

Por qué bailar

Roxana Guadalupe Ramos Villalobos | INBA
nazult@hotmail.com

Resumen

Este artículo forma parte de una investigación más amplia que lleva el título de «Danza, vida y salud. Socorro Bastida, la danza clásica y moderna en el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) (ca. 1956-1992)», en la que estudio cuáles fueron las condiciones sociales, políticas, históricas y artísticas que permitieron que en una institución mexicana de salud, como es el IMSS, despuntara la danza clásica y moderna en la década de los 70 y 80 del siglo xx.

Un proyecto que el IMSS impulsó durante los años 70 y 80, fue la creación de la coordinación nacional de danza clásica y moderna que dirigió Socorro Bastida. En este texto abordo un programa específico de dicha coordinación, que fue la capacitación a los docentes de danza clásica y moderna, a través de talleres, cursos y seminarios, en los que se les dictaba conferencias o charlas.

Entre las conferencistas, destaca Socorro Bastida, quien dejó por escrito algunas de sus participaciones. Al revisarlas, identifiqué que existe un tema al que ella le ha dedicado tiempo y estudio: la preservación y recuperación de la salud, tema que está estrechamente vinculado con su profesión como bailarina y docente de danza, la cual demanda conocimiento, atención, cuidado y escucha del cuerpo.

Considerando lo anterior, en este texto me centro, con base en las ponencias que Socorro Bastida escribió, en algunos de los beneficios que la danza o baile¹ pueden traer a las personas que la practican. Pero antes de hablar de los beneficios de la práctica de la danza o baile, me parece importante dar a conocer los objetivos, programas y estructura de la coordinación nacional de danza clásica y moderna del IMSS y algunos datos biográficos de Socorro Bastida para finalmente enfocar me en por qué bailar.

Palabras clave: práctica dancística, danza clásica y moderna, Socorro Bastida

Why to dance?

Abstract

This article is part of a larger research named: «Dance, Life and Health. Socorro Bastida, Classic and Modern Dance in the Mexican Institute of Social Security (IMSS) (ca. 1956-1992)», in which I study the social, political, historical, and artistic conditions that allowed a Mexican Health institution, like IMSS, to enable and promote classic and modern dance in the seventies and eighties of the twentieth century.

A project that the IMSS promoted during the 70s and 80s, was the creation of the national coordination of classical and modern dance directed by Socorro Bastida. In this text I address a specific program of this coordination, which was de training of teachers of classic and modern dance through workshops, courses, and seminars, in which dance teachers were given lectures or talks.

Among the speakers, highlights the participation of Socorro Bastida who left some of her contributions in writing. Upon reviewing them, I identified that there is a topic to which she has devoted time and study: the preservation and recovery of health, a subject that is closely linked to her profession as a dancer and dance teacher, which demands knowledge, attention, care, and listening of the body.

Considering the above, in this text I focus, based on the papers that Socorro Bastida wrote, on some of the benefits that dance can bring to people who practice it; but before talking about the benefits of dance practice, I think it is important to highlight the objectives, programs, and structure of the national coordination of classic and modern dance of the IMSS and some biographical information of Socorro Bastida to finally focus on Why to dance?

Keywords: dance practice, Classic and Modern dance, Socorro Bastida

Por qué bailar

Que todo cuerpo sea danzarín y todo espíritu un pájaro.

FEDERICO NIETZSCHE, *Así hablaba Zarathustra*

UNO

Quién es Socorro Bastida

Para el estudio de la vida y trayectoria de Socorro Bastida² recurrí al *enfoque biográfico*, intentando utilizar: «1. El testimonio subjetivo de un individuo a la luz de su trayectoria vital, de sus experiencias, de su visión particular y 2. La plasmación de una vida que es el reflejo de una época, de unas normas sociales y de unos valores esencialmente compartidos con la comunidad de la que el sujeto forma parte» (Pujadas, 1992: 44), a fin de entender y dar cuenta de sus aportaciones a la danza mexicana.

Socorro Bastida nació en la ciudad de México el 24 de junio de 1925, tomó sus primeras clases de danza a los 7 años con Grisha Navibach³ y después cursó la carrera de profesora de danza en la Escuela de Danza de la Secretaría de Educación Pública (SEP).

La joven bailarina debutó en la década de los 40 con el Ballet de la Ciudad de México, que dependía de la Escuela Nacional de Danza. Posteriormente fue seleccionada para participar con el cuerpo de ballet de la School of American Ballet, dirigido por los coreógrafos George Balanchine y William Dollar y, más adelante, con el Original Ballet Russe del Coronel Vasilli de Basil.

Esta experiencia le permitió bailar con las mejores compañías mexicanas del momento; en 1949, actuó como primera bailarina al lado de José Silva en la coreografía *Sueño de una noche de verano* de Serge Unger⁴ y formó parte del Ballet Chapultepec que dirigían Ricardo y José Silva.

Al lado de Ana Sokolov exploró la danza moderna y a principios de la década de los 50, estudió con Alicia Alonso⁵ en la La Habana, Cuba, en donde permaneció aproximadamente un año (Ramos, 2017); a su regreso bailó con el Ballet Ruso de Nana Gollner y Paul Petroff y formó parte del Ballet Concierto, compañía de danza clásica muy bien organizada, dirigida por

Serge Unger y Michel Panaieff, con la que incluso hizo una gira por Nuevo León, Chihuahua y Durango (Ramos, 2017).

Socorro Bastida también trabajó en la televisión en *México es así*, programa en donde ella creaba las coreografías, bailaba y modelaba, y a partir del cual Ramón Valdiosera la invitó a modelar en hoteles de la Ciudad de México y del extranjero. En esta época la bailarina mexicana también formó parte del grupo Quinteto, constituido con apoyo oficial e iniciativa de Magda Montoya y la participación de Rosa Reyna y los hermanos Silva (Bastida, 2016).

