

## Reflexiones acerca de Mary Whitehouse

Susan Frieder Wallock, Ph.D., DTR

Coordinadora de *Dance/Movement Therapy Master's Program* de la  
Universidad John F. Kennedy

***Mary Whitehouse, una de las pioneras de la danza-terapia, desarrolló un enfoque único llamado Movimiento Auténtico\* que propone un trabajo tanto a nivel psicológico como físico. Aquí se presentan los principios de su enfoque, su modelo humanista orientado al crecimiento y su trabajo orientado al proceso. A continuación se examinan las premisas de su trabajo: que el individuo puede conectarse con el inconsciente a través del movimiento y que este proceso tiene un valor de curación inherente; que el movimiento refleja la personalidad; y que el movimiento a conciencia puede producir cambios psíquicos. También se examinan las tres etapas de su acercamiento: tomar conciencia del cuerpo y del movimiento, confiar en el impulso interior y permitir que el movimiento suceda, y luego hacer una conexión externa. El compromiso que Mary tenía con el movimiento como proceso para la curación y el crecimiento, el sentimiento por su papel en el entorno terapéutico y su humanidad son presentados en este trabajo a través de las experiencias personales de la autora y de una descripción de la sesión de danza-movimiento terapia.***

"Gradualmente me di cuenta de que el movimiento es una de las grandes leyes de la existencia. Es el canal primario de nuestra vida, la energía que todo el tiempo fluye en nosotros como un río, durante el sueño o la vigilia, veinticuatro horas al día. Nuestro movimiento es nuestro *comportamiento*; hay una conexión directa entre lo que somos y cómo nos movemos. Distorsión, tensión y falta de vitalidad en nuestro movimiento es distorsión, tensión y falta de vitalidad en nosotros mismos" (Whitehouse, 1969, p. 63).

Mary Whitehouse, una de las pioneras de la danza-terapia, desarrolló un enfoque único para trabajar con personas llamado *Movimiento auténtico* que combina su experiencia analítica junguiana con el movimiento. Mary estaba interesada en aquello que mueve a las personas. Estaba comprometida con el individuo y su psique, y con los caminos que le permiten conectarse con sus procesos y recursos internos.

Mary describió su desarrollo de bailarina a danza-terapeuta como una lenta metamorfosis, un gradual cambio en el foco de interés. Ella dijo:

"Fue importante el día en que descubrí que no enseñaba Danza, enseñaba a personas... Había algo en la gente que bailaba, un impulso natural, indefinido y, en un principio, hasta fugitivo. Si pudiera encontrar formas de liberarlo, si pudiera llegar a entender qué interfería

---

\* En el original se presenta la disciplina como *Movement-in-Depth*, que fue la primera nominación dada por Mary Whitehouse y que se traduce como "Movimiento en Profundidad". En el artículo se elige traducir con el nombre con el que actualmente se conoce: Movimiento auténtico.

y evitaba su expresión, encontraría el comienzo de lo que significaba mi descubrimiento" (Whitehouse, 1969, p. 62).

Dedicó su vida a liberar el impulso natural y el movimiento auténtico en las personas. Mary se formó en danza con Mary Wigman y Martha Graham. Atribuyó las raíces de la danza-terapia a Mary Wigman. Sentía que el uso que su maestra daba a la improvisación, tan diferente del ballet clásico, era la clave. Mary incluyó la improvisación en su propio trabajo como fuente de imágenes y direcciones, y como motivador para que los participantes encuentren sus propias respuestas espontáneas. También incluyó una técnica basada en Martha Graham. Sugería a las personas que no la incorporen como una habilidad sino que la hagan suya.

A través de su enfoque, Movimiento Auténtico, trabajó en muchos niveles, tanto psicológicos como físicos.

"Esto significa que puedes ser consciente de ti mismo de una manera muy específica, concreta y práctica a través de tu cuerpo, pero también significa que te mueves. Por lo tanto, el movimiento no es solo una cosa física, sino también una cosa psíquica, un movimiento psicofísico en profundidad.

