



Ir y Venir del Cuerpo

Construcción, Deconstrucción y Reconstrucción de la Corporificación a través del Trabajo Teatral

Por: Pavlo Almengor

Dentro de todo proceso de enseñanza-aprendizaje, el ser humano sufre transformaciones muy fuertes. Cuando se da una verdadera apropiación de conocimiento por parte de una persona, todo la conceptualización que tiene da cambios en varios niveles, pues la información es reconstruida ante todo nuevo dato (Riso, 2006).

En este sentido, las implicaciones del aprendizaje sobre el cuerpo son sumamente grandes. La corporificación, concepto que Kepner acuña para explicar cómo el "sí mismo" toma una dimensión corporal, nos permite visualizar una dimensión intrínseca a la relación con el mundo y es la base del contacto y por lo tanto, eje principal para la satisfacción de las necesidades y la posibilidad del crecimiento (Kepner, 1999). Partiendo entonces de la visión integral del ser humano, podemos entonces entender que al cambiar las conceptualizaciones cognitivas sobre determinados ámbitos, otros ámbitos se ven ciertamente modificados. En este sentido, el cuerpo como ser, se ve en constante cambio antes la forma en que lo pensemos y mucho más aún, como lo experimentemos, pues parte vital para que haya pensamiento es la vivencia de la realidad.

El trabajo teatral ayuda a repensar el cuerpo en forma constante. Muchísimos de los esfuerzos realizados durante el desempeño y creación de este arte, permiten ver como el cuerpo alcanza nuevas posibilidades. En este sentido, el cuerpo entra en duda y en una incerteza constante: ¿hasta dónde puede llegar?, ¿cuáles son sus límites? y con esto ¿cuáles son mis límites?

Es entonces donde se articula este trabajo de corte descriptivo-exploratorio. Partiendo del objetivo de determinar los cambios que se producen en la corporificación y la imagen corporal a través del trabajo en un grupo de taller de teatro, es que busca tener un primer entendimiento de los procesos del cuerpo que se llevan a cabo en este tipo de tarea. Esta interrogante trata de ser contestada a través de la observación directa y en muchísimos casos participante, del grupo de Taller de Teatro 2009 del Colectivo Teatral Experimental Seis Palabras, asociación investigativa y didáctica de Palíndromos Teatro Independiente.

En este sentido, este trabajo tiene una justificación clara. La sociedad actual sigue manteniendo importantes rasgos morales que mantienen el cuerpo como un territorio prohibido de la totalidad del ser humano. Un campo al que

no se puede acceder sin vergüenza y sobre el cual hay que tener certezas, inhibiéndose cualquier posibilidad de exploración (Gendlin, 1999). El trabajo corporal del teatro, permite, en este sentido, una apropiación del cuerpo, al aumentar la consciencia sobre éste y la escucha al diálogo que lo somático quiere entablar.

Eso que llaman cuerpo...

El primer encuentro: marcar muchísimas pautas. Es la primera vez para muchos, en que se enfrentan a un trabajo físico y aún más, a un trabajo que involucre más allá del ejercicio, el encontrarse con su cuerpo. En realidad este primer encuentro representa un enfrentarse a un misterio muy fuerte que se ve reflejado en muchísimas de sus acciones. El cuerpo es un miembro descoordinado del conjunto, es un integrante desconocido de la persona (Gendlin, 1991).

Los primeros intentos de manejarse en escena son fracasos rotundos porque el cuerpo está completamente inutilizado. Cada vez que los participantes se enfrentan a trabajos corporales, sus acciones y logros anteriores se ven retrocedidos. A esto se aúna el hecho de que ante todo fallo, el cuerpo es castigado y se le impide seguir fluyendo. El cuerpo ante el error se detiene (o es detenido) y esto hace que se acorase más. Una coraza que bien indica está cargada de culpas, pues el cuerpo es vehículo para que la vergüenza se apropie de la persona (Arregui & García, 2006). Exponerse a que el cuerpo falle, exponerse a que el cuerpo esté y que se exprese es peligroso, todo intento de hacerlo genera en el participante retrocesos, dudas y miedos. Cada vez que lo hace el participante se ve más tenso, mucho más acorazado. ¿Qué genera que el cuerpo tenga que escudarse bajo un muro de culpas y vergüenzas?

A la culpa se une una sobreracionalización de toda acción. El cuerpo es vehículo de la razón dentro del imaginario de los integrantes del taller. Toda acción fallida es justificada, toda acción lograda es justificada. El cuerpo no necesita justificaciones para acciones concretas de expresión, el fluir de la corporificación como el contacto con ese afuera y ese adentro, se ve reducida en este lugar (Jiménez, 1979). En estos momentos el cuerpo sólo puede ser pensado, nunca sentido. Se detiene cada acción que salta, no hay nada espontáneo, todo debe ser arduamente trabajado en la mente antes de permitir que las cosas que se den. Se rumea una y otra vez lo que se hace, lo que se

siente, lo que se experimenta...

Era evidente desde el inicio que más que talleristas con cuerpos, teníamos talleristas con tensiones en forma de personas. Por eso situaciones como el ceder a acciones de otros, explorar posibilidades, relajarse (¡relajarse!), dejarse guiar por otros, por las emociones, por la música, por lo espontáneo: genera situaciones muy conflictivas. Es imposible dejarse ser cuerpo y por eso la duda no tiene lugar. El cuerpo tiene que ser una certeza, un dogma, algo inamovible... El cuerpo es aquello que está prohibido y desafiar una prohibición tan grande, es ciertamente complicado (Fietz, 2001). Como decía una integrante, "al parecer es siempre la misma historia...". Sin embargo parece que el teatro llega a ser una metáfora tan fuerte que hace que esta historia pueda ser increíblemente cambiante.

¿Cómo deconstruir un cuerpo?

Es ciertamente un trabajo muy arduo, desafiante y principalmente muy frustrante... Es también un proceso sumamente largo pues en la sociedad actual en que vivimos, las capas de tensión sobre el cuerpo se generan fácilmente, pero se mantienen de manera constante y resistente a ser frenadas.

Primeramente, el mover tensiones es ciertamente complicado, pues las tensiones necesitan redirigirse y he ahí lo difícil. Durante el trabajo de taller, se podía ver como las tensiones pasaban migrando de un lado al otro del cuerpo; costaba muchísimo en un principio convertir esta coraza en acción, pues el arriesgarse fue algo propio de etapas más avanzadas del proceso. La coraza de tensión muchas veces incluso llegaba a situaciones más fuertes y se convertía en una rigidez total que inhabilitaba muchísimo a los participantes. Generaba un círculo vicioso de frustración del cual era difícil escapar: estoy rígido, no puedo hacer ciertas cosas, fallo, el error me genera culpas y más tensiones, y estas, generan más rigidez y más caídas...

Sin embargo las cosas se fueron dando poco a poco, a pesar de (y gracias a) la frustración. Con el trabajo constante sobre el cuerpo se empezó a observar una mayor fluidez y un ritmo más cambiante, lejano al marcial y mecánico ritmo de la tensión. Pronto surgían propuestas más ricas, imaginativas, arriesgadas y espontáneas. A esto se sumaba una mayor fuerza para la acción y hacia ella, un mayor control (consciente y respetuoso) del cuerpo. También la consciencia del cuerpo aumentó y se dio paso a un sentir de esté antiguo desconocido. Ahora éste se convertía en miembro integral del yo y se daba a conocer y a expresar (aún con bastante timidez).

Los obstáculos aún quedaban, sin embargo, cada vez los saltos eran más fáciles de dar entre los hoyos que generaba una sociedad controladora y prohibitiva del cuerpo. Los obstáculos aún quedaban pero ni la frustración podía detener esta nueva fase, donde la duda era la motora de un proceso de autoconocimiento. Era un tiempo donde los dogmas caían y el cuerpo empezaba a emerger.

Un cuerpo es un cuerpo, es un cuerpo...

El taller se extendió por varios meses de arduo trabajo. Los compromisos de muchos (o la falta de compromiso de otros) hicieron que lentamente el taller se fuera quedando con pocos integrantes. Sin embargo, esto no fue obstáculo, sino más bien un facilitador para que se generara un producto teatral del trabajado efectuado. La obra "Sid ac hoc" se generó sobre el trabajo experimental propio de este taller.

En este montaje se corrieron muchos riesgos que dejaron visualizar la riqueza de la corporificación lograda por el trabajo llevado a cabo por los integrantes del taller. De esta manera se dio un contraste muy fuerte entre el trabajo mixto de escenas fluidas y de escenas tensas.

No hay conclusiones totales. No hay respuestas definitivas. El trabajo logrado habló por sí mismo, pues como experimental reflejó el proceso de experimentación (de tener experiencias) que se llevó a cabo. La incerteza, eso fue lo que más se vio. Las personas no están tan acostumbradas a ser tan libres y esto en realidad fue ciertamente el proceso vivido más importante, esa posibilidad de que el cuerpo libre sea libre y no sólo un esclavo de la razón (Jiménez, 1979). Como dirían Kepner y otros autores, el cuerpo pasó a ser parte de ese proceso supremo tan importante, que se llamar vivir (Kepner, 1999; Gendlin, 1991; Fietz, 2001).

Trabajos citados:

Arregui, J. V., & García, J. A. (2006). *Significados Corporales*. Málaga: Contrastes.

Fietz, C. (2001). *Terapia corporal en el tratamiento del abuso infantil y juvenil: Manual de técnicas*. Santiago: Cuatro Vientos.

Gendlin, E. T. (1999). *El focusing en psicoterapia: Manual del método experiencial*. Barcelona: Paidós.

Gendlin, E. T. (1991). *Focusing: Proceso y técnica del enfoque corporal*. Bilbao: Mensajero.

Jiménez, A. (1979). *El lenguaje corporal: Lo que expresan las actitudes, las posturas, los gestos y su interpretación*. Madrid: INCIE.

Kepner, J. L. (1999). *Proceso corporal: Un enfoque Gestalt para el trabajo corporal en psicoterapia*. México, D.F.: El Manual Moderno.

Riso, W. (2006). *Terapia cognitiva: Fundamentos teóricos y conceptualización del caso clínico*. Bogotá: Grupo Editorial Norma.