En 1955, Socorro ganó una beca para estudiar en The School of American Ballet de George Balanchine, en donde permaneció casi un año. Cuando regresó a México, continuó su trabajo como bailarina y se integró al Ballet Contemporáneo dirigido por Guillermo Keys.

En 1957, ingresó como docente a la Academia de la Danza Mexicana (ADM) del Instituto Nacional de Bellas Artes (INBA), bailó con Ballet de Cámara y a partir de 1960, también se integró al Ballet Folklórico de México de Amalia Hernández.

Con Ballet Folklórico de México, Socorro Bastida trabajó como bailarina de danza folclórica, maestra de danza clásica y participó en la organización de una segunda compañía (Ramos, 2017) e hizo varias giras a Estados Unidos, Canadá y Europa.

En estos años, la versátil bailarina continuó trabajando intensamente; por las mañanas realizaba su rutina de clásico con Ballet Concierto, impartía clases de danza clásica y folclórica en la *Young Women's Christian Association* (YWCA) y en la ADM; y por las tardes, ensayaba con el Ballet Folklórico de México. Además, en 1961, incursionó en el cine como bailarina solista en la película *Baile de graduados* (Bastida, 2016).

Otras experiencias de Socorro Bastida en el cine fueron en la película *El rebozo blanco*, al lado de Libertad Lamarque, y en otra cinta con Mapita Cortés; en cabaret se tiene registro de dos temporadas, una con Sergio Corona y Alfonso Arau, y una segunda en *El Patio* con el grupo de Beatriz Carpio, interpretando cuadros españoles (Bastida, 2016 y Ramos, 2017).

Ballet de Cámara y Ballet Concierto se fusionaron en 1963 y formaron Ballet Clásico de México y, desde su creación, Socorro formó parte de él y colaboró con ellos hasta 1971, año en el que obtuvo una beca para estudiar en Londres en The Royal Academy of Dancing para cursar la licenciatura como profesora de Classical Ballet – Cecchetti Method y la licenciatura de la escuela de Notación de Danza Benesh.⁶

Al regresar a México, la bailarina se integró al Ballet 70', que se encontraba bajo la dirección de Nellie Happee, con el subsidio de Amalia Hernández y del Ballet Folklórico de México. En esta compañía, la maestra se desempeñó como docente y bailarina.

En 1973, en una de las funciones de Ballet 70', Socorro Bastida conoció a Griselda Álvarez, jefa de los Servicios de Prestaciones Sociales del IMSS, quien la invitó a trabajar como coordinadora nacional de danza clásica y moderna de la institución, puesto que ocupó hasta 1986 (Ramos, 2017).

En la docencia, la maestra Socorro continuó dando clases en la ADM y decidió integrarse en 1977 a la Escuela Nacional de Danza Clásica, del recién creado Sistema Nacional para la Enseñanza Profesional de la Danza (SNEPD). Para ello estudió la metodología cubana de danza clásica (nivel elemental y nivel medio)⁷ y viajó a La Habana, Cuba, para interiorizarse en los fundamentos de ese sistema de enseñanza.

A su regreso, trabajó en la televisión, en una serie dirigida por Colombia Moya que llevaba el nombre de *Clases de Ballet* y comenzó a dar conferencias y cursos de capacitación en diferentes puntos de la República Mexicana. Los temas recurrentes en sus conferencias han sido el fomento a la salud y a la danza. Como parte de su trabajo en el IMSS, la maestra Bastida también formó el grupo *Canto a la vida*, que dirigió durante 13 años (Ramos, 2017).

Cuando concluyó su gestión en el IMSS, la maestra Bastida siguió en contacto con la institución varios años más participando como conferencista en los Coloquios organizados por el instituto, e incluso en 1992 la institución le organizó un homenaje por su labor como bailarina, docente, promotora cultural y coordinadora nacional de danza clásica y moderna.

El INBA también le otorgó varios premios. En 1985, en el homenaje «Una vida dedicada a la danza» obtuvo medalla y diploma por su desempeño en pro de la danza mexicana. En 1989, fue reconocida con el premio por 30 años de servicio y fue nombrada subdirectora de la Escuela Nacional de Danza Contemporánea, puesto en el que se desempeñó hasta 1992. Dos años después, recibió también del INBA otro galardón: el de Educación e Investigación Artística, al cual accedió en dos ocasiones más, en 1996 y 2002.

Con la apertura del Centro Nacional de las Artes, el SNEPD se dividió en tres escuelas: Escuela Nacional de Danza Folclórica, Escuela Nacional de Danza Clásica y Escuela Nacional de Danza Contemporánea. Las dos últimas, en 1993, se trasladaron al Centro Nacional de las Artes, en las cuales la maestra Socorro Bastida continúa trabajando hasta la fecha. El INBA, en el 2001, la premió por 40 años de servicio ininterrumpido prestado a la docencia, investigación y al servicio de la cultura, y le dio la medalla Ignacio Manuel Altamirano.

La maestra Socorro Bastida nunca ha dejado de actualizarse, ha hecho del estudio una de sus rutinas; prueba de ello es la cantidad de cursos y diplomados que ha tomado a lo largo de su vida.⁸

La maestra Bastida también dirigió el seminario del Taller Coreográfico de la UNAM de 1993 a 2008, y una vez que concluyó su gestión, aceptó el cargo de secretaria académica de la especialidad en danza clásica de la Escuela Nacional de Danza Clásica del INBA, compromiso que cubrió hasta el 2012.

