



UNIVERSIDAD NACIONAL DE EDUCACIÓN A  
DISTANCIA  
FACULTAD DE FILOSOFÍA

Máster Universitario en Filosofía Teórica y Práctica  
Especialidad de Filosofía Práctica

Trabajo Fin de Máster

“LAS CUATRO FORMAS  
DEL CUERPO HUMANO”

Autor: David León Vega

Tutor: Tomás Domingo Moratalla

Madrid, 20 de septiembre de 2022

## RESUMEN

Se pueden distinguir fácilmente cuatro tipos principales de estilos de danza, ya que se corresponden directamente con las cuatro "tipologías corporales" tradicionales conocidas como "temperamentos". Estas fueron mencionadas en la antigüedad, y confirmadas una y otra vez por otros autores hasta nuestros días. Por lo tanto, se deduce que, al comprobar la tipología corporal y el temperamento del cuerpo de una persona, es fácil asignar el estilo de danza más adecuado para evitar lesiones y para sobresalir y destacar como profesional.

**PALABRAS CLAVE:** Materia, cuerpos, formas, tipologías, estados, temperamentos, arte, emoción, danzas.

## ABSTRACT

Four main types of dance styles can be easily distinguished, as they correspond directly to the four traditional "body typologies" known as "temperaments". These were referred to in antiquity and confirmed again and again by several other authors to this day. Therefore, it follows that by checking the temperament of someone's body, it is easy to assign the most appropriate dance style to avoid injury and to excel and stand out as a professional.

**KEYWORDS** Matter, bodies, forms, typologies, states, temperaments, art, emotion, dances,

## Introducción

Mi intención con esta investigación es la de a través del estudio de la forma de los cuerpos y de su relación con su expresividad en función de su temperamento, elaborar una estructura para la determinación del estilo de danza más adecuado a cada tipología corporal.

Tras años viendo cómo se ejecutan movimientos que producen esguinces, deformaciones, esclerosis, todo tipo de problemas y lesiones en bailarines y bailarinas provocados por el dolor al que se somete el cuerpo en la disciplina de la danza, he investigado por qué el cuerpo no funciona, salvo algunas excepciones, al nivel de rendimiento que se exige a nivel profesional. Me doy cuenta de que hay que estudiar la estructura del cuerpo, por ser la herramienta fundamental del bailarín.

En la metodología de la Danza es importante que el cuerpo esté adecuado al movimiento, cuerpo y tipo de movimiento en una manera de estar en el mundo, y hay diferentes cuerpos para diferentes tipos de movimientos.

La ciencia ha comprobado que existe una estrecha relación entre la estructura corporal de una persona y su psique. Siendo su personalidad desde donde el danzante se expresa, y siendo el cuerpo, la herramienta con la que baila. Estando éstas inter-relacionadas, cabe pensar, que, observando la estructura corporal de dicho danzante, podremos relacionar los movimientos característicos de ese cuerpo con su expresividad emocional característica.

Dicha estructura la podemos alterar engordando, adelgazando, causándonos roturas o lesiones, realizando un trabajo físico intenso, o con un fuerte impacto corporal, pero su estructura inicial es a lo largo de la vida de un ser humano es inmutable. Ni siquiera sufriendo los más graves traumas físicos, como por ejemplo mutilaciones, tendrá lugar un cambio de temperamento.

Te susurro:

Era absoluta primavera, el aire suave me hacía recordar lo fácil que es respirar, llenarme de vida, todo se movía con la gracia del viento constante, impredecible e ingobernable. Una nueva bocanada de aire consiguió convertirse en verdadera inspiración. Sentí al unirme a la materia en este improvisado baile que aquello que no podía moverse sufría, y no porque esas estructuras estuviesen celosas de otras que volaban por los aires, sino porque su naturaleza era ejercer la resistencia, y en esa tensión interna conseguían que la parada, el aparente reposo, fuera danza elegida, de presencia increíblemente habitada, profunda y tenaz. Objetos rodantes se golpeaban con la quietud y no les importaba el golpe solo la entrega, no podía dejar de ver formas y clases de movimientos que inexorablemente ejecutaban, sospecho que la forma determina la VERDAD de su movimiento.

Mi tóxico cigarrillo se estaba acabando, en este caso el veneno se volcó sanación, tenía que trasladar a mi amor a la danza esa nueva ventura. Me imaginé todas las formas danzando, todos los animales danzando, y por último a todos mis amigos danzando según su estructura, ¡cuánta consciencia!

Ya tenía todos los ingredientes en la mesa servidos para poder comenzar la alquimia que me mostraría los secretos de los diferentes gustos. A modo de cocinero, definiría lo que está salado, dulce o agrio. Después de este gusto de la opípara mesa, mis clasificaciones quedaron organizadas de esta manera, este fue mi resultado:

## **1. LA METAFÍSICA DEL CUERPO**

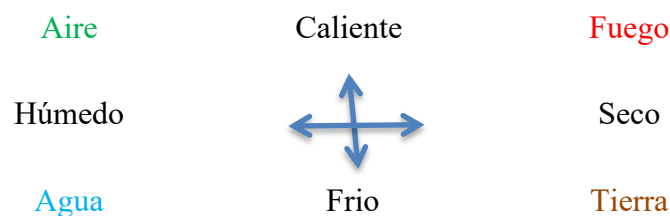
Los antiguos filósofos griegos afirmaban que todo mundo sensible y perceptible por los sentidos estaba constituido por los cuatro elementos que eran; tierra, agua, aire y fuego. De los que decían poseedores de unas cualidades físicas y psíquicas que los diferenciaban entre si y determinaba su función.

Las cualidades físicas de los elementos son cuatro, y están formadas por dos dualidades que se complementan: frio y calor, húmedo y seco. Cada cuerpo

tiene una temperatura entre frío y caliente, y un porcentaje entre húmedo y seco, lo que determinaba la naturaleza de su elemento. Las características físicas de cada elemento son:

- Tierra: Fría y seca.
- Agua: Fría y húmeda.
- Aire: Caliente y húmedo.
- Fuego: Caliente y seco.

*TABLA 1: Organización de los elementos según sus cualidades físicas.*



Si un cuerpo es más frío que caliente y más húmedo que seco, entonces el cuerpo es del elemento agua, si el cuerpo es más caliente que frío, y más seco que húmedo, entonces su elemento es fuego. Si un cuerpo es caliente y húmedo el cuerpo es aire, y si es frío y seco, tierra.

Cuando los griegos hablaban de los cuatro elementos se estaban refiriendo a los cuatro estados de la materia, que, aunque culturalmente identifiquemos solo tres: sólido, líquido y gaseoso, que corresponde a la tierra, al agua y al aire, las clasificaciones más serias incluyen un estado de la materia más, que es, el estado plasma o combusto, correspondiente al elemento fuego. El estado plasma o combusto de la materia lo tenemos en el fuego de las cocinas, en el sol, en los incendios, o en las pantallas de televisores y móviles, etc.

*TABLA 2: Elementos, Cualidades físicas de los elementos y estado de la materia relacionado,*

ELEMENTO	CUALIDAD	MATERIA
Tierra	Fría y seca	Sólida
Agua	Fría y húmeda	Líquida
Aire	Caliente y húmeda	Gaseosa
Fuego	Caliente y seca	Plasma o combusto

Los cuerpos son divisibles en partes más pequeñas, están formados por partículas. En la Antigua Grecia hubo una corriente filosófica previa a Sócrates, conocida por el “átomismo” la cual decía; si partimos o cortamos un cuerpo en partes y lo volvemos a partir hasta que no se pueda hacer más pequeño, siendo perceptible, obtenemos una partícula de ese cuerpo, a la que los antiguos filósofos llamarón; “átomo”, del cual afirmaban que ese átomo tenía cualidades de forma o figura, volumen, movimiento, y orden en el espacio, y que esas cualidades, eran las mismas cualidades de que las del cuerpo que formaban parte. El mundo perceptible está constituido por átomos, con diferente forma y orden espacial, y su equilibrio permitía la vida.

El átomo tiene una forma o figura, volumen, movimiento, y orden diferente según el estado de la materia en el que se encuentre. Y las características físicas del átomo en un estado de la materia o elemento, son las mismas características físicas que las del cuerpo del que forma parte.

Aristóteles afirmaba en el s. IV a.C. en su “Obra Biológica” que de un cuerpo solo puede surgir otro cuerpo con las mismas características de materia y forma. Y ponía el ejemplo de un espejo, que al romperlo en añicos, las partes más pequeñas, serían sólidas igual, y tendrían la misma forma con picos y ángulos, y forma lineal, que el espejo original. Al igual decía que de un ser humano, solo puede nacer otro ser humano con las mismas características de ser humano: cabeza, tronco, extremidades superiores e inferiores, con el mismo organismo y unas condiciones materiales creadas por la energía de la materia de la madre y del padre, y las condiciones atmosféricas o emocionales de la creación. Lo que no identifica es ninguna evolución, sino una

variación de las circunstancias y las energías creativas, o causas eficientes, surgiendo algo único e individualizado.

Átomo en la Antigua Grecia significaba “indivisible”. Si utilizamos el concepto de “átomo” que le dio John Dalton en 1808, formado por neutrones, protones y electrones, el átomo no nos dice nada, ya que son conceptos científicos complejos que a simple vista no nos proporciona ninguna información útil. Demócrito y Leucipo dirían que es la parte más pequeña indivisible “perceptible” de un cuerpo, por lo que, nos valdría como ejemplo del átomo de un vaso de agua, una gota, de un saco de arena, un grano de arena, del aire, una partícula, o del fuego una chispa o un pixel. La gota tiene las mismas características que toda el agua, las cualidades de la partícula de aire serían las mismas que las de todo el aire, o las de la chispa, iguales a las del fuego, o las de un pixel, iguales a las de toda la pantalla.

Las características de los átomos en cada estado de la materia son:

**Átomos sólidos:** Son de forma definida, tamaño y volumen irregular, y figura de geometría lineal y formas angulosas. Los átomos se encuentran muy comprimidos entre sí, aunque manteniendo su individualidad, pero con un alto grado de fuerza de cohesión, oponiendo gran resistencia al movimiento o a la separación. Son opacos, no dejan pasar la luz. Son rígidos y duros. Se mantienen quietos. Sus cualidades son frías y secas.

*Figura 1: Materia sólida. Piedras.*



Piedras

**Átomos líquidos:** Son de formas redondas y regulares, de volumen definido, y al contrario que los átomos de la materia sólida, son muy volubles. Sus átomos están pegados unos a otros con un bajo grado de cohesión. No oponen resistencia al cambio. Se adaptan al recipiente en el que estén contenidos adquiriendo su forma. Se mantienen en estado de reposo, no tienen movimiento propio. Son fríos y

húmedos.

*Figura 2: Materia líquida. Gota.*



**Átomos gaseosos:** No tienen volumen definido, pero adquiere formas curvas. Estos átomos están en continuo movimiento, y aunque independientes unos de otros, se mantienen conectados o cohesionados moviéndose rítmicamente y a la vez, realizando cabriolas y movimientos en curva, desplazándose en vaivén de izquierda - derecha, arriba y abajo, y delante y detrás. Ocupan todo el espacio que tienen disponible. Son húmedos y su temperatura es caliente. Son translúcidos, adquieren el color que reciben.

*Figura 3: Materia gaseosa. Humo.*



**Átomos plasma o combustos:** De figura cuadrada o formas diagonales. Al adquirir calor salen disparados en desplazamientos longitudinales, que tienen un principio y un fin, emitiendo luz y provocando calor. Sus átomos son independientes y no están relacionados entre si. La forma que adquieren es diagonal y cortada. Sus colores son rojizos, azules, o amarillos muy vivos o fuertes.



*Figura 4: Materia combusta. Fuegos artificiales.*



Las cualidades físicas predominantes en cada cuerpo determinarán el elemento o el estado de la materia en el que ese cuerpo se encuentra, sin embargo, dentro de una familia de cuerpos iguales, por ejemplo, minerales, cada mineral ha sido creado en unas condiciones de temperatura y humedad lo que le dará al mineral unas cualidades particulares, lo que determinará el matiz de forma final que tenga ese cuerpo.

Pongamos el ejemplo de una manzana, siendo de materia sólida, los diferentes matices las condiciones físicas del árbol y condiciones físicas climatológicas, puede ser que sean manzanas rojas, verdes o amarillas, o incluso más colores, dependiendo de los matices de humedad y calor, cambiaran el sabor final resultando una manzana más acida, otra más dulce, otra más agria. Todo cuerpo tiene una materia básica, por la que es reconocible, pero tienen diferente energía según las cualidades y matices finales con las que se haya creado.

Estando todos los cuerpos constituidos por un tipo o varios de partículas en un estado u otro, podemos imaginar el universo constituido de átomos, unos de formas lineales y quietos, otros de forma redonda dejándose llevar, otras en continuo movimiento curvo, y otras saliendo disparadas de un lado a otro. Los átomos, en cada uno de los estados de la materia, con diferentes formas y movimientos, construyen todo el universo.

La materia según su estado, por las cualidades de peso y de movimiento, tiende a agruparse y colocarse en capas en el planeta Tierra. En primer lugar, lo sólido, o elemento tierra, facilitando una estructura, encima, el agua, por encima del agua, el aire, y cortando desde diferentes direcciones, como el Sol que nos

envían sus rayos desde el cielo, o los volcanes que surgen del fondo de la tierra para emerger disparados al exterior.

## 2. LA ENERGÍA PSÍQUICA DE LOS CUERPOS

A cada elemento de la naturaleza también se les otorgaban unas cualidades psíquicas, energía que en los seres humanos traducimos como energía emocional. Las características psíquicas o emocionales de los elementos, cuerpos, o planetas, es la base en la que se ha basado los estudios de Astrología para determinar las causas y energías que influyen en la vida de las personas, tomando como referencia como nos afectan la materia de los planetas según estén colocados.

La. Clasificación de las energías psíquicas que le daban y le dan a cada elemento son:

- A. **Tierra:** Metódica, lenta, constructiva, conservadora, analítica, productiva, exigente, y realista.
- B. **Agua:** Acogedora, sanadora, nutritiva, entregada, envolvente, desinhibida, contactada, fusionada, e infantil.
- C. **Aire:** Comunicación, adaptabilidad, distanciamiento, racionalidad, información y rapidez.
- D. **Fuego:** Activación, acción, vigor, intensidad, agresividad, avance, visión, dominio, pasión, iluminación, inspiración y aventura.

Hipócrates, médico de la Antigua Grecia, y padre de la medicina actual, baso sus estudios de medicina en los cuatro elementos buscando su equilibrio en el cuerpo. Hipócrates, en la “Teoría Humoral Clásica” decía que el cuerpo humano estaba formado por la combinación de cuatro fluidos elementales, a los que llamo “humor” y que la predominancia de uno de los fluidos en el cuerpo de una persona determinaba su carácter y la clase de enfermedad que tenía. Estos fluidos eran: bilis amarilla, linfa, sangre y bilis negra, y actualmente conocemos los humores por temperamentos, mientras que actualmente usamos humor para designar un carácter divertido. Los temperamentos del cuerpo humano son cuatro: melancólico, linfático o

flemático, sanguíneo, y colérico.

- Bilis negra; Melancólico.
- Linfa o flema; Linfático.
- Sangre; Sanguíneo.
- Bilis amarilla; Colérico.

La bilis negra, relacionada con la melanina, es fría y seca, se localiza en la piel, el pelo, las uñas, el bazo o el interior del cerebro. La función del bazo es la destruir y filtrar células sanguíneas viejas o dañadas. Ayuda a que la sangre se coagule, formando partes sólidas que crean los límites y las estructuras del cuerpo; la flema o linfa, de materia acuosa, es fría y húmeda, se localiza en el sistema linfático y en determinadas zonas donde el cuerpo donde acumula reservas de energía, como en la barriga. También encontramos el cerebro rodeado de linfa; la sangre, de elemento aire, caliente y húmeda, se localiza en el corazón y la médula espinal, y esta encargada de oxigenar todo el cuerpo, combatir las infecciones, y solidificarse para tapar heridas o cortes. La bilis amarilla es de elemento fuego, de cualidades caliente y seca, se localizada en el la vesícula biliar que es un pequeño saco muscular que conectado con el hígado ayuda en la digestión de los alimentos a descomponer las grasas y convertirlas en ácidos grasos.

