

RITMO Y VUELO
LA BELLEZA DEL MOVIMIENTO

Álvaro Galmés Cerezo

PRE-TEXTOS

ÍNDICE

CUERDAS

9

PRIMERA PARTE EL ORIGEN DE LA EXPERIENCIA

BALBUCEAR	23
PONERSE EN PIE.....	33
BALANCEARSE	41
Y GIRAR	49

SEGUNDA PARTE EL SENTIDO DE LA BELLEZA

LA FORMA DEL MOVIMIENTO.....	61
EL ORDEN DEL MOVIMIENTO	73
TENER CINTURA	81
EL MOVIMIENTO ESTÁTICO	89

TERCERA PARTE UN CUERPO CON-SENTIDO

UN OÍDO INTERIOR.....	103
-----------------------	-----

EL ÓRGANO DEL VUELO	111
LA FÍSICA DEL CIELO.....	123
<i>SPREZZATURA</i>	133

CUARTA PARTE LO QUE ES BELLO

LA HABITACIÓN ESTÉTICA	151
UNA FORMA DE APRESAR LA BELLEZA.....	161
LA APROPIACIÓN DEL MUNDO.....	171
LA CONQUISTA DEL CIELO	179

QUINTA PARTE EL MOVIMIENTO DEL MUNDO ANTE EL MOVIMIENTO DEL CUERPO

LA SACRALIZACIÓN DE LA BELLEZA	193
EL SUEÑO SIN SUEÑOS	205
LOS SUEÑOS SIN SUEÑO.....	217
UN CASO MUY PARTICULAR DEL VUELO.....	227
Referencias de los textos.....	239
Referencias de las imágenes.....	247
Índice onomástico	251

CUERDAS

En el siglo VI antes de Cristo, uno de los primeros filósofos de Grecia afirmaba que la materia única y primitiva de la que todo estaba hecho era el aire. Pero esto no era todo, porque para justificarlo, añadía que el mundo no se desintegra gracias a que el aire está siempre en movimiento; así, los vientos mantendrían el universo trabado. Concluía su teoría reivindicando el poder del aire en nuestro propio organismo; el aliento, la versión doméstica del viento, conservaría unidas las diferentes partes de nuestros cuerpos de igual forma que hacía el viento con el universo. Casi todo lo que sabemos de Anaxímenes, este filósofo del aire, lo conocemos por terceras personas, pero en una de las escasas sentencias que los historiadores consideran auténtica, dice: “El aire nos mantiene unidos desde dentro y al mundo desde fuera”. Así pues, uno de los fundadores de la filosofía que, junto con Tales y Anaximandro, conformaron la escuela de Mileto, sitúa al aire como el vínculo originario de todo lo existente.

Es muy probable que Anaxímenes se apoyase en el pensamiento oriental para desarrollar sus ideas, porque ya en los Upanishads, los libros sagrados del hinduismo, se hace referencia a este hecho. En concreto, mencionan unas cuerdas cósmicas que cumplen la función de mantener integrado el universo: “cuando en el fin del mundo las cuerdas de los vientos sean cortadas, el Universo se desintegrará”. La imagen mental que nos sugieren estos libros es más nítida y completa que la del filósofo griego, ya que en este texto se nos invita a imaginar que los vientos son cuerdas que se entrelazan formando una red en la que se asienta el universo. Y de igual manera proceden con el aliento del ser humano, porque así definen la muerte: “los miembros del hombre se desarticulan porque ya no estarán unidos por el aire (el aliento) como por un hilo”. Una metáfora que seguimos conservando hoy en día y que se refleja en expresiones como: *expiró* o *exhaló su último aliento*, eufemismos que se utilizan para decir que alguien ha muerto, y que nos recuerdan que permanecemos vivos gracias a estos hilos.

No deja de ser curiosa esta imagen del mundo tejiéndose a sí mismo y del ser humano de igual manera hilvanado. Y, sin embargo, estas fuentes no nos informan ni

de un mísero zurcido que conecte al hombre con el universo. Nadie, ni filósofos, ni profetas, nombra esa tercera familia de cuerdas que serían evidentes en esta lógica de costuras. Es incuestionable que, si gracias al aliento nuestro cuerpo no se desmembra, y si sucede lo mismo con el universo, al habitar nosotros en este mundo tendría que haber una tercera familia de vientos que bordase nuestros hilos corporales en la trama del universo, una unión que permitiría movernos armónicamente en la tierra.

Es poco probable que no sepamos nada de ellos porque nunca existieron; quizá sea, entonces, porque aun existiendo, sólo lo hicieron en un periodo de tiempo al que ya no tenemos acceso. En ese caso, parece lógico pensar que fue en el origen del mundo donde estos vientos-cuerda se hallaban. Pues así se explicaría el mito griego relatado por Hesíodo, según el cual, en el origen de los tiempos, el ser humano ni se fatigaba ni envejecía, ya que vivía en una fusión perfecta con el entorno y no luchando contra unas fuerzas que siempre se oponen a sus esfuerzos.

O aún parece más factible que esta tercera familia de cuerdas existiera en el edén judeocristiano, en el que había una completa armonía entre el ser humano y el mundo. Y, así, cobraría todo su sentido el relato del Génesis, en el que se dice que, después de crear Dios el universo, creó al ser humano y “sopló en su nariz aliento de vida”. Ya que, de esta manera, estos vientos-cuerda que Yahvé exhaló sobre el hombre nos dejaron íntimamente entretejidos con ese universo recién creado. Pero, además, justificaría que, cuando Adán y Eva desobedecieron, el ángel blandiera la espada para expulsarlos del paraíso. Porque con ella no estaría amenazándolos para que abandonaran el Edén, sino cortando con su filo una a una todas esas cuerdas. Por eso, y desde entonces, el ser humano y el cosmos están escindidos. El paraíso, en consecuencia, no fue un espacio concreto, sino un estado de plenitud, la perfección de una relación que fue cercenada por una espada justiciera.