Otra responsabilidad que aceptó fue con El Colectivo de Mujeres en la Música, A.C. Coordinadora Internacional de Mujeres en el Arte (COMUARTE), con quienes ha participado como ponente, bailarina y docente en los Encuentros Internacionales e Iberoamericanos y, de 2002 a 2006, como directora general de danza del Colectivo. Con esta organización también viajó a España, Cuba, EE.UU. y a varios estados de la república mexicana (Ramos, 2017).

En el siglo XXI, los homenajes y reconocimientos para Socorro Bastida continuaron. En 2006, en Mérida, Yucatán, recibió de la Confederación Interamericana de Profesionales de Danza (CIAD) una medalla al mérito por su trabajo a favor de la danza; también fue homenajeada en el evento internacional «Manta por la danza» que se celebró en Quito, Ecuador (Ramos, 2017).

El INBA en 2011 le dio uno de los más grandes galardones que otorga, el de 50 años de servicio en apoyo a la docencia, la investigación y la difusión del patrimonio artístico de México y el premio «Mujeres en el arte» por su trayectoria docente y profesional.

Actualmente la profesora Bastida, a quien también se la ha llamado «La Dolores del Río del baile mexicano» y «La orquídea del ballet» (Ramírez, 1985: 5-7), continúa impartiendo clases de danza clásica y contemporánea en la Escuela Nacional de Danza Clásica y en la Escuela Nacional de Danza Contemporánea del INBA y su nombre aparece registrado en la enciclopedia *Diccionario de la Música Española e Hispanoamericana* (Cásares, Fernández y López-Calo, 2002) y en el *Diccionario biográfico de la danza mexicana* (Delgado, 2009).

Foto 1



Bailarina: Socorro Bastida | Año: 1966

Compañía: Ballet Clásico de México

Colección: Archivo del Centro Nacional de Investigación, Documentación, e Información de la Danza José Limón del Instituto Nacional de Bellas Artes de México, Ciudad de México.

DOS

Estructura, objetivos y programas de la jefatura de Prestaciones Sociales y de la coordinación nacional de danza clásica y moderna del IMSS (1973-1986)

En 1973, el presidente de México, Luis Echeverría Álvarez, se encontraba en su tercer año de mandato y el IMSS cumplía treinta años de vida. En estas tres décadas, México se había transformado; de ser una sociedad eminentemente agraria, pasó a ser una nación primordialmente urbana, en donde el crecimiento de la industria y el comercio eran evidentes. En este mismo año, la Ley del Seguro Social se modificó.

Uno de los motivos que argumentó Luis Echeverría Álvarez para cambiar la Ley del Seguro Social fue precisamente que «la sociedad industrial que México construye, no podrá afianzarse ni progresar si no mejora el nivel de vida de los trabajadores» (Instituto Mexicano del Seguro Social [IMSS], 1983: 46).

Se pensaba que «una elevación de la calidad de vida de la clase trabajadora redundaría a la larga en un aumento de producción» (IMSS, 1983: 46).

Para mejorar el nivel de vida de la totalidad de los mexicanos, una de las nociones fundamentales era la seguridad social, entendida como un medio para «lograr un auténtico bienestar colectivo [...] precisa ampliarse y consolidarse, no sólo por el imperativo de propiciar el bienestar de la comunidad, sino como exigencia económica [...] Mientras el hombre no disponga de elementos para superar sus limitaciones materiales y culturales no podrá alcanzar plena productividad» (IMSS, 1983: 47).

Es decir, se deseaba amparar a través del Seguro Social «cuando menos a la mitad de nuestros compatriotas», [y que no se restringiera] «sólo a los sectores asalariados» (IMSS, 1983: 47).

Los artículos de la Ley del Seguro Social de 1973 que impactaron directamente las prestaciones sociales fueron: artículo 1, señala que la Ley del Seguro Social «es de observancia general en toda la República»; artículo 2, indica que el objetivo de la Seguridad Social es «garantizar el derecho humano a la salud, la asistencia médica, la protección de los medios de subsistencia y los servicios sociales necesarios para el bienestar individual y colectivo»; artículo 4, marca que el Seguro Social «es el instrumento básico de la seguridad social, establecido como un

servicio público de carácter nacional»; y artículo 8, dice que el Seguro Social «podrá proporcionar servicios sociales de beneficio colectivo» (IMSS, 1973).

Con base en este último artículo, los servicios sociales se dividieron en dos:

- I. Prestaciones sociales y
- II. Servicios de solidaridad social.

Los objetivos de los servicios de prestaciones sociales, según la Ley de 1973, son: «fomentar la salud, prevenir enfermedades y accidentes y contribuir a la elevación general de los niveles de vida de la población» (IMSS, 1973); los talleres de danza clásica y moderna se enmarcan dentro de las prestaciones sociales.

A cargo de la jefatura de Servicios de Prestaciones Sociales estuvieron de 1970 a 1976, Griselda Álvarez Ponce de León⁹ de 1976 a 1982, María Eugenia Morena¹⁰ y de 1982 a 1988, Margarita González Gamio.¹¹

En 1973, dicha jefatura estaba integrada por dos departamentos: el de Bienestar Social y el de Planeación. El departamento de Bienestar social estaba compuesto por la oficina de actividades artísticas y deportivas, de la cual se desprendía la sección de actividades artísticas, en la que colaboraban Jorge Berry Arteaga, Rodolfo Muzquiz Fuentes, Federico Díaz Canedo, Carlos Rodríguez Olivier y Socorro Bastida.

A partir de 1976, la jefatura de Servicios de Prestaciones Sociales creció y se integró por 6 departamentos. El encargado de coordinar las actividades artísticas y culturales, llevó el nombre de Departamento de Actividades Deportivas, Artísticas y Culturales y estaba constituido por tres oficinas, entre ellas, la Oficina de Actividades Artísticas y Culturales, que a su vez estaba formada por dos coordinaciones: la Coordinación Nacional de Danza Clásica y Moderna, a cargo de Socorro Bastida, y la Coordinación Nacional de Danza Folclórica, a cargo de Rodolfo Múzquiz (IMSS, 1979).