La denominación llegó a mí gradualmente, año tras año. Lo que estaba haciendo se definía en contraposición a la danza o la terapia. Buscaba una manera de ayudar a la gente a volver a sí mismos y a atravesar capa tras capa en lugar de aprender a hacer algo. El interés en el desarrollo del ser humano se presentó en mí paralelamente como un maestro/ líder/ medio debido al interés en varias cosas al mismo tiempo" (Wallock, 1977, p. 69).

El trabajo de Mary con la danza-terapia en los años 1950 y 1960 la ubicó en el inicio de una gran ola por segunda vez en su vida, siendo la primera vez con la danza moderna en 1936. Se dio cuenta de que había una interrelación entre el desarrollo de su propio trabajo y los cambios en la cultura. Mary decía que cada paso de su vida —incluyendo los aspectos personales, sus hijos, el divorcio y el análisis— la llevó hacia su forma de trabajar. Mientras se formaba, en lugar de seguir una profesión establecida, pasó por momentos de angustia y soledad. Al revisar estos momentos en retrospectiva, Mary decía: "Ahora sé que es el único camino a través del cual podría haberlo hecho" (Wallock, 1977, p. 70). Su lucha contra la esclerosis múltiple en sus últimos años también contribuyó a su filosofía y desarrollo.

Como precursora de la investigación del movimiento potencial humano, Mary dio talleres en Esalen en la década de 1960. También tenía un estudio con Jane Manning en Los Ángeles donde trabajó de forma individual y grupal y, a partir de 1966, dirigió talleres para la formación de maestros. Mary se sorprendía constantemente de cómo las ideas, que habían resultado tan revolucionarias en la década de 1950 y principios de 1960, se habían filtrado en todos los niveles de la población. Sentía que se estaba transformando la conciencia de la conexión cuerpo/mente en la cultura. Antes, las personas se adaptaban al condicionamiento social y abandonaban su individualidad. Ahora comenzaban a darse cuenta de que estaban privados de la libertad corporal. Ella percibía que, a medida de que las personas comprendían su inmovilidad corporal y su represión, volvían a sus propias imágenes y a su libertad interior para dejar ir los patrones estáticos. Sentía que mirar hacia adentro era necesario para el

autoconocimiento, y que este tipo de introversión era contraria al modo en que la cultura operaba habitualmente.

"Creo que lo que sucede en este ámbito depende en gran parte de lo que sucede en la cultura. Se está dando un despertar espiritual... Si esto fuera más que una fantasía pasajera, los cambios hacia nosotros mismos y hacia los demás podrían ser enormes, incluso en la forma en que damos o tomamos terapia. Con esto en mente no me oriento a metas específicas sino que voy a donde la vida me lleve" (Whitehouse, 1978a, pág. 4).

Mary vio que había más y más oportunidades para experiencias profundas de autodescubrimiento y se alegraba de ver a la gente explorar con libertad aquello que antes era tierra desconocida. Observaba la creciente conciencia de las personas y trabajaba con ellas para llevarlas cada vez más profundo en los caminos del autoconocimiento y de la individuación. Al igual que Maslow, Mary se interesaba no solo por las profundidades, sino también por las alturas que los individuos eran capaces de alcanzar.

"Creo que hemos separado al artista de la terapia con una tierra deshabitada en el medio. Con el tiempo renunciarás a la terapia y te moverás a través de todo eso con lo que te has preparado para el arte y serás un artista. Durante muchas eras históricas las personas han pintado o esculpido. Esa libertad particular de expresarse artísticamente no es en absoluto lo mismo que la autosuperación, el crecimiento o el acto de hacer aquello que es bueno para mí. Creo que cada vez más personas se permiten expresarse. Entonces tendremos artistas que pueden no ser profesionales, pero que dominarán ese tipo de expresión" (Wallock, 1977, p. 75).

Hay cinco principios de la obra de Mary que se destacan y que serán explorados en este artículo: (1) su modelo humanista y de crecimiento; (2) su aproximación más orientada al proceso que a temas concretos; (3) su creencia de que el individuo puede conectar con su inconsciente a través del movimiento y que este proceso en sí mismo tiene un valor curativo; (4) su convicción de que el movimiento refleja la personalidad; y (5) su confianza en que el movimiento con conciencia puede producir cambios a nivel psíquico. Además, se presentarán las tres etapas de su abordaje. Estos son: (1) tomar conciencia del cuerpo y del movimiento como un primer paso; (2) buscar de la fuente del movimiento, confiar en el impulso interno y permitir que suceda; (3) y finalmente hacer una conexión exterior.

