

## LA NOTACIÓN DE RUDOLF BENESH

Este documento esta sacado de una página web que os recomiendo visitar, a pesar de que el idioma empleado sea el francés, ya que contiene varios videos que ponen los "muñecos" en movimiento y facilitan la comprensión de este sistema de escritura.

<http://notación.free.fr/benesh/index.html>.

Una vez metid@s en la página principal, un clic sobre "aproche théorique".

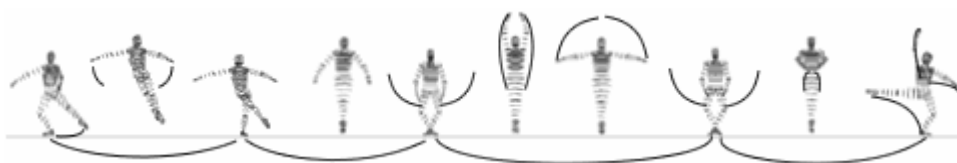
Da lugar a otra página con 2 módulos (el segundo cuenta a su vez con 4 páginas más).

### CAPTAR EL MOVIMIENTO

Desdibujar el esquema corporal en el espacio, al tiempo que reproduce el movimiento en el tiempo.

Rudolf Benesh decide representar el movimiento captando los movimientos claves que caracterizan y articulan la forma de un movimiento, de una forma irrenunciable.

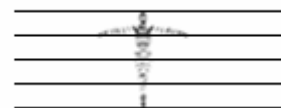
De la infinidad de posiciones intermediarias, no retiene más que lo que el ojo percibe: las líneas de movimiento restituyen el trazo del paso de los miembros en el espacio entre dos instantes-claves.



Las figuras se borran para no dejar que algunos signos y se vuelven simples pictogramas.

Su sucesión sobre el pentagrama de cinco líneas permiten leer el movimiento de izquierda a derecha.

Cinco líneas horizontales equidistantes nos proporcionan una escala de referencia, un principio inspirado por el esquema de las proporciones del cuerpo humano dibujado por Léonard de Vinci.



El esquema del cuerpo queda reducido a su esencia para no poder ser representada más que por signos. Trasformado en simple pictograma, se lee por identificación: el lado izquierdo y derecho corresponden al punto de vista del "lector".



## EL MOVIMIENTO DE LOS MIEMBROS EN EXTENSIÓN.

Los instantes-claves de los movimientos están analizados en función de :

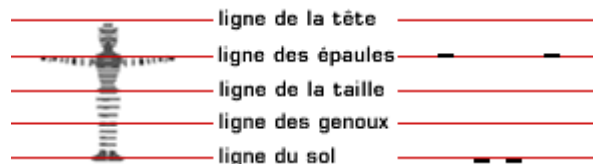
- un parámetro de altura,
  - un parámetro de eje,
  - un parámetro de espacio,
- todos ellos en referencia al cuerpo.

El movimiento de los miembros queda patente gracias a las líneas de movimiento que permiten visualizar el trazo dibujado por las extremidades en el espacio.

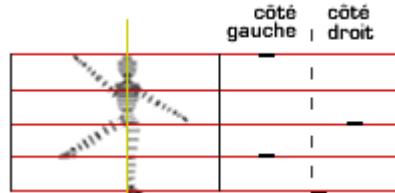
### MOVIMIENTO DE LOS MIEMBROS EN EL ESPACIO

El apoyo en el suelo así como la elevación de las piernas y de los brazos quedan definidos en relación con una escala de altura dada por las cinco líneas el pentagrama.

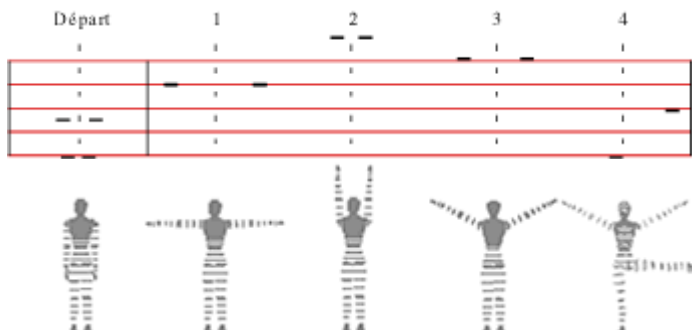
En términos de descripción del movimiento, el parámetro de altura sitúa los dos pies en el suelo y los brazos a la altura de los hombros.



El parámetro Eje se corresponde con la prolongación de la columna vertebral. Divide el cuerpo en un lado izquierdo y un lado derecho. Este eje está provisionalmente transportado sobre el pentagrama como una línea de puntos. Esta disposición ayuda a leer y a escribir por identificación.



El lector se coloca en apoyo sobre la pierna derecha, eleva la izquierda a la altura de la rodilla, el brazo derecho a la altura de la cintura et el brazo izquierdo a la altura de la cabeza.



