es allí que conoce algunos de sus principales colaboradores, como Emile Jaques-Dalcroze y Mary Wigman (1889-1983).

Desde 1911 el “*Rudolf Von Laban-Varalija Studio*”, comienza a impartir disciplinas como anatomía de la gimnasia, rítmica, pantomima, danza, junto a otras relacionadas con el

¹¹ Hasta el año 1918 (final de la primera guerra mundial) la ciudad se llamó Poszony y pertenecía al Reino de Hungría.

¹² Escuela de bellas artes

¹³ En estos años fue partícipe de la gira europea de Isadora Duncan y las primeras actuaciones de Alexander Sakharoff.

concepto de “*movimiento armónico del cuerpo humano*”¹⁴. En el año 1914 consolida la idea de tres de los cuatro principios que sustentan “*el lenguaje corporal*”. En años posteriores desarrolla los primeros conceptos de su metodología: *el esfuerzo*¹⁵ y el *sistema de escritura del movimiento*¹⁶. Coincidente con el inicio de la primera guerra mundial, en el año 1914, se traslada junto a su equipo de colaboradores a la ciudad de Suiza, con la finalidad de continuar sus estudios. En aquellos años comienzan a ser definidos los principios fundamentales de su metodología de trabajo. A su regreso a Alemania, en el año 1920, como resultado de una investigación consolidada edita los libros: *Die Welt des Tanzers* (1920), *Coreographie* (1926), *Gymnastik und Tanz* (1926), *Ein Leben Für den Tanz* (1935)¹⁷.

Habiendo alcanzado un excelente prestigio como pedagogo, teórico y coreógrafo en Alemania, es reconocido en el año 1936 con el nombramiento de director de movimiento de los “Juegos Olímpicos de Berlín”. En esa oportunidad el gobierno del Reich¹⁸ observando su óptimo desempeño en el cargo y considerando su trabajo peligroso por haber obtenido poder sobre las masas, decide apropiarse del crédito, relevándolo de sus funciones y considerándolo enemigo del Estado. Por esta razón, en 1937 se traslada de Alemania a Londres, ciudad en la que junto a sus discípulos Lisa Ullman (1912-1992) y Kurt Jooss (1902-1979) da continuidad a su trabajo. Es en esta ciudad, que toma contacto con el ingeniero Fred Charles Lawrence (1913-2007), con quien investiga, a pedido de las autoridades británicas, las causas por las cuales mujeres y niños que sustituían el trabajo de hombres en el contexto de guerra sufrían reiteradas lesiones corporales. Como resultado de esta investigación desarrollan procedimientos de reeducación corporal basados en el concepto del “*Effort*”.

En Inglaterra centra sus estudios en aspectos netamente teóricos y pedagógicos de su metodología, ejecutando en 1954 la apertura de su centro de enseñanza: “*The Laban Art of*

¹⁴ Estos conceptos se desarrollan por el autor en su libro del dominio del movimiento

¹⁵ Laban define el esfuerzo o *effort* como una combinación de factores cualitativos que influyen en cómo se realiza un movimiento.

¹⁶ Laban desarrolló un sistema de escritura para describir el movimiento denominado *Labanotation* inspirado originalmente en la escritura musical.

¹⁷ *El mundo del bailarín* (1920), *Coreografía* (1926), *Gimnasia y danza* (1926), *Una vida para la danza* (1935).

¹⁸ El término Reich en alemán significa “imperio” o “reino”. Históricamente se ha utilizado para referirse a varias entidades políticas, como fue el caso de la Alemania Nazi conocida como tercer *reich*.

Movement Centre”. Las publicaciones de este periodo consolidaron sus teorías sobre el lenguaje del movimiento: *Choreutics* (1939), *Modern Education Dance* (1948), *The mastery of Movement* (1950) y *Principles of dance and Movement notation* (1956). Luego de transitar un camino de investigación sumamente prolífero, actualiza y brinda más precisiones sobre los resultados de sus investigaciones, perfeccionando su sistema de notación para el movimiento. Agrega a los tres principios antes mencionados: espacio, peso y tiempo, un cuarto factor que denominará “fluir”. Al mismo tiempo, realiza un análisis de los ejes y planos del cuerpo humano, así como también de las dimensiones en donde se desarrolla el movimiento. De este diseño surge la kinesfera¹⁹, la cual representa la zona de acción sin desplazamiento del ser humano. Posteriormente, con el fin de aumentar las direcciones del movimiento a veinte posibilidades, incorpora la figura geométrica denominada icosaedro²⁰.

En el año 1958 muere en Weybridge, condado de Surrey, Inglaterra, dejando como legado una extensa bibliografía que contiene el recorrido de sus investigaciones, así como, grandes discípulos que continúan indagando y desarrollando sus estudios hasta nuestros días.

3.2. El método Laban

Desde sus inicios, y a lo largo de toda su carrera, la búsqueda de Rudolf Laban se orientó al análisis y comprensión de la expresión corporal humana. Su convicción se basó en la premisa de que “*todo individuo posee la capacidad de descubrir y dominar sus intenciones de movimiento*”, razón por la cual se entiende que su método proponga un camino de conocimiento basado en el aprendizaje consciente sobre las posibilidades del movimiento corporal. En este contexto, Diz Miguel (2014: 3) enuncia que la comunicación no verbal precede a la evolución del lenguaje, pero no hay estudios, anteriores a 1950, que hayan profundizado en el tema.

¹⁹ La kinesfera es el volumen esférico imaginario que rodea el cuerpo. Este concepto fue creado por Rudolf Laban. En la kinesfera, el movimiento se limita a la extensión máxima de los miembros, sin que la persona cambie de puesto.

²⁰ Un icosaedro es un poliedro de veinte caras. Técnica del Icosaedro: Es el método que permite entender los puntos de proyección del cuerpo humano, permitiendo una mayor precisión en el movimiento.

Tal como lo señala Ros (2009: p.350), el ser humano, por naturaleza, vive en constante movimiento. La estructura corporal tiene como finalidad funcionar en conjunto, para poder ejecutar los diferentes tipos de movimientos. La comprensión de la manera en que este complejo mecanismo funciona, parte de la observación en el movimiento de las acciones cotidianas, y a partir de dicha observación se favorece el entendimiento sobre las “acciones del esfuerzo”²¹. En este sentido, el LMA fue concebido como un lenguaje preciso que aborda el fenómeno del movimiento, a través del cual se pueden interpretar y detallar las conexiones que lo posibilitan, internalizando la dinámica producida por el esfuerzo muscular y la forma del movimiento, entre otros factores. Ros describe el LMA como “un lenguaje para entender, observar, describir y anotar todas la formas de movimiento” (2009 : 350). Esta metodología surgida a partir de la exploración y la concientización corporal, tiene como objetivo el dominio del individuo sobre su propio cuerpo y el análisis del movimiento de éste en el entorno y en el espacio circundante. Es un enfoque que proporciona un marco detallado para descomponer, describir y comprender los aspectos cualitativos y cuantitativos del movimiento en diversas disciplinas como por ejemplo: la danza, el teatro, la terapia del movimiento y la educación física, entre otras. En congruencia con estas ideas, Thamers (1988 :7) enuncia que “ el movimiento es pensamiento emoción, acción , expresión[...] [y] está presente en todas las artes y en todo aquello que forma parte del mundo externo e interno del hombre”

El análisis del movimiento Laban -o LMA- tiene cuatro categorías, que si bien no fueron establecidas por él, surgen a partir de sus estudios y alcanzarán más profundidad a través de sus discípulos, principalmente por Irmgard Bartenieff (1907-2001). Las categorías son: cuerpo, espacio, forma y esfuerzo.

En relación a la primera categoría: *cuerpo*, el LMA examina la anatomía y la postura del cuerpo humano en movimiento, considerando cómo se mueven las diferentes partes del mismo y cómo se relacionan entre sí; cabe aclarar que el término cuerpo engloba las características físicas y describe la conexión de éstas con la articulación de las diferentes

²¹ Son las acciones corporales surgidas a partir de la combinación de los 4 factores: peso, tiempo, espacio, fluir.

partes, en pos del desarrollo del movimiento. Según la descripción de Ros (2009:352) en esta categoría podemos observar cuáles partes están conectadas o influenciadas por otras y los principios generales de la organización del cuerpo humano.

En cuanto al *espacio*, Laban no conceptualiza al espacio como tal, sino que considera que el individuo desarrolla el movimiento en un espacio determinado y debe contemplar el desplazamiento de ese cuerpo en movimiento respecto al espacio que lo rodea, es decir que analiza la relación del cuerpo con el espacio circundante, incluyendo direcciones, niveles, planos y tamaños de movimiento. Esto implica entender cómo el movimiento se manifiesta en diferentes dimensiones espaciales. Esta categoría está enfocada en el modo en que el cuerpo cambia de una posición a otra, por ejemplo: abrir, cerrar, levantarse, estirarse, avanzar, retroceder, etc.

Lo mencionado anteriormente explica y justifica la utilización de diversas figuras geométricas hasta llegar a diagramar un icosaedro para organizar visualmente la relación del cuerpo con el espacio. Para describir los trayectos, Laban define una serie de figuras geométricas en torno al cuerpo humano, basadas en formas cristalográficas de los sólidos platónicos²²: el octaedro, el cubo, el icosaedro y la esfera (Ros, 2009: 353).

En la categoría *forma* se explora la organización y estructura del movimiento, incluyendo patrones de secuencias, formas y relaciones espaciales y temporales. La forma muestra el cuerpo cuando éste adopta una u otra posición, describiendo la manera en que el cuerpo cambia hacia algún punto del espacio.