### **Un modelo humanista de crecimiento**

Mary tenía un enfoque humanista y creía en la capacidad innata de las personas para cambiar y crecer. Ella confiaba en el proceso y creía en el poder del individuo. Al mismo tiempo, reconocía la importancia de la relación terapéutica y brindaba empatía, confianza y un entorno seguro para sus pacientes.

Mary realizaba su trabajo principalmente de forma privada con quienes ella llamó "neuróticos normales". Sentía que el ámbito había hincapié en el trabajo institucional y el modelo médico, y que era necesaria una actitud que reconozca la terapia no solo como remediadora y correctiva, sino también como creativa y expresiva. Su concepto era:

"...que la creatividad básica del ser humano consiste en el trabajo hacia su desarrollo pleno, la realización de sus propios potenciales y el permitirse crecer. Primero nos creamos a

nosotros mismos, y es fuera de nosotros que llega la elaboración" (Whitehouse, sin fecha, p. 11).

### **Enfoque orientado al proceso**

El interés de Mary estaba puesto en el "momento a momento" y no en los objetivos. Su propia metamorfosis indicó la posibilidad de que "mi interés primario podría tener que ver con el proceso, no con los resultados, y podría no ser el arte lo que buscaba sino otro tipo de desarrollo humano" (Whitehouse, 1969, p. 62) y que dicho proceso se basaba en la modelo de crecimiento.

Los antecedentes de Mary en la danza y su trabajo personal con la realidad del inconsciente en el análisis junguiano significaba que fuera inevitable para ella el enfoque orientado al proceso. Decía que no podría hacer danza y psicología de forma paralela sin saber cómo influyen la una sobre la otra.

Como Jung, Mary creía que la terapia era un esfuerzo conjunto entre el paciente y terapeuta, y que el primero no podría ir más allá en la terapia de lo que lo ha hecho el segundo. Su papel era estar abierta al proceso de movimiento y confiar en su intuición. Jung (1973) dijo:

"Hay algo notable en la psicoterapia: no se pueden aprender recetas de memoria y luego aplicarlas más o menos convenientemente, pero se puede curar solo desde un punto medular: comprender al paciente como ser humano, dejando a un lado la teoría y escuchando atentamente todo lo que tiene para decir" (p. 456).

La filosofía de Mary era similar a la de Jung pero con su atención puesta en las dinámicas de movimiento y en el proceso. Esto dio dirección al desarrollo de las sesiones.

### **El valor curativo del proceso de movimiento**

Mary tenía un gran respeto por el proceso de movimiento que, según ella, se presta más a la experiencia que el análisis. Creía que el individuo podría conectarse con su inconsciente a través del movimiento y que esta experiencia, en sí misma, tenía valor curativo.

Gay Cheney (1969), profesora de danza y coreógrafa, dijo sobre el Movimiento auténtico:

"Mientras uno descubre lo único y lo común, lo divino y lo animal de sí mismo, llega a reconocer que estos aspectos no son fuerzas opuestas tirando en dos direcciones distintas, sino que las reconoce como dos puntos de un incesante encuentro dentro de un círculo continuo no solo dentro de uno mismo, sino dentro del cosmos de otros ciclos y sistemas. Si uno acepta la situación y trabaja en ella, el resultado puede ser la integración y la armonización de la personalidad" (p. 67).

Mary sentía que para los danza-terapeutas es esencial conectar con su propio proceso de movimiento antes de empezar a trabajar con otros. Ella entendió la tendencia a la formación académica, la importancia de desarrollar un marco teórico y la investigación en la profesión, pero consideraba que lo más importante "para quienes hacen este trabajo es darse cuenta de que son la base de lo que hacen: que su propio proceso así

como su personalidad constituyen la conexión más profunda" (Whitehouse, 1978b, p. 2). Sentía que esta conexión era el núcleo de la danza-terapia.