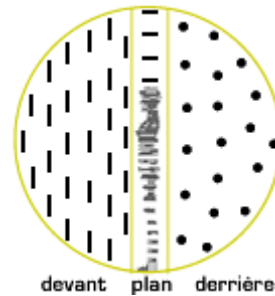
Eleváis los brazos en un plano a la altura de los hombros, a continuación por encima de la cabeza, luego a altura de la cabeza, para terminar levantando la pierna derecha a la altura de la pelvis.

Los movimientos de los miembros se desarrollan dentro de una esfera.

Rudolf Benesh parte este espacio en dos hemisferios:

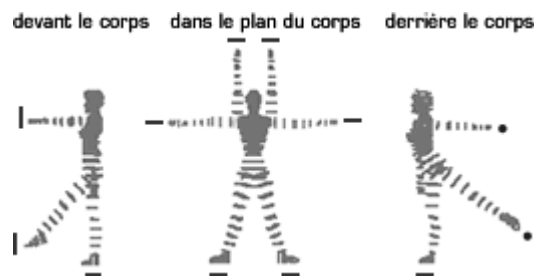
- uno delante del cuerpo
- otro detrás.

La mediana que los separa corresponde al espesor/grosor del cuerpo y se denomina plano del cuerpo.

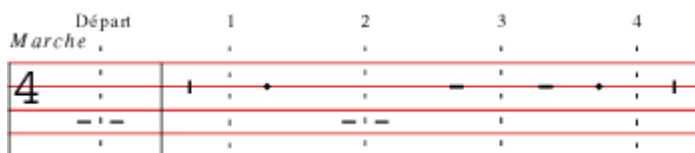
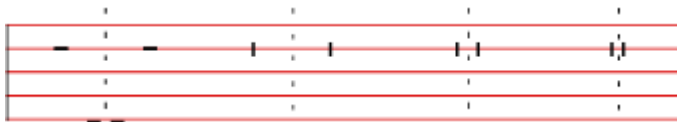


En función de este parámetro de espacio, comentaremos que los miembros se despliegan/desarrollan:

- delante del cuerpo
- en el plano del cuerpo
- detrás del cuerpo.



En el momento en el que los brazos y piernas se mueven delante o detrás del cuerpo, éstos se acercan al plano sagital el cual se confunde, sobre el pentagrama, con la línea mediana.



El ejercicio se ejecutaría sobre un 4/4

El impacto de cada “instante-clave” golpea cada tiempo

En apoyo sobre los dos pies ligeramente separados, brazos colgando a lo largo del cuerpo.

Elevamos los brazos, alejándolos del eje: el brazo izquierdo hacia delante, el derecho atrás, a la altura de los hombros; luego de haberlos vuelto a bajar a su punto de partida, se elevan hacia los lados a la altura de los hombros, concluyendo

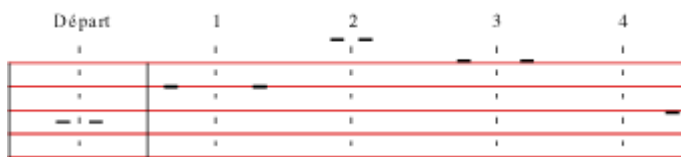
a la inversa del primer “instante-clave” (dcho/atrás-izdo/del.).



Despegamos un poquito la pierna derecha del suelo hacia delante, luego describiendo un semi-círculo se desplaza al lado y continua hasta atrás.

El paso de un instante-clave a otro queda determinado por las líneas de movimiento. Hacen visible el trazo dibujado por las extremidades en el espacio.

En el plano frontal, las líneas de movimiento reproducen fielmente la trayectoria semi-circular de las manos y pies.

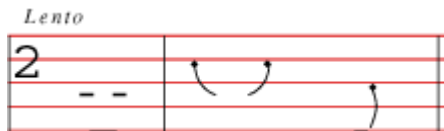


Secuencia de Adagio en 4 tiempos, durante la cual elevamos los dos brazos hacia los lados, a la altura de los hombros, luego por encima de la cabeza, a continuación a la altura de la cabeza al mismo tiempo que se levanta la pierna derecha a la altura de la pelvis: está horizontal. A los impactos de los 4 instantes-clave se corresponden los 4 tiempos del compás.

Por el contrario, en el plano sagital, interviene la noción de perspectiva: las líneas de movimiento están ligeramente abombadas. Es de este modo como describen/dibujan el semi-círculo trazado por las extremidades en la periferia del cuerpo, cuando suceden movimientos delante o detrás del cuerpo.



Pies juntos (los dos signos representando los pies izquierdo derecho están pegados), las manos están lo más bajo posible delante del cuerpo, cerca una de la otra. Se elevan a la altura del pecho y continúan hasta el punto más alto delante del cuerpo; terminamos con una elevación de la pierna derecha delante del iliaco derecho.



Pies juntos, brazos a lo largo del cuerpo : elevamos los brazos abriéndolos hacia atrás hasta la altura de los hombros y elevamos la pierna derecha hacia atrás hasta la altura de la pelvis, a la horizontal.