

MÓDULO 01: HISTORIA Y RAZÓN DE SER



LA PILATERÍA®

IPCHILE
INSTITUTO PROFESIONAL DE CHILE

HISTORIA Y RAZÓN DE SER

En esta instancia expondremos información valiosa de la única biografía existente sobre Hubertus Joseph Pilates, escrita por Javier Pérez Pont, Level X de Romana's Pilates, única institución dueña del legado original del maestro.

¿Quién fue Hubertus Joseph Pilates?

Hijo de Friedrich Pilates y Helena Hahn, Hubertus nace un día domingo a las 3 de la madrugada, bajo el signo de sagitario, el 9 de diciembre de 1883 en la ciudad todavía llamada Gladbach, Alemania.

El nombre de Hubertus pertenece al patrón de cazadores, matemáticos, ópticos y trabajadores de metal y, durante la Edad Media se solía invocar a San Hubertus para curar la rabia.

Este matrimonio tuvo 9 hijos, de los cuales 3 fallecieron en la infancia. Pasamos a detallar según orden de nacimiento. Anna Maria Gertrud, Anna Helene, Clemens Friedrich, Schlovastika Aloysia, Maria Elisabeth, Johanna Gertrud, Johannes Wilhelm, Peter Anton (estos 3 últimos fallecieron siendo niños).

El mismo Joseph Pilates relata en un artículo en 1963 lo siguiente: “Cuando yo tenía 8 años de edad no jugaba como lo hacían otros niños. Mi diversión estaba en observar gente y estudiarlos, empecé a estudiar a los animales, también los que estaban en el zoo, así como los que viven en tierra salvaje”. De esta forma, descubre rápidamente que los animales tienen un maravilloso sistema para mantenerse en forma.

Estas observaciones son las que lo ayudan a formar su método. Un autodidacta desde temprana edad y así seguirá toda su vida.

Alemania era pionera respecto al tema del nudismo, y casi con toda seguridad, Hubertus Joseph era nudista y parece ser que participaba de alguna de las ideas de este movimiento concerniente al higienismo corporal, el despojo casi total de vestimentas a la hora de la actividad física y de la vuelta a la naturalidad en la relación con el cuerpo.

Él era de la firme convicción de que la piel era un órgano que respiraba y por lo tanto, debía de estar libre de vestimentas sobre todo a la hora de entrenar. Además, recomendaba el ejercicio fuerte despojado de vestimentas para que la piel pudiera respirar e intercambiar libremente con el ambiente el oxígeno. Hubertus Joseph, como los naturistas, consideraba a la piel tanto como un órgano de respiración como de desecho. Esto es evidente cuando lo vemos a él mismo en sus películas en la ducha (la película es muda), nos enseña la importancia de una buena higiene corporal. Le vemos rascándose el cuerpo con un cepillo duro sin mango (el no tener mango, obliga a la persona a moverse, doblarse y retorcerse lo que resulta más saludable), después limpiándose los oídos, los orificios de la nariz, etc. Romana Kryzanowska menciona que en una época en el Estudio, Hubertus solía regalar a todos los clientes nuevos, cuando venían por primera vez a una sesión, uno de estos cepillos, como también que les recomienda ir a la playa y frotarse el cuerpo contra la arena para eliminar las impurezas.



Hubertus Joseph tuvo 3 esposas y 3 hijos. La primera fue Katharina Maria Tuttman (4/10/1982-21/11/1923), con ella tuvo 3 hijos. Wilhelm Tuttman Pilates (Joseph lo reconoce como hijo), Luise Helene (Leni) Pilates, Hans Heinrich Pilates. Su segunda esposa fue Elfriede Latteman-Samm (27/03/1878-16/04/1932) y su tercera esposa fue Anna Clara Zeuner (06/02/1883-15/05/1977).

Joe Pilates viaja a América con más de 42 años de edad, tomando un barco en Hamburgo el 14 de abril de 1926, donde conoce a Clara. Luego de casi dos semanas de viaje desembarcaron en Nueva York el día 27 de abril, durante este tiempo donde se conocieron y muy probablemente se enamoraron, dado que nunca más se separaron. Clara Zeuner, es quien se convertirá en la tercera y última “esposa” de Joe, como también la asistente personal de por vida del maestro.