### **El movimiento refleja la personalidad**

Una premisa básica de la obra de Mary es que el movimiento refleja la personalidad. Ella observó que todo lo vivo se mueve y que ese movimiento es una de las grandes leyes de la vida. Dijo sobre el movimiento:

"El cuerpo es el aspecto físico de la personalidad, y el movimiento es la personalidad hecha visible. Las distorsiones, tensiones y restricciones son las distorsiones, tensiones y restricciones de la personalidad. Son, en todo momento, la condición de la psique. Y el descubrimiento de su existencia objetiva, de su existencia física, es el comienzo del proceso de lo que llamamos "reconocimiento psicósomático", porque somos entidades psicósomáticas... Así que uno está exactamente donde está el movimiento, exactamente tan falto de libertad, exactamente tan conflictivo, exactamente tan asustado. Y la asimilación de este descubrimiento fortalece y libera la conciencia para el crecimiento, que es el sentido básico de la personalidad" (Whitehouse, 1963, p. 2).

El cuerpo y la psique son una totalidad y la condición física es análoga a la psicológica. La comunicación no verbal revela cómo es el individuo aunque sus palabras digan otra cosa. Un principio en la danza-terapia es que el cuerpo no miente y que el movimiento puede ser una representación gráfica, una metáfora, de las dinámicas intrapsíquicas de la personalidad.

"¿Qué estamos mirando cuando vemos a alguien moverse? Estamos viendo un cuerpo físico y una acción física, sí. Pero sobre todo estamos viendo —si tenemos ojos para percibirlo— la persona tal como es en ese momento: la condición corporal, la cantidad y el tipo de movimiento es una declaración de su estado psico-físico; es una totalidad visible que se revela a sí misma en el tiempo, en el espacio y con determinado esfuerzo, condicionada por cómo se está sintiendo, experimentando o expresándose" (Whitehouse, 1969, págs. 20 a 21).

### **Movimiento con conciencia**

La siguiente premisa es que la experiencia consciente del movimiento produce cambios en la psique. Hay una acción recíproca entre la psique y el soma: así como el cuerpo cambia mientras se trabaja con la psique, la psique cambia mientras se trabaja con el cuerpo. Al relatar estos cambios, Mary decía:

"Estamos acostumbrados a la idea de que los cambios psíquicos, en la personalidad, producen cambios físicos. Cuando hablamos del cambio en una persona producida por la terapia, estamos indicando ciertas diferencias físicas indefinibles, aunque no sean conscientemente precisables: una diferencia en el ritmo y el tono del discurso, en la postura o en el grado y el tipo de atención disponible. La actitud de una persona hacia sí misma y hacia el mundo ha cambiado y con ella la gestalt del cuerpo, el contorno y la sustancia. Pero no estamos acostumbrados a la idea de que la experiencia consciente del movimiento del cuerpo produce cambios en la psique" (Whitehouse, 1963, págs. 1 a 2).

Mary decía que cuando una persona es consciente del movimiento espontáneo como un reflejo de sí mismo, está en el camino a la conciencia.

## Conciencia corporal, impulso interno y conexión externa

El objetivo de Mary era trabajar con las personas para que pudieran conectarse con su movimiento auténtico y desarrollar todos los aspectos que hasta entonces eran, según sus palabras, "invisibles". El movimiento auténtico refiere al aquel que es simple e inevitable y que puede ser reconocido como genuino, "una verdad de algún modo ignorada pero para ser vista aquí en algunos momentos" (Whitehouse, 1979, p. 57).

El primer paso de este proceso de tres partes es ganar conciencia del cuerpo y del movimiento en sí. Según Mary, son la percepción consciente y la atención a la experiencia del movimiento las que permiten el despliegue de niveles más profundos del individuo. Esta relación con uno mismo es esencial antes de relacionarse con los otros. Mary escribió sobre la importancia de encontrar la conexión subjetiva con el movimiento.