La categoría *esfuerzo* se centra en las cualidades dinámicas del movimiento, que describen cómo se experimenta y se expresa el movimiento. Ros (2009) describe esfuerzo como “un sistema para observar, analizar y entender las cualidades más sutiles con respecto a la intención interior del movimiento”. Laban definió cuatro factores presentes en todo movimiento: tiempo, espacio, peso y flujo. A cada factor le corresponden dos polaridades, tiempo repentino/sostenido, espacio directo/flexible, peso fuerte/suave, flujo controlado /libre.

²² Platón, en su obra *Timaeus*, asoció cada uno de los cuatro elementos que según los griegos formaban el Universo, fuego, aire, agua y tierra a un poliedro: fuego al tetraedro, aire al octaedro, agua al icosaedro y tierra al hexaedro o cubo. Finalmente asoció el último poliedro regular, el dodecaedro, al Universo.

Si bien el movimiento es propiciado por la combinación de los cuatro factores enunciados, en ciertas ocasiones, algunos toman más relevancia que otros.

Rudolf Laban propuso los "Ocho Ejes Espaciales y de Calidad de Movimiento", también conocidos como "Ocho Esfuerzos" como parte fundamental del LMA. Estos esfuerzos describen diferentes formas de experimentar y expresar el movimiento, y se agrupan en pares opuestos. Cada esfuerzo se caracteriza por sus cualidades específicas. A continuación presentamos las Ocho acciones básicas del Esfuerzo de Laban, las cuales se definen según la actitud hacia el peso, el espacio y el tiempo.

La acción *golpear* está definida por un peso firme, se desplaza por el espacio de forma directa, y la relación con el parámetro tiempo es súbita. Son movimientos que tienen una calidad de golpeteo o impacto, con una sensación de determinación y peso. Puede implicar una fuerza concentrada y dirigida. Se puede definir como una lucha contra el peso, el espacio y el tiempo, pero sin ceder ante ellos.

La acción de *presionar* se caracteriza por un peso firme, un desplazamiento directo por el espacio, y por una duración sostenida en el tiempo. Los movimientos implican una presión constante y sostenida, con una sensación de resistencia. Sus características son la continuidad firme y constante de la tensión opuesta y la fuerza ejercida por medio del peso.

Retorcer, tal como presionar, se caracteriza por una relación con el peso firme, tiene también una duración sostenida en el tiempo, pero en relación al espacio es flexible. Se ejecutan movimientos que giran y retuercen, con una sensación de torsión y contorsión. Consiste en el "abandonarse" al tiempo y al espacio y "luchar contra" el peso, se actúa a través de los músculos que ejecutan el necesario movimiento opuesto (como cuando se escurre un trapo) y del funcionamiento muscular multilateral que genera cambios continuos de dirección.

Deslizar se caracteriza por un peso liviano, un movimiento directo por el espacio y un transitar sostenido en cuanto al tiempo. Los movimientos se caracterizan por ser suaves, con una sensación de fluidez. Evita movimientos abruptos y se enfoca en la continuidad.

La acción *flotar* se caracteriza por un peso liviano, flexible en relación al espacio y sostenido en relación al tiempo. Son movimientos que tienen una sensación de ingravidez y

levitación. Puede expresar una cualidad etérea y evita movimientos pesados o directos. Es como “abandonarse” al tiempo, al peso y al espacio, sin “luchar en contra”. Es una acción del esfuerzo muy utilizada para las transiciones durante los cambios entre las diversas posiciones del cuerpo. En esta acción prevalece la función muscular continua. Se puede representar con la imagen mental del humo en el aire.

Dar toques leves o *golpetear*²³ se caracteriza por ser liviano en cuanto al peso, directo en cuanto al espacio y súbito respecto al tiempo. Es una acción caracterizada por la acción constante contra el tiempo y el espacio y “abandono” al peso, donde se percibe la resistencia del objeto, y se siente el movimiento constante y elástico de los músculos. Unas imágenes que representan esta acción son el escribir a máquina, o el retocado del pintor.

Hendir el aire o dar latigazos se caracteriza por ser firme en cuanto al peso, flexible en el espacio, y súbito en cuanto al tiempo. Son movimientos flexibles generalmente hacia afuera, generando una explosión sobre el final del movimiento. Los músculos traccionan el movimiento de forma abrupta, para luego soltar y dejar que la inercia realice su trabajo.

Sacudir es el último de los movimientos básicos descritos por Laban, caracterizado por ser liviano en cuanto al peso, flexible en cuanto al espacio, y súbito en cuanto al tiempo. En relación a la ejecución del movimiento se lo puede describir como un “abandonarse” al peso, aflojando la tensión muscular y logrando una sensación de ligereza. Y respecto al espacio realizar un tirón unidireccional que nos permita llevar a cabo una descarga de energía seguida de un estado de relajación.

Laban utiliza la palabra *Effort* para referirse a la función interna que da inicio al movimiento, es decir, aquellos impulsos internos a partir de los cuales se origina. El término *effort*, es definido por el *Oxford English Dictionary*²⁴ como “un enérgico adelantamiento de poder, físico o mental; un intento laborioso. Dentro de las traducciones al castellano, se encuentran: “esfuerzo”, “obra”, “tentativa”, “fuerza efectiva” y “empeño”. Las acciones resultantes de ese esfuerzo corporal traducidas en movimiento, están dotadas de intensidades,

²³ También suele mencionarse como teclear o dar golpecitos

²⁴ <https://www.oed.com/search/dictionary/?scope=Entries&q=effort>

matices y cualidades expresivas. Es a partir de estudiar esas cualidades que surgen los factores del movimiento que ya hemos enunciado.

En conclusión , el método LMA, así como el sistema de escritura creado por el autor, cumplen con la finalidad de describir cualquier movimiento físico. Las ocho acciones del esfuerzo, y todo su desarrollo, con sus posibles combinaciones, son descripciones sistematizadas de movimientos específicos muy útiles para quien desee utilizarlas aunque no sea experto en Danza o Teatro. Las descripciones de los movimientos pueden ser aplicables en diversas áreas.

El siguiente cuadro, realizado por Morales (2020), presenta la tabla del esfuerzo de Rudolf Laban, que describe las cualidades de movimiento en la danza contemporánea según los factores de espacio, peso, tiempo y flujo de energía. Identifica ocho calidades de movimiento (flotar, palpar, sacudir, fluir, latigar, golpear, presionar y torcer) y especifica cómo se manifiestan los cuatro factores en cada una.

Calidad de movimiento	Factor Espacio	Factor Peso	Factor Tiempo	Factor flujo de la energía
Flotar	Flexible o indirecto	Liviano	Lento o sostenido	Liberada
Palpar	Directo	Liviano	Rápido o súbito	Liberada
Sacudir (crepitar)	Flexible o indirecto	Liviano	Rápido o súbito	Liberada
Fluir (deslizar)	Directo	Liviano	Lento o sostenido	Liberada
Latigar (hendir el aire)	Flexible o indirecto	Pesado	Rápido o súbito	Liberada

Golpear	Directo	Pesado	Rápido o súbito	Contenida o controlada
Presionar (empujar)	Flexible o indirecto	Pesado	Lento o sostenido	Liberada
Torcer (retorcer)	Directo	Pesado	Lento o sostenido	Contenida o controlada

Cuadro 3: Cuadro del esfuerzo de Rudolf Laban²⁵

²⁵ Cuadro elaborado por Morales, Y. (2020). Disponible en: <https://es.scribd.com/document/456729034/Tabla-Effort-Shape-Laban>

4.

LMA en la Música

4.1. El método Laban y su aplicación en la música

Hemos subrayado que Laban (2019)²⁶ vincula todas las acciones humanas con el esfuerzo, argumentando que éste se manifiesta en cualquier movimiento corporal; en sus palabras: “el esfuerzo es visible en los movimientos de un trabajador o un bailarín, y es audible en el habla o en una canción” (p. 58). En relación con esta vinculación con lo sonoro, Rengel (2005) en Araujo (2016:36) relata que Laban usaba en sus clases tanto el piano, como instrumentos de percusión, la voz y el canto. Además de estos recursos, exploraba la percepción que los estudiantes tenían de sí mismos y de los demás en relación con los “toques, relacionamientos, y sensibilización”, formándolos en la escucha de sus ritmos internos. En este sentido y en virtud de los resultados obtenidos, Lombardo (2012) opina que la aplicación de este método en la música, y particularmente en la dirección coral, puede ofrecer a los directores una mayor conciencia del gesto, del control emocional, la expresividad escénica y la comunicación gestual del ritmo, la agógica y el fraseo musical (p. 278). Complementariamente, Wyers (2009) en (Varela, 2022: 3) añade que puede ayudar a los directores de todos los niveles a lograr una mayor variedad gestual

Aunque el principal campo de Laban fue la coreografía, su método analítico para describir cualquier movimiento humano incluye una teoría del movimiento, un método de entrenamiento exploratorio y un sistema de notación del movimiento (Varela, 2022, p. 7). De manera adyacente, pero no por eso no vinculante, Jordan (2011) en Varela (2022) sugiere que los directores corales deben adquirir un vocabulario arquitectural de movimiento antes de reaccionar expresivamente al sonido (p. 3).

En el contexto del canto de cámara, Mariz (2015) afirma que el Sistema Laban proporciona una herramienta eficaz para crear movimientos expresivos para los cantantes, dado su enfoque holístico de la expresividad humana y su impacto en la voz cantada. La autora, compara la corporalidad y la expresividad del cantante con la de un actor, destacando las diferencias en las exigencias expresivas e interpretativas entre quienes cantan y quienes ejecutan un instrumento (2015: 15).

