

TALLER: RÍTMICA DALCROZE: ¿Por qué y para qué?

M.M. Elda Nelly Treviño Flores, México-www.eldanelly.com.mx

El Método Dalcroze está basado en la experimentación o vivencia de la música física, mental y espiritualmente. Tomando como premisa el considerar al cuerpo como instrumento musical, la rítmica Dalcroze desarrolla al máximo la musicalidad nata de la persona. Tiene como metas principales el **DESARROLLO DEL OÍDO INTERNO**, así como el establecimiento de una **RELACIÓN CONSCIENTE** entre **MENTE** y **CUERPO** para ejercer **CONTROL** durante la actividad musical y hacer una transferencia hacia la ejecución de un instrumento, el quehacer musical en general y en la vida misma.

Para alcanzar estas metas, la Rítmica Dalcroze divide la formación musical en cuatro aspectos que están íntimamente relacionados entre sí: Eurytmia, Solfeo, Improvisación y Plástica animada los cuales desarrollan:

- **Percepción musical:** Capacidad de identificar los diferentes elementos de la música.
- **Estado de alerta:** Capacidad de identificar la relación entre los elementos musicales.
- **Atención:** Capacidad de concentración en varias actividades simultáneas.
- **Mayor control de expresión musical:** Capacidad de reaccionar ante sutilezas musicales.

En el entrenamiento eurítmico el cuerpo se convierte en el agente intermediario entre los sonidos y el pensamiento, siendo el instrumento directo de nuestros sentimientos. De esta manera se logra un profundo autoconocimiento que permite al alumno utilizar al máximo sus capacidades.

La Eurytmia es el descubrimiento de las leyes que gobiernan el espacio, el tiempo y la energía. Es la recreación de una unidad personal respondiendo a ambos deseos de libertad y estructura. Su originalidad se encuentra en que conceptos básicos que han sido adquiridos a través de un proceso intelectual o técnico, ahora son transmitidos por el cuerpo a través del movimiento. La Eurytmia es una forma de educación en la música como un todo y de una forma multidimensional que transforma a fondo la vida de la persona.