"La percepción kinestésica puede ser despertada y desarrollada en la práctica de todo tipo de movimiento, pero creo que se vuelve consciente solo cuando se encuentra la conexión interna, es decir, subjetiva, la sensación de cómo eso se siente para el individuo, ya sea el balanceo, el estiramiento, la flexión, el giro, la torsión o lo que sea" (Whitehouse, 1958, p. 9).

El siguiente paso lleva a la experiencia de ser movido en lugar de "Yo me muevo". Decía que el movimiento viene de un impulso interno que va hacia el espacio. Así el movimiento se hace visible en la acción.

"Seguir la sensación interior, permitir que el impulso interior se exprese como acción física es la imaginación activa en movimiento ... Es aquí que las conexiones psicológicas y físicas más dramáticas se vuelven accesibles para la conciencia" (Whitehouse, t 963, pp. 2-3).

Mary comparaba este proceso con el analítico ya que cada uno alcanza niveles más profundos confiando en la posible liberación del proceso de cambio interior.

"Lo sigues a donde te lleve, no importa lo desordenado o lo poco relacionado que parezca. Finalmente se usará todo lo que parezca desordenado o no relacionado para llevarte a un nuevo lugar. Eso es muy parecido a los sueños y la imaginación activa de Jung. Aprendes a prestar atención a un proceso propio que no controlas, que no gestionas" (Wallock, 1977, p. 71).

María invitaba a las personas a sentir la diferencia entre hacer algo y dejar que algo suceda.

"El momento en que 'soy movido' es sorprendente tanto para bailarines como para quienes no tienen la intención de serlo. Es un momento en que el ego abandona el control, deja de elegir, deja de demandar, permitiendo que el *Self* se haga cargo de mover el cuerpo como quiera. Es un momento de entrega no premeditada que no puede ser explicado, repetido, buscado o probado... Eso es humillante y liberador para la personalidad que exige perfección, control y conformismo — todos los males de nuestro adiestramiento social" (Whitehouse, 1979, pág. 57).

Mary contó un ejemplo de la habilitación, la apertura y la escucha del cuerpo de la que ella hablaba. Explicó cómo, durante una de sus sesiones, un grupo había estado trabajando con la fuerza la gravedad. La consigna era que cada persona averiguara cómo sentía esa mañana el movimiento sin presuponer nada. Para su asombro, una paciente comenzó a balancearse de un lado a otro hasta el punto de caer y luego rodó mucho por el suelo. Los giros por el piso la habían sorprendido absolutamente y la

experiencia la había movido. Mary apuntó la descripción de la paciente como "fuerza de gravedad, pero que era la primera vez que realmente la sentía y entendía sus propias leyes. Quiso decir que el Yo, el ego, no tenía el control, no produjo la acción de rolar; sino que había sido movida" (Whitehouse, 1979, p. 57).

El tercer paso consiste en hacer la conexión externa de lo que sucedió a nivel psíquico en el mundo que uno vivió:

"Los momentos de 'darse cuenta', enfocados a través de la imaginación activa, tienen un efecto natural en la vida cotidiana. Revelan una dirección y muestran un desarrollo, actuando como apoyo y estímulo para aquello que debe ser atravesado, crean la energía para el siguiente paso. El uso de la imaginación activa en movimiento es particularmente valiosa. Cualquier camino que yo pueda idear para involucrar a las personas en sus propias fantasías e imágenes, incluso moviendo sus sueños, proporciona materia prima para entenderse a sí mismos" (Whitehouse, 1979, p. 59).

La actitud de apertura interior, la capacidad de escucharse a uno mismo, es posible solo con concentración y paciencia. Al permitir que las reacciones se manifiesten, surgen nuevos modos de comportamiento:

"La conciencia adquirida en estas situaciones se expande hacia un nuevo sentido al conducir el auto, al agacharse con la aspiradora o al estrechar la mano con un amigo. Conozco a una mujer que nunca encontraba la forma de responderle al marido. Cuando descubrió lo que sentía al levantar su cuerpo desde la tierra, sosteniéndose en el centro, con las piernas firmes debajo de ella —en lugar de hundirse, con los hombros y la cabeza hacia adelante para proteger el pecho retraído—, se dio cuenta de que ya no podía evitar expresarse, incluso cuando eso implicara una discusión" (Whitehouse, 1958, p. 12).