²⁶ Referencia del libro *El dominio del movimiento* de Rudolf Laban traducido por Rafael Ruiz.

Centrándonos en los enfoques de Auz Bowen (2015) sobre la relación de los ocho esfuerzos con la voz, y en la perspectiva de Jordan (2014) en Ordoñez (2014) encontramos que los autores sugieren que las acciones del esfuerzo de Laban son herramientas apropiadas tanto para la dirección coral como para la voz cantada y la respiración en el canto. En el mismo sentido, Lisa Billingham (2009), proporciona un vocabulario gestual basado en las ocho acciones del esfuerzo asociadas a parámetros expresivos musicales, ofreciendo a los directores vocales una "caja de herramientas cinestésicas" para mejorar su práctica.

4.2. El método Laban en la dirección coral

Siguiendo a Branco (2013) algunos trabajos académicos relacionaron la teoría del movimiento de Laban con la práctica de la dirección coral a partir de finales de los años 70. Bartee (1977), en un trabajo teórico, examinó las implicaciones del sistema Laban de análisis del movimiento en la concepción del movimiento del director coral. Su trabajo sugiere que el director, al comprender los elementos del movimiento, como sus combinaciones, consigue mejorar varias áreas de su actividad relacionadas con la presencia escénica, la eficiencia en el ensayo, la propiocepción corporal, la claridad en el uso del espacio personal, una mayor conciencia de las sensaciones corporales durante el movimiento y su diversificación en los movimientos expresivos; especificidad en la selección de los movimientos, equilibrio y economía de esfuerzos, mayor creatividad y posibilidad de aprender y practicar movimientos expresivos (p.7-8).

Michele Holt (1992) en Branco (2013), realizó una investigación a partir de la grabación de una misma obra por dos grupos corales. El primero, trabajando en los ensayos con metodología tradicional, y el segundo, con actividades basadas en el método Laban. En las conclusiones el autor afirmó que hubo un desempeño de mejor calidad artística en el coro que había realizado actividades utilizando conceptos de la teoría del movimiento, en perjuicio del otro, que había utilizado sólo, técnicas tradicionales (p.8).

Benge (1996) en Branco (2013) solicitó a varios músicos que identificaran momentos particularmente expresivos en las grabaciones de directores de orquesta y luego encargó a expertos del Sistema Laban analizar estos fragmentos. Los resultados de los análisis revelaron que en aquellos momentos de gran expresividad se observaban numerosas convergencias entre dos cualidades expresivas del movimiento: acciones incompletas que

generaban climas actitudinales, y tres cualidades expresivas distintas, según Laban, que eran acciones completas. En sus conclusiones, sugirió que los programas de formación para directores deberían incluir el entrenamiento en movimiento cinestésico siguiendo el enfoque de Laban, como medio para mejorar la calidad de la comunicación de estos profesionales, sin especificar ningún ejercicio en particular (p.8).

Miller (1988) en Branco (2013) empleó técnicas de experimentación del movimiento basadas en el sistema Laban con estudiantes de dirección coral. Su objetivo era determinar si los estudiantes que recibían esta formación mostraban una capacidad superior para comunicar sus interpretaciones musicales al final del semestre en comparación con un grupo sometido a métodos tradicionales. Tras el estudio, concluyó que los estudiantes complementados con ejercicios de educación del movimiento demostraron una comunicación gestual de mayor calidad. Dado el tamaño reducido de la muestra, se destacó la necesidad de realizar más investigaciones en el tema, con el fin de ampliar su alcance y hacer un seguimiento de la población observada durante un periodo más prolongado (pp.8-9).

En congruencia con los autores antes mencionados, Billingham (2001) en Branco (2013) desarrolló una investigación en la que asoció los gestos de dirección de algunos fragmentos musicales con los movimientos de las acciones completas de Laban. Al ensayar las piezas musicales, utilizó los patrones de acciones de Laban previamente seleccionados. Para determinar si la comunicación había sido eficaz, utilizó un cuestionario con participantes del coro que tenían estudios musicales a nivel de licenciatura. La autora concluyó que sólo los gestos relacionados con las acciones de *torcer y hendir o cortar*²⁷ fueron considerados confusos y con fallos en la comunicación. Los gestos de *deslizar, flotar, sacudir, dar golpecitos o palpar*²⁸, *golpear*²⁹ y *presionar* fueron considerados efectivos en la comunicación entre el director y el grupo musical (p. 9).

Leck y Jordan (2009) en Amaral & Andrade (2019:69), observaron que las acciones de Laban aplicadas a los gestos de dirección, se manifiestan en la sonoridad coral evocando

²⁷ Denominado en portugués *Chicotar* por la autora.

²⁸ Denominado en portugués *Pontoar* por la autora.

²⁹ Denominado en portugués *socar* por la autora.

diferentes tipos de sonidos. La acción *Flotar* evoca un sonido *legato* y sostenido ; *Deslizar*, sonidos precisos, sostenidos y suaves; *Presionar*³⁰, sonidos precisos, llenos y pesados; *Dar golpecitos o palpar*³¹, sonidos suaves y repentinos; *Sacudir* sonidos llenos y rápidos; *Torcer*, sonidos continuos, llenos, pesados , mas suaves; *Hendir o cortar*³² sonidos leves y desconectados (*staccato*); *Golpear*³³, sonidos prolongados, marcados y fuertes.

En la aplicación del método desarrollado en el artículo de Jordan (2014) en Ordoñez (2014), cada una de las acciones del esfuerzo se explica en cuatro secciones distintas. Primero, se ofrece una ejemplificación vinculada al cuerpo y sus posibles movimientos. Por ejemplo, en el caso de la acción de *flotar*, el autor invita al lector a imaginar que sus brazos son livianos como plumas o como las ramas de un árbol balanceándose con la brisa. Este tipo de asociaciones puede ser beneficioso al trabajar con coros de niños, jóvenes y adultos. Una vez comprendido el concepto, la actividad descrita por Jordan propone al coreuta mover su cuerpo, comenzando por las articulaciones, brazos, torso y piernas, con movimientos amplios pero lentos y cuidados, sin generar tensiones ni bloqueos (p. 2).

Las acciones de Laban, en esta serie de ejercicios, vinculan el cuerpo completo con la respiración, y finalmente culminan con la emisión del sonido. Aunque este tipo de secuencias son habituales en los coros, la principal diferencia en la aplicación del método Laban radica en la continuidad de las acciones concatenadas, que tienen una misma intención tanto desde lo corporal como desde lo respiratorio y fonatorio. Esto facilita la internalización de las acciones y su asociación con la voz cantada, proporcionando un enfoque integral y coherente para el entrenamiento vocal en el contexto coral.

Ordoñez (2014) cita las publicaciones de Jordan y Wyers (2011)³⁴ para explorar la asociación del Método Laban con la dirección coral y orquestal. En su primer artículo “Las ventajas de aprender técnica de dirección por medio del análisis del movimiento Laban” ,

³⁰ Denominado de *Forçar* en portugués por la autora.

³¹ Denominado *Pontear* en portugués por la autora.

³² Denominado *Chicotar* en portugués por la autora.

³³ Denominado *Socar* en portugués por la autora.

³⁴ Jordan, J. M., Wyers, G., Andrews, M., Corporon, E., & Custer, G. (2011). *The conductor's gesture: A practical application of Rudolf von Laban's movement language*. GIA Publications.

expone que se genera un vínculo entre este método y la ejecución de movimientos en la dirección coral u orquestal a través de un paralelismo entre la terminología de escritura musical tradicional y las ocho acciones del esfuerzo del LMA.

- La acción *flotar* se relaciona con el término "*dolce legato*"; esta acción en particular es difícil de relacionar con un término de articulación, pero puede ser relacionada con el carácter dulce y ligado de una obra o de una sección de la misma.

- *Deslizar* se asocia con el carácter "*legato*", movimiento que facilita la conexión del gesto con la articulación musical, un movimiento curvo y continuo que se realiza con tensión en el antebrazo. La intensidad y el grado de la curva varía con respecto a la cualidad emocional de la música” Laban (1980) en Ordoñez (2014, p.2).

- *Presionar* se relaciona con carácter "*tenuto*"³⁵. Es un movimiento fluido que se realiza con una parada en cada conteo. Cada pulso es sostenido con o sin intensidad, dependiendo de la música” Laban (1980) en Ordoñez (2014, p.3).

- *Dar golpecitos o Palpar*³⁶ se asocia con "*staccato-ligero*"³⁷. El pulso de *staccato-ligero* se realiza con un movimiento rápido y recto con una parada en cada conteo. Los gestos son pequeños” Laban (1980) en Ordoñez (2014, p.3)

- *Sacudir* se relaciona con "*spiccato*" o "*pieno-staccato*"³⁸; es una acción que puede usar una orientación vertical, horizontal o sagital, y en su final, tiende a liberar o dispersar su energía. De acuerdo con Wyers (2009) en Ordoñez (2014) “puede ser útil con un coro que está ejecutando o pesando en exceso su interpretación” (p.3).

³⁵ La indicación *tenuto*, hace referencia a sostener el movimiento o apoyar las notas, en otras palabras, puede alterar la dinámica o la duración de una nota. Libro de “Teoría musical”, de Antonio Alba, pág. 78.

³⁶ *Tocar*, en la terminología de la autora.

³⁷ La articulación *staccato*, picado destacado en español, se indica con puntos prolongados sobre la nota, el efecto que produce es cortar tres cuartas partes de la duración de la nota, no afecta a la intensidad del sonido sino a su duración. Libro de “Teoría musical”, de Antonio Alba, pág. 72.

³⁸ Pleno *staccato*.