Sin embargo, aunque suene contradictorio con todo lo anterior, a mí me parece que el ángel no consiguió, o no supo, o, seguramente, no quiso cortar definitivamente todas esas cuerdas. Todavía hay evidencias de ellas, prodigios que nos hacen vibrar al unísono con la naturaleza. Fenómenos como el ritmo y el vuelo, son el mejor ejemplo de que aún quedan cuerdas que no fueron cortadas; y, por supuesto, la gracia del movimiento, que es la respuesta que da el cuerpo a la acción conjunta del ritmo y el vuelo.

Mentí cuando anticipé que no había filósofos ni profetas que dieran noticia de esa tercera familia de cuerdas. Me guardé a Orfeo. Más concretamente, oculté que Rilke intuyó que Orfeo era el guardián de esas cuerdas. Este poeta austrohúngaro estaba

muy preparado para detectar en la tierra los fenómenos del cielo; su idea de que los ángeles no saben si están en el cielo o en la tierra, que “no saben si andan entre vivos o entre muertos”, como afirma en las *Elegías de Duino*, resume muy bien lo que piensa sobre estos vientos que unen la tierra con el cielo. Y aunque en las *Elegías* se habla mucho sobre ello, prefiero comenzar con los *Sonetos a Orfeo*. Creo que hay una mayor complejidad en las primeras; en los *Sonetos*, en cambio, las metáforas me parecen más claras, seguramente porque los leí después de haberme dejado las pestañas intentando comprender las *Elegías*. Pero, sea como fuere, los *Sonetos a Orfeo* nos ofrecen la clave para percibir en la actualidad estos vientos, porque allí se explica que no es el órgano de la vista el más importante para conocerlos. Para sentir el ritmo y el vuelo hemos de aprender a observar el murmullo que vibra, lo que ritma y lo que nos roza en su vuelo:

¡Respiración, tú, invisible poema!
Intercambio puro jamás interrumpido
de nuestro ser con el espacio cósmico.
Equilibrio en el que rítmicamente me sucedo.

Este intercambio entre nuestro interior y el espacio cósmico es la materia de la que están hechos estos vientos-cuerda. En el poema se puntualiza que es un intercambio eterno, “jamás interrumpido”; también, arguye que, al adherirnos a su ritmo, se nos proporciona el único “equilibrio” posible con el que trascender lo terreno. Aunque no; sé que Rilke no pensaba en estas cuerdas, o por lo menos no de un modo consciente; sé que esta respiración a la que alude es un símbolo del Poema, y sé que leerlo literalmente es amputar el significado oculto que le quiso dar el poeta. Pero ¡vaya, que eso es justo lo que pretendo hacer al verter poesía en este libro! Lo primero que quiero conocer es cómo repercute en nuestro cuerpo, cómo lo modifica y cómo esos cambios corporales se convierten después en emociones y sentimientos. No me importa tanto lo que Rilke tuviese en mente cuando escribió este poema, como lo que tú y yo sentimos al leerlo. Y, a partir de ahora, te propongo hacer esto mismo con todos los textos. De este modo, cuando leamos en otro de los *Sonetos a Orfeo*:

Siente, amigo silencioso de múltiples afueras,
cómo con tu aliento el espacio aumenta.

Lo que quiero es que experimentemos esas cuerdas, ese aliento que al hilvanarse con el universo lo amplifica y enriquece. Porque este otro soneto, antes de llegar al intelecto, primero se nos ha posado en el cuerpo, sacudiendo nuestra respiración, quizá

haciéndola más rítmica o quizá reteniéndola un poco, pero indudablemente, haciéndola más profunda; acude después a nuestros pulmones, dilatándolos; posteriormente a nuestra piel y a nuestros oídos; y, así, nos informa de cómo es el mundo, o de cómo deseamos que sea. Lo queramos o no, la poesía se infiltra en nuestros órganos estimulándolos, meciéndolos a su antojo y, sólo después, cuando ya estamos físicamente esclavizados por el poema, este se nos hace consciente. Es, entonces, cuando ingenuamente consideramos que lo entendemos, pero esto es sólo el final de la ilusión de este rico juego que es la poética.

Volvamos a los *Sonetos de Orfeo* y veamos lo que otro fragmento le propone al cuerpo:

Oh vosotros, los tiernos, penetrad alguna vez
en el viento que os ignora,
dejad que en vuestras mejillas se divida
y que se estremezca, reunido de nuevo, detrás de vosotros.

Y unas líneas más abajo, continúa:

No os dé miedo el sufrimiento,
devolved la gravedad al peso de la tierra.

Y aunque el texto se ha de entender en clave existencial, no está expuesto en esos términos. Si comprendemos las imágenes de Rilke en su profundidad intelectual es porque antes las hemos experimentado con el cuerpo, como hacíamos de pequeños cuando comprendíamos la *gravedad* de un problema por lo que pesaban los libros de la mochila. Por lo tanto, parece lógico pensar que sí, que Rilke quería que para acceder a la esencia del poema experimentáramos esa ternura en nuestra piel, que sintiésemos el viento en las mejillas y que apreciásemos cómo nos traspasa y cómo se vuelve a arremolinar detrás de nosotros. Y, además, es muy posible que quisiese, también, que nos desembarazásemos de la gravedad para poder volar, dejando todo lo que tiene que ver con el peso en esa otra realidad terrena.