*TABLA 3: Relación entre Elemento, Temperamento, fluido, cualidades físicas, y estado de la materia.*

ELEMENTO	TEMPERAMENTO	SUSTANCIA	CUALIDADES	ESTADOS DE LA MATERIA
Tierra	Melancólico	Bilis negra	Frío y seco	Sólido
Agua	Flemático	Flema o linfa	Frío y húmedo	Líquido
Aire	Sanguíneo	Sangre	Caliente y húmedo	Gaseoso
Fuego	Colérico	Bilis amarilla	Caliente y seco	Combusto

El temperamento es la temperatura y humedad de la materia, que, como hemos visto, está relacionada a la forma y la energía de movimiento que tiene el

cuerpo, por lo que a nuestra forma de actuar y ser. Y me remito al psicólogo estadounidense Gordon W. Allport famoso por su teoría de la personalidad y el libro “Personality” (1961) en el que define el temperamento de la siguiente forma;

“Los fenómenos característicos de la naturaleza emocional de un individuo, incluyendo su susceptibilidad emocional, la fuerza y la velocidad con que acostumbran a producirse las respuestas, su estado de humor preponderante y todas las peculiaridades de fluctuación e intensidad en el estado de humor, considerándose estos fenómenos como dependientes en gran parte de la estructura constitucional y predominantemente hereditarios”. (Allport, 1961; pag.55)

Figura 5. Imagen medieval. Los cuatro humores.



A través del análisis de las descripciones psíquicas de cada tipología realizadas por Hipócrates, y su fiel seguidor Galeno, además de una profunda observación por mi parte de sus cualidades en mi vida y mi entorno, a continuación, describo las características de la personalidad de cada temperamento:

### 2.1 El temperamento melancólico:

Son personas relacionales, de humor variable. Ansiosas, rígidas, serias y pesimistas. En equilibrio se muestran intelectuales, responsables, controladoras, originales, compasivas, bondadosas, rectas y profundas. También pueden ser reservadas,

insociables, tristes, melancólicas, inmóviles, miedosas, introspectivas, preocupadas, excéntricas y autodestructivas. Antiguamente se consideraba que provocaba la locura, son calificados de genios o de locos. Su mirada es cerrada, concentrada y profunda.

Figura 6. Dibujo medieval del temperamento melancólico.



Son personas solitarias y compasivas, otras veces se muestran altivas. Son de reacciona secundaria, no reaccionan al momento, se quedan parados y necesitan pensar para reaccionar, o reaccionan excesivamente rápido y de forma nerviosa. Es un temperamento de excesos, o mucho o nada. Son personas autos disciplinados, muy críticos, responsables, imaginativos y creativos que les gusta entregarse al sacrificio personal. Le interesa la política, la geometría, el lenguaje, las estructuras, la organización, o la materia, no les gusta tirar nada y hacen un intento de darle uso a todo o bien reciclarlo. Sienten fragilidad y miedo. Ejemplos de este temperamento son Diógenes, Don Quijote, o Gregorio Samsa de la Metamorfosis de Kafka, personajes de una inteligencia desbordada que les cuesta conectar con la realidad de la vida que no alcanzan a comprender. Es un temperamento frío y seco.

## 2.2 El temperamento linfático:

Son personas tranquilas, frías e impasibles. Tiene un sistema nervioso lento y equilibrado. Son personas muy calmadas, no suelen perder la compostura, ni enfadarse. Son de buen corazón, aunque rara vez demuestra sus sentimientos. Procuran

no involucrarse mucho en las actividades de los demás. Sus debilidades son, que suele ser lento, ocioso y suele carecer de empuje o ambición.

Figura 7. Dibujo medieval del temperamento linfático.



Su mundo es el del sentimiento, que incluye, desde lo más luminoso a lo más oscuro. Como el agua es impredecible, y reaccionará ante cada situación como si fuera totalmente inédita. Son conocidos por su comprensión y su espíritu compasivo. Tienen la capacidad inherente de sentir lo que sienten los demás, y de evaluar las cosas de una manera que parece totalmente irracional. El tipo linfático tiene sensibilidad a la “atmosfera”, sutileza, encanto y perspicacia, también es fiel, posesivo, exclusivista y temeroso del futuro. Le rodea una especie de atmósfera de cavilación densa y pesada. Son notorias sus vacilaciones, su escasa puntualidad, su vaguedad y su falta de principios. Puede además ser bastante infantil en lo que se refiere al mundo de las ideas. El agua adopta una actitud maternal con todas las personas. Son personas que tienen tendencia a vivir por mediación de otros.

### 2.3 El temperamento sanguíneo:

Son personas alegres, de buen carácter y apasionados. Presenta un sistema nervioso rápido y equilibrado. Son gente vivaz y alegre que disfrutan de la vida siempre que pueden. Son personas muy emocionales, creativas, comunicativas y extrovertidas. Es un temperamento reactivo y muy receptivo al medio, con alta

flexibilidad a sus cambios. Tiene una capacidad insólita para disfrutar, y por lo general contagia a los demás su energía, es amante de la diversión.

Figura 8. Dibujo medieval del temperamento sanguíneo.



El tipo pensante. Desapegados, comunicativos, interesados en el mundo de las ideas y partidarios de la racionalidad, civilizados. Tienen la necesidad de relacionar las experiencias vitales con un marco ideológico preconcebido. Es de mente muy desarrollada, tiene sentido de la justicia y capacidad para evaluar de forma impersonal las situaciones. Amor a la cultura, apreciación de la estructura y el sistema, valiente adhesión a sus principios. Le horroriza dejarse atrapar y limitarse en las relaciones personales, suele renunciar a comprometerse, y tiene tendencia a la indecisión. Actúa de acuerdo a la razón.

#### **2.4 Temperamento colérico:**

Agresivo e irascible, caluroso, rápido, activo, práctico, voluntarioso, autosuficiente y muy independiente. Suele ser decidido y de opiniones firmes. Es extrovertido, aunque no tanto como el sanguíneo. Prefiere la actividad. No necesita ser estimulado por su ambiente, sino que más bien lo estimula él con sus inacabables ideas y planes. Tiende a fijarse metas muy altas porque considera que es capaz, pero no siempre las cumple, no por falta de capacidad, sino de tiempo o por tropiezos

encontrados. Dominante, intolerante y hasta manipulador para alcanzar su objetivo. Quiere hacer todo lo que desee.

Figura 9. Dibujo medieval del temperamento colérico.



Son intuitivos, vitales, espontáneos y exagerados. Es un tanto insensible y egocéntrico. No le gusta sentirse aprisionado. Tiene la reputación de un malhumorado individualísimo, y se le conoce por su egocentrismo abrumador en ocasiones. Es frecuente que el mundo sensorial sea un verdadero escollo donde tropieza el tipo fuego. Es frecuente que caigan en una actitud de la cual resultan donjuanes de uno y otro sexo, que buscan la confianza en la reiteración de la conquista. Su mirada es hacia el exterior. Da imagen de fuerza y poder, o de ira y agresividad. Da la sensación de estar alerta o al acecho, en actitud de lucha o de caza. El deseo de control.

Si bien el temperamento es innato al cuerpo de cada persona, no quiere decir que este no se pueda educar. Por ejemplo, el colérico puede educar sus arranques de ira para que no sean tan violentos, y el depresivo puede educar sus crisis depresivas. Ningún temperamento es más ventajoso que otro, todos los temperamentos proveen de unas virtudes y sus defectos. Dependerá de cómo la persona maneje su temperamento para que pueda sacar provecho de él. Las personas no tienen un solo temperamento, más bien se puede decir que tienen un temperamento predominante. Hay personas de temperamento mixto, por ejemplo: flemático-colérico, colérico-melancólico, etc. Rudolf Steiner en su libro “Los 4 temperamentos” nos habla de como educar el temperamento en la infancia:



El temperamento melancólico debe aprender a desarrollar la compasión por otros, ya que es capaz de entender profundamente el dolor o el sufrimiento que pueden llegar a sentir, lo que le ayuda a salir de sus propias preocupaciones que le consumen. El temperamento linfático debe aprender a motivarse por los intereses de otros, su falta de motivación e iniciativa propia, y su tendencia a conservar energías, hace que necesite motivarse a través de copiar a las personas que le rodean. El temperamento sanguíneo debe aprender a desarrollar la fidelidad, y poder anclarse a las cosas por su libre elección, sino tiende a pasar por todo de forma superficial. El temperamento colérico debe aprender a desarrollar respeto hacia sus figuras de autoridad.

Esta clasificación de la personalidad por el temperamento formulada por Hipócrates, y continuada por Galeno, aunque socialmente han sido desprestigiadas y caídas en desuso, han sido ratificados una y otra vez a lo largo de la historia por científicos y psicólogos de diferentes escuelas por todo el mundo, los cuales, formularon sus propias clasificaciones de la personalidad, entre las que se encuentran:

- Pavlov: excitado; silencioso; inhibido; animado.
- S. Diamond: agresividad; afiliación; temor; impulsividad.
- G. Murphy: necesidades de acción; necesidades viscerales; necesidad de escapar del peligro; necesidades sensoriales.
- Max Luscher: personalidad roja; personalidad azul; personalidad verde; personalidad amarilla.
- Jung: sensación; sentimiento; pensamiento; intuición.
- Fromm: explosivo; receptivo; acaparador; vendedor.
- Adler: dominante; seguidor; escurridizo; socialmente útil.

Recientemente el doctor Luis Amaral de la Universidad de Northwestern Chicago, realizó junto a sus compañeros del departamento de Psicología, una investigación de la personalidad a más de un millón de personas, llegando a la conclusión de que los temperamentos de Hipócrates al final de todo son ciertos. Sus

resultados fueron publicados en la prestigiosa revista científica “The human natura behaviur” en diciembre de 2018<sup>1</sup>.

### 3 LAS FORMAS DEL CUERPO

#### Definición de cuerpo:

Del latín corpus, el término cuerpo tiene varios usos. Se refiere, por ejemplo, a algo que posee tamaño limitado y que es apreciable por los sentidos, al grupo de sistemas orgánicos que conforman un ente vivo, al conjunto de las cosas que se dicen en una obra escrita y a la espesura o densidad de los líquidos.

El cuerpo humano está compuesto por la cabeza, el tronco, las extremidades superiores (brazos) y las extremidades inferiores (piernas). En cuanto a sus principales elementos químicos, puede destacarse al hidrógeno (63%) y al oxígeno (25%). (Gardey, 2009)

#### La definición añade que existen cuerpos de diferentes formas:

“Aunque todos los seres humanos cuentan con los mismos miembros, existen clasificaciones acerca de la forma de los cuerpos. Así, por ejemplo, se habla de los cuerpos rectangulares que son aquellos que tienen un tamaño de hombros idéntico al de la cintura, es decir, se trata de cuerpos rectos, sin curvas. De la misma forma están también los cuerpos de forma de guitarra que son aquellos que se identifican por cinturas estrechas y hombros y caderas de idénticas medidas. Tampoco nos podemos olvidar de los cuerpos de forma de pera, llamados así porque, al igual que sucede con dicha fruta, tienen la parte superior menos ancha que la parte inferior. Es decir, las mujeres que tienen el cuerpo de pera son aquellas que poseen unas caderas muy anchas. El cuerpo de forma ovalada, que se identifica por una cintura ancha, y el cuerpo de triángulo invertido son otras de las clasificaciones existentes para definir a los diversos tipos de cuerpos humanos. En concreto, el último citado se define por el hecho de que se trata de personas que cuentan con unas espaldas muy anchas y una cintura y

---

<sup>1</sup> L. Amaral “A robust data-driven approach identifies four personality types across four large data sets” The human natura behaviur. (Dic. 2018). <https://news.northwestern.edu/stories/2018/september/are-you-average-reserved-self-centered-or-a-role-model?>

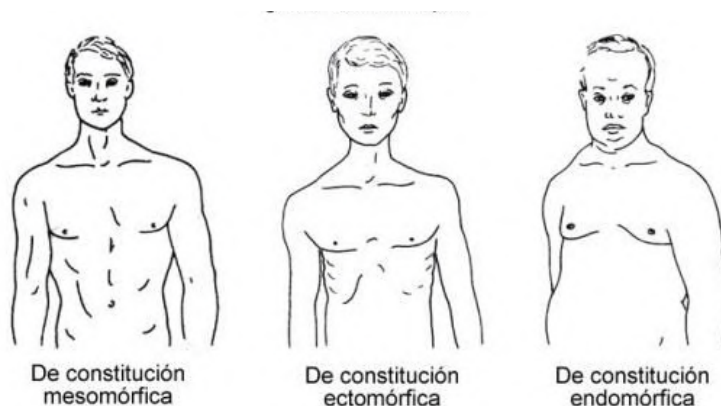
caderas muy estrechas. Un perfecto ejemplo de este tipo de forma es el que tienen los nadadores.” (Gardey, 2009)

Científicos del s. XX como el americano William Sheldon, o previamente el alemán Ernest Kretschmer, estudiaron la forma del cuerpo en relación a la personalidad, lo que denominaron “relación psicósomática”. Entre todos los sujetos analizados, miles, concluyeron a diferenciar tres tipologías cada uno coincidentes entre ellas y con los temperamentos de Hipócrates siendo estos cuatro, ya que, consideraban, al temperamento sanguíneo y su tipología corporal en un punto medio o de equilibrio respecto a las otras tres tipologías.

TABLA 4: Relación de las tipologías de Kretschmer, Sheldon Hipócrates:

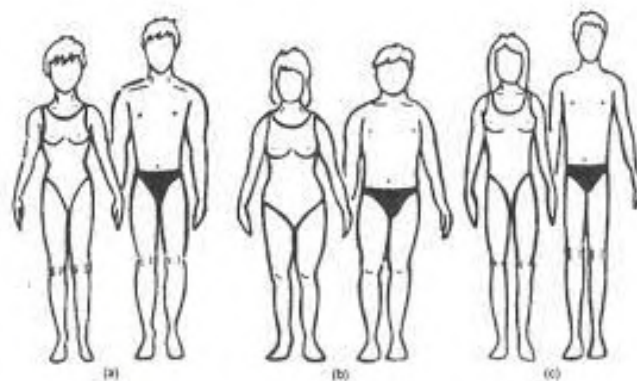
HIPÓCRATES	KRETSCHMER	SHELDON (Numeración tipo)
Colérico	Atlético	Mesomorfo (7-1-1)
Linfático	Pícnico	Endomorfo (1-7-1)
Melancólico	Leptosomático	Ectomorfo (1-1-7)
Sanguíneo	Mezcla equilibrada	Punto medio (4-4-4)

Figura 10. Tipologías corporales de W. Sheldon.



Los átomos de los cuerpos tienen la misma forma geométrica que el cuerpo del que forman parte. Siendo los átomos de los cuerpos sólidos de formas lineales, la de los cuerpos líquidos circular, la de los gaseosos de forma curva, y la de los cuerpos combustos de forma cuadrada o de diagonales; cuanto más materia sólida tenga el cuerpo mayor forma lineal adquirirá, si predomina el estado líquido, su forma será redonda, si en ese cuerpo predomina materia gaseosa, aire, ese cuerpo adquiriría formas curvas, y por último, si en el cuerpo predomina la materia combusta, el cuerpo adquirirá formas cuadradas o angulosas.

Figura 11. Tipologías corporales de E. Kretschmer. (Pícnico – atlético – leptosomático)



**a. Atlético**

**b. Pícnico**

**c. Leptosomático**

La forma de la estructura nos viene dada desde el nacimiento. Dicha estructura la podemos alterar engordando, adelgazando, causándonos roturas o lesiones, realizando un trabajo físico intenso, o con un fuerte impacto corporal, pero su estructura inicial es, a lo largo de la vida de un ser humano, inmutable. Según la estructura, y la predominancia de unas partes sobre otras, unos sistemas orgánicos más desarrollados que otros, nos dará una forma determinada que nos individualiza y nos posibilita para unas capacidades o dificultades de movimiento o quietud, dándole al cuerpo un ritmo o energía concreta, y una expresividad emocional característica. Me doy cuenta desde aquí, que la materia, la forma, y la energía emocional, están relacionadas.

Características anatómicas de las cuatro tipologías corporales psicósomáticas a partir de los estudios de estos autores y mi investigación personal:

### **3.1 Leptosomático:**

Esta tipología tiene un sistema óseo predominante en su cuerpo, lo que le da al cuerpo una forma lineal, alargada y delgada. En mujer se llama cuerpo con “forma de pera” lo que supone hombros estrechos y cadera ancha.

Ejemplos de esta tipología: Don Quijote de la Mancha, Fred Astaire, o el Flaco del “Gordo y el Flaco”

Características anatómicas:

- a) Escaso desarrollo de la caja torácica.
- b) Escaso desarrollo muscular.
- c) Mirada nerviosa.
- d) Habitualmente hombros estrechos o caídos, a modo de protección.
- e) Proporción longitudinal de las extremidades sobre el tronco.
- f) Habitualmente esbeltez y sensación de sutileza.
- g) Rostro triangular y/o alargado.
- h) Escaso contacto visual.
- i) Habitualmente muy altos o excepcionalmente muy bajos, de más de 1,80 metros, o menos de 1,55 metros.
- j) Rasgos faciales cerrados. Manos y pies largos.