Como parte de los objetivos de la oficina de Actividades Artísticas y Culturales se contemplaba reforzar la salud por medio del desenvolvimiento de la capacidad creativa y la sensibilidad estética del individuo y fomentar el aprecio a las artes y tradiciones mexicanas.

Para llevar a cabo el propósito antes descrito, se impartían en los Centros de Seguridad Social (CSS) del IMSS, talleres de teatro, danza regional, danza moderna, música instrumental y coral y artes plásticas y se daban funciones de cine, teatro, danza, conciertos musicales, exposiciones de artes plásticas, conferencias y charlas.

Cabe decir que en la década de los 70, el número de CSS en todo el país ascendió a 114, de los cuales 28 estaban ubicados en el Valle de México y 86 en el interior del país.

Coordinación nacional de danza clásica y moderna

En 1973, Griselda Álvarez, quien estaba a cargo del área de Prestaciones Sociales del IMSS, contrató a Socorro Bastida como coordinadora nacional de danza clásica y moderna.

La primera tarea que se le encomendó como coordinadora fue visitar los CSS del país con la intención de realizar un diagnóstico de la situación académica de los profesores de danza, llamados orientadores de actividades artísticas (OAA). Se dio cuenta de que «una prioridad era la capacitación para los OAA» (Bastida, 2014).

El número de CSS que contaban con OAA de danza clásica o moderna eran veintitrés, quince en el Valle de México y ocho en el interior de la República Mexicana.¹²

La enseñanza de la danza clásica y moderna en los CSS estaba fundamentada en una necesidad primigenia del ser humano, que se expresó en el Programa de Trabajo de 1974:

En el hombre siempre ha existido el ritmo. Diríamos que la vida es ritmo [...] Es natural que el cuerpo tenga un movimiento continuo y rítmico, aunque ello no sea perceptible, de ahí nace la necesidad innata de bailar [...] Es necesario que nuestra sociedad [...] comprenda la importancia de que el movimiento en el ser humano no es solamente una acción mecánica sino un medio de comunicación físico y espiritual. (Bastida, 1974)

Con base en la necesidad antes expuesta, se pretendía que los estudiantes de danza del IMSS, llamados socio-alumnos, pudieran:

Preservar o recuperar la salud física y mental; aprovechar mejor el tiempo libre; adquirir conocimientos sobre danza; encausar a la juventud hacia actividades creativas de beneficio individual y colectivo; acrecentar el nivel cultural y artístico tanto del intérprete como del espectador; despertar en el individuo los hábitos de higiene y conservación de la salud y proyectarlos al hogar. (Bastida, 1974)

Las funciones académico-administrativas de la coordinadora nacional de danza clásica y moderna incluían la preparación y supervisión del cumplimiento de los planes y programas de trabajo, el óptimo aprovechamiento de los recursos económicos, materiales y humanos, y la visita y supervisión a los CSS para verificar el trabajo de los OAA y el avance de los estudiantes de danza.

Las responsabilidades de los profesores de danza consistían, además de impartir los talleres de danza, en participar en los cursos de capacitación organizados para ellos, dar seguimiento y evaluar el trabajo de los estudiantes de danza y realizar los montajes coreográficos idóneos para que los estudiantes participaran en funciones, encuentros y coloquios de danza organizados por la coordinación.

Para dar una idea del funcionamiento de los CSS, a continuación se describen algunas de las instrucciones generales de operación de dichos centros.

Los talleres de danza estaban abiertos para la población en general, sin costo alguno y sin examen de admisión, solo se tomaba en cuenta la edad de ingreso del aspirante, que era mínima de 8 años y máxima sujeta al criterio del profesor de danza, quien consideraba el estado de salud del interesado. Las clases se impartían dos veces a la semana, con una duración de una hora para niños y niñas, y de una hora y media, para adultos.

Como parte del programa de trabajo se tenía previsto la participación de los estudiantes en varias fechas: 10 de mayo, semana de danza clásica y moderna (2ª quincena de septiembre en el Valle de México), 1º y 2º de noviembre y fin de cursos.

La mayor parte de los CSS, contaban con los recursos materiales idóneos para la enseñanza y práctica dancística, es decir, con salones de danza

equipados con piso de madera y barra, piano, tocadiscos, grabadora, libros de música impresa para el acompañamiento musical, tambor de mano para danza moderna, pizarrón portátil, discos, casetes, cintas y vestidos.

A los estudiantes de danza se les requería uniforme que consistía, para las mujeres, en leotardo, mallas, zapatillas de estudio y zapatillas de puntas, siempre y cuando lo solicitara el profesor. Para los hombres, camiseta de manga corta (de preferencia blanca), mallas (de preferencia negras), zapatillas de estudio, suspensorio.

Los estudiantes de danza constantemente eran evaluados por sus profesores, para identificar aptitudes artísticas y avances.

En el Programa de Trabajo de 1978 se menciona un concepto que no se había contemplado anteriormente, el de *recreación*, del cual se dice que está estrechamente relacionado con «el arte, la educación y la cultura» y que uno de sus propósitos es «llevar un mensaje a toda la República Mexicana de recreación, no de distracción o pasatiempo», debido a que se tenía la firme convicción de que mediante la *recreación* el ser humano «adquiere cada vez una conciencia más sólida de quién es él» (Bastida, 1978).