Fíjate lo que dice en *Los cuadernos de Malte Laurids Brigge*, libro que muchos consideran su biografía intelectual: “Para escribir un solo verso [...] hay que sentir cómo vuelan los pájaros y saber qué movimiento hacen las florecillas al abrirse cada mañana”. Es cierto que en otra parte de este fragmento también dice que hay que ver muchas ciudades y conocer bien a los hombres, pero eso, creo yo, lo debe hacer también un periodista, un novelista, y, si me apuran, cualquier individuo que quiera estar

bien informado. Pero, sólo para escribir un buen poema es necesario sentir la gracia y el vuelo mediante el movimiento sutil de las flores y el revoloteo de los pájaros, y, evidentemente, otro tanto hemos de hacer los lectores de poesía para entenderlo.

Este libro que tienes en tus manos no es un poemario, aunque bien quisiera yo que lo fuera. Más bien, se parece al programa de mano de un concierto en el que se ofrecen indicaciones para comprender mejor la belleza. Cada libro debe aportar un secreto, o al menos debe buscarlo. Por eso te propongo que busquemos juntos una fórmula que nos permita gozar de esta curiosa relación que se establece entre nuestro cuerpo y las fuerzas que en él operan. Pero, para eso, antes tenemos que aprender a sentir. Ahora sabemos cómo hacerlo al leer una poesía; si bien debemos aplicarlo, también, cuando escuchemos música, al mirar un cuadro y al contemplar una escultura o una obra arquitectónica. Y, más si cabe, debemos aplicarlo en el día a día, porque cuando paseamos por el campo, vemos unas flores, o cuando bailamos, nuestro cuerpo nos sigue aportando datos del edén. En todos estos momentos deberíamos pararnos y hacer de nuestro cuerpo un gran *oído interior*. Aunque, para ello, antes hemos de callar, hemos de ser, como dice el propio Rilke en los *Sonetos*: “animales de silencio”.

PRIMERA PARTE
EL ORIGEN DE LA EXPERIENCIA

Te doy la bienvenida, prudente lector, a algo parecido a lo que fueron aquellas antiguas ferias de las maravillas en las que había funambulistas y volatineros, faquires y bandas de música que desfilaban junto a norias, carruseles o teatros de marionetas. Y todo ello con el único propósito de acercar por un instante el paraíso terrenal a nuestra monótona existencia.

Pero como desafortunadamente no soy hombre de feria, me voy a centrar en estos primeros capítulos en el estudio de la belleza del movimiento, representada por tres de sus más importantes manifestaciones: por el ritmo y por el vuelo, en cuanto habilidades que nos instalan en el mundo y a maneras de canalizar nuestras energías; y por la gracia del movimiento, esa cualidad tan humana en la que se encarna la belleza del gesto.

Sólo cuando estas propiedades se observan desde su origen, se consigue tener una adecuada comprensión de ellas. Por eso, en esta primera parte se saltará de la cuna del recién nacido a los columpios y a los subibajas, y de ellos a las torres de regletas y a los bailes. Como decía en la introducción, si el paraíso no está ubicado en un lugar concreto, sino que fue una experiencia de armonía, los primeros contactos de los niños con el mundo, todavía sin lenguaje, sin ideas preestablecidas y sólo a través de su inquieto cuerpo, son los acontecimientos más importantes que hemos de reavivar para mantener latente nuestra conexión con aquel espacio-tiempo.

Tomo aquí una perspectiva ontogenética, consistente en asumir que las funciones superiores de la mente humana pueden rastrearse en procesos más simplificados surgidos en las etapas iniciales del desarrollo. Y la combinaré con otra filogenética, en la que son los estadios primitivos de hominización los que nos muestran rudimentariamente esas funciones complejas. Con ello, lo que propongo es que se busque el origen de nuestra experiencia de la belleza en los primeros contactos que tiene el niño con el mundo, y que se cotejen, después, con el comportamiento del hombre primitivo.

Como considero que se ha de buscar la belleza tanto en el ritmo como en el vuelo, he seleccionado las acciones primigenias del niño que, a mi entender, muestran la

apropiación corporal de estos dos fenómenos. Las del ritmo, en cuanto producción de patrones constantes en el tiempo. Y las del vuelo, en cuanto a mantener el equilibrio del cuerpo. Cuatro son estas acciones: la primera es la toma de conciencia de estar en el mundo. Cuando el niño balbucea, lo hace a imitación de los ritmos que producen sus mayores; pero, si bien antes de proferir este protolenguaje, el bebé es un espectador pasivo de un mundo en el que no sabe ubicarse, al balbucear descubre que él también pertenece a ese mundo que observa. Hablar y escucharse, igual que ha escuchado a sus cuidadores, le ofrece la primera evidencia de estar instalado en un exterior estable. Pero, además, esto lo hace repitiendo un sonido rítmicamente, lo que supone que no sólo descubre que está en un espacio compartido, sino, también, en un tiempo que no se quiebra.