- *Hendir o cortar*³⁹ se asocia con "*martellato*"⁴⁰. Willetts (1993) en Ordoñez (2014) describe este movimiento acentuado como una "articulación que requiere movimientos abruptos y agresivos" (p.3). Cuando se hace la preparación para un acento, los cantantes usan un movimiento más fuerte en sus músculos abdominales.

- *Golpear* , se relaciona con "*marcato*". Esta es una acción altamente intensa que puede corresponderse con el término *martelé*, graficado como la articulación *staccato* con un acento agregado. Sin embargo, la descripción de Rudolf Laban (1980) en Ordoñez (2014) del esquema *marcato* es más similar: "un movimiento pesado con una parada en cada ictus. Es contundente, y algunas veces de carácter agresivo, y de tamaño mediano a grande. Los gestos que conectan los pulsos son más lentos que en *staccato*" (p. 4).

A continuación, el resumen detallado por Ordoñez (2014, pp.1-5) es sintetizado en el siguiente cuadro:

Acción	Término de articulación	Descripción
Flotar	<i>Dolce legato</i>	Difícil de relacionar con un término de articulación, pero se asocia con el carácter dulce y ligado de una obra o sección.
Deslizar	<i>Legato</i>	Movimiento curvo y continuo con tensión en el antebrazo, facilita la conexión del gesto con la articulación musical; la intensidad y grado de curva varían según la emoción.
Presionar	<i>Tenuto</i>	Movimiento fluido con una parada en cada conteo; cada pulso sostenido con o sin

³⁹ *Atacar*, en la terminología de la autora.

⁴⁰ La autora asocia al término acentuado.

		intensidad, dependiendo de la música.
Dar golpecitos	<i>Staccato-ligero</i>	Pulso realizado con un movimiento rápido y recto, con una parada en cada conteo; los gestos son pequeños.
Sacudir	<i>Spiccato o pieno-staccato</i>	Acción que puede tener orientación vertical, horizontal o sagital; tiende a liberar o dispersar energía, útil en interpretaciones de coro.
Hendir o cortar	<i>Martellato</i>	Movimiento acentuado con movimientos abruptos y agresivos; requiere un esfuerzo mayor en los músculos abdominales al preparar un acento.
Golpear	<i>Marcato</i>	Acción altamente intensa, corresponde al término <i>martelé</i> ; se grafica como staccato con un acento agregado.

Cuadro 4: Relación de las acciones de Laban con las articulaciones vocales

En términos de aplicación práctica en la música coral, Ordoñez menciona que las acciones *flotar, deslizar, presionar, dar golpecitos o palpar y sacudir* se utilizan con más frecuencia que las acciones *hendir o cortar, retorcer y golpear*. En cuanto a la acción *retorcer*, la autora comenta que es más difícil establecer una relación directa con la articulación de una nota, ya que se relaciona más con el carácter de una frase. Asimismo afirma que el aprendizaje de la dirección coral acompañado por las acciones de Laban produce resultados beneficiosos en la movilidad del gesto y en la capacidad expresiva, mejorando así la expresividad de los coreutas (2014:5).

En el título del artículo, se diversifica la aplicación del método considerando no solo al director del coro, sino también a los coreutas. Destaca que Laban estudió la relación entre

la música y la danza, usando el sistema de notación musical como referencia para desarrollar su sistema de notación del movimiento. Los ejercicios propuestos pueden utilizarse en la etapa inicial del ensayo coral, especialmente durante el calentamiento vocal.

4.3. El método Laban y la Voz

Christopher Tester (2022), actor británico de doblaje, comparte en su canal de YouTube⁴¹ su experiencia personal aplicando el método Laban en sus interpretaciones. Expone que la utilidad y funcionalidad del método radica en cómo facilita la tarea del doblador, ya que la comprensión de los esfuerzos comprometidos en los movimientos que los personajes realizan al momento de usar la voz, ayuda a asimilar la interpretación durante la grabación. Afirma, además, que la corporalidad y el movimiento de los actores condicionan totalmente la interpretación. Por este motivo, la utilización de los ocho esfuerzos de Laban se convierten en una herramienta útil para internalizar la interpretación, permitiendo realizar las acciones corporales y vocales adecuadas.

En continuidad con este lineamiento, el estudio de casos realizado por Auz Bowen (2015) en su trabajo de Maestría en Estudios del Arte en UCE (Quito/Ecuador) propone una metodología para el trabajo de preparación vocal del actor, partiendo del vínculo cuerpo/voz, por medio de la conjugación de las cualidades de la voz y las cualidades del movimiento propuestas por Rudolf Laban. En su trabajo, expone y describe las acciones de la propuesta de Laban, denominándolas como acciones básicas del esfuerzo (ABE). En paralelo, crea y presenta nuevos términos para lo que denomina “acciones básicas del esfuerzo vocal” (ABEV), definiéndolas como “un conjunto de acciones vocales que han sido obtenidas como resultado de la incidencia de las cualidades del movimiento en el trabajo simultáneo con la voz” (p. 111). Para las acciones del esfuerzo vocal, la autora considera tres cualidades de la voz, cada una con dos parámetros o indicadores: el tono, que puede ser definido como agudo o grave (ámbito de la frecuencia); el volumen, como intenso o *sotto voce*⁴² (relacionado con la sensación de volumen o *loudness*) y las condiciones de fonación, como glotales o aspiradas

⁴¹ https://www.youtube.com/watch?v=6_5uEfXBYJE&list=PLLP6PE-D2xC1Nw9mKUQsORhs-ACWgmPTm&index=4

⁴² Denominación utilizada por la autora que viene del idioma italiano y que significa “voz baja”.

(ámbito de los modos de fonación). En complemento a la fórmula también se identifican dos elementos más: la imagen (resonancia) y la sensación (sonoridad).

Desde esta perspectiva, a la ABE *deslizar* le corresponde su correlato ABEV *fluir* (relacionada a un tipo de voz fluída y firme) ; a *retorcer, remorder* (relacionada a un tipo de voz remordida y ebullente); a *presionar, pujar* (relacionada a un tipo de voz pujada y potente) ; a *hendir o cortar*⁴³, *lacerar* (relacionada a un tipo de voz punzante y expandida); a *sacudir, escupir* (relacionada a un tipo de voz escupida y presurosa); a *dar golpecitos o palpar, pinchar* (relacionada a una voz pinchante y tocante); y a *golpear, disparar* (relacionada a una voz disparadora y potente).

Acción	ABEV	Tipo de Voz
Deslizar	Fluir	Voz fluida y firme
Retorcer, Remorder	Remorder	Voz remordida y ebullente
Presionar, Pujar	Pujar	Voz pujada y potente
Hendir o Cortar	Lacerar	Voz punzante y expandida
Sacudir	Escupir	Voz escupida y presurosa
Dar golpecitos o Palpar	Pinchar	Voz pinchante y tocante
Golpear	Disparar	Voz disparadora y potente

Cuadro 5: Relación de las acciones básicas del esfuerzo corporal y vocal

En las conclusiones, la autora afirma que “las limitaciones corporales se encuentran en entera conexión con las limitaciones vocales; el nivel de dominio de cualquiera de las

⁴³ La autora denomina *latiguar*.

cualidades del movimiento del actor repercute en la producción de vocalidades: alterándolas, potenciándolas, bloqueándolas o subordinándolas” (2015: 135).

Si bien tanto las afirmaciones de Christopher Tester (2020) como las de Auz Bowen (2015) se enfocan en la incorporación de los ocho esfuerzos de Laban en la voz de los actores, consideramos que estas aplicaciones del método también podrían ser útiles en el trabajo vocal de los cantantes.

En continuidad con lo mencionado, Jordan (2014), en Ordoñez (2014: 2), manifiesta la importancia del movimiento para los cantantes al realizar el calentamiento vocal. Para ello, desarrolla una serie de ejercicios de fonación tomando como punto de referencia los ocho esfuerzos de Laban. Propone el uso de onomatopeyas, consonantes y vocales relacionadas con cada una de las acciones del esfuerzo. Los ejercicios están debidamente documentados en pentagramas para brindar más claridad y precisión a la interpretación, acompañados de ejercicios a una o cuatro voces como material de estudio. Así propone, por ejemplo, comenzar con la acción de *flotar* mediante glissandos ascendentes y descendentes de forma relajada, incluso un poco perezosa, acompañando el movimiento del glissando con los brazos. Este ejercicio puede realizarse con diferentes vocales, y el glissando puede ejecutarse con saltos de tono exactos o inexactos.

Para la acción de presionar, se utiliza un *canto llano*⁴⁴ con notas graves, estimulando la resonancia de pecho mediante la emisión del sonido "jmm". Se aconseja al cantante percibir cómo este ejercicio estimula la respiración baja⁴⁵, y se sugiere acompañarlo con movimientos de brazos.

En el caso de la acción de *sacudir*, se propone realizar la acción con los brazos mientras se emite repetidamente la palabra "sacudir". Durante el ejercicio, debe aprovecharse al máximo la cualidad onomatopéyica de la palabra, enfocándose principalmente en la emisión de la letra "S" antes de emitir el resto de la palabra con más energía.

⁴⁴ Canto llano es el canto monódico litúrgico a capella.

⁴⁵ La respiración baja también conocida como costo-diafragmática es fundamental para los cantantes, se enfoca en la expansión del diafragma y la zona abdominal. Esta técnica ayuda a mantener la estabilidad y el control del flujo de aire durante la emisión vocal.