Gay Cheney (1969) escribió sobre su trabajo personal con Mary:

"En el ir y venir de los bordes exteriores hacia el centro, descubrí la existencia de una personalidad más completa y continué explorándola. El asunto había sido con la terapia, al descubrir y experimentar mis propios contenidos a través del movimiento. Cuanto más plenamente conocidos se volvían estos contenidos, cuanto más segura estaba en ese saber, más pude cambiar mi foco de mi interior hacia el contacto exterior con los otros. Se desarrolló una mayor preocupación por el descubrimiento y la experiencia de los otros" (p. 66).

### **Experiencias personales con Mary y con la sesión de danza-movimiento terapia**

En 1976, comencé a ver a Mary como asesora para los clientes que tenía en mi práctica privada. Siempre el trabajo se centró en mí, en mi proceso, en mis necesidades, mis cuestiones, transferencia, contratransferencia y divulgación personal, y luego sobre cuestiones específicas del trabajo con el paciente. Desarrollamos una relación tanto de consultoría como social, y uno de mis recuerdos más queridos con Mary es el de un desayuno informal que tuvimos cuando un domingo ella vino inesperadamente a mi casa con su familia. Ella se convirtió en una amiga a quien podía confiar mis pensamientos más íntimos, alguien que siempre entendía las luchas de una danza-terapeuta y que siempre apoyaría mi trabajo y mi desarrollo en danza-terapia debido a nuestra confianza compartida en el proceso de movimiento.

Cuando teníamos sesión, ella solía estar sentada en una silla entre la ventana y la chimenea. Incluso sentada en la silla o en su silla de ruedas, ella tenía mucha estatura,

con ojos azul claro y su pelo corto y canoso. Vestía generalmente uno de los hermosos caftanes con apliques, diseñado y realizado por su hija Feather. Mary siempre tenía algo tejido que a veces regalaba y que, al final de una sesión, ejemplificaba su regreso a un modo de pensar diferente. Luego se relajaba en un estilo más social, diferente a la intensidad del alerta constante, la conciencia, y la sintonía con la fuente del otro.

La sesión con Mary era un trabajo serio, una importante mirada a la propia esencia, como si ella y el moviente fueran uno. Mary decía que estaba trabajando directamente con el inconsciente cuando trabajaba con el cuerpo (Whitehouse, 1977). Después del trabajo, se podría hablar del "allí y luego", pero en la sesión, el enfoque constante era el "aquí y ahora", "el qué y el cómo" del proceso actual. Era como si en la sesión se diera un cambio hacia el modo de la conciencia del hemisferio derecho por parte de Mary y el paciente. Había una voluntad de suspender el juicio, para vincularse con las cosas tal como estaban en el momento presente, para entender las relaciones metafóricas, para ponerlas en relación unas con otras, y para percibir cómo las partes podrían juntarse y formar un todo. De hecho, el enfoque de Mary, el Movimiento Auténtico, alentó el cambio a modos de pensamiento del hemisferio derecho, un cambio de lo verbal y del procesamiento analítico hacia el procesamiento espacial y global. Ella siempre hablaba de confiar en la propia intuición, saltar hacia el "darse cuenta", a menudo basado en patrones incompletos, corazonadas, sentimientos o imágenes que de nuevo serían funciones del modo de conciencia del hemisferio derecho.

La entrega y la concentración con el modo del hemisferio derecho es muy relajante y agradable. A menudo los pacientes hablaban de un dejo de buenas sensaciones durante horas después del trabajo con Mary. Era como si una transición de la dominación verbal y simbólica del hemisferio izquierdo les hiciera darse cuenta por un momento de los diálogos internos y permitiera un nuevo estado de ser.

María escribió sobre este cambio y su influencia en su trabajo.