A continuación, se estudiará el anhelo que tiene el ser humano por elevarse. Después de balbucear, la gran proeza del bebé es la de ponerse en pie, estar erguido, derecho. No es nada fácil mantenerse en equilibrio, un sinfín de músculos y aferencias nerviosas trabajan coordinados con el encéfalo para hacer posible esto; así que el resultado no sólo es una actitud externa, sino que el cuerpo, también, responde emocionalmente a este trabajo interno. La primera vez que se ponen de pie los bebés muy probablemente lo experimenten como un pequeño ensayo de lo que luego serán sus vuelos; pero después de levantarse esa primera vez, querrán subir aún más alto, querrán ponerse de puntillas, saltar, hacer torres, y así inventarán mil juegos para alcanzar a través del equilibrio el cielo. Porque en esa época de la vida la aspiración al vuelo se satisface con sólo lograr el equilibrio perfecto.

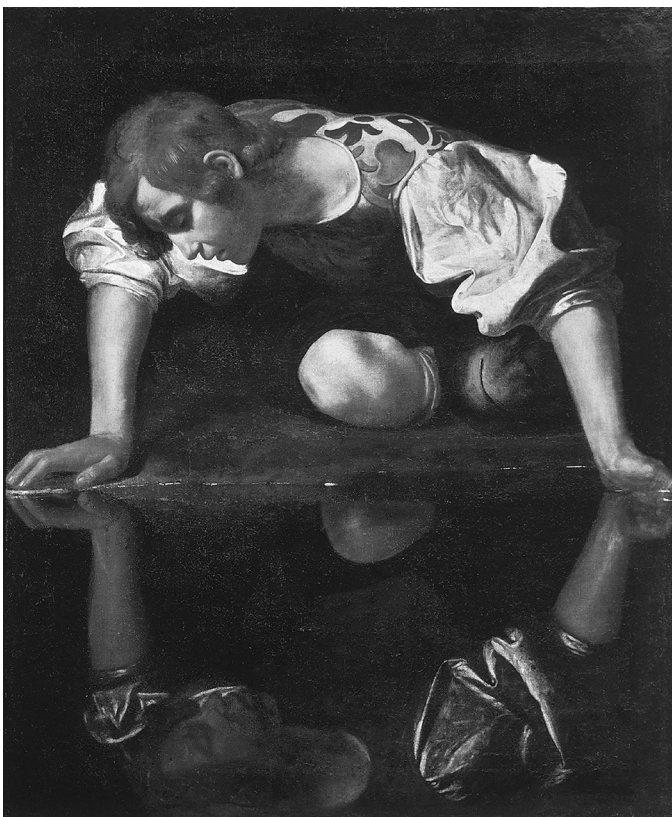
Después de conseguir el equilibrio hay que jugar a perderlo. Así es el ser humano, niño o adulto, en cuanto consigue una recompensa ya no sabe cómo malograrla para tener el placer de volver a obtenerla. Porque en esto consiste el balanceo, en jugar a ganar y, alternativamente, perder el equilibrio del cuerpo. Ciertamente, esta es una acción fundamental para tomar conciencia de tener un cuerpo rítmico en un espacio grávido. Una acción que se mantiene de diversas maneras durante todas las edades del ser humano: de bebés nos acunan, de niños nos columpiamos, de jóvenes bailamos y de viejos nos mecemos.

Si balancearse es desafiar la ley de la gravedad, girar es superar ese desafío con un desafío aún más perfecto. Porque el giro, embrión del baile, es la manera de perder el equilibrio sin perderlo, de conseguir la estabilidad con la sensación de lo inestable. Un sinfín de juegos infantiles activan la experiencia del giro y, al hacernos adultos, esos juegos se metamorfosean en prácticas más complejas. Pero, sea cual sea la causa, un ingenuo juego, un sofisticado baile o un místico rito, el cuerpo responde siempre intensificando la sensación de estar en armonía con el resto del universo.

Por medio de todas estas acciones, el ser humano aprende que tiene un cuerpo estable inserto en un contexto predecible y, aunque muchas veces no seamos plenamente conscientes de este hecho, es impresionante lo que esto nos consuela. Conocer físicamente el lugar en el que vivimos y nos movemos es conocer el tablero en el que se ha de jugar la partida de nuestra existencia. Pero, paralelamente, al conocer bien el tablero, tomamos conciencia de que este está circunscrito por unos límites férreos y, entonces, si nos fijamos bien en esos límites, si los estudiamos y comprendemos, podemos jugar, también, a burlarlos, y, así, adoptamos en ciertos momentos la actitud de tener un cuerpo que está más allá de esos límites que condicionan el espacio y el tiempo.

El eco es una cuerda. Por lo menos eso es lo que se desprende del mito de Narciso. Te recuerdo la historia: la ninfa Eco había sido castigada por Hera a no hablar jamás y a repetir únicamente los últimos sonidos que oyera. El castigo fue más que justo, ya que a instancias de Zeus, marido de Hera, esta ninfa se había dedicado a distraer a la diosa con todo tipo de chismes mientras su querido esposo se la pegaba con la mitad del Olimpo. Así, Eco, sin poder comunicarse, fue abandonada en el bosque y allí tuvo la mala suerte de enamorarse de Narciso, que no paraba de hablar de sí mismo pero que tan sólo escuchaba el Eco de su voz como respuesta; evidentemente, así no se entendieron, por lo que la ninfa murió sola de pena, mientras Narciso se enamoraba, también, en soledad, de su propio reflejo en el agua.