La fonoaudióloga e investigadora brasileña Luzia Gayotto (2005), configura a partir del estudio de Rudolf Laban, a través de la descripción de los elementos del movimiento – *fuerte y ligero, flexible y directo, rápido y lento, continuo y entrecortado* que constituyen los factores del movimiento, respectivamente *energía, espacio, tiempo y fluidez*–, una adaptación para la voz y la dinámica vocal.

Sobre el eje *Energía/peso* en el cuerpo (fuerte/ligero) relaciona a la *energía* de la voz ligada especialmente a la *intensidad vocal*, pero también a los ajustes realizados en la *articulación, la cadencia y el énfasis*.

Sobre el eje *Tempo* en el cuerpo (lento/rápido) lo relaciona con la duración y las transformaciones de los recursos, tales como: respiración, pausas, fluidez, velocidad y cambios articulatorios.

Sobre el eje *Espacio* en el cuerpo (indirecto⁴⁶/directo) relaciona la *espacialidad de la voz* expresada principalmente en *cambios de altura (frecuencia)* y en los movimientos que, en consecuencia, alteran las curvas melódicas, la *entonación* y las *cualidades de resonancia*.

Sobre el eje *Fluir* en el cuerpo (continuo/ entrecortado) relaciona la *fluidez* de la voz con las *variaciones respiratorias, pausas, encadenamientos articulatorios* y también a la *duración* (Gayotto, 2004).

Cada uno de estos *factores de movimiento, energía, espacio, tiempo y fluidez*, se clasifican aquí en categorías. Como sugiere el término, estos factores son *dinámicas que se tocan y se implican entre sí*: lo que se considera energía en la voz, por ejemplo, una *articulación sobre articulada*, también implica cambios en otras categorías, como el tempo y la fluidez. La presencia de una resonancia torácica y laringo-faríngea muy baja, recurso vocal vinculado a la *categoría espacial*, genera sensaciones y cambios de energía. A continuación, se expone en forma de cuadro, una síntesis del trabajo de la autora.

⁴⁶ Denominado en portugués *Flexível* por la autora.

Eje	Elementos del movimiento	Parámetros vocales
Energía/Peso	Fuerte / Ligero	Relaciona la energía de la voz con la intensidad vocal, ajustes en articulación, cadencia y énfasis.
Tempo	Lento / Rápido	Se relaciona con la duración y transformaciones de recursos como respiración, pausas, fluidez, velocidad y cambios articulatorios.
Espacio	Indirecto / Directo	Relaciona la espacialidad de la voz con cambios de altura (frecuencia) y movimientos que alteran curvas melódicas, entonación y resonancia.
Fluir	Continuo / Entrecortado	Relaciona la fluidez de la voz con variaciones respiratorias, pausas, encadenamientos articulatorios y duración.

Cuadro 6: Relación de los factores y elementos del movimiento con los parámetros vocales

A través del diálogo con Laban y apropiándonos de la dinámica del movimiento también para la voz, se intentará demostrar cómo estas dinámicas aparecen en algunos *estados psicofísicos*, principalmente para dilucidar tanto caminos conceptuales como sus aplicaciones prácticas. Para proceder en esta ejemplificación, revisaremos tres casos de cada uno de los dos grupos de estados. Identificamos dentro de los *estados de expansión*: *alegría, pasión, simpatía*. Y entre los estados de retracción, a diferencia del primero: *tristeza, indiferencia y antipatía*. Como *dinámica de la voz*, los tres *estados de expansión* tienden a expresar, con predominio en la categoría espacial, *voces flexibles*, es decir, con gran variación melódica, tendiendo muchas veces hacia el tono agudo. En cambio, los tres *estados de retracción* tienden a expresar, con predominio en la categoría espacial: *voces directas*, es decir, con poca variación tonal, con curvas melódicas más descendentes o incluso afirmativas, y con tendencia, en ocasiones, al grave. (Gayotto. 2004:405)

Araujo (2016) en su trabajo de doctorado en Música (*Escola de Música da Universidade Federal de Minas Gerais-UFMG*), sobre el desarrollo expresivo de la voz del

cantante basado en los *estudios labanianos*, plantea que la voz en sí misma es movimiento corporal. A partir de este axioma, propone una secuencia de movimientos corporales y vocales, graduales, combinando alternancia y simultaneidad entre estas dos acciones. Como objetivo aspira a que el cantor desarrolle habilidades de ámbitos artísticos diferentes integrando cuerpo/voz tanto para la expresividad teatral como musical, plástica y literaria siempre pensadas en relación con el proceso de construcción de su performance escénica/musical.

En primera instancia, en la investigación antedicha se realiza una adaptación del esquema corporal planteado por Laban, agregando las partes del cuerpo que inician y alternan el movimiento vocal en el canto. En esta actualización del esquema las partes y elementos involucrados son los siguientes: cuerdas vocales y demás músculos intrínsecos de la laringe (relacionados al cierre y otros ajustes glóticos); articulación temporomandibular (responsable por la abertura de la mandíbula); músculos responsables por la elevación del velo palatino; músculos extrínsecos de la laringe (responsables por los movimientos ascendentes y descendentes de la misma); músculos responsables por el movimiento de los articuladores móviles (lengua, labios, mejillas etc.); músculos responsables por la respiración costo diafragmática-abdominal (incluyendo el conjunto de músculos conocidos como “cinta abdominal”). Este listado ilustra las partes del cuerpo donde profesores y alumnos centran su atención durante la producción del movimiento vocal (p.43).

Las sugerencias de ejercicios para el entrenamiento de las regiones citadas fueron pensadas por la autora focalizando en el trabajo de cada parte por separado, y después relacionando una con otra, de acuerdo con la relectura del esquema de Laban. Según la autora, dentro de los ejercicios sugeridos se encuentran aquellos aprendidos a lo largo de sus experiencias didácticas y artísticas, o aquellas adaptaciones creadas en base a esas experiencias de las cuales no puede apuntar el origen. Sin embargo, un documento realizado por el *Comité de voz clínica del Departamento de Voz de la Sociedad brasileira de*

*Fonoaudiología*⁴⁷ y un video⁴⁸ donde se explican algunos de los ejercicios expuestos a continuación, desde su funcionalidad en la terapia fonoaudiológica, son fuentes desde las cuales se pueden extraer procedimientos metodológicos que posibilitan ilustrar la metodología que vinimos describiendo. En este sentido, la siguiente secuencia enlista una serie de ejercicios sugeridos para involucrar movimiento y percepción.

El siguiente cuadro resume los movimientos asociados a cada ejercicio, centrándose principalmente en la laringe y sus interacciones con otros movimientos del cuerpo.

Propuesta de ejercicio	Observación del movimiento laríngeo
Sostener el cuello en la región de la laringe, realizando un movimiento similar al de chupar espagueti.	Descenso paulatino de la laringe.
Sostener la laringe y realizar un movimiento de deglución. Mantener la laringe en posición ascendida.	Ascenso y descenso de la laringe al deglutir. Intento de mantenerla en posición elevada durante la mitad del movimiento de deglución.
Estirar la lengua lo más que se pueda y luego regresarla a la boca.	Movimientos de elevación y descenso de la laringe.
Realizar un <i>fry</i> vocal relajado, alternando con un <i>fry</i> vocal tenso en agudo con vocales “O” y “A”.	Intento de invertir el movimiento laríngeo con el movimiento sonoro: bajar la laringe al deslizarse hacia arriba y elevarla al deslizarse hacia abajo.

⁴⁷ Gama, A. C. C., da Silva, A. F. R., da Silva Pacheco, J., Curti, L., & Yamasaki, R. (2011) *Técnicas Vocais para Terapia de Voz*. Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia – SBFa. PDF. Disponible en: <https://drive.google.com/file/d/0BxZAc0SGfRAbMmtzWjBxYndhRmM/view?resourcekey=0-Umg14n2BDUllhNSeSmOHoA>

⁴⁸ Gama, A. C. C., da Silva, A. F. R., da Silva Pacheco, J., Curti, L., & Yamasaki, R. *Técnicas Vocais para Terapia de Voz*. Vídeo disponible en <https://www.youtube.com/watch?v=e9z-2gPIJXA>

Realizar glisandos con la vocal "A" comenzando en la región media.	Intentar el movimiento sonoro opuesto al movimiento laríngeo: elevar la laringe en el grave y bajar la laringe en el agudo.
Colocar la punta de la lengua detrás de los dientes superiores y bajar/subir la mandíbula lentamente.	Observación del movimiento controlado de la mandíbula mientras la lengua se mantiene inmóvil.
Imitar el movimiento de un bostezo y articular la consonante "K" lentamente.	Elevación del paladar blando y observación del movimiento de la lengua y el velo palatino.
Articulación lenta de "ja-ja-ja" imitando una risa sutil.	Percepción del movimiento de coaptación glótica.
Realizar un glisando descendente en octava alternando todas las vocales.	Descenso o relajación del fondo de la lengua y la laringe, incluso cuando la parte media de la lengua se eleva para articular vocales.
Inhalar flexionando rodillas, codos, muñecas, dedos, bajando la laringe y el diafragma. Exhalar estirando todo.	Descenso de la laringe durante la inhalación y elevación durante la exhalación
Inhalar estirando las articulaciones y exhalar flexionando.	Movimiento opuesto al ejercicio anterior: la laringe se eleva al inhalar y desciende al exhalar.

Cuadro 7: Ejercicios y observación del movimiento laríngeo

Si bien, como describimos anteriormente en cada tema, estos elementos están estrechamente relacionados y aunque en apariencia presenten entre sí contradicciones, consideramos que se puede realizar una correspondencia entre cada factor del movimiento labiano con un factor sonoro.