Dicho programa también subraya que «la educación modifica las conductas para dirigir las a formas mejores de adaptación a la vida» y que «la cultura es el producto de esas conductas, cambiantes en el curso del tiempo», y en él se cita la noción de educación de Miguel de Cervantes Saavedra quien la entiende como «recreación y la recreación como educación» (Bastida, 1978). Se pensaba que era posible incidir en la educación de los socio-alumnos al abrirles el panorama cultural, por ello, se les invitaba a participar en los talleres y asistir a funciones de danza, teatro, cine, exposiciones, ya que a través de estas actividades era posible

...encauzar el conocimiento y aprovechamiento de sus aptitudes a través de una comunicación directa con el público; procurar un cambio positivo en actitudes y hábitos de la comunidad mediante el mejor empleo de su tiempo libre; contribuir a que la población manifieste sus potencialidades creadoras con un sentido de servicio y de solidaridad social; acrecentar el acervo cultural y artístico de la comunidad. (Bastida, 1978)

En la década de los 80, durante la presidencia de José López Portillo (1976-1982), la jefatura de servicios de Prestaciones Sociales mantuvo la misma estructura organizacional que tenía desde 1976 (IMSS, 1979), pero puso el acento en la importancia del arte y la creatividad. Al respecto se escribió:

El arte es el lenguaje universal de la humanidad. Por medio de él, los individuos comprenden su semejanza con los demás y aprecian su diversidad [...] en cada ser humano, hay una semilla de creatividad única e irremplazable y al estimular su florecimiento se fomenta la salud espiritual del individuo y del país, porque a través del arte la existencia es más armoniosa, porque el arte da un sentido más profundo a la vida. (IMSS, 1980)

Con el cambio de sexenio (1982-1988), la jefatura de Servicios de Prestaciones Sociales se fortaleció y en lugar de integrarse por un solo departamento, se constituyó por dos, el de actividades deportivas y el de actividades artísticas y culturales.

Con dicho cambio, la coordinación nacional de danza clásica y moderna a cargo de Socorro Bastida se benefició, ya que pudo fortalecer los programas de trabajo existentes y, a su vez, elaboró materiales didácticos para la enseñanza no profesional de la danza, integró el grupo representativo de danza contemporánea de prestaciones sociales del IMSS y organizó seis coloquios internacionales de danza contemporánea.

Foto 2



Bailarina: Socorro Bastida, vestida de Tehuana | Año: 1962

Compañía: Ballet Folklórico de México

Obra: Boda en Tehuantepec

Coreógrafa: Amalia Hernández

Colección: Archivo del Centro Nacional de Investigación, Documentación, e Información de la Danza José Limón del Instituto Nacional de Bellas Artes de México, Ciudad de México.

TRES

Por qué bailar

Socorro Bastida está convencida de que la danza y el baile, en cualquiera de sus expresiones, es una actividad creativa, «tan poderosa como cualquier otro ejercicio», que permite preservar la salud y/o recuperarla, debido a que tiene un «valor terapéutico» (Bastida, 1983). Esto lo escribió en 1983, cuando en México un gran número de personas no contaban con los servicios de salud adecuados, no existía la cobertura suficiente en cuanto a atención médica y «no se reconocían los valores del arte en general y, en particular, los de la danza como vía terapéutica» (Lynton, 2017). Hoy en día Socorro Bastida afirma «la danza es medicina» (Bastida, 26 de julio de 2016).

Las enfermedades del siglo XXI tienen que ver con un estilo de vida inapropiado; la mayoría de los mexicanos nos encontramos inactivos, frente a la computadora o al televisor, en el auto o en un sillón revisando el teléfono celular y no realizamos el suficiente ejercicio físico ni mental, es por eso que se han incrementado, en los últimos años, enfermedades crónico-degenerativas, obesidad, colesterol, diabetes.

La propuesta de Socorro Bastida es «bailar», «hacer danza.» Por qué. Porque «al bailar se estimulan cuerpo y mente, se mueven pies, piernas, brazos, cintura, hombros, cabeza y los practicantes requieren estar atentos, alertas, concentrados para seguir el ritmo de la música, ejecutar con precisión los pasos, secuencias y evoluciones en tiempo, forma y espacio» (Bastida, 1988).

Si esta práctica se vuelve una actividad regular, dice Socorro Bastida, «genera bienestar general y satisfacción personal», el bienestar general se debe a que la glándula hipófisis se estimula y se producen endorfinas, que provocan que se disminuya la ansiedad, generándose vitalidad y alegría. Y satisfacción personal, porque implica un esfuerzo y un compromiso al tener que asistir puntualmente a un determinado lugar, ciertos días de la semana y cumplir con los compromisos derivados de dicha práctica, como ensayar, preparar una presentación y formar parte de un grupo; esto último

es importante porque la danza es colectiva y el hecho de pertenecer a un grupo, permite sentirse «parte de», arraigado a un conjunto de personas con las que se comparten ciertos propósitos u objetivos.

Lo anterior ha llevado a bailarines y especialistas de la medicina y de la psicología a pensar en el valor terapéutico del baile. Socorro Bastida, en sus ponencias, habla sobre algunos de ellos, por ejemplo, señala que Rudolf Laban¹³ identificó que el valor terapéutico de la danza está relacionado «con el placer estético», lo cual constató, «cuando algunos maestros, doctores y trabajadores sociales disfrutaron al ver la danza moderna en las tablas» (Bastida, 1988). Además de Rudolf Laban, Socorro Bastida en sus ponencias da a conocer el nombre de algunos programas y de artistas interesados en este punto,

Meredith Hughes (La Meri) insistía en que la Natya Hindú era la ciencia más completa de la danza porque permite un crecimiento físico, espiritual y psicológico; Pearl Primus, famosa bailarina y coreógrafa sobre temas africanos, comentaba que al interrogar a un Shaman africano sobre la vida y la danza en África, él le contestó «son una y la misma cosa»; en el período entre las dos Guerras Mundiales, en Viena se realizó un espectáculo público sobre artesanías e industria [incluía] canciones y danzas de los artesanos [...] Los trabajadores que buscaban alivio de la tensión y dolor de su trabajo, y que tomaban parte en ella, reconocieron que podían restaurar la energía perdida y que los hábitos de trabajo mejoraban mediante el movimiento artísticamente armonizado. (Bastida, 1983)