Es sorprendente la capacidad descriptiva que tienen los mitos. Narciso se desdobra en el mundo de dos maneras diferentes: en el espacio sólo en apariencia, mediante una representación visual, y en el tiempo en forma de sonido a través de la voz de quien lo ama. Ambos desdoblamientos nos hablan de esas cuerdas, de la manera que tenemos de descubrirnos conectados al mundo. Pero Narciso, al despreciar la voz de Eco, al creer que está rechazando el amor de una ninfa molesta, lo que desprecia en realidad es a su propio cuerpo enlazado a la naturaleza por medio de una voz enamorada. Como consecuencia de esta negligencia, empieza a idolatrar su propia apariencia y muere al intentar abrazarla. Ya que, al querer consumir su pasión, se abalanza una y otra vez sobre el río y, al hacerlo, agita la superficie del agua disipando así su imagen adorada. En sus últimos días, compungido, sólo desea que el agua se calme para mirarse tranquilo, pero justo cuando se vuelve a ver reflejado, la tristeza lo invade hasta hacerle llorar y las lágrimas al caer en el agua lo vuelven a apartar de sí mismo. Parece como si este relato nos quisiera persuadir contra las imágenes como medio para reconocernos en la naturaleza, a la vez que nos exhorta a escuchar nuestra propia voz cuando esta ya forma parte de un otro enamorado.



Narciso, Caravaggio, 1599.

No son tan narcisistas los niños como creemos, o por lo menos eso es lo que parece si nos atenemos a este mito. Porque cuando observamos los primeros balbuceos de un bebé, lo que más llama la atención es la cara de sorpresa que ponen al escuchar su propia voz. Evidentemente, ni tú ni yo recordamos el momento en el que empezamos a balbucear. Pero es fácil inferir, gracias a ese rostro sorprendido, que la primera vez que disipamos en el entorno una parte de nuestra energía, a través de la coordinación de la boca, la laringe y los pulmones, y, como resultado, escuchamos nuestra voz, en ese mismo instante, tenemos conciencia de estar en el mundo y de que nuestras acciones, al salir al mundo exterior, no sólo no se pierden, sino que vuelven a nosotros después de haberlo tocado.

Aunque este hecho es inconsciente, considero que es uno de los acontecimientos más valiosos con los que contamos para instalarnos en el mundo. Hasta ese momento habíamos explorado la realidad con la vista y el tacto de forma pasiva, pero realizar una acción en el ambiente, posicionándonos en él, y tener una retroalimentación de ese posicionamiento es algo muy diferente. En ese instante, el ser humano toma conciencia de la realidad. A principios del siglo pasado, Heidegger le dio forma filosófica a este acontecimiento y con ello se encumbró, pero, como acabamos de ver, el *Dasein* (ser-en-el-mundo) heideggeriano lo conoce hasta un niño de meses.

Analicemos con cuidado el *balbuceo canónico*, que así se llama técnicamente la emisión insistente por parte de los niños de una vocal junto a una consonante. Lo primero que nos sorprende es la repetición de este sonido; más que una llamada de atención, lo que el niño hace es superponer su ritmo personal a los ritmos del mundo. Hay una teoría del lenguaje que postula que en esos primeros meses de vida todos los balbuceos de la humanidad son iguales y, con esa edad, el bebé transmite el ritmo esencial del ser humano sin importar a qué cultura o idioma pertenezca; sólo poco a poco, y a medida que va escuchando hablar a sus mayores, este protolenguaje se empieza a especializar. Así que, en un primer momento nos expresamos mediante un ritmo primordial, y es el contacto social el que nos diferencia posteriormente. Poco a poco, el niño entreteje su propio ritmo de voz con el de su alrededor, porque esto es lo que hace al balbucear: participar en el mundo y participar en las conversaciones de sus mayores para estar más cerca de ellos.

Uno de los fenómenos más asombrosos que podemos observar en el balbuceo es cómo se acompasa la celeridad de nuestro sistema motriz con la velocidad a la que nuestro pensamiento procesa la información. Me explico: el niño balbucea a una

velocidad aproximada de dos vocales por segundo, y esto coincide ostensiblemente con la velocidad de nuestra vida psíquica, que se mueve en un rango de entre 0,4 y 2 pulsos por segundo; esta es la velocidad de nuestra mente, lo que en psicología se llama *compás psíquico* y que se ha medido tradicionalmente a través de la velocidad a la que un individuo marca espontáneamente un ritmo. A esto hay que añadir que la succión y la masticación de los niños se mueve entre 0,6 y 1,2 segundos, y que un caminante da alrededor de dos pasos por segundo; además, en una conversación normal decimos aproximadamente una palabra cada 0,33 segundos. Así pues, comprobamos que todos nuestros *ritmos motores espontáneos* fluctúan en un rango muy similar al del *compás psíquico*.

Todas estas medidas muestran que hay una relación muy estrecha entre los procesos somáticos y los cognitivos. Por ello, a partir de este momento, distinguiré los fenómenos recurrentes que captan la atención del ser humano y que entrañan seguimiento, de aquellas repeticiones periódicas con las que la mente y el cuerpo no se encuentran conjuntamente comprometidos. Los primeros serán los *ritmos* propiamente dichos, a los segundos los llamaré simplemente *cadencias*.

Nos relacionamos con estos ritmos que se dan en ese estrecho rango de pulsos de dos formas que se complementan: la primera se produce mediante el *arrastre*, cualidad por la que nos vemos obligados a mover nuestro cuerpo al unísono con un pulso externo. Y la segunda, a través del *seguimiento*, la otra cualidad complementaria que nos permite anticipar el momento exacto en el que una fuente periódica va a efectuar el pulso. Pues bien, todos los ensayos en psicología determinan que la capacidad de sincronizar nuestro sistema sensoriomotor con una fuente externa se mueve dentro de una gama muy reducida de tiempo: cuando se le pide a un individuo que golpee con los dedos a la misma velocidad a la que escucha unos sonidos isócronos, se comprueba que sólo es capaz de hacerlo con solvencia si los intervalos están entre los 0,2 y los 1,8 segundos, coincidiendo con el compás psíquico. Esto se debe a que sólo en ese periodo de tiempo la información permanece fresca en nuestra mente, en ese lugar que se ha llamado memoria a corto plazo. Así pues, los fenómenos de *seguimiento* y *arrastre* nos enseñan que, en este rango de duraciones, mente y cuerpo pueden entrelazarse perfectamente con el tiempo y avanzar al unísono con él.