Esta tipología corresponde a un cuerpo ectomorfo según la clasificación de Sheldon y a un temperamento melancólico, según la clasificación de Hipócrates.

### 3.2 Pícnico:

En esta tipología predominan el estomago, y las formas redondas. Su tronco tiene forma ovalada. Ejemplos de personajes con esta tipología: Cuerpo de “manzana”. Sancho Panza, el muñeco del anuncio de las ruedas Michelin, o Naranjito.

Características anatómicas:

- a) Caras redondas.
- b) Predominan estaturas bajas.
- c) Formas acuosas y tejidos suaves.
- d) Manos pequeñas.
- e) Poca cadera.
- f) Desarrollo de la parte alta del tronco.
- g) Zona abdominal desarrollada con forma ovalada.
- h) Discreta presencia del glúteo y del tren inferior.

Esta tipología corresponde a un cuerpo endomorfo según la clasificación de Sheldon y a un temperamento Linfático, según la clasificación de Hipócrates.

### 3.3 Sanguíneo:

En esta tipología predominan las formas curvas. En mujer esta tipología es llamada “reloj de arena”: Ejemplos: Marilyn Monroe. Rita Haywort, o Jessica Rabbit.

Características anatómicas:

- a) Cintura estrecha.
- b) Tronco largo, en relación a las extremidades.
- c) Misma anchura de hombros y cadera.
- d) Presencia del cabello.
- e) Brazos proporcionados a la altura.

- f) Tren inferior desarrollado.
- g) Estatura mediana.
- h) Glúteo menor desarrollado.
- i) Rostro frecuentemente ovalado.
- j) Pecho ancho.
- k) Musculatura redonda.

Esta tipología corresponde al cuerpo medio en equilibrio entre las características anatómicas y psicológicas de las tres tipologías según la clasificación de Sheldon y al temperamento Sanguíneo, según la clasificación de Hipócrates.

### **3.4 Atlético:**

En esta tipología predomina el sistema muscular y las formas diagonales y cuadradas, también es llamado tipología corporal de “triángulo invertido”  
Ejemplo: cualquier protagonista de las películas de superhéroes.

Características anatómicas:

- a) Rasgos faciales angulosos.
- b) Hombros anchos y desarrollados.
- c) Cuerpo proporcionado según el esquema clásico.
- d) Glúteo mayor desarrollado.
- e) Musculatura desarrollada.
- f) Solidez en el sistema óseo.
- g) Escasa cadera.
- h) Espalda amplia.

Esta tipología corresponde a un cuerpo mesomorfo según la clasificación de Sheldon y a un temperamento Colérico, según la clasificación de Hipócrates.

#### 4 LOS SISTEMAS DEL ORGANISMO

Todos los cuerpos humanos están formados por las mismas partes, sin alguna de ellos no es posible la vida, pero existen diferentes matices en la proporción de materia que tiene el cuerpo en cada estado. El cuerpo se divide en sistemas según la función que cumple y según la materia con la que maniobra.

El cuerpo humano también está constituido por los cuatro estados de la materia. La estructura interna del cuerpo humano es sólida, el 65% del peso corporal es agua, más del 65% del cuerpo está constituido de oxígeno, materia gaseosa, la materia combusta del cuerpo está representada por el sistema muscular, que supone un 40% del peso corporal. Aún así, la proporción es diferente en cada cuerpo humano y según la materia que resulte predominante le dará al cuerpo su forma final, su energía, o su temperamento.

Los sistemas del organismo son: Sistema Cardiorrespiratorio, Sistema Nervioso, Sistema Circulatorio Cardiovascular, Sistema Circulatorio Linfático, Sistema Respiratorio, Sistema Digestivo, Sistema Esquelético, Sistema Tegumentario y Sistema Muscular, a continuación, analizo la materia con la que maniobra cada sistema, además de las funciones que realizan, son:

- a. **Sistema Esquelético;** está formado por los huesos y articulaciones. Su materia es principalmente sólida (fría y seca). Da estructura y soporte al cuerpo, y permite el agarre y la manipulación de objetos.
- b. **Sistema Tegumentario:** Cubre y protege el cuerpo mediante la piel, uñas y pelo. Son de textura sólida. Hace la función de límite del cuerpo. Es donde se capta gran parte de la información nerviosa.
- c. **Cerebro - Sistema Nervioso:** de materia muy compacta, con grietas y surcos, está compuesta principalmente de materia sólida. La función del cerebro es la del entendimiento y la imaginación del ser humano, la capacidad de recordar el pasado, e imaginar el futuro, en conexión o de forma independiente a las emociones del corazón. Toma decisiones de que hacer o como proceder.



d. **Sistema Linfático:** Formado por los vasos y ganglios linfáticos, bazo y timo. Se encarga de transportar y almacenar energías (nutrientes) a todo el cuerpo, también tiene una función protectora frente a infecciones. El sistema linfático transporta principalmente linfa, que es mayoritariamente agua. No tiene movimiento propio, su movimiento es generado por la contracción de los músculos y facilitados por unas válvulas que no permiten el retroceso.

e. **Sistema Digestivo:** A través de fluidos en estado líquido, transforma el alimento, absorbe nutrientes, y eliminan residuos. Procesa hasta la disolución los cuerpos sólidos que digiere el organismo en la comida. Formado por la boca, esófago, estómago, intestinos y glándulas. Su materia es principalmente acuosa.

f. **Médula espinal - Sistema Nervioso:** se extiende por toda la columna vertebral hasta el cerebro, del que salen ramificaciones que se conectan al corazón y se expanden por todo el cuerpo, recibiendo y enviando a través de la sangre, la información que se recibe por los sentidos, que comparte con el cerebro y al revés, del cerebro al resto del cuerpo, actuando de coordinador de todos los sistemas, y aportando la información necesaria que facilita el movimiento y permite el equilibrio. La sangre que circula por la medula espinal y sus ramificaciones es principalmente gaseosa, contiene aire, por lo que formaría parte de un sistema del cuerpo gaseoso o aire.

g. **Sistema Circulatorio Cardiovascular;** Formado por el corazón, arterias, venas y capilares. Es el encargado de transportar la sangre a todo el cuerpo. Sangre, portadora de oxígeno y sensaciones nerviosas, es principalmente de estado gaseoso, ayudado por el bombeo del corazón y el movimiento autónomo del oxígeno que permite el movimiento ascendente por el cuerpo. Este sistema está interconectado con el sistema nervioso. La forma del corazón, las venas, y las arterias es curvilínea.

h. **Sistema Respiratorio:** Recibe el oxígeno para el cuerpo y expulsa dióxido de carbono. Los órganos utilizados son los pulmones, dos bolsas grandes de aire, además de la tráquea, bronquios, bronquiolos, cilios, etc. su contenido es principalmente gaseoso. Le da continuo movimiento al cuerpo.

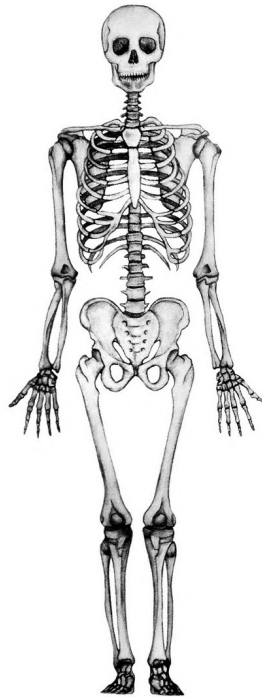
i. **Sistema Muscular:** Es el que permite el movimiento y la acción sobre el mundo externo. Se mueve a través de la acción - contracción, y esta por todo el cuerpo, torso y extremidades, siendo el glúteo el músculo más grande e impulso para el movimiento agresivo. Es caliente, se calienta con la actividad.

Toda la materia del cuerpo en el mismo estado esta intercomunicada, lo que hace varios sistemas completos y distribuidos por todo el cuerpo se activen simultáneamente y convirtiéndose en un sistema más grande, y podamos diferenciar un cuerpo de materia sólida, otro cuerpo de materia líquida, uno de materia gaseosa, y un cuerpo combusto, los que juntos forman el cuerpo. Funcionando independientemente, y predominando uno de los sistemas en un estado material sobre los otros. lo que determinara la forma y energía final del cuerpo.

Los diferentes órganos del cuerpo humano, los podemos clasificar en cuatro sistemas según el estado de su materia predominante:

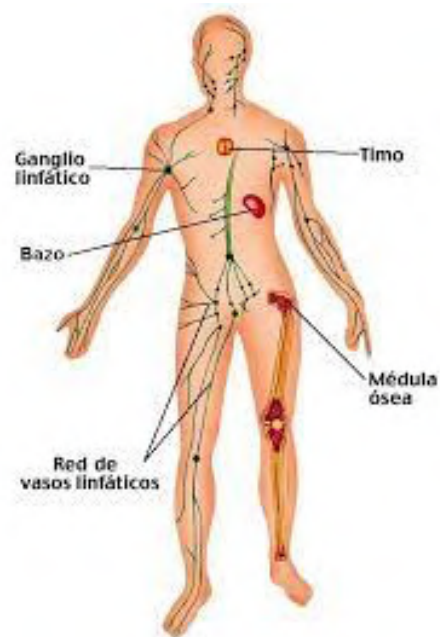
- **Sistema sólido;** formado por el sistema esquelético, sistema tegumentario y sistema cerebral. El sistema sólido es predominante en las extremidades del cuerpo humano, cabeza, brazos y piernas.

Figura 12. Sistema esquelético.



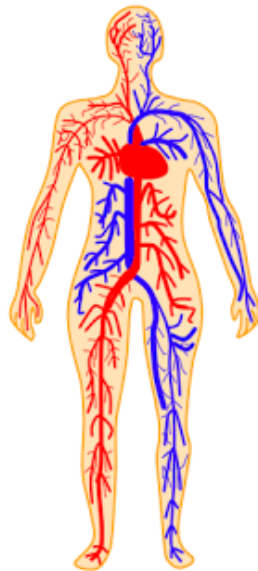
- **Sistema líquido:** formado por el sistema circulatorio linfático y digestivo. La materia líquida predomina en la barriga, las vísceras y el centro del sistema linfático que transporta linfa, compuesto mayormente de agua.

Figura 13. Sistema linfático del cuerpo humano.



- **Sistema gaseoso:** formado por el sistema respiratorio, el sistema cardiorrespiratorio, sistema nervioso-medula espinal, y el sistema circulatorio cardiovascular. En el tronco, al contrario, predomina la materia gaseosa, ya que los huesos son redondos y hacen de contenedores de los pulmones, glúteo y órganos genitales. Y aunque la columna vertebral atraviesa el tronco desde pelvis a cabeza, la mayor proporción de materia no es sólida, aunque en los cuerpos leptosomático hay una predominancia de partes sólidas en el torso también.

Figura 14. Sistema sanguíneo.



- **Sistema combusto:** formado por sistema muscular. La materia combusta la encontramos en el sistema muscular, que formado por fuertes fibras que se calientan que, a través de la contracción y el reposo mueven el cuerpo con fuerza.

Figura 15. Sistema muscular.



La forma de las extremidades es lineal, el pecho, el corazón, la espina dorsal, pelvis y cadera, tienen forma curva, la barriga es redonda, los glúteos y órganos sexuales son diagonales, o protuberantes del cuerpo. Según el sistema que predomine le dará al cuerpo una forma final global. Si predomina el sistema sólido del cuerpo, desarrollara una predominancia de las extremidades en relación al tronco, si predomina el sistema aéreo, el cuerpo presentara un torso protuberante con respecto a las extremidades, si predomina los sistemas acuosos del cuerpo, el cuerpo adquirirá forma redonda, presentando un estomago o barriga desarrolladas como centro corporal, y en el caso de que predomine el sistema combusto, o muscular, el cuerpo adquiere formas proporcionadas y angulosas, en la que destaca anchura de hombros con respecto a la cadera como ya hemos visto.

Dos sistemas de materias diferentes no pueden funcionar a la vez, ya que son opuestos, no puedo respirar potenciando el sistema respiratorio y oxigenar todo el cuerpo, a la vez que aguantar la respiración y bloquear todos los sistemas del cuerpo, o están en movimiento o los bloqueo, no puedo realizar las dos acciones físicas a la vez. Igual mente no puedo realizar un esfuerzo físico a la vez que reposo o comer a la vez. Los sistemas del cuerpo que utilizamos los vamos alternando según las necesidades o las acciones que estamos llevando a cabo, pero si que el cuerpo, según su estructura, tiende a funcionar desde una sola materialidad de la que impregna todas las acciones en las que se vea implicado, o si acaso, dos mezcladas.

Cada sistema material tiene un motor, que es la parte de este sistema con la que inicia su movimiento, y es centro de operaciones de las funciones que realice ese sistema principalmente en su diario. Cada motor tiene una forma de movimiento y realiza una función en el cuerpo. Los motores o centro de cada sistema son:

**El motor del cuerpo sólido** esta en las cinco extremidades, principalmente en la cabeza y la **mente**, en conexión con brazos y piernas que se movilizan desde el sistema óseo. La función de este sistema es la de dar estructura al cuerpo y determinarlo en el espacio, lo limita, además, es donde se sitúa la mente y la función del pensamiento. El movimiento característico de este sistema es la quietud, por lo que su cuerpo tiene a realizar continuos estatismos. La forma de su movimiento es de líneas, y su desplazamiento es rígido, duro y concentrado, pero de gran resistencia. **El motor del cuerpo líquido** esta en el estomago y **barriga** que conecta con las partes donde se localiza la linfa o las partes acuosas, como en cerebro, donde se encuentra recubierta de liquido linfático. El agua del cuerpo tiene la función de nutrir y de humedecer todas las partes que permitan su movimiento y vida. El agua del cuerpo no tiene movimiento propio, por lo que se mueve a través de las contracciones que realiza el sistema muscular, y esta provisto de unas válvulas que no permiten el retroceso en su distribución por el sistema linfático. Por lo que su movimiento característico es el reposo, dejándose llevar. Su movimiento es lento y pesado. La forma de la barriga es redonda.

**El motor del cuerpo gaseoso** esta en el corazón en conexión con el **pecho**, la pelvis, y la medula espinal, conectado a los sentidos a través de las

terminaciones nerviosas del cuerpo. La función principal del corazón es la de Amar. Percibir la información del exterior a través de los sentidos, en conexión con la información de las sensaciones corporales propias, y en conexión con la cabeza, provoca el movimiento del cuerpo, el equilibrio y actúa. El pecho y la pelvis del cuerpo son de formas curvas, y permiten la rotación del cuerpo. Su desplazamiento es a través de un vaivén de izquierda a derecha, arriba y abajo, adelante y atrás, en equilibrio. Su movimiento es grácil y ligero. El movimiento iniciado desde el torso este asociado al resto del cuerpo, integrando cabeza, brazos y piernas, que ayudan y facilitan el desplazamiento del torso.

**El motor del cuerpo combusto** es en el **glúteo**, que es desde donde surge el impulso que no envía con dirección hacia el mundo exterior. Conectando con todo el sistema muscular, le da la fuerza necesaria al cuerpo para imponerse sobre el medio. Su movimiento es directo, cruzado, cortado, diagonal, y rápido. El glúteo posibilita los saltos del cuerpo.

Todas las acciones que puede hacer un cuerpo, son capacidades de alguna de estos cuatro sistemas. Los cuales tienen su motor colocado longitudinalmente a lo largo del cuerpo: cabeza – pecho – barriga – glúteo. Cada motor o centro conecta con un sistema material completo del cuerpo, que viene determinado por el predominio de una materialidad u otra en el cuerpo, y será lo que le da su forma, movimiento y fin para el que está cualificado naturalmente.

Las funciones principales que realiza cada sistema según su motor son:

- Cabeza – Pensamiento.
- Pecho – Amor – relación.
- Barriga – Alimentación, conservación.
- Glúteo – Lucha, trabajo.

El ser humano tiene la capacidad del pensamiento localizado en la cabeza y la mente, tiene la capacidad de amar, localizado en el pecho, función de corazón, tiene la capacidad de nutrir y cuidar, localizado en las vísceras y el estómago, y tiene la capacidad de luchar o trabajar, localizado en la capacidad de sus músculos.