El objetivo principal de esta correspondencia sería el de facilitar e incentivar la realización de ejercicios de control de estos factores junto con otros movimientos corporales. Por ejemplo, podría recurrirse a ejercicios que involucren *espacio*, *timbre* y *atención*, otros

que atiendan al *peso, la altura y la intensidad o intención*; otros al *tiempo, duración y decisión* y, en última instancia, a *la fluidez, la proyección y la precisión*.

Es conveniente aclarar que la decisión de agrupar el *timbre* con el *espacio* se debe, en primer lugar, a la relación que se establece de manera natural entre los espacios de amplificación vocal y su alteración en el timbre, es decir, aquellas modificaciones que realizamos en nuestro espacio acústico mediante ajustes físicos. En segundo lugar, por el consecuente espectro de armónicos mencionado con anterioridad y, en tercer lugar, porque la *proyección vocal* se concibe como el resultado de los demás factores, incluido el *timbre*, y no al revés. La *altura* y la *intensidad*, que pueden trabajarse juntas o por separado, se agruparon con el factor *peso* porque están directamente relacionadas con la tensión muscular de aducción y estiramiento de las cuerdas vocales. Es importante recordar que consideramos la intensidad y la proyección como elementos distintos, ya que se puede lograr proyección incluso en un sonido ejecutado con dinámica pianísimo.

Continuando con la idea de correspondencia entre los movimientos corporales y la voz, los siguientes ejercicios tienen como objeto el entrenamiento de estos factores, en una primera instancia, separados, y una segunda instancia, de forma conjunta. Por ejemplo:

- En una única nota, priorizar variaciones de duración, intensidad, timbre y proyección, realizando una variación a la vez y tratando de mantener los demás factores estables.
- Asociar estas variaciones con cambios corporales en Tiempo, Espacio, Peso y Fluidez.
- Con los grados de la escala mayor 1, 3, 5, 7, 5, 3, 1 o 1, 3, 5, 7, 8, 6, 4, 2, 7, 1, ejecutar una frase musical, primero, valorando un factor de movimiento vocal a la vez (duración, intensidad, altura, timbre, proyección), y luego, alterando varios factores de movimiento durante la frase.
- Ejecutar la frase musical junto con una frase de movimiento corporal, experimentando variaciones de los mismos factores de movimiento para ambas. Por ejemplo, variar el factor peso y el factor peso vocal (intensidad) de ligero a firme.

- Ejecutar la frase musical y la frase de movimiento con diferentes variaciones de factores de movimiento para cada una.

Dentro de este repertorio de ejercicios quinésico-vocales, con el fin de trabajar los estados expresivos vocales, se podría pensar en acciones que combinen los factores de la siguiente manera: el *flujo* con el *tiempo* (Proyección-Tiempo); el *flujo* con el *peso* (Proyección-Intensidad/Altura); y el *flujo* con el *espacio* (Proyección-Timbre).

Una acción posible en este sentido podría hacerse con una sola nota sostenida o con pequeñas melodías; si así lo hiciéramos elegiríamos la vocal "i", porque creemos que, con su énfasis en armónicos agudos, puede ser la que más ayude en un primer momento a la proyección vocal.

Otros modos de correlación entre factores como *tiempo* y *peso* (Tiempo-Intensidad/Altura) y *tiempo-espacio* (Tiempo-Timbre) pueden ejecutarse con la vocal "a", ya que es la vocal de menor impedancia y, a veces, puede dificultar la proyección vocal, dado que el factor *flujo* no se prioriza en esta parte.

Por último, la combinación entre *peso* y *espacio* (Intensidad/Altura-Timbre) puede experimentarse con el cambio de vocales "ô", "ó", "a", "é", "ê", "î", "u".

Otra serie de ejercicios que pueden sugerirse para relacionar *peso* con *tiempo* y *fluidez* (Intensidad/Altura-Tiempo-Proyección), es lo que podríamos denominar un *impulso apasionado*, evitando los cambios de timbre. Para vincular *peso*, con *flujo* y *espacio* (Intensidad/Altura-Proyección-Timbre), sería la utilización de lo que podría llamarse un *impulso mágico*, evitando marcas de tiempo; aunque puedan cambiarse las vocales para modificar el timbre, el tiempo no debería marcarse entre una vocal y otra. Finalmente, para trabajar *tiempo*, *flujo* y *espacio* (Tiempo-Proyección-Timbre), se utilizaría un impulso visual evitando cambios de intensidad y altura.

Para las acciones básicas de expresividad, sugerimos la realización vocal de las acciones: *torcer*, *presionar*, *chicotear*, *golpear*, *flotar*, *deslizar*, *puntuar* y *sacudir*, utilizando para alcanzar estas acciones vocales el control de variación de los factores sonoros, sin definir, sin embargo, ¿cuáles parámetros serán esenciales para cada acción?

El objetivo principal de estas series de ejercicios es intentar realizar vocalmente (mediante la variación de los factores sonoros, los estados e impulsos expresivos, y las acciones básicas del esfuerzo) lo que se realiza de manera análoga con las acciones corporales. No se pretende que estas realizaciones sean completadas rigurosamente, sino que se trata de estimular al cantante a ejercitar las variaciones de los factores sonoros. La combinación de los factores de movimiento, así como su cambio, indican el *esfuerzo* (la calidad del movimiento) y la forma (configuración del movimiento en el espacio tridimensional).

Jordan (2014) en Ordóñez (2014), propone una serie de ejercicios vinculados a las acciones del esfuerzo, pero enfocados en la respiración. Describiendo dos de esas propuestas, tomemos como ejemplo la acción *flotar*: se insta al cantante, con el cuerpo predispuesto y preparado, a inhalar suavemente y de manera lenta, con los labios formando una "U". La exhalación se realiza de manera similar. Durante cada inhalación, la caja torácica se expande, pero es crucial evitar generar tensiones al inhalar el aire. Este ciclo se repite varias veces, y se pueden agregar movimientos de brazos para acompañar la acción.

El acto de respirar varía según cada una de las acciones del esfuerzo. Por ejemplo, en la segunda propuesta, el caso de la acción *presionar*, se le pide al cantante que inhale por la boca con los labios en forma de "U", pero al exhalar, que utilice un sonido "tch" de manera fuerte e intensa, sintiendo la presión del aire. Esta acción debe realizarse manteniendo amplia la cavidad torácica y el esternón. De esta manera, queremos significar que cada una de las acciones del esfuerzo se utiliza con diferentes recursos para facilitar su aplicación y comprensión en el contexto de la respiración y el canto.

Desde un enfoque similar, Auz Bowen (2015) enfatiza que la respiración es el motor de la producción vocal, destacando que el aire actúa como propulsor de la fonación al hacer vibrar los pliegues vocales y, en consecuencia, producir el sonido. Dentro de su artículo, la autora proporciona mayor especificidad al referirse a las condiciones de fonación, las cuales describe como "producto de la forma en cómo se disponen los pliegues vocales y la salida del aire para la emisión del tono vocal" (p. 76). Dentro de estas condiciones, distingue la fonación glotal y la aspirada. La fonación glotal se caracteriza por una fuerte presión subglótica y una aducción intensa de los pliegues vocales, resultando en un sonido explosivo

y de alta presión. En contraste, la fonación aspirada presenta una corriente excesiva de aire al inicio o final del tono, produciendo un sonido velado, disipado y débil.

En el trabajo de Albano (2016), se observa este concepto relacionado con los "modos de fonación" expuestos en el trabajo de Sundberg (2015), término utilizado con más frecuencia en la ciencia vocal. Estos modos de fonación presentan un abanico más amplio que el definido por Auz Bowen (2015). En este orden de ideas, Albano (2016) describe cinco modos basados en la relación entre la presión subglótica -determinada por la eficiencia respiratoria-, el flujo y el consumo de aire -determinado por la resistencia glótica, que a su vez está influenciada por las fuerzas de aducción de los músculos laríngeos-. Estos modos incluyen el susurrado, soplado, fluido, rígido y tenso. Cada uno de ellos muestra modificaciones sustanciales en la calidad vocal, el timbre y el volumen (p. 78).

La serie de ejercicios mencionados ilustra la manera en que la correlación adecuada, reflexiva y equilibrada entre los movimientos corporales y las emisiones vocales genera buenos resultados en la actuación coral.

5.

Consideraciones finales

5.1 Discusión y Conclusiones

El proceso de realización de esta investigación fue sumamente enriquecedor. Aunque al principio el acceso a la información fue complejo, debido a limitaciones como el idioma—ya que gran parte del material disponible se encontraba en inglés o portugués—consideramos que el esfuerzo por traducir estos textos fue extremadamente valioso, ya que facilita el camino para futuros investigadores interesados en profundizar en los estudios relacionados con el método de Rudolf Laban.

Establecer vínculos con investigadores del método en Argentina, Brasil y Estados Unidos resultó especialmente beneficioso para el desarrollo de nuestra investigación. Estos profesionales no solo nos proporcionaron valiosa información, sino que también nos alentaron generosamente a continuar con este trabajo.

En relación con nuestras preguntas iniciales sobre las aplicaciones prácticas del método Laban y cómo este podría mejorar la interpretación vocal individual y de conjunto, encontramos fundamentos teóricos que destacan la conexión entre las acciones corporales y vocales, tanto en la voz hablada como en la cantada, en contextos corales y solistas. Esta relación puede fortalecerse mediante una práctica vocal consciente, así como a través del diseño de estrategias externas: entrenamientos corporales dirigidos a directores y preparadores vocales, y un mayor conocimiento de estas conexiones por parte de repertoristas, preparadores escénicos y arregladores vocales. Esto resultaría en una mejor integración entre la expresión del movimiento y la expresión vocal, escénica y de repertorio, ajustada a la estética del arreglo, uno de los problemas identificados al inicio de nuestro trabajo.