Antes de seguir hablando de la capacidad que tiene el ritmo para captar nuestra atención, quiero aclarar que para entender bien esto habrá que comprender que el ritmo puede ser tanto de metro estricto como de metro blando. El primero técnicamente es conocido como *ritmo métrico* y al segundo se le ha llamado *ritmo expandido o libre*. Entendemos, pues, por *ritmo métrico* aquella medida precisa de la que no se salen los pulsos: el *tempo* que marca un metrónomo o el paso firme de una marcha militar

serán ritmos métricos. Pero en la experiencia diaria solemos encontrar muchos otros ritmos *libres* que no se ajustan rigurosamente a una medida, y que además pueden ser el resultado de agrupaciones de varios fenómenos que periódicamente se repiten. En estos casos, factores como la velocidad media de los acontecimientos, la distribución de algunos elementos recurrentes o la aparición ordenada de aceleraciones y demoras serán los que los definan.

Si en vez de a paso marcial, caminamos tranquilamente por el campo mientras conversamos con amigos, los pulsos no serán tan precisos; el juego de un niño con un sonajero o su balbuceo son buenos ejemplos de ritmos *libres*. Pero hemos de tener en cuenta que no por ser menos precisos dejan de ser estimulantes. Así como decimos que los ritmos *métricos* son *adherentes* porque nos arrastran, podemos afirmar que los ritmos *libres* son *acogedores* porque nos acompañan.

Además, no sólo hemos de identificar como ritmos a los fenómenos que permanecen en la memoria a corto plazo. Hay periodos de tiempo mucho mayores en los que se producen sucesos recurrentes y dentro de estos podemos distinguir tanto ritmos *métricos* como *libres*, aunque hemos de ser conscientes de que ya ninguno de ellos será tan energizante. Me extenderé con varios ejemplos: son ritmos *libres* los numerosos hábitos que nos hemos dado en el transcurso de la jornada o de la semana para optimizar nuestros esfuerzos: las horas fijas de trabajo, los periodos de comida y de descanso, los momentos de ocio, e, incluso, el tiempo pautado para hacer deporte, leer, escuchar música, o para rezar y meditar. Los días del calendario en los que celebramos algún acontecimiento singular, como el Fin de Año, el Carnaval o las fiestas locales, son ritmos que transforman nuestro profano calendario laboral en un tiempo mítico, cíclico y permanente.

Todos estos ejemplos son ritmos que contienen otros ritmos: el ritmo de la semana contiene siete ritmos de trabajo y descanso, y así podríamos continuar haciendo agrupaciones ascendentes, hacia el mes y el año, o descendentes, hacia periodos intradía hasta llegar al rango de la memoria a corto plazo. Mas perdemos el ritmo cuando nos abandona por completo la capacidad de anticipar los acontecimientos; qué poco atractivo es el paso de los días sin orden ni concierto, por no decir que el peor cine es aquel que tan pronto corre vertiginosamente como frena sin un criterio establecido.

Estos ritmos amplios, de la misma manera que los que se dan en el estrecho rango, nos ayudan a insertarnos eficazmente en los diferentes contextos en los que vivimos. Pávlov nos enseñó con su famoso perro que, si a un animal le das de comer cada hora, al cabo de un tiempo empezará a salivar en el minuto 59 aun sin tener la comida presente. Y no sólo las glándulas salivares adquieren un ritmo constante, una

gran cantidad de órganos responden a ritmos regulares: la segregación de insulina del páncreas o la actividad del estómago están también pautadas para adelantarse a la ingestión de comida. Otros ritmos orgánicos parecen ser innatos, como los ritmos circadianos, cuyo ejemplo más elocuente es el ciclo de sueño-vigilia, pero también encontramos otros cuya latencia es mucho mayor: el sistema reproductor femenino con latencias que rondan los veintiocho días, hasta llegar a ciclos de un año en la secreción de ciertas hormonas estacionales. En todos estos casos nuestro cuerpo se prepara rítmicamente para adaptarse al medio. Por consiguiente, se puede decir que, si sólo una estrecha franja de ritmos nos impulsa, hay otra gama mucho más amplia que nos instala.

El ritmo tiene una capacidad asombrosa para explicar muchas conductas humanas. Fue Wilhelm Wundt, en 1886, el primero que estudió las implicaciones psicofísicas del ritmo, pero no es hasta casi un siglo después cuando se establecieron, a través del libro de Paul Fraisse, las bases de la psicofísica del ritmo. Hasta donde yo sé, el libro de Fraisse, escrito en 1976, no ha sido superado; la literatura posterior sobre el ritmo se ha centrado en la explicación de fenómenos antropológicos, evolutivos y biológicos; transita, además, por la hermenéutica del arte y de la cultura; pero una visión tan completa del ritmo psicofísico, que yo sepa, nunca se ha vuelto a escribir. Aunque, evidentemente, de todas esas otras investigaciones se nutrirá, también, este libro, que se posiciona dentro de la cognición corporeizada, esa rama de la psicología que describe cómo la experiencia del cuerpo influye en el conocimiento del mundo, en cómo se construye en nuestro interior su imagen y en cómo nos ubicamos en él.