Cada fin o función en la vida tiene un motor, que está relacionado a un sistema corporal, teniendo en el cuerpo los seres humanos todos los sistemas y pudiendo realizar todas las funciones, es la metafísica del cuerpo la que determina cuál es su motor principal, o que sistemas tiene más desarrollados.

## 5 LAS EMOCIONES DEL CUERPO

También se ha buscado diferenciar cuales son las emociones básicas del ser humano con el fin de entenderlas mejor. Entre los estudios de estas emociones básicas, o grupos de emociones, que más se ha popularizado, es la realizada por la escuela americana de psicología, y que han tomado productoras de cine como Pixel que han hecho las películas “Divergente”<sup>2</sup> o “In&Out”<sup>3</sup>, y que es, el estudio de las emociones y clasificación de los “Big 5” realizada a partir de observar la reacción que provocaba en el cuerpo cada palabra referida a una emoción. Las cinco emociones eran: apertura a nuevas experiencias, extraversión, responsabilidad, inestabilidad emocional, y cordialidad, que se pueden transcribir a emociones como; asco, sorpresa, alegría, miedo, ira o tristeza. Recientemente el estudio de los “Big 5” se han quedado reducidas a cuatro ya que han llegado a la conclusión de que “asco” y “miedo” provocaban la misma reacción corporal. Una vez vista la clasificación de la materia del cuerpo humano y su movimiento, podemos imaginar que las cuatro reacciones posibles que puede realizar la materia del cuerpo son: quietud, reposo, movimiento rítmico, movimiento estresado, en relación a la cualidades psíquicas de los elementos, o a los temperamentos

---

<sup>2</sup> Divergente (título original en inglés, *Divergent*) es una película estadounidense de ciencia ficción y suspenso insostenible basada en la novela homónima de Veronica Roth, dirigida por Neil Burger y con guion de Evan Daugherty y Vanessa Taylor. Está protagonizada por Shailene Woodley, Theo James, Ansel Elgort, Miles Teller y Kate Winslet. Se estrenó el 21 de marzo de 2014.

<sup>3</sup> *Inside Out* (titulada *Intensa-Mente* en Hispanoamérica y *Del revés* (*Inside Out*) en España) es una película estadounidense de animación por computadora en 3D de comedia dramática y aventuras de 2015, producida por Pixar Animation Studios y distribuida por Walt Disney Pictures. Su trama, con rasgos fuertemente psicológicos, se desarrolla en la mente de una chica, llamada Riley Anderson (Kaitlyn Dias), donde cinco emociones —Alegría (Amy Poehler), Tristeza (Phyllis Smith), Temor/Miedo (Bill Hader), Furia/Ira (Lewis Black) y Desagrado/Asco (Mindy Kaling)— buscan guiarla en el día a día de su vida. La película fue dirigida y escrita por Pete Docter y Ronnie del Carmen, producida por Jonas Rivera y con música de Michael Giacchino. Información obtenida de Wikipedia.

de la materia del cuerpo y su comportamiento, llego a la conclusión de que las emociones se pueden clasificar en cuatro grupos que tienen la misma energía y provocan la misma reacción o movimiento en el cuerpo, y estos grupos son:

5.1 **Tristeza;** pena, desconsuelo, aflicción, amargura, melancolía, pesadumbre, pesar, quebranto, tribulación, desdicha, nostalgia, profundidad, vitalidad, o carisma.

5.2 **Tranquilidad:** calma, reposo, sosiego, delicadeza, ternura, cuidado, pasividad, serenidad, paz, aplomo, moderación, entereza, flema, hieratismo, placidez, o reserva.

5.3 **Alegría;** felicidad, contento, júbilo, alborozo, jolgorio, animación, entusiasmo, regocijo, diversión, esparcimiento, entretenimiento, gozo, regodeo, satisfacción, risa, hilaridad, manía, inconstancia, entrega, y otras que impliquen semejanza.

5.4 **Ira;** agresividad, acción, lucha, destrucción, brutalidad, rabia, cabreo, enojo, cólera, furor, furia, indignación, irritación, amabilidad, pasión o autoafirmación.

Las emociones están directamente relacionadas a la materia y a sus cualidades físicas, lo que produce una reacción o energía emocional:

5.1 El grupo de emociones 1º Tristeza; se relaciona a la energía de la materia en estado sólido, las cualidades psíquicas y psíquicas del elemento Tierra, o la energía del temperamento humano melancólico, frío y seco. La tristeza es producida por lo frío y lo seco, cualidad física del cerebro y la mente, Al igual que de la materia sólida, la forma de la energía emocional de tristeza, es lineal, rígida y dura, que te paraliza el cuerpo ante una adversidad, desamor o falta de entendimiento del mundo que le rodea.

5.2 El grupo de emociones 2º Tranquilidad; se relaciona a la energía de la materia en estado líquido, las cualidades psíquicas y psíquicas del elemento agua, o la energía del temperamento humano linfático, frío y húmedo. También se relaciona a la energía infantil y los procesos de digestión y el descanso. Se relaciona a soltar el peso

del cuerpo y descansar. Se relaciona a una función del estómago y los procesos de la linfa. La forma de la tranquilidad sería redonda y cerrada hacia el interior.

5.3 El grupo de mociones 3º Alegría; se relaciona con la materia gaseosa o el elemento aire, y el temperamento sanguíneo. La alegría es la emoción del corazón, en la que el cuerpo en movimiento y conexión con las impresiones interiores y exteriores, se libera, se siente ligero, y fluye, provocando la sonrisa o la risa, que hace que nuestra boca adquiera forma curva, flexionando a la vez todo el cuerpo y liberándolo para el movimiento. La alegría es una energía en continuo movimiento conexas con el presente, con nosotros mismos y con nuestra mente, lo que nos hace sentir bien.

5.4 El grupo de emociones 4ª “Ira”; se relaciona a la materia en estado combusto, al elemento fuego y al temperamento colérico, lo que hace que ante las emociones de Ira el sistema muscular se calienta y entra en acción repentina sin control destruyéndolo todo. El impulso muscular principal del cuerpo es el glúteo. La forma de la ira es hacia el exterior desde el interior, rápida y directa.

*TABLA 4: Relación de los temperamentos y elementos, a cada grupo de emociones:*

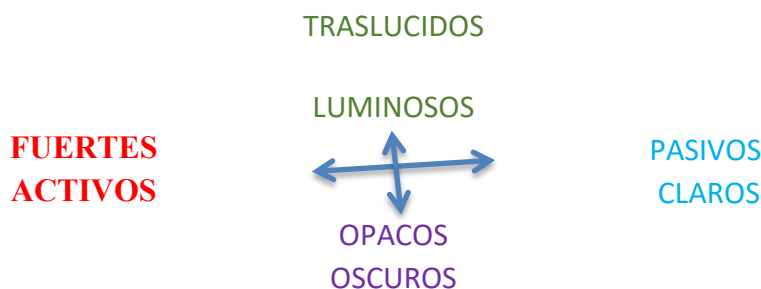
<b>ELEMENTO</b>	<b>TEMPERAMENTO</b>	<b>CUALIDADES</b>	<b>EMOCIONES</b>
Tierra	Melancólico	Frío y seco	Tristeza, nostalgia, carisma
Agua	Flemático	Frío y húmedo	Tranquilidad, calma, reposo. Cuidado.
Aire	Sanguíneo	Caliente y húmedo	Entusiasmo, alegría, gozo, diversión
Fuego	Colérico	Caliente y seco	Ira, cólera, agresividad, fuerza

## 6 LOS COLORES DE LOS CUERPOS

Los estudios que clasifican los colores elementales o primarios de la naturaleza, dicen, que de su mezcla o combinación se generan todos los colores que podemos encontrar en la naturaleza. Goethe describió en la “Teoría de los Colores” (1810) que energía emocional nos transmite cada color. Yo en un intento de llegar a su energía emocional, observo que la clasificación de los colores por su emocionalidad o temperamento, esta relacionado a una dualidad entre colores traslucidos y luminosos, y colores oscuros o opacos, mientras que en contraposición tendríamos, colores fuertes en oposición a tonos claros.

La materia sólida, la tierra, no deja pasar la luz, es opaca, mientras que el aire es traslucido deja pasar toda la luz e ilumina y adquiere el color que recibe. Mientras que el color negro separa, la luz une. Mientras que los colores del fuego, son principalmente rojos, azules y amarillos fuertes, los del agua son, azules, blancos o verdosos claros, son colores infantiles, los primeros incitan a la acción, los segundos al reposo.

*TABLA 5: Clasificación de los colores por su energía.*



La energía emocional que transmiten los colores según Goethe (1999) son:

Violeta: El violeta es el color de la madurez y la experiencia. En un matiz claro expresa profundidad, misticismo, misterio, melancolía, es el color de la intuición y la magia; en su tonalidad púrpura es símbolo de realeza, suntuosidad y dignidad

Negro: Simboliza negación, es el color de la elegancia, de la exposición al peligro. Transmite nobleza y esbeltez. Caracteriza al misterio, el error, el mal y en forma negativa. lo impuro y maligno. Es la muerte, la ausencia del color. (Goethe, 1999)

Azul: Es el color de la inteligencia, la sabiduría, la reflexión y la paciencia. Induce al recogimiento, proporciona una sensación de espacio abierto, es el color del cielo y el mar en calma, y así evoca también paz y quietud. Actúa como calmante, sosegando los ánimos e invitando al pensamiento.

Naranja: Mezcla de amarillo y rojo, tiene las cualidades de ambos, aunque en menor grado. Para Goethe es el color de la energía, un color para temperamentos primarios, que gusta a niños, bárbaros y salvajes porque refuerza sus tendencias naturales al entusiasmo, al ardor, a la euforia. (Goethe, 1999)

Verde: El verde significa la llegada de la primavera, simboliza la juventud y la esperanza. Por ser el color de la naturaleza, de los prados húmedos, sugiere aire libre y frescor; este color es reconfortante, libera al espíritu y equilibra las sensaciones

Amarillo: Es el color del sol. Para Goethe posee una condición alegre, risueña, es el color del optimismo. El amarillo tiene las cualidades del sol, es el color del poder y la arrogancia, pero también de la alegría, el buen humor y la buena voluntad; es un color estimulante. (Goethe, 1999)

Rojo: Está relacionado con el fuego y evoca sensaciones de calor y excitación. Es el color de la sangre y el color del planeta marte, símbolo de la violencia y de la pasión sensual. Sugiere acción e impulso. Es el color del movimiento y de la vitalidad. Aumenta la tensión muscular, activa un cierto estado de alerta en el cerebro. (Goethe, 1999)

Los colores que naturalmente están más relacionados al color y energía de la materia según esta clasificación sería:

- 1) Negro y violeta: colores opacos y oscuros. Color de la materia

sólida. Relacionado al temperamento melancólico.

2) Cian y naranja: colores claros. Color de la materia líquida. Relacionado al temperamento linfático.

3) Verde y amarillo: colores traslucidos, que toman el color que reciben, emiten luminosidad. Color de la materia gaseosa. Relacionado al temperamento sanguíneo, pero también con una gama de colores amplia y luminosa.

4) Rojo: color fuerte. Relacionado a la pasión y al temperamento colérico.

5)

*TABLA 6: Resumen: Relación entre elemento, cualidad, temperamento, tipología corporal, emoción predominante, color referido.*

ELEMENTOS	CUALIDADES	TEMPERAMENTOS	CUERPOS	EMOCIONES	COLORES
Tierra	Frío y seco	Melancólico	Lineal	Tristeza	Colores oscuros: Violeta, Negro
Agua	Frío y húmedo	Linfático	Redondo	Tranquilidad	Colores claros: azul claro, naranja
Aire	Caliente y húmedo	Sanguíneo	Curvilíneo	Alegría	Colores luminosos: Verde, amarillo
Fuego	Caliente y seco	Colérico	Cuadrados - diagonal	Agresividad	Colores fuertes: Rojo

## 7 LA EXPRESIÓN ARTÍSTICA

Me surge la necesidad de dar más protagonismo a estas teorías, utilizándolas en la clasificación de los cuerpos, comprobando su relación con la personalidad, colocándome en una línea de investigación y conocimiento como medio para desentrañar el lenguaje y la expresión artística del ser humano. Y lanzo mi teoría para el estudio y clasificación de las expresiones humanas en el arte.

El primer puerto que fondeo consiste en comprobar si existe tal relación entre el cuerpo y el temperamento. A partir de aquí mi investigación consistió en comprobar si en la danza o en cualquier expresión artística en general, se podía observar las diferentes expresividades emocionales y si mantenían relación con la forma corporal del artista, si existían semejanzas de movimiento y expresión entre las mismas tipologías corporales, y qué características tiene la expresión de cada tipología.

He podido comprobar y llegar a la conclusión de que la forma y energía del cuerpo de una obra artística coincide con la forma y energía del cuerpo del artista que lo creo, siendo, las formas y energías, susceptibles de clasificación en cuatro, con el fin de diferenciarlas y poder entenderlas mejor para su aprendizaje.

Tras observar las diferentes clasificaciones de la materia y sus formas, siendo la materia del cuerpo desde donde el artista se expresa, la forma de su expresión es la forma de su cuerpo. El ser humano se expresa desde su cuerpo, es su cuerpo el que determina como ve, siente y padece el mundo, y es desde él, desde donde expresa la energía de su materia con la misma forma.

El arte es una forma de expresión del ser humano, donde aprendemos, nos relacionamos, o nos ponemos en comunión o separación con la expresión de otros seres humanos, sin experimentar directamente las consecuencias emocionales de esa expresión artística en nuestra vida.

Las emociones, correspondiéndose a energías o cualidades de la materia del cuerpo humano, no podemos clasificarlas entre mejores o peores, ya que todas las funciones tienen su virtud y también sus defectos. Es nuestra responsabilidad orientar la naturaleza de nuestro cuerpo hacia la virtud de la función de nuestra materia, y no hacia su desperdicio y uso perjudicial, ya sea para nosotros mismos o para los demás.

Por eso, quizá no podemos tener todos como fin la alegría, ya que es solo una de las energías que construyen el mundo, pudiéndose que la energía emocional de nuestro cuerpo aporte otra función, y siendo las energías del cuerpo múltiples y diferentes. Relacionándose, la energía emocional de la felicidad, a la función del corazón y del fluir ligero en equilibrio del cuerpo, mientras que la energía de la tristeza, nos da fuerza interior, y potencia el pensamiento concreto, o la energía de la ira, o lo que es lo mismo la fuerza y la acción necesarias para superar grandes obstáculos, o la energía de la calma y el reposo, necesarias para la crianza.

Si nos expresamos desde el intelecto y desde las partes sólidas e inmóviles del cuerpo, nuestra expresión tendera a un intento de entender y estructurar el exterior. La expresión de la mente es una interpretación del mundo exterior, pero no es

el mundo exterior, es nuestra idea del mundo exterior, por lo que, la expresión de esta energía sólida, suele ser mediatibunda y desconsolada, ya que, al tratar de interpretar el mundo desde su ventana, se mantiene en una fría soledad, siendo opuesto a la acción de vivir, moverse, relacionarse y disfrutar la vida. Función que se realiza por los sentidos, y el corazón.

La expresión de la materia sólida se relaciona con emociones de tristeza o melancolía, pero quizá no una melancolía como la que retrato Durero en su famoso cuadro de “La melancolía” en la que implicaba el trabajo como causa del desconsuelo, sino, una melancolía, en la que sentimos el dolor y el horror del mundo. El dolor que da la rigidez de la materia, y el poder de evadirla a través de la imaginación.

La expresión melancólica es la expresión de nuestro interior, de nuestra fragilidad y de los horrores que creamos y conservamos en el cerebro. Aún así, como ya he dicho, las ideas que nos creamos en la mente no tienen porque tener correspondencia con la realidad, siendo la función de la mente, crearlas.

La mente piensa en el pasado y el futuro, pero le cuesta conectar con el presente, que es lo que hace el corazón y los sentidos. Para pensar es necesaria quietud y silencio. La poesía es un producto de la mente, la cual, a través de la inteligencia cambia los conceptos de significado, o le da significados sublimes a las palabras para expresar emociones. La poesía es una estilización del lenguaje hablado, producto de la imaginación y la inteligencia.

El espíritu también es algo mental. Lo espiritual hace referencia a algo que no podemos ver, pero que, podemos pensar en ello, como es el más allá después de la muerte, nuestro espíritu está relacionado con nuestra forma de pensar. Es a la mente a la que se refería Platón como función del alma que no perece ni se degenera.

Cuando morimos nos convertimos en polvo, siendo las partes sólidas, frías y secas, las últimas en desaparecer, la expresión del cuerpo sólido es la muerte que a fin de cuentas nos llega a todos.