En cuanto a la necesidad de que preparadores vocales, directores corales, arregladores y coreógrafos adquieran una mayor comprensión sobre la relación entre la intención comunicativa corporal y la intención comunicativa musical e interpretativa vocal—que fue una de las bases de la justificación de nuestro trabajo—hemos observado que esta cuestión ha sido abordada desde diversos campos del conocimiento. En cuanto a la necesidad de que profesores de canto y cantantes populares optimicen la aplicación de estos conocimientos en las interpretaciones vocales escénicas —tanto en clases, ensayos como actuaciones—, se revisaron los saberes integrados de profesionales de la danza, el teatro, la fonoaudiología, la

arquitectura, la locución y otras áreas de la actividad musical. Estos saberes fueron incorporados a nuestra revisión bibliográfica sobre el método Laban, con el objetivo de concebir las relaciones entre el cuerpo en movimiento y la voz desde perspectivas complementarias, incluyendo las pedagógico-vocales y las performáticas en el contexto del canto solista.

La idea de “cuerpo/voz/expresión” no puede pensarse de forma aislada o fragmentada. Por esta razón, la integración del Método Laban en el canto popular es pertinente; la actividad musical necesita de los subsidios de otras ciencias para construir nuevos conocimientos que permitan generar performances más integradas y orgánicas.

Teniendo en cuenta que nuestro objetivo principal fue realizar una revisión sistemática y exhaustiva de la literatura sobre los estudios críticos del trabajo de Rudolf Laban y sus discípulos, con el propósito de aportar conceptualizaciones sobre la relación entre las ocho acciones del movimiento y las diversas articulaciones expresivas vocales en el canto solista y coral en la música popular, podemos afirmar que dicho objetivo se alcanzó con éxito. Autores como Gayotto (2004, 2005), Auz Bowen (2015), Ordoñez (2014) y Araujo (2016), presentan en sus investigaciones fundamentos científicos altamente relevantes para reflexionar sobre las relaciones entre las acciones del esfuerzo y las articulaciones en el canto.

A lo largo de este trabajo, se lograron alcanzar los objetivos específicos planteados, que incluyen la recopilación y catalogación del material bibliográfico relacionado con Rudolf Laban y la aplicación de su método, así como el examen de los distintos ámbitos dentro del área musical donde se ha investigado y aplicado el método referido. Además, logramos identificar y reforzar las conexiones entre dicho método y diversos aspectos fundamentales del canto, tales como la articulación, la respiración, la fonación, la interpretación y la expresión vocal. Esta fundamentación se apoya en la pertinencia y relevancia de la bibliografía recolectada, la actualidad de las publicaciones revisadas y las posibilidades que ofrecen para la expansión del conocimiento mediante nuevas investigaciones en este campo.

Entre las limitaciones de esta investigación, destacamos su amplitud y extensión, dado que las investigaciones específicas en el área del canto se incorporaron hacia el final del proceso, en lugar de al inicio. No obstante, la diversidad de material citado proporciona un sólido marco teórico que servirá como base para futuras investigaciones de campo. Es fundamental llevar a cabo nuevos estudios de caso y proyectos de investigación-acción que

refuercen la práctica del método Laban en el ámbito musical, vocal solista y coral. Estas conclusiones no solo enriquecen la comprensión de la importancia de las dinámicas corporales en los procesos de enseñanza-aprendizaje del canto popular, sino que también ofrecen valiosas implicaciones pedagógico-didácticas para educadores, preparadores vocales y directores corales.

Aunque los estudios de caso realizados por algunos de los autores citados han sido de gran interés, consideramos valioso llevar a cabo nuevas investigaciones experimentales en nuestra región y en el país, dada la importancia de la actividad coral en esta parte del mundo. En la provincia de Mendoza, contamos con eventos corales de gran magnitud, como "Cantapueblo", que es relevante no solo a nivel provincial, sino también en Argentina y América Latina. La abundancia de coros profesionales y amateurs que conforman la familia coral mendocina ofrece un entorno propicio para la realización de experiencias formativas y prácticas de aplicación del método Laban. Esto permitiría a directores, preparadores vocales, coreutas y preparadores escénico-teatrales evaluar los resultados obtenidos a partir de dichas experiencias. Una opción viable para comunicar y difundir estas acciones es a través de la asociación ADICORA⁴⁹, que, como entidad nacional, congrega a todos los actores del ámbito coral en Argentina, ámbito adecuado para la realización de experiencias formativas, y prácticas de aplicación del método Laban. Directores, preparadores vocales, coreutas, y preparadores escénico-teatrales pueden evaluar los resultados que se obtengan a partir de dicha experiencia.

También, en el ámbito de la interpretación vocal solista y en la actividad pedagógico-vocal, las carreras de música popular de la FAD UNCUIYO ofrecen espacios específicos para la divulgación de investigaciones como la presente, tales como los "Encuentros de Música Popular", realizados anualmente en la institución. Estos encuentros constituyen un espacio de intercambio académico y artístico, donde los egresados, estudiantes y profesionales del área pueden compartir sus trabajos de investigación y desarrollos artísticos. Además, la FAD UNCUIYO brinda a los egresados la posibilidad de acceder a programas de posgrado, como

⁴⁹ La Asociación de Directores de Coro de la República Argentina –ADICORA– es una entidad sin fines de lucro fundada en febrero de 2003 en la Ciudad de Córdoba, Argentina.

las maestrías en arte y música latinoamericana, así como cursos de actualización, que permiten profundizar sus conocimientos y habilidades en diversas áreas de la música. En paralelo, la universidad facilita oportunidades de intercambio académico internacional y colaboración con universidades de todo el mundo, lo que enriquece el perfil profesional de los músicos e investigadores, estudiantes y egresados.

Esperamos que el aporte del presente trabajo pueda generar un mayor interés en la exploración del método Laban dentro del ámbito académico de la Facultad de Artes y Diseño de la Universidad Nacional de Cuyo, motivando a estudiantes y docentes a integrar dinámicas corporales en sus prácticas pedagógicas y así enriquecer la enseñanza del canto en contextos corales, pedagógico-vocales e interpretativos solistas.

Referencias bibliográficas

- Acevedo, S. M. D. (2012) *Delsarte e Laban: raízes e principios de una revolução estética*. Revista Brasileira de Estudos da Presença, 2 (2), 351-369. Acesso el 19/11/2024 en: <https://www.scielo.br/j/rbep/a/zMcVbycd3Xbbdhxhh6sRYM/abstract/?lang=pt>
- Alba, A. (1990) *Teoría musical ilustrada con ejemplos de música y con un pequeño vocabulario...* / [microforma]: por. Valparaíso: C. Kirsinger, [19--] 103
- Albano, P. C. (2016). “Análise da performance vocal em canção popular brasileira dos alunos do Bacharelado em Música Popular (orientação em canto) da Faculdade de Artes e Design (FAD) da Universidade Nacional de Cuyo (UNCUYO)-Mendoza/Argentina: uma contribuição para o ensino do canto popular no contexto Latino-Americano”. Master’s dissertation, [sn]. https://sucupira.capes.gov.br/sucupira/public/consultas/coleta/trabalhoConclusao/viewTrabalhoConclusao.jsf?popup=true&id_trabalho=3696414
- Altamirano Gómez, C. P. (2019) *Transformación de los movimientos físicos realizados en la muestra Máquina Humana mediante las ocho cualidades de movimiento de Rudolf Von Laban*. Tesis de pregrado. Universidad de Cuenca. Acesso el 18/11/2024 en: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/32163>
- Amaral, R.C. P., & Andrade, D. (2019) *A influência do gestual de regência na sonoridade de corais infantis: uma pesquisa baseada na Teoria do Movimento de Rudolf Laban*. II Congresso Interdisciplinar de Pesquisa, Iniciação Científica e Extensão, Belo Horizonte – MG, Disponível en: https://www.researchgate.net/publication/331498408_A_influencia_do_gestual_de_regencia_na_sonoridade_de_corais_infantis_uma_pesquisa_baseada_na_Teoria_do_Movimento_de_Rudolf_Laban
- Araujo, A.S. (2016). “O Cantor e o desenvolvimento expressivo: estudos labanianos aplicados ao processo de construção da performance cênico-musical” Disponível en: <http://hdl.handle.net/1843/AAGS-ADCJ5Z>

- Auz Bowen, G. A. (2015). *La incidencia del trabajo vocal del actor vinculado a la corporalidad a través de las cualidades de la voz y del movimiento*. Masters tesis. Quito: UCE. Disponible <http://www.dspace.uce.edu.ec/handle/25000/5431>
- Bernal Neira, Y. L. (2021) *La integración de la voz cantada y la danza contemporánea*. Universidad Distrital Francisco José de Caldas - Biblioteca UDFJC, Disponible en <https://repository.udistrital.edu.co/handle/11349/28766>
- Brandão, R. M. (2012). A voz do corpo e o corpo da voz: vivência realizada com a Companhia Giz de Cena XXII Congresso da Associação Nacional de Pesquisa e Pós-Graduação em Música. Acceso el 18/11/24, p. 357 en https://anppom.org.br/anais/anaiscongresso_anppom_2012/Anais_ANPPOM_2012.pdf
- Billingham, L. A. (2009). *The complete conductor's guide to Laban movement theory*. Gia Publications.
- Billingham, L. (2001) *The Development of a Gestural Vocabulary for Choral Conductors Based on the Movement Theory of Rudolph Laban*. Tese de Doutorado, University of Arizona, EUA.
- Bonfatti, A. F. (2022). *Sistema Laban/Bartenieff de Análise do Movimento Estudos sobre a formação do artista cênico*. Tese de doutorado apresentada à banca examinadora como requisito parcial para obtenção do grau de doutora em Artes Cênicas pelo Programa de Pós-graduação em Artes Cênicas da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (Brasil). Disponible en <http://www.repositorio.bc.unirio.br:8080/xmlui/handle/unirio/13561>
- Branco, Heloiza de Castello (2013). *A contribuição do sistema Laban para o gestual do regente*. In: Simpósio de Pesquisa em Música, 5., Curitiba. Anais [...]. Curitiba: Universidade Federal do Paraná, p. 1-12. Acceso el 19/11/2024 en: <https://www.uel.br/pos/musica/pages/arquivos/LabanSimpemus.pdf>
- Brennan, R. (2001). *Manual de la técnica alexander, el (Color)* (Vol. 6). Editorial Paidotribo.