"La verdad irracional no es una verdad de la mente lógica; pertenece a las capas más profundas. Ofrece la renovación de la energía de la vida que está almacenada en niveles que habitualmente no contactamos. La cantidad de verbalización —cuántas preguntas, cuánta vinculación con la vida personal— es una decisión individual. No puede negarse la cualidad vivificante de lo irracional; lentamente, se construye una actitud positiva hacia eso. La intuición es una buena designación porque es una función irracional; cubre conceptos comprensible que no son posibles de elaborar aquí. Basta decir que lo irracional está por fuera de la lógica, por fuera del pensamiento diferenciado al que el paciente es más propenso, simplemente porque vive en el tipo de cultura que él hace. Dejar ir el dominio de funcionamiento habitual da lugar a otra forma de la misma actitud. Dejar ir no es solo relajante, es abandonar las creencias profundamente mantenidas para dar lugar a las convicciones recién adquiridas" (Whitehouse, 1979, p. 63).

La mayoría de las veces las sesiones privadas individuales comenzaban con unas pocas palabras y se entraba al movimiento. Mary decía que algunos pacientes necesitaban más estructura que otros. Con algunos comenzaba con un ejercicio estructurado, la relajación o percepción guiada, experimentando para descubrir profundamente qué requería el paciente. Con otros, ella daba a elegir maneras de empezar: "acostado, sentado o de pie, moviéndose en el espacio o estando quieto, con música o sin ella, con libertad para improvisar o siguiendo una forma. Mi no elección permitía al



paciente determinar las circunstancias. Cuando el otro elegía yo ya tenía algo hacia donde ir, una pista para el desarrollo, un comienzo" (Whitehouse, 1977, pág. 7).

A menudo se introducía la música después de que sucedían la conexión corporal y el contacto con el impulso interior. Ella solía usar música instrumental. Animaba al paciente a mantener la música como fondo y no para moverse al ritmo, aunque la música podría reforzar una dirección particular o evocar un estado de ánimo. Ella podría decir, "Oh, sé exactamente cuál es la pieza correcta," (una de sus favoritas era el canon de Pachelbel) o decir, "No sabía bien cómo funcionaría", así que era atrapada por la sorpresa del momento tanto como el paciente.

Las agudas habilidades de observación de Mary se fueron perfeccionando, incluso con el debilitamiento causado por la esclerosis múltiple y su incapacidad para moverse con sus pacientes. Conocía tan bien el cuerpo que podía sentir aquello que resultaba cómodo o el impulso bloqueado en el cuerpo del moviente. Ella decía "Encuentras la manera de ver lo que está pasando como si lo estuvieras haciendo" (Whitehouse, 1978b, p. 2). La verbalización después de la experiencia a menudo se relacionaba con el momento en que el movimiento había sido auténtico, y las observaciones de Mary siempre validaban la experiencia del moviente. Mary decía: "Tengo suficiente experiencia para ver cuando una parte de la persona está haciendo una cosa y otra parte la está contradiciendo" (Wallock, 1977, pág. 72).

El rol de Mary fue influido por su fundamentación en el enfoque de Jung que hacía hincapié en no reducir la personalidad a la vida diaria, sino en conectar con una visión transpersonal que va más allá del *self* de la personalidad. Sentía que Jung estaba preocupado con el *Self* y que el "pequeño *self* se convierte en aquel que lucha con el autoconocimiento, desmontando la estructura familiar de la personalidad y volviendo a juntarla con nuevos elementos, con una nueva comprensión; pero el inabarcable es el gran *Self*, el Indescifrable, Dios" (Whitehouse, 1979, p. 54). A finales de la década de 1970, Mary dijo que ya no se sentía totalmente responsable de todo el proceso psicológico del individuo pero que la cuestión era:

"...una obediencia que se centre, que se integre, que confíe y que esté convencida de algo más allá de tu personalidad, tus problemas, de cómo naciste, de lo que estás haciendo en tu vida. Lentamente empiezo a ver eso. Todas las articulaciones para estar listo, dispuesto y capaz de ver el movimiento a la luz de la cuestión espiritual. El movimiento auténtico ahora significa eso" (Wallock, 1977, p. 71).

Un aspecto único de la danza-terapia respecto del análisis es que las personas se involucran físicamente y están en contacto. Un analista una vez le dijo a Mary: "No olvides que cuando tocas a alguien, estás tocando su *Self*. Ella se dio cuenta que no solo se toca el cuerpo físico sino también las muchas capas de la existencia que conforman a la persona. Así, el tocar se vuelve productivo en la transferencia, convocando a las respuestas inconscientes al acecho.