Shakespeare decía en Hamlet:

“HAMLET: Ser o no ser... He ahí el dilema. ¿Qué es mejor para el alma, sufrir insultos de Fortuna, golpes, dardos, o levantarse en armas contra el océano del mal, y oponerse a él y que así cesen? Morir, dormir... Nada más; y decir así que con un sueño damos fin a las llagas del corazón y a todos los males, herencia de la carne, y decir: ven, consumación, yo te deseo. Morir, dormir, dormir... ¡Soñar acaso! ¡Qué difícil! Pues en el sueño de la muerte ¿qué sueños sobrevendrán cuando despojados de ataduras mortales encontremos la paz? He ahí la razón por la que tan longeva llega a ser la desgracia. ¿Pues quién podrá soportar los azotes y las burlas del mundo, la injusticia del tirano, la afrenta del soberbio, la angustia del amor despreciado, la espera del juicio, la arrogancia del poderoso, y la humillación que la virtud recibe de quien es indigno, cuando uno mismo tiene a su alcance el descanso en el filo desnudo del puñal? ¿Quién puede soportar tanto? ¿Gemir tanto? ¿Llevar de la vida una carga tan pesada? Nadie, si no fuera por ese algo tras la muerte —ese país por descubrir, de cuyos confines ningún viajero retorna— que confunde la voluntad haciéndonos pacientes ante el infortunio antes que volar hacia un mal desconocido. La conciencia, así, hace a todos cobardes y, así, el natural color de la resolución se desvanece en tenues sombras del pensamiento; y así empresas de importancia, y de gran valía, llegan a torcer su rumbo al considerarse para nunca volver a merecer el nombre de la acción.” Hamlet, acto III, escena I (Shakespeare, 1603)

El texto hace referencia a la elección entre vivir desde el intelecto – mente, o desde el cuerpo, que implica funciones como luchar, dormir, o amar. En el que “no ser” es el ser intelectual, consciente y responsable de las dificultades de la vida, frente al “ser” que es movimiento, y vida, lo que provoca caer en el sufrimiento de bajas pasiones.

En un símil, propone, respirar, lo que provoca el latido del corazón y vivir las emociones que percibimos por los sentidos, o no respirar, lo que provoca la activación del pensamiento y la preocupación e indefensión ante la vida, lo que denota en Hamlet un temperamento melancólico que funciona con el sistema sólido del cuerpo y su motor es mental. La función mental se activa con la no respiración, la quietud, el no movimiento, o el silencio, lo que provoca una actitud parecida a la de Hamlet, estar

muerto en vida.

La expresión mental es surrealista, le da significado y forma a la realidad, la deforma como expresión del horror o del sufrimiento, o la sublima o la estiliza a través de la poesía. La abstracción, el minimalismo, el surrealismo, son formas de expresión creadas desde una actividad mental, en la que los objetos a los que se refiere pueden ser que no son identificables al ser una representación propia imaginada del objeto. La expresión melancólica se caracteriza por ser excesiva, o demasiado o nada, ejemplificado en personajes de cuerpo melancólico como Diógenes.

Para pensar necesitamos fijamos la mirada en un punto, o algo, concreto, lo que nos permite pararnos y poder pensar concretamente en él, lo que produce que todo nuestro cuerpo se concrete y focalice en el cerebro y el sistema óseo, lo que nos permite la quietud.

Mientras que la expresión del corazón, los sentidos, o la respiración, nos transportan a un estado de ligereza, libertad y fluidez conectado con la vida que nos rodea. La expresión sanguínea, o la que predomina en cuerpos cuyo motor es el corazón, es realista, retrata la vida que le rodea, por estar conectado con los sentidos y la función de comunión con el exterior. Los colores luminosos y alegres en la composición, y las formas curvas, predominan en la expresión de esta tipología.

Retrato de personas, lugares o situaciones cotidianas, suelen ser sus temas representados, en las que el mensaje que emite es de amor y belleza.

La expresión linfática y la colérica, menos creativas que la mente y el corazón, tiende a copiar, y al desarrollo de la técnica, como es el caso de la expresión muscular, que se asemeja a la expresión del circo “más difícil todavía” consiguiendo grandes proezas a través de su esfuerzo y trabajo. La expresión linfática tiende a ser infantil, provocadora, o despreocupada.

## 7.1 EN LA DANZA

La forma de la danza coincide con la forma del aparato que la ejerce, con su herramienta, con la materia + forma de su cuerpo, siendo diferente en cada cuerpo, emitiendo al final una forma de energía emocional, que cumple una función o tiene un fin.

Cuatro estructuras que tienen un desafío y una virtud en relación a la facilidad e impedimentos para llevar a cabo estas acciones, y la forma en que se realizan van variando haciendo cuatro entidades de personas con las mismas características físicas. Esto lo realizo con gente profesional de la danza y con gente que no es profesional observando que dan el mismo resultado. Con lo que cual observé que dichos rasgos tienen que ver con un temperamento. Al dejarlos elegir los movimientos libremente, el mismo cuerpo se decanta por lo que mejor le acompaña.

En el 2018, realice una investigación de campo, en la que entreviste y observe a más de 40 bailarines y bailarinas profesionales, en el que analice la expresión emocional predominante de su personalidad, su forma corporal y su técnica de danza. Investigación que plasme en una película documental a la que he llamado “Simple, el cuerpo importa” y que apporto a este trabajo de TFM, y que se puede visualizar en el siguiente enlace

<https://vimeo.com/169385874>

Contraseña: 53696d706c65

Trabajo de campo que me ha llevado a diferencias cuatro estilos de danza con las siguientes características:

- A. Danza melancólica.
- B. Danza linfática.
- C. Danza sanguínea.
- D. Danza colérica.

### 7.1.1 Danza melancólica

Construcción de líneas. La imagen de su danza con respecto a la forma es de líneas, movilizandando las extremidades (brazos, piernas y cabeza) en un intento de estructurar su mundo exterior. Movimientos lineales en su propio cuerpo. Preferencia por la lentitud, movimiento lento y denso, llegando a constantes estatismos donde trabaja la intensidad. Resistir en una posición, con la estructura profunda, posiciones de protección y recogimiento. Escaso contacto visual con el medio físico. Dirección de la mirada al suelo. A veces exhiben una mirada “perdida”, pero no “vacía”. Tienden a cerrar el eje. Movimientos nerviosos, disociados y en pulsiones contradictorias. Tiene la capacidad de disociar el cuerpo en el movimiento. Descargas de su sistema nervioso. Movimientos introspectivos. Recorridos cortos. Bailan construyendo un mundo íntimo, prefiriendo un espacio reducido. Preferencia por espacios pequeños y espacios no comunes para la danza. Son muy mentales y creativos, de gran resistencia al esfuerzo. Poca movilidad de axis hasta el coxis. Tendencia a meter los pies hacia dentro. Distribución del peso corporal en los talones. Manifiestan la respiración en el baile. Su mundo mental y espiritual hace que no contacten fácilmente con el exterior, lo que le provoca en el contacto a veces confusión o absurdo, llevándonos a su mundo de humor particular.

Transmisión emocional: La profundidad, la intensidad, la concentración y el ensimismamiento consigo mismo. El dolor humano es parte de su bagaje, así como la incomprensión que da a la locura y el conflicto con la vida interior con lo que nos ofrece esta sociedad. Su virtud es el carisma, la fuerza interior, de ahí emana su creatividad. En desequilibrio manifiestan tristeza, melancolía o dolor. Su trabajo de verticalidad le da sensación de una danza elevada y etérea. Eligen la soledad, teniendo dificultad de contacto con otros. Predisposición por mostrar emociones. Sentido del humor que oscila desde la ironía a el surrealismo. Constantes muestras de dolor y desesperación. Seriedad, sutileza, compasión y sentido estético muy desarrollado.

Figura 16. Tipología corporal Danza melancólica.



Dan sensación de espiritualidad y elevación o de estar en otras dimensiones. Gusto por la escasa iluminación y por los espacios minimalistas, el silencio, la intimidad o el ruidismo.

Se acercan a un dibujo del ballet, butoh, danza contemporánea limitando la ondulación, los giros y los deslizamientos al suelo. Esta estética de danza se relaciona a los cuerpos lineales, o leptosomáticos.

Ejemplos de bailarinas de esta tipología son; Alicia Alonso, Maya Plisetskaya, Pina Bausch, Dimitris Papaioannou, Kazuo Ohno o Michael Jackson.

A continuación, apporto algunos ejemplos en video de obras de danza en los que se puede comprobar la técnica y expresividad de estética melancólica:

- Dimitris Papaioannou / extracts from works (2001-2012):  
<https://vimeo.com/49349755>
- Jiri Kylian, “Falling Angels”, Steve Reich, Nederlands Dans Theater  
[https://www.youtube.com/watch?v=QRHYUbgY6mg&ab\\_channel=Marquee](https://www.youtube.com/watch?v=QRHYUbgY6mg&ab_channel=Marquee)

- Pina Bausch - extracts from Works:  
[https://www.youtube.com/watch?v=Ys5xfgn5rlo&t=12s&ab\\_channel=fidomaxiss](https://www.youtube.com/watch?v=Ys5xfgn5rlo&t=12s&ab_channel=fidomaxiss)
- Antonin Artaud:  
[https://www.youtube.com/watch?v=tTyyISIVMdc&ab\\_channel=JuanPedroT](https://www.youtube.com/watch?v=tTyyISIVMdc&ab_channel=JuanPedroT)
- Kazuo Ohno:  
[https://www.youtube.com/watch?v=uzk27ZH53Fs&feature=emb\\_imp\\_woyt&ab\\_channel=REBISMUSIC](https://www.youtube.com/watch?v=uzk27ZH53Fs&feature=emb_imp_woyt&ab_channel=REBISMUSIC)

### 7.1.2 Danza Linfática

Relajación postural y del movimiento. Movimiento sin mucha acción o dinamismo. Gusto por la comodidad física. Su danza le nace de las vísceras, el estomago. Danza lenta, tranquila. Reacciones lentas. Sin tono muscular. Tono muscular bajo. Su movimiento es fluido, acuoso, ondulado, lento, tranquilo. Poco desplazamiento. Tienden a bailar en el suelo, al que se entregan. Relajación. Elasticidad. Movimiento pesado. Rompen el ritmo. Acunar, menear, vibrar. Autoexploraciones. Pérdidas de equilibrio. Conciencia del abdomen. Descansos.

Figura 17. Tipología corporal danza linfático.



Transmisión emocional: Foco y expresión en el rostro por el que pasan todas las emociones. Tienen cualidades para la caracterización. Encuentro con su clown y pantomima. Pasan por todos los estados emocionales, emitiendo al final una imagen de paz, calma, tranquilidad, serenidad y plenitud, que nos recuerda a lo infantil y a lo ingenuo. Imagen de bebe. Trasmiten ausencia de esqueleto. Dan sensación de suavidad, laxitud. Les gusta provocar. Parodia. Ropa clásica y cómoda. Ropa ajustada. Color Azul. Cualidades para el canto. Poca presencia en el ámbito de la danza.

Ejemplos de bailarines contemporáneos de esta tipología encontramos a Silvia Gribaudo, Michelle Man, ó Roberto Olivan. Está tipología es la que menor presencia tiene en la danza profesional. Esta estética de danza se relaciona a los cuerpos redondos o pícnicos.

A continuación, apporto algunos ejemplos en video de piezas de danza en los que se puede comprobar la técnica y expresividad de estética linfática:

- Silvia Gribaudo:

[https://www.youtube.com/watch?v=XZ5ZOFceFnA&ab\\_channel=SilviaGribaudo](https://www.youtube.com/watch?v=XZ5ZOFceFnA&ab_channel=SilviaGribaudo)

- Michelle Man:

<http://www.danzatemperamento.com/conclusiones/tipologias/danza-flematico/>

- Roberto Olivan:

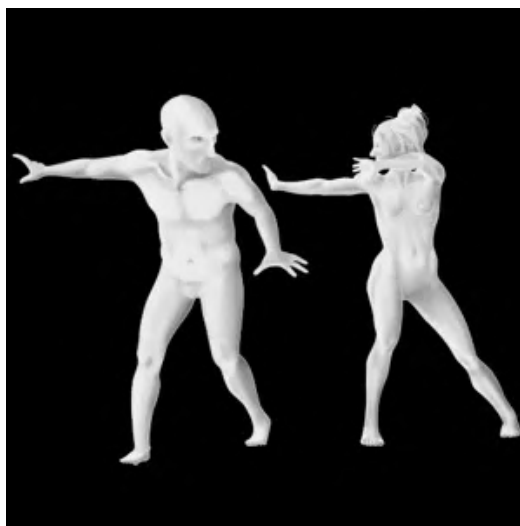
[https://www.youtube.com/watch?v=rvguFfvJhxw&t=1s&ab\\_channel=RobertoOlivan](https://www.youtube.com/watch?v=rvguFfvJhxw&t=1s&ab_channel=RobertoOlivan)

### 7.1.3 Danza sanguínea

Construcciones de espirales. Su movimiento nace en la columna, pecho, brazos y movimientos a partir de la cadera. Apertura de pecho y pelvis. Su danza

va pegada a la tierra, entran y salen de ella de forma continuada, deslizan, giran, ruedan de forma fluida y eficientemente. Su movimiento se manifiesta a través de la curva. Prioridad de los giros. Son muy rápidos y explosivos, aunque no de forma duradera en el tiempo. Retrocesos con facilidad. Cambios de ritmo e intensidad. Abarca todo el espacio. Su movimiento es continuo, sin paradas o cortes. Tienen ritmo propio. Su caminar da sensación de que vayan bailando. Gracia, brazos y manos como fuente de expresividad. Visualizan las manos, los pies y bailan movilizándolo como proyección de energía. Rostro y pelo forman parte de la coreografía. Conexión de las extremidades inferiores y superiores, incluyendo, como una más, la cabeza. Rapidez de los pies y las piernas, que expresan ligereza. Cualidades para el equilibrio. Elasticidad. Su mirada es tranquila y relajada, acogedora y directa, buscan con ella a los demás. Su movimiento actúa en un vaivén de izquierda-derecha, arriba-abajo, o adelante-atrás. Gusto por seguir la armonía en las piezas musicales. No les importa mostrarse. Suelen ir ligeros de ropa. Creación constante. Gusto por la improvisación.

Figura 18. Tipología corporal Danza sanguíneo.



Transmisión emocional: La alegría, el amor, la apertura de corazón. La imaginación, el equilibrio y la entrega. La vida se basa en dar y recibir. Su movimiento es grácil y sensual, expresa armonía. Su mirada es exterior, sin perder su



individualidad, habla de lo real, lo cotidiano, de la vida que le rodea. Sensualidad con su cuerpo y los elementos. Predisposición a bailar en pareja. Búsqueda y propuesta de la belleza. Entrega y sensación corporal de relajación y gozo.

Las danzas que se asemejan su movimiento al de esta tipología son; Claqué, Hip-Hop, o la danza Capoeira, y una danza contemporánea de suelo, alegre y vivaz. Esta estética de danza se relaciona a los cuerpos curvilíneos o sanguíneos.

Ejemplos de bailarines en danza contemporánea son; Mikhail Baryshnikov, Isadora Duncan, Rita Hayworth, David Zambrano, Akram Kam, Guillermo Weickert, Beatriz Palenzuela o Sharon Fridman.

A continuación, apporto algunos ejemplos en video de piezas de danza en los que se puede comprobar la técnica y expresividad de estética sanguínea:

- Guillermo Weickert

[https://www.youtube.com/watch?v=qh9RGKo2tLg&ab\\_channel=GuillermoWeickert](https://www.youtube.com/watch?v=qh9RGKo2tLg&ab_channel=GuillermoWeickert)

- Rita Hayworth;

[https://www.youtube.com/watch?v=mz3CPzdCDws&ab\\_channel=et7waage1](https://www.youtube.com/watch?v=mz3CPzdCDws&ab_channel=et7waage1)

- Mikhail Baryshnikov;

[https://www.youtube.com/watch?v=TLOyc6rG2pQ&ab\\_channel=Marquee](https://www.youtube.com/watch?v=TLOyc6rG2pQ&ab_channel=Marquee)

- David Zambrano;

[https://www.youtube.com/watch?v=2IUv8aDWkPM&t=76s&ab\\_channel=DavidLe%C3%B3n](https://www.youtube.com/watch?v=2IUv8aDWkPM&t=76s&ab_channel=DavidLe%C3%B3n)

- Sharon Fridman

<https://vimeo.com/126784504>

#### 7.1.4 Danza colérica:

Grandes espaldas que denotan poder personal. Musculatura desarrollada y compacta para acción hacia fuera. Firmeza en la postura y en el movimiento. Fuerza muscular y fortaleza del esqueleto para impactos y golpes. Tono muscular muy alto. Su movimiento se manifiesta a través de la tensión muscular, los golpes o movimientos musculares, cuyo principal motor para el desplazamiento es el glúteo. Energía alta e intensa. Su movimiento es el más físico y fuerte, con mucho dinamismo. Su movimiento es rápido y expansivo. Gusto por avanzar. Movimientos vigorosos con demostraciones de ilimitadas cualidades atléticas. Descargas con golpes o entregas energéticas. Saltos. Movimientos cortados, con principio y fin. Cambios de direcciones precisos, directos y cortantes. Desplazamientos muy amplios en el espacio en líneas buscando la confrontación o la exploración. Se desplazan en línea recta y diagonales. Proyecciones. Escucha de los impulsos a la vez que control sobre ellos, con facilidad para el ritmo. Gusto por la aventura física. Dotación energética. Necesidad y placer del ejercicio. Le dan la espalda al público. Mirada de acecho.