John Winters, un profesor y ayudante del Estudio a partir de finales de los años cincuenta nos cuenta lo que sabía acerca de Clara, recordaba refiriéndose a cuando los dos se conocieron en 1926 que *“ella no sabía mucho acerca de ejercicios al principio, pero al final se volvió mejor que Joe. Ella estaba más involucrada con el Estudio.”*

Según Romana Kryzanowska, cuando Clara conoció a Joe en el barco, ella le confesó que sufría mucho de salud, posiblemente de reumatismo o artritis, sobre todo en los pies y en las muñecas. Joe le pidió a Clara que le dejase ayudarla. Aunque luego a Clara se le conocerá como una infatigable trabajadora, ella daba la impresión de ser una mujer frágil.

Joe Pilates durante toda su vida estuvo obsesionado con que su método de acondicionamiento corporal tuviera reconocimiento oficial. En los Estados Unidos lo intentará desde su llegada a Nueva York. Esta obsesión por el reconocimiento de su Contrología no era por un simple deseo de notoriedad y fama, que sin duda Joe lo deseaba, si no por el convencimiento de que su método, al trabajar por igual la mente, cuerpo y espíritu, contribuye a mejorar física y moralmente a las personas y por lo tanto, si los políticos practicaran su método, el mundo mejoraría.

Joe decide llamar “Estudio” a su negocio porque define el aspecto artístico del trabajo corporal. El Estudio abre en Nueva York en el año 1927, ubicado en 939 Eighth Avenue. El apartamento donde se encontraba Joe y Clara se les conocía como los Van Dick Studios. El Estudio abrirá con patente de sala mixta para que hombres y mujeres sean bienvenidos en la práctica de la Contrología.

Que importante y que poco se ha hablado de este aspecto tan fundamental del método desarrollado por Joe: la relación entre la postura y la actitud mental del individuo. Joe relacionaba una buena postura, correcta, natural y pragmática de acuerdo con las leyes del mecanismo del cuerpo humano con respecto a una actitud positiva ante uno mismo y por supuesto con respecto al medio social. Estaba convencido de que a través de la práctica de su método de forma individual y también de una forma socialmente generalizada mejoraría al individuo en relación consigo mismo y con relación a los otros y al medio social. Su conclusión es que su método ayudará a crear una nueva sociedad compuesta de seres saludables y positivos.



En la década de 1940, a pesar de los tiempos de guerra, continuarán llegando al Estudio artistas y clientes famosos de todas las áreas de la sociedad (acá hablamos de la expansión de la contrología), dos ejemplos importantes son los actores Laurence Olivier y Vivian Leigh “*Lo que el viento se llevó*”, para que tomemos peso de las personalidades que asistían a su Estudio. Montgomery Clift, Maria Talchiff (esposa de Balanchine), Jerome Robbins (gran coreógrafo de Broadway), aunque Joe Pilates siempre decía que los bailarines habían destruido su método!!

Acá es donde conoce a Romana Kryzanowska.

Hacia finales de 1942, la jovencita Romana que contaba con 19 años, recién había entrado a la “School of American Ballet” que la dirige George Balanchine (convergamos que Joe y George ya se conocen). Romana sufre de un espolón en el talón y visitó tres actores distintos que le indicaron que debía operarse, entonces “Mister B” (así era conocido Balanchine), la cogió de la mano y le dijo que iban a conocer a una persona. Se trataba de su amigo Joe Pilates.

La puerta del Estudio de Joe y Clara tenía una parte de cristal donde se encontraba rotulado en negro el anuncio del Estudio de la siguiente manera: “Contrología- Arte del Control- Estudio Pilates- Joseph Pilates”.

Nos detendremos en la importancia de este momento porque es acá donde vemos que Romana es la única heredera del método del maestro.