Se veía a sí misma como un espejo y una mediadora para el proceso del movimiento. Su tarea era estar abierta a su intuición y seguir sus corazonadas. Invitaba a la gente a trabajar con los ojos cerrados para que pudieran centrarse en su proceso interno. Ella dijo: "A menudo percibía mis ojos como los ojos que miraban para que la persona pudiera cerrar los suyos" (Wallock, 1977, p. 49). Decía que la mayor contribución que un practicante podía hacer era empezar justo allí donde estaba la otra persona, para

reconocer y aceptar la actitud inicial del paciente sin juzgarlo. Ella decía "Algo de mí les permite estar en contacto consigo mismos" (Wallock, 1977, p. 73).

En 1975 Mary vino a la Décima Conferencia Anual de la ADTA (American Dance Therapy Association) en Asilomar donde dijo que, debido a su enfermedad, por primera vez en varios años se reunía en una misma habitación con más de seis personas al mismo tiempo. Ella habló sobre "Transferencia y danza-terapia" y sobre su reconocimiento y su cambio de imagen anterior como figura de autoridad que no solo los estudiantes proyectaban en ella, sino también que ella misma proyectaba. Muchos de sus ex estudiantes estaban en la audiencia por lo que fue una oportunidad para reevaluar su trabajo y su relación con Mary.

Poco después de la conferencia Mary se trasladó a San Francisco para dejar atrás su enfermedad, como ella decía. Vivía sola en un departamento en el barrio de Noe Valley cerca de su hija y su yerno. Continuó trabajando individualmente con las personas, la mayoría de ellas profesionales de la danza-terapia, y dictó varios *workshops* en la región. También trabajó en su alineación, su equilibrio y su movimiento a través de las técnicas de Alexander, Feldenkrais, y la terapia de polaridad y, de hecho, en sus últimos años incorporó algunos de los ejercicios y fundamentos de estas prácticas al comienzo de las sesiones.

Mary falleció el 29 de abril de 1979. Su regalo y sus contribuciones serán recordadas por mucho tiempo.

"Parece que lo que hago ya no es bailar, aunque hay momentos de pura danza. Se ha convertido en Tao, en un camino, en un devenir. El movimiento, como lo veo ahora, toca a las personas en sus vidas. Expande el sentido de sí mismos y enseña que son humanamente valiosos el uno para el otro... El ser es la esencia; el devenir es el movimiento de la esencia. Después de todo, la Vida es lo que danzas" (Whitehouse, 1969, p. 64).

## Referencias

- Cheney, G. *It's a Gift. Impulse*, 1969, 65-68.
- Jung, C. G. *Letters*, (G. Adler, Ed.) Princeton: Princeton University Press, 1973.
- Wallock, S. *Dance-movement therapy: A survey of philosophy and practice*. Unpublished manuscript, 1977.
- Whitehouse, M. *The tao of the body*. Paper presented to the Analytical Psychology Club of Los Angeles, 1958.
- Whitehouse, M. *Physical movement and personality*. Paper presented at the meeting of the Analytical Psychology Club, Los Angeles, 1963.
- Whitehouse, M. Reflections on the metamorphosis. *Impulse*, 1969-1970, 62-65.
- Whitehouse, M. The transference and dance therapy. *American Journal of Dance Therapy*, 1977, 1, 3-7.
- Whitehouse, M. C. G. Jung and dance therapy: Two major principles. In P. Bernstein (Ed.), *Eight theoretical approaches in dance-movement therapy*. Dubuque: Kendall Hunt, 1979, 51-70.
- Whitehouse, M. Conference Planning Committee Statement. Presented at the Thirteenth Annual Conference of the American Dance Therapy Association, Seattle, October, 1978. (a)
- Whitehouse, M. Transcript of a dance therapy workshop at Lone Mountain

College, San Francisco, 1978. (b)

- Whitehouse, M. Creative expression in physical movement is language without words. Unpublished manuscript, undated.

-----

Traducido por Macarena Baggiani.