Figura 19. Tipología corporal danza atlético



Transmisión emocional: Da imagen de fuerza y poder, o de ira y agresividad. Da la sensación de estar alerta o al acecho, en actitud de lucha o caza. El deseo de control. Solución de conflictos mostrando lucha consigo mismo o con el medio. Desarrollo de la danza como iniciación a la batalla. Referencias urbanas y arquitectónicas. Bailarines masculinos de danza clásica, necesarios para los portés. acrobáticos. Es la tipología con más capacidad de asimilar movimientos de otras tipologías. Relación con otras disciplinas deportivas. Esta estética de danza se relaciona a los cuerpos atléticos o de formas diagonales.

Ejemplos de bailarines con esta tipología encontramos: Wim Vandekeybus, Sergei Polunin (colérico/melancólico) Rudolf Nureyev, William Forsythe (colérico/melancólico) Itzik Galili, Russell Mapliphant o Pratick Swayze.

A continuación, apporto algunos ejemplos en video de piezas de danza en los que se puede comprobar la técnica y expresividad de estética:

- Wim Vandekeybus:

[https://www.youtube.com/watch?v=T1BbxTWsoO4&ab\\_channel=UncoveredEmotions](https://www.youtube.com/watch?v=T1BbxTWsoO4&ab_channel=UncoveredEmotions)

- Sergei Polunin:

[https://www.youtube.com/watch?v=c-tW0CkvdDI&feature=emb\\_title&ab\\_channel=DavidLaChapelleStudio](https://www.youtube.com/watch?v=c-tW0CkvdDI&feature=emb_title&ab_channel=DavidLaChapelleStudio)

- William Forsythe:

[https://www.youtube.com/watch?v=hDTu7jF\\_EwY&ab\\_channel=GrandpaSafari](https://www.youtube.com/watch?v=hDTu7jF_EwY&ab_channel=GrandpaSafari)

- Rudolf Nureyev:

[https://www.youtube.com/watch?v=Ag\\_r-IPvJ8&ab\\_channel=jkircher314](https://www.youtube.com/watch?v=Ag_r-IPvJ8&ab_channel=jkircher314)

Todos los cuerpos contienen todas las potencialidades de danza, tiendo a priorizar una en función de la forma de su herramienta. Los cuerpos de formas y

energías iguales se atraen, formando la unidad, la naturaleza, la cual está formada por la mezcla y el equilibrio de todas estas cualidades que dan origen a la vida.

Todas estas clasificaciones me llevan a darme cuenta que la propia forma nos trasfiere una expresividad, nos transmite una emoción, una función o un significado, que no llega en forma de energía y con la que entramos en comunión o no, según nuestra propia forma, nuestra propia expresividad y las emociones que habitamos en relación con otras personas.

Por lo que sigo trabajando en esta investigación, y en la que voy ampliando el campo de investigación a otras técnicas artísticas o a estudios de filosofía como este máster.

## **7.2 En la Pintura**

La mano del cuerpo humano esta formada por; huesos, parte sólida; carne, parte líquida; aire, parte nerviosa; y músculos, parte combusta. Podemos coger el pincel con rigidez, con fuerza, de forma fluida, o de forma pasiva o descansada.

Al coger el pincel con rigidez, y bloquear su movimiento en la mano, nos permite la realización de líneas rectas. Cogemos el pincel con fuerza, para tachar o hacer formas diagonales o muy técnicas. Cogemos el pincel con fluidez, para hacer formas curvas, y cogemos el pincel sostenido pero sin sensibilidad ni fuerza, para descansar o hacer formas redondas.

Es la materia o el sistema que haga de motor del cuerpo la que determina la forma de coger el pincel, y el trazo habitual de nuestros cuadros.

La pintura melancólica es de colores oscuros, y líneas rectas y finas. Sus figuras son alargadas, y su contenido surrealista, deforman los cuerpos, los cambian de significado, son oscuros y tenebrosos. Es la expresión de la amargura interior, del dolor, y de los sentimientos de fragilidad y miedo. El surrealismo juega con la locura y con el humor. Su expresión es intelectual, y sexual como salida al dolor terrenal. Sus temas son imaginarios, surrealistas, abstractos, o minimalistas, donde predominan los cuerpos aislados, y las formas geométricas, o la sobriedad, faltando vida y color. La

pintura melancólica también es intelectual, altiva, espiritual, aristocrática, y elegante. La formas rectas y alargadas dan sensación de espiritualidad. La caracteriza la ausencia de luz o le dan luz concentrada en un solo objeto.

Pintores melancólicos: Velázquez, El Greco, El Bosco, Tapies, Maruja Mayo, Dalí, Lucyan Freud, Giuseppe Arcimboldo, M.C. Elcher, Alberto Giacometti, o René Magritte, entre muchos otros.

Figura 20. “Las Meninas” de Velázquez.



Como observamos en el cuadro de Velázquez “las Meninas” la composición estructural del cuadro es de líneas, predomina la oscuridad, y la luz en partes concretas del cuadro, de lo cual decían que, Velázquez era su especialidad. El cuadro es de tema aristocrático, altivo, Velázquez trabajaba para la corte. Los personajes que retrata en el cuadro no se relacionan entre sí, a diferencia de la cortesana de la princesa que está pendiente de ella, sin embargo, esta no la mira, los personajes están aislados, son independientes. Otra característica de la pintura melancólica, es el

uso del misterio, o la inteligencia, que localizamos en el personaje misterioso en el marco de la puerta, o la composición desde un espejo, lo que nos lleva a un mundo interior e íntimo.

- La pintura linfática tiende a las formas redondas y temas infantiles. Su expresión es a veces provocadora, o desinhibida. Predominan colores azules, naranjas y claros. Tienen mayor presencia en el cine.

Pintores linfáticos: Fernando Botero, o directores de cine como Orson Welles, Alex de la iglesia, o Santiago Segura.

Figura 21: Fernando Botero: *Obispos muertos*. Óleo sobre tela, 1961.



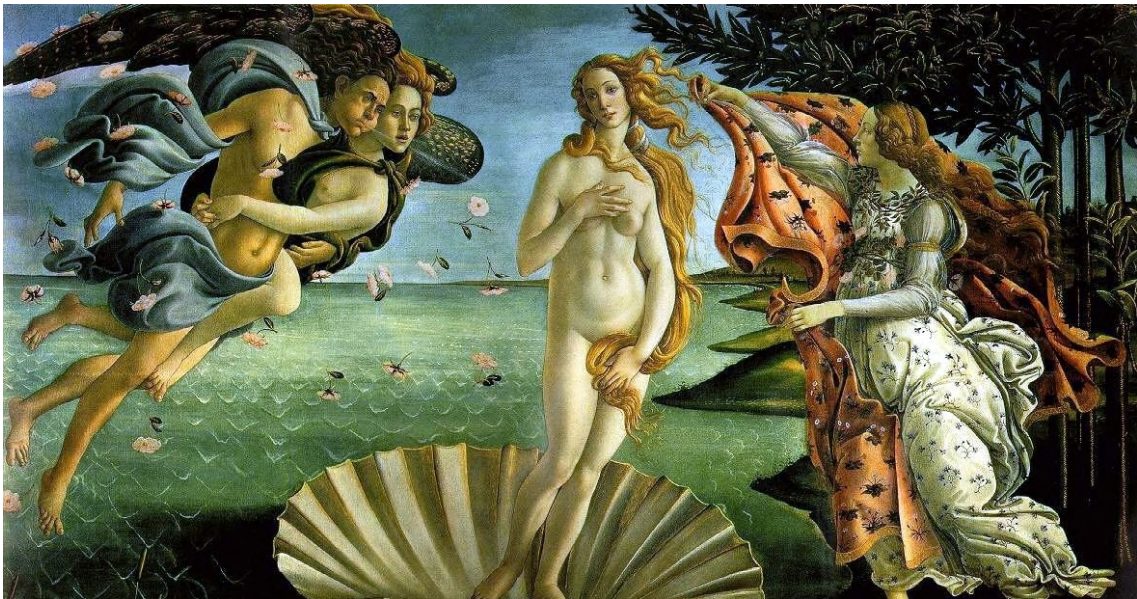
Las formas redondas, y los procesos de descanso como dormir, la infancia o la familia, son temas recurrentes de esta tipología, que nos trasmite una emoción infantil, paz, calma, o provocación, como podemos observar en el personaje del obispo que levanta la mano al fondo bendiciéndonos.

- La pintura sanguínea: es realista, sus formas son curvas, y la expresión de la belleza, el equilibrio, y el amor. Sus cuadros son de gran armonía y luz.

El trazo de su pincel es continuo, curvo y suelto. Dibujan personas, ambientes cotidianos, cálidos, bellos, coloridos. Las formas curvas dan movimiento y vida al cuadro. Dibujan desnudos, los que resultan sensuales que no sexuales.

Pintores Sanguíneos: Mariano Fortuny, Marc Chagall, Sorolla, Van Goth, Botticelli, o el escultor Jaume Plensa.

Figura 22. “Cuadro El nacimiento de Venus” de Sandro Botticelli



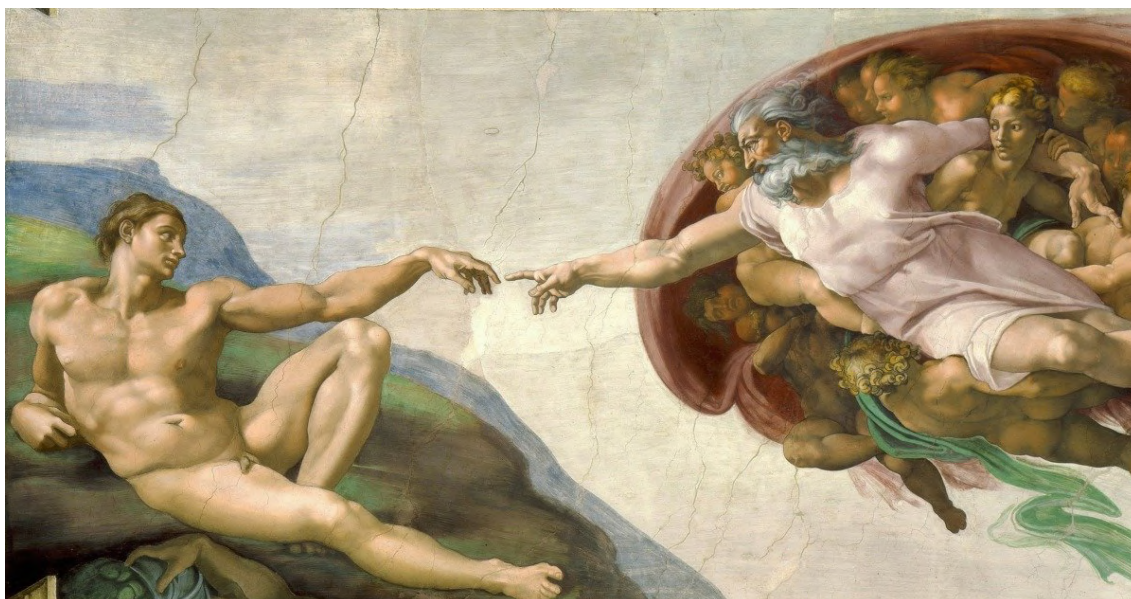
Botticelli es la expresión de la belleza, la luz, las formas curvas lo que llena el cuadro de movimiento y vida. El cuadro tiene composición de triángulo, con tres personajes relacionados, lo que da equilibrio y belleza al cuadro. La expresión de sus rostros, suaves, apacibles, emocionalmente tranquilos. La expresión del viento y el aire, en movimiento, el cuidado, el cariño, o la desnudez, son emociones humanas de amor y conexión.

- Pintores coléricos: la composición de sus cuadros es diagonal o en cruz, o formas cuadradas, de líneas que cortan el lienzo. Su esfuerzo y dedicación al trabajo, la continua lucha a la que nos lleva la consecución de sucesivas metas, impulsados por nuestro glúteo y la fuerza muscular de nuestro cuerpo, nos llevo a un mundo ausente de emociones para las que no hay tiempo, lo que nos conduce a unos cuadros muy técnicos y de emociones de agresividad, furia, irga, lucha, batallas, o

destrucción. La composición también es de formas cuadradas, de medidas clásicas.

Pintores coléricos: Goya, Picasso, Miguel Ángel, Leonardo Da Vinci, o Banski.

Figura 23. “La creación de Adam” de Miguel Ángel. Capilla Sixtina del Vaticano.



Cuadro de estructura diagonal, en la que Miguel Ángel, parte el cuadro en dos, oponiendo a sus personajes, creando una diagonal entre ellos. Todos los cuerpos que dibuja Miguel Ángel en la Capilla Sixtina tienen la misma forma, arquetípica y cuerpos fuertes y musculados. Adam agotado recibe el don de Dios, lo que le dará fuerza, expresión colérica.

## 8 EN LA FILOSOFÍA

El Cuerpo del Ser Humano ha sido objeto de estudio a lo largo de toda la historia del ser humano en un intento de conocer y entender el orden de la vida. El cuerpo humano es la representación material de las personas, que es, lo que podemos apreciar por los sentidos de la individualidad de las personas; su forma, sus movimientos y sonidos o palabras, a través de los cuales, nos relacionamos con nosotros



mismos y con los demás, expresando emociones. Utilizamos la mente y la inteligencia para entender nuestro interior y exterior y poder desenvolvernos en él. ¿Pero hasta qué punto manejamos conscientemente nuestra vida?, ¿Por qué sentimos unas emociones y no otras? ¿Qué papel juega el cuerpo en nuestra forma de ser? Para acercarnos al entendimiento del papel del cuerpo en la vida de las personas y la del artista, repaso el pensamiento filosófico del cuerpo humano.

Para Platón el ser humano estaba constituido de alma y cuerpo, como dos realidades que no están unidas de manera esencial, sino accidental. Para Platón, el alma es inmaterial e inmortal, y el cuerpo es material y mortal, por lo que consideraba el alma como la parte divina del ser humano relacionada con el mundo de las ideas, es decir, con la mente, que se mantiene al margen de las necesidades físicas o estímulos del mundo material, mientras que el cuerpo es la parte terrenal, mortal y corruptible, que pertenece al mundo de la materia, por lo que a su corrupción y muerte. El alma corresponde a un mundo intangible de las ideas, es eterno e inmutable, y es la parte esencial que le da la vida al cuerpo. El alma sería el principio vital, gobernado por la mente, mientras que el cuerpo es el vehículo, “cuerpo cárcel del alma”, que nos lleva a los apetitos animales y salvajes, opinión que desarrolla en “la alegoría del carro alado”.

Aristóteles, de carácter naturalista y realista, se distanció de las teorías de Platón. Para Aristóteles, las ideas no debían separarse de las cosas que eran los que realmente existen y son reales, mientras que las ideas son solo principios informantes de la materia captada por la inteligencia.

Aristóteles diferenciaba en todo ser: la “sustancia”, esencia de cada individuo subsistente en sí mismo; y el accidente, cualidad de la sustancia. La sustancia permanecía más allá de cualquier accidente o cambio circunstancial que experimente el cuerpo. La sustancia, estaba constituida por dos principios: materia, que dice qué está hecho una cosa, y la forma, disposición o estructura de la misma, siendo la materia un principio indeterminado que adquiere su significado gracias a la forma. La materia es el substrato general de todo cuerpo, y de ella derivan las propiedades físicas comunes a

todos, pero por si misma no es cognoscible. Pensamiento que plasmo en su teoría del “hilemorfismo”<sup>4</sup>.