Nuestro conocimiento del mundo se ha construido durante miles y miles de años y, a pesar de que nuestra mentalidad moderna lo representa preferentemente a través del espacio, todavía queda un importante sustrato temporal que nos ayuda a comprenderlo. El antropólogo alemán Marius Schneider estudió la importancia que para las culturas primitivas tenían los ritmos en el libro *El origen musical de los animales-símbolos en la mitología y en la escultura antiguas*. Sostiene en él que el pensamiento primitivo entendía la realidad en el tiempo y no prestaba demasiada atención a sus configuraciones en el espacio. Así pues, estos individuos definían todo lo que les rodeaba por sus ritmos, entendidos casi siempre como ritmos libres. Si se le pidiera a uno de aquellos hombres primitivos que describiera a un semejante, contrariamente a lo que haría Narciso, hablaría de su voz y del movimiento de su cuerpo o de sus gestos y acciones; y si se le pidiese que lo representara, jamás utilizaría un cuenco de

pintura y un pincel, directamente cogería un instrumento musical para marcar con él su ritmo característico. Era, según Schneider, tan importante en la definición del individuo este hecho que: “[...] cualquier ritmo imitativo, adecuadamente timbrado, constituye un factor de poder extraordinario”.

Estamos aquí dentro de la potestad que tienen ciertos sortilegios para ejercer el dominio de un tercero mediante la posesión de algún objeto íntimo, sea este una prenda de vestir, un mechón de cabello, un muñeco hecho con poca maña por un vudú malintencionado o, como es el caso, mediante la posesión de su ritmo secreto. Prosigue Schneider: “Si la imitación pudiera ser completa, el individuo imitado estaría completamente a merced del imitador”. Da miedo que conozcan tus ritmos, me echo a temblar pensando en los macarras del Neolítico diciéndote mientras te apuntan con el dedo y, alternativamente, se señalan al oído: “Te he echado el oído, me he quedado con tu ritmo”. En cualquier caso, lo relevante de este hecho es que, para el pensamiento primitivo, la definición de cada ser humano, la esencia del individuo, no se encuentra en la forma de su rostro o de su cuerpo, sino en la forma de su movimiento.

Siempre dentro de esa dominación del mundo, prosigue el texto de *El origen musical de los animales-símbolos*: “poseer el ritmo esencial del individuo es captarlo y dominarlo por conocer su ‘nombre’, esto es, la ley íntima de este individuo. De este modo logra el hombre dominar algunas partes de la naturaleza, observando y captando algunos ritmos en ella”. Dos datos de enorme importancia nos ofrece este pasaje: el primero tiene que ver con la observación, parece como si necesitásemos un esfuerzo de penetración especial para captar los ritmos, ya que sólo prestando la adecuada atención a la naturaleza podremos aferrar sus secretos. Y enlazada con esta primera idea está la segunda, en la que se pone de manifiesto la afinidad que existe entre el ritmo de las cosas y sus leyes íntimas. Porque, si bien es cierto que los ritmos no son más que leyes del tiempo, esas leyes aún se resisten a un examen racional. Es como si la única manera de acercarse a su esencia fuese mediante la imitación, a través de la habilidad de reproducir ese patrón que hemos conseguido desentrañar gracias a una sabia percepción.

Para comprender mejor lo dicho anteriormente pondré el ejemplo de un bosque: para conocerlo bien, es mucho más importante contemplar el movimiento de los árboles que la propia forma de estos. Porque nada tiene que ver ese bosque en un día cálido con una leve brisa, que en una noche de viento y frío; para nuestra experiencia serán dos bosques distintos. Intenta imaginar, con el libro todavía en las manos, cómo sería cada uno de esos ambientes. Si ahora te basas en las señales con que responde tu cuerpo ante esta sugestión, te será fácil entender que esas dos experiencias son radicalmente distintas. Pero qué difícil es deducir esto aplicando exclusivamente el

razonamiento. Sólo si somos capaces de capturar y memorizar los distintos matices rítmicos con los que cimbrean los árboles ante una pequeña brisa o ante un viento sostenido, y podemos contraponerlos al caos arrítmico de una ventisca o a la monótona quietud de un día calmo, sólo entonces podremos comprender la esencia de ese bosque.

Los seres humanos, la naturaleza, todo tiene sus ritmos para el pensamiento primitivo; captarlos es atrapar su esencia y conocer su secreto. Quizá esta manera de conocer el mundo y a los otros a través de los ritmos se haya perdido para el pensamiento lógico, pero aún quedan otras formas de pensamiento que lo siguen utilizando. El poeta actúa de una manera similar a como lo hacía el hombre primitivo y busca el significado de los acontecimientos a través de sus ritmos.

Varios textos del mexicano Octavio Paz nos enseñan a rastrear a través de los ritmos la estructura oculta de la realidad. En *El arco y la lira*, este autor le dedica un capítulo completo al ritmo. Inicia el texto reivindicando el lenguaje del analfabeto –que no es otro que el del hombre primitivo o el del bebé–, ese lenguaje natural anterior a la gramática que en su desarrollo rítmico ha construido nuestra manera de pensar y la forma que tenemos de relacionarnos con el mundo. Muy al principio del texto arguye: “Sentimos que las ideas ri(t)man”. Esta frase es clave para entender cómo opera la mente del poeta, porque más que crear un discurso lógico, lo que hace la poesía es crear un discurso armónico a todos los niveles, incluido el de las sílabas y sus acentos, pero sobre todo el de las ideas.