Médicos, psicólogos, bailarines, al darse cuenta de que bailar trae consigo beneficios para la salud, abrieron una nueva rama del conocimiento: la danzaterapia, que sirve para «mejorar los problemas mentales, emocionales; elevar la autoestima y mantener lejos problemas como la bulimia y la anorexia». Al respecto, Socorro Bastida afirma: «quien baila regularmente, reduce el riesgo de sufrir problemas cardiovasculares, porque con la danza se regula la presión arterial, se evita la obesidad y se retrasa el inicio de la diabetes incluso cuando se tiene predisposición genética» (Bastida, 1983).

Otros bailarines y coreógrafos que Socorro Bastida cita y que pusieron en marcha programas dancísticos esperando resultados curativos fueron: Marion Chance, del grupo de danza Denishawn, quien abrió un programa para pacientes enfermos mentales en el Hospital San Elizabeth, en Washington D.F., María Fux de Argentina, quien trabajó danzaterapia con sordos, y el psicoballet, en La Habana, Cuba desde 1973 (Bastida, 1988).

La maestra Bastida también escribe que los especialistas han descubierto una ventaja más de practicar danza y es el hecho de que le proporciona al ejecutante un conocimiento cinestésico que le permite expresarse a través de la sensibilidad artística expansiva que involucra un crecimiento físico, intelectual y espiritual, por lo que afirma que

...bailar debería de ser un derecho [...] así como todo niño tiene derecho a ser dueño de una caja de crayolas y a tener alguna instrucción sobre los principios básicos del dibujo y el uso del color, así también todo niño tiene el derecho de saber cómo lograr el control de su cuerpo y experimentar el gozo del sentido rítmico del movimiento libre, controlado y expresivo. Si el objetivo de la educación fuera solamente producir (crear) bailarines, la danza, como un arte creativo y placentero, perecería. (Bastida, 1988)

Otro punto que Socorro Bastida subraya es la parte lúdica, divertida de la danza cuando dice: «no tiene sentido crear el programa de ejercicios más eficaz del mundo si resulta tan aburrido que nadie quiere hacerlo más de una vez [la danza, el baile, poseen] una variedad casi infinita de estilos, técnicas y géneros y si llegamos a cansarnos de uno, todavía quedan suficientes para seguir probando» (Bastida, 1983).

Asimismo, bailar ejercita vivir en el presente, en el aquí y en el ahora, lo cual significa la integración de «cuerpo, mente y espíritu», propósito que no se encuentra en cualquier actividad física. En ese sentido, la danza y el yoga son parecidos, ambos son «la adhesión de todas las fuerzas de cuerpo, mente y alma» (Iyengar, 2005: 23). Ambos son un «arte antiguo basado en una ciencia sumamente sutil, la del cuerpo, la mente y el alma» (Iyengar, 2007: 14). No es coincidencia que en la India Natarāja (nata = bailarín; raja = señor, rey) es un nombre de Śiva, señor de la Danza. Śiva no sólo es el dios de

la quietud mística, la muerte y la destrucción, sino que también es señor de la Danza (Iyengar, 2005: 358).

Al bailar también se tiene la posibilidad de crear, ya que el bailarín, el intérprete, le pone de sí a la danza y la vuelve suya; interpretar es «re-hacer mundo» (Esquivel, 2006: 78).

Aprender a bailar es una necesidad, dice Garaudy, «desenajena [...] puede hoy contribuir poderosamente a realizar la síntesis que espera nuestra época: la de una sociedad abierta, donde lo comunitario no caerá en totalitarismo, ni la expresión de la persona en individualismo, sino en la que el hombre conjugará sinfónicamente, como en una danza bien realizada, su dimensión social y su creatividad» (Garaudy, 2003: 142).

«Hay que bailar», afirma Socorro Bastida, regresar al cuerpo y a la danza, porque «la danza es la esencia del hombre» (Bastida, 2001).

A modo de cierre

Nos parece central que se estudie y rescate tanto la creación de la Coordinación Nacional de Danza Clásica y Moderna en los años 70 y 80 del siglo xx como el trabajo dancístico que en ella se impulsó, porque a partir de ello se tienen en cuenta elementos fundamentales para la salud de los seres humanos y de la sociedad mexicana. De esta experiencia se señalan los siguientes puntos que valdría la pena retomar:

Primero, continuar trabajando en la elaboración y análisis de metodologías para la enseñanza no profesional de la danza clásica y contemporánea, dirigidas a diferentes sectores de la población. Una contribución valiosa en este sentido es la propuesta de Socorro Bastida, cuyas características a grandes rasgos son: conjuga elementos de las diferentes técnicas dancísticas que ella ha practicado a lo largo de su vida,¹⁴ incorpora su experiencia como docente y coreógrafa con grupos profesionales y *amateurs*, subraya la importancia de llevar el trabajo dancístico a diferentes escenarios, y resalta la necesidad de considerar varios factores entre ellos, la interdisciplina, el juego y el compromiso y la responsabilidad del maestro.¹⁵

Segundo, seguir contando con el apoyo político y presupuestal del Estado para mejorar el nivel de vida de los trabajadores.

Tercero, que el Estado no se desentienda del compromiso de proporcionar a hombres, mujeres, niños y niñas los elementos materiales y culturales suficientes para mejorar su forma de vida, lo cual redundará sin duda, en beneficio de la colectividad y de la productividad del país.