Durante los casi dos años siguientes, Romana continuó muy asiduamente yendo al estudio, casi nunca realizaba ejercicios en la colchoneta, sino en los aparatos. Joe solía enseñar la rutina de los ejercicios en la colchoneta a clientes que viajaban mucho, como bailarines con sus interminables giras de espectáculos, para que continuaran entrenando en su método. Romana en cuanto tenía un tiempo libre en su agenda de bailarina, acudía al Estudio a aprender y ayudar a la pareja de maestros. Desde muy temprano aprendió la técnica al lado de Joe y Clara. Acudía a observar como trabajaba Joe con sus clientes, como manejaba los aparatos, en definitiva a entender las leyes de esta técnica. Después de un año de asistencia Joe le pidió a Romana colaborar en el Estudio y esto comenzó con cosas simples como pedirle que preparara tal aparato para tal ejercicio, dejando que Romana asistiera a un cliente en un ejercicio determinado y al cabo de dos años, se encontró impartiendo clases completas. Romana nunca recibió dinero de Joe por su ayuda en el Estudio . “Antes de yo darme cuenta, me llamaba ayudante, lo que significaba que no tenía que pagar nunca más”.

Las dependencias de Joe y Clara en el número 939 de la octava avenida consistían en tres diferentes compartimentos anexos. Por un lado, al subir las tortuosas escaleras, aunque hubiese un ascensor al que todo el mundo solía evitar, se encontraba un pasillo que daba al final a otro pasillo mucho más largo. Nada más subir esas escaleras a mano derecha, que era la parte donde las ventanas daban a la calle, se encontraba el Estudio, el cual era como el gran comedor de una casa. Enfrente de esta puerta, al otro lado del pasillo, se encontraban las otras dos dependencias: el apartamento familiar y otra pequeña habitación llamada “habitación especial”, para clases individuales, con personas que deseaban la intimidad o para casos de personas con condiciones físicas “muy especiales”. Esta última habitación estaba reservada para Joe, y ni siquiera Clara enseñaba en esta dependencia. En esta habitación estaba prohibido el tránsito a cualquier cliente o persona sin el acompañamiento del propio Joe.



Patentes y Publicaciones

Alemania

- 1922 - Corrector de pies
- 1924 - Reformer Universal

Estados Unidos

- 1928- Catapult
- 1930- Silla
- 1930- Cama /Divan
- 1931-Silla Wunda
- 1934- Libro "Your Health"
- 1937- Tensor
- 1945- Libro "Return to life"
- 1948- Cama armazon.

Joe al final de su vida atendía muchos menos clientes de lo que solía hacer en el pasado, pero si se trataba de un caso muy grave lo tomaba el personalmente en la pequeña habitación contigua al Estudio. Jay Grimes recuerda como Joe cada día trabajaba menos y solía decir que *"para que tanto trabajar, ¿para no tener reconocimiento?"*

Entramos en el crucial y triste año de fallecimiento de Joe Pilates. Nos da toda la impresión después de recoger todo el material perteneciente a este último año de que Joe no sentía ni quería que sucediera lo que le esperaba. Por supuesto, como muchos, no esperaba un desenlace de su vida de la forma que se produjo.

Joe Pilates ingresa el 27 de septiembre en el Lenox Hills Hospital, donde antes en el año 1857 se fundo el hospital German Dispensary.

Luego de trece días hospitalizado, Joe fallece el día 9 de octubre, un lunes, a las 3.45 de la madrugada a punto de cumplir los ochenta y cuatro años de edad.



Fin del Estudio original

Después del fallecimiento de Joe, todos intentaron que todo en el Estudio continuara como siempre, pero esto no iba a durar mucho tiempo, dada la edad avanzada de Clara, que además se estaba quedando cada vez más ciega.

Clara Pilates, que fue nombrada por su marido como albacea de su herencia, decide vender una casa de campo. Clara es anotada con el apellido Pilates, por lo que esta sería la prueba definitiva de que ellos sí estuvieron casados.

Sin duda, al contrario de todo lo que se ha creído hasta el momento, Joe dejó las cosas bien atadas. Otra cosa es que el estuviese de acuerdo o no, pero por una parte su método y aparatos quedaban en manos de una fundación, y sus pertenencias personales y empresariales en manos de su esposa Clara. No tendría que haber ninguna duda sobre la "herencia" del propio Joe Pilates ya que el "know how" del método quedaría en manos de esta fundación.

En el Estudio y con el consentimiento de Clara por su puesto, se forma en septiembre del año 1969 un comité interino compuesto por Julie Clayburgh, Dan Fisher, Frank Milton, Dan Reed, Arthur Steel y James Lipton. La sabia intención de Clara era retirarse y asegurar que el negocio continuase para preservar el legado de Joe, el suyo propio y por supuesto, recibir una compensación económica. Este año Clara le entrega a Romana la labor de seguir con el Estudio y hacerse cargo de sus 4 profesores de siempre, Romana misma, Hannah, John Winter y muy esporádicamente la propia Clara.

Cierre del Estudio original

Clara prácticamente se retiró cuando el Estudio se mudó al sexto piso del número 29 Oeste de la calle 56 en el mes de agosto de 1972, cuatro años antes de su muerte. Cuando se mudaron a la calle 56, Romana normalmente mandaba a alguien de confianza a recoger a Clara en su casa para traerla a su nuevo Estudio con el fin de que estuviese ocupada por unas horas con ellos.

Últimos años de Clara (1973-1977)

El 4 de junio de 1973 la empresa 939 Studio Corporation, que hasta ahora era propietaria del Estudio original, cambia su nombre para llamarse Pilates Studio, Inc. En esta misma operación Romana Kryzanowska se convirtió en la mayor accionista del grupo con un 40% de las acciones de la empresa. En esta misma época, otros personajes famosos llegan al Pilates Studio como el gran Anthony Hopkins, Susan Sarandon o la misma Cinthia Harvey que con solo 19 años es nombrada bailarina principal del ABT.

Clara falleció un viernes 13 de mayo de 1977, casi diez años después de fallecer su marido, a la edad de 94 años. Fue incinerada y sus cenizas fueron llevadas a reposar junto con su marido en el Cementerio Ferncliff en una urna exactamente igual a la de Joe Pilates.



Romana Kryzanowska tenía dificultades insalvables con el Estudio en la calle 56 y se ve obligada en 1984 a vender el negocio a un amigo–cliente, Lari Stanton.

De una forma u otra, el apellido Pilates, y también de alguna forma determinada, sus inventos y el know-how, ha prevalecido hasta el día de hoy (cuando todos los demás han pasado al olvido). Universalmente conocido, tal y como era en parte el sueño del mismo Joe Pilates. Si el estaría feliz con esta supuesta universalidad de su apellido, sin duda la respuesta debe ser afirmativa, pero a la pregunta de que si todo sirve a cambio de esa notoriedad, después de conocerle a través de esta biografía, la respuesta sería negativa. Joe no era de los que aceptaban el “todo vale” a cambio de renombre.

Con su método de entrenamiento, Joe entronca directamente con las filosofías del ejercicio renacentista y con el naturalismo de Rabelais al proponer el desarrollo del hombre en la indisoluble conjunción del cuerpo y alma. Rabelais se propuso recoger toda clase de ejercicios conocidos en su época como saltar, correr, nadar, pasar obstáculos, arrojar piedras..., pero Joe da un paso, o incluso, más de uno hacia adelante, ya que en su espíritu autodidacta y genio innato también recoge la tradición naturalista para reformarla con la investigación científica, hasta convertirla en un método de entrenamiento, y no solo un mero conjunto de ejercicios, involucrando la mente de quien lo practica. Así, ejercitando las “cinco partes de la mente” de las que él hablaba (memoria, intuición, deseo, imaginación e inteligencia), el practicante de su método mejora aspectos mentales, físicos y espirituales.

Por un lado, Joe se inspira en la observación y análisis de movimiento natural del ser humano (considerándolo como un animal más en ese sentido) y en su comportamiento social. Esto es importantísimo, dado que Joe no busca o no se contenta con un método “coreográfico” eficiente, sino que todo su método, está basado en la observación del mecanismo del cuerpo, para llegar así a un método universal, eficiente y practicable para casi absolutamente todo ser humano, independiente de su edad, sexo y condición.

Es justo matizar que su condición de autodidacta quizás fue facilitada por una fuerte herencia cultural, por ser naturalmente un ávido observador de la sociedad, y por dos fuentes de inspiración importantes: la tradición alemana en cuanto a la gimnasia (que sin duda él abrazaba), y a la que él enlaza con las corrientes higienistas tan modernas de esa época. Y el ideal de belleza de la Grecia Clásica, muy en boga en la Alemania de principios del siglo XX.

Joe dijo algo muy elocuente en un artículo de 1961: “nosotros aquí no damos tratamientos. Solo un sistema de ejercicios físicos y mentales para que el cuerpo humano funcione para lo que estaba previsto, elegante, flexible y fuerte”.

La Contrología que enseñaba el señor Pilates era una técnica que se enseñaba en su Estudio al que acudía quien se interesase por mejorar corporalmente. El matrimonio Pilates escogía personas para que aprendiesen el oficio y trabajaran en su Estudio para ayudarles a ellos dos. No tenían un programa determinado para profesores, a no ser que fuese la paciencia y la inversión de tiempo por ambas partes, mucho tiempo, hasta estar o no capacitados para enseñar en su Estudio, según dictase el matrimonio, sobre todo Joe.



El Método, una cuestión de aparatos

Para poder comprender a un inventor, uno debería en un momento dado, no solo averiguar todo lo posible acerca de cómo transcurrió su vida y de cómo evolucionó su personalidad a través del tiempo, sino también echarle un vistazo a sus inventos. En el caso de Joseph deberíamos fijarnos en su método y todo lo que compone su Contrología: los conceptos e ideas detrás del método, los aparatos y ejercicios que componen la parte física del método que teóricamente hacen que funcione y de los cuales se espera produzcan los resultados esperados y prometidos por el mismo Joseph.

En la siguiente ecuación: aparatos + ejercicios + ideología/espíritu = Método, todo está conectado con todo, no hay separaciones absolutas, todo es esencial y necesario. Por este motivo cualquier investigación del método incluye a todas esas partes. Para Joseph la personalidad es tan moldeable como lo es el cuerpo, y con la ayuda de la mente y el espíritu correcto uno puede llegar a ser grande y erguirse con entereza “Stand Tall”.

Importancia de los aparatos

Si uno considera los ejercicios de la Contrología como un conjunto, los ejercicios de la “colchoneta” son con diferencia la minoría. La gran masa de ejercicios está fundada y emplazada en aparatos.

Un conocimiento de los aparatos también nos ayudará a la tarea de clarificar por qué los ejercicios son como son - o no deberían ser - y qué objetivo tienen, por separado y como parte del conjunto. Como ejemplo sencillo, el saber que hoy en día hay ejercicios en colchoneta que provienen de los aparatos podría ayudar a su ejecución.

Importancia de los ejercicios

Muy fácil, son esenciales, pues a través de ellos el método afecta al cuerpo. Pilates no es solo ejercicio, es el instrumento que Joseph usa para intentar moldear a la persona y su identidad.



Espíritu

El enfoque que Joe tomaba era algo natural para él y lo hacía de una manera muy intuitiva. Justo antes de empezar un ejercicio se prepara de tal manera que el ejercicio iba a funcionar de una manera particular y ejecuta el ejercicio con una actitud mental específica: es casi como “domar” los ejercicios, define lo que los ejercicios van a conseguir y conduce su efecto.

Alguien que no entienda la importancia de esto no ha pasado mucho tiempo en el mundo del ejercicio/movimiento. El enfoque y la intención pueden solos definir o redefinir como un ejercicio/paso/coreografía es ejecutado, percibido o como afecta al que lo realiza. Tratar de entender como lector la manera en cómo Joe interpretaba su método y lo que siente al momento de realizar un ejercicio y a su vez transmitirlo, nos entrega una mejor comprensión del contexto y lo que quería entregar con ellos.

Joseph fue famoso por no aguantar a los que carecían de espíritu o deciden no luchar como él cuando les faltaban ánimos. Así, decidió colgarlo en el Estudio *“Es el espíritu el que le da forma al cuerpo”*.

De hecho los que sean entrenadores saben muy bien que el peor cliente no es el enfermo, ni el más musculado, ni el débil, o el rígido, o el demasiado flexible, sino el cliente que realmente carece de espíritu, el que verdaderamente no quiere estar ahí o mejorar, el negativo.

Hubertus Joseph Pilates- La Biografía
Javier Pérez Pont- Esperanza Aparicio Romero



LA PILATERÍA®

08. —————