Pasa después este ensayista a describir el ritmo y a mostrarnos cómo “El ritmo provoca una expectación, suscita un anhelo”, incita al *seguimiento*, ya que, situándose en el presente, provoca el deseo del futuro que no es más que una manera de actualizar el pasado. Así que, después de explicar mejor que yo este galimatías, se pregunta por el resto de las formas expresivas del ser humano y dice en un momento dado: “En el fondo de toda cultura se encuentra una actitud fundamental ante la vida que, antes de expresarse en creencias religiosas, estéticas o filosóficas, se manifiesta como ritmo”. No sólo las personas o los fenómenos de la naturaleza pueden conocerse a través del ritmo que destilan; cualquier producto humano, cuyo compendio es, evidentemente, la cultura, puede dominarse si se conocen bien sus ritmos.

Mas con todo esto, y antes de terminar, cabe preguntarse cuál es la materia de la que están hechos los ritmos. Sabemos que la información que nos transmiten no es de tipo discursivo, también sabemos que, aunque establece reglas, estas no son lógicas y muy probablemente no se ofrezcan ni tan siquiera a la consciencia. Dice la psicología evolutiva que al inicio de la vida sólo somos capaces de reconocer voces y rostros, y de las voces tan sólo su ritmo prosódico. Pero, mientras que el análisis del rostro

se mantiene también en la edad adulta, con el ritmo no sucede lo mismo; en cuanto adquirimos el lenguaje, el ritmo pasa a un segundo plano y, con el tiempo, apenas lo utilizamos como instrumento de reconocimiento consciente.

Es probable que la fuerza de la razón o el excesivo peso que tiene la espacialidad en el pensamiento moderno nos impidan sacarle todo su partido al ritmo. Por eso y para revertir esta carencia, hemos de estudiarlo en profundidad y saber qué tipo de información es la que podemos recabar de él. Y pensar que, del mismo modo que la forma es la información espacial que nos permite establecer vínculos consistentes con las realidades espaciales, reconocerlas, comprenderlas y memorizarlas, el ritmo nos permite hacer otro tanto con los acontecimientos temporales. El ritmo es, desde este punto de vista, la manera que tenemos de atrapar el tiempo.

REFERENCIAS DE LOS TEXTOS

REFERENCIAS DE LAS IMÁGENES

- p. 22. *Narciso*, Caravaggio, 1599. Wikimedia Commons.
- p. 34. *Anthony*, Philippe Halsman, 1958. Wikimedia Commons.
- p. 63. *Las tres parcas*, Fidias, frontón del Partenón, siglo V antes de Cristo. Wikimedia Commons.
- p. 63. Crátera de Nióbides, siglo V antes de Cristo. Wikimedia Commons.
- p. 67. *Discóbolo*, Mirón, siglo V antes de Cristo. Wikimedia Commons.
- p. 78. *Afrodita agachada*, Doidalsas de Bitinia, 265 antes de Cristo. Wikimedia Commons.
- p. 78. *Afrodita de Cnido*, Praxíteles, 360 antes de Cristo. Wikimedia Commons.
- p. 88. Templo de Segesta, Auguste Choisy, *Historie de l'architecture* (1899).
- p. 88. Villa Adriana, Auguste Choisy, *Historie de l'architecture* (1899).
- p. 91. *Fallingwater*, Frank Lloyd Wright, Pensilvania, EE.UU., 1939. Wikimedia Commons.
- p. 110. *Piedad florentina*, Miguel Ángel, 1547-1553. Wikimedia Commons.
- p. 113. *Piedad Rondanini*, Miguel Ángel, 1564. Wikimedia Commons.
- p. 123. *Resurrección de Cristo*, El Greco, Colegio de la Encarnación, 1597. Wikimedia Commons.
- p. 130. *Los estudios de la Virgen y el niño*, Rafael, 1507. Wikimedia Commons.
- p. 134. *Virgen de la silla*, Rafael, 1515. Wikimedia Commons.
- p. 144. *Bodegón con membrillo, repollo, melón y pepino*, Juan Sánchez Cotán, 1602. Elaboración del autor.
- p. 144. Espacio vacío del bodegón de Juan Sánchez Cotán, 1602. Elaboración del autor.
- p. 146. Nueva imagen del bodegón, tal como la pintó Sánchez Cotán, 1602. Wikimedia Commons.
- p. 146. Estudiante de arquitectura huyendo de sus profesoras de arte. *Huyendo de la crítica*, Borrell del Caso, 1835. Wikimedia Commons.
- p. 181. *El hombre que camina*, Rodin, 1900. Wikimedia Commons.
- p. 181. *Balzac*, Rodin, 1897. Wikimedia Commons.
- p. 181. *El beso del ángel*, Rodin, 1905. Fotografía del autor.
- p. 187. *Taller de Brâncuși*, Edward Steichen, 1920. <https://www.wikiart.org/es/edward-steichen/brancusis-studio-1920>
- p. 195. *Equilibrio inestable*, Paul Klee, 1922. Wikimedia Commons.
- p. 215. Isadora Duncan, 1899. <https://nypl.getarchive.net/media/duncan-isadora-dob910>
- p. 215. *Movimientos de danza*, Rodin, hacia 1900. <https://historia-arte.com/obras/movimientos-de-danza-c-y-d>

ÍNDICE ONOMÁSTICO

Esta primera edición de
RITMO Y VUELO
de Álvaro Galmés Cerezo
se terminó de imprimir
el día 15 de septiembre de 2025