Cuarto, que el Estado en concordancia con empresas públicas, privadas, organizaciones no gubernamentales, trabaje para que todos los seres humanos cuenten con seguridad social y, como parte de ella, que todos los mexicanos cuenten con servicios sociales de beneficio colectivo, es decir, prestaciones sociales y servicios de solidaridad social, y como parte de los primeros, la oportunidad de practicar algún deporte o alguna actividad artística como son la danza clásica y la danza moderna y/o contemporánea.

Quinta, que en el caso de la enseñanza de la danza clásica y contemporánea, estas se puedan enseñar en espacios como los CSS, bajo la dirección de maestros comprometidos y capacitados que puedan impartir estas disciplinas de manera gratuita o a precios accesibles para toda la comunidad.

Sexta, que se promueva la enseñanza de la danza como una práctica que no sólo está enfocada en formar bailarines profesionales, sino como una práctica que fomenta y preserva la salud, como una práctica terapéutica, como una actividad que puede practicarse en el tiempo libre, que encausa y acrecienta el nivel cultural y artístico tanto del intérprete, como del espectador, como una actividad que fomenta hábitos de higiene y disciplina y como una actividad gozosa que genera bienestar físico, mental y espiritual.

Todo lo anterior sin olvidar que la médula de la enseñanza de la danza, es lograr que la «*formación* [de los estudiantes] sea sana en cuerpo y alma, lo cual exige una *formación* profesional de los maestros» (Lynton, 2017).

Notas

1. Cuando se habla de danza se hace referencia a la enseñanza de la danza clásica y/o moderna y cuando se habla de baile, a los bailes de salón que se practican en el Seguro Social como son danzón, mambo, cha cha cha, rock, tango, etcétera.
2. Este apartado lo escribí tomando como base la semblanza que elaboré de Socorro Bastida y que se publicó en: Villalobos, Roxana Guadalupe, «Socorro Bastida y Muro. Una vida en la danza». En *Entreciencias: diálogos en la Sociedad del Conocimiento*, vol. 5, núm.13, 2017 Universidad Nacional Autónoma de México, México.
3. Grisha (Gregorio) Navibatch, bailarín ruso, impartió clases de bailes de salón, formó el ballet Grisha Navibatch; en 1946 fundó una escuela particular que llevó el nombre de Escuela Mexicana de Ballet, la cual estaba ubicada en la calle de Dolores, en los altos del Teatro Ideal; años después partió a Estados Unidos. «Gran Teatro Esperanza Iris. Gran Compañía de Ópera Italiana», *Revista de Revistas*, año X, núm. 465, 30 de marzo de 1919, pág. 8, anuncio en (Aulestia, 2003: 39).
4. Sergio Unger, bailarín y coreógrafo ruso. Llegó a México en 1941 con el Original Ballet Ruso. En México dio clases de danza en la escuela de Nelsy Dambre; de 1948 a 1951 colaboró con el Ballet Chapultepec y en 1952 formó Ballet Concierto con Michel Panaieff (Tortajada, 1995: 232).
5. Bailarina y coreógrafa cubana que se ha desempeñado como *Prima Ballerina Assoluta* del Ballet Nacional de Cuba.
6. Según 3 certificados: elementary certificate de fecha mayo 1972, intermediate certificate de fecha junio 1972 y licentiate de fecha 13 de septiembre de 1972. Según programa de trabajo algunos de los maestros que tuvo fueron Nora Roche, Molly Lake, Nesta Brooking, Laura Wilson, Margaret Marsh y Diana Barker.
7. Según los certificados de fecha 29 de octubre de 1976 y 8 de febrero de 1977 respectivamente, firmados por Ramona de Saa, directora de la Escuela Nacional de Ballet de Cubanacán, Cuba y por Salvador Vázquez Araujo, jefe del Departamento de Danza del INBA.
8. Para consultar los cursos que Socorro Bastida ha tomado a lo largo de su vida ver (Ramos, 2017)
9. Griselda Álvarez Ponce de León nació en Guadalajara, Jalisco, el 5 de abril de 1918. Fue maestra, escritora y política; la primera mujer electa gobernadora de una entidad del país. Cursó la carrera de Letras Españolas en la Facultad de Filosofía y Letras de la UNAM. También estudió Estadística y Biblioteconomía. Fue directora general de Acción social de la SEP, de Trabajo Social de la SSA, y la tercera jefa de Prestaciones Sociales del IMSS. Murió en México, D.F., el 26 de marzo de 2009
10. María Eugenia Moreno conocida como Kena Morena, nació en México, D.F. periodista, fundó la revista *Lupita*, y dirigió la revista *La mujer de hoy y Kena* en México y Venezuela y estableció la Editorial Armonía, S.A. En 1973 fue Presidenta de la Asociación Mundial de Mujeres Periodistas y Escritoras y titular de la jefatura de los Servicios de Prestaciones Sociales del IMSS de 1976 a 1982.

11. Margarita González Gamio, licenciada en ciencias políticas y sociales, maestra en sociología. Fue jefa de Prestaciones Sociales del IMSS de 1982 A 1988, en el 2000 fue diputada de la Asamblea legislativa del D.F., y en el 2002 cónsul general de México en Boston, USA. Hizo carrera pública como delegada, legisladora y embajadora. Con Samuel Ignacio del Villar Kretschmar, tuvo un hijo, Jorge Samuel Villar González que es escritor.

12. Los del Valle de México, eran: Azcapotzalco, Contreras, Cuauhtémoc, Félix Azuela, Hidalgo, Independencia, Legaria, Manuel Ávila Camacho, Merced, Morelos, Santa Fe, Tepeyac, Tizapán, Xola, Tlalnepantla y los del interior de la República Mexicana: Tecomán, Colima; Acapulco, Guerrero; Guadalajara, Jalisco; Jiutepec, Morelos; Cadereyta Jiménez, Nuevo León; Monterrey, Nuevo León; Oaxaca, Oaxaca; Chetumal, Quintana Roo. *Programa de trabajo 1978*, presentado por Socorro Bastida.