- Costa , P. (2009). *A expresao cenica como elemento facilitador da performance no coro juvenil*. SCIELO, Brazil. UNIRIO-PPGM, Rio de Janeiro. Disponible en: <https://www.scielo.br/j/pm/a/MPnQB9dNzCHSY6dQbtQdGhm/?lang=pt&format=pdf>
- Cubero Marín, L. (2008) *Aplicación del método Laban/Bartenieff al curso de técnica de danza contemporánea para estudiantes de educación diversificada del conservatorio de Castella*. Universidad Nacional de Costa Rica. Disponible en: <http://hdl.handle.net/11056/28371>
- Curti, L. (2017). *Voz-corpo em movimento: uma proposta de repertório vocal inspirada em Laban*. Dissertação apresentada ao Departamento de Pós-graduação em Artes del Instituto de Artes da UNESP, como requisito parcial para a obtenção do título de Magister em Artes Cénicas, Brasil. Disponible en <https://repositorio.unesp.br/handle/11449/151416>
- da Cunha Santos, A. R., & Guerra, L. D. Coro cênico-performático: implicações para as dimensões educativo-musicais e artísticas da prática coral.
- de Oliveira, S. A. (1999). *Coro-cênico: uma nova poética coral no Brasil* (Doctoral dissertation, UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS).
- Diz Miguel, M. I. (2014). *Transformación del espacio cinemático Laban para la evaluación del movimiento*. Proyecto Fin de Carrera / Trabajo Fin de Grado, E.T.S.I. y Sistemas de Telecomunicación (UPM), Madrid, disponible en: https://oa.upm.es/33687/1/PFC_ilenia_diz_miguel.pdf
- Fridman, A.L.; Manzolli, J. (2016). “O ritmo como sistema evolutivo: o músico imerso em ciclos de percepção” en *Opus, Revista da Associação Nacional de Pesquisa e Pós-Graduação em Música*, v. 22, n. 2, p. 451- 470.
- Fridman, A.L. (2015). *Processos sonoros em movimento. Uma proposta de improvisação sob parâmetros rítmicos*. Actas de ECCoM. Vol. 2 N° 1, “La Experiencia Musical: Cuerpo, Tiempo y Sonido en el Escenario de Nuestra Mente. 12° ECCoM. Buenos Aires: SACCoM. pp. 107-113 | 2015 | ISSN 2346-8874 www.sacom.org.ar/actas_eccom

- Gama, A. C. C., da Silva, A. F. R., da Silva Pacheco, J., Curti, L., & Yamasaki, R. Técnicas Vocais para Terapia de Voz. Audio e imagen disponible en: <https://www.youtube.com/watch?v=e9z-2gPIJXA>; PDF Disponible en : <https://www.studocu.com/pt-br/document/universidade-tuiuti-do-parana/fonoaudiologia/246267430-tecnicas-vocais-para-terapia-de-voz-pdf/23262230>
- Gayotto, L. H. (2005). *Dinâmicas de movimento da voz. Distúrbios da comunicação*, Revista Distúrbios da Comunicação, São Paulo, SP, Brasil. Disponible en: <https://revistas.pucsp.br/index.php/dic/article/view/11735/845>
- Jacobs, D. D. S., Cascaes, L. S., & Marinho, P. (2013). Dando Corpo À Voz: Práticas Interdisciplinares Na Preparação Vocal De Atores E Atrizes. Revista do Centro de Artes da UDESC. Florianópolis, (10), 15-27.
- Lizarraga Gómez, I. (2014). *Análisis comparativo de la gramática corporal del mimo de Étienne Decroux y el análisis del movimiento de Rudolf Laban*. Universitat Autònoma de Barcelona.
- Lombardo, R. (2012). *Análisis y aplicación de la teoría de Laban y del movimiento creativo en la dirección de conjuntos instrumentales en la formación del maestro en educación musical*. Tesis doctoral. Facultad de Educación y Trabajo Social Universidad de Valladolid (España). Disponible en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=133828>
- Machado, D. (2022). *As contribuições de Laban para a dança no processo de formação humana*. Universidade Federal do Paraná, PR, Brasil. Disponible en: <https://hdl.handle.net/1884/61495>
- Mariz, P (2015) *Canto de câmara em movimento: Pesquisando movimento expressivo para cantores com o Sistema Laban*. Monografia apresentada ao curso de pós-graduação em Preparação Corporal nas Artes Cênicas da Faculdade Angel Vianna como requisito parcial à obtenção do grau de especialista. Versión digital disponible en: <https://independent.academia.edu/PaulaMariz>

- Miller, S. W. (1988). *The effect of Laban movement theory on the ability of student conductors to communicate musical interpretation through gesture*. BOOK. The University of Wisconsin-Madison.
- Morales, Y. (2020). Arte danzario: Calidades del movimiento desde la teoría del esfuerzo-forma de Rudolf Laban. Recuperado el 20/09/24. Extraído de: <https://es.scribd.com/document/456729034/Tabla-Effort-Shape-Laban>
- Muller, C., & Fiaminghi, L. H. (2013). Coro Cênico: conceito e discussões. *DA Pesquisa*, 8(10), 167-181. UNICAMP, Brasil
- Ordóñez, D. G. (2014). “Las ventajas de aprender técnica de dirección por medio del análisis de movimiento LABAN: una comparación entre la terminología tradicional y Laban” en *A Contratiempo: revista de música en la cultura*, (24), 14. Universidad Distrital "Francisco José de Caldas", Facultad de Artes-ASAB, Colombia.
- Ordóñez, D. G. (2014). “Incorporando las Acciones LABAN en el ensayo”-Capítulo extraído de “Música para el estudio de dirección” de James Jordan. *A Contratiempo: revista de música en la cultura*, (24), 13.
- Pereira, É., & Vasconcelos, M. (2007). O processo de socialização no canto coral: um estudo sobre as dimensões pessoal, interpessoal e comunitária. *Revista Música Hodie*, 7(1).
- Piñan, K. E. V. (2020). *Trabajo coral escénico en la formación temprana de actores y actrices*, Master's thesis, Pontificia Universidad Católica del Perú (Perú).
- Rengel, L. (2005) *Dicionário Laban*. 2ª ed. São Paulo: Annablume.
- Ros, A. (2009) “Laban Movement Analysis. Una herramienta para la teoría y la práctica del movimiento” en *Estudios escènics: quaderns de l'Institut del Teatre*. 2009, Núm. 35.
- Rudolf, L. (1994). *Danza educativa moderna*. Edición corregida y ampliada Lisa Ullman.
- Sampieri, R. H. (2014). *Metodología de la investigación* VI edición. McGraw Hill. México.
- Santos, A. M. S. D. (1999). Efeito do coro-cênico no desenvolvimento musical: um estudo de caso. *Encontro anual da anppom*, 12, 1-9. Disponible en:

https://www.anppom.org.br/anais/anaiscongresso_anppom_1999/ANPPOM%2099/P AINEIS/AMSANTOS.PDF

- Sastre, C. (2020). Laberinto Laban. Revista Cena N 32. DOI: 10.22456/2236-3254.104833. Acceso el 18/11/2024 en:
https://www.researchgate.net/publication/347645445_LABIRINTO_LABAN
- Scialom, M. (2015). “Rudolf Laban in the 21st century: A Brazilian perspective”, Doctoral dissertation, University of Roehampton.
- Schafer, R. M. (1991). O ouvido pensante. Fundação Editora da UNESP.
- Thamers, E. (1988). “Una concepción del movimiento y de la danza creativa: Rudolf von Laban” en *Apuntes. Educación física y deportes*, 1(11-12), 06-08, en <https://raco.cat/index.php/ApuntsEFD/article/view/383774#:~:text=https%3A//raco.cat/index.php/ApuntsEFD/article/view/383774>
- Varela, H. (2022) “Reaprendizaje del movimiento para la dirección coral: Aportes de los principios de Rudolf Laban a la pedagogía de la dirección”. Disponible en: https://www.researchgate.net/publication/357877843_RE-APRENDIZAJE_DEL_MOVIMIENTO_PARA_LA_DIRECCION_CORAL
- Vernia Carrasco, A. M. (2012). Método pedagógico musical Dalcroze. Localización: Artseduca, ISSN-e 2254-0709, N°. 1, 2012, págs. 24-27 Acceso el 18/11/2024 em <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3946014>

WEBGRAFÍA

- Naturally RP Voiceover (2022) *Using Laban for Voiceover*. YouTube Channel. Recuperado el 20/09/24. Disponible en el siguiente enlace: https://www.youtube.com/watch?v=6_5uEfXBYJE&list=PLlp6PE-D2xC1Nw9mKUQsORhs-ACWgmPTm&index=4
- Oxford English Dictionary
<https://www.oed.com/search/dictionary/?scope=Entries&q=effort>