La materia es el substrato general de toda sustancia corpórea, y de ella derivan las propiedades físicas comunes a todos los cuerpos, pero, por si sola, ni siquiera es cognoscible: es imposible experimentar una materia no determinada, no incardinada en una forma. La materia es un principio indeterminado que adquiere su determinación gracias a la forma. La forma es el principio determinante que hace que la materia sea lo que es. Ambos principios son inseparables. Definición de hilemorfismo.(Fernández y Tamaro, 2004)<sup>1</sup>

La teoría hilemórfica también es aplicable a los humanos: los cuales, se componen de materia y forma. Aristóteles identificaba la forma con “el alma” del cuerpo, y la definía como potencialidad o energía de la materia. Aristóteles diferenciaba tres tipos de alma:

- Vegetativa: propia de las plantas, pero también presente en animales y humanos. Encargada de la nutrición y conservación, crecimiento.
- Sensitiva: propia de animales y de los seres humanos. Se relaciona a la capacidad de sentir emociones y de reaccionar.
- Racional: exclusiva del hombre, relacionada a la inteligencia, y la posibilidad de identificarse a sí mismo e individualizarse del resto de humanos.

Aristóteles decía, en la “Metafísica” afirmaba que además de materia + forma, el cuerpo había sido creado por una “causa eficiente” refiriéndose a de donde ha surgido o quien lo ha creado. En los seres humanos la causa eficiente serían los padres, el de una mesa, un carpintero, aunque no quede claro de dónde surgió el primer ser humano o la primera semilla de árbol. Aristóteles añadiría que ese cuerpo con materia y forma creado por una “causa eficiente”, además, tiene una “causa efectiva”, o

---

<sup>4</sup> Doctrina aristotélica seguida por la mayoría de los escolásticos según la cual los cuerpos se hallan constituidos por materia y forma; la materia es lo informe, la sustancia amorfa, mientras que la forma es la determinación de la materia.

lo que es lo mismo, ¿qué función cumple? o ¿para que esta hecha?

Tabla 7: Formula Metafísica de Aristóteles.

Realidad = Materia + Forma + Causa Eficiente + Causa Efectiva.
--

Cada cuerpo tiene una energía o impulso vital que es la vida, que se compone de sensaciones muy amplias según la filosofía de la cultura en la que nos encontremos. En los seres humanos esta energía se trata de energía emocional o nerviosa, en los cuerpos inertes esta energía viene determinada por la resistencia al movimiento que el cuerpo ejerce parando el cuerpo, manteniéndolo estable, o como continuador del movimiento al ejercer una fuerza sobre él. Materia y forma determinan el movimiento, por lo que también, la energía y la “causa efectiva” de ese cuerpo. En el cuerpo humano, esa energía final, la entendemos como emocional.

Platón, cuyo nombre significaba “el de hombros anchos” por lo que de temperamento colérico, pero siendo delgado, mezclado con temperamento melancólico, defendía que el mundo esencial estaba en las ideas, ósea, en la mente, sin embargo, Aristóteles, decía que el mundo de las ideas sino era tangible no era real, y que para aprender debía ser a través de la experiencia, y observación de la naturaleza, lo que determina un temperamento sanguíneo.

La teología cristiana hizo suyas las teorías de Platón más que las de Aristóteles, para la cual, cuerpo y alma están separadas, y es a través de la filosofía de la cruz, simboliza su encuentro, como cruce de contrarios y símbolo de un mundo dual: la vida y la muerte, lo horizontal y vertical, etc. Con la llegada del humanismo renacentista<sup>5</sup> o la “Ilustración”<sup>6</sup> de un carácter más humano, ya que el mundo espiritual,

<sup>5</sup> El humanismo renacentista fue una actividad de reforma cultural y educativa ejercida por rectores, coleccionistas de libros, educadores y escritores civiles y eclesiásticos, que a finales del siglo XV comenzaron a ser llamados, en italiano, umanisti (humanistas).<sup>1112</sup> Se desarrolló durante el siglo XV y principios del XVI y fue una respuesta a la educación universitaria escolástica

<sup>6</sup> La Ilustración fue un movimiento cultural e intelectual, primordialmente europeo,<sup>1</sup> que nació a mediados del siglo XVIII y duró hasta los primeros años del siglo XIX. Se denominó de este modo por su

se alejaba demasiado de la vida real, la religión judeo-cristiana no le quedó más remedio que incluir las teorías de Aristóteles en su doctrina.

Aunque la teología cristiana se fue adaptando a las corrientes filosóficas de cada época, tenía como pilar promulgar la “fe” en la “idea” de un ser superior, Dios, jefe de todos los cristianos, es el jefe a quien hay que obedecer y solo el puede juzgar lo que esta bien o esta mal. La filosofía de Aristóteles defendía que las ideas no tenían valor sino correspondían con un cuerpo tangible, por lo que el concepto de dios no tenía mucha cabida, si, la idea de que todo cuerpo tiene un fin o objetivo en la vida para el que fue construido y es útil, a lo que Aristóteles achacaba a dios, y la variedad de la naturaleza.

La iglesia católica considera que el cuerpo es tripartito, al estar formado por tres elementos: espíritu, alma y cuerpo. Aunque separados, los tres habitan en el cuerpo. El espíritu y el alma los considera organismos inmateriales e inmortales, mientras que al cuerpo lo considera la parte material del ser humano y mortal.

En el principio de la creación del cuerpo, dios creo al hombre formado de polvo de la tierra y luego sopló el aliento de vida en su nariz. Aliento que se convirtió en el espíritu del hombre, que, al entrar en contacto con el cuerpo dio lugar al alma. De ahí, la iglesia afirma que el alma tiene el origen en la combinación del cuerpo y el espíritu. El espíritu da vida; energía al alma, y el alma, da movimiento; luz al cuerpo.

La iglesia católica considera el cuerpo de forma ambigua, por un lado, como algo indigno, malo, o pernicioso, impuro, y mortal, al que se debe educar y controlar, por otro lado, sagrado por su divinidad al ser una creación de dios. Los vicios de cuerpos eran; fornicio, libertinaje, discordia, idolatría, hechicería, odios, discordia, celos, iras, ambiciones, divisiones, rivalidades, borracheras, comilonas, etc. Por otro lado, enumera sus virtudes, las cuales atribuye al alma y al espíritu; amor, alegría, paciencia, bondad, fidelidad, modestia, dominio de sí, etc.

A la cruz, símbolo cristiano, se le atribuyen varios significados ligados a la dualidad: la vida y la muerte, el cielo y la tierra, lo humano y lo divino, o lo vertical y lo horizontal. Otra dicotomía sería la idea del bien y el mal, siendo el mal lo que nos

---

declarada finalidad de disipar las tinieblas de la ignorancia de la humanidad mediante las luces del conocimiento y la razón.

hace sufrir, lo que se identifica con algo material; la enfermedad, la pobreza, el dolor, etc. A lo que la iglesia católica le da una dimensión sobrenatural, al afirmar, que el verdadero mal es el pecado, la desobediencia de dios, mientras que los males de la vida, se les considera una oportunidad de redención y de ganarse el reino de los cielos. Es la cruz y el sacrificio a la doctrina católica, la que nos ayuda a sobrellevar las desgracias y la posibilidad de salvación. Dios perdona todos los pecados, lo que no puede perdonar aquel que no acepte su superioridad, lo que significaría, que esa persona es su propio dios y rechaza al dios cristiano.

En la Eucaristía, se toma pan y vino, como símbolo de tomar el cuerpo y la sangre de Cristo. En el que se le da una sacralidad a la materia, simbolizando el cuerpo.

A Jesucristo se le considera un hombre viril de alma femenina y de un pacífico violento, liberal y de un exaltado radical humilde, de un asceta místico y de un amante traicionado, estando su vida y discurso llena de contrastes. Así, se le atribuye la imagen de la paloma y la serpiente, el pan y el vino, lo que se relaciona con, el fuego y el agua, la tierra y el viento, la introversión y la extroversión, la vida y la muerte, lo sublime y lo trágico, etc.

El cristianismo ha ido cambiando en su enfoque sobre la idea del cuerpo según la época, unas veces divinizando la razón, otras iluminando el corazón, ósea, al cuerpo. Lo que le ha permitido perdurar al cabo de la historia, hasta el punto de que sigue siendo la filosofía predominante en nuestra época.

Decía la Biblia “La función del alma es dar vida al cuerpo, la función del espíritu (donde habita Dios) es dar vida espiritual al alma”:

Al espíritu se le llama “el hombre interior”, por que habita en el interior del hombre, y su principal actividad es tener contacto con dios, recibir su calor, favor divino, y es donde recibe la palabra del creador. Al espíritu se le atribuyen tres funciones; la conciencia, la intuición, y la comunión con algo más. El significado de cada uno de estos conceptos, que se extraigo de los propios versículos de la Biblia, son:

- La Conciencia: actividad mental o acto psíquico por la que tiene la capacidad de reconocerse así mismo, discernir lo que está bien y de lo que está mal, o la capacidad reflexiva.

- La intuición: capacidad de comprender sin razonamiento. Sinónimo de percibir, discernir, presentir.

- Comunión. Tristeza interna que encuentra el alivio en algo inmaterial, un ser superior; rendir culto a otra persona que se considera divina y poseedora de la verdad.

El alma se la relaciona a la vida, la vida en el mundo material. El alma es lo que se identifica con el “yo” en la vida real. El intelecto, los ideales, el amor, la emoción, el discernimiento, la capacidad de elegir, la cesación, etc., son experiencias del alma. Al alma se le llama “el hombre exterior” porque es la parte del cuerpo por el que se percibe y se interactúa con el mundo exterior. Al alma se le dan tres facultades: la voluntad, el intelecto y las emociones.

- La voluntad, se está refiriendo a un impulso o energía propia del cuerpo, que también puede ser generada en combinación con la mente. La voluntad determina nuestra libertad para tomar las decisiones que consideremos mejor para nosotros, hacia un fin de bien estar y disfrute propio de la vida.

- Intelecto: Es la sabiduría, es el actuar con conocimiento y sensatez, es la forma de pensar y el razonamiento, es la acción de la mente en conexión con el corazón. El intelecto nos da la capacidad de actuar juiciosamente.

- Emociones: Son las impresiones que nos llegan por los sentidos y las que sentimos como placenteras o desagradables. Las emociones son; el amor, el odio, la alegría, el enojo, la tristeza o la felicidad. Impresiones que recibimos y necesitamos expresar, al igual que entran, salen. Las emociones determinan nuestro estado anímico en el presente y en conexión con el mundo real que nos rodea. Es nuestra la capacidad de sentir.

Al alma, relacionado en la Biblia a los cinco sentidos, al amor, y a la

alegría de vivir, se está refiriendo a las funciones del corazón, receptor de los estímulos de los sentidos, de vivir el presente, de disfrutar la vida, y conectarte contigo mismo y con los demás. Que junto a la función del pensamiento que realiza la mente, son las dos capacidades supremas que tenemos más desarrolladas que el resto de seres, y por ello, sublimes, dejando para el cuerpo, lo que sería las funciones de nutrición, acción o reproducción, denigradas a bajas o banales.

Es cierto que el eje que forman la oposición de las energías de la materia sólida y gaseosa que alcanzan el mundo de las emociones, triste – alegre, mientras que en los procesos de nutrición o trabajo se funciona con órganos o sistemas del cuerpo más elementales, sin embargo, vivir en la energía del amor o en el mundo de las ideas, es el principio de la creatividad.

Baruch Spinoza, en su época supuso una revolución a la hora de relacionar la mente y el cuerpo. Decía en su *Ética*:

“Y el hecho es que nadie, hasta ahora, ha determinado lo que puede el cuerpo, es decir, a nadie ha enseñado la experiencia, hasta ahora, qué es lo que puede hacer el cuerpo en virtud de las solas leyes de su naturaleza, considerada como puramente corpórea, y qué es lo que no puede hacer salvo que el alma lo determine. Pues nadie hasta ahora ha conocido la fábrica del cuerpo de un modo lo suficientemente preciso como para poder explicar todas sus funciones, por no hablar ahora de que en los animales se observan muchas cosas que exceden con largueza la humana sagacidad, y de que los sonámbulos hacen en sueños muchísimas cosas que no osarían hacer despiertos; ello basta para mostrar que el cuerpo, en virtud de las solas leyes de su naturaleza, puede hacer muchas cosas que resultan asombrosas a su propia alma. Además, nadie sabe de qué modo ni con qué medios, el alma mueve al cuerpo, ni cuántos grados de movimiento puede imprimirle, ni con qué rapidez puede moverlo. De donde se sigue que cuando los hombres dicen que tal o cual acción del cuerpo proviene del alma, por tener ésta imperio sobre el cuerpo, no saben lo que se dicen, y no hacen sino confesar, con palabras especiosas, su ignorancia... (*Ética*, parte III, proposición II, escolio.) (Sánchez Bravo 2012)

Spinoza fue coetáneo de Descartes, y vecinos en *Ámsterdam*, el cual tuvo más éxito, y sus ideas se han difundido mucho más, a pesar de ser ideas copiadas

sin ninguna consistencia, además precursor de “la duda metódica”, por la cual, todo es cuestionable por la razón, aún sin basarse en hechos o cosas tangibles.

Para Spinoza, materia y mente eran la misma cosa y procedían de la misma esencia. La mente no era sino la idea que manteníamos sobre el cuerpo. Y el alma era tan constitutiva del ser humano como el cuerpo «alma y cuerpo son una y la misma cosa» lo que siente el cuerpo es lo mismo a lo que piensa el alma y lo que piensa el alma es igual a lo que siente el cuerpo, por lo tanto “un cambio en el estado de mi cuerpo no causará un cambio en el estado de mi mente; es ya un cambio en mi mente”, es decir, todo lo que ocurre en cuerpo es comprensible, aunque no significa que nosotros lo comprendamos.

Esta nueva concepción del cuerpo permite a comprender a cada hombre por la singularidad de su cuerpo, lo que significa que se puede entender el cuerpo como la fundamental diferencia entre las personas.

Nietzsche pensaba que no existía ninguna separación entre el alma y el cuerpo, y que cuando nos referíamos al alma, nos estamos refiriendo al cuerpo. En “*Así habló Zaratustra*” en el discurso, titulado “De los despreciadores del cuerpo” (AZ, I), Nietzsche en boca de Zaratustra nos dice lo siguiente:

Cuerpo soy yo íntegramente, y ninguna otra cosa; y alma es sólo una palabra para designar algo en el cuerpo.

Instrumento de tu cuerpo es también tu pequeña razón, a la que llamas «espíritu», un pequeño instrumento y un pequeño juguete de tu gran razón.

Dices «yo» y estás orgulloso de esa palabra. Pero esa cosa más grande aún, en la que tú no quieres creer, - tu cuerpo y su gran razón: ésa no dice yo, pero hace yo.

Detrás de tus pensamientos y sentimientos, hermano mío, se encuentra un soberano poderoso, un sabio desconocido - llámase sí-mismo. En tu cuerpo habita, es tu cuerpo.

Hay más razón en tu cuerpo que en tu mejor sabiduría. ¿Y quién sabe para qué necesita tu cuerpo precisamente tu mejor sabiduría?

¡Yo no voy por vuestro camino, depredadores del cuerpo! ¡Vosotros no



sois para mí puentes hacia el superhombre! (2011, pags.78 - 79).

Por lo que defendía un motor o centro del ser humano en el corazón y donde prima la función o actividad del amor, por lo que Nietzsche, era de temperamento sanguíneo, en el que corazón y mente funcionan de forma conjunta.

Para Foucault, tampoco hay separación entre el cuerpo y el alma, para él, el concepto de alma era un instrumento político de manipulación, que, al ser una idea sin clara representación física, era un concepto objeto de manipulación y control.

Foucault en “Vigilar y Castigar” (1989) denunciaba que la definición del cuerpo humano es dada como algo genérico, no concreto, que según nos avisaba Foucault en “Vigilar y Castigar” (1987), da libertad a las diferentes construcciones culturales, religiosas y políticas, generadoras de desigualdades, construcciones falsas de nuestra identidad, con un claro objetivo de desinformación y control social. Que por incluir a la totalidad de las personas deja sin contenido el concepto. Imagen aséptica del ser humano que es cuerpo y solo cuerpo. Cuerpo como materia y continente pero carente de contenido.

El cuerpo humano ha sido controlado con el fin de poder manipularlo, siendo el fundamento de discriminación, como nos cuenta S. J. Gould en “La falsa medida del hombre” (1987) por poner un claro ejemplo, a la mujer, la cual no ha tenido derecho a voto hasta hace relativamente poco, o privándola de poder decidir sobre su vida, o el racismo, en las que el hombre blanco se ha impuesto con la fuerza sobre otras razas aplicándole políticas de discriminación por razón del color de piel, o forma del cráneo. Incluso se ha utilizado para discriminar a emigrantes, con teorías tan terribles como son la de promover de una evolución de los más adaptados frente a otros.

Previo a Sócrates, Platón o Aristóteles, la filosofía esta más orientada hacia la naturaleza y los procesos vitales del universo, entre esta filosofía considerada presocrática, una de ellas tomo gran protagonismo desarrollándose simultáneamente en Grecia y la India, entorno al siglo V. a.C., se llamaba “Atomismo” y, consideraba el mundo constituido por pequeñas partículas indivisibles a la que llamarón “átomo” cuyos

principales filósofos fueron; Demócrito y Leucipo, considerados como el filósofo que ríe y el filósofo que llora. Demócrito del que se decía que estaba siempre riendo vivió más de cien años, y aunque su filosofía es considerada presocrática murió más tarde que Sócrates.

El atomismo de un carácter mucho más naturalista, nos lleva a la observación de la materia, su forma y energía. Aún no quedan suficiente información sobre el atomismo, ya que todo lo que queda de él es a través de referencias de otros autores.

Desde Sócrates, se ha venido el priorizando el discurso y el poder de la mente, más que la sabiduría que da el obrar con los sentidos y de corazón. Las ideas son manipulables, creadas por la individualidad de un cerebro y una materialidad y perspectiva concreta que no es común. Le debemos a la religión cristiana, tomando referencias filosóficas de Platón, que le rindamos pleitesía a la idea de algo, y no al algo concreto, que sabiendo que las palabras al decirlas toman cuerpo, que, aunque no sean cierta, inconscientemente nos las creemos porque han sido dichas. Hay que volver al equilibrio del cuerpo, a su centro, al corazón y al amor, como lo hizo la Fenomenología de Husserl, Ortega o Ricoeurd, como tantos artistas que brillan con luz propia, y que han usado el intelecto para hablarnos de la función sublime del corazón que tiene todo ser humano, que es el amor.

Independientemente como se las llame, espíritu, alma, cuerpo, mente, corazón, estamos describiendo las virtudes humanas que se corresponden a cualidades de la materia, a sus energías, todas, construyen el equilibrio perfecto que es la vida.

## **9. Concluyendo**

Se necesita mucho trabajo, estudio y comunicación entre diferentes disciplinas y materias para que la valoración de una educación en la danza mejore. Espero inspirar a otros, como el elemento fuego que me representa personalmente, para que pidan, anhelan, expresen, supliquen y se nieguen a maltratar de ninguna de las maneras su cuerpo en nombre de la danza, porque la danza no está relacionada con la pérdida de respeto hacia su herramienta más fundamental.

Todos los cuerpos tienen las mismas partes, pero no todos los

cuerpos tienen la misma forma o energía; no se mueven igual, ni expresan lo mismo.  
¡Qué aburrimiento si fuese así!

**Bibliografía:**

STEINER, Rudolf (1987). El Misterio de los Temperamentos. Armonía y equilibrio. Buenos Aires: Editorial Antroposófica.

ALBERT GUTIÉRREZ, Juan José (2009). Ternura y agresividad. Carácter: Gestalt, Bioenergética y Eneagrama. Madrid: Mandala Ediciones.

ASTACIO FRIAS, Martín, «¿Qué es un Cuerpo?». A Parte Rei 14: revista de filosofía, 2011, <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3898239> [consultado 11/11/2020]

CENA, Marcela (2011). Preocupaciones sociológicas del cuerpo para mirar la formación docente de educación física. Córdoba: IPEF.

CHIA, Mantak, CHIA, Maeewan, CHI NEI, Tsang (1993) Técnicas de masaje Chi para órganos internos. Madrid: Editorial Mirach.

SÁNCHEZ, José Antonio (2016) Isadora Duncan. El arte de la danza y otros escritos. Madrid: Ediciones Akal.

KLIBANSKY, Raymond, PANOFSKY, Erwin, y SAXL, Fritz (2016) Saturno y la melancolía. Madrid: Alianza Editorial.

GOETHE, Johann Wolfgang von (1999) Teoría de los Colores. Madrid: Celeste Ediciones, Colegio Oficial de Arquitectos Técnicos de Murcia.

GOULD, Stephan Jay (1987) La falsa medida del hombre. Argentina: Ediciones Orbis.

HEYDEBRAND, Caroline von (2001). Los cuatro temperamentos. Cómo conocerlos y educarlos. Barcelona: Editorial Pau de Damasc, ISSN: 0718-6568 [consultada 05/12/20].

JUNG, Carl Gustav (1970) *Arquetipos e inconsciente colectivo*. Barcelona: Paidós.

KAGAN, Jerome (2011) *El temperamento y su trama. Cómo los genes, la cultura, el tiempo y el azar inciden en nuestra personalidad*. Buenos Aires: Katz Editores.

KANDINSKY, Wassily (1996). *De lo espiritual en el arte*. México: Premia editora de libros.

KRESTCHMER, Ernest (1961). *Constitución y carácter. Investigaciones acerca del problema de la constitución y de la doctrina de los temperamentos*. Barcelona: Editorial Labor.

LOWEN, Alexander (1977). *Bioenergética. Terapia revolucionaria que utiliza el lenguaje del cuerpo para curar los problemas de la mente*. Editorial Diana, México D.F.

LOWEN, Alexander (1985) *El lenguaje del cuerpo. Dinámica física de la estructura del carácter*. Barcelona: Herder Editorial S.L.

LOWEN, Alexander, (1994) *La espiritualidad del cuerpo: Bioenergética, un camino para alcanzar la armonía y el estado de gracia*. Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica.

MERCURIAL, Jerónimo (1973). *Arte gimnástico*. Madrid, Instituto Nacional de Educación Física.

PEREIRA-GARCÍA, Sofía (2006) *Emociones y Temperamentos*. Madrid: Editorial Rudolf Steiner.

POSEL, Peter, y SHULTE, Erik (2000). *Sobotta Mini, Esquemas de*

Anatomía, Histología Embriología, Madrid, Marban Libros.

P. ROLF, Ida (1994) Rolfing. La integración de las estructuras del cuerpo humano. Barcelona: Ediciones Urano.

SHELDON, William, STEVEN, S. (1972). Las variedades del temperamento. Psicología de las diferencias constitucionales. Buenos Aires: Editorial Paidós.

VILLANUEVA SAGRADO, María (1990). Manual de Técnicas Somatotipológicas. México. Universidad Autónoma de México.

WENGROWER, Hilda, y CHAIKLIN, Sharon (2008). La vida es danza. El arte y la ciencia en la Danza Movimiento Terapia. Barcelona: Editorial Gedisa.

ARISTÓTELES (2018) Obra biológica: De partibus animalium. De motu animalium. De inessu animalium. Red. Marcos Martínez, Alfredo. Trad. Rosana Bartolomé Cunchillos, Rosana. Oviedo: Editorial KRK.

CAITLIN, Jeunne Fahey (2008) Altogether governed by humors: The four ancient temperament, University South Florida.

NADEAU, J.G. (2004) “El cristianismo nunca ha separado el alma del cuerpo”

<https://es.scribd.com/document/447595839/J-G-Nadeau-2004-Cristianismo-no-sepa-pdf>

[consultado 11/01/22]

NIETZSCHE, F. (1956). “*Así hablaba Zaratustra*” (1a. ed.--). México D.F.: Filosófica.

- CONDORI CURO, I. “Que es ser tripartito y dualista”  
<http://www.monografias.com/trabajos94/que-es-ser-tripartito-y-dualista/que-es-ser-tripartito-y-dualista.shtml> [consultado 13/12/20]
- WATCHAMAN, N. (2005) “El hombre espiritual” Pag. 33-39.  
Editorial Clie.  
Colombia.
- PERCY W. HEWARD (2006) “Pensamientos de la Palabra de Dios  
Alma y  
Espíritu” Pag. 51-52. Corrientes- Argentina.
- SANTA BIBLIA, RV1909 y 1602. (1992) “Versículos” Corea.  
Sociedades Bíblicas Unidas.
- DE LA HERA, A. “La ideal de Bien y Mal” Revista Alfa y Omega.  
Recuperado:  
<https://es.catholic.net/op/articulos/58515/cat/13/el-bien-y-el-mal-segun-el-juicio-dedios.html#modal> [consultado 13/01/22]
- BESTANI, M. (2016) “Una teología del cuerpo” Revista Digital  
Criterio Digital.  
[https://www.revistacriterio.com.ar/bloginst\\_new/2016/12/13/una-teologia-del-cuerpo/](https://www.revistacriterio.com.ar/bloginst_new/2016/12/13/una-teologia-del-cuerpo/)  
[Consultado 20/01/22]
- RODRIGUEZ, I. R. (2013) “El cuerpo como principio de libertad en  
Spinoza” Revista Digital Neuro Ciencia Cultura.  
<https://pacotraver.wordpress.com/2013/09/08/spinoza-y-el-problema-mente-cerebro/>[Consultado 20/06/22]

FOUCAULT, M. (1989). *Vigilar y castigar; Nacimiento de la prisión*” (16a. ed.). Ciudad Juárez (Chihuahua) Siglo XXI.

NAVA COZATL, A. (2016) “Cuerpo y poder: una reseña de vigilar y castigar de Michel Foucault desde el tema del cuerpo”. <https://yoyotzinyyo.wordpress.com/2016/05/16/cuerpo-y-poder-una-resena-de-vigilar-y-castigar-de-michel-foucault-desde-el-tema-del-cuerpo/>[Consultado 20/06/22]

SÁNCHEZ BRAVO, E. (2012). Spinoza: «Nadie hasta ahora ha determinado lo que puede un cuerpo» [en línea]. Recuperado de <https://auladefilosofia.net/2012/06/18/spinoza-nadie-hasta-ahora-ha-determinado-lo-que-puede-un-cuerpo/> [Consultado 18/06/22]

FERNÁNDEZ, T. y TAMARO, E. (2004). La filosofía de Aristóteles [en línea]. Recuperado de <https://www.biografiasyvidas.com/monografia/aristoteles/filosofia.htm> [Consultado 05/09/22]

SKAESPEARE, W. (1967) “La tragedia de Hamlet, príncipe de Dinamarca. Ser o no ser: La cuestión sobre Hamlet. [En línea]. Recuperado de: <https://iecoinstitute.org/wp-content/uploads/2019/01/Sesi%C3%B3n-4-textos-Ser-o-no-ser-La-cuesti%C3%B3n-sobre-Hamlet.pdf> [Consultado 05/09/22]

BERRYMAN, S. (2016), "Ancient Atomism", The Stanford Encyclopedia of Philosophy (Winter 2016 Edition), Edward N. Zalta (ed.), URL = [<https://plato.stanford.edu/archives/win2016/entries/atomism-ancient/>](https://plato.stanford.edu/archives/win2016/entries/atomism-ancient/).



### Referencia de imágenes:

Figura 1: Materia sólida. Piedras [Imagen] Mundoprimary.com recursos naturales estados de la materia. Recuperado: <https://www.mundoprimary.com/recursos-ciencias-naturales-estados-de-la-materia>.

Figura 2: Materia líquida. Gota. [Imagen] Mundoprimary.com recursos naturales estados de la materia. Recuperado: <https://www.mundoprimary.com/recursos-ciencias-naturales-estados-de-la-materia>.

Figura 3: Materia gaseosa. Humo. [Imagen] Mundoprimary.com recursos naturales estados de la materia. Recuperado: <https://www.mundoprimary.com/recursos-ciencias-naturales-estados-de-la-materia>.

Figura 4: Materia combusta. Fuegos artificiales. [Imagen] Mundoprimary.com recursos naturales estados de la materia. Recuperado: <https://www.mundoprimary.com/recursos-ciencias-naturales-estados-de-la-materia>.

GÓMEZ, C. Figura 5. Imagen medieval de los cuatro humores. [Imagen] Teoría de los 4 humores. Recuperado: <https://es.slideshare.net/carmengomez1630/teoria-de-los-4-humores-73567715>

CRUZ CRUZ, J. (2011) Figura 6. El temperamento melancólico. [Imagen]. Iconografía de Ripa. Dietética medieval, 4: Humores y temperamentos. Recuperado: <https://regusto.es/2011/11/25/dietetica-medieval-4-humores-y-temperamentos/>

CRUZ CRUZ, J. (2011) Figura 7. El temperamento linfático. [Imagen]. Iconografía de Ripa. Dietética medieval, 4: Humores y temperamentos. Recuperado: <https://regusto.es/2011/11/25/dietetica-medieval-4-humores-y-temperamentos/>

CRUZ CRUZ, J. (2011) Figura 8. El temperamento sanguíneo. [Imagen]. Iconografía de Ripa. Dietética medieval, 4: Humores y temperamentos. Recuperado: <https://regusto.es/2011/11/25/dietetica-medieval-4-humores-y-temperamentos/>

CRUZ CRUZ, J. (2011) Figura 9. El temperamento colérico. [Imagen]. Iconografía de Ripa. Dietética medieval, 4: Humores y temperamentos. Recuperado: <https://regusto.es/2011/11/25/dietetica-medieval-4-humores-y-temperamentos/>

Figura 10. Tipologías corporales de W. Sheldon (mesomórfo, ectomórfo, endomórfo). [Imagen]. Redmetodopilates.com. Recuperado: [http://www.redmetodopilates.com.ar/tipos\\_somaticos\\_pilates.html](http://www.redmetodopilates.com.ar/tipos_somaticos_pilates.html)

Figura 11. Tipologías corporales de E. Kretschmer. (Pícnico – atlético – leptosomático) [Imagen]. Aulafacil.com. Recuperado: <https://www.aulafacil.com/cursos/psicologia/psicografologia-fisiognomica/la-tipologia-somatica-de-kretschmer-l39397>

Figura 12. Sistema esquelético. [Imagen]. Celebriti.com. Recuperado: <https://www.cerebriti.com/juegos-de-ciencias/huesos-del-cuerpo-humano>

Figura 13. Sistema linfático. [Imagen]. Recursos Cnice.mes.es  
Recuperado:  
[http://recursos.cnice.mec.es/biosfera/alumno/3ESO/aparato\\_circulatorio/contenidos7.htm](http://recursos.cnice.mec.es/biosfera/alumno/3ESO/aparato_circulatorio/contenidos7.htm)

Figura 14. Sistema sanguíneo. [Imagen]. Recuperado:  
<https://steemit.com/health/@arisita/sistema-sanguineo-anatomia>

Figura 15. Sistema muscular. [Imagen]. Recuperado:  
<https://www.alamy.es/sistema-muscular-masculino-de-cuerpo-completo-vista-frontal-fondo-blanco-image350065100.html>

PEREZ, H (2008) Figura 16. Tipología corporal Danza melancólica.  
[Imagen]. Danza de los Temperamentos. Recuperado:  
<http://www.danzatemperamento.com/conclusiones/tipologias/danza-melancolico/>

PEREZ, H (2008) Figura 17. Tipología corporal Danza linfático.  
[Imagen]. Danza de los Temperamentos. Recuperado:  
<http://www.danzatemperamento.com/conclusiones/tipologias/danza-melancolico/>

PEREZ, H (2008) Figura 18. Tipología corporal Danza sanguíneo.  
[Imagen]. Danza de los Temperamentos. Recuperado:  
<http://www.danzatemperamento.com/conclusiones/tipologias/danza-sanguineo/>

PEREZ, H (2008) Figura 19. Tipología corporal Danza colérico.  
[Imagen] Danza de los Temperamentos. Recuperado:  
<http://www.danzatemperamento.com/conclusiones/tipologias/danza-sanguineo/>

Figura 20. “Las Meninas” de Velázquez. [Imagen]. Wikipedia.  
[https://es.wikipedia.org/wiki/Las\\_meninas](https://es.wikipedia.org/wiki/Las_meninas)

Figura 21: Fernando Botero: *Obispos muertos*. Óleo sobre tela, 1961.  
[Imagen] Recuperado: <https://www.culturagenial.com/es/fernando-botero-obras/>

Figura 22. “Cuadro El nacimiento de Venus” de Sandro Botticelli  
[Imagen] Recuperado: <https://www.culturagenial.com/es/cuadro-el-nacimiento-de-venus/>

Figura 23. “La creación de Adam” de Miguel Ángel. [Imagen].  
Capilla Sixtina del Vaticano. Recuperado:  
[https://es.wikipedia.org/wiki/La\\_creaci%C3%B3n\\_de\\_Ad%C3%A1n](https://es.wikipedia.org/wiki/La_creaci%C3%B3n_de_Ad%C3%A1n)