13. Nació en 1879 en Hungría es considerado pionero de la danza moderna alemana. Sus alumnos y continuadores fueron Mary Wigman, Kurt Jooss y Sigurd Leeder. En 1928 Von Laban creó un sistema de notación de danza que ha tenido gran difusión. Murió en 1958 en Inglaterra donde fundó el Laban Centre for Movement and Art.

14. Socorro Bastida conoció varias metodologías a través de sus maestros: de Hipólito Zysin, las bases de la metodología rusa, de Nelsy Dambré, la técnica francesa y de Sergio Unger, la metodología italiana de Carlo Blasis y Cecchetti y en la década de los 70, estudió en La Habana Cuba, la técnica cubana de Ballet. Con respecto a la danza contemporánea, la maestra Bastida estudió técnica Graham, Limón y cubana.

15. Un análisis de las propuestas metodológicas de Socorro Bastida, así como la transcripción de las ponencias y los documentos académicos que ella escribió están consignados en el libro *Danza, vida y salud. Socorro Bastida, la danza clásica y moderna en el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) (ca. 1956-1992)* de Roxana Guadalupe Ramos Villalobos, el cual se encuentra en proceso de edición.

Bibliografía

AULESTIA, Patricia (2003). *Las «chicas bien» de Miss Carroll*. Estudio y Ballet Carroll (1923-1964). México: Cenidi-Danza/INBA.

BASTIDA, Socorro (1974). Justificación, *Programa de trabajo de 1974*.

——— (1978). *Programa de trabajo de 1978*.

——— (1983). ¿Danza: medicina preventiva? Ponencia presentada en Primer coloquio nacional «La danza y la medicina», México, DF, del 25 al 27 de noviembre de 1983.

——— (1988). *La danza como medio terapéutico*. Ponencia presentada en el Coloquio Internacional de Danza Contemporánea organizado por el IMSS. Monterrey.

——— (ca. 2001). *La enseñanza en la formación de bailarines profesionales*. Ponencia.

——— (2016). *Currículum vitae*.

BUSTAMANTE, Mónica y Adriana Castrejón (1994). *Socorro Bastida y la danza*. Tesis para obtener el título de Profesora de danza. Escuela Nacional de Danza Nellie y Gloria Campobello. México.

CASARES, Emilio, Ismael Fernández de la Cuesta y José López-Calo (2002). *Diccionario de la Música Española e Hispanoamericana*. Madrid: Fundación Autor –Sociedad General de Autores y Editores.

DELGADO, César (coord.) (2009). *Diccionario biográfico de la danza mexicana*. México: Conaculta.

ESQUIVEL, Sigifredo (2006). *Pensar desde el cuerpo*. Tres filósofos artistas: Spinoza, Nietzsche y Pessoa. México: Conaculta/CECUT (Col. Literatura).

GARAUDY, Roger (2003). *Danzar su vida*. Ríos y Raíces, Teoría y práctica del arte. México: Conaculta

INSTITUTO MEXICANO DEL SEGURO SOCIAL (1973). *Ley del Seguro Social 1973*.

——— (1979). *Memoria, 1979*. México: Jefatura de Servicios de Prestaciones Sociales.

——— (1980). *Manual de Organización del departamento de actividades artísticas y culturales del IMSS, 1980*. México: Jefatura de Servicios de Prestaciones Sociales.

——— (1983). *Instituto Mexicano del Seguro Social 1943-1983. 40 años de historia*. México: IMSS.

IYENGAR, B.K.S. (2005). *Luz sobre el yoga*. Barcelona: Kairós.

——— (2007). *Yoga Iyengar*. Manual de iniciación. Introducción a las posturas básicas. Madrid: Tutor.

PUJADAS, Juan José (1992). *El método biográfico: el uso de las historias de vida en Ciencias Sociales*. Cuadernos metodológicos núm. 5. Madrid: Centro de Investigaciones Sociológica.

RAMOS, Roxana [en línea] (2017). «Socorro Bastida y Muro. Una vida en la danza». En: *Entreciencias: diálogos en la Sociedad del Conocimiento*, vol. 5, núm. 13, 2017, Universidad Nacional Autónoma de México, México. Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=457651376001>.

RAMÍREZ, Silvia (1985). «Socorro Bastida. Una vida dedicada a la danza». En: *Cuadernos del Cid-Danza*, números 4, 5, 6 y 7. México: CID-Danza-INBA-SEP Cultura.

TORTAJADA, Margarita (1995). *Danza y poder*. México: Cenidi-Danza-INBA-Conaculta.

Entrevistas

Anadel Lynton, comentario realizado el 24 de noviembre de 2017, inédito.

Socorro Bastida en entrevista con Roxana Ramos, México, 22 de agosto de 2014, inédita.

Socorro Bastida en entrevista con Roxana Ramos, México, 26 de julio de 2016, inédita.

Datos de la autora

Roxana Guadalupe Ramos Villalobos | México

Doctora en Pedagogía por la Facultad de Filosofía y Letras de la Universidad Nacional Autónoma de México. Investigadora de tiempo completo del Centro Nacional de Investigación, Documentación e Información de la Danza José Limón del Instituto Nacional de Bellas Artes de México, Ciudad de México.

E-mail: nazult@hotmail.com

Acerca del artículo

Parte de una investigación más amplia que lleva el título de Danza, vida y salud. Socorro Bastida, la danza clásica y moderna en el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) (ca. 1956-1992) y que estoy realizando como parte de mi trabajo en el Cenidi-danza José Limón del INBA.

Fecha de recepción: 02/01/2018

Fecha de aceptado: 27/07/2018