

# **PSICODRAMATERAPIA**

## **(SIN FRONTERAS)**

**PEDRO TORRES-GODOY**

**COMPILADOR Y EDITOR**

**EDUARDO GONZALEZ-BIANCHI**

**CO-EDITOR**

**Diego Cifuentes – Guillermo Del Curto – César Farah**

**Gustavo Fernández – Domingo Ferrandis - Viviana Gallardo**

**Eduardo Gonzalez - Alfredo Musri**

**Rafael Pérez Silva – Grace Schuchner - Víctor Tapia - Pedro  
Torres**

**Cristian Vasquez**

**EDICIONES EDRAS CHILE**

**FUNDACION TEATROSALUD**

**SANTIAGO DE CHILE**

## LOS AUTORES

**Diego Cifuentes (Chile)** psicólogo clínico, postítulo en psicodrama (CEP), magister en psicología analítica junguiana, Universidad Mayor, miembro Sociedad Chilena de Psicología Analítica

**Guillermo Del Curto (Argentina)** profesor de música Universidad Nacional de Cuyo en Mendoza, diplomado en dramaterapia Universidad de Chile, sonoterapeuta, actor, profesor de tango, docente y jefe de área de la Escuela de Comercio Martín Zapata, Universidad Nacional de Cuyo en Mendoza, docente EDRAS Chile y Departamento de Teatro Universidad de Chile

**César Farah (Chile)** licenciado en humanidades, mención en lengua y literatura hispánica, escritor y dramaturgo, docente Departamento de Teatro Facultad de Artes, Universidad de Chile

**Gustavo Fernandez (Chile)** Psicólogo Clínico, Universidad SEK. Con formación en Dramaterapia y Psicodrama en EDRAS Chile. Entrenamiento en modelo EMDR y manejo de Intervención en Crisis.

### **Domingo Ferrandis (España)**

**Viviana Gallardo (Chile)** actriz y educadora de párvulos. Mg© en Pedagogía Teatral, pionera en improterapia, Dramaterapeuta EDRAS Chile

### **Eduardo González (Chile)**

**Alfredo Musri (Chile)** Pedagogo, fonoaudiólogo, Mg. en Pedagogía Teatral, Doctor © Teatro y Salud, Dramaterapeuta EDRAS Chile

**Rafael Pérez-Silva (Méjico)** trabajador social, director de psicodrama, conductor de teatro playback, psicoterapeuta, investigador y psicodramatista en el proyecto “Jugando con mis emociones” en la Universidad Autónoma Metropolitana Iztapalapa, director Escuela Europea de Psicodrama en México

**Grace Schuchner (Argentina)** Actriz y Dramaterapeuta Certificada por el Colegio Académico Tel – Hai en Galilea, Israel. Licenciada en Psicología posgrado en Terapia Familiar Sistémica. Formada en Mindfulness para psicoterapeutas en la Sociedad Mindfulness y Salud. Docente desde el año 2006 en el Diplomado de Dramaterapia en la Facultad de Arte de la Universidad de Chile. Compiladora del Libro “Dramaterapia: Teoría y práctica”, publicado en el año 2017 por Letra Viva, Buenos Aires.

Maestra en entrenamiento en Mindfulness y Auto – compasión. MSC Teacher Training.

**Victor Tapia (Chile)** Kinesiólogo y Licenciado en Kinesiología, Pontificia U. Católica de Valparaíso. Musicoterapeuta - Postítulo de Especialización en Terapias de Arte, Mención Musicoterapia, U. de Chile.

**Pedro Torres-Godoy (Chile)** médico psiquiatra de la Universidad de Chile, terapeuta sistémico (ICHTF), psicodramatista y dramaterapeuta, director EDRAS Chile, presidente ANADRAS Asociación Nacional de Dramaterapia, creador, fundador y docente del primer diplomado de dramaterapia en sudamerica, Departamento de Teatro de la Facultad de Artes de la Universidad de Chile, socio titular de AEP España y de IAGP Internacional

### **Cristian Vasquez (Chile)**

## **ACERCA DE LOS EDITORES**

### **DR. PEDRO TORRES-GODOY, LA SERENA CHILE (1957)**

Médico cirujano titulado en 1982, por la Universidad de Chile, y como especialista en psiquiatría y salud mental en la Universidad de Chile en 1987, psicoterapeuta sistémico certificado por el Instituto Chileno de Terapia Familiar en 1991; hipnoterapeuta certificado en Nueva York por el profesor Dr. Daniel Araoz de Long Island en 1994; psicodramatista, certificado por la maestra Dra. Carolina Becerril Mainfeller, doctora en psicología, directora de CEPSY, Paris, Francia; dramaterapeuta certificado por la Universidad de Chile; consteladramatista sistémico; sociatra; autor de artículos y libros publicados en chile y extranjero acerca de hipnoterapia, psicodrama, dramaterapia y consteladramas; expositor en congresos nacionales e internacionales de psicodrama en Chile, Sudamerica y Europa; ex miembro de la junta Directiva de la Asociación Española de Psicodrama (AEP); director de EDRAS Chile, entidad reconocida desde el año 2013 como Escuela AEP, en Chile, de la Asociación Española de Psicodrama; presidente de la Fundación TeatroSalud; socio titular de SONEPSYN, Sociedad de Neurología Neurocirugía y Psiquiatria de Chile; socio titular de AEP España y de IAGP, International Association of Groups Psychotherapy; médico psiquiatra tratante del Hospital Clínico del Trauma Mutual de Seguridad en Santiago de Chile; investigador clínico en psicotrauma y disociación y sus vinculaciones con las terapias artísticas de acción corporal; pionero del primer diplomado en dramaterapia realizado en Iberoamérica, en Santiago de Chile.

### **PS. EDUARDO GONZALEZ BIANCHI, VIÑA DEL MAR. CHILE, 1958**

Psicólogo clínico, psicodramatista, psicoterapeuta y supervisor acreditado por el Colegio de Psicólogos de Chile, magíster yespecialista en terapia sistémica del Instituto de Terapia Familiar de Santiago; experto en focusing y terapia experiencial; autor del primer libro en el mundo de Focusing y Psicodrama, que reúne aportaciones de Eugene Gendling y Jacob Levy Moreno, publicado recientemente por Amazon; formador en psicodrama y dramaterapia en diplomaturas de psicodrama y dramaterapia por más de 20 años, en EDRAS Chile y Departamento de Teatro Facultad de Artes Universidad de Chile. Psicólogo organizacional asesor de diversas empresas en temas de relaciones humanas, desarrollo organizacional y manejo y control de estrés; experto en espiritualidad y meditación mindfulness.

## INDICE

Prefacio	Pedro Torres (Chile)
Nuevos aportes en la práctica de la dramaterapia	Grace Schucher (Argentina)
Psicodramaterapia <i>OnLine</i> para un mundo en pandemia	Pedro Torres (Chile)
El abrazo vacío. Neurobiología de la dramatización	Pedro Torres (Chile)
Teatro Playback Terapéutico	Rafael Pérez-Silva (Méjico)
El Juego sutil de la percepción humana	Rafael Pérez-Silva (Méjico)
Gnothi seauton. El principio mítico de la dramaterapia	César Farah (Chile)
Sonodrama y sonoterapia (Argentina)	Guillermo del Curto
Improterapia	Viviana Gallardo (Chile)
Dramaterapia pedagógica	Alfredo Musri (Chile)
Dramaterapia para adultos mayores	Gustavo Fernandez (Chile)
Dramaterapia en Atención Primaria de San Felipe	
	Victor Tapia(Chile)
Silencio. Una Historia de amor – Danza Teatro	Domingo Ferrandis (España)
Historias detrás de la Puerta. Psicodrama clásico	Rafael Pérez Silva (Méjico)
Epílogo	Pedro Torres (Chile)

## **COMUNICACIÓN DE EXPERIENCIAS PERSONALES**

### **NUEVOS APORTES EN LA PRÁCTICA DE DRAMATERAPIA**

**Grace Schuchner**

#### **“Como guante a mi mano”**

Rabbi Aaron de Karlin dijo: “Si el hombre de Israel tiene firme dominio de sí mismo y pisa firmemente sobre la tierra, su cabeza llega hasta el cielo”. (Buber, M. 1979)

Los dos pilares en mi vida han sido el camino artístico y el camino espiritual.

Mi madre, cuando yo tenía quince años, nos llevó a mí y a mi hermano a un curso de Silva Mind Control. A mis dieciocho años hicimos juntas un curso de Meditación trascendental (MT) donde fui iniciada en la meditación con la repetición de un mantra. La búsqueda espiritual continuó con la lectura de libros, diversos talleres, estudio de metafísica, meditaciones guiadas y visualizaciones.

Hoy mi búsqueda de conocimiento, fundamento teórico y sostén espiritual lo obtengo de la práctica de mindfulness y auto-compasión y de la sabiduría milenaria del judaísmo y del budismo.

Paralelamente a mi ingreso al mundo espiritual comencé mi camino artístico.

A los 15 años, la maestra con la cual tomaba clases de expresión corporal, formó un grupo de danza teatro a la que fui invitada a ser parte. Continué con clases de teatro y la decisión de dejar mi “lugar seguro” en Buenos Aires, e ir a estudiar teatro a París con Philippe Gaulier y Monika Pagneaux. Conocer el trabajo del Roy Hart Theatre ubicado en Malérargues en el Sur de Francia despertó en mí el deseo de pertenecer a un grupo de teatro con esas características. Mi deseo se hizo realidad al llegar a Israel y un “mensajero de la vida”, hoy un gran amigo, me hizo el contacto con el director, en su momento, del Centro de Teatro de Acco, David Maayan. Durante los años que viví en Israel, que fueron diecisiete, pertenecí a la compañía del Teatro de Acco, pero más importante que todo, fue donde encontré a mi familia artística y espiritual. Un día, una amiga del Teatro de Acco me visitó en mi casa y me contó que iba a estudiar Dramaterapia en el Colegio Académico Tel - Hai.

Enseguida sentí en mi interior que Dramaterapia era como un anillo al dedo para mí, y era lo que iba a posibilitar LA UNION DE MIS DOS PILARES.

Después de 21 años de no haber vivido en mi tierra natal y cerca de mi familia de origen, a mis 42 años decidí volver a “MI BUENOS AIRES QUERIDO”, título del famoso tango cantado por Carlos Gardel.

Mi Buenos Aires querido,  
cuando yo te vuelva a ver,  
no habrá más penas ni olvido....

Cuando llegué a Buenos Aires ingresé en el posgrado de Terapia Familiar Sistémica. El segundo año lo finalicé con mi hija en mi vientre.

Di a luz a Shira a mis 44 años.

El volver a mis raíces fue con una clara intención:

“SANAR MI FAMILIA DE ORIGEN”, no sé si logré que no haya más penas pero sí PISE FIRMEMENTE LA TIERRA y me permitió TOCAR EL CIELO.

SER MAMÁ.

### ***Dramaterapia, Mindfulness y Auto -compasión***

*“En la oscuridad de un pozo reconozco mi cara.”*

Ozaki Hosai

En primer lugar ante el fuerte auge y cursos de mindfulness y auto – compasión me gustaría brindar sus definiciones para que pueda ser entendido desde sus fuentes.

Jon Kabat Zinn, médico y biólogo, es el que ha introducido el término mindfulness en el año 1990, su definición de mindfulness es:

“La conciencia que emerge al prestar atención intencionadamente, en el momento presente y sin juzgar, al despliegue de la experiencia momento a momento”.

Kristin Neff, investigadora pionera en el campo de la auto-compasión y Christopher Germer, psicólogo clínico especializado en mindfulness, fueron los primeros que comenzaron con la investigación y la enseñanza de la práctica de la Autocompasión.

“La autocompasión puede definirse como el “darnos a nosotros mismos el mismo cuidado, consuelo y serenidad que de forma natural hacemos llegar a quienes queremos, cuando están sufriendo, cuando fracasan o cuando se sienten inadecuados” (Germer y Simón, 2011). (Simón 2015, p.132)

En mi práctica como dramaterapeuta ya sea en mi rol de maestra o de terapeuta incluyo el mindfulness y la auto –compasión.

La práctica de mindfulness y auto - compasión comienza en mi propia persona, cultivar y afinar mi mundo interior es mi intención. Es por eso que en éste capítulo no voy a desarrollar las herramientas de mindfulness y la auto –compasión, pero sí me gustaría dejar en claro que es el lenguaje que utilizo en mis clases e intervenciones.

He desarrollado un modelo de drama terapia donde incluyo la meditación. En el Routledge International Handbook of Dramatherapy (2016) el capítulo lleva por nombre “Meditación y Dramaterapia”.

Voy a compartir dos conceptos que he investigado y me parecen importantes a tener en cuenta en el encuadre de una sesión de dramaterapia.

### RITUAL Y REPETICIÓN

“Los rituales crean un orden”

Hay muchos libros escritos sobre el ritual, el ritual y el teatro, el teatro ritual, el teatro y dramaterapia.

Más allá de que personalmente me atraen los rituales, ya sean que tengan que ver con la tradición y festividades religiosas como con culturas chamánicas o simplemente los rituales familiares y cotidianos, me gustaría dar mi aporte al tema.

En mi investigación me he encontrado con un libro que se llama “Ritual para niños”, escrito por Petra Kunze y Catharina Salamander, y explica la ayuda de los rituales en la educación y el desarrollo de los niños.

Me ha inspirado a hacer una analogía de algunos de los conceptos que las autoras plantean entre la importancia que tienen los rituales en los niños y la importancia de los rituales en los encuentros de dramaterapia.

R I T U A L P A R A N I Ñ O S	<b>RITUAL PARA NIÑOS</b>	<b>DRAMATERAPIA</b>	
Diversidad		<p><i>Es importante gracias a la diversidad que hay en los rituales, crear o escoger uno, el apropiado, ya sea para los encuentros individuales como para los grupales, de acuerdo a las características del grupo.</i></p> <p><i>Una estructura fija posibilita la creación de un espacio previsible para luego poder explorar.</i></p>	
Los niños necesitan estructuras fijas.		<p><i>En todo proceso terapéutico se establece un contrato de los límites las reglas y los objetivos de los encuentros.</i></p>	
Facilita a establecer límites y normas		<p><i>El participante al vivenciar seguridad puede salir con mayor libertad a zonas desconocidas.</i></p>	
Transmiten seguridad		<p><i>El grupo o individuo desarrolla características de pertenencia que les son propias y únicas.</i></p>	
Refuerzan la propia identidad		<p><i>Ayuda a las posibles resistencias y temores que puedan surgir.</i></p>	

	<p>Elimina temores</p> <p>Permite que se establezcan lazos de unión propios e inconfundibles que evolucionarán con el tiempo.</p> <p><i>Para que los rituales sean de ayuda, deben ser flexibles y evolucionar constantemente</i></p>	<p><i>Afirman las relaciones entre los participantes y la relación con el terapeuta. Aumentan la confianza.</i></p> <p>.</p> <p><i>Un ritual es estable pero no inmutable. Es dinámico.</i></p>	
--	---	---	--

Benefician a la armonía familiar.	Contribuyen a la armonía del grupo y enriquecen el trabajo.
-----------------------------------	---

## ASPECTOS POSITIVOS DE LA REPETICIÓN

"La verdadera fuerza de los rituales radica en su repetición."  
(Kenza, P. 2004)

Recuerdo al Prof. Mooli Lahad cuando en una de sus clases mientras era estudiante de drama terapia en el Colegio Académico Tel - Hai nos dijo que es más importante que desarrollemos una actitud de interés hacia nuestros pacientes que querer hacer intervenciones "interesantes" Muchas veces como drama terapeutas nos generamos una exigencia que tenemos que tener ideas y actividades diferentes y novedosas para cada encuentro cuando el generar un encuadre que se repite en su forma presenta características muy positivas.

Voy a ejemplificar alguna de ellas:

- En francés el ensayo de una obra teatral se llama "répétition". Tanto el proceso de ensayos como las funciones de la obra pueden llegar a ser muy creativos y enriquecedores para los actores cuando va acompañada del juego de la creatividad que agregara algo diferente a la repetición. Son repeticiones creativas que consecutivamente siendo parecidas son también diferentes.
- El Dr. Rick Hanson psicólogo americano y destacado por su trabajo en neurociencia afirma que todo lo que uno hace crea conexiones dentro de la red del cerebro, y cuanto más uno repite algo, más fuerte se vuelve esa conexión.
- La estimulación temprana se basa en la repetición de lo que los científicos llaman unidades de información o *bits*. La intención es reforzar las áreas neuronales de interés mediante la repetición sistemática de ejercicios simples y juegos con el bebé.
- Sue Jennings en su libro Healthy Attachment and Neuro-Dramatic-Play cuando hace referencia a la relación entre la madre y el bebé escribe: "La repetición de acciones 'ritualizadas' que pueden incluir juegos de canto e historias con sonidos se convierte en una base segura desde la cual la creatividad y la improvisación puede crecer "(Jennings, S. 2011)
- Es natural ver en los niños el placer que encuentran en la repetición ya sea de un juego, una película o una canción.

- Uno de los beneficios de la repetición en un mantra, palabra u oración es la relajación que produce en el cuerpo como también el remover bloqueos y entrar en un estado más alto de conciencia.
- En la literatura la repetición da ritmo y melodía. Y en la música la repetición es una característica clave de la música que mejora la atención plena, para que el cerebro no sea estimulado por nuevos sonidos y patrones que requieren ser procesados (Rappaport, L 2014)

A continuación voy describir el modelo que he desarrollado, el cual continúo profundizando y desarrollando su contenido y su estructura.

#### **1- INGRESO A LA SALA.**

##### *Realidad cotidiana*

Sue Jennings dice que las sesiones de dramaterapia en su estructura y forma son rituales, donde generalmente comienzan y terminan con la expresión de un ritual.

El primer paso a tener en cuenta es la creación de un ritual, que puede ser muy simple, pero es importante que se repita en los encuentros (ver Schuchner, 2016) ya que “la estructura de ritual actúa como una vasija para la exploración y la toma de riesgos dentro de la sesión en la que los participantes pueden encontrarse con material que es menos familiar o desconocido” (Jennings, 1998)

El ritual que utilizo, los Maestros de meditación Tara Brach y Jack Kornfield lo llaman “La pausa sagrada”, Christopher Germer y Kristin Neff en las prácticas de auto – compasión lo llaman “Aterrizaje suave”. Es una práctica de meditación breve donde guía a los participantes al momento presente. Los invito de manera simple a asentarnos en nuestros cuerpos y en el ritmo de la respiración.

Luego puede haber un coloquio si se trata de un primer encuentro de explicitar las reglas y normas, concertar los objetivos individuales y grupales y si no, es el momento del seguimiento del encuentro anterior que nos va a permitir vislumbrar la dirección a seguir.

La meditación la practico junto con los participantes tanto en mis clases como en los encuentros individuales y grupales.

Lynne McTaggart (2011, p.27) escribe: "Entre las más minúsculas partículas de nuestro ser, entre nuestro cuerpo y nuestro medio ambiente, entre cada uno de nosotros y aquellos con quien tenemos contacto, y entre los miembros de cada grupo de la sociedad existe un *vínculo*, una conexión tan integral y profunda que no es posible ya demarcar con exactitud dónde termina una cosa y empieza la otra."

Es una vivencia muy profunda para mí la sensación que es en éste momento de conexión donde juntos creamos el espacio para el trabajo creativo.

## 2- CRUZANDO EL ESPACIO :

"Un viaje de mil millas comienza con un solo paso"

Lao Tzu

Es el momento de transición del lugar donde estamos sentados y representa nuestra realidad cotidiana al lugar donde cada participante va a escoger en el espacio dependiendo de la actividad a desarrollar. Esa simple acción de dar "un paso", contiene la intención consciente de cruzar la realidad cotidiana al de la realidad de la imaginación dramática.

(Jennings 1998, p. 117).

*El modelo que utilizo es el paradigma "corporización, proyección y rol" creado por Sue Jennings (Schuchner, G & Ferrandis, D. 2017)*

## 3- Corporización

Se abre el telón

Es

en ésta fase donde comienza mi intervención; la metodología de trabajo en la cual me apoyo fundamentalmente es en el método de Eutonía de Gerda Alexander, el trabajo de

Expresión Corporal creado por Patricia Stokoe y algunos principios de movimiento auténtico creado por Mary Starks Whitehouse.

Es cuando el cuerpo comienza a moverse cuando el telón se abre y empiezo a observar la realidad dramática en la cual se encuentra el participante. El mundo de la imaginación se hace visible a los ojos, un movimiento trae otro movimiento y la creación cobra vida.

"Detrás del movimiento visible hay otro movimiento; uno que no puede ser visto, que es muy fuerte y del que depende el movimiento externo. Si este movimiento interno no fuera tan fuerte, el externo no tendría ninguna acción."

**Mme de Salzmann** (1889 –1990)

#### 4. PROYECCIÓN

La etapa de proyección es dinámica en el orden que la uso en los encuentros. A veces puedo utilizarla antes de la corporización o después del rol, todo dependerá de la necesidad del participante o del grupo.

Shaun McNiff, pionero internacional en terapia de artes expresivas, dice: "A medida que comenzamos a movernos de la manera más elemental con las formas del arte, la expresión emana" (Rappaport. L. 2014, p.18)

Es de una gran ayuda y esclarecedor tanto para el participante como para el terapeuta el uso de las herramientas proyectivas.

#### 5. Rol

Así como en la fase de corporización, mi propuesta de trabajo se basa en lo aprendido desde mis comienzos del camino artístico, que fue con el trabajo corporal, y su posterior desarrollo con diferentes técnicas corporales, es en ésta fase, donde mi experiencia de más de treinta años de actuación, de estudios y prácticas contemplativas y el encuentro con grandes maestros de teatro y espirituales ayudan a "mi ojo artístico - terapéutico".

Ésta fase es para mí el corazón de la dramaterapia.

Es cuando las dramatizaciones y el juego del teatro comienzan, como dice Peter Brook:

"el teatro de lo invisible –hecho– visible", el escenario es un lugar donde puede aparecer lo invisible.

Y citando a Sue Jennings: "La dramaterapia consiste en crear esta" ficción " para que las personas se comprendan a sí mismas de nuevas maneras a través de una interacción dramática en un proceso terapéutico. Mediante la creación de la ficción y la entrada de personajes ficticios, no solo nos entendemos mejor, sino que somos capaces de comunicar cosas que de otro modo no podríamos" (Jennings. 1992, p. 12)

## 6- INTEGRACIÓN

Se cierra el telón

*"Hacer que el corazón sienta lo que la mente sabe"*

*Rabbi Elya Lopian*

Invito a los participantes nuevamente a "La pausa sagrada".

Es muy tentador después de todo lo vivenciado querer ir directamente al cierre. También, es de esa manera que en general estamos acostumbrados a vivir, pasamos de una cosa a otra sin permitirnos "hacer una pausa". (Rappaport L, 2014)

"Hacer una pausa" permite que nos podamos conectar de manera reflexiva con la experiencia vivida.

El Dr. Daniel Siegel en su libro Mindfulness y Psicoterapia (2012) dice que "la integración supone la unión de las partes diferenciadas de un sistema" (2012, p.25) y continúa diciendo que "cuando el sistema está integrado, funciona de una manera adaptativa y armoniosa. Cuando no se produce la unión de los elementos diferenciados (integración), el sistema se approxima a la rigidez, al caos o a una combinación de ambas". (2012, p.26)

En la integración llevamos nuestra conciencia a prestar atención intencionadamente, al momento presente y sin juzgar, a la experiencia vivida. (Mindfulness)  
Dándonos a nosotros mismos el cuidado, curiosidad, apertura, aceptación y amabilidad a aquello que haya emergido en la experiencia. (Auto – compasión)

Según Siegel, “la integración es el mecanismo que subyace al bienestar y a la salud mental”.  
(2012, p.23)

El proceso de integración lo realizo mediante preguntas abiertas basadas en mindfulness que invitan a la auto – indagación para poder reflexionar y conectar con la experiencia vivida.

Para exemplificar, alguna de las preguntas pueden ser:

- ¿Si hubo algún desafío?
- ¿Si algo fue esclarecedor?
- ¿Cómo puede ser útil para la vida?
- Una oración corta y concisa que refleje la esencia de lo que emergió.

## 9. CIERRE

### VUELTA A LA REALIDAD COTIDIANA

*“El arte cura transformando las dificultades en expresiones creativas si podemos abrirnos a estos procesos”*

(McNiff, S, 2014, p.17)

Gracias a que JUNTOS (participantes y terapeuta) practicamos “la pausa sagrada” para conectar con nuestra presencia e integrar la experiencia, volvemos a sentarnos al lugar donde comenzamos y que representa nuestra “realidad cotidiana” para poder verbalizar, dialogar, desarrollar un vocabulario de la experiencia y hacer un cierre. Es la finalización formal del ritual y la posibilidad de agradecer el encuentro y lo encontrado

Tu historia está aquí dentro de tu cuerpo

Martha Elliot

Tu historia está aquí dentro de tu cuerpo.  
Tu cuerpo es tu almacén  
De aprendizajes, sentimientos,  
pensamientos y experiencias.  
Solo esperando a ser invitado  
A revelar tus tesoros a ti mismo.  
Ayúdate a tí mismo.  
A medida que dejas que el aprendizaje emerja  
y toma forma, tú puedes

apreciar la sabiduría del cuerpo.  
Cada célula viva con  
espíritu, emoción e inteligencia.  
Listo para ayudarte en cualquier momento,  
siempre contigo y para ti.

Quiero expresar mi agradecimiento al Dr. Pedro Torres que desde el año 2006 me ha abierto las puertas para enseñar en el Departamento de Teatro de la Universidad de Chile y en EDRAS Chile y por ser el pionero de la Dramaterapia en Sud- América.

Es un honor para mí contribuir en este libro.

## REFERENCIAS

- Brook, P. (1996). *The Empty Space*. New York: Touchstone.
- Buber, M. (1979). *Cuentos Jasídicos de los Primeros Maestros*. Buenos Aires: Editorial Paidós.
- Jennings, S. (1992). *Dramatherapy with Families, Groups and Individuals*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Jennings, S. (1998). *Introduction to Dramatherapy*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Jennings, S. (2011). *Healthy Attachments and Neuro – Dramatic- Play*. London : Jessica Kingsley Publishers.
- Jones, P. (2010). *Drama as Therapy Volume 2: Clinical Work and Research into Practice*. London: Routledge.
- Kaplan, A. (1985). *Jewish Meditation: A Practical Guide*. New York: Schoken Books.
- Kenza, P. ( 2004). *Rituales para niños*. Barcelona: Hispano Europea Editorial.
- McNiff, S. (2014). *Mindfulness and the Arts Therapies*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- McTaggart, L. (2011). *El vínculo. La conexión existente entre nosotros*. España: Editorial Sirio.
- Neff,K. (2016). *Sé Amable Contigo Mismo: El Arte de la Compasión Hacia uno Mismo*. Barcelona: Ediciones Paidós Ibérica.
- Rappaport, L. (2014). *Mindfulness and the Arts Therapies: Theory and Practice*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Schuchner, G. (2016). *Routledge International Handbook of Dramatherapy*. London: Routledge
- Siegel, D.J. (2012). *Mindfulness y psicoterapia. Técnicas prácticas de atención plena para psicoterapeutas*. Buenos Aires: Paidós
- Simón, V. (2015). *El corazón de Mindfulness: la conciencia amable*. Barcelona: Sello Editorial



# **El Cuerpo en la psicoterapia de grupo.**

**Entre psicodrama y psicología analítica**

**DIEGO CIFUENTES**

## **Introducción**

Diversos autores (Byington, 2009; Fernández, 2013; Reyes, 2007; Gasseau, 2014) en los últimos años han podido vislumbrar que entre la psicología analítica y el psicodrama hay múltiples puentes que han permitido ampliar la mirada respecto a los fenómenos que surgen tanto en el trabajo de escenas simbólicas a través del psicodrama, así como han otorgado a la psicología analítica un asidero respecto el papel del cuerpo, lo simbólico y las relaciones interpersonales como fundamentales a la hora de estructurar el psiquismo.

Una de las contribuciones más cercanas que encontramos hoy respecto a estos puentes entre ambas corrientes psicoterapéuticas, es el trabajo que conocemos como Psicodrama Arquetípico, psicodrama individuativo, psicodrama junguiano, entre otras denominaciones.

Si bien los trabajos teórico – prácticos que se han desarrollado dentro de esta línea permiten acercarnos a las contribuciones que tanto Jacob Levi Moreno como Carl Gustav Jung abogaban como principal fuente de interés en su trabajo psicoterapéutico, el principal objetivo de la presente monografía es el de realizar un breve acercamiento acerca de cómo ambas teorías contribuyen cada una desde su paradigma y método de trabajo a la consideración del cuerpo dentro de la clínica.

## **¿Qué es el psicodrama?**

El psicodrama como tal, surge en 1924 en Viena, donde se realiza la primera sesión psicodramática presidida por Jacob Levi Moreno, judío de origen Rumano, nacido en 1889 y muerto en 1974 en los Estados Unidos. En aquella instancia, cuenta Moreno (1995) que se encontraba frente a un público de más de mil personas en “Komoedien Haus”, un teatro dramático de Viena, sin guión preparado, ni elenco que lo acompañase, sumidos todos en la cruda atmósfera de la posguerra que había dejado a Viena sin gobernante estable.

*“...y en verdad todo el mundo habitado, también Austria estaba en busca de una nueva alma.”*  
(Moreno, J., 1995, p.21)

Jacob Levi Moreno, creador del psicodrama y precursor de las modernas psicoterapias grupales, instala este modelo de intervención que posee su propio paradigma, teoría y método. Reyes (2005) plantea que este tipo de proceso psicoterapéutico es un proceso integral donde no solo se contempla el aspecto cognitivo, sino además información proveniente de los afectos y del cuerpo,

promoviendo una mayor profundización y emergencia de contenidos inconscientes bloqueados, permitiendo una resignificación y ampliación al momento de percibir la realidad y la experiencia.

En otras palabras, “*En la actualización del "ser", está siempre presente el vínculo, un "otro" que va permitiendo la estructuración y diferenciación de un yo adecuado a normas sociales (roles); pero con características particulares que cada persona crea en cada momento.*” (Reyes, 2004, p. 2)

Bustos (1992) destaca, al referirse a Moreno, que éste concebía al hombre como una “*unidad indivisible de su entorno*” (p. 59) indicando que *Lo primero es el grupo*. De esta forma para la terapia psicodramática es de vital importancia la forma en que los individuos se relacionan entre sí y la capacidad que poseen para relacionarse de manera sana con los demás individuos.

A partir de lo anterior es posible observar cómo desde el psicodrama surge la posibilidad de analizar la complejidad que surge dentro de un grupo de personas y la multiplicidad de factores que se ponen en juego, considerando la capacidad de establecer vínculos sanos como condición estructurante de la salud mental.

Dentro de sus fundamentos teórico- práctico, el psicodrama no deriva de una única escuela sino que rescata elementos de cada una, lo que no implica que Moreno haya hecho alusión directa a aquello, pero es en el ejercicio de la técnica y en el desarrollo de autores posteriores que se deja ver la similitud.

Del psicoanálisis toma el enfoque biográfico que acentúa la relación entre conflicto intra - psíquico e historia vital del sujeto, aunque incorporando una visión efectista de los síntomas (lo teleológico versus lo etiológico comentado en uno de los apartados anteriores). Así, los planteamientos de Moreno se acercan más a corrientes psicoanalíticas con énfasis en el desarrollo humano desde la relevancia de la vinculación temprana como lo hace Winicott (2006).

Modelos Humanistas como la Gestalt se asemejan técnicamente al enfoque psicodramático, la utilización de la silla vacía por ejemplo, es una variante de lo que se hace en psicodrama al trabajar el *rol playing*. La visión humanista apela a la capacidad de autogestión de las personas y la importancia de rescatar recursos internos, idea que es compartida por los planteamientos de Moreno. Del Humanismo Transpersonal se retoma la noción finalista de los acontecimientos de la vida desde una perspectiva evolutiva de la especie Humana. Autores posteriores a Moreno estructuran su trabajo al alero de los planteamientos de Jung, incorporando la dimensión espiritual y trascendente del ser Humano.

Finalmente, de la psicología sistémica, aparece la dimensión contextual como factor determinante del conflicto intra - psíquico del sujeto, y el rol determinante que ejercen individuos sobre sistemas y sistemas sobre individuos a favor de la homeostasis de los mismos.

### **Entre psicodrama y psicología analítica.**

#### **Cuerpo e imagen psíquica.**

Sassenfeld (2010) respecto a las contribuciones que Jung hace al campo del cuerpo dentro de la psicoterapia, menciona que el trabajo con una imagen psíquica fomenta la integración entre la conciencia y lo inconsciente y que además no se puede hacer una separación radical entre cuerpo y psique y que si esto es realizado, “*se hace al servicio de una mejor comprensión*” (Jung, 1988, en Sassenfeld, 2010, p. 132). Si tomamos en cuenta estas consideraciones en la relación conciencia, inconsciente, imagen psíquica, podemos entrever que tanto en el método psicodramático como en la psicología analítica, la separación cuerpo, psique y emoción, solo es arbitraria, en cuanto si se desea comprender lo inconsciente, es adecuado entender la expresión de este también a través de la expresión corporal.

Siguiendo a Sassenfeld (2010), destaca que para la psicología analítica es de suma relevancia ayudar a la conciencia a tomar contacto con lo inconsciente, en este sentido, menciona que en la actualidad son muchos los psicoterapeutas que han encontrado en el cuerpo una *vía regia* para entrar en contacto con el inconsciente personal de los pacientes y de esta manera, trabajar con la elaboración de la sombra. Redfearn (1998, en Sassenfeld, 2010) hace hincapié en que el poder restablecer la conexión entre el yo y una parte o función del cuerpo, implicaría la restitución de la cohesión del self, y además en este sentido, el lenguaje expresivo del cuerpo da cuenta a la vez de una expresión del self.

Ahora bien, considerando lo anterior, resulta interesante comprender que si el self también se expresa a nivel psíquico a través de imágenes, lo que menciona Matoso (2008) adopta suma relevancia al mencionar que estas imágenes, al personificarlas y dramatizarlas, permiten comprenderlas, darles un sentido, y que es así como ello va dando forma, estructura y lenguaje a estas expresiones inconscientes.

Siguiendo a la autora, menciona que esta

Posibilidad de corporizar los personajes que nos habitan permite, por la magia de la representación, desalojarlos de sus escondites en el cuerpo y verlos en escena, solos o interactuando, sufriendo o

riéndose, adquiriendo identidad propia. Este “desalojo” pone de manifiesto las relaciones con el propio cuerpo, las características vinculares de ciertas zonas y los matices y energías que adquieren (p. 78).

Estas formas o imágenes autónomas que surgen de la psique inconsciente y que traen aparejados conflictos de la psique personal o más específicamente de los complejos, y que encontramos “adheridos” al cuerpo, es justamente lo que emerge en la dramatización (Fernández, 2013). Jung (2002) refiere que es la sombra la que aparece proyectada en personas adecuadas, o muchas veces también personificada como tal en los sueños.

Lo que comenta el autor respecto a la proyección en tanto complejos asociados a imágenes sombrías y a la tendencia del inconsciente a personificar, es lo que Matoso (2008) en otras palabras menciona como escenas alojadas en el cuerpo, de ahí que este sea conceptualizado en el cuerpo como territorio escénico.

Estrechamente ligada a esta concepción se encuentra el fundamento que instaura al psicodrama como una psicoterapia de acción, pues a diferencia de otras metodologías de psicoterapia, la dramatización *in situ* de los conflictos trae inevitablemente la dimensión corporal al espacio del tratamiento. Este cuerpo como escena, permite que múltiples vivencias se registren a nivel físico, vivencias que la resistencia psíquica de la mente incluso ha podido reprimir pero que el cuerpo en su lenguaje particular busca expresar. Esto sostiene gran parte de las técnicas de acción del psicodrama, las cuales apelan al encuentro de un camino a través de menos resistencia a la aparición de una carga afectiva, que permita generar una catarsis en pro de la integración de la persona sufriente, lo que en psicología analítica se busca es justamente dar expresión de manera espontánea a la psique, promoviendo la creación de posibilidades mayores, ampliando el campo experiencial del paciente, lo que en otras palabras se traduce en promover un mayor diálogo entre el ego consciente y lo inconsciente.

Ahora bien, si lo central del trabajo con el cuerpo como método de expresión de lo inconsciente trae aparejada el concepto de la personificación, y por lo tanto previo a la personificación, es el concepto de imagen, se hace necesario para poder comprender este concepto entenderlo a partir de lo que Schilder (Farah, 2008; Matoso, 2010) describe como imagen tridimensional de nuestro cuerpo, creada por nuestra mente, “*el modo en que nuestro cuerpo se presenta para nosotros*” (Schilder, 1981, en Farah, 2008, p. 56) y a través del cual se distinguen todos los cambios que se presentan a través del cuerpo antes de que ingresen a la conciencia. Dentro de ello caben todas las percepciones visuales, cambios cenestésicos, kinestésicos, intero y exteroceptivos. En este sentido, esto correspondería a lo que Sassenfeld (2010) menciona como propio de aquello que se pone en juego en la comunicación no-verbal, específicamente de inicio temprano en las primeras etapas del desarrollo infantil, y por ende relacionado con las primeras etapas del vínculo primario con el cuidador. Siguiendo estos planteamientos, lo que está puesto en juego en el desarrollo de la imagen corporal y por ende en las representaciones psíquicas tanto conscientes como inconscientes, son lo que las neurociencias mencionan como los aspectos explícitos e implícitos del self (Schore, 2008). Este esfuerzo por parte de las neurociencias de conocer donde se encuentra lo inconsciente en el cerebro humano, plantea la idea de que el cerebro derecho que se desarrolla tempranamente, estaría encargado de alojar al self implícito. Al respecto, Schore, (2008) menciona que el self

implícito inconsciente se va formando de manera muy temprana a través del ciclo vital y que este opera de manera cualitativamente distinta al self explícito consciente, el cual se forma con posterioridad.

Tomando en consideración estas implicancias del desarrollo del hemisferio cerebral derecho, relacionado con la percepción implícita o inconsciente y por ende de los patrones de relación afectiva y social, es que podemos comprender la importancia del trabajo con las imágenes psíquicas que emergen de lo inconsciente y por ende de lo crucial del papel que ocupa el cuerpo en la psicoterapia. Ahora mayor relevancia toma su lugar si la metodología del psicodrama, trabaja directamente sobre la intervención de este en las escenas personales y grupales.

Por último con respecto a la memoria corporal, Fonseca (1995) refiere que el psicodrama genera la activación de ambos hemisferios cerebrales, reviviendo las huellas Mnémicas, trayendo sus implicancias al presente, dando mayor movimiento al psiquismo y activando procesos mentales a través de la música, las imágenes, la imaginación, el color, la creatividad, el ritmo, entre otras actividades.

### ***¿Para qué trabajar con psicodrama? – El sentido de una psicoterapia expresiva.***

El psicodrama se caracteriza por reunir ciertas características metodológicas que lo diferencian de otras psicoterapias. En este sentido, el psicodrama utiliza como característica principal el hecho de poner el cuerpo en acción, considerando factores como el tiempo, el espacio y la memoria corporal.

Con respecto al espacio, el psicodrama se centra en incorporar el contexto donde se realiza la acción, las cuales pueden ser situaciones de conflicto, sueños, una historia de fantasía, etc. sean estas del pasado, presente o imágenes del futuro en el “aquí y ahora” (Fonseca, 1995). El único tiempo “real” es el presente refiere Bustos (1990) sin embargo, destaca el hecho que el no contemplar el pasado y el futuro implicaría desarraigarse de su propia historia, cercenar y negar su pasado y su futuro es “*no comprender que estamos inmersos dentro de un proceso que excede lo individual*” (p. 70).

Es por esto, que en psicodrama el tiempo (paradójicamente) se presenta como atemporal, ahistórico, donde el espacio del “aquí y ahora” prima, dando especial énfasis al “momento”, una temporalidad que consiste en un flujo constante de pasado, presente y futuro como si la relación espacio-tiempo fuese súbitamente alterada (Fonseca, 1995; Salles, Wolff, Castello, 2012). De esta manera, el drama personal se redimensiona, como refiere Fernández (2013) y al poder expresarlas

Cada individuo reproduce a través de sus conflictos, aquellos dilemas que no son solo de él sino de toda la humanidad y que han sido padecidos en diferentes épocas de la historia. Al compartirlos con el grupo, la sensación de inadecuación desaparece así como también el sentido de soledad en relación con el propio sufrimiento (p. 36).

Desde esta puesta en acción posibilitada por el psicodrama, es que pudiéramos considerar este trabajo colectivo como un *emergir* de la función ritualista de la psique, en tanto posibilita un estado de conciencia que no es el corriente, y que según Byington (2009) corresponde a una función estructurante trascendente propia de la imaginación, y que además es justamente ello lo que permite trascender la literalidad de los símbolos.

Cuando Moreno (1995), menciona que en psicodrama se trabaja en una *realidad suplementaria*, que en otras palabras menciona con posterioridad en el espacio del “*como si*”, está haciendo alusión a esta función que nos menciona Byington (2009), en donde el setting terapéutico se caracteriza por ayudar a fomentar el *emergir* de una conciencia insular mágico-mítica, propia de la activación del arquetipo matriarcal y que va acompañado del aumento de una gran carga emocional, y que además “*Es ese estado de magia el que permite sacralizar la literalidad de los símbolos con el animismo y abrir la mente para la dimensión irracional de la fe aquí coordinada con la razón dentro de la dialéctica de alteridad*” (p. 6). Esta función de realidad suplementaria o en otras palabras el uso de una conciencia en el dinamismo mágico-mítica puede verse ilustrada en el lenguaje que también nos entregan los relatos tradicionales, mitos, fabulas, cuentos de hadas, entre otras expresiones simbólicas.

## Bibliografía

- Bustos, D. (1992) Peligro... Amor a la vista. Buenos Aires: Editorial Lugar.
- Bustos, D. (1985). Nuevos Rumbos en Psicoterapia Psicodramática. Buenos Aires: Editorial Momento.
- Byington, C. (2009) Introducción al Estudio de las Técnicas Expresivas por la Psicología Simbólica Junguiana en Psicopatología Psicodinámica Simbólico- arquetípica 2 Montevideo: Prensa Médica Latinoamericana, p. 103-123.
- Farah, R. (2008) Integração psicofísica: o trabalho corporal e a psicologia de C.G.Jung. São Paulo: C.I.Editora.
- Fernández, N. (2013) Psicodrama Arquetipal. Edit. Escuela venezolana de Psicodrama. Caracas, Venezuela.
- Fonseca, E. (1995) “Psicodrama”, Revista da Sociedade Portuguesa de Psicodrama.
- Gasseau, M. (2014) Seminario de psicodrama Junguiano. Realizado por el Centro de estudios de Psicodrama de Chile CEP y Grupo Eranos de Italia. Universidad San Sebastián. 1 y 2 de agosto.
- Jung, C.G. (2002) Conciencia, inconsciente e individuación, en Jung, C.G., Arquetipos e inconsciente colectivo, Madrid: Trotta, OC Vol. 9. Parte 1.
- Matoso, E. (2008) El Cuerpo, Territorio Escénico. Buenos Aires: Editorial Letra Viva.
- Moreno, J.L. (1995). El Psicodrama, Terapia de acción y principios de su práctica. Editorial Lumen. Buenos Aires: Argentina.
- Reyes, G. (2004) Psicodrama, Psicoterapia y Creatividad. Artículo Revista Actualidad Psicológica.
- Reyes, G. (2005). Psicodrama: Paradigma, Teoría y Método. Santiago de Chile: Editorial Cuatro Vientos.
- Reyes, G. (2007) La práctica del psicodrama. Cap. Bases y principios de la psicoterapia de Grupo. Editorial Ril. Santiago de Chile.

- Salles C., Wolff J., Castello W. (2012) Introducción al pensamiento de J. L. Moreno. Material de estudio postítulo, Centro de estudios de psicodrama de chile.
- Sassenfeld, A. (2010) El Lenguaje del Cuerpo como “Técnica Expresiva” en la Psicología Analítica. En M. Abalos (Ed.), *Aportes en psicología clínica analítica junguiana* (pp. 129-143). Volumen III. Santiago de Chile: Universidad Adolfo Ibáñez.
- Schore, A. (2008) “The right brain implicit self lies at the core of psychoanalysis”, artículo a ser publicado en *Psychoanalytic Dialogues*. Traducción por A. Sassenfeld artículo a ser publicado en *Psychoanalytic Dialogues*. Traducción por A. Sassenfeld.
- Winnicott, D. (2006). La Naturaleza Humana. Buenos Aires: Editorial Paidós.



## **Teatro Playback Psicoterapéutico**

Rafael Pérez Silva

### **Síntesis**

El teatro playback por sí mismo, es uno de los métodos de acción más notables de los últimos tiempos, pues su difusión a llegado a los confines del planeta. Su práctica, representa la posibilidad de que grupos de asistentes se sientan tocados emocionalmente, gracias al dispositivo metodológico, dentro del cual destaca el concepto de espontaneidad y, el tratamiento metodológico basado en la tradición teatral, psicodrama, teatro del oprimido, etc., que se le da a la diversidad de historias personales narradas por las personas que participan en esta experiencia.

Sobre el escenario ocurren las historias de los narradores, contadores de su propia historia, en la audiencia ocurren momentos de identificación emocional, cuerpos de personas que delatan su cercanía emocional con algún movimiento del cuerpo, risas nerviosas, afirmación con la cabeza, sujetar a su acompañante con un apretón de mano, entre otros. Los autores de este dispositivo suelen decir que el *teatro playback* provoca en el público sensaciones de solidaridad, acompañamiento, diversión y sobre todo, una fuerte reflexión existencial, y no es el objetivo último desatar una experiencia psicoterapéutica, pero sin embargo, lo hace, por ello, es importante contar con una formación que haga posible manejar situaciones cargadas de atmósfera emocional, para salir bien librados de la experiencia.

Algunos conductores de teatro playback han usado el dispositivo para enfatizar su intervención en aspectos de la cultura y cotidianeidad de la sociedad; en la formación y educación, en la mediación y conflictos, como espectáculo cultural, etc., el que nos interesa en el presente documento se refiere al tratamiento que desarrolla el dispositivo en la cuestión de la psicoterapia, en donde por obvias razones el dispositivo debe apegarse a una serie de rituales que permitan a los asistentes sentirse en una experiencia contenida y segura, rodeados de personas que de igual forma acompañan y brindan bienestar en la experiencia, empezando por la misma compañía de teatro playback y el público asistente.

### **Palabras Clave**

Teatro playback, psicoterapia, psicodrama, sociatría, sociometría, metodología, dispositivo, compañía de teatro, drama, atmósfera dramática, ritual, narradores, música.

### **Los principios**

El teatro playback por sus propios meritos pertenece a ese conjunto de obras inspiradas por la esfera de creadores del teatro de improvisación y del performance, que movidos por sus ideales, emprendieron una marcha que los llevó a experimentar el teatro desde diferentes perspectivas. Un

ejemplo de ello, es el notable trabajo de Jonathan Fox que lo condujo al encuentro con una herencia teatral colmada de sincretismo, cultura, espíritu y realidad, una herencia que lo comprometió con el cambio y la transformación personal y colectiva, empleando para ello, el drama vivo de la humanidad. Su trabajo vio la “*luz en Noviembre de 1975 en E.E.U.U*” (Salas: 2005: 27), y desde entonces se encuentra difundiéndolo por todo el mundo, entretejiendo cotidianeidad e intersubjetividad en las historias que dan pie a la manifestación del sentido de dignidad y esperanza entre los seres humanos.

Así como Fox, pioneros en el mundo del arte teatral comprendieron la tarea en el proceso evolutivo que este tuvo, tiene y tendrá como expresión y presencia de un teatro que moviliza a este, en cada uno de los niveles de conciencia por dónde transita la humanidad. “*Desde este acercamiento culturalmente complejo dialogan propuestas artísticas de épocas y géneros distintos, como obras y fenómenos culturales de los siglos XVIII y XIX, pasando por referencias centrales en el teatro del siglo pasado como el de Gordon Craig, Eisenstein, Reinhardt, Piscator, Grotowski, el living Theatre, el Performance Group*”. (Fisher-Lichte 2011: 10). Así mismo, como el de Stanislavsky “*Manual del Actor*”; Moreno, “*Teatro de la Espontaneidad y Teatro Terapéutico*”; Pirandelo, “*Seis Personajes en Busca de un Autor*”; Artaud, “*El Teatro y su Doble*”; Boal, “*Teatro del Oprimido*”, entre otros. (Pérez: 2012: 32)

Es ilustrativo reconocer que todo movimiento artístico, en este caso el teatral, ha ofrecido cambios sustanciales de acuerdo al ritmo y exigencias de cada época, y los creadores de este arte, han hecho mucho para que sucedan. Moreno (1974), dice que el cambio es algo que se encuentra en los genes, y por supuesto que esa génesis del cambio irrumpre desde los confines del alma, desde el “hambre de acción”, que es deseo de hacer, actuar, representar, ser visto en la inminente acción de vivir, al vivir-se como un ser humano que se transforma en el actor de su existencia. Pero, la humanidad ha tenido que pagar un precio muy alto, al buscar una adaptación a las condiciones del medio ambiente social y superarlo. Ha actuado en consecuencia con esa naturaleza, al transformar y transformarse en su devenir cotidiano y que, sin embargo, cuando esta es reprimida, limita el ritmo sano de la psique, incorporando una dialéctica de enmascaramiento que se apodera del ser y lo suple con estructuras rígidas expresadas en el comportamiento.

Detrás de la experiencia de teatro playback se presenta una tradición desarrollada por personajes de mente creadora, personas que tejieron un proyecto teatral basado en la denominada *improvisación y performance*; frente a esos ambientes, determinados por fuerza o inercias sociales, políticas y económicas, (en épocas surrealistas y bizarras, como la actual) para ser confrontadas con estructuras rígidas, y su secuela de animadversiones, en un mundo que perpetua la dinámica de la enajenación y el control, por sobre la creación de formas de vida en libertad, y así experimentarse fuera de lo convencional.

Aquí el teatro bosqueja una acción que se filtra en las conciencias; innova y crea, alerta y previene de los sin sabores de la vida, cuando se proponen formas alternativas de expresión, apegadas a la sensibilidad y subjetividad mundana, dotando de herramientas para enfrentar la cotidianeidad a un público que las requiere, y así mirar de formas diversas las caras de la vida, y adaptarse a ellas de manera natural, sana y creativa.

Todo ocurre en el intercambio entre el organismo, sobre todo, en el proceso neurofisiológico de cada persona, con el mundo externo o realidad, donde se encuentran los otros y el universo. La

experiencia de aprehendizaje se suscita en ese sencillo y complejo rose del adentro y afuera, las neuronas realizan su encomienda natural; encargadas de modificar o mantener los secretos más íntimos del sujeto, así es como tal proceso contribuye o bloquea el logro de este y por ende, el cambio o modificación del comportamiento humano. La vivencia, enmarcada en el teatro vivo, a todas luces promueve la dinámica de cara a la emancipación de los hábitos que cercenan la creación, estimulando los sentidos hacia la confrontación con la cotidaneidad.

Por ejemplo, los que hacen teatro y los que acuden a este, según sea el caso, podrían dejar de lado el texto escrito del dramaturgo, y proponer escenarios al centro de las salas, confrontar a la audiencia con la voz, la palabra o solo él cuerpo, y así, abogar por la creación teatral, más allá del teatro escrito, abogar por la construcción de espacios dónde esa confrontación, reunión o encuentro; entre la compañía y el público obligará, mediatizará, confundirá, implicará, violentará, entre otros, el estar de esos sujetos en el mundo, siendo esta experiencia, un encuentro puro, al estilo definido por el filósofo Buber (1998) del “Yo y Tú”, con la finalidad de activar experiencias emotivas que despiertan la sensibilidad y la conciencia, y así estar preparados para potenciar los recursos personales y grupales.

La percepción a la que nos referimos, deviene de procesos neuronales, en específico de las neuronas espejo, Moreno (1972) se percató de su existencia, a través de la observación y el transcurrir de la interacción humana, tal proceso lo define como tele (percepción a distancia). Es el efecto que se crea entre una y otra persona, al ser estimuladas, en condiciones adecuadas, precipitando un proceso de aprehendizaje y re-aprehendizaje; desarrollando de esta manera la comprensión y aceptación de las diferencias y cercanías del estar en el mundo. Moreno dedicó parte de la obra de su vida al análisis de los aconteceres del grupo humano, conceptualizando e interviniendo en la dinámica individual y colectiva sustraída de esas acciones y reflexiones. Puso el acento en sus escritos, explico lo que, según él, ocurría en las múltiples transacciones en la relación humana con el uso de la sociometría. Emisión y recepción de mensajes, nos recuerda el modelo de comunicación; sin embargo, para Moreno tal experiencia es llevada a realizar un ejercicio donde se ponen a prueba las capacidades de las neuronas y las acciones del individuo, la finalidad es modificar para bien los patrones de comportamiento.

En el teatro playback se desarrolla una acción dramática colmada de procesos relacionales denominados *acontecimientos*, y que son los responsables de aportar a la experiencia humana nutrientes que son diseminados en el escenario, activando una dialéctica de emisión y recepción de mensajes, símbolos, expresiones, entre compañía de teatro y audiencia, entre los miembros de la compañía, etc., estas pueden ser percibidas sociométricamente en relaciones de aceptación, rechazo o neutralidad, se podría decir desde la voz moreniana que estas son vividas como verdades particulares, es por decirlo así, una ética posesionada de forma relacional en los integrantes de cualquiera de estos grupos.

Al proponer hacer un teatro contrario al teatro clásico o de aquellas formas que se derivan de este, representa comprender aquellos procesos humanos involucrados en él, en tal acción aparecen secuencias de eventos y/o acontecimientos que desdoblán la producción de interacciones, y por supuesto, están presentes en la narrativa de historias personales. Fisher-Lichte, piensa que los acontecimientos se crean a partir de poner la obra en acción, produciéndose diversas reacciones en el auditorio. *“En lugar de crear obras, los artistas producen más acontecimientos en los que no están”*

*involucrados solo ellos mismos, sino los receptores, los observadores, los oyentes y los espectadores. La función esencial de dichos procesos ya no la desempeña una obra artística de existencia independiente, al margen de sus productores y receptores, una obra que surja como objeto a partir del sujeto artístico, y que se confía a la percepción y a la interpretación del sujeto receptor. En su lugar nos las vemos con un acontecimiento al que pone en marcha y da fin a la acción de varios sujetos: la del artista y la del oyente o receptor". (Fisher-Lichte: 2011: 25)*

Habíamos dicho que la secuencia de eventos y acontecimientos es activada por la compañía de teatro playback, para así montar la acción referida a la historia narrada. Al pensar lo que sucede en el teatro playback, se podría comprender mejor desde la forma metodológica que se suscita a través de la acción psicodramática, en esta aparece un término muy familiar que define el estado que determina la secuencia de eventos y acontecimientos, en una ficción o juego, que deja sentir las emociones por medio de un registro neuronal equiparable con la realidad. El "como si", es un concepto que explica el efecto de situaciones extraídas de la cotidianidad en los participantes, quizá esto también explique lo que le sucede al grupo en la producción de respuestas derivadas de la activación de la experiencia en teatro playback.

Rizzolatti y su equipo de trabajo (2003), investigaron a fondo lo que ocurre en el cerebro y en particular las neuronas espejo, retoman del libro "*So quel che fai*" [Sé lo que estás haciendo] alguna de las ideas de Damasio para explicar el fenómeno del "como si": [...] "El mecanismo que se activa para producir este tipo de sentimientos es una verdad que he llamado el cuerpo de circuito "como si". Esto implica, a nivel del cerebro, una estimulación interna que consiste en la rápida modificación de los mapas del estado actual del cuerpo. Esto se produce cuando ciertas regiones del cerebro, por ejemplo, la corteza pre-frontal / pre-motora, envían señales somato sensoriales en ciertas regiones del cerebro. La existencia y ubicación de estas neuronas con esta potencialidad se ha identificado recientemente. Esas neuronas pueden representar, en el cerebro de una persona, los movimientos que el mismo cerebro ve en otra persona, y envía señales a la estructura sensorio motora para que los movimientos correspondientes en tal simulación se "vean a simple vista", y al hacerlo sean ejecutadas en la realidad." (Damasio: opus. cit. Rizzolatti: 2006: 179)

Las historias son puestas en escena, la compañía de teatro playback da un tratamiento a estas, y muestra la acción en una perspectiva tal que, hace posible una confrontación entre el mundo interno y la realidad de los participantes y la compañía de teatro playback. La acción ocurrida en el escenario o los acontecimientos supeditados a propósito del evento, nos coloca, dice Boria (2001), en un descentramiento perceptivo, un monólogo interno y la retrospectiva que ofrece la metáfora del espejo, estas influyen en el comportamiento de estos, logrando una sociometría específica en cada narrador y su escena en el auditorio, incorporando a estos a una dinámica de intersubjetividades e invitándolos al encuentro de Buber (1998): "En el espacio público, se pone el énfasis en ser visto y oído, la vista y en la escucha y el respeto por los demás. En el espacio privado es fundamental proteger a cada uno de los participantes de clasificaciones, juicios y comparaciones. El espacio privado significa: no ser visto. Todo el mundo en el espacio público se puede identificar y puede ser reconocido por los demás.

*En la psicoterapia puedes ser vista desde esta perspectiva, a través de un intercambio entre dos o más, orientado a las personas a un encuentro entre ellas. Esta dimensión es más evidente en*

*psicodrama, en sociodrama y en la terapia en grupo. Por consiguiente, el grupo de psicodrama es un espacio público: el foco no está en la reunión en un resultado específico". (Dotti: 2011: 30 y 31)*

## **Teatro playback**

La compañía está formada por un *conductor*, animador de la atmósfera de contención, enlace con el público, visionario que teje una urdimbre fina al emplear una mirada al consciente y co-consciente grupal, inspiración metodológica que sirve de herramienta para establecer la relación entre su compañía y el público. Logra que la experiencia sea mirada en la esfera de la realidad y la intersubjetividad, así mismo, señala la técnica fundamental para presentar esa historia, mientras que por su lado, el *músico*, cuya presencia da inspiración y creación al duende de la magia, afina los sentidos de los participantes, para sobretodo, complementar la sensación de mirar y escuchar la acción.

Ambos colaboran con el equipo de *actores*, entrenados en la actuación improvisada, técnicas de actuación en teatro playback y sobre todo, en la ejecución de la percepción télica (función de las neuronas espejo). Su tarea es sentir la historia, las emociones y pautas sociales que se encuentran en ella, traducirlo del lenguaje verbal para expresarlo en el escenario, y así dar vida, *otra vez*, a esas vivencias, las que lleva la audiencia como recuerdos de otros días. Son historias tratadas bajo el dispositivo del teatro playback, cuyo objetivo es alcanzar la reproducción de la historia, y así romper con las formas convencionales de comunicar él estar en el mundo.

El espacio de actores, conductor y músico, y el espacio del público han quedado demarcados, sin embargo, la experiencia de *encuentro* denota el conjunto de sensaciones que unos y otros experimentan, en esa reunión cuyo objetivo es la expresión de teatralidades venidas por una parte del oficio y ejercitación de la teatralidad, y por el otro, del diario vivir-se en la cotidianeidad. Pérez (2012), lo ha experimentado en su práctica como conductor de esta peculiar forma de hacer teatro: [...] "los contadores de historias son aquellas personas que actúan sus circunstancias y cotidianeidad de acuerdo a sus necesidades, valores e idiosincrasia. Estas son las historias que nos han brindado, ahora son parte de nuestro acervo de historias, porque de esas historias nos hemos nutrido y, a partir de sus historias sabemos que hemos estado con ellos y ellas. Nos las han compartido y ahora, ya son nuestras y de ellos. Ha valido el esfuerzo de todos y todas, los de la compañía Chuhcan y el público, que ha sido actor, testigo y auditorio, de nuestras historias y las de todos". (Pérez: 2012: 123)

El encuentro con este dispositivo enseña a mantener una mirada real en perspectiva sobre lo que acontece y se manifiesta, definiendo acciones que ayudan a nutrir la relación con la audiencia, los matices sociales y psíquicos dan sentido a la historia, al maniobrar los hilos de la metodología y lo expuesto en la experiencia teatral, para beneplácito de los asistentes. Esta puede ser la necesidad de volcar la historia para ser escuchada y mirada, ante un público que a todas luces se siente identificado, pleno de significados y significantes. "La significación está en el corazón del proceso

*creativo y de la narrativa oral. Es tanto el objetivo como el atributo. Tanto si es la historia que es parte de nuestras vidas, nos damos cuenta de que no somos víctimas del azar ni de circunstancias caóticas, sino de que nosotros también, a pesar de nuestras penas o el sentimiento de nuestra propia insignificancia, vivimos significativamente en un universo significativo. Y, una vez más, la reacción ante nuestra propia historia, así como las historias de otros, es “Sí, Sí. Yo tengo una historia, yo existo”. (Metzer: en Salas: 2005: 8)*

Compañía y audiencia, experimentan un estar en el teatro: auditorio y escenario, reconocen el rol que han de realizar, realimentando y realimentándose, como compañía o como parte del auditorio. Los sitios en la experiencia teatral están definidos de acuerdo a los cánones dictados por la estructura del teatro clásico: “escenario y auditorio”, en donde coexisten en apariencia dos dimensiones: el de la realidad (audiencia) y el de la ficción (escenario), sin embargo, ambas discurren su trama y en algún momento de la experiencia teatral estas se tocan, dialogan y se vuelven una. La compañía de teatro playback es la primera en evidenciar su lugar, su espacio; desde donde ejecutan su acción, provocando de esta manera la participación de los otros. La realización escénica tiene su origen en el encuentro de ambos grupos, en su confrontación, en su interacción. No olvidemos que en dicho proceso se fraguan acontecimientos, y estos se encuentran preñados en la atmósfera, entendida como la espacialidad que se torna en tensión y sugestión dramática del momento, los objetos, la sonoridad o el silencio, la iluminación u oscuridad, entre otros. *“En consecuencia, en una realización escénica rigen condiciones muy particulares respecto a la <<producción>> y a la <<reproducción>> -por hacer uso de los términos tradicionales-. Mientras que los actores realizan acciones –se mueven por el espacio, hacen muecas, manipulan objetos, hablan o cantan-, los espectadores observan sus acciones y reaccionan. Parte de esas reacciones pueden muy bien producirse de manera puramente <<interna>>, pero una parte al menos, igual de importante, la constituyen las reacciones perceptibles: los espectadores ríen alborozados, suspiran, se quejan, sollozan, lloran, patalean, se deslizan en sus asientos arriba y abajo, se echan hacia adelante con expresión tensa en el rostro o se reclinan relajados, aguantan la respiración y permanecen casi inmóviles, consultan repetidamente su reloj, bostezan, se duermen y empiezan a roncar; tosen o estornudan; hacen crujir papel de envoltura, comen y beben; murmuran o comentan en voz alta y de manera indiscreta lo que ocurre en la escena, ovacionan, aplauden, silban o abuchean, se levantan, abandonan la sala de un portazo.*

*Reacciones de este tipo son perceptibles tanto para los demás espectadores como para los actores, que las sienten, las oyen o las ven. Esas percepciones resultan, a su vez, en reacciones perceptibles de los actores y los demás espectadores. La interpretación de los actores pierde o gana en intensidad; aumenta el volumen de sus voces hasta ser irritantes o, por el contrario, cada vez más seductores; se animan a añadir gags y otras improvisaciones; se acercan a la platea para interpelar directamente a los espectadores. [...]”.* (Fisher-Lichte: 2011: 77 y 78)

Pero, rompamos un poco con esa manera en que se entiende la participación de “actores y auditorio”, y digamos que de la misma manera con que la compañía cuenta con sus actores; la audiencia, por otra parte, cuenta con gente que actúa el momento, en lugares desde donde se miran las representaciones, ellos participan de una manera particular al ofrecer su estar en devenir. Hasta podríamos decir que también actúan, pero esta es una acción basada en: a) Narración de historias, b) Escucha y observa, en la mente recrea sus propias vivencias (a propósito de la historia narrada y su escenificación), aquello que en su mente se ha recordado.

Una vez narrada la historia, el narrador puede ser invitado por el conductor de la experiencia a pasar al escenario, aquí se convierte en un actor con el rol de narrador de su vida, ya que este es invitado a incluir una acción más, la que le sirve para compartir y reconstruir su historia. “[...] para que un acto dramático sea auténtico y se constituya en el fenómeno que llamamos representación dramática, todos los participantes de ese fenómeno, deben ser de alguna manera ejecutantes del mismo, tanto los actores como los espectadores. Los espectadores deben ejecutar un rol activo, cumpliendo el papel de una verdadera caja de resonancia del hecho, sin lo cual este fenómeno no alcanza la categoría de representación dramática”. (Menegazzo: 1981: 66)

La historia se produce en el abrazo entre la compañía y la audiencia. “[...] Como ha mostrado Herrmann, la condición medial de la realización escénica radica en la co-presencia física de actores y espectadores. Para que dicha co-presencia sea posible, dos grupos de personas que funcionan como <<actuantes>> y <<observantes>> deben congregarse en un momento determinante en un lugar concreto y compartir en él un lapso de sus respectivas vidas. La realización escénica tiene su origen en el encuentro de ambos grupos, en su confrontación, en su interacción”. (Fisher-Lichte: 2011: 77)

Este hecho es compatible con la idea de Moreno (1974) sobre que el rol posee dos aspectos; uno privado y el otro colectivo, estas perspectivas sitúan al individuo en lo emocional-social y social. De esta manera se suceden los acontecimientos en la experiencia, pero subrayando que tales experiencias emergen a través del filtrado de la compañía de teatro; se escenifican a través del movimiento corporal este es percibido por estos en la atmósfera del auditorio, –personas, grupo, una pequeña representación de la sociedad-, a la manera de los emergentes del grupo o temas preconcebidos, todo ello, para estimular las historias personales e invitar a que sean compartidas bajo el dispositivo de teatro playback. Como lo dice Menegazzo (1981), para que sea efectiva la resonancia grupal del fenómeno denominado “representación dramática”, el público debe estar en sintonía y contención, muy a pesar de las diversas reacciones observadas en los participantes. La compañía de teatro playback, debe estar al tanto de lo que su intervención está logrando, ya que más allá de preocuparse por expresiones aparentes en el público, en un sentido manifiesto, como lo señala Fisher-Lichte (2011) en lo que denomina “producción y reproducción” de los actores y auditorio, y que tal comportamiento se sujeta a contenidos estereotipados que despierta la experiencia teatral, suscribiéndose irremediablemente a ese comportamiento dentro de los parámetros esperados.

El espacio genera la posibilidad de expresión del público, en donde de acuerdo con Blomkvist (2009), este es generalmente del domino humano: “[...] Es una zona que no se rige por las leyes de la naturaleza y no es estrictamente medible. En este espacio, los seres humanos tienen la posibilidad de cambiar sus hábitos, para romper la rutina y hacer algo diferente a las realizadas cotidianamente.

Una de las características más importantes del espacio público es que, todos puedan ser vistos por otros y otros sean vistos, de hecho requiere y exige la multiplicidad y la diversidad de las personas. En consecuencia, en este espacio, el encuentro con otros seres humanos se convierte en lo central”. (Dotti: 2011: 30)

Si es cierto lo anterior, entonces la acción o representación escénica de la compañía de teatro playback debe dar gran importancia al ritual, entendido como las acciones que realizará la compañía para contener y desdoblar la experiencia de inicio a fin, y que consiste en brindar al público una

atmosfera de seguridad y confianza, donde público y compañía tengan la posibilidad de expresar sus historias:

Realizar un ritual dirigido a solicitar permiso a los *guardianes* del lugar (ritual prehispánico) atemperación de la atmósfera <de acuerdo a la metodología moreniana>, donde nos encontremos, pretendiendo armonizar las presencias físicas, espirituales y de personas.

Realizar un manifiesto de bienvenida dirigido al público asistente, acompañado de la musicalización inspirada en el momento grupal, para así continuar con la atemperación y armonizar la atmósfera de ese grupo en particular.

Establecer una constante verbalización acerca de lo que ofrecen los actores al ponerle vida a las historias, además de expresar en boca del conductor, los contenidos manifiestos y latentes desarrollados en la escena, logrando con ello, una devolución desde la intersubjetividad y el análisis de esos contenidos, pero esto es después de que los narradores han podido darle sentido a lo visto en sus historias por medio de la verbalización.

Mirar si es necesario que el narrador de la historia sea reubicado en relación a la escena, invitarlo a dejar el rol de narrador, y llevarlo al encuentro con la escena, provocar el descentramiento perceptual en él o ella, para así activar en escena el proceso psicológico que le permita a este actor o actriz, emprender un proceso psíquico que sirva de espejo para mirar-se, y así obtener un punto de vista diferente, pasar a un estado de cabal conciencia personal.

Cerrar la actividad de manera que los contenidos expresados vuelvan a ser enunciados como aspectos que están presentes en la cotidianeidad y que hay esperanza para enfrentarlos en los días venideros.

Entonces el ritual es el encuadre que permite bajar la ansiedad al público, al presentar a cada paso de la experiencia, hechos que no causarán agravio alguno a cuanta persona se encuentre en la sala. Hay que remarcar, que la experiencia de teatro playback, es una experiencia cuidadosa y contenedora.

Salas y Fox (2012), han sistematizado el ritual de teatro playback y han puesto a esta, una delimitación sustancial, esta se nombra como el *arco de la función* y se subdivide de la siguiente manera: 1. apertura, 2. calentamiento, 3. Contar historias, 4. Inicio de cierre y 5. Cierre. En estos pasos se implementan las actividades propias de teatro playback: a) inicio (canto, música, esculturas fluidas inespecíficas), b) formas cortas (técnicas para caldear con historias cortas), c) formas largas (técnicas de trabajo con historias largas), d) formas cortas (para retomar resonancias e historias, rumbo al cierre), y e) cierre (canto, música, esculturas fluidas específicas). (Salas: Taller “Active Conducting”: sistematizado por Pérez: 2015)

Acompañando cada uno de los pasos anteriores, al devolver sobre el escenario las historias largas, el conductor observa el efecto que estas ejercen en los narradores, la función está en sus manos y el objetivo es determinar el grado de resonancia emocional de la escena en estos. Pide a los actores, siempre que esta sea autorizada por ellos, una escena donde el narrador se encuentre implicado, una escena del deseo. La misión de esta escena es que el narrador intervenga

brevemente o mire a la distancia, una situación ideal que le reconforte y ayude a reescribir una historia diferente, que l@ lleve a romper con prejuicios y malestares o que renueve y devuelva esperanza. Del tiempo final, se puede explorar una manera apagada a encaminar y activar recursos emocionales y sociales, para que cada participante haga su propio cierre en sintonía con todo lo visto anteriormente, aquí cobra presencia el espacio de la acción vital, el público anónimo hasta ese momento, se convierte en un actor más, haciendo suyo ese espacio, dándole una forma al escenario de la vida, donde comparte con la compañía y el público, aquellas resonancias que han quedado en él y los otros, resonancias que son testimonio de su paso por ese lugar, esa atmósfera, esa grupalidad, a propósito de las experiencias acontecidas momentos antes de terminada la función, y que ahora, con motivo de la *tertulia*, termino dado a la actividad final, Pérez (2012). Aquí es necesario verbalizar y dar sentido, a eso que ha quedado en la mente de los participantes, a propósito de la función, y que una vez vueltos a la cotidianeidad, comparten reflexiones de lo movilizado y que, más tarde, sirvan como de integración a la realidad.

### **Teatro playback psicoterapéutico**

Las historias provienen de personas de la audiencia que ejercitan el viejo arte de narrar o contar una pequeña anécdota de sus vidas, el tradicional texto dramático de un solo autor es sustituido por la dramaturgia colectiva viva, cargada de emociones y cotidianeidad, imágenes que forman acontecimientos que semejan la realidad, una realidad intersubjetiva, ficticia, que se acerca significativamente al centro de las emociones; magia lograda al dar cuerpo y acción a esas historias o realidades intersubjetivas, cuando son tomadas por la compañía de teatro playback con respeto y cuidado, llevando cada una de ellas, al sitio donde danzan erguidas las miradas y la escucha de los otros, testigos hermanados que logran cumplir con la encomienda de mirar y escuchar, procesando así tales imágenes, para avecinarlas a las propias emociones.

En las mentes de los participantes; compañía y auditorio, se recrean imágenes, apariciones disfrazadas en el espacio y tiempo, frente a un espejo en forma de teatro, que les obliga a mirar-se las verdades social y emocional. Boal (2004) se refiere a este hecho desde la manera en que entiende el teatro, por ello, no es casual que estrenara una de sus técnicas experimentales donde convergen estos dos aspectos del ser humano: “El arcoiris de los deseos”, en un escenario poco común, es invitado a dar el discurso de apertura del décimo congreso mundial de la Asociación Internacional de Psicoterapia de Grupos, en la cual se celebró el centenario del nacimiento de Jacob Levi Moreno. Esta experiencia le inspira para escribir su libro, profundiza en ideas relativas al tema del teatro y la psicoterapia.

Como podemos apreciar, la experiencia del teatro de Boal corre de la mano, ahora, con el conocimiento de la psicoterapia de Moreno, razón de más para que, lo que dice nuestro autor venido del teatro del oprimido, sea convincente en lo que se quiere explicar aquí. Por eso, la mirada de Boal al teatro, ahora con una mirada que se enfoca hacia la psicoterapia, no es solo una, sino

varias. “*El teatro es la primera invención humana, la que permite y promueve todos los demás inventos. El teatro nace cuando el ser humano descubre que puede observarse a sí mismo y, a partir de ese descubrimiento, empieza a inventar otras maneras de obrar. Descubre que puede mirarse en el acto de mirar; mirarse en acción, mirarse en situación. Mirándose comprende lo que es, descubre lo que no es e imagina lo que puede llegar a ser. Comprende dónde está, descubre dónde no está e imagina adónde puede ir. Se crea una composición tripartita: el yo-observador, el yo-en-situación, y el yo-possible (el no-yo, el otro)*”.

(Boal: 2004: 25)

Creo que la experiencia en el teatro playback, tanto en la compañía como en la audiencia, descubren esta composición tripartita, de la que habla Boal (2004), el cual coloca al yo de los participantes en estos tres estados de conciencia, pero estas no serían, si el teatro no tuviera esa perspectiva que infiere la metáfora del espejo, llevándonos a mirar-se la vida, la vida de cada uno de nosotros en el mundo, en cada situación, por lo menos, así lo comprende Fisher-Lichte (2011).

Para lograr el efecto en el auditorio, estos estados de conciencia del yo deben ser considerados dentro de un marco social-emocional, están en movimiento, no permanecen fijos, se manifiestan y revelan en la mirada de compañía-narradores- auditorio. Podemos evocarlas en los *acontecimientos* que se presentan en la experiencia de teatro playback. Estos se activan de manera azarosa en el público; recuerdos y anécdotas, estimuladas para que los sentidos (estados del yo), den pauta a las sensaciones, la intersubjetividad, motivadas por lo que el ojo mira, lo que el oído escucha, lo que el tacto palpa, lo que el gusto identifica, lo que el olfato huele. Los sentidos están muy presentes en la experiencia, se quiera o no, el teatro playback inicia la magia desde mucho antes que se abra el telón, la vida cotidiana nos acompaña, las historias son invitadas a presentarse a salir, esas historias son percibidas aludiendo al simbolismo del teatro, en esos estados de conciencia que inundan a los acontecimientos, los mueve en el escenario y él auditorio, como una *comedia o tragedia*.

Con respecto a la comedia o tragedia, en el ejercicio del teatro playback de la compañía “Chuhcan” de la ciudad de México, nos encontramos con que ambos conceptos forman parte de una dualidad, en la cotidianidad resulta fundamental darle sentido a ambas, pues la vida se nutre de momentos tristes, agobiantes, enajenados, así como de momentos de alegría, satisfacción, fuerza, por ejemplo: “Chuhcan fue invitado a participar en el aniversario de la organización no gubernamental *Construsex Hombres Grupo Condesa*, llevado a cabo en el auditorio de la clínica Condesa, en la Ciudad de México. (Dicha organización se encarga, entre otras cosas, de brindar apoyo emocional-psicológico, a hombres: cero positivo y con diagnóstico de VIH-SIDA). Las historias compartidas estaban cargadas de tragedia: tristeza, enojo, depresión. Una de las organizadoras consideró que era necesario compartir historias de fe y esperanza, que sí las había, llama su atención que hasta el momento de la presentación no se había compartido alguna. Ella tuvo razón, había que ir a historias cuyos matices dieran el equilibrio a la experiencia, devolver sensaciones de bienestar, Leticia Nieto, colega en los avatares del teatro playback, suele subrayarlo así: “Hay que invitar a que surjan historias con matices diversos, así, como ocurre en la vida, y sobre todo devolver a cada narrador un regalo que le ayude a comprender mejor su historia y por consecuencia su estar en el mundo”.

Sea cual sea el lugar donde se realice la experiencia, hay que lograr el efecto emocional a la hora de estar en el teatro playback, sea en el escenario donde se darán las escenas o en el auditorio, iniciándose una serie de eventos desde el momento en que se entra al espacio designado; un lugar

donde la percepción de espacio y tiempo se siente en todo el cuerpo. Retomando al filósofo Buber (1998), decimos que es un *encuentro*, para él, la realidad se da a través del Yo-Tú, es la manera de estar en el mundo, define la posibilidad de tener un verdadero encuentro con el entorno y los seres humanos, y en este caso, la experiencia teatral, y más siendo esta una forma en dónde se implica a la audiencia como una relación significativa. Por el contrario, el Yo-Ello es la relación nombrada por este, a través de la objetivación de la experiencia, decantándola por la razón sin más, alejando al sujeto de la posibilidad de sentirse dentro de la experiencia de relacionarse con su entorno y los otros, manteniendo una mirada lejana y objetiva de cualquier situación de la vida del ser humano.

Para profundizar un poco más en el pensamiento de Buber, agreguemos que éste al explicar que la relación en o con él mundo se presenta de dos formas: “*Cuando estoy ante un ser humano como un Tú mío le digo la palabra básica Yo-Tú, él no es una cosa entre cosas ni se compone de cosas.* [...] *Así como la melodía no se compone de tonos, ni el verso de palabras, ni la columna de líneas, siendo preciso quitar y romper hasta que se ha hecho de la unidad una pluralidad, así mismo ocurre con el ser humano al que le digo Tú. Yo puedo abstraer de él el color de sus cabellos o el color de su discurso o el color de su bondad, y he de hacerlo continuamente; pero entonces él ya no es más Tú.*”

*Y así como la plegaria no ocurre más en el tiempo sino el tiempo en la plegaria, ni el sacrificio en el espacio sino el espacio en el sacrificio, y aquel que invierte la relación suprime la realidad, así tampoco encuentro al ser humano al que digo Tú en cualquier momento y en cualquier lugar. Puedo situarle allí, me veo obligado a hacerlo continuamente, pero solo en cuanto que él, o en cuanto que ella, o en cuanto que ello, más ya no como Tú. [...] Del ser humano al que llamo Tú no tengo conocimiento experimental. Pero estoy en relación con él en la sagrada palabra básica. Sólo cuando me salgo fuera de dicha palabra vuelvo a tener de la persona un conocimiento experimental. La experiencia es el tú en lejanía.*

*La relación puede subsistir aun cuando el ser humano a quien digo Tú no lo perciba en su experiencia. Pues el Tú es más de lo que el ello conoce. El Tú hace más y le ocurren más acontecimientos de lo que el Ello sabe. Ninguna decepción tiene lugar en este ámbito: Aquí está la cuna de la vida verdadera*”. (Buber: 1998: 15 y 16)

Si estamos en el camino correcto, los estados de conciencia de Boal (2004), pueden muy bien dialogar con la filosofía de Buber (1998), esta encuentra en la intersubjetividad humana, un nexo para avivar las conciencias y un pretexto para reflexionar sobre nuestra existencia. Entonces esta es una experiencia que activa lo que sentimos-percibimos y acontece; en el mundo interno y externo, en lo personal y grupal, en lo manifiesto y latente, y precisamente, en consonancia y conexión con la realidad, y cómo lo interpretamos en la relación con los otros y lo social.

En la experiencia de teatro playback se comparte en el escenario la relación mundana, que muchas veces es percibida vacía, sin sentido alguno, es solo experimentada desde el Yo-Ello de Buber (1998) es enajenación y distancia. Ahora reconocemos que nuestro concepto de intersubjetividad se encuentra adherido a las ideas de Boal (2004) y Buber (1998), además de saber que tal intersubjetividad, para bien o para mal, orientan de alguna manera al ser humano en lo social y emocional, para la toma de decisiones en diversas acciones y formas de mirar-se frente al espejo de la vida y el teatro, otorgándole sentido al tiempo y espacio en que se vive y experimenta.

De eso trata el teatro playback; es un dispositivo que pretende acompañar a la audiencia a enfrentarse con ese sin sentido que hace perdedizas a las sensaciones de bienestar y deforma el propósito de las relaciones humanas. Pérez (2012) encuentra en Menegazzo (1998), una explicación que alude al espacio teatral como un mecanismo que contribuye a que el ser humano encuentre sentido en su vida, “*La representación teatral se diferencian de los sucesos originales, esencialmente en que se trata de un juego compartido en el que todos los participantes (tanto los actores como los espectadores) aceptan la regla fundamental del rito. Esta regla fundamental es la siguiente: aquí se está imitando, imaginariamente, los sucesos originales*”. En este rito, lo dramático es resolutivo del pathos (alienación) precisamente en la medida en que los celebrantes pueden ponerse o quitarse las máscaras de los héroes originales y de los dioses, frente a la comunidad de espectadores que también conocen la simulación.” (Menegazzo en Pérez: 2012: 68)

Por otra parte, Fox (en Salas 2005) se apoya en el método de Moreno, al trazar el camino para dar lectura e intervención al fenómeno grupal desde su teatralidad, así como herramientas para asistirlo y apuntalar la contención. Sin embargo, la dialéctica dentro de tal experiencia requirió de esclarecer, cada vez más, los acontecimientos que se suscitan en la relación que se teje entre compañía de teatro playback y auditorio (grupo).

Precisamente para explicar un poco más a lo que nos referimos con esos acontecimientos, Boria (2001) desde la práctica psicodramática desarrolló una propuesta de trabajo relativa a tal secuencia de eventos o acontecimientos, al decir que en el psicodrama, (método de intervención para la formación grupal e intervención clínica grupal). “*El trabajo de grupo –ya sea éste definido contractualmente como terapéutico o como formativo e independientemente del modelo de referencia- utiliza como eje de la dinámica evolutiva para el grupo en su conjunto o para cada individuo en particular los acontecimientos que generalmente conducen a que una gente hable y, recíprocamente otras escuchen. Gracias a estos acontecimientos se verifica una circulación de intercambios a través de la palabra, pero también –generalmente de modo más implícito- a través de la postura, la mimética el tono de voz, los silencios, etc.*”. (Boria: 2001: 250)

Se presenta un “locus de acontecimientos”, esto es un lugar donde se aplica una metodología al servicio de un grupo llevado por un psicodramatista, para lograr que sucedan acontecimientos en el escenario de psicodrama y estas, son parte de la vida de los participantes. La presencia del *rol* en esta dinámica, ilustra fielmente el desempeño de este sobre el escenario, encontrándose un pretexto a la disposición del psicodramatista para activar recursos teatrales como: escenario, audiencia, materiales, luces, de la mano con técnicas y estrategias para lograr la transformación.

Pero, si Fox estaba en lo correcto el uso del psicodrama, así como de otras propuestas metodológicas venidas del teatro, la educación social y la psicología, y como hemos afirmado, estas debían de dotar al teatro playback de una base sólida, y así lograr una experiencia activadora del mundo interno, la psique, y el mundo externo, lo social.

Los eventos o acontecimientos se presentan en la experiencia bajo una conducción experta, la acción se sucede empleando el cuerpo, la voz, el movimiento continuo, música, canto, poesía, manteniendo una estrecha relación con el auditorio lográndose el efecto de retroalimentación entre compañía y público, y del público con el público.

En el libro “Teatro e Improvisación”, una experiencia con teatro playback enfrenta a las compañías y al público, con una mirada hacia el teatro para, [...] desvelar vivencias personales y sociales, vivencias que tienen que ver con hechos, anécdotas, historias de vida de grupos y personas, [...] Esta perspectiva pone a la persona, la que cuenta su historia, en el sitio del actor, no del que describe algo que sucedió a otra persona o grupo, creando el efecto de distancia afectiva y emocional. El contador o contadora de historias, pertenece a una comunidad, a una familia, se desempeñan como ciudadan@, trabajad@r, padre o madre, hija o hijo, etc. En su cotidianeidad se crean los escenarios y los personajes, es la vida que va con él o ella de la mano, y así. De esto nos hablan los contadores de historias, (el público asistente a la experiencia) nos hacen partícipes de su vida, aunque sea esta un pedacito de la misma, contarla será suficiente para recobrar su dignidad, (y cómo es mirada está en su existir cotidiano) en presencia de los otros. (Pérez: 2012: 114 y 115)

Sin lugar a dudas, tal experiencia pone en relieve la presencia de la intersubjetividad, la relación con los otros (compañía y auditorio) y los acontecimientos, sin perder de vista la interacción que se suscita y lo que logra producirse a partir de lo manifiesto y latente, en este encuentro de historias, cotidianeidad y arte.

### **Una experiencia**

Moreno tuvo una revelación, así es como se podría mirar, fue de hecho en el encuentro anecdótico con Sigmund Freud. En tan memorable encuentro se dirigió a la mítica figura del mundo médico y científico, hablándole sobre el trabajo que él realizaba con la gente. “Bueno, doctor Freud, yo comienzo donde usted deja las cosas. Usted ve a la gente en el ambiente artificial de su consultorio, yo la veo en la calle y en su casa, en su entorno natural. Usted analiza sus sueños. Yo trato de darles el valor de soñar otra vez. Le enseño a la gente a jugar a Dios.” (Moreno: 1974: 27)

“Jugar a (ser) Dios”, suena descabellado y sin una lógica que atañe a la realidad, pero precisamente de esta afirmación parte la creación, porque Dios creó el mundo, la vida al hombre y la mujer; con esta sentencia Moreno afirmó, ahora nos toca continuar con su obra. Para crear es necesario actuar, representar-se en los diferentes escenarios y desempeñar multifacéticos roles. El juego da estructura, aprendizaje y relación, la creación es la fuente de la experiencia y el saber del mundo. Y qué sino, el teatro playback es una apuesta al juego de ser creadores de la existencia, esa que se va minando y alienando, y en definitiva, encierra a la chispa divina denominada espontaneidad. Por ello, el sueño para los fines del presente escrito es tomado como un sinónimo, para tomar conciencia de la intersubjetividad y todas las posibilidades de expresión ante los otros, personas que fungen como testigos del milagro de la verdad interna.

Fox también se sumó al jugo de la creación, su obra parte de una composición de sueños y arte, de hacer en su presente un legado a la humanidad. Para lograrlo debió investigar, explorar y ensayar con los recursos a su alcance. Es de llamar la atención lo que reflexiona Fox en el artículo “Playback Theatre Compared To Psychodrama and Theatre of the Oppressed”, menciona que el teatro playback posee su propio método, alejándose del propósito teatral de Boal y psicoterapéutico de Moreno, sin embargo, admite haber sido influenciado por estos, y diríamos que su obra con la de estos autores, llegan a tocarse y dialogar en el desarrollo del trabajo teatral; técnicas escénicas, teatralidad e impacto emocional/social en el público. Es posible que no encontremos en la aplicación

como tal, el formato metodológico para cumplir con una tarea psicoterapéutica, sin embargo, dependiendo de la situación, muy bien podría adaptarse para lograrlo. Al menos así es como creo que lo hemos experimentado en el ejercicio y ejecución del teatro playback. “Fui influenciado tempranamente leyendo a Freire y a Boal. No tomé un taller del Teatro del Oprimido (TO) ni conocí a Boal, sino hasta mucho después. Ambas aproximaciones, el psicodrama y el TO, me dieron una aproximación importante y no planeada que mantuve cerca de mi corazón. Sin embargo, conforme ésta se desarrolló, junto con las aportaciones de muchos colaboradores, fue claro que el teatro playback era su propia aproximación, diferenciándose significativamente tanto de Boal como de Moreno. A diferencia del psicodrama, el teatro playback no se posiciona dentro del campo terapéutico, a pesar de que está basado en el concepto del cambio constructivo”. (Fox: Playback Centre: s/n)

No olvidemos que en párrafos anteriores, Boal (2004) describe lo que produce su trabajo con los estados del Yo, así como la relación Yo-Tú y Yo-Ello de Buber (1998), y el psicodrama de Moreno, estos autores se encuentran implicados en la obra de Fox, y varios entusiastas psicodramatistas han podido lograr exitosas adaptaciones del teatro playback a la psicoterapia, y como dice el dicho; para muestra basta un botón: “Frecuentemente, hasta ahora, han sido los psicodramatistas los que han visto el potencial del Teatro Playback como instrumento clínico. Se ha utilizado como caldeamiento, interpretando historias al estilo Playback con pacientes que no están listos para lanzarse hacia un psicodrama genuino. A veces se puede utilizar Playback en lugar de psicodrama, quizás con un protagonista que no sea demasiado vulnerable para situarse en medio de su historia, que podría ganar mucho más desde la perspectiva de la silla del narrador. En la práctica privada, los clientes individuales, familiares o parejas, han podido tener una visión de sus vidas e interacciones desde posiciones nuevas y creativas, que los dirijan hacia la introspección y el cambio. En el tratamiento de adicciones, el Playback se ha constituido en un foro, ni crítico ni amenazador, donde los pacientes pueden observarse con honestidad. [...] El ofrecer Teatro Playback en el entorno clínico probablemente requiera de adaptaciones creativas de la forma, de acuerdo con las necesidades de los pacientes y de acuerdo a la situación en general. [...] Como conductor podrías pedir al narrador que se integre a la escena en algún momento estratégico, creando así una mezcla de Playback y psicodrama.” (Salas: 2005: 122 y 124)

Sin embargo, en estricto, la experiencia del teatro playback contiene sus propios aportes que contribuyen por sí mismos, a que la experiencia alivie o sane al individuo del malestar interno o externo que lo aqueja.

Entonces, es claro que el dispositivo de teatro playback no fue pensado de manera consciente para activar procesos psicoterapéuticos, pero, sin embargo, es un dispositivo que lo facilita y lo hace posible, siempre y cuando exista un especialista que lo mire y logre adaptarlo al contexto y atmósfera teatral in-situ. Pero, como dicen Fox y Salas, el teatro playback desarrollado de manera cabal logra que los participantes encuentren un camino para desanudar algún conflicto existencial.

Es evidente que al vivir la experiencia bajo el esquema del dispositivo de teatro playback, ineludiblemente remueve recuerdos y, por lo tanto, emociones fundamentales. No podemos negar que quienes participan en este teatro, se encuentran cargadas de angustias, ansiedades, temores, negaciones, resistencias, el sentido de la vida, entre otras. Para Yalom (1984), tales aspectos son nombrados como “supuestos básicos”, y tomados muy en cuenta para trabajarlos en su psicoterapia

existencial o psicoterapia dinámica. [...] “Desde una perspectiva existencial, la exploración profunda significa, más que una exploración del pasado, el intento de eliminar las preocupaciones cotidianas para centrarse sólo en la propia situación existencial. Significa meditar más allá del tiempo, pensar en la relación existente entre nuestros pies y el suelo en que pisamos, entre nuestra propia conciencia y el espacio que nos rodea; no se trata de pensar en el proceso a través del cual llegamos a ser como somos, sino en cómo somos”. (Yalom: 1984: 22)

No obstante, Yalom (1984) en estricto, se aleja del dispositivo de teatro playback, pues el primero posee características diferentes, una de ellas el espacio-tiempo (escenario, atmósfera, acontecimientos, contingencias, etc.) y un segundo, el número de participantes (compañía de teatro playback, audiencia y narradores). Sin embargo, siguiendo a este autor, podemos decir que ambos métodos ponen el reflector en la dinámica cotidiana del ser humano, porque muy bien, los supuestos básicos, pueden ayudar al conductor de la experiencia, a acompañar a los narradores a través del terreno emocional de las historias, sin perder de vista el momento: espacio-tiempo y a la audiencia, para hacerlos mirar lo simbólico, y apuntalar lo que llegue a manifestarse en tales experiencias como creación colectiva.

Así mismo, Moreno (1969) pensó en un encuadre mediante el cual propone funciones para el desenvolvimiento de los aspectos universales, mismos que no son diferentes a los propuestos por Yalom (1984), ambos en el fondo persiguen un mismo objetivo.

Según la idea moreniana al concebir la idea de psicoterapia y psicopatología es la de dar un sentido al tiempo, espacio, realidad y cosmos, y estos, más tarde desentrañaran la vorágine de la relación del individuo en su cotidianeidad. “El objetivo del psicodrama fue, desde su inicio, construir un marco terapéutico que utilizase a la vida como modelo, para integrar en él todas las modalidades del vivir, comenzando con los universales –tiempo, espacio, realidad y cosmos- hasta alcanzar todas las minucias de la vida y la realidad práctica”. (Moreno: 1969: 19) Es en el teatro donde la dimensión de los aspectos universales de Moreno (1969), pueden cobrar vida y movimiento, pues forman parte del momento; pasado, presente y futuro tienen su lugar en la concreción de la vida, el aquí y ahora dibuja trazos con acordes diversos, en un encuentro con la escena desarrollada por los actores, que enfrentan procesos fundamentales de tele como “[...] reciprocidad, reciprocidad de atracción, reciprocidad de rechazo, reciprocidad de excitación, reciprocidad de inhibición, reciprocidad de indiferencia, reciprocidad de distorsión”. (Moreno: 1969: 20) La historia puede ser narrada desde la perspectiva que delimita el tiempo y el espacio, pues esta última, muestra el lugar donde ocurrió la historia, los objetos de qué consta, las dimensiones, entre otras.

De acuerdo a nuestra experiencia, el teatro playback para que este cumpla con su propósito psicoterapéutico, debe contar con un dispositivo específico y claro. Ya que este potencializa la realización de una serie de sesiones continuas semanales, con grupos pequeños, no más de 30 personas, desplegando temáticas que aquejan sensiblemente a los participantes. A riesgo de equivocarnos, mirar lo que se activa en teatro playback, con los estados del Yo, la relación y el psicodrama, se podría decir que, lo que lleva al auditorio a encontrarse en una experiencia hipnótica significativa e incluyente, es el juego de la intersubjetividad humana; la activación de las sensaciones a través de los sentidos humanos, el juego de roles desde la compañía y la audiencia, el acompañamiento y la contención grupal, la apuesta a la sociometría que distingue formas diferentes de percepción sana y percepción distorsionada, entre otras.

El dispositivo del psicodrama posee los conocimientos necesarios para crear la atmósfera de contención y lograr un recorrido seguro, por entre los avatares de la psique humana y el rol en situación. “El objetivo del teatro terapéutico, dicen Sánchez y Pérez no es la representación de un texto dramático, sino la representación de la vida, los conflictos personales o sociales, o incluso, hechos de crónica. Para Moreno el grupo es de gran importancia, ya que, además de considerarlo agente terapéutico, él estaba convencido de que transformando a los pequeños grupos se podría transformar a la sociedad. Esto mueve su interés por estudiar al grupo y las relaciones y fuerzas que lo motivan”. (Sánchez y Pérez: 2007: s/n)

La práctica del teatro terapéutico con grupos hace posible mirar la acción de los roles, eso que se definía anteriormente de lo privado y lo público, queda muy presente en el arsenal de herramientas técnicas y estrategias del especialista. Moreno tiene un concepto muy singular sobre el significado del rol, siendo este un concepto que aclara la mirada del conductor de teatro playback a la hora de recibir de la boca del narrador, la historia, o al mirar y escuchar a la audiencia, el público se expresa con silencio, con el cuerpo, frases, risas, tristeza, entre otros. Dejan que se manifieste el rol y, por consecuencia actúan la denominada unidad experiencial que hace perceptible, observable y modificable al comportamiento. “Moreno hace referencia a un modelo relacional para interpretar las dinámicas psicológicas tanto individuales como colectivas y atribuye al rol el valor de unidad experiencial imprescindible que hace perceptible, observable y modificable la relación y la situación interpersonal”. (Moreno: en Boria 2001: 39)

A que nos referimos con todo esto, sigamos con la lectura de algunos ejemplos de trabajo con el dispositivo de teatro playback y veamos cómo se pone en juego los conceptos arriba definidos:

Presentación en el Hospital Psiquiátrico de México; la compañía realizó su trabajo frente a un grupo nutrido de pacientes psiquiátricos y sus familiares, así como pasantes de psicología, médicos psiquiatras y enfermeras. La primer historia es compartida por Mauricio, un joven de 26 años con diagnóstico de esquizofrenia, él expone su historia: “Hay un bosque y se miran varios venados corriendo, de repente un cazador se hace presente y empieza a dispararles, los venado, todos juntos corren a esconderse, el cazador se desconcierta y pierde su presa”. Mauricio elige a los actores que van a desempeñar los roles, la técnica que se realizará es “escena clásica”. Los actores desempeñan los roles, el cazador se mueve torpemente y los venados logran escapar. Mauricio no queda convencido con la representación. El conductor le pregunta qué le hizo falta a la representación, él responde que ¡los venados estaban todos juntos!. Ahora el conductor pide a la compañía que repita el trabajo, pero ahora con la técnica de “tablo sencillo”. A través del cuerpo de los actores, se expresan movimientos que se congelan casi al momento de iniciar, emitiendo un movimiento audaz y profundo. Mauricio mira la construcción del tablo sencillo y emite un sonido triunfal de aceptación, “así es”. El conductor le agradece, sin dejar de sentirse sorprendido por la experiencia.

## Comentarios

La actividad inicial denominada caldeamiento fue asignar a los presentes la tarea de colocarse con sus sillas, para crear un dispositivo de teatro; audiencia y foro. En esta preparación para la acción, tanto actores como conductor tuvieron la oportunidad de prepararse, concentrar su energía

para la función. Fue evidente que había familiares y pacientes, todos reunidos en el mismo lugar. El fenómeno grupal denominado por Moreno “sociometría” se fue activando espontáneamente ya que cada persona colocó su silla de acuerdo con el criterio dado por el conductor, cada persona eligió sentarse junto con aquellas personas que le fueron cercanas en cuanto a ser conocidas en la convivencia de cada fin de semana o que se percibían mutuamente abiertas a compartir juntas la experiencia. También podemos añadir que esto fue un acontecimiento, situación que acontece a partir de una vivencia, (movilizarse e interactuar, en lo manifiesto: colocarse frente al escenario, en lo latente: interactuar y colocarse cercano a las personas que se conocen, esto les ofrece seguridad).

El siguiente momento que podemos destacar es el inicio de la relación propiamente dicha, del conductor y la compañía con el auditorio. Es el lazo que se hace al verbalizar el propósito del teatro playback, el significado del ritual y el camino que se emprenderá en lo sucesivo. Chuhcan inició con la técnica de la “escultura fluida”; esta escultura posee la virtud de lograr conectar a los participantes con imágenes diversas, hemos constatado que la versión donde no se verbaliza, es mucho más poderosa, a la hora de identificar historias. En lo manifiesto: los actores movilizan su cuerpo a diferentes ritmos, la música se deja escuchar y acompaña el movimiento, lo latente: evoca imágenes, recuerdos e historias, es una fuente inagotable de posibilidades.

Lo primero que viene a la cabeza para pensar es que existe un poderoso prejuicio en la sociedad en relación con las personas con algún problema mental, llama la atención que quién comparte una historia desde un inicio sea Mauricio, él es uno de los pacientes. Es así que Mauricio levanta su mano y dice que tiene una historia que contarnos. Antes de continuar, pensemos en algo importante; a pesar de ser esta una reunión festiva, existe en la atmósfera el tema hospitalario y el de la enfermedad, y en mayor grado el del personal médico. La historia de Mauricio permitió mirar dos aspectos importantes de la misma, la primera ofreció un aspecto tácito y concreto, la escena muestra movimientos, sonidos, expresiones, incluso de ansiedad; el bosque, el cazador y los venados, el segundo ofreció, por así decirlo, aspectos abstractos a través de metáforas implicadas en la acción de los actores.

La primera es la “escena clásica”, a todas luces se mira lo manifiesto; los venados y el cazador, unos se ocultan para salvar la vida, el otro busca para quitárselas. Aparentemente la historia se suscribe a una fantasía, no es una historia personal tal cual, generalmente se suele pedir que el narrador cuente una historia personal, en este contexto hay que tener calma, para sacar la riqueza de la historia, hay algo en la historia que llama la atención, por lo que para mirar lo latente, se pide a los actores otra técnica para desvelar el lado oculto de la que efectivamente sí corresponde al mundo interno de la historia de Mauricio. Un “tablo sencillo”; aquí la construcción abstracta de la composición de los actores logra su objetivo, cada actor expresa con el cuerpo, tal vez valor, solidaridad y orgullo. Mauricio capta el mensaje en uno de los actores que levanta su brazo hacia el cielo, mientras los demás expresan con el cuerpo fuerza, temor, orgullo, etc.

Boria (2011) escribe en relación a la expresión o mensajes del cuerpo lo siguiente: En la vitalidad del cuerpo y de su acción se mueve una parte muy interesante de la existencia humana. Es en el cuerpo en donde primariamente se “imprime” la esfera de las emociones, de las activaciones físicas y de las respuestas fisiológicas a los estímulos internos y externos, en una dimensión prevalentemente implícita de la existencia. Experiencias de intercambios y de contactos corporales, sensaciones, imprevistas activaciones fisiológicas frente a situaciones de peligro, emociones vividas

intensamente: todo confluye en nuestra vida interna, contribuyendo así, a la definición de nuestra felicidad o sufrimiento. [...]Los procesos que organizan nuestras respuestas corporales y nuestra acción espontánea mientras se está en interacción libre, son en parte procesos primarios, de carácter preconsciente e inconsciente. Los elementos de los cuales se componen son frecuentemente excluidos del campo de la conciencia y se alojan en una dimensión corporal y actuada, de donde- en la movilidad del trabajo psicodramático –pueden ser actuados para ser vistos y vivenciados. (Boria: 2011: Studio di Milano: s/n)

## **Referencias bibliográficas**

- Blatner, Adam (2005) "El Psicodrama en la Práctica". Pax. México.
- Boria, G., et. al. (2001) "Metodología de Acción para una Existencia Creadora; el Psicodrama Clásico". Itaca. México.
- \_\_\_\_\_ (2005) "Psicoterapia Psicodrammatica". FrancoAngeli, Italia.
- \_\_\_\_\_ (2011) "El Rol en la Clínica Psicodramática". Studio di Milano. Italia.
- Boal, A. (2004) "El Arco Iris de los Deseo". Alba Editores. España.
- Brenes A., et. al. (2008) "Psicodrama", en "Seis Enfoques Psicoterapéuticos". Manual Moderno. México.
- Buber, M. (1998) "Yo y Tú". Caparrós Editores. Madrid.
- Bustos, D. (2007) "Manual de Psicodrama". RV Ediciones. Argentina
- \_\_\_\_\_ et. al. (1985) "Nuevos Rumbos en Psicoterapia Psicodramática". Momento. Argentina.
- Dotti, L. (1998) "Métodos y Técnicas Psicodramáticas en la Formación y en la Intervención Social". FrancoAngeli. Italia.
- \_\_\_\_\_ et. al. (2011) "Storie che curano". FrancoAngeli. Italia
- Filgueira, M., et. al. (2009) "Manual de Formación de la Asociación Española de Psicodrama". Asociación Española de Psicodrama. España.

Fischer-Lichte, E. (2011) "Estética de lo Performativo". ABADA Editores. Madrid.

Garavelli, M. (2003) "Odisea en la Escena". Brujas. Argentina.

Garrido, E. (1978) "Psicología del Encuentro". Graficas Ortega. España

Marneau, R. (1989) "La Biografía de Moreno". Lumen. Argentina.

Menegazzo, C. (1981) "Magia, Mito y Psicodrama". Paídos. Argentina.

Moreno, J. (1969) "El Psicodrama". Lumen-Hormé. Argentina.

\_\_\_\_\_ (1993) "Psicodrama". Lumen-Hormé. Argentina.

\_\_\_\_\_ (1972) "Fundamentos de Sociometría". Paidos. Argentina.

\_\_\_\_\_ (1977) "El Teatro de la Espontaneidad". Vancu. Argentina.

\_\_\_\_\_ (1983) "Psicoterapia de Grupo y Psicodrama". Fondo de Cultura Económica. México.

Nieto, L. et. al. (2010) "Beyond Inclusion, Beyond Empowerment, Cuetzpalin. Olimpia-Washinton. E.U.

\_\_\_\_\_ et. al. (2010) "Healing Collective Trauma" Using Sociodrama and Drama Therapy. Springer Publishing Company. E.U.

Rispoli, L. et. al. (2000) "Misurare lo Stress". FrancoAngeli. Italia.

\_\_\_\_\_ (2004) "Esperienze di Base e Sviluppo del sé". Franco Angelini. Italia.

Rizzolatti, G. et. al. (2006) "Las Neuronas Espejo". Paidos. España.

Salas, J. (2005) "Improvisando la Vida Real". Nordan. Uruguay.

Sánchez, M.E. (2000) "El yo y el nosotros". Ed. ITACA. México.

Sánchez, M.E. y Pérez R. (2007) "El Caballito de Troya". Inédito. México.

Schützenberger, A. (2008) "¡Ay Mis Ancestros!". Taurus. Argentina.

Sims, A. (2008) "Síntomas Mentales". Triacastela. España.

Pérez, R. (2007) "Un modelo de Intervención" en "Emociones, Estrés y Espontaneidad". Itaca. México.

Pérez, R. (2012) "Teatro e Improvisación". Lomo Sapiens. México.

Rojas, J. (1997) "Teoría y Técnica Psicodramática". Paidos. España.

Torres, P. (2015) "Sangra la Escena". Edras. Chile.

Yalom, I. (1984) "Psicoterapia Existencial". Ed. Herder. Barcelona.

## **Referencias electrónicas:**

Fox, J. Articles Playback Centre. [www.playbackcentre.org](http://www.playbackcentre.org)

Miller, C. "Souldrama".[https://www.counseling.org/docs/.../vistas\\_2006\\_miller.pdf?sfvrs](https://www.counseling.org/docs/.../vistas_2006_miller.pdf?sfvrs).

Pérez, R. Teatro Playback <http://www.iptn.info/?a=doc&id=471>



## **El Sutil Juego de la Percepción Humana**

### **Meta-fundamentos para activar grupalidad**



**Encuentro, Asociación Española de Psicodrama 2015, Pontevedra-España.**

**Taller “círculos de energía”.**

**Rafael Pérez Silva**  
**Director en Psicodrama Clásico**

## **Introducción**

La Bioatría y Socionomía, son núcleo de estudio del comportamiento del ser humano, vinculación o relación que favorece la salud mental y los principales obstáculos que limitan su desarrollo, por ejemplo: el prejuicio, el estatus quo y la conserva cultural o enajenación. De aquí se desglosan otros conceptos para dar sustento teórico a la cosmovisión moreniana, integrándolos en una misma línea de responsabilidad, comprensión, comunicación, entre otras. Con la Sociodinámia (normas y reglas establecidas para la interacción humana), la Sociometría (formas de medición, percepción, elección, rechazo y transferencia entre personas), y la Sociatría (es un concepto destinado a describir los acontecimientos suscitados a partir del método elegido para nutrir, orientar, vitalizar, prevenir e intervenir en la vida de los grupos, comunidad y sociedad). A esos conceptos los denominaremos meta fundamentos o cosmovisión moreniana, (lo macro y micro social).

El foco de atención se dirige a la comprensión de tales conceptos, sin olvidar que estos se encuentran asociados a formas que se ocupan para elegir o rechazar a los otros o cuando miramos, escuchamos y percibimos aspectos que nos acercan o alejan de acuerdo a criterios basados en la acción realizada en el momento. Esta cosmovisión es una propuesta relativa a la identificación de problemas por los que transita el ser humano, afectando su estado de bienestar al evitar una vida libre de prejuicios. También se refiere a las formas que le dan origen a esos problemas y como estos se van instalando en la mente y comportamiento como formas adecuadas al malestar común, Moreno habló de ellas como conservas culturales que surgen y prevalecen para normar el comportamiento en la sociedad, pero que tarde o temprano se constituyen como parte del discurso institucional volviéndolas rígidas, verticales e inflexibles.

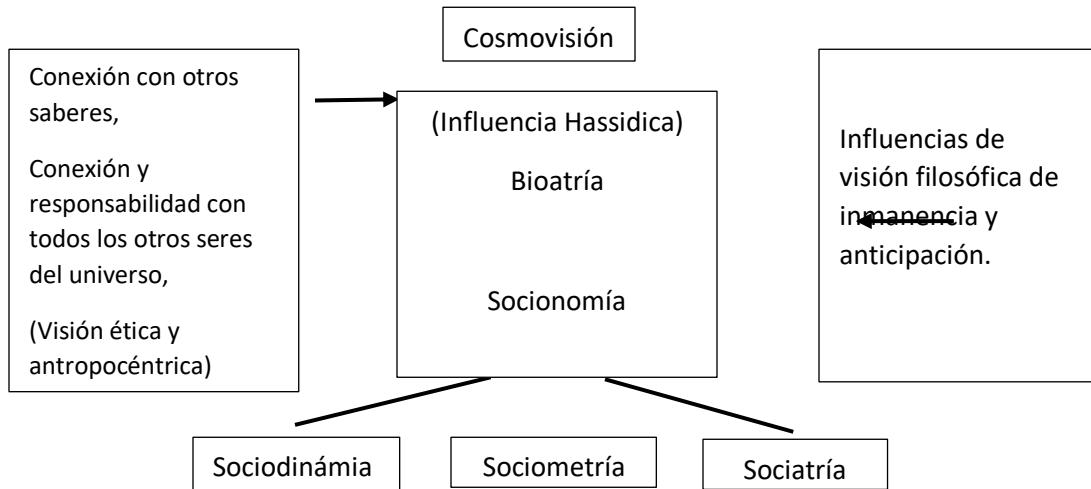
Estos conceptos representan un punto de referencia que arrojan claridad al camino que siguió Moreno en el estudio del ser humano y el medio donde se desarrolla este, es decir, la dinámica relacional que se juega al interior de estos, así como la dinámica psicológica interna en cada persona, y cómo esta se juega en ellos. Haciendo posible la comprensión de tal dinámica, mediante la observación y concreción de la metodología de intervención como son: psicodrama, sociodrama, teatro de la espontaneidad, música drama, danza drama, instrumentos de la sociometría, axiodrama, entre otros. La cosmovisión moreniana presta herramientas para que el especialista los

use como lentes para mirar el espectro macro y micro social, y así posesionarse en la representación que apremia la activación de un teatro interno y un teatro externo. Ambos implicados en la vivencia de los individuos al relacionarse con sus matrices en el mundo. La aplicación del modelo moreniano, ha resultado de gran utilidad para observar, reflexionar y modificar el patrón o comportamiento de un rol, debido a su gran riqueza en formas, contenidos, estructuras, desempeños, etc. ya que de aquí, -me refiero a la vida de esos individuos- se produce el camino que se seguirá para nutrir sus vidas, poniendo en juego roles susceptibles a los requerimientos del momento.

En este escrito, como ya se dijo, el foco de atención se dirige a la Bioatría y Socionomía, sin olvidar que cada concepto de los arriba descritos, se encuentran asociados a estos a la hora de definir esas formas que se ocupan para elegir o rechazar a los otros o cuando miramos, escuchamos y percibimos aspectos que nos acercan o alejan de acuerdo a criterios basados en la acción realizada en el momento, creencias y mitos sobre fenómenos sociales, formas de percepción del individuo y medio ambiente, diferencias religiosas y raciales, entre otras. Esta es una propuesta relativa a la identificación de problemas por los que transita el ser humano, afectado su estado de bienestar al evitar una vida libre de prejuicios. También se refiere a las formas que le dan origen a esos problemas y como estos se van instalando en la mente y comportamiento como formas adecuadas al malestar común, Moreno habló de ellas como conservas culturales que surgen y prevalecen para normar el comportamiento en la sociedad, pero que tarde o temprano se constituyen como parte del discurso institucional volviéndolas rígidas, verticales e inflexibles. Estos conceptos representan un punto de referencia que arrojan claridad al camino que siguió Moreno en el estudio del ser humano y el medio donde se desarrolla este, es decir, la dinámica relacional que se juega al interior de estos, así como la dinámica psicológica interna en cada persona, y cómo esta se juega en ellas. Haciendo posible la comprensión de tal dinámica, mediante la observación y concreción de la metodología en su intervención.

Esta obra, precisamente, no proviene de un pensamiento mágico, o quizás sí, es una mezcla entre realidad y ficción de una vivencia que incorpora lo mítico y mundano, la cultura y sus formas representadas en acciones cotidianas, lo social y político desde las diferencias entre razas, credos, nacionalidades, géneros, preferencias sexuales, liderazgos, así de la marginación, el prejuicio y la opresión. Es un modelo que se finca en tradiciones y rituales, formas de convivencia humana, aquí es donde la comunicación más allá de lo convencional y el estatus quo, se presenta para dialogar entre esos teatros; así el individuo dispone de recursos para intercambiarlos e interactuar con los otros en el mundo que toca vivir. La obra de Jacob Levy Moreno contiene un sin número de ideas, las que, incorporan acciones fundamentales para el desarrollo y crecimiento del ser humano en sociedad. Recordemos que una de las formas que emplea el individuo para vivir, es enriqueciendo y nutriendo las relaciones humanas, ya que de ello depende sobrevivir, pero, paradójicamente para satisfacer las necesidades de este, en cuanto a alimento, calor, higiene (fisiología) y de seguridad, afecto, emociones (psicología), deberán ser contenidas y apoyadas por otros, para así asegurar la continuidad de la especie, al crear y co-crear diversas formas de adaptación al medio circundante.

Supone una concepción del ser humano desde lo cósmico, entendiendo que para Moreno lo cósmico proviene de conocimientos de la filosofía existencialista, haciéndola suya en la acción, en un primer momento como existencialismo heroico o seinismo (Bioatría y Socionomía), en donde, la presencia de la religión cristiana y judeo-hassidista fundamentan ese hacer en la vida cotidiana, para más tarde transformarlo en métodos de intervención (Sociodinámia, Sociometría, Sociatría) comunitario, grupal e individual. Nuestro autor mira a la sociedad y al individuo alienados bajo la influencia de fenómenos sociales, políticos y culturales, que lo determinan y definen en un mundo donde reglas y normas rigen la cotidianidad.



(Mello y Pinto:2017:01)

El presente documento se desarrolla a partir de conceptos teóricos, en su mayoría propuestos por Jacob Levi Moreno y por especialistas contemporáneos. La idea es buscar una forma pertinente para esclarecer el concepto y proponer el reporte de una experiencia a manera de ejercicio de aprendizaje y con ello, fundamentar teóricamente la práctica.

El pensamiento moreniano evolucionó hacia el estudio de la sociedad y los fenómenos relacionales que acontecen en ella, es así que Moreno nombra a tal estudio cosmovisión. En efecto, dichas leyes se refieren a la comprensión del concepto de sociedad, comunidad, grupo e individuo. Este ha sido un proceso de interpretación de la interacción del individuo y su entorno, su realidad relacional con los otros, y una muy particular noción de la salud mental colectiva e individual, que se ciernen en la práctica de la psicoterapia dirigida a la sociedad, buscando como producto final el bienestar de estos.

Los hechos sociales, económicos y políticos de la actualidad inducen tendencias hacia esos estados alienados del comportamiento humano, en estos tiempos se inclina la balanza hacia el conflicto social-humano, tal parece que la tecnología, ideología, verticalidad, autoritarismo, globalización, siempre ayuda a mantener ese estado de pérdida de conciencia. Dice Gurdjieff (1977), en sus reflexiones filosóficas sobre la humanidad: *Los seres humanos duermen, no se conocen así mismas*, son como zombis que caminan sin un sentido, sin saber quiénes son y hacia dónde van, este estado es reconocido por los agentes de la fatalidad y el desasosiego, los cuales se valen de artimañas para provocar fracturas importantes en los estados de conciencia de la humanidad. Otro autor, Ende (1987), en su inmortal obra “Momo”, denuncia la presencia de seres que se aprovechan de la buena voluntad de otros para quitarles poco a poco el tiempo y calidad de vida, son los hombres de gris que viven del trabajo y la alegría de personas dóciles que co-existen en un mundo armónico. En realidad, esos hombres de gris simbolizan aspectos de la forma en que se relacionan los seres humanos, no desde la voluntad y co-creación, sino desde el utilitarismo y la explotación encubierta.

Gurdjieff, Ende y otros pensadores, están de acuerdo con Moreno acerca de dónde se encuentra la “enfermedad mental” que hunde al ser humano en un estado de no conciencia, llegando a manifestarse en su obra una denuncia de lo que experimenta la humanidad, y al escribirla desean evitar una parálisis existencial, proponiendo alternativas que hagan despertar e identificar los recursos creativos y co-creativos de estos, para así mantener despierta esa conciencia. Garrido Martin (1998) lo explica tomando algunos párrafos de textos de la vida de Moreno, al recordar que nuestro autor se apoya en la corriente filosófica denominada existencialismo, pero con una marcada tendencia hacia la acción, por ello su existencialismo es heroico, la experiencia que desencadena este es a través de vivirlo en el “aquí y ahora”, no en el pensamiento elaborado, por el contrario, hacerlo evidente a través de una acción denominada “existencialismo heroico o seinismo”, esto debe comprenderse como la base de la cual parte Moreno para desarrollar su obra: psicodrama, sociodrama, axiodrama, terapia de grupo, entre otras.

Schreiber, comparte sus estudios sobre la obra moreniana, analiza y reflexiona sobre esas ideas, concluye que el sentido que conlleva la sociatría, concepto que se juega más en las metodologías de acción de acuerdo a lo dicho por Garrido Martin, “[...] la Sociatría es una forma de tradición sabia que hace posible la realización de prácticas educativas para el cambio evolutivo y la curación de individuos, grupos, organizaciones y sociedades. La Sociatría (además de los otros meta conceptos) emerge ahora para mostrar la unidad de la vida, y para la realización de la estructura subyacente en todos los grupos, en todas las sociedades, impactando y afectando a toda la humanidad, y ahora a toda la Ecosfera. El microscopio social es una herramienta de la Sociatría; revela la impactante estructura subyacente que identificó Moreno. El microscopio social contribuye a hacer visible esta estructura oculta”. (Schreiber: 2015: Inédito, taller congreso Asociación Española de Psicodrama)

Así mismo, tenemos ejemplos macro y micro sociales sobre políticas sociales en ciertos países del mundo, que mantiene un orden basado en destructividad, represión, violencia, intolerancia, autoritarismo, etc., por un lado, y por el otro, esas mismas sociedades se encuentran en procesos de re-organización para hacer frente a lo anterior. En esta situación países como: Chile, Ecuador, Nicaragua, Brasil, Palestina, Siria, entre otros, en menor medida pero con fuertes manifestaciones en contra de su gobierno, México con situaciones graves de un ejercicio de gobierno que ha provocado miedo, violencia, desesperanza, etc., sin dejar de señalar a los Estados Unidos de Norteamérica con su política de intervención hacia el exterior y el racismo y desigualdad social al interior de esa nación, que ha desatado en tiempos de pandemia, que la población manifieste su descontento enfrentando a instituciones y gobierno. “Mientras miles de costa a costa salieron a las calles este fin de semana para protestar contra la matanza estatal de negros, y la nación enfrenta su mayor crisis de salud pública en generaciones y la tasa de desempleo más alta desde la gran depresión, el profesor Cornel Oeste llama a los Estados Unidos una “civilización capitalista depredadora obsesionada con el dinero, el dinero, el dinero.” También hace las conexiones entre la violencia estadounidense en el extranjero y en casa. “Hay una conexión entre las semillas que siembras de violencia externamente e internamente.” (Democracy Now.Org: 2020)

A principios del año 2020, surge un brote de un virus en una provincia de China, y ha proliferado por todo el mundo, se llama COVID-19, tornándose en una pandemia de desmedidos alcances sociales, poniendo a prueba la capacidad de adaptación de los seres humanos. Frente a esta pandemia tenemos el confinamiento de personas de todo el mundo en sus hogares, medida que no todos los habitantes del mundo han podido cumplir, pues las razones en el tercer mundo, sobre todo, son de índole económico al existir en estos países empleos basados en comercio informal, prevalece la idea de que la pandemia es un invento del gobierno, negación de la realidad, entre otras. Después de un par de meses con esta pandemia, ahora se piensa en lo que ya ocurre al interior de los hogares y las secuelas que se presentaran cuando la pandemia se diluya: violencia intrafamiliar, feminicidios, estrés post-traumático, problemas mentales severos, entre otros. Como resultado lógico a estas avasallantes situaciones, la naturaleza pasa la factura de diversas maneras, la más importante, afectando el hábitat de los seres vivos del globo terráqueo. “Hay una forma superior de “Bioatría” y democracia sociométrica en la que los no nacidos, los vivos y los muertos son todos socios... es un estado de cosas en el que se extiende la igualdad de oportunidades...”. (Mello y Pinto: 2017: 01)

Bajo esta lente, el origen del verdadero conocimiento orientaría los pasos de la humanidad hacia la adquisición de estados de conciencia óptimos para propiciar una visión diferente a las impuestas

por la sociedad de su época, y la de cualquier época futura. Su ciencia contrarresta los efectos de la norma convencional, coloca al estatus quo de la civilización en el centro de su análisis y crítica psicosocial. Pero, la misma institución que él desafió durante su vida, lo puso debajo de una lupa que desacreditaría su trabajo, cuestionando los cimientos en que se encontraba instalada, restándole importancia y autoridad al carecer de formas científicas para descubrir los hechos, razón por la cual, su método ha sido tildado en diversas ocasiones de a científico; con una carencia de datos para demostrar una utilidad en beneficio de la ciencia del comportamiento.

Pero, en definitiva, esto no importó a nuestro autor hasta que se encontró en los Estados Unidos de Norteamérica con la necesidad de demostrar resultados en su trabajo, tenemos la experiencia de medición de las relaciones interpersonales aplicando la sociometría, para ello, tuvo que ocupar la ayuda de profesionales de la estadística y medición. Con la aplicación de estos instrumentos, sobre todo, los resultados que arrojaron tales investigaciones, logró adeptos y creyentes en su trabajo, al contrarrestar el efecto negativo en la opinión de la comunidad científica acerca de la metodología que él empleó con su equipo de trabajo al intervenirlos para que estos resolvieran conflictos y diferencias. Esta experiencia inspira la forma en que se desea continuar la escritura de este documento, es importante hacer la tarea de sistematizar y escribir algunos resultados al aplicar dicha metodología en experiencias grupales, para comprender cómo y dónde los meta fundamentos han sido tomados como ejes de análisis y articulados para identificar caminos que ayuden a resolver los conflictos planteados en estos casos.

Partamos con una experiencia realizada en la ciudad de Sofía-Bulgaria, en el año 2010. Sabemos que como todos los países del ex bloque socialista se encuentran en transitoriedad rumbo a la democracia, Bulgaria se encuentra en esa ruta, pero el precio que están pagando habla de tiempo y una inversión de energía constantes, pues es claro que los antiguos vicios y beneficios de la clase dirigente se aferra a no ceder sus privilegios, encontrándose con una gran resistencia a modificarlos. Por tal motivo, es interesante retomar un documento que ilustra esta experiencia en la Revista del Aula de Psicodrama No. Cero, Enero 2011, “Canción de Cuna para Sofía”, vale la pena traer acá el escrito:

“En los meses de mayo a octubre del año 2010, se fue fraguando en las páginas de la memoria, una historia que hizo posible la creación de un espacio para actuar sobre el significado del silencio, el dolor, la tristeza y desesperanza, una historia que pone en alerta la conciencia de los que hemos sido parte de esta vivencia, en los días 9 y 10 de octubre y que a propósito de ello, la historia, debe ser contada a los cuatro vientos; a niños y jóvenes, a adultos y viejos, a mujeres y hombres, a todos por igual, pero sobre todo, decirle a los ancestros que sus hijos han aprendido como saldar las cuentas, que pueden ir en paz, que toca a los vivos co-crear la existencia que ha quedado inscrita en el cuerpo y el alma de los que la han vivido, en un encuentro con la impunidad y la violación de los derechos humanos, con honor y valor. En este encuentro se logró desafiar el encierro al que han sido condenados todos estos años, y salir a la luz, para mirarnos cara a cara. Schützenberger lo define de esta manera, “Somos, finalmente, en cierto modo, menos libres de lo que creemos. Sin embargo, podemos reconquistar nuestra libertad y salir de la repetición comprendiendo lo que pasa, atrapando esos hilos de su contexto y en su complejidad. Podremos, al fin, vivir así nuestra

propia vida y no la de nuestros padres o abuelos, o la de un hermano muerto, al que reemplazamos, sabiéndolo o no..." (Schützenberger, 2008)

La emoción se funde con la melancolía, la esperanza surge como brote de entre la nieve como yerba joven e incipiente, y se hace presente mediante la magia de la vida, esa que ha sido desde siempre, desde la existencia de la abuela-madre tierra, que se entrega en una abrazo cálido y sereno al abuelo-padre sol, y que festeja la vida con las nuevas gestaciones, con la nueva vida, con una canción de cuna que nos mueve el alma, y anima a reconquistar la paz y la libertad.

Y con el método grupal que hemos abrazado, fue fundamento indispensable para lograr la claridad, un sentido que trascienda las palabras y las razones, y sean estas colocadas en el escenario de la vida, para ser exorcizadas y devueltas al sitio en donde no hagan daño, en el sitio donde sean vistas a través de un escaparate, para que no dañen la salud y reivindique la creación. Moreno solía decir al explicar la trascendencia del teatro terapéutico: "El verdadero símbolo del teatro terapéutico es el hogar privado. Aquí surge el teatro en su más profundo sentido, porque los secretos mejor guardados se resisten violentamente a ser tocados y expuesto. Es la primera casa, completamente privada, el lugar donde comienza y termina la vida, la casa del nacimiento y la casa de la muerte, la casa de las más íntimas relaciones interpersonales la que se convierte en escenario y telón de fondo". (Moreno, 1974) Esta debió ser una metáfora que Moreno solía decir refiriéndose a su descubrimiento, el psicodrama. A esto podemos decir que, si bien Moreno define metafóricamente su manera de intervenir en lo grupal, manifiesta además, que la persona no es únicamente la que vive y mure, esta persona también se encuentra con otros y esos otros le hacen la vida fácil o difícil, aquí es importante destacar el concepto de sociometría, ya que al pensar en el individuo y el grupo, nos estamos refiriendo a las diferentes formas de interactuar en él. Sociometría significa percepción y emisión de mensajes que vienen desde dentro, desde las neuronas espejo y la historia particular de las personas, no es la actitud mecánica del habla y la escucha, es la forma vital que la persona emplea para relacionarse con otro, con el mundo. Cada vez que una persona se reúne con otra, se activa este dispositivo interno (tele, percepción sana o transferencia, percepción enajenada del otro) y por consecuencia tenemos, una diversidad de roles e historias. Lo anterior fue activado a través de experiencias relativas a la sociometría, por ejemplo: En la experiencia se formaron grupos de acuerdo a los lugares de donde provenían las personas, desde este momento inicia el trabajo con lo privado y colectivo, el co-conciente y co-inconsciente del grupo. (Pérez en "Mirando la Historia": 2011: 131)

En Bulgaria, la Bioatría y la Socionomía (lo macro social) son ilustradas en una narrativa histórica, que actualiza a grandes rasgos los eventos sociales acontecidos en aquellos tiempos, colocándolos en perspectiva y así contar con datos fundamentales para la intervención. Aclaramos que tal información no es exhaustiva, se van tomando sucesos según se va dando la relación entre especialistas, organizadores del evento y grupo. Bulgaria-Sofia un país, una capital, que ha salido del régimen socialista, hará más de 20 años, las secuelas sociales que ha dejado en la población son diversas: una marcada desconfianza en las relaciones humanas, sectores de la sociedad con un rechazo a la democracia, rechazo a formas metodológicas grupales de contacto corporal, inseguridad y desconcierto en autoridades públicas, marginación versus privilegios, sensación de vacío, no ser visto, ni tomados en cuenta como ciudadanos, entre otros: "En este encuentro se logró

desafiar el encierro al que han sido condenados todos estos años, y salir a la luz, para mirarnos cara a cara. Schützenberger lo define de esta manera, “Somos, finalmente, en cierto modo, menos libres de lo que creemos. Sin embargo, podemos reconquistar nuestra libertad y salir de la repetición comprendiendo lo que pasa, atrapando esos hilos de su contexto y en su complejidad. Podremos, al fin, vivir así nuestra propia vida y no la de nuestros padres o abuelos, o la de un hermano muerto, al que reemplazamos, sabiéndolo o no...” (Schützenberger, 2008)

La emoción se funde con la melancolía, la esperanza surge como brote de entre la nieve como yerba joven e incipiente, y se hace presente mediante la magia de la vida, esa que ha sido desde siempre, desde la existencia de la abuela-madre tierra, que se entrega en una abrazo cálido y sereno al abuelo-padre sol, y que festeja la vida con las nuevas gestaciones, con la nueva vida, con una canción de cuna que nos mueve el alma, y anima a reconquistar la paz y la libertad”. (Pérez en “Canción de Cuna para Sofía”: 2011: 132)

Este fue un grupo heterogéneo en cuanto a profesiones, edades, domicilios, estructura socio-económica, niveles de estudio, diferentes culturas en la capital y provincias, militancias, etc. Con esta información tenemos para introducir momentos sociométricos para que el grupo se perciba y active los iniciadores físicos y psicológicos, con estas actividades se bajó el nivel de ansiedad y se favoreció la espontaneidad, logrando que los roles de los participantes se encuentren disponibles para dar paso al consciente/inconsciente individual, al co-consciente/co-inconsciente grupal: “Cada vez que una persona se reúne con otra, se activa este dispositivo interno (tele, percepción sana o transferencia, percepción enajenada del otro) y por consecuencia tenemos, una diversidad de roles e historias. Lo anterior fue activado a través de experiencias relativas a la sociometría, por ejemplo: En la experiencia se formaron grupos de acuerdo a los lugares de donde provenían las personas, desde este momento inicia el trabajo con lo privado y colectivo, el co-consciente y co-inconsciente del grupo”. (Pérez en “Canción de Cuna para Sofía”: 2011: 133)

Moreno se dio cuenta de que en propuestas venidas de teorías sociales y psicológicas, referentes a la transformación de la sociedad de ese tiempo, carecían de algo esencial, ya que ninguna de ellas, le parecía la más viable, es el caso del *marxismo* y *el psicoanálisis*. La primera atañe al cambio de sistema de producción donde el individuo se ve inmerso en una grupalidad que atiende al todo no al individuo, por otra parte, el segundo se hace cargo de la psique de la una persona y este se afirma en un egocentrismo que lo redime, al colocarse como centro de la existencia, evitando a la grupalidad como forma de existencia “Marx vio al hombre exclusivamente como miembro de la sociedad y consideró la lucha dentro de la misma como su destino último. Freud vio la posición del hombre como la de un peregrino entre el nacimiento y la muerte. No se le integró en el resto del cosmos. Se ha convertido en tarea de nuestro siglo el restituir al hombre en el universo”. (Moreno: 1983: 23) Recordemos que Moreno realizó estudios sobre la sociedad, siempre alejándose de lo que filósofos, sociólogos y psicoanalistas, pudieran opinar al respecto, nuestro autor, tuvo una muy clara inclinación hacia la cosmovisión de la creación y co-creación, enmarcando su optimismo y vitalismo en el hombre y la sociedad, otorgándole sentido a la participación del individuo en el grupo y viceversa, el consciente e inconsciente personal, ahora es co-consciente y co-inconsciente grupal

en constante movimiento, conflicto, equilibrio y cambio. La tarea en nuestro siglo es encontrar una posición para el hombre en el universo.

Como resultado de la búsqueda de respuestas en la obra moreniana, hemos encontrado un meta concepto que explica el aspecto bios en el ser humano, este concepto contribuye en la explicación del ser humano en los confines del cosmos, su aportación va más allá de lo desarrollado por Moreno en E.U., pues fue en la experiencia Europea que profundiza en la religión y filosofía de su aporte a la humanidad. "Ya en ¿Quién Sobrevivirá?" publicado en 1934, Moreno proyecta prospectivamente, en el tercer volumen, temas que refuerzan una visión de algo más allá de Socionomía, con Bioatría entendida como un proyecto más allá de la Humanidad, alcanzando así un alcance mucho más amplio como una propuesta para la "Terapia de vida". (Mello y Pinto: 2017: 01) Claro que tenemos que considerar este aspecto que muy bien podría confundirse con el discurso psicológico, pero que se ha presentado en el caso del taller con fuerza y energía, a través del desempeño de roles de los participantes. Tenemos que cuando se presenta en el trabajo algún malestar físico, se lo atribuimos a que la persona se ha expuesto a una situación que le provocó malestares en alguna parte del cuerpo, y se piensa que esto tiene que ver con ese rol psicosomático que apareció y se jugó en el trabajo grupal, resolver el conflicto tuvo consecuencias que impactaron los órganos y sistemas del cuerpo, como lo se llegó a experimentar en este taller: "Al ir repasando el texto, he constatado nuevamente el intenso dolor presente en el grupo, y de la manera más arcaica de mantener encerrada a la palabra, (de no dejar salir a esta) hay poca esperanza de que se llegue a simbolizar y dar sentido a algo. [...] sentí en mis órganos vitales dolor (estómago y pecho), tristeza y melancolía (garganta y pecho), pero también sentí alivio y alegría en todo mi cuerpo". (Pérez en "Mirando la Historia II": 2011: 162 y 163)

El análisis y significado de las leyes sociales desde la óptica moreniana, a cuya mezcla particular es enfocada hacia el acto espontaneo y creador, y ser congruente con esas ideas, creó los meta conceptos, y los definió como el universo donde prevalece la existencia de tres dimensiones o tendencias que establecen la conjunción de conceptos y medidas de intervención en esta, todo ello, para preparar una singular justificación acerca de lo que él comprendía que debía de hacerse en la sociedad, "[...] la sociedad externa, la matriz sociométrica y la realidad social". (Moreno: 1972: 43) Cada una de ellas, conceptualiza un significado único, que deja de poseer sentido si se analizan por separado. Moreno las interpreto de esta manera: la sociedad externa se compone de los grupos humanos, lo observable y tangible, su dimensión, raza y credo, lo privado y lo público, lo institucional o informal, etc., por otro lado, la matriz sociométrica está compuesta por todas aquellas redes o constelaciones de personas relacionadas entre sí y que, a simple vista no se pueden conocer esas estructuras relaciones implicadas, más que a través de la aplicación de instrumentos y técnicas sociométricas. Finalmente, la realidad social se representa como la síntesis y la interpenetración dinámica de estas dos dimensiones: sociedad externa y sociometría.

El siguiente esquema explica lo que sucede en el contexto externo e interno de las relaciones humanas, desde una categoría que analiza lo macro social (instituciones) y micro social (al individuo y su átomo relacional), de cualquier forma Moreno hace énfasis en la importancia de conocer desde dentro la dinámica social para saber que ocurre en la constelación de relaciones humanas y así intervenir en ellas; "de lo macro, como aspecto del rol colectivo-cultural, a lo micro, el rol particular-cultural, familiar y personal, y viceversa".

<b>Sociodinámia</b>	Es la ciencia de la estructura de los grupos sociales, de los grupos aislados y de las asociaciones de grupos.
<b>Sociometría</b> <i>(metrein=medir)</i>	Es la ciencia que mide las relaciones interpersonales. Pero es más importante el <i>socius</i> que el <i>metrum</i> .
<b>Sociatría</b> <i>(iatreia=medicina)</i>	Es la ciencia de la curación de sistemas sociales.

(Moreno, 1987)

El producto que se obtiene al analizar la realidad social, muestra la explicación varios perfiles sobre esa problemática social, y como esta afecta el desempeño de los roles en la convivencia humana. Las leyes de lo orgánico y social para Moreno son temas de gran interés, las razones se encuentran suscritas en las formas en que son comprendidos y asumidos tales comportamientos (roles) en contraposición a cómo quisieran ser jugados frente a situaciones diversas de la vida cotidiana. Las instituciones como la familia, religión, educación, gobierno, etc., son las que rigen y dan fe sobre lo que cada persona piensa y necesita, para así lograr un estar en el mundo.

La Bioatría y Socionomía alimentan la comprensión del desempeño del ser humano en la vida cotidiana, incorporando en su estudio del ser humano en grupo tres conceptos que ayudan identificar esas necesidades particulares frente a una línea vertical de autoridad institucional y su status quo que prohíbe lo diferente, lo justo, la flexibilidad, el juego, lo emblemático, simbólico. Con el uso adecuado de la sociodinámia, la sociometría y la sociatría, es posible encontrar una definición de lo individual y colectivo en aras de generar mejoras en los contextos dónde se encuentren relaciones interpersonales, estás cuenta con recursos y métodos para lograrlo.

Hay que hacer notar que Moreno se inclinó por exhibir a la sociometría como una herramienta indispensable y adecuada, al ser empleada como instrumento de medición de las relaciones entre personas de un grupo, sin embargo, cabe hacer notar que las otras dos también son indispensables, pues se encuentran involucradas sin ser mencionadas. Por ejemplo, sociometría deja ver su influencia y aportaciones en algunas leyes sociológicas, “[...] a) la ley de la gravitación social o de la movilidad; b) la ley sociogenética; c) la ley sociodinámica; d) test de las configuraciones sociales; e) ley del átomo social y el fenómeno de la tele relación”. (Moreno en Garrido: 1978: 40) En otras palabras estas leyes se refieren a comportamientos que se han incorporado a la persona a través de mecanismos hereditarios sociales y biológicos desde antes de nacer, emergen y son captados en la

representación de roles, a este proceso le denominamos “juego sutil de la percepción humana”, la gravitación social o movilidad se refiere a las elecciones que realizan las personas en la aceptación, indefinición o rechazo de otras personas en base a criterios o tareas realizables, la sociogenética se refiere a la forma en que las personas se relacionan y organizan entre sí a partir de sus preferencia y entorno conocido, para realizar esas tareas con un nivel óptimo de realización de la misma, el test de las configuraciones sociales representa el dato duro sobre la constitución de esos grupos, el mapa que representa la posición de capa persona dentro de ese grupo y su nivel de cohesión o aislamiento del mismo, el átomo social y la tele relación es un modelo que representa la posición de una persona en relación con personas significativas de su mundo; madre, padre, hermanos, abuelos, parientes, amigos etc., además de los diversos niveles de aprendizaje de su entorno familiar, cultural y social que se posee, es como una unidad que condensa el mundo externo en el mundo interno de la persona. Entonces, la sociometría toma a la sociodinámica para explicar las manifestaciones que acontecen en esa gravitación social, sociogenética, átomo social, etc., para activar movimiento y producción de actos a través del desempeño de roles privados y públicos, para co-crear adecuando los métodos implicados en la sociatría.

Como se puede observar en la siguiente cita textual, además de los elementos fundamentales que dan sentido a la sociometría podemos mirar algunas formas vistas como reglas sociales que privan en la experiencia grupal; la forma en qué se dirigen unos a otros, la molestia de algunos subgrupos cuando se toca algún tema, el cuestionamiento hacia las formas de libertad, entre otras. “Se podría comprender lo privado como aquello personal, aquello que cada participante posee como vivencia e historia y que es celosamente guardado porque duele ser expuesto, la tendencia de la experiencia de este grupo, así como de muchos otros, es la de esconderse en lo racional, ocupar la racionalidad como medida de resistencia, la distancia y frialdad como medida para evitar la emotividad y la necesidad de cercanía, evitar ante todo, llegar a exponerse y dar lugar a acontecimientos relativos a la vida y muerte. Los participantes emprendieron una labor desde el pensamiento, desde la función racional o función del cerebro secundario, la escisión entre mente y cuerpo fueron claras y evidentes. Por un lado, el cuerpo, mediante las consignas de movimiento y expresión fueron bien recibidas en el grupo, el grupo fue el lugar donde se hicieron invisibles las individualidades, para más tarde destacar “la enajenación”, sin embargo en el momento en que se requería la exposición de lo personal y particular había un gran silencio, su presencia, anulaba todo signo de expresión corporal y/o verbal, traduciéndose esto a los ojos del psicodramatista como temor a tocar lo íntimo, lo celosamente guardado. Pero ineludiblemente las acciones propuestas por el director empezaban a forcejear con el cerrojo de la negación, permitiendo con ello, la aparición de imágenes y recuerdos, fantasmas del pasado que se posesionaron en el presente, “in-situ”, “aquí y ahora”. Al principio no se alcanzó a ver del todo la expresión y juego de roles, las esculturas que se fundieron en grupos pequeños hicieron posible ver lo latente. Moreno atribuye gran importancia a esa amalgama de conciencia colectiva y personal, lo colectivo y privado del rol, se esmeró en dar paso a una manifestación de la co-creación, y de paso, esta estrategia derivó en hacer descender la angustia, y acceder a algunos de los contenidos latentes y manifiestos guardados en la memoria grupal, la espontaneidad del grupo pasaba de un extremo al otro, permitiendo la autoexpresión, pero también la resistencia/negación. El rol dice Boria, parafraseando las ideas de Moreno, “hace referencia a un modelo relacional para interpretar las dinámicas psicológicas tanto individuales como colectivas y atribuye al rol el valor de unidad experiencial imprescindible que hace perceptible, observable y modificable la relación y la situación interpersonal” (Boria, 2001). Los roles

empezaron a mostrar una gama de componentes, en cuanto a forma, contenido e investidura, los clúster o membresías adscritas al rol, se fueron presentando de manera tal que la dinámica del grupo, entre resistencia/negación, los llevó a tocar los componentes de la cultura añorada, y que en algún tiempo fueron quitados para beneficio de un sistema autoritario y castrante, que sucumbió en los años 90's por el propio peso de sus pecados contra la sociedad Búlgara". (Pérez en "Canción de Cuna para Sofía": 2011: 131)

No se necesita ser un gran sabio para poner en claro que, debido al comportamiento depredador de algunos individuos, tendremos que buscar diferentes alternativas para enfrentar y responder a los problemas que se suscitan en esos escenarios de la vida cotidiana, los aportes de la ciencia y tecnología, sobre todo esta última, en donde la vida humana se torna cada vez más compleja según se van desarrollando "mejoras" a las diversas formas de vivir, nos coloca en un estado de indefensión y distanciamiento con los otros, el entrelazado social se manifiesta de una manera tal, que los síntomas son vistos como respuesta al sentimiento de desesperanza y tristeza de las personas en un sentido particular, y que se multiplican en lo colectivo. El malestar o patología, pueden identificarse en la aplicación rígida de normas, patrones sociales y culturales, misma que determinar el sentido de la vida del hombre moderno.

Rosa Cukier en el 4to. Congreso Latinoamericano de Psicodrama 2003, destaca en su modelo, las categorías de análisis de la sociedad según la visión de Moreno, cada uno de los conceptos permiten apreciar de manera clara y específica la idea que este tuvo acerca de la sociedad y la propuesta que él había fraguado para intervenir en esa hambre de acción del individuo y los grupos.

Como vemos, el inicio de la ciencia Bioatría y Socionómia coinciden ya desde épocas de Moreno, con la crítica situación histórica de la humanidad, por tal razón, a nuestro autor le interesó profundizar sobre la *prevención y curación de la normalidad de la sociedad*, y al conjugar esta idea de la sociedad encontró una articulación imprescindible, vital, necesaria, con la sociodinámica, sociometría y "[...] sociatría trata(n) los síndromes patológicos de la sociedad normal, de los individuos relacionados entre sí y de los grupos relacionados entre sí". (Moreno: 1972: 61) Los objetivos de esta nueva ciencia son la profilaxis, el diagnóstico y el tratamiento de la especie humana, de las relaciones grupales e inter-grupales y, particularmente la investigación de cómo podemos formar grupos que puedan impulsarse hacia la realización, por vía de técnicas de libertad. El ideal secreto de la sociatría como el de todas las ciencias, es ayudar a la humanidad en la realización de sus metas y, al final, dejar de ser necesaria y perecer.

## II

En otros tiempos, sino es que en el nuestro, concedemos esperanza y certidumbre a la idea de ser rescatados por personajes míticos o simbólicos; una deidad, un ancestro, un Dios, posiblemente, estas invocaciones señalan la presencia de un padre o una madre ideales, o ambos, (¿metáfora o realidad?) una presencia espiritual-simbólica que se enfrente a tales manifestaciones críticas

sociales y naturales. Se le confiere confianza para mantener despierta la expectativa de que el desarrollo de la tecnología y la ciencia se hagan cargo de tales acontecimientos y restablezcan el orden y equilibrio perdidos y, como es de esperarse, se resuelvan enfermedades relativas a la pobreza, guerras, terrorismo, narcotráfico, racismo, marginación, enfermedad, sobre-población, carencia alimentaria, cambio climático, contaminación atmosférica, etc.

Al interactuar con la realidad, existen otros caminos, poco o nada transitados, altamente cuestionados por el estatus quo social, no es representativa, ni comprobable, ni es la forma “normal, científica o estándar” de resolver nada. Estas otras formas que provienen de una lógica no convencional, orgánica, apegada a una tradición que deviene de los confines de la humanidad, de lo inmaterial. De esta manera, los milagros se presentan en mayor o menor medida, y dan paso al equilibrio, a la sanación.

Moreno dejó en claro, que ninguna de las anteriores formas de interactuar en el mundo funcionan por sí mismas, sino que la respuesta se encuentra en la sabia medida entre ambas: “lo conocido y lo no conocido” (o lo que está por ser conocido), estas al combinarse obtienen un resultado pertinente o adecuado para transformar algo. La totalidad de la humanidad, lejos de ser un hecho estadístico, tomará su esencia espiritual y la naturaleza humana. El problema no es la suma de todos, sino las cualidades humanas que se poseen para enfrentar los avatares de la vida, cierto es, cualidades situadas en ese nivel de conciencia en pequeños y grandes grupos, esto hace posible que aparezca un milagro, el milagro de la activación de la energía vital de la humanidad.

Al no existir una propuesta que redefiniera el sentido de la salud mental, en un sentido cósmico, trajo como consecuencia, una visión parcial de la verdadera dimensión del bienestar humano, entre la sociología y psiquiatría, según nuestro autor, existió la ausencia de una propuesta que ayudaría a comprender y solucionar el dilema de las reminiscencias de un conflicto social-cultural y espiritual-psicológico del ser humano. Para ello, nuestro autor propone un camino derivado de esas formas pre-establecidas de análisis de la sociedad, haciendo evidente el diálogo entre cada uno de estos conceptos venidos de la siononomía. “Para avanzar en una ciencia de la paz, necesitamos una extensión de la psiquiatría de la humanidad, una sociatría, [...] Un verdadero procedimiento terapéutico debe tener como objetivo la totalidad de la humanidad. [...] La sociometría combina sociología y psicología sin ser ninguna de ellas. La psicoterapia de grupo es una combinación de psiquiatría y teoría grupal, sin ser ninguna de ellas; es una mutación. El psicodrama no es drama ni psicología, sino una nueva combinación de ambos”. (Moreno, 1969: 14)

En la visión cosmológica moreniana, se da gran importancia al concepto espontaneidad, cuando es llamado al escenario provoca una reacción mística y mágica que inicia su desarrollo en la bioquímica, continua su camino en lo fisiológico, en lo psicológico, para finalmente aparecer en un acto espontáneo en el escenario social, grupal, familiar y personal. Por consecuencia no es solo un concepto frío, es algo vivo, que se siente, que se logra mirar y ver en el comportamiento del acto que se desenvuelve, entonces la espontaneidad a la que se refiere Moreno no es un mero acto

impulsivo, es la manifestación orgánica indispensable para vivir y enfrentar situaciones que desafían su naturaleza biológica y social. Dice Moreno, “[...] Este esfuerzo de liberación aparece como un deseo de reencontrar el paraíso perdido, el primer universo del hombre que, grado por grado, fue reemplazado y recubierto por el segundo universo en que hoy tenemos que vivir”. (Moreno: 1972:55)

Aún el problema central no había sido develado, el grupo fue llevado a través de la activación psico-corporal por medio de la técnica elegida para hacer manifiesto el problema o los problemas que ese grupo llevaba en su conciencia, había que hacerlo evidente, pasar de lo macro a lo micro social, activarlo para dar paso a esa espontaneidad que permitió doblegar la ansiedad, creó un estado de contención y confianza, aquí desarrollar la espontaneidad es fundamental pues permite acceder a esos roles nada o poco desarrollados, dándole argumentos de un nuevo aprendizaje sobre la forma en que se puedan actuar estos:

“Moreno atribuye gran importancia a esa amalgama de conciencia colectiva y personal, lo colectivo y privado del rol, se esmeró en dar paso a una manifestación de la co-creación, y de paso, esta estrategia derivó en hacer descender la angustia, y acceder a algunos de los contenidos latentes y manifiestos guardados en la memoria grupal, la espontaneidad del grupo pasaba de un extremos al otro, permitiendo la autoexpresión, pero también la resistencia/negación. El rol dice Boria, parafraseando las ideas de Moreno, “hace referencia a un modelo relacional para interpretar las dinámicas psicológicas tanto individuales como colectivas y atribuye al rol el valor de unidad experiencial imprescindible que hace perceptible, observable y modificable la relación y la situación interpersonal” (Boria, 2001). Los roles empezaron a mostrar una gama de componentes, en cuanto a forma, contenido e investidura, los clúster o membresías adscritas al rol, se fueron presentando de manera tal que la dinámica del grupo, entre resistencia/negación, los llevó a tocar los componentes de la cultura añorada, y que en algún tiempo fueron quitados para beneficio de un sistema autoritario y castrante, que sucumbió en los años 90’s por el propio peso de sus pecados contra la sociedad Búlgara. (...) Una de las técnicas más empleada en la presente experiencia fue la escultura, imprescindible, emotiva, y simbolizante, los participantes colocaron significados y significantes del consciente e inconsciente. La técnica de la escultura fue solicitada por el director de psicodrama, con la finalidad de dar forma y contenido a algo que no se tenía presente y claro, tratando de evitar respuestas automáticas estructuradas. López y Población, se refieren a la escultura como “expresión plástica simbólica de la estructura vincular de un sistema, obtenida mediante la instrumentación de los cuerpos de dicho sistema”. (López y Población, 1997) (...) Tal definición, ofrece la posibilidad de mirar al grupo a través de la expresión de sus cuerpos en franca cercanía o distancia, develando de alguna manera los vínculos y emociones de este grupo en especial. La escultura permitió una primera aproximación a la vivencia de género, el papel de las mujeres en la cultura búlgara, y como estas influyen en la relación con los hombres, y el hombre escindido entre sus deseos e influencias externas. Fue sorprendente la manera en que el grupo encontró los contenidos manifiestos y latentes, se logró identificar una de las formas que ese grupo emplea para relacionarse con los otros; en lo social, familia y pareja, “(...) La memoria corporal posee modelos, esquemas de comportamiento que mezclan y combinan lo recordado y olvidado y que cuando es reclamada desde la emoción y no desde la razón irrumpen y toma forma fuera de los cauces cognitivos que en la mayoría de las ocasiones impediría, a través de diversos mecanismos de defensa, que emergieran aquellos mecanismos de forma tan evidente”. (López y Población, 1997)

(...) La dinámica de las esculturas mostraron los siguientes temas: (a) una pareja que se va a casar, (b) el coro que les canta, (c) la familia que asiste a la ceremonia, (d) el monumento al comunismo que en Sofía un movimiento pretende derribar, (e) la historia y la identidad de Bulgaria, (f) los profesionales que deben trabajar con estas circunstancias (ver procesamiento)". (Pérez en "Canción de Cuna para Sofía": 2011: 134, 135)

El paraíso perdido es una metáfora que toma a la espontaneidad como etapa del hombre pre-cultural, es el inicio del proceso en que se construye la obra, que desemboca en un segundo universo como acto creador, transformándose esta en la conserva cultural. Boria reflexiona y escribe, sobre el significado de la espontaneidad en su práctica y agrega que la espontaneidad, "[...] Se revela al hombre a través de la percepción íntima de sentir viva la disponibilidad a movilizar las propias energías intelectuales, afectivas y físicas, para entrar en una relación adecuada (es decir que tenga en justa consideración las exigencias intrapsíquicas y las demandas ambientales) con la realidad *inventando* respuestas adecuadas a esa situación". (Boria: 2001: 98)

A los ojos de investigadores y escritores como Darwin, Clausius, Bergson, Buber, entre otros, pensaron que la espontaneidad determina el proceso de la evolución del ser humano, la energía interna que se despierta para realizar el intercambio entre lo que entra al organismo y sale de él, metabolizándola como energía útil para vivir, el impulso necesario para realizar una determinada actividad, las acciones que promueven intercambios entre el mundo interno y el mundo externo. Bajo esta mirada, la espontaneidad moreniana promueve una dinámica interna, que lo inunda y colma de procesos bioquímicos, psicológicos y espirituales, estimulando y movilizando respuestas sintónicas y empáticas en el ser humano y en los grupos dónde estos se desenvuelven, empleando para ello la palabra, el cuerpo, sensaciones, emociones, recuerdos, comportamiento. Para Moreno, "la espontaneidad incita al hombre a reaccionar de un modo más o menos satisfactorio frente a una situación más o menos inédita. El proceso de liberación (*warming up*) es la operación por la cual se expresa la *espontaneidad*. La espontaneidad y su liberación actúan en todos planos de las relaciones humanas, se trate de comer, de pasearse, de dormir, de tener relaciones sexuales, relaciones sociales; se manifiesta en la creación artística, en la vida religiosa y en el ascetismo". (Moreno: 1972: 56)

El proceso espontaneidad da paso a la presencia de una sensación de calma, libertad y esperanza, hace posible el descenso de los niveles de angustia o ansiedad del individuo, y da paso a procesos mentales, que bajo la mano directiva del especialista hace converger al co-conciente y co-inconsciente, realidad y semirealidad, tele y transferencia, lo psicogénico y sociogénico del rol, tele y transferencia, entre otros, para finalmente obtener un resultado denominado creación o co-creación, que es el acto mismo que da respuestas conocidas o desconocidas a las situaciones que se presentan, modificando roles estereotipados o conserva cultural. A continuación se escribe el desarrollo de la elección de dos protagonistas, sin embargo, el Centro Autónomo de Curación y las características de algunos roles relacionados con este, aún se mantuvieron reservados para el día siguiente del taller, pues se habían identificado como problemáticas a la familia y los ancestros como temas de mayor importancia, es así que el especialista acudió al arsenal sociátrico y tomó al psicodrama como metodología de abordaje para trabajar con un protagonista:

"El trabajo con protagonista requirió de un gran esfuerzo por parte del director (hispanoparlante), la traductora (búlgaro-español-búlgaro) y finalmente, la protagonista en su

idioma natal. Cabe apuntar que esta protagonista fue elegida de entre varios candidatos(as), el eco grupal o tele grupal debió traernos a la representante de la emoción del grupo, si esto fue así, estuvimos en presencia de la elección de uno de los tópicos grupales. La protagonista se hizo cargo de las emociones grupales. La dirección de una protagonista mujer, la escena que trajo es muy reciente, se percibe muy emocionada con esta situación evocada. Se encuentra con su pareja, un día antes del taller de fin de semana en el que nos encontramos, ella solicita sea acompañada muy de cerca, se siente observada por sus compañeros. Su escena se presenta en un automóvil, su pareja maneja muy rápido, eso a ella le molesta, hay un silencio que provoca tensión y malestar. A su pareja le molestan muchas cosas de ella, como su madre y que le impongan ciertas actividades como llevarla a la estación con sus maletas. A ella le preocupa que si se habla sobre el conflicto, él se pueda enojar y terminar la relación, ella lo quiere mucho.

### **Momentos de la escena:**

- La primera etapa del trabajo fue hacerse cargo de la protagonista, saber cómo se encuentra, evaluar su predisposición a ser la protagonista.
- Llevarla de la realidad a una semirealidad, al espacio transicional, al momento de su existencia, al momento de la escena.
- En todo momento el director realiza actividades que hacen posible que la protagonista se encuentre caldeada o atemperada para hacer descender sus resistencias.
- La espontaneidad aparece, hay que mantenerla activa, Montaje de la escena, colocar los objetos más importantes de la escena, en este caso el automóvil, Iniciar desde la periferia al centro, conocer la escena, a los personajes, saber sobre sus aspectos íntimos.
- Iniciar con una estrategia, rol-contrarrol y testigo. Rol/ protagonista, contrarrol/novio, testigo/miedo, (hay que recordar que este es el formato de donde se parte, esta estructura se puede modificar de acuerdo a las necesidades de la protagonista).
- En esta escena había que lograr el descentramiento perceptual de la protagonista, hacerla mirar en donde se encontraba el malestar, mediante la inversión de roles se hace posible que ella mirara la presencia de su madre en la relación y el miedo que siente ella, si se desata el conflicto.
- Ella requirió de expresar su verdad a su pareja, sus preocupaciones, esto suena contradictorio puesto que ella menciona que le interesó su hombre porque él es buena escucha y comprende, esto contrasta con lo que ella dijo que necesitaba, el novio le recuerda porque están juntos.
- La escena finaliza con un abrazo con su pareja, un abrazo tierno y comprensivo, en esta etapa hay que recalcar los recursos emocionales que posee el protagonista y que debe poner en juego, por ejemplo esta solicitud de ser tocada y abrazada.
- Segunda protagonización, ahora es un chico que es dirigido hacia una escena que acontece en el apartamento de su amante.
- Al principio el chico se encuentra nervioso, pero con apertura para realizar su trabajo. Nuevamente aparecen las complicaciones culturales, ser tocado o no ser tocado.
- El chico se encuentra en un momento embarazoso, él desea que su amante se disida, estar con él o seguir con su relación que es muy mala.
- Se encuentran en el apartamento de ella, la mujer no le responde nada, se encuentra con la mirada baja.
- La dirección propone varios caminos, pero estos resultan inciertos y poco productivos, por ejemplo; se trae al esposo y la madre de este, para confrontar a la mujer y al chico, no hay respuesta, ella se queda fija en una escultura se poderse mover por sí sola.

- La dirección propone asistirse de otro personaje externo, este es el amigo del chico, el amigo hace algunas observaciones importantes y finalmente el chico, resuelve separar a la mujer de esta escultura fija.

### **Momentos de la escena:**

- Hacerse cargo del protagonista, la directora precavida consulta con el protagonista, sobre si lo puede tocar, el chico accede de manera entusiasta.
- El chico es llevado a la escena la cual ocurre en la cocina (hay muchas dudas y titubeos del protagonista, esto probablemente descaldeó el trabajo del protagonista).
- Se trae a un yo auxiliar para el papel de la mujer, la directora pide que la coloque en una posición para recibir el mensaje del chico, (continúan las indecisiones).
- Este primer momento transcurre en el rol/contrarrol, o sea, entre el chico y la mujer (hay que notar que en este trabajo no se ha traído a un alter-ego, un yo auxiliar que cubra el lugar del chico, la inversión de rol se hace directamente).
- La directora lleva al chico a que elija a otros personajes, el esposo y la madre de este. (ellos fungen como testigos en un primer momento, después pasan a intervenir en la escena).
- Los testigos tienen la función de dar un punto de vista acerca de lo que sucede en la escena, a través de ello, ocurre el descentramiento perceptual).
- Esta estrategia permite visualizar desde el punto de vista del marido y la madre, el asunto de la infidelidad, el chico no puede hacer nada que modifique la citada escultura de esta familia.
- La directora saca al chico de la escena y le incita a que traiga a otro personaje importante, tal vez para romper el guion del protagonista, él trae a su amigo.
- Su amigo trae agua fresca a la escena, le dice cosas que debe tomar en cuenta y que le servirán para tomar una decisión Finalmente el chico, sin más arranca a la mujer de las manos de esposo y suegra". (Pérez en "Canción de Cuna para Sofía": 2011: 136, 137)

A todas luces, Moreno ha señalado en sus ideas que, tenemos en las manos la responsabilidad de identificar, prevenir y remediar los malestares que aquejan a la humanidad, conflictos que obedecen a intereses particulares, que en un inicio se manifestaron y desprendieron de alguien y que, favoreció la alteración el equilibrio de la humanidad. Las formas de mirar y estar en el mundo provocan reacciones en cadena, cuyo objetivo es irrumpir en la armonía social, por lo tanto en las relaciones interpersonales; primero como parte de un átomo social-cultural y posteriormente, como átomo familiar-particular. Gracias a este fenómeno social, nuestro autor nos proporcionó la socionomía como la categoría que subraya las dos formas de mirar esas redes colectivas y particulares, según Moreno, lo que a final de cuentas ha de enfermar y bloquear el desarrollo de experiencias de solidaridad y resolución de conflictos es *la relación*.

El trámite que ayudó a comprender cabalmente a los sujetos bajo esta mirada metodológica y por consecuencia a sanar la relación, es haber podido presenciar el trabajo del protagonista o si este hubiera sido el caso, el trabajo con el grupo, pues este conecta con las experiencias del grupo, y de ello también es importante hablar y expresar. En este caso se dio el trabajo con protagonista, se logró abrir camino para identificar emociones y hablar sobre ellas, es de igual manera, momento

importante pues permite integrar aún más el mundo interno contrastándolo con el mundo externo, macro y microscopio social, en este tiempo, la mayoría de los integrantes del grupo lograron verbalizar o usar el cuerpo para expresar el contenido emocional que conectaron a partir de mirar y participar de las escenas: “La tendencia en el compartir del grupo, las personas implicadas emocionalmente expresaron sus sentimientos y emociones relacionadas con cada uno de los temas que se fueron trabajando. Este primer día sé trabajo con la pareja, aunque de acuerdo al diagnóstico de las esculturas, el tema principal está en la familia y los ancestros. Estos primeros trabajos prepararon al grupo para el siguiente día”. (Pérez en “Canción de Cuna para Sofía”: 2011: 139).

A manera de resumen lo que ocurrió lo siguiente a partir de los ecos y reminiscencias acontecidas el día anterior. La mayoría expuso sus sensaciones y estado de ánimo, algunos otros la curiosidad por ver lo que sucedería después. Pues bien, el trabajo se desarrolló básicamente de la siguiente manera, se pidió la formación de grupos a partir de un criterio sociométrico basado en la experiencia en años de los asistentes 10 son maestros, 35 profesionales que les interesa trabajar con psicodrama y 20 jóvenes estudiantes, de aquí se partió a formar otros grupos con menos integrantes, 11 grupos se formaron con el siguiente criterio que fue ¿con quién me gustaría trabajar? A cada grupo se le pidió que formaran una escultura relacionada con la familia/ancestros. Los grupos realizaron la tarea y formaron esculturas de acuerdo a su percepción del tema. “[...] las escenas puestas en las esculturas representaron las carencias y las formas de afrontar dicha falta, la visión que se fue construyendo en el grupo grande fue de acercamiento a las diferentes generaciones que formaban las escenas, abuelos, padres, e hijos, también la ausencia por muerte en la guerra (e imposición, autoritarismo de un sistema socialista)”. (Paz en “Mirando la Historia”: 2011: 143) La expresión y movimiento de esas esculturas, la asunción de roles, entre otros, los fue metiendo a una dinámica de introspección, espejo, identificando la ausencia de algo o alguien y, de haberlo perdido y sustituido por un elemento ajeno a la cultura, cotidaneidad familiar y social.

### III

Como vemos la propuesta macro y micro social parte de lo general a lo particular, imprimiendo en cada persona experiencias que movilizan las emociones, sentidos, sensibilidad, valores, fortalezas, aquello en lo que se cree, etc. Definitivamente, esta metodología es llevada a cabo para generar en el ser humano actos cargados de gran significado, y que puede lograr miradas desde diferentes frentes para conocer, identificar y lograr una intervención social más allá de los confines mediáticos institucionales tal y como los conocemos hasta ahora.

Los siguientes autores hablan de su experiencia en lo que respecta a lo macro y micro social, y están de acuerdo con la idea moreniana de que ello influye en la mirada del especialista y lo inspira a proponer formas de intervención, sea para prevenir e intervenir en esos procesos sociales. Por ejemplo, dice Navarro J., investigador de la psicología social, plantea en su libro sobre *Enfermedad y Familia* “[...] que la atención a la salud mental, y sobre todo, la prevención de la misma, sea para curar o no, o transmitir esperanza o no, requiere de una relación estrecha entre las redes sociales y los profesionales de la salud, y ofrecer a partir de ella, alternativas de resolución de problemas, y así contribuir en el bienestar de esos núcleos sociales y sus enfermos”. (Navarro: 2004: 17)

En el afamado libro sobre prevención de la salud mental, Caplan propone un procedimiento preventivos y de intervención que aluden a incorporar acciones desde dos ángulos: la acción social y la acción interpersonal. “La primera perspectiva tiende a producir cambios en la comunidad; el objetivo de la segunda es modificar a los individuos en lo particular”. (Caplan: 1985: 32) Nada más cierto que esta idea se empata con la de Moreno en lo referente a lo macro y micro social.

Nieto, una eminente psicodramatista México-Norteamericana, nos habla sobre su trabajo en particular, y describe una de estas formas de intervenir en la sociedad, partiendo de un trabajo que analiza la estructura social en la denominación de áreas de pertenencia social llamadas membresías, así como la identificación de rangos y niveles determinantes del rol, su estudio es llevado al escenario del trabajo grupal y advierte, en su trabajo con grupo y/o protagonista, sobre los recursos con los que cuenta el psicodramatista para hacer efectivo un socio-psicodrama y ayudar a cada participante, a identificar sus propios recursos de sobrevivencia.

Boria, aporta desde su concepción del trabajo psicoterapéutico y de formación, las denominadas *funciones mentales*, basándose en la teoría del desarrollo del niñ@ y lo que acontece en el dispositivo moreniano: inversión de rol, doble y espejo. Hay que subrayar que es aquí, donde la figura materna juega un papel fundamental para la constitución del mundo auxiliar o mundo de contención, es un concepto que simboliza el átomo social-familiar de las personas, siendo esencial en el desarrollo del sujeto, la cual “[...] se encuentra poblada de aquellas personas que han tenido, tienen y tendrán funciones de nutrición y de apoyo a lo largo de la existencia del individuo. El mundo auxiliar proporciona la experiencia subjetiva de sentirse provisto de funciones esenciales ofrecidas por el otro que sustenta, incrementa y restablece el sentido de Sí.” (Boria: 2001: 61)

Rojas, se refiere a esta idea diciendo que la aparición de las medidas de salud mental y su intervención en la comunidad, obedecen a una “[...] determinada evolución ocurrida en el seno de la estructura social. El psicodrama [y otras formas de hacer psicoterapia empleando la metodología de acción para ello] aparece así como una manifestación más de una serie de cambios sociales similares, en los que el común denominador es el compromiso y la participación grupal activa”. (Rojas: 1997: 20)

El grupo, pasa a ser el lugar donde las personas transfieren y depositan su confianza/seguridad, y así emprender un viaje a través de su mundo interno mundo externo, favoreciendo y enriqueciéndolo con una especie de bálsamo que sana las heridas del alma, del rol y la relación. Blatner, al referirse al psicodrama apunta que, “[...] La expresión de sí mismo es tan importante como el insight o la resolución de problemas, y el psicodrama se basa en la apreciación de esa necesidad. Hablar es mejor que no hablar; pero la acción, el movimiento y otras modalidades dan aún mayor plenitud a la experiencia”. (Blatner: 2005: 56) Por mucho tiempo este autor se ha enfrascado en realizar una intervención de psicoterapia clínica notable con el uso del psicodrama, sin embargo en los últimos años le preocupa que este método no reciba los créditos justos, además de que su uso sea mal interpretado, pues en muchos casos este ha sido empleado únicamente en la práctica psicoterapéutica clínica, restándole importancia a su uso en contextos sociales y comunitarios. Por esta razón, Adam se encuentra en esta época en una cruzada para que el método psicodramático sea visualizado como método innovador, ya que este puede ser usado para la expansión de la mente.

Filgueira se refiere a este proceso de la siguiente manera: "Cualquier intervención que se pretenda con los individuos será más completa y eficaz si se lleva a cabo en el contexto natural donde se desenvuelven sus actividades, la situación de relación: el grupo, pues éste nos permite observar de primera mano cómo aparecen y se desarrollan las dificultades en el intercambio personal. Además y como consecuencia de lo anterior, los rendimientos obtenidos de un tratamiento en grupo son más fácilmente transferibles a la vida real del sujeto que los que se obtienen de un tratamiento individual". (Filgueira: 2009: 164) No hay remedio más eficaz para curar el alma que escuchar a otros con los mismos conflictos sociales y personales, saber de ellos, a través de los otros, es una prueba que ayuda a llevar la vida de mejor manera, para lograr este efecto es necesario realizar una estimulación del mundo interno para que aflore la emoción y el sentimiento a través del juego.

Fox, ha elaborado una propuesta grupal dirigida al desplazamiento de energía, historias, emociones, etcétera. Las ha integrado para definirlas a través del concepto "narrativa reticulada", nuestro autor tomó esta manera de expresión al identificar que la palabra reticulada describe la forma en que se encuentran esas hojas de los árboles, pensando en que sus venas, en realidad distribuyen fluidos vitales para la vida del árbol y del entorno, en la fotosíntesis, por medio de la oxigenación del ecosistema. Este fenómeno que acontece de manera natural, asociada con la activación del proceso dentro de la experiencia de teatro playback. Fox se refiere a tal proceso de la siguiente manera: "En el contexto del teatro playback, esta expresión describe las historias personales interconectadas contadas por un grupo o comunidad, de modo que evoca tanto significado como conexión". "[...] estimula el diálogo y describe un emergente modo de comunicación cara a cara que contrasta con los enfoques racionales y planificados". (Fox: 2018: 29) La narrativa reticulada activa cuatro elementos que interactúan entre sí, la presencia de estos garantiza un equilibrio y por lo tanto, una experiencia en toda su magnificencia: la historia, la espontaneidad, la atmósfera y la guía, poniendo estas al servicio del proceso que se gesta en una experiencia de teatro playback.

Desde otro punto de vista, el conflicto social es visto a través de resultados que son percibidos de formas diversas, el trauma social es el conjunto de acontecimientos que marcan a una sociedad, una época; acontecimientos que se presentan en espacios comunes y públicos, y que impactan la vida de las personas, recordemos los escritos paginas arriba: Covid-19, violencia intrafamiliar, represión, genocidio, feminicidios, decisiones tomadas por gobiernos, catástrofes naturales (sismos, incendios, contaminación, etc.). Subyugando y sometiendo a las personas a vivir situaciones inesperadas fuera de los márgenes de sus propias necesidades, imponiendo realidades que de otra manera, llevarían tiempo reconocerlas y adaptarlas a sus circunstancias. Käes (1991, citado en Trauma Social, Modernidad e Identidades Sustraídas: Nuevas Formas de Acción Social), "señala que en las experiencias de catástrofe social las personas necesitan eludir aquellas situaciones de violencia social cuya representación mental produce una desarticulación que amenaza el vínculo entre sujeto y sociedad dado que las re-significaciones colectivas de eventos del pasado se organizan finalmente en el sujeto mediando un proceso psico-afectivo que incluye su biografía, su trama familiar y social actualizados en un presente donde se articulan con otras historias y otras significaciones. Lechner (2002, citado en mismo artículo) denomina "memoria silenciosa" a un proceso propio de la sociedad [...] en referencia a la manera particular como se construyen las nociones de pasado y futuro respecto a los eventos sociales conflictivos, respecto a los cuales se ha

editado un tipo de "memoria por olvido" como una opción no consciente para soslayar el dilema de nombrar y reflexionar respecto a lo siniestro". Entendemos que dicha re-significación puede llegar a ser en extremo confusa y dolorosa, sin embargo, más allá de fortalecer el silencio, se puede empoderar a la persona y comunidad estimulando narraciones que nos hablen de esos sucesos y experiencias, generar la atmósfera y vínculo que contenga y consienta al narrador en esa comunidad, devolviendo fe y esperanza, calmando y dando significado a través de eso que se mira en el escenario.

Nuevamente la pregunta ¿quién sobrevivirá? cobra cabal vigencia ante situaciones de trauma social, cuestiona lo más íntimo de nuestro ser y nos pone en alerta sobre el destino de la humanidad. Nacemos con carencias, rebasados por la capacidad de adaptación de otros seres vivos, requerimos de experiencias que nos doten de sensaciones gratificantes y positivas, promotoras del crecimiento de las funciones nutricias, compartiendo un desarrollo armónico del cuerpo y el cerebro. No todo lo conocido o no toda innovación puede llevarnos a un auténtico desenlace de la espontaneidad y creatividad, saber sobre la fórmula mágica moreniana para lograr ese propósito, representa una gran responsabilidad, es el camino que devuelve al individuo su capacidad de soñar, de amar y saberse en una realidad susceptible de cambios y mejoras, todo es posible, la esperanza y la libertad representan la experiencia del alma humana, conquistarlas es el oficio de existir y vivir del individuo y la colectividad.

Dicho lo anterior, es pertinente hacer un espacio de reflexión y anotar los resultados del taller realizado en Sofía-Bulgaria para con ello, completar y esclarecer, con estos datos, el método moreniano que se empleó. Se tomaran esas palabras dadas por la coordinación del taller, además de dar a conocer en el escrito las emociones fuertes y nutritivas que produjo la experiencia frente a su realidad. El texto se encuentra íntegro en la Revista Aula de Psicodrama "Speculum" No. 1 Oct. 2011, en Mirando la Historia II.

"En el taller emergió un mecanismo que capto mi atención, algo que podría denominar como lo opuesto al derecho a perseguir la felicidad típicamente americana, algo como: la búsqueda de la propia felicidad está prohibida, cualquier acción, incluso cualquier pequeño paso, si es en cumplimiento de tus verdaderas necesidades, se cree que produce mucho daño al otro. Por ello, cuanto más fuerte es la necesidad, más prohibido está cualquier paso para satisfacerla. El paso es percibido como si fuera todo el proceso hacia el logro, como si predeterminase también el camino del otro, de una vez y para siempre, despojando al otro de su elección. Como si tan solo expresar la propia necesidad ya fuese predeterminante del camino del otro. Por lo tanto, empujar un poco o tirar solo un poco es algo que se identifica como agresividad, como dominación, como propio de un tirano. Y uno termina por hacer lo contrario de lo que necesita como la mejor forma de ocultarlo y no amenazar la libertad de elección de los demás. Por loco que pueda parecer y por desconcertante que pueda resultar para el otro, privado de la información. Recorriendo el sendero de la incomprendición (malentendidos). Para que el otro empiece a pensar que tal vez no tengas esa necesidad, que tienes otra necesidad o que eres incapaz de hacer lo que necesitas. [...] Por otro lado, se trata de una secuencia muy natural en nuestra experiencia como sociedad, donde hemos estado en la posición de aquellos sobre los que alguien ha impuesto su necesidad presentándola como nuestra. En nuestro caso, la presencia de este mismo mecanismo en muchas escenas del taller, una especie de requisito de estar más atento a las necesidades ajenas que a las propias, el temor de que, si empujo al otro en dirección a la satisfacción de mi necesidad, aunque sea suavemente, siento estoy haciendo algo malo, clasificado en mi interior como agresivo, egoísta, tiránico. Parece que, después de haber estado sometidos a una tiranía, no podemos ser nada que remotamente

pueda guardar alguna relación con el hecho de ser tirano. Que nos hemos ido al otro extremo, de enterrar nuestras necesidades, haciendo lo contrario de lo que necesitamos. (Georgieva en "Mirando la Historia II": 2011: 158, 159, 161 y 162)

Esta experiencia nos trae a la luz emociones y sentimientos que se han guardado durante muchos años, al encontrar la vía de salida llegó a manifestarse con tal fuerza que impactó, no puede uno dejar de sentir cercanía y solidaridad con estas personas, pues en menor o mayor grado hemos sentido la manipulación de otros sobre nuestras propias necesidades, hasta el punto que llegas a confundirte entre lo que necesita el otro y/o lo que necesitas tú. El procedimiento moreniano con la función de espejo arrojó datos importantes, parece que para que la relación sea compartida las necesidades deben ser igualadas, cuando las relaciones enferman la función de espejo de uno o de ambos lados, se empaña y la imagen se distorsiona, cayendo en una dinámica confusa y dolorosa: opresor/oprimido, totalitarismo/tiranía, sumergiendo a las personas en una sola línea de verticalidad, rompiendo el equilibrio de formas. Ya Moreno se encargó de ilustrarnos sobre el tema de la importancia del teatro terapéutico, y la forma en que debían de ser aplicadas las diversas maniobras del psicodramatista en el ámbito social, familiar e individual, es de vital importancia saber cómo, porqué y para qué, para lo cual Moreno agrega que por medio de la geometría del espacio se determina el lugar de las configuraciones geométricas o esculturas.

La escultura grupal que detona esta reflexión de la colega Búlgara fue la denominada "monumento al ejército soviético", "[...] la energía de alguien que ocupa el centro con soltura, que se impone en tú espacio, cambia tú mundo radicalmente, te impone sus deseos, te utiliza como objeto, pretendiendo saber lo que es mejor para ti, presentándolo todo como la satisfacción de tus necesidades, es una forma terrible de tomar esta energía. Pero en su esencia, es una energía que los seres humanos necesitan hasta cierto punto en determinadas situaciones". (Georgieva en "Mirando la Historia II": 2011: 161) Se requiere de una gran imaginación y sensibilidad ante las formas que toma la Bioatría y la Socionomía para crear la atmósfera y con ello, el escenario psicodramático o en el socio-psicodrama, construcciones que ayuden a identificar, emociones, sentimientos o necesidades como las que se identificaron en el taller de Bulgaria, para concretarlas en un dispositivo estratégico que emplee esos recursos y así desarrollar experiencias vitales, como es la incorporación de esa atmósfera imprescindible del mundo auxiliar, un mundo creado como laboratorio de exploración de experiencias que hacen posible el ensayo de nuevos guiones de vida, claro, brindando la seguridad y confianza para enfrentar al individuo con sus átomos personal, familiar, social, etc., y de aquí extraer sentido al sin sentido.

Cada concepto fue pensado desde esta óptica, la cosmovisión pretendió explicar la importancia de frenar lo que en apariencia era irremediable, el destino y con él, los actos mecánicos que engendraban angustia y desasosiego, no saberse poseedor de su propio destino y responsable de sus actos sin posibilidad de ser creador y co-creador, nulifica la espontaneidad y condena a la humanidad a la enajenación, no saberse capaz de inventarse formas diferentes de interrelación y convivencia, el solo hecho de sentirse de esta manera nos coloca en un estado de indefensión y perdida de los verdaderos motivos de la existencia, y por lo tanto la salud mental se reduce al mantener roles fijos y cristalizados, condenados a la repetición de patrones y normas de comportamiento social.

## IV

Como se ha visto, la Bioatría y Socionomía contienen en su definición y práctica elementos que permiten al especialista e investigador ahondar en claves manifiestas y latentes de la interrelación del individuo en grupos, al hacer uso del macro y microscopio social, esos comportamientos quedan en evidencia; el cuerpo y la mente son requeridos, la expresión en tono corporal y verbal denuncian aspectos del yo y el rol que han permanecido bloqueados o dormidos. Y son convocados en el escenario real o ficticio, con la plena conciencia de que allí serán de utilidad para activar la energía vital de aquellos que participan de la experiencia grupal.

De manera integral el cuerpo se deja llevar por las palabras de quién ejerce el rol de director o coordinador de la experiencia social o psicoterapéutica, con gran maestría este despierta el flujo de energía personal y grupal, al movilizarlo y llevarlo por senderos creados con la imaginación o por senderos reales, según lo permita el medio ambiente donde se suscita la experiencia.

El espacio y el tiempo se vuelven aliados en la construcción de momentos cargados de esa energía facilitadora de sensaciones agradables o desagradables, según sea el caso, son llevados a crear y co-crear; el cuerpo es invitado a caminar, correr, reptar, sentarse, mantenerse de pie, volar, transformarse en un ser animal, vegetal, mineral, en objeto, vestirse como personaje de una escena, ser una deidad, entre otras, la imaginación no tiene límites, pues con estas experiencias el ser humano nutre su espontaneidad y creatividad; filosofía y bioquímica cerebral condicionantes que los induce a vivir situaciones que lo ayudan a sanar, a mantener una visión orgánica de paz y esperanza en su paso por la vida, basando tal intervención con metodologías de acción, donde cada estrategia tiene una finalidad; concentrar su atención en lograr despertar la conciencia.

Platón solía decir a sus estudiantes, la humanidad se encuentra en una caverna, la mayoría se encuentra en la profundidad en un estado de letargo mirando imágenes fantasmales distorsionadas por la poca luz y esperando algo, pocas personas se atreven a dejar este lugar al aventurarse por entre los pasadizos y canales, otros tantos llegan a la superficie y miran otra realidad. En la experiencia moreniana, la humanidad se encuentra alienada, en conserva cultural, el camino hacia la experiencia de la realidad suplementaria o semirealidad, conducen a las personas al encuentro de otras posibilidades de creación y co-creación, los filtros micro y macro prestan un servicio invaluable al especialista, pues por medio de este se encuentra la superficie de ese valioso contenido simbólico. “El taller con todas sus partes, me aporto está claridad sobre esta prioridad psicosocial de mi contexto (de mi misma), que es de la mayor importancia para mí, no solo personalmente, sino para resultar adecuada frente a las clásicas necesidades de mi realización como psicóloga ejerciendo en el contexto búlgaro actual. Fue un seminario que abrió un nuevo sendero. Un sendero cuya cancela había estado bajo muchos cerrojos. Un sendero nuevo en el espacio psicosocial búlgaro. Y en las actitudes mentales búlgaras”. (Georgieva en “Mirando la Historia II”: 2011: 162)

En esta experiencia se acudió de igual forma al *centro autónomo de curación* (CAC), en otras palabras, la operación del macro y microscopio social, conjugando sociodinámica, sociometría y sociatría. Los fundamentos de la propuesta moreniana, así como su metodología, fueron expuestos a partir de la exploración y experimentación en este laboratorio socionómico que Moreno instaura como instrumento de investigación social.

La firme convicción de nuestro autor y después, al seguir las anotaciones sobre su obra, Zerka y Schreiber han encontrado argumentos clave para identificarla y activar el CAC en las experiencias grupales, así como lo hiciera Moreno e Ysrael Baal Shem Tov, el secreto estriba en conducir a personas y grupos a identificar recursos en cada una de ellas, y el CAC, se ha de localizar con la ayuda de tareas que surgen de los meta conceptos para despertar esa conciencia que provee el bienestar humano. Siguiendo esta idea encontramos que “[...] Hay obras bastante significativas a este respecto, como las de Fonseca (1980), que buscó orígenes jasídicos en la filosofía moreniana y luego ratificó la originalidad de Moreno en la presentación del artículo de Waldl (2012); Wechsler (2014; 2016), quien aclara los orígenes epistemológicos del trabajo de Moreno, en un campo más allá de las dualidades cuerpo-mente, hombre-ambiente, ser-acción, sacando a la luz conceptos de complejidad e inmanencia, que abarcan la noción de hombre. Moreno, en una visión filosófica mucho más amplia y libre de los dispositivos limitantes de las ciencias tradicionales, aún distante de los nuevos paradigmas de los tiempos contemporáneos; Marino (2002), quien, en sus clases sobre cosmovisión y hombre morenianos y en una publicación de influencia fenomenológica-existencial, reforzó esta perspectiva en la formación de nuevos socio-psicodramatistas, más atentos a la constitución filosófica de la obra; Sampaio, Mello y Souza, y Anjos (2016), quienes cuestionan el proceso de formación, a menudo tan jerárquico, en las escuelas de teoría moreniana, quitando espacio para la co-creación y producción de nuevos conocimientos; (Mezher et al., 2001), quienes, con el rescate del campo de la axiología y el nombre más apropiado de Socionomía, como una instancia más amplia, desmitificaron las parálisis que nos encarcelan en el término reduccionista psicodrama; Weil (1990), quien abrió nuevas fronteras al pensamiento prominente en esta teorización más amplia. [...]” (Mello y Pinto: 2017: 01)

Ahora, en una escala más amplia de observación e intervención tenemos que, el *opus* del lente macro y micro social emplea el pensamiento moreniano a niveles de conciencia (espiritual, inmaterial y material), instrumentalizándolos como diagnóstico, prevención y corrección de problemas relativos a la interacción de los grupos humanos, así como la estructura y composición de estos en el momento de la interacción, no obstante, a partir de la forma o figuras que se presentan, el investigador podrá observar y nombrar cada uno de los elementos de que constan esos universos y redes de átomos sociales. Dicho proceso es aterrizado al identificar el sitio donde se encuentra la estructura del CAC, hacerlo evidente a la comunidad, según Moreno en palabras de Schreiber, es logra abrir la *unidad orgánica de la humanidad*; no puede haber intervención o psicoterapia alguna, si esta no ésta suscrita a ella.

## V

### Conclusiones:

- El psicodrama y otros métodos de intervención grupal han caído en lo que Moreno cuestionaba a la sociedad; la conserva cultural, pues muchos especialistas han encajonado a este como arsenal de técnicas para ser usadas en contextos psicoterapéuticos, psicopedagógicos, formativos y de capacitación.

- Muchas escuelas de formación de “psicodramatistas” dan por hecho que los conocimientos que se ofrecen son suficientes para alcanzar a comprender el origen o fuentes de la obra moreniana, y de cómo esta repercute o se articula a nivel macro y micro social. Para acceder a ese conocimiento, la oferta y demanda del aprendizaje de conceptos y técnicas van en función a lo que es requerido en el momento, lo que se pone de moda.
- La construcción del conocimiento sobre fenómenos sociales y psicológicos requiere de una rigurosidad científica, cuando se pretende documentar una investigación o algún suceso derivado de la intervención grupal bajo la visión de este modelo se acuden a tomar prestados conceptos que provienen de otras escuelas de psicoterapia grupal y se cree que la obra moreniana no alcanza a dar una explicación lógica para explicar tales eventos.
- Hay situaciones que deben ser ubicadas en contextos macro sociales, pues estos afectan la vida y desempeño de roles de esas agrupaciones. Al comprender su influencia en esos grupos y de cómo estos afectan el sistema pensamiento y comportamiento que se observa en los roles a nivel micro social (lo particular del grupo), para así elegir el método de acción necesario a esa situación.
- La Bionomía y Socionomía son meta fundamentos que vienen suscritos en la obra moreniana, hay que leer esos textos entre líneas para identificar el contenido de esa sabiduría milenaria, donde la estructura vertical de la sociedad sean confrontadas con formas horizontales de respuesta acorde con los roles de esos grupos en situación de conflicto. Identificar la naturaleza orgánica y social aduce a mirar detenidamente el comportamiento de los roles frente a la presencia de esa estructura vertical, es aquí donde el término “juego sutil” cobra importancia, cada necesidad se relaciona con el contexto y este afecta el desempeño de esos roles, el reto es activar un juego que permita descubrir o sorprender el rol inadecuado que se está jugando, y acompañar al grupo y persona a empoderarse para mirarlo, actuar con él y sobre él, aprender de esa acción y si la necesidad es la de modifícalo, emprender la tarea para hacerlo.
- La Sociodinámica, Sociometría y Sociatría, cada una tiene un papel fundamental en el juego de la sutileza relacional humana. Las dos primeras se encuentran interconectadas, sociodinámica representa las reglas y normas que se juegan en las interrelaciones humanas, son como las formas que toma el rol que se explicitan y deben ser observadas en el comportamiento, educación, ética, moral de cualquier ser humano en relación con grupos e instituciones, estas a su vez, juegan con esta dinámica sociométrica de ser elegido o rechazado, percibido o no percibido, bajo criterios o tareas estipuladas por la sociedad, y que impactan la vida anímica de las personas. Finalmente, en base a la necesidad requerida para esos grupos se implementan formas de intervención y prevención grupal, para dotarles de formas más adecuadas de enfrentar la vida. Estos tres conceptos poseen formas de activación e intervención de la grupalidad, estas hasta son independientes a los método más conocidos de la obra moreniana. Después de haber identificado las sutiles formas del rol en juego, se procederá a incorporar estos métodos, generando movimiento orgánico, fluir de la energía a través del cuerpo particular y del cuerpo grupal, fluir de la intersubjetividad libre de restricciones y prejuicios, fluir de la palabra en el proceso del cerebro primario (fantasías) al cerebro secundario (dar sentido al sin sentido). De manera holística

encontramos que todo el ser personal y grupal se encuentra incorporado a la experiencia, apoyandose en la creación y co-creación de Dios y los yo-auxiliares.

- La sociodinamía visualiza el rol conserva cultural y es llevado hacia otras formas de concebir esas relaciones, bajando niveles de ansiedad, dando paso al proceso de espontaneidad/creatividad al forjar formas diferentes y diversas de relación con los otros. La sociometría es activada para emprender la tarea de comunicación entre los participantes, gestando una percepción (tele) sana y clara, libre de estereotipos, encontrando razones y sensaciones del porqué se acercan a una persona u otra. La sociatría ofrece las formas técnicas para que se activen experiencias que permitan el libre juego de las sutilezas entre las personas involucradas. Cualquier cosa que tenga que ver con la vida de las personas y que sean significativas para estos, podrán ser activadas en el escenario macro y micro social: un trauma social o de salud trabajado con el método sacionomía, sociometría y sociatría, tomado como técnicas la sociometría en acción con el criterio de elección de preferencias sobre objetos, animales, colores, minerales, fauna, entre otras, para definir un mapa relacional al solicitar la elección de aquella persona que llame la atención sobre su preferencia, podrá permitir que se constituya ese mapa. Hay que usar como medio de comunicación lo que se siente por el otro y lo que cada persona registra en relación a sus elecciones y preferencias, el tele o neuronas espejo hacen posible el desarrollo de esta acción. Cabe destacar que conceptos como consciente y co-consciente se encuentran ligados a estos procesos, pues al asumir y desarrollar roles estos se encuentran permeados individual y grupalmente por estas construcciones mentales; conciencia individual del entorno donde se encuentran, co-conciencia grupal como se influyen unas personas a otras en el entorno donde se encuentran viviendo.
- Las herramientas de intervención y prevención emergen como instrumentos que se emplean para trabajar con comunidades, grupos e individuos, son elegidas de acuerdo al criterio del especialista, pero sobre todo, con la visión y percepción de este al observar y estudiar el contexto donde viven y desarrollan las personas que integran esas comunidades y grupos. Se pueden emplear métodos como el psicodrama psicoterapéutico/pedagógico, sociodrama, axiodrama, role playing, teatro playback, entre otros. Siguiendo los pasos que cada uno de estos posee en su estructura metodológica. Cabe subrayar que por mucho tiempo se le ha concedido al método psicodramático el lugar de meta fundamento, aquel que explica los fenómenos sociales, ecológicos y psicológicos de comunidades y grupo, pero este ha sido puesto en ese lugar al haberse desplazado su teoría a un segundo nivel de importancia, es así que a la cosmovisión moreniana se le ha restado fuerza y presencia, y por lo tanto, el ejercicio del trabajo con comunidad y grupos queda fuera de balance. No se olvide que la obra de Moreno debe ser vista de manera Holística, el todo tienen que ver con los componentes de ese todo; con la organización de los sistemas, con la estructura y formas de relación dentro de la misma, con los micro y macro componentes de esa estructura, con lo manifiesto y latente, con rituales, mitos y comportamiento en los contextos donde se desarrolla la comunidad, grupo y personas.

## Bibliografía

- Blatner, Adam (2005) "El Psicodrama en la Práctica". Pax. México.
- \_\_\_\_\_ (2019) "Preocupaciones de Adam sobre el uso del psicodrama en el ámbito social". Inédito, e-mail.
- Boria, G., et. al. (2001) "Metodología de Acción para una Existencia Creadora; el Psicodrama Clásico". Itaca. México.
- \_\_\_\_\_ (2005) "Psicoterapia Psicodrammatica". FrancoAngeli, Italia.
- Brenes A., et. al. (2008) "Psicodrama", "Seis Enfoques Psicoterapéuticos". Manual Moderno. México.
- Bustos, D. (1985) "Nuevos Rumbos en Psicoterapia Psicodramática". Momento. Argentina.
- Caplan, G. (1985) "Principios de Psiquiatría Preventiva". Paidos. España.
- Cukier, R. (2003) "Ponencia" Cuarto Congreso Latinoamericano de Psicodrama. Argentina.
- Democracy Now (2020)
- [https://www.democracynow.org/2020/6/1/cornel\\_west\\_us\\_moment\\_of\\_reckoning?fbclid=IwAR0LvwGyaFAZCXayJi\\_tvSQ7d36ve-98YJbOyN8hUMVG3QM8FWPTrMsaq8c](https://www.democracynow.org/2020/6/1/cornel_west_us_moment_of_reckoning?fbclid=IwAR0LvwGyaFAZCXayJi_tvSQ7d36ve-98YJbOyN8hUMVG3QM8FWPTrMsaq8c)
- Dotti, L. (1998) "Métodos y Técnicas Psicodramáticas en la Formación y en la Intervención Social". FrancoAngelica. Italia.
- Ellinger, A. et. al. (2019) "Manual de Teatro Playback". www.PlaybackNorthAmerica.com E.U.
- Filgueira, M., et. al. (2009) "Manual de Formación de la Asociación Española de Psicodrama". Asociación Española de Psicodrama. España.
- Fox, J. (2018) "Narrativa Reticulada: Una teoría explicativa para el teatro playback en Teatro Playback en Historias que nos conectan". Ed. Octaedro. España.
- Garrido, E. (1978) "Psicología del Encuentro". Graficas Ortega. España.
- Georgieva, J (2011) en "Mirando la Historia II, Revista del Aula de Psicodrama, No. 1, Octubre, Ed. Fundamentos. España
- Iglesias M. "Trauma Social". Universidad de Chile, Chile. [miglesia@uchile.cl](mailto:miglesia@uchile.cl) / [www.historia-actual.es](http://www.historia-actual.es)
- Kovalskys, J. "Trauma Social, Modernidad e Identidades Sustraídas: Nuevas Formas de Acción Social". Instituto Latinoamericano de Salud Mental y Derechos Humanos Universidad de Chile.  
[https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-22282006000200002](https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-22282006000200002)
- Leventon, E. (2010) "Healing Collective Trauma". Ed. Springer Publishing Co. E.U.
- Marineau, R. (1989) "La Biografía de Moreno". Lumen. Argentina.
- Martinéz, C. (2007) "¿Dónde Habitán los Personajes Imaginarios?". Ediciones Aluminé. España.

- Menegazzo, C.** (1981) "Magia, Mito y Psicodrama". Paídos. Argentina.
- Mello, D. et.al** (2017) "La Bioatría como Meta Eje Teórico Esencial". Revista Brasileña de Psicodrama, vol.25, No. 1. Brasil.
- Moreno, J.** (1993) "Psicodrama". Lumen-Hormé. Argentina.
- \_\_\_\_\_ (1972) "Fundamentos de Sociometría". Paidos. Argentina.
- \_\_\_\_\_ (1977) "El Teatro de la Espontaneidad". Vancu. Argentina.
- \_\_\_\_\_ (1983) "Psicoterapia de Grupo y Psicodrama". Fondo de Cultura Económica. México.
- Navarro, J.** (2004) "Enfermedad y Familia". Paidos. España.
- Nieto, L. et. al.** (2010) "Beyond Inclusion, Beyond Empowerment, Cuetzpalin. Olimpia-Washinton. E.U.
- \_\_\_\_\_ (2010) "Healing Collective Trauma" Using Sociodrama and Drama Therapy. Springer Publishing Company. E.U.
- Pérez, R.** (2011) en "Mirando la Historia", Revista del Aula de Psicodrama. No. 0, Enero. Ed. Fundamentos. España.
- \_\_\_\_\_ (2011) en "Mirendo la Historia II", Revista del Aula de Psicodrama. No. 1, Octubre. Ed. Fundamentos. España.
- \_\_\_\_\_ (2012) "Teatro e Improvisación", ed. Lomo Sapiens, México.
- Rispoli, L. et. al.** (2000) "Misurare lo stress". FrancoAngeli. Italia.
- \_\_\_\_\_ (2004) "Esperienze di base e sviluppo del sé". Franco Angeli. Italia.
- Rojas, J.** (1997) "Teoría y Técnica Psicodramática". Paidos, España.
- Rizzolatti, G. et. al.** (2006) "Las Neuronas Espejo". Paidos. España.
- Sánchez, M.E.** (2000) "El yo y el nosotros". Ed. ITACA. México.
- \_\_\_\_\_, et. al. (2007) "El Caballito de Troya". Inédito. México.
- Sims, A.** (2008) "Síntomas Mentales". Triacastela. España.
- Timasheff, N.** "La Teoría Sociológica". Fondo de Cultura Económica. México 2006.



# GNOTHI SEAUTÓN, EL PRINCIPIO MÍTICO DE LA DRAMATERAPIA

CÉSAR FARAH

El siguiente ensayo, es un trabajo en progreso que intenta dar cuenta de la relación entre ciertos principios vinculados al concepto de mito, su función social originaria (y actual, probablemente), así como sus posibles relaciones con formas teatrales consideradas clásicas, que en su tiempo poseían componentes culturales ideológicos y políticos que la historia, hoy día, parece haberlos atenuado, olvidado e incluso desperdiciado, aunque en su momento fueron la esencia de dichas formas. También, dar una breve ojeada al concepto de personaje y a, al menos, tres tipos de aproximación a este concepto. Finalmente, considerar las repercusiones que estas ideas pueden tener en la comprensión de la dramaterapia y en la liberación emotiva, sanación y mejoramiento en la calidad de vida de los individuos.

## **El mito, la mentira y la verdad definen a penales.**

En principio, se hace necesario pensar el concepto de mito desde una perspectiva más específica, calificada en virtud de su significación social y, por tanto, cultural, en aquellas comunidades en las que se desarrolló y sigue desarrollándose<sup>1</sup>.

Resulta fundamental alejarse de la idea de mito como una ficción, como una suerte de cuento inventado por mentes ignorantes y que se sostiene en falsedades, especialmente esto último es relevante, es clave comprender que nunca nos relacionamos con la realidad última, completa, absoluta del mundo, que no conocemos su “esencia” y por tanto, estamos mediados por nuestros sistemas de comprensión que, a su vez, se sostienen particularmente en el lenguaje; dicho esto, también tener en conciencia que en virtud de estas convenciones nos desarrollamos en la vida cotidiana y tomamos decisiones de todo tipo: ideológicas, políticas, emocionales, materiales.

Sería difícil encontrar una definición de mito que pueda abarcar todos los ámbitos de la misma, que sea accesible para todos y sucinta, el mito es una **realidad cultural extremadamente compleja**, decimos “realidad” cultural con especial conciencia de las palabras, el mito no es una ficción, sino una verdad; una realidad, en la medida que funciona como paradigma social y en las diferentes

---

<sup>1</sup> Contra lo que puede pensarse superficialmente, el “mito” sigue teniendo un peso importante, sino central, en las sociedades modernas y posmodernas (coloniales y postcoloniales, si se prefiere otra nomenclatura), ello en virtud que la manera que proponemos de pensar este concepto no es la decimonónica tradicional, vinculada a ficción o, directamente, mentira. Por el contrario, pensamos el mito como una forma de establecer paradigmas sociales, ideológicos y culturales que manifiestan líneas éticas en la construcción de las sociedades. La bibliografía al respecto es variada, pero no pueden desconocerse los aportes –a estas alturas clásicos- de Ernst Cassirer, Levy-Strauss, George Dumezil y, desde otra perspectiva, Roland Barthes.

culturas se articula como medio de comprensión y organización de las sociedades, por ello, precisamente, es que puede interpretarse en perspectivas múltiples y complementarias.

En general, una definición que puede servir como herramienta de estudio y análisis, a la vez que posee la cualidad de ser amplia, es la siguiente: el mito cuenta una historia generalmente sagrada (volveremos sobre este concepto), narrando un acontecimiento que ha tenido lugar en un tiempo primordial, un tiempo fabuloso que se vincula, o bien al origen del mundo, de una sociedad o de un calidad (ética, política) de dicha comunidad. El mito cuenta como una realidad o un orden de mundo se ha revelado a la existencia sea esta la realidad total o un fragmento de ella,<sup>2</sup> cuando decimos “realidad” nos referimos a ella en múltiples circunstancias, sean estás materiales o de comportamiento, es decir, puede el mito exponer como las montañas de la cordillera han llegado a ser o como el rito de iniciación de la adulterz Yagán se ha constituido o (la burguesía está llena de mitos) por qué ahorrar y almacenar es una costumbre éticamente positiva. En general, es el relato de una creación y sus consecuencias, como algo ha sido producido, como algo ha comenzado a ser y que ha traído consigo esa instauración.

Estos mitos, además, son considerados verdaderos por quienes participan de ellos, porque la realidad misma del mundo está ahí para probarlos. Aquellos mitos que explican la creación del mundo, la procreación humana o la muerte son verdaderos, dado que el mundo, el embarazo y la mortalidad, existen en la realidad, *el hecho prueba la explicación, no al revés*, con lo que, eventualmente, podría hablarse de una estructura mítica de pensamiento.<sup>3</sup>

El mito posee estructuras y funciones diversas: por una parte suele sostener ciertos modos de estructura cultural que desarrollan valores y creencias, en este sentido, soporta las creencias generales sobre la realidad en una comunidad, pero es al mismo tiempo, un medio para construirlas.

En el mundo antiguo las actividades profanas son aquellas que no tienen una significación mítica, que carecen de modelos ejemplares y que no participan de actividades específicas dotadas de sentido preciso.

Una acción o un objeto no son reales, sino, en la medida en que imitan o repiten un arquetipo. Así, la realidad se adquiere exclusivamente por repetición o participación, todo lo que no tiene un modelo ejemplar está “desprovisto de sentido”, esto es paradójico, pues, el hombre no se reconoce como ser real, sino en la medida que deja de ser el mismo y se dedica a imitar y repetir otros actos comunitarios, los que le dotan de pertenencia, identidad y sentido.

El hombre es verdaderamente él mismo, en el momento de los rituales o de los actos importantes. La conciencia arcaica no concede importancia alguna a los “**recuerdos personales**”, sino, en la idea tribal o comunitaria.<sup>4</sup>

En la idea de mito, en su funcionalidad o actividad cultural, siempre va incluido un acto de creencia, sin la creencia en la realidad de su objeto o de su factibilidad sobre la vida, el mito perdería su base.

---

<sup>2</sup> Cassirer, Ernst. *Antropología filosófica, introducción a una filosofía de la cultura*. México, Fondo de Cultura Económica. 1968.

Levy Strauss, Claude. *Mito y Significado*. Buenos Aires. Alianza Editorial. 1986.

<sup>3</sup> Levy Strauss, Claude. *El pensamiento salvaje*. México, Fondo de Cultura Económica. 1970.

<sup>4</sup> Levy Strauss, Claude. *Mito y significado*. Madrid, Alianza Editorial. 2012.

La magia, la fe, lo espiritual, representan una implícita, pero real y firme creencia en el orden y uniformidad de la naturaleza.

La naturaleza en un sentido empírico o científico puede ser definida –aproximadamente- como la “existencia de los fenómenos en cuanto están determinados por leyes universales, a través de modelos lógicos de comprensión; que a su vez, son comprobables, repetibles”.

Semejante naturaleza no existe para el mito, que es dinámico, dramático, de fuerzas y poderes en pugna, el mito es necesariamente, emotivo, lo que no deja de ser trascendente, si tomamos en cuenta que el sistema límbico ocupa la mayor parte de nuestro cerebro emocional.

Para poder aprehender el mito lo que se necesita no es una explicación enciclopédica de meros pensamientos o ecuaciones, sino, una interpretación de la vida mítica.

Además de resaltar los procesos de la actividad mítica que dan origen al mundo, son los mitos, modos ejemplarizadores de conductas humanas significativas al interior de un núcleo social<sup>5</sup>.

Nuestra actividad lógica, empírica y científica, posee confianza absoluta en las leyes naturales (una leyenda, ciertamente), la actitud del hombre “primitivo” es diferente, todas las cosas comprendidas en la naturaleza se hallan unidas por redes de participaciones y exclusiones míticas, posiblemente porque sus representaciones del mundo son, esencialmente, colectivas. Al decir colectivas, no nos referimos simplemente a un colectivo de personas, sino que también a las relaciones profundas y significativas que poseen con el clima, los animales, las plantas, los árboles, etc.

No son aplicables las leyes de nuestra propia lógica a este tipo de pensamiento, las leyes de pensamiento racional resultan inválidas, en el sentido hermenéutico (tradicionalmente hermenéutico) de ellas, esto, en la búsqueda de desentrañar una verdad irreductible sino a sí misma y que permita constituir la apreciación del significado final y último de un evento, una acción, una historia.

Lo que nosotros llamamos “irracional” son las **premisas** de donde parte la interpretación del mundo, pero –y esto es de suma importancia- **no constituye el modo ni la interpretación misma**. No soy, por supuesto, un especialista en psicología ni psiquiatría, pero el sistema que describo, no deja de parecerme particularmente similar a como pensaron y se aproximan al mundo y la realidad Freud, Jung o Lacan. A riesgo de parecer insistente, vuelvo a aclarar lo que digo, no me refiero en absoluto a que los tres autores modernos mencionados fuesen irrationales, de hecho Freud y Jung fueron totalmente científicos, Lacan, en la mayoría de los casos también, lo que asevero es que a partir de fenómenos y constructos no racionales, emerge un conocimiento que da cuenta y organiza, incluso al punto de convertirse en un paradigma, las relaciones humanas, sociales e incluso culturales.

Si aceptamos esas premisas a la luz de las sociedades arcaicas las inferencias procedentes de ellas resultaran lógicas.

---

<sup>5</sup> La respuesta invariable de culturas antiguas a diversos antropólogos que les entrevistaron y trabajaron con ellos, frente a la pregunta de por qué tal o cual actividad la llevaban a cabo de esa manera fue: “así lo hicieron los antepasados”.

El sustrato real del mito no es de pensamiento lógico racional, sino de sentimiento, de emotividad, su coherencia (del mito) depende mucho más de su grado de unidad de sentimiento que de reglas lógicamente concatenadas, el método científico necesita, para su correcto funcionamiento, describir y explicar por métodos generales, dividir el todo continuo de la naturaleza en parcelas, generalmente sincrónicas, con límites claros (épocas de la historia, reinos de flora y fauna, etc.); su lenguaje no es organizado de manera lineal ni denotativa, sino que se mueve en el ámbito de los connotativo y metafórico.

La mentalidad mítica, ignora y rechaza los cortes sincrónicos de la ciencia, su visión de la vida es sintética y no analítica, no se halla dividida en clases y subclases, es sentida como un todo continuo, diacrónico, que no admite escisiones, no hay diferencias específicas, genero totales o próximos en la vida natural, aun así, el este formato de pensamiento, capta muchísimas diferencias empíricas de las cosas, capta claramente los rasgos distintivos del mundo y además su constante metamorfosis, pero no los separa como piezas disímiles de una totalidad.

La mentalidad arcaica se caracteriza no por su lógica, sino por su sentimiento general de vida. No se acerca a ella ni teóricamente ni **pragmáticamente**, sino **simpáticamente**, por eso es que el mito brota también, **emotivamente**.

El hombre “primitivo” en su formato de pensamiento mítico, no carece en absoluto de la capacidad (a veces mucho más que el civilizado) para captar las diferencias empíricas de las cosas, pero en su noción de la naturaleza y de la vida, todas estas diferencias se hallan unificadas por un sentimiento más fuerte: la convicción profunda de una **solidaridad** fundamental e indeleble **de la vida** que salta por sobre la multiplicidad de sus formas singulares.

### **Lenguaje mítico: El ventrílocuo de la cultura.**

Un punto fundamental es cómo se vehiculiza el mito. En principio, es necesario constatar que no existe un concepto sin una estructura, digamos, material que lo sostenga. Las ideas no flotan en un cielo abstracto y remoto, fuera de la realidad humana, sino que (precisamente por ser humanas) las ideas se vehiculan materialmente, se constituyen sobre la realidad material y en ella se sostienen y viajan. Podremos decir que en muchos formatos de lenguaje diferentes, pero con predominancia del lenguaje articulado hablado. Comprendo que esta puede ser una larga y compleja discusión, pero dado que no es el tema de este ensayo ni tengo el espacio aquí de tratarlo, lo trabajaré como una base de mi argumentación, para este caso.

Según Roland Barthes<sup>6</sup>, el mito es un habla. No cualquier habla, pues el lenguaje necesita de ciertas características especiales para constituirse en mito, pero fundamentalmente, podemos plantear que el mito es un **sistema de comunicación**, el mito no podría ser un objeto, un concepto o una idea, sino que se trata de **una forma, se trata de un modo de significación**, según esta teoría el mito

---

<sup>6</sup> Barthes, Roland. *Mitologías*. México. Siglo XXI edic. 2008.

no se define por el objeto de su mensaje, sino, por la forma en que se lo profiere, sus límites serán formales y no sustanciales.

¿Entonces todo puede ser un mito?, según Barthes, si, pues, el universo puede ser infinitamente sugestivo.

“Sería totalmente ilusorio pretender una discriminación sustancial entre los objetos míticos: si el mito es un habla, todo lo que justifique un discurso puede ser mito. El mito no se define por el objeto de su mensaje, sino por la forma en que se lo profiere: sus límites son formales, no sustanciales. ¿Entonces, todo puede ser un mito? Sí, yo creo que sí, porque el universo es infinitamente sugestivo”<sup>7</sup>

Cada objeto del mundo, puede pasar de un estado cerrado y silencioso a uno más amplio, abierto y parlante en un sentido mítico. Bajo esta idea, no hay “**objetos míticos**” por sí mismos, sino que el modo en que los construimos formalmente en el lenguaje los dotará de esta característica.

El mito, así visto, tendrá un fundamento histórico, puesto que es un habla elegido por la historia, no surge de la “naturaleza” de las cosas, es una elaboración.

Además, este habla es un mensaje (intenta y a menudo logra significar), está dotado de significabilidad y, más aún, amplia los márgenes de la semiosis en los objetos o fenómenos de los que participa; su lenguaje no es necesariamente oral, si bien tiende a ser predominante en las comunicaciones humanas y en el habla mítica, también puede emerger en otras formas semióticas, para Barthes incluso en fotos, cine, publicidad, deportes, etc.

La palabra mítica, está constituida por una materia ya trabajada pensando en una comunicación apropiada. **Todo material mítico presupone una conciencia que pueda razonar sobre ellos, independientemente de su materia.** Por lo tanto, aquí entenderemos como discurso o habla, toda síntesis significante, verbal o visual: una foto, un artículo, un spot, etc. Cualquier objeto podrá ser (o dejar de serlo) por significar (o no) algo. El semiólogo francés, expone que la **mitología** pertenece al espacio de la **semiología** como ciencia formal y de la **ideología** como ciencia histórica (Barthes, 1957). Después de todo, la semiología es una ciencia de formas porque estudia significaciones más allá del contenido de ellas.

En el mito encontramos un sistema particular por cuanto se edifica a partir de una cadena semiológica que existe previamente, es un sistema semiológico segundo.

El signo, al interior del mito, se convierte en significante. El término final de la primera cadena semiológica es precisamente el primero o inicial de la segunda, un sistema amplificado que Barthes presenta como mito.

---

<sup>7</sup> Barthes, Roland. *Mitologías*. Mexico. Siglo XXI edic. 2008.



El mito es una segunda lengua en la cual se habla de la primera. Estoy ante un sistema semiológico amplificado, existe un significante formado a su vez previamente, de un sistema sígnico ya completo. En el mito el significante puede considerarse como final de un sistema o inicio del segundo.

El significante del mito se presenta en forma ambigua: es, a la vez, sentido y forma, lleno de un lado y vacío del otro. Como sentido se capta ya, con los ojos, tiene realidad sensorial incluso, el sentido muestra ya una historia, una significación que puede bastarse a sí mismo, pero el mito la captura, convirtiéndola en una forma parásita, el sentido ya estaba completo, pero al devenir en forma, el sentido aleja su contingencia, se vacía, se empobrece, la historia se evapora, no queda más que la letra.

La forma no suprime el sentido, sino que lo empobrece, lo aleja, o mantiene a su disposición, en *stand by* si se me permite el anglicanismo, el sentido pierde valor, pero mantiene la vida, y de esa vida va a alimentarse la forma del mito, es necesario que la forma pueda echar raíces en el sentido y ocultarse en él, el juego de escondidas explicado es fundamental para el mito.

El concepto implanta en el mito una historia nueva, más amplia; como concepto connotador de lo comunicado, **el concepto se inviste de un cierto conocimiento de lo real más que lo real mismo.**

En los conceptos míticos no hay fijeza, pueden hacerse, alterarse, deshacerse, desparecer completamente, precisamente porque son históricos.

El mito no oculta un conocimiento, el mito lo **deforma**, el concepto se ofrece como una nebulosa, la condensación más ó menos imprecisa une el concepto del mito al sentido, es una relación de **deformación**.

En el mito, el concepto deforma el sentido, esta deformación es sólo posible porque la forma ya está constituida por un sentido lingüístico anterior.

Lo que el concepto cambia es la cara llena, el sentido, es despojado de su historia, convertido en gesto, se deforma, pero sigue allí, se les ha quitado la memoria no la existencia, son al mismo tiempo porfiados y serviles.

Este es un sistema doble, la partida del mito, está constituida por la llegada de un sentido, por lo tanto el mito es apelativo, surgido de contingencias humanas duraderas, nos viene a buscar a mí y a todos los que participamos de dicha contingencia, nos conmina a recibirla, para reconocer la serie de intenciones que lo han motivado.

### **Esa voz que habla más de mí que yo mismo.**

Las acciones son la base sustancial de la palabra mítica, del drama y, en general, de casi todo relato o puesta en escena. En general, la teoría parece estar de acuerdo (desde Aristóteles en adelante) que es la acción la base central de todo relato o puesta en escena, acciones, por cierto, que deben poseer un conflicto y, en la medida que se revisan las diversas estructuras narrativas, se podrá observar que esto es así, en efecto. Las acciones se producen dentro de un entramado sígnico de múltiples relaciones que implican a quienes llevan a cabo esas acciones, por supuesto, esto no es privativo de la ficción, sino que también se extiende, al menos para fines analíticos, a las vidas reales, concretas, materiales, de las personas. Cuando hablo de las “vidas materiales de las personas” implico en esta frase el mundo psicológico de la gente, pues este, aunque es pensamiento, es pensamiento en acción, es pensamiento visto como la mente performativa, incluso cuando esos pensamientos no son llevados a cabo, marcan una determinada línea de personalidad de los sujetos que los definen en la vida y sobre las cuales tomamos decisiones reales, concretas.

Dicho esto, resulta de particular interés pensar el concepto de personaje y, al menos, tres distinciones que pueden hacer respecto de él, siempre en función del análisis y uso del mismo.

Esta distinción, básica, en modo alguno cerrada o única, implica tres dimensiones importantes a tener en cuenta: actante, rol, personaje.

Quisiera insistir en que estas dimensiones son de uso analítico, operacional, que a menudo se contaminan entre sí y con límites imprecisos, nunca cerrados o inflexibles.

El actante, proviene evidentemente del esquema actancial; una construcción sintáctica sobre el modelo lógístico de la sintaxis estructural de Lucien De Tesniere, cuya finalidad es dar cuenta de la manera más simple y directa posible de la acción dramática y sus diversos factores.

Una pequeña cantidad de elementos animados o no, presentes en todas las obras, los actantes, poseen una *función*, que consiste en establecer relaciones estructurales que expliquen la actividad llevada a cabo por quienes participan de una acción. El concepto de “actante” ulteriormente tendrá un amplio uso en los estudios de carácter semiótico, en la antropología, filología y teoría literaria, dando cuenta a través de este concepto de los individuos que participen de cualquier programa

narrativo o de puesta en escena. Vladimir Propp y Algirdas J. Greimas, también usarán esta noción, lo mismo que Étienne Souriau, para exponer los elementos al interior de todo relato que “hacen algo”, se define el actante “como aquel que hace algo” más allá de toda otra característica, es su acción aquello que lo define, reduciendo a una función dentro de una acción al personaje.

Por su parte, el rol, semióticamente más densificado<sup>8</sup>, implica una caracterización de carácter contextual, fundamentalmente histórica y cultural, que da ciertas características a un personaje, que lo definen someramente, son características reconocibles a primera lectura, signos que exponen una base identitaria que no es específica ni autoreferencial, sino social, siempre social, porque el rol puede ser adoptado por cualquiera, sin desmedro de su condición, por ejemplo, rol de padre, rol de hijo, de marido, de héroe o villano. Cada uno de estos roles, no tienen la determinación identitaria de un individuo específico, sino precisamente al revés, cualquier individuo puede asumir cada uno de los roles (y otros) antes mencionados, un rol es una estrategia semiótica, cultural e idiosincrática que construye paradigmas de comportamiento para una sociedad determinada, ya sea de modo histórico, geográfico o cultural. La prueba de esto, es imaginar un rol y ver que su definición no está dada por una personalidad específica, sino, por caracteres accesorios; piense por ejemplo en el príncipe valiente de Blancanieves y el príncipe valiente de Bella durmiente, ambos son roles y la demostración de ello es que si los cambiáramos de cuento (ponemos al príncipe de Blancanieves en Bella durmiente y viceversa) el relato, la acción y el rol mismo de príncipe valiente, no se verían afectados, en absoluto, ello, porque no tienen una personalidad única e irrepetible, sino que son roles genéricos de una cultura.

Un personaje es el elemento con mayor densificación semiótica de todos. Podemos decir que todo personaje es un actante y un rol, pero no todo actante o rol es un personaje. El personaje es una construcción semiótica con especificidad y distinción concreta, supone una suerte de biografía personal, nombres, lugares, acciones, relaciones que determinan al personaje, lo construyen y definen como solo igual a sí mismo, no puede ser otro que no sea él mismo ni asumir un espacio que no sea el suyo. Hamlet, por ejemplo, es un actante que se define por su acción central en la obra (busca venganza), puede ser un rol, en tanto es definible como príncipe/héroe, tradicional en la iconografía occidental, finalmente, en tanto personaje, es Hamlet hijo de Hamlet padre y Gertrudis, príncipe de Dinamarca, enamorado (bien, esto puede dudarse) de Ofelia, enemigo de Claudio y amigo de Horacio. No puede ser otro y nadie puede ser él, Hamlet es únicamente Hamlet y no será otro.

Esta triple distinción, permite comprender modos de aproximación analítica a los modos en que aquellos que participan de una acción se manifiestan en todo programa narrativo o de puesta en escena.

### **Divirtámonos sufriendo, sanemos enfermando: La Tragedia.**

---

<sup>8</sup> Decir que el rol es semióticamente más densificado que un actante y que un personaje, a su vez, es más densificado que el rol y el actante, no implica que uno sea mejor que otro, solo se exponen características distintas, de hecho, lo importante del actante, es precisamente su reducionismo.

La tragedia es, con holgura, uno de los fenómenos culturales más portentosos que han existido nunca, una marca social y política que suministró y sigue suministrando un lugar de convivencia e iluminación a las comunidades que se toman el tiempo y el interés por participar de ella. Es probable que la discusión de si tiene sentido hablar de tragedia hoy día o de si puede continuar existiendo incluso, no esté zanjada ni llegue a estarlo en largo rato, da cuenta de su importancia; como facciones de una religión antigua que discuten por la primacía de la jerarquía eclesiástica y por investirse como los conocedores de la palabra revelada, cada partido sostiene sus puntos de vista y dota de significación sus argumentos; mientras, el teatro en general y la tragedia en particular, continua existiendo con bastante buena salud y, si dejamos de lado casos como el de Chile, con no escaso público.

En principio, se hace necesario hacer dos distinciones fundamentales y trascendentes. Primero, definir que la tragedia ática, es decir la tragedia de Esquilo, Sófocles y Eurípides, esa a la que Aristóteles se refiere en la “Poética”, la del siglo V a. C. es una tragedia histórica, determinada por su cultura y su lógica interna, por un modo de entender su práctica y su puesta en escena. Por otro lado, podemos hablar de “lo trágico”, es decir, como la tragedia se ha ido desarrollando históricamente a través del tiempo y cómo ello implica un modo de entender las obras y los temas. Esta discusión no es pequeña y ha cruzado el concepto de tragedia a lo largo de siglos, uno podría incluso, definir las posiciones en torno a esta discusión (los bandos de los que arriba hablábamos) a través de los autores ícono que las han defendido: en una posición tradicional y en contra de la idea de tragedia moderna o fuera de la tragedia ática, se encuentran Albeen Lesky o Geroge Steiner, en la otra mirada, dispuesto a defender el concepto de tragedia o de lo trágico como algo que pervive y se convierte en una práctica social, están autores como Raymond Williams o Terry Eagleton<sup>9</sup>.

Este no es el lugar para esa discusión, tampoco tengo tiempo ni espacio para ello, sin embargo, en la bibliografía de este ensayo, se encontrarán títulos pertinentes a lo mencionado, de autores notables y centrales en cada una de las posiciones. En lo personal, por supuesto, me inclino por la segunda posición y creo que podemos considerar la idea de una tragedia como práctica social que evoluciona, cambia y se distiende a través del tiempo, a pesar de reconocer, a veces, ciertas esencias que permanecen. Sin embargo, insisto, este no es mi tema aquí y ahora, en realidad, lo que me interesa desarrollar es cómo una cierta idea de tragedia o puesta en escena trágica que subyace en la cultura en general de occidente y en el teatro en particular, se sostiene en la práctica de la dramaterapia y puede considerarse terapeútica.

En pocas palabras, creo que la mente y la historia de las personas, están construidas como una suerte de ficción, metaforizando los recuerdos y procesos mentales, desplazando la forma del signo tradicional (significante/significado) para convertirlo –completo, con ambos elementos- en un significante que se puede llenar de nuevos significados en tanto experiencia de significación; en la línea de este pensamiento está otra vez Roland Barthes con su idea de mito (ya expuesto), pero también Jacques Lacan en gran parte de su teoría y en los postulados de Slavoj Zizek en torno a la ideología e identidad.

---

<sup>9</sup> No fue fácil resistir la tentación de presentar ambas posiciones con un “en eeeeeste rincón...”

Como se sabe, en su relectura de Freud, Lacan instala la noción del inconciente estructurado como lenguaje, un lenguaje expresivo podría decirse<sup>10</sup>, donde predomina la metáfora como forma central de construcción. La metáfora es un desplazamiento del lenguaje, un modo de nombrar lo nunca antes nombrado de ese modo, como dice Aristóteles en la Retórica, al mismo tiempo, Lacan profundiza en la idea de cómo un significante es la representación de un sujeto para otro significante, suena extraño y enredoso (como gran parte de los textos lacanianos, cosa que a menudo me hace tenerle especial desconfianza), pero en este caso, se refiere a una representación mental que solo va aclarando su significado en la medida que se le asocia a otras representaciones. Una figura, objeto, en un sueño, por ejemplo, no se relaciona con un concepto, sino con otra imagen, donde se irá eslabonando hasta dar con la luz pertinente a su sentido interno y por tanto, en relación al paciente. El significado es solo la relación de varios significantes en concatenación, puesto que el significante es “material” y “combinable” y no ideal. Esta cadena no es infinita, gracias al *point de caption*, o punto basta como Lacan lo define, sobre el que se sostiene Zizek en su aseveración sobre la ideología y el que usa como argumento ante la incapacidad de sostén del descriptivismo y antidescriptivismo en la teoría del conocimiento y la ideología.

“El cúmulo de “significantes flotantes”, de elementos protoideológicos, se estructura en un campo unificado mediante la intervención de un determinado “punto nodal” (el *point de caption* lacaniano) que los #acolcha”, detiene su deslizamiento y fija su significado”<sup>11</sup>

La idea central para mí, es que el “objeto real” (en lo que desarrollaré será “el suceso real”) no es importante para la terapia ni para la comprensión profunda de lo que se es y somos, dado, entre otras cosas, su contingencia, nuestra experiencia de la realidad es simbolizada, contingente. Slavoj Zizek, lo expone así:

Como lo real no ofrece ningún soporte para una simbolización directa del mismo –como cada simbolización es en último término contingente-, el único modo en que la experiencia de una realidad histórica determinada puede lograr su unidad es mediante la instancia de un significante, mediante la referencia a un significante “puro”. No es el objeto real el que garantiza, como punto de referencia, la unidad y la identidad de una determinada experiencia ideológica –al contrario, es la referencia a un significante “puro” la que confiere unidad e identidad a nuestra experiencia de la realidad histórica. La realidad histórica está, por supuesto, siempre simbolizada; el modo en que la vivimos está siempre mediado por diferentes modos de simbolización: todo lo que Lacan agrega a esta sabiduría fenomenológica común es el hecho de que la unidad de una “experiencia de significado” siendo ella misma el horizonte de un campo ideológico de significado, se apoya en algún “significante sin el significado” “puro” y sin sentido”.<sup>12</sup>

Entonces, podemos inaugurar la idea que intento desarrollar. El pasado no ha sucedido de manera cerrada, única, compacta. El pasado ha sucedido, pero “parlanchinamente” hablando su historia más que serla de modo cerrado, *el pasado ha sucedido en tanto metáfora, en tanto proceso de significación que he logrado constituir a través de mis experiencias posteriores*. La realidad, incluso lo Real (en tanto imposible de ser simbolizado para Lacan) no contiene un modo único de ser simbolizado, no hay una relación, sino contingente, en la posibilidad de simbolización de lo Real, “lo

---

<sup>10</sup> Pensando en las funciones del lenguaje fundamentales: Expresiva, representativa y apelativa.

<sup>11</sup> Zizek, Slavoj. *El sublime objeto de la ideología*. Buenos Aires, Siglo XXI edic. 2003

<sup>12</sup> Zizek, Slavoj. *El sublime objeto de la ideología*. Buenos Aires. Siglo XXI edic. 2003.

Real no contiene un modo necesario de ser simbolizado”<sup>13</sup> nos recuerda Zizek, la garantía de la identidad de un objeto está dada retroactivamente, es el nombre, el significante el que da cuenta de la identidad de un objeto; de este modo, también podemos extrapolar esto a un suceso.

El trauma se produce no sólo por una situación en extremo fuerte para una persona o, mejor dicho, lo que lo hace en extremo amenazante no es la situación misma, sino las dos fuerzas o pensamientos, imágenes, que chocan entre sí al interior de la persona frente a la acción o hecho que produce el trauma. El trauma se impone de forma convulsiva, desdeñando los modos de pensar vinculados con el mundo exterior, entrampando el juicio de realidad, pues nunca es del todo real, aunque simule serlo; en pocas palabras: el trauma es una metáfora, una ficción creada, por el choque de estas dos fuerzas internas contradictorias que son excluyentes a partir de un evento que echa a andar esa ficción en la persona, esta contradicción es la que produce el efecto traumático. El trauma es lo Real, que no es lo que no puede cesar de no inscribirse, de ahí su constante repetición. Si el trauma es inscrito de manera tal que se constituye en una metáfora ficcional de la identidad y regresa una y otra vez, es posible, entonces comprender que ese suceso no es nunca lo que “verdaderamente ha ocurrido” en un sentido de hecho concreto, histórico, verdadero, sino la construcción ficcionalizada que un sujeto hace de él a partir de dos fuerzas que son contradictorias y excluyentes.

Entonces, ¿por qué no reescribirlo? Si el momento mismo del trauma no es el hecho presenciado o sentido, ni tampoco es por sí mismo los sentimientos contradictorios asociados a él, sino la construcción ficcional del sujeto alrededor de ellos, es posible pensar, como proceso de sanación, el intento de reinscribir ese instante, de re-ficcionalizarlo nuevamente. Para ello, la herramienta precisa será el mito, como sistema de conocimiento, la tragedia como base argumentativa y la dramaterapia como técnica que sustente el proceso sanador.

El mito, en tanto sistema de conocimiento no necesariamente racional, pero simbólico y modelador, desarrollado en el ámbito de la connotación, es el modo de construir nuestro proceso como conocimiento real y vinculante a la existencia del sujeto en su reescritura del trauma y, por tanto, de su autobiografía como proceso sanador. Sobre esto, no desarrollaré nuevamente, dado que en torno al mito, como tema, he introducido una larga explicación.

Por su parte, la tragedia es una base estructurante de las historias que nos permitan recrear nuestra biografía de manera que sirvan como herramienta de sanación.

Sólo me remitiré a dos conceptos sustanciales de la tragedia para involucrarla con mi idea y, además, exponer porque ella puede ser una base simbólica sobre la cual trabajar.

Primero, advertiré que la tragedia no me parece universal, precisamente porque no creo en los universales y no sé, francamente no creo, que una tragedia como “Medea”, tenga *necesariamente* la misma significación (o tal vez significación en lo absoluto) para alguien que no haya crecido o adoptado la cultura occidental, me parece que los mitos de otros lugares son tan válidos como los griegos y que hacen eco en sus propias culturas del mismo modo que nuestros mitos (o los que hemos adoptado) en sus propios sistemas de pensamiento, no creo que los mapuche requieran de Medea o Edipo, pues tiene sus propios mitos, otorgadores de sentido y significado y no la tragedia

---

<sup>13</sup> Zizek, Slavoj. *El sublime objeto de la ideología*. Buenos Aires. Siglo XXI edic. 2003.

griega, que tiene tanto que decirle a ellos como el Pillan a nosotros; aclaro entonces, que no puedo estar más en desacuerdo con la idea de que estos mitos puedan ser superiores a otros, simplemente me parece que son pertinentes a nuestro proceso porque hemos adoptado la cultura judeo cristiana occidental que se vincula de mil modos diferentes a esa base contextual ática. La tragedia es una herramienta, no un fin, su sentido es vicario, permite vehiculizar ciertas ideas generales de nuestra cultura.

Sirve a nuestro cometido, por múltiples razones, de las cuales, aquí, solo me referiré a dos. Primero, el concepto de acción, en segundo, el de héroe trágico.

Para empezar, Aristóteles no menciona la idea de héroe trágico, habla de los caracteres, ciertamente y da cuenta de cómo deben ser para la tragedia y para la comedia, pero no se refiere a un héroe central, propiamente, esto, porque la acción trágica es, primero, lo relevante en la mimesis (formato central del arte y del género) y porque la acción trágica no necesariamente debe centrarse en él. El sujeto trágico, no necesariamente sostiene la acción, los personajes son una suerte de seres en lo que los acontecimientos se desarrollan y son los acontecimientos los que tendrán la preeminencia de la mimesis, de hecho, Aristóteles dice con claridad que la tragedia es la imitación de *una acción* esforzada y completa, no es de personajes, aunque estos deberán ir puestos en acción y no mediante el relato, lo que es más una admonición técnica que estética. Así pues, la tragedia imita acontecimientos, no personas, la hamartia puede leerse, incluso, más bien como un obstáculo o una bifurcación de la acción que del personaje mismo, debemos recordar que la Grecia clásica no es moderna en el sentido histórico cultural del término, de modo que el concepto de sujeto no es para ellos el mismo que manejamos nosotros, faltaban en el tiempo de Esquilo, Sófocles y Eurípides, 2400 años, más o menos, para el nacimientos de Freud, de modo que la idea misma de persona era muy distinta entonces; un punto interesante de recordar –y que tal vez deberíamos tener más en cuenta como enseñanza, especialmente cuando llegan, por ejemplo, las elecciones- es que los griegos no distinguían tan radicalmente entre un individuo y sus acciones. Es difícil, por ejemplo, pensar en quién es el protagonista de la Orestiada o de Las suplicantes de Esquilo, al mismo tiempo, es complejo determinar si es Antígona o Creonte el personaje trágico de “Antígona” en Sófocles. La peripecia, por su parte, que da emergencia a la anagnórisis en su forma más refinada, es algo que sucede al interior mismo de la acción, no del protagonista, de hecho, sentencia el estagirita que la peripecia es el cambio de la fortuna a la desgracia o viceversa, lo cual expone cuan indiferente se muestra en torno a esto último, no importa si la peripecia genera felicidad o sufrimiento (y no son pocas las tragedias que terminan bien), sino que importa que la acción se desarrolle de un modo en que se viva una suerte de montaña rusa emotivo-material. Recordemos además, que para Aristóteles, la moral y el bien, por tanto la felicidad, estaban más vinculados a un modo de ser, a una actitud de vida, que a algo que se encontraba como un tesoro. La ética, en el griego, es una praxis, no una abstracción, recordemos, así mismo, que la palabra drama bien de *drao*, es decir, acción.

El que los personajes de la tragedia sean unos u otros, que sean nobles y no plebeyos y que sean individuos específicos, es una determinación cultural e histórica, mucho más que una necesidad técnica para el correcto desarrollo de la tragedia; esto supone que cualquiera puede ser protagonista de una tragedia, que es una acción determinada por peripecias, por anagnórisis y por commiseración, temor y catarsis o purgación, un término que Aristóteles toma de la medicina de su época, no del teatro.

Como ya he dicho, gran parte de las tragedias terminan bien. El final terrible y macabro no es una condición obligatoria del fenómeno “tragedia”, no es esencial el final doloroso de una obra de este tipo, sino más bien la mutabilidad en la suerte de las personas, un proceso que muestra lo pasajero de nuestra existencia y de los hechos que en ella acontecen. El que los personajes de tragedia no necesariamente deban ser patricios, le da una saludable democratización al concepto y nos permite (como de todos modos ha hecho la historia) apoderarnos de él, libremente, usándolo como sistema de combinaciones culturales, alegóricas, que nos entrega una base de argumentaciones sobre las que trabajar nuestra propia biografía. La modernidad es la que permitió considerar épica la tragedia de la muerte de un viajante o un soldado (con Miller, por ejemplo y antes con Büchner); una vez que hemos aprehendido eso, no se puede soltar sin más.

La dramaterapia podría ser una respuesta aglutinadora para reunir el mito, la tragedia y la terapia. Un sistema que impulsara al autoconocimiento como método que reorganiza nuestra memoria, memoria en tanto construcción de la historia personal, de nuestra biografía, que nos articula como individuos y en buena parte, nos define, este autoconocimiento es el que sustenta nuestra identidad; conocerse a sí mismo, implicará la posibilidad de re-conocerse y, por tanto, reconstruirse, de escribir de nuevo, nosotros mismos, nuestra historia y con ello, aproximarnos a una reconciliación en torno a la identidad propia, a nuestra historia o biografía, en una palabra, a lo que somos.

Este es el imperativo fundante del Gnothi Seautón, por eso la inscripción está en el *oráculo* de Delfos, el oráculo tiene el carácter de iluminador sobre la propia vida y su destino, que viene siempre dado por nuestra historia: conócete a ti mismo es reinscríbete a ti mismo, entender quién eres y lo que se construye en ti, en tanto sujeto articulado como una historia, como una ficción metafórica, es re-generarte, re-nacer, es decir, hallar la sanación en la propia historia que puedo reinscribir.

En realidad, la dramaterapia ya es esto, simplemente intento mostrar cómo se produce este efecto y entregar luces creativas a nuevos métodos posibles en su interior.

Las historias de la tragedia circulan en nuestra cultura de modo libre, se constituyen como alegorías (contextualizadas en una época y una cultura, sin duda) de procesos humanos, historias humanas que abarcan signos que retornan una y otra vez en nuestra cultura, las tragedias son signos constituidos de múltiples signos, imágenes organizadas por sucesivas metáforas (una alegoría) que dan cuenta de sistemas de simbolización de los procesos de crecimiento y existencia de las personas. Creo que esto solo es aplicable a sociedades occidentalizadas, como ya he dicho, dado que otras sociedades tienen sus propios mitos que nada tienen que envidiar a estos.

El mito, como forma de conocimiento, se asienta en una forma no racionalizada y connotativa de conocimiento, permite organizar el mundo, la historia, los modelos de existencia, las relaciones humanas en sistemas de relaciones complejas que dan cuenta de los modos en que somos o nos instalamos en la realidad.

La dramaterapia, generando roles, produciendo historias que, en su origen emergieran de las historias de la tragedia, organizaría el re-conocimiento del sujeto sobre su propia historia, sobre su propia biografía y haciéndole ver la contingencia de la misma, de hecho, por eso la tragedia y sus historias son una buena herramienta, el “enrolamiento” no emerge inmediatamente de las biografías personales de los sujetos, sino de las historias trágicas que al tiempo que hacen eco en

nuestra cultura -y por tanto, en todos nosotros- permiten llegar oblicuamente a la historia traumática de los sujetos, en la superficie de la historia trágica, elegida por una persona, subyace el eco que resuena en su propia historia, este eco se desarrollará y abrirá a través del enrolamiento, la relación del sujeto con su trauma y, en tanto ejercicio mítico, de ficcionalización, la posibilidad de re-escribir la propia historia, en una parte del proceso hacia el autoconocimiento y, por tanto, la sanación.



## Sonodrama y sonoterapia

GUILLERMO DEL CURTO

Al hablar de la “Sonoterapia” también conocida como “sonido terapia” o “terapia del sonido”, se hace referencia a las terapias vibracionales o vibroacústica conocidas como masaje sonoro vibroacústico. La diferencia en los términos está en el modo que se aborda, ya sea desde una sonorización individual/ grupal o baño sonoro generando un clima en donde el concurrente percibe todos los sonidos recreados a través de los instrumentos que va manipulando el terapeuta, o por medio de un masaje por el cuerpo físico, apoyando los instrumentos en diversos puntos. Allí se produce un masaje vibroacústico, en donde el paciente percibe los sonidos que llegan a su oído pero fundamentalmente los que capta en su cuerpo físico estimulando un movimiento, y recorrido sonoro interno y externo.

Hay fundamentos y leyes que determinan que la terapia vibracional se aplica en el cuerpo /campo físico y en el campo sutil, eterio. Es movilizar a través del sonido a las personas, en donde todo sonido es un movimiento de un fluir constante. Si se comienza prestando atención, y diferenciando la intención de ese sonido, se logra captar el concepto en donde se dice que: Cada individuo es maestro en diversos órdenes de la vida, ya que cada uno trae algo puesto para dar y compartir. Es un proceso de transformación, es otra mirada, el permitirse entregar y vivenciar con el otro. Si se hace foco en lo sonoro, se observa y percibe que todo vibra, que hay un constante fluir, que se ve reflejado en las cuatro estaciones: primavera, verano, otoño e invierno en lo circular, en el volver a empezar, en lo cíclico que tendrá las modificaciones naturales de la vida (El hombre altera estos ciclos).

Se habla de sonidos audibles que capta el ser humano, modificando su estado en el aquí y ahora. Ya que se produce una armonización del que recibe y el que dà el sonido (terapeuta). Es una resonancia que hace cambiar, algo que modifica, genera una empatía con el otro. No todas las personas reaccionan de la misma manera, se produce una modificación interna. Eso mismo sucede con la “Dramaterapia” moviliza internamente, y va decantando en un proceso que no es necesario verbalizarlo. Es dejar que suceda cuando tenga que suceder.

Se menciona la ley de sintonía a través del siguiente interrogante: ¿Qué frecuencia dejó entrar en mi vida? Es cambiar el dial de la radio hasta que se encuentra lo que se desea escuchar, un tango, un rock, una balada. Yo / tú / él / nosotros, elegimos lo que estamos viviendo. Uno no elige conscientemente, es entrar en un misterio, en otro campo de estudio.

“Sonido es todo movimiento vibratorio que, propagado a través de medios elásticos, es capaz de excitar al oído humano para producir una sensación auditiva” (Labor).

El sonido desde el punto de vista de la física tiene dos componentes principales: frecuencia y amplitud. La frecuencia, cantidad de oscilaciones por unidad de tiempo, es la que determina si el sonido es más agudo o más grave. A mayor frecuencia, el tono del sonido es más agudo; a menor frecuencia, es más grave. La frecuencia se mide en hertzios. Un Hz equivale a un ciclo por segundos.

El oído humano capta un rango de 20 a 20.000 Hz. Hay frecuencias que el oído humano no puede captar y los animales sí.

Tanto en el día, como la noche, “todo el tiempo nos reciclamos” cada persona tiene sus vibraciones, esas ondas que atraviesan y se escuchan, son percibidas y captadas por la persona, reciclando lo sonoro, circulando.

La afinación, como parte del sonido, cambia según las culturas. La más conocida o impuesta es la afinación en 440 Hz, utilizada desde la época de Johann Sebastian Bach 1685- 1750 (Movimiento musical Barroco, siglo XVII) se trabaja con ella, pero no es la única.

Se están haciendo estudios / investigaciones de los efectos que producen las frecuencias de 528 Hz y 432 Hz argumentando desde lo terapéutico beneficios como la relajación y la alineación.

Con un mismo fin terapéutico se utiliza instrumentos denominados diapasones. El diapasón es un instrumento equilibrador del cuerpo humano, es decir un afinador energético.

El material de los diapasones, están realizados en una aleación liviana de aluminio de alta calidad que asegura una perfecta afinación y un sonido estable, duradero. Con los diapasones solo se escucha una vibración que se percibe a través del cuerpo, ya que no son audibles al oído esas frecuencias. Es un patrón de medición.

Las frecuencias de trabajo: 128 Hz resuena específicamente en la estructura ósea, y en el sistema nervioso produciendo una profunda relajación corporal. Es utilizado para apoyar en el cráneo, las vértebras y las articulaciones ya que su tono grave, penetra en la zona, aliviando tensiones. Se utiliza tomando como referencia los puntos de la acupuntura y reflexología.

La frecuencia 136.1 Hz, se la relaciona con la frecuencia de los planetas, la translación y rotación de la tierra llevada a una 8va sonora. Al trabajar con 136.1 Hz se establece una resonancia con algo que ocurre desde siempre, es algo interno. Ya que por la translación de la tierra se produce algo simbólico, que conecta con el ciclo de la naturaleza, el movimiento de las estaciones del año, con los ciclos de la vida. Se sabe que no todos estamos en los mismos ciclos. Pero esta frecuencia ayuda a las personas a conectar, a entrar en su propio ciclo, a ponerse en movimiento. Una de las manifestaciones más comunes narradas por los asistentes a este tipo de terapia es un aflojar, un soltar, una relajación consciente. Es importante remarcar que los diapasones calman inflamaciones, distensiones, afloja, relaja, calma dolores. Armoniza. Su finalidad no es curar. Hay médicos que lo usan para detectar el grado de diabetes, colocándolo en un punto específico del pie. El tipo de onda que genera es ondulante cíclica.

Para poder escucharlo hay que tener un cuerpo en resonancia y todo depende del lugar que se apoya, son puntos precisos en donde se describe un mapa corporal. Ya sea apoyando en hueso, partes óseas. Hablamos de partes blandas y duras, en la caja de resonancia. Con una sola información de referencia, los diapasones son frecuencias que resuena en el cuerpo. Para ello se entrena la percepción, y desde allí el terapeuta presta atención, genera respeto y cuidado.

El otro componente que queda por describir desde la física del sonido es la amplitud, ella hace referencia a la altura de la onda y significa la intensidad o volumen del sonido. Amplitud cero equivale a silencio, amplitudes pequeñas a sonidos muy suaves o leves y amplitud grande a sonidos

fuertes o intensos. Se grafica la intensidad de la siguiente forma: FF (muy fuerte), F (fuerte), MF (Medio fuerte), P (suave), PP (muy suave) y los reguladores del volumen que trabajan gradualmente.

La medición de la amplitud es a través de los decibeles (dB). La escala auditiva varía entre 0 dB (umbral de audición) y 130 dB. Los sonidos que superan a los 110 dB producen sensaciones doloras y la exposición permanente a esos niveles provoca la disminución auditiva, sorderas parciales hasta llegar a la sordera total. Es por eso que hoy en día, hay que tomar conciencia de los entornos sonoros de los lugares de trabajo para solicitar los protectores pertinentes.

El timbre es la cualidad que hace que se distinga entre dos sonidos de igual frecuencia y amplitud, pero producidos por diferentes instrumentos. Es identificar, reconocer la fuente sonora. Por ejemplo no es lo mismo el sonido del piano, que el de una guitarra o de una voz. Lo mismo sucede con los "cuencos". Se abordará desde allí, ya que es la herramienta de trabajo.

El cuenco es un recipiente metálico, frío al tacto, de color dorado, algunos más oscuros por el proceso de fundición y protegido por capa exterior de barniz negro mate.

En el timbre del "cuenco" (Tibetano, también conocido como cuencos cantores) se encuentran todos sus armónicos. Eso le da características diferentes. El material de su construcción, así como su forma y textura incidirá en el resultado sonoro.

Según la tradición, los cuencos tibetanos están hechos por la aleación de siete metales: Oro, plata, mercurio, cobre, hierro, estaño y plomo. Hay cuencos Tibetanos que cuentan con la aleación de cinco, cuatro o menos metales. Pero para poder comprobar su composición, se tendría que fragmentarlo quedando inutilizado. Hoy en día no solo se encuentran en el Tíbet, Mongolia, Siberia, Japón, China, Nepal, India, sino que también se fabrican en Estados Unidos y en América del Sur de Argentina. Ha cobrado un uso comercial terapéutico por los resultados sonoros obtenidos.

El modo de acción de los cuencos es la acción que se produce con el instrumento al percutir (cuando se lo golpea) o frotar, cuando se desliza la baqueta por el borde superior, por su parte externa como si tuviéramos un lápiz en la mano, dejando que el sonido se expanda hasta su total extinción.

El mediador para ejecutar el cuenco será la mano y la baqueta, o mazo que según como se la utilice provocará diferencias sonoras despertando los agudos o graves del instrumento. La baqueta puede ser de diferente tamaño, revestida en cuero o un fieltro o simplemente de madera, que a través de diversas posibilidades de toque modificará el volumen (amplitud).

Desde lo armónico, los "Cuencos Tibetanos" no vibran a una única frecuencia, y tampoco es posible identificarlos con los sonidos de las "notas musicales" (do, re, mi fa, sol, la, sí), ya que al excitar con la baqueta el cuenco, se activan según la forma de tocar, todos los sonidos armónicos que brinda cada cuenco. Partiendo de un sonido fundamental, se despertarán los armónicos que son las distancias mínimas y máximas que hay entre los sonidos que se van escuchando, percibiendo al ejecutar el cuenco. Se reafirma que los armónicos son las frecuencias múltiplos de la frecuencia fundamental, al trabajar con cada cuenco y a la amplitud (volumen) que se presenta al activar el cuencos a través de la fricción, frotación o percusión.

La armonía es como se armoniza el universo. La naturaleza, ya se manifiesta, mantiene un estado armónico buscando su propio equilibrio. Lo mismo sucede con las personas y los cuerpos, los

cuencos lo que hacen es movilizar, armonizar, encontrando un equilibrio interno que no tiene explicación, una lógica. Una magia sonora que lleva a estados de placer, sumergiéndonos a profundidades de sonoridades que ordenan y estimulan todo el cuerpo físico y campo energético gracias a la vibración.

Al abordar los “cuencos” sobre el cuerpo se emplea las siguientes técnicas: Directa, indirecta y puente.

Técnica directa: se apoya puntualmente en el cuerpo, tomando como referencia los chakras, o diversos puntos que representan un mapa corporal. Cambiando la intensión, ya que todo se mueve desde allí.

Técnica indirecta: acercándose a la zona, usándolo de diferentes maneras, tomando distancia, movimiento, recorriendo el cuerpo, alejando y acercando el cuenco, o distribuyendo los cuencos alrededor del paciente.

Técnica puente: ayuda a encontrar el bloqueo a través del sonido que se manifiesta al ir corriendo el cuenco. Comienza a realizarse el puente, trasladando el cuenco y conectando con la mano esos puntos. Se puede hacer un diseño mental del puente para darle una intensión. Al hacer puentes la persona está más conectada, siente el recorrido de la mano, y el del sonido, una doble información.

Una invasión sonora (volumen fuerte), puede cerrar a las personas, no permitiendo la entrega y confianza. Movimientos sutiles e imperceptibles al trasladarse puede generar sobresaltos y palpitaciones. Las percusiones tienen que ser controladas, graduando y regulando el volumen. Al igual que los sonidos de los cuencos se presentan, para no hacer sobresaltos. Con respecto a la respiración, tiene que ser natural, que fluya en forma espontánea, comenzando a sentir los latidos y sonidos que manifiesta el cuerpo.

En las mujeres embarazadas se trabaja de costado, en posición fetal. Hay que evitar tocar el vientre de la mamá con el cuenco. Ya que es un mimo, un regalo que necesita para relajarse. El bebé, recibe el sonido, pero ahora lo principal es buscar el placer de la madre, un masaje que relaje y conecte con el sonido. Todo el recorrido por la espalda, las axilas, será bueno ya que calma al tener sus pechos con leche favoreciendo la zona, la columna y cadera que son puntos que relajan a la futura mamá.

Cada disciplina maneja sus herramientas, y técnicas pero ambas se complementan creando una conjunción que sirve de estímulo, apoyo y sostén a la hora de transitar con ellas. Es un diálogo perceptivo sonoro, un juego teatral con sus acciones que interactúan según la mirada y el enfoque del terapeuta.

Una de las definiciones iniciales de Dramaterapia que aparece en la literatura Anglosajona entre 1960 y 1970, fue la de la Asociación Británica de Dramaterapia (BADth) en 1979 que expresa que la Dramaterapia es “El medio de ayuda para entender y aliviar los problemas sociales y psicológicos, la enfermedad y las discapacidades mentales; para entregar una expresión simbólica a través de la que el hombre puede entrar en contacto consigo mismo, ambas como individuo y como grupo, por medio de estructuras creativas que involucran la comunicación vocal y física”.

Siguiendo el concepto planteado anteriormente cabe a modo de reflexión los siguientes interrogantes:

¿Cómo se inserta la Sonoterapia y la Dramaterapia en una sesión terapéutica?

Hay que partir de la mirada del terapeuta que está brindando el taller o sesión individual /grupal. Todo dependerá de sus experiencias vividas a través del estudio de estas disciplinas (Sonoterapia y Dramaterapia), ambas se implementarán como herramientas que brindan un anclaje y expansión de miradas.

La mayoría de los seres humanos están en una búsqueda constante, una incertidumbre a la hora de enfrentar la vida. Insertarse en la vida laboral con sus exigencias para producir y generar consumo. La exposición de esta sociedad globalizada nos lleva a situaciones de estrés, agobio y descontento generalizado. Es allí donde se produce el anclaje, la toma de conciencia que la Dramaterapia y Sonoterapia, resuena como campanas que dan luz y confianza a las personas, porque estas terapias de acción enriquecen el quehacer cotidiano del individuo y rescata al niño interior que todos tenemos adentro. Es una escucha interna que se remueve en forma gradual, ya que el click lo realiza cada persona en el momento oportuno, respetando el proceso que cada uno necesita.

Sue Jenning define la Dramaterapia como “La aplicación de estructuras teatrales y del proceso del drama con una intención declarada, que es la terapia”. Todos transitamos los procesos de nuestros dramas, el quiebre es el darnos cuenta de nuestras propias estructuras teatrales, dejarlas que transiten, drenen con el tiempo y se curen las heridas.

Con la Sonoterapia sucede algo parecido pero lo que te moviliza es la vibración, ese sonido que penetra por los oídos, pero también por todo el cuerpo. Las leyes de la vibración plantean lo siguiente:

Todo lo que existe vibra, produciendo un fluir constante un cambio que moviliza.

La 8va, lo que es arriba es abajo. Esto tiene una relación con la octava de las notas musicales, con lo agudo, grave. Al transferirlo con uno mismo, se observa como resuena eso en mí, qué estimula, y qué diferencias internas y externas percibo.

Donde hay dos lugares con la misma frecuencia hay una comunicación empática.

Ley de resonancia. El que recibe el sonido no puede hacer otra cosa que resonar.

Ley de sintonía, es elegir qué frecuencia dejo entrar en mi vida.

Lo que se ha enunciado, se lleva a la práctica para qué sobre sus efectos, en el quehacer diario, se construyen las experiencias.

Para no confundir y jerarquizar hay que establecer roles y funciones (como terapeuta y paciente /concurrente) manteniendo una ética. La ética como el conjunto de valores y principios que orientan la relación con el mundo, con los demás, con el ejercicio profesional, es algo que no podemos descuidar ni desproteger, ya que los adultos somos los responsables de trasferir a las nuevas generaciones valores como la empatía, la tolerancia, la solidaridad, sentido colectivo, la preocupación por el otro, esencia de todo ser humano que hoy en día, se encuentra muy expuesto por la locura que tiene el hombre con su ambición. Aunque se esté generalizando, se sabe que hay

un segmento de la población que está en la búsqueda de un cambio interno, de ayudar al prójimo y eso es lo que hay que propulsar y acompañar. Es un camino que se recorre a través de distintos ritmos, tiempos.

¿Qué aplicaciones tienen en común a la hora de abordar ambas instancias?

Puntos de unión:

Sonoterapia	Dramaterapia
<ul style="list-style-type: none"> <li>Movimiento vibratorio presente, latente.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Movimiento con otro fluir menos consciente, aunque presente.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Ayuda a equilibrar, ordenar lo interno.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Se percibe a través del proceso que realiza el terapeuta en la sesión.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>La palabra queda en un segundo plano, ya que uno vibra, y resuena.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>La palabra aflora en el momento oportuno.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>La finalidad es acompañar, movilizar a través del sonido.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>La finalidad es desarrollar la acción a través del juego dramático.</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>El cuerpo herramienta de trabajo pasivo, porque recibe lo sonoro.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>El cuerpo herramienta de trabajo activo.</li> </ul>

Haciendo referencia al acercamiento necesario entre la Sonoterapia y Dramaterapia mencionaremos experiencias y transferencias entre ambas disciplinas.

**Abordaje con la “Sonoterapia y la Dramaterapia”.**

**Título: “Redes Vibrantes”**

**Resumen:**

Este trabajo es el fruto de la experiencia transitada con un grupo de personas que quieren enriquecerse e indagar desde distintos espacios creativos, para lograr una mejor performance en sus presentaciones artísticas. A continuación las presento.

**Características del grupo:**

Es un grupo femenino llamado “Vocal Calíopes” integrado por alumnas y ex alumnas del coro de niños y jóvenes de la UNCuyo. Fui convocado para realizar un trabajo de laboratorio desde lo corporal teatral. Como la mayoría de los coros están atentos a su partitura, olvidando que la voz necesita del cuerpo y el contacto con la tierra, sumando a la experiencia en Dramaterapia y Sonoterapia, propuse realizar el abordaje desde allí.

Como introducción al apresto, hacer unas intervenciones desde lo sonoro aplicando cuencos, más el trabajo corporal.

Comenzamos a juntarnos en el mes de mayo de 2016, cada quince días. Dos encuentros al mes. En total fueron 14 intervenciones.

Las respuestas del grupo fueron muy positivas ya que se fue trabajando en forma gradual, tomando la metodología del aula taller y aplicando el modelo de Sue Jenning (EPR), y el uso de Cuencos como baño sonoro, como masaje y como instrumentos que acompaña el canto.

Comenzamos por calentar el cuerpo, luego introducir los cuencos.

Plantear algún ejercicio teatral tomando como eje juegos de textos e improvisaciones a través de su repertorio vocal.

Finalizamos con puesta en escenas de las improvisaciones, sumando el repertorio musical que ellas estaban trabajado.

Los cambios fueron notorios porque el grupo comienza a plantarse desde otro lugar. A la mayoría le gustan los cuencos.

Lo que llama la atención fue que el sonido de sus voces se amalgama por momentos con los cuencos, cantando en una tonalidad diferente al sonido fundamental de los cuencos. El disfrute que sienten, cuando ellas lo manipulan e improvisan cantando es muy notorio.

Este trabajo es planteado a través de un laboratorio experimental. Es por eso que se está en una búsqueda permanente, construyendo en cada encuentro. Lo fundamental es que sus voces y cuerpo se ablanden conectándose con sus sentidos y con el entorno. Se observó que se produjo un intercambio entre el sonido y el vínculo con los cuencos, los cuerpos se soltaron a través del juego dramático.

Las dificultades que se presentaron fue que al ser cantantes, les cuesta unir lo vocal, corporal y teatral. El poder ensamblar dicha propuesta fue lo más óptimo, Los cuencos resultaron un nexo y una herramienta que acompañaron los procesos vocales corporales.

**Metodología utilizada:** Aula taller. Laboratorio experimental con la Dramaterapia y Sonoterapia.

**Actividades que se desarrollaron en uno de los encuentros:**

### **Ejercicios de estiramiento con el cuerpo, trabajo de articulación con la voz:**

Después de haber pasado unos minutos se trabaja con el cuenco de manija colocándolo en la espalda realizando un desplazamiento, se aplica a todo el grupo. Aquellas personas que aún no vivencia el cuenco por su cuerpo, se les pide que aflojen y escuchen a su cuerpo dentro de sus posibilidades, prestando atención a aquellas zonas que hubiera tensiones, enviando luz para relajar, y cuando sientan el cuenco por su cuerpo, asocien esa luz con la vibración, ablandándose como una esponja.

Los resultados a través de sus devoluciones son positivos, ya que manifiestan placer, relajación, disfrute y sensaciones agradables al percibir el cuenco en su cuerpo, con cosquilleos que se trasladan por su espalda y piernas. Vibración constante en la zona donde se apoya el cuenco.

### **Se propone al grupo que caminen por todo el espacio:**

Se buscan distintas direcciones, (adelante, hacia atrás, hacia los costados, diagonales), libertad por el espacio pero haciendo consciente la respiración.

**Se trabaja desde los Planos:** Alto, medio y bajo. Se arman secuencias que se repiten muchas veces. Introducimos lo sonoro a través de los cuencos, y del samafón allegro e instrumentos de percusión. Esto se lleva a cabo a través de una grabación que fue realizada antes que el grupo llegase.

Cuando el grupo escucha la grabación de los cuencos con sonidos más graves trabajamos con las secuencias de plano bajo que estuvieron realizando anteriormente. En los planos altos se aplicó el uso de samafón allegro y cuenco más agudo, en los planos medios escucharon la grabación combinada de ambos. Todo esto fue un trabajo corporal y sonoro a través de la percepción auditiva.

Luego de haber transitado por esa experiencia, el grupo tuvo que **interpretar una de las obras de su repertorio escogiendo: "Nocturne" del músico contemporáneo Miklós kocsár (Húngaro).** Se prestó atención a todo lo que fue sucediendo internamente y al contacto externo de las compañeras. La afinación no es un impedimento, ya que se estuvo en un proceso creativo. Es por eso que después a modo de conexión se sumó el **elástico**, para que el grupo se desplace sin perder el contacto y logre otra plasticidad grupal e integral. El elástico como si fuera la continuación de sus cuerpos en movimiento, o como si fuera su propia cuerda vocal que se estira al emitir sonidos.

Todas sus integrantes estuvieron adentro del elástico, un gran círculo que iría cobrando forma y logrando diversas imágenes a través del movimiento de sus planos. Fue necesario la observación grupal, y el trabajo de la mirada periférica.

Pasada la experiencia se propone otro juego circular con el elástico, abriendo y cerrando, interpretando otra vez la misma obra, proponiéndole un cambio de dinámica corporal y vocal. Cuando la melodía va hacia sus agudos abren el pecho con el elástico, adelantándose y sosteniendo su apoyo vocal para que el sonido fluya. Después de probar un par de veces. Sueltan el elástico e interpretan desde la quietud.

Se aclara que en cada encuentro cuando preparamos el cuerpo en el calentamiento se suma el uso de los cuencos a modo de relajación para lograr mayor fluidez en el abordaje vocal.

### **Conclusiones:**

El relato de las experiencias con este grupo sería: ¿Cuál es el bloque mental y físico que hace que los seres humanos nos desconectemos con nuestro ser interior? ¿Por qué perdemos el juego que todo niño transita y disfruta?

¿Serán los miedos y mandatos que traemos? ¿Qué pasa con nuestro cerebro al escuchar los sonidos de los cuencos y de nuestra propia voz cantada/hablada? ¿Hay un registro de memoria con las sensaciones del útero materno generando estados de placer, bienestar, bronca según el embarazo que haya transitado la madre?

Según el patrimonio sonoro: "...El cerebro se alimenta de estímulos y el sonido es uno de ellos. Desde la infancia y, ya en el claustro materno, hemos percibido vibraciones, sonido..." (Jauset Jordi Ángel).

"...El feto vive en un mundo sonoro envuelto por las paredes vibracionales del vientre de su madre. Se sabe que es capaz de percibir los sonidos generados inconscientemente por está (latidos del corazón, respiratorios, movimientos intestinales...) o conscientemente (canto, voces, susurros), respondiendo a los mismos con impulsos motores claramente percibidos por la madre..." (Jauset Jordi Ángel).

Abordando las terapias creativas: "Dramaterapia y Sonoterapia", se bucea hacia otros estados donde el sonido y silencio se complementan, la mente se aquietá y el corazón late con otro ritmo. Prevalece la paz, el amor al prójimo y el compartir lo sonoro vibrando desde otro lugar.

Cuerpo, mente y alma transitando algo que por momentos es inexplicable, pero placentero, como si fueran chipas de luz que titilan incesantemente por todo el cuerpo. Un misterio que no se puede develar, pero que está latente.

Cada ser

humano tiene que encontrar su propia melodía interna.

## **Referencias bibliográficas:**

De Castro Ricardo (2006) Los materiales del lenguaje musical. Ediciones del aula taller. Buenos Aires, Argentina.

Jauset Jordi Ángel (2008) Música y neurociencia: la musicoterapia. Editorial UOC. Barcelona, España.

Jauset Jordi Ángel (2011) La terapia del sonido ¿Ciencia o dogma? Ediciones Luciérnaga. Barcelona, España.

Torres Godoy Pedro. Sergio Lucero Conus (2013) editores. Dramaterapia y Psicodrama: Un encuentro entre el teatro y la terapia. Santiago de Chile.

Capítulo de Improterapia

2020

# Viviana Gallardo Magallán

(Actriz, Pedagoga Teatral y Drama terapeuta, enfocada en la Improterapia)

## IMPROTERAPIA

**“el poder de estar en el presente y fluir hacia el bienestar”**

Actualmente es bastante sabido y difundido que el arte es un excelente recurso para la salud mental y emocional, sin embargo cada disciplina artística ofrece bondades y énfasis distintos, dignos de ser valorados. Como el enfocarnos en el presente, en el aquí y ahora y disminuir la nostalgia en el que nos mantiene el estar anclados al pasado o la ansiedad que nos provoca el excesivo interés por preocuparnos del futuro, aspecto a que nos invita el método impro.

Considero que esta fusión entre teatro de improvisación y terapia, es una de las terapias de acción que debe formar parte de las disciplinas usadas por la Dramaterapia (drama = acción) cuya definición básica es: el uso intencionado de herramientas del drama y expresión escénica para impulsar procesos terapéuticos y de salud

**Sue Jennings**, precursora de la Dramaterapia, decía “la improvisación proporciona un marco en bruto o un punto de comienzo para la acción y un espacio para el aporte espontáneo. Los asuntos o los sentimientos inconscientes y tácitos encuentran su expresión dentro de este marco, esto tiene valor terapéutico”.

El doctor Pedro Torres psiquiatra de la Universidad de Chile y pionero de la Dramaterapia en nuestro país, afirma que: “bajo el concepto de **Dramaterapia** cabría ubicar a todas aquellas disciplinas, enfoques y técnicas activas, al servicio de la facilitación de los procesos grupales, que albergan según orden de aparición en el mundo terapéutico las siguientes prácticas: Teatro de la espontaneidad, Axiódrama, Psicodrama, Sociodrama, teatros Espontáneos post-Morenianos: teatro Play back ,en su dimensión terapéutica teatro Play forward, teatro Impro; y teatro del Oprimido (en su dimensión terapéutica)....”

El concepto de Improterapia comenzó a ser usado por el actor e improvisador de Puerto Rico, Erick Rodríguez, quien se ha dedicado a improvisar e impartir talleres de improvisación desde hace varios años, tanto en su país como en Estados Unidos entre otros.

Eric, trabaja con los ejercicios de la impro y ejercicios del clown y la comedia del arte, para ayudar a desarrollar las habilidades blandas en los participantes y aumento de la autoestima entre otros aspectos, comúnmente hace un diagnóstico previo del grupo para hacer sus intervenciones, además le otorga un espacio importante a funcionar desde la intuición, aspecto que valido como manera de ejercer esta disciplina cuando ya se tiene conocimiento y trayectoria como él.

En nuestro país, Patricio Valdenegro, actor improvisador, clown y mago, también incursiona en este concepto otorgándole su sello personal y definiéndola como:

“Es el método en el cual a través de la improvisación, se desarrollan las potencialidades del sujeto, enseñándole las posibilidades del trabajo cooperativo y las personales, utilizando el escenario como un lienzo en blanco en el cual se ponen de manifiesto los razonamientos y comportamientos particulares de las personas adquiriendo distintos roles a lo largo de una historia.” (2015)

Su objetivo es generar flexibilidad en los patrones de comportamiento y pensamiento de niños y jóvenes.

Personalmente considero difícil amar la metodología Impro y no advertir los beneficios terapéuticos que conlleva su ejercicio. La diferencia radica en el cómo y para qué la usamos. Tanto Erick como Patricio trabajan desde la generosidad, tienen la actitud de ser eternos estudiantes y buscadores, actitud que me parece imprescindible para seguir evolucionando y mantener nuestro ego a raya, el balancín de status de ser alumno y profesor, nos hace además, mas empáticos y autocríticos, Luego cada uno le otorga un énfasis distinto a lo que llamamos improterapia, desde la importancia del humor, desde el clown, la magia etc.

Yo la defino como: una terapia de acción que enfatiza, en el presente, en la espontaneidad y el repentismo de los impulsos creativos que guía y canaliza la metodología impro para el desarrollo de las habilidades blandas y el autoconocimiento en procesos de salud mental y emocional, transformación y bienestar, en la que están presentes muchos aspectos que ayudan a ese objetivo.

Para mí, a diferencia del teatro no tiene como fin representación alguna, si en el teatro se busca fomentar el desarrollo expresivo en los actores para que puedan ser mejores intérpretes o jugadores para crear historias y así transmitir mejor el mensaje para entretenir a un público, en la improterapia según mi visión, buscamos fomentar, promover y propiciar el desarrollo expresivo de los participantes para que puedan tomar contacto consigo mismo y con los demás y puedan vivir un proceso de transformación nutritiva en lo emocional y corporal, de manera integral desarrollando su personalidad superando el miedo al ridículo, la timidez, el pesimismo, la poca autovaloración y otras barreras personales, en un espacio protegido, acogedor, intencionado en el que público y participantes se intercambian roles sin presión ni expectativa alguna, más que la vivencia profunda e íntima de jugar, explorar y expresarse de manera creativa y espontánea.

Sin pretender tampoco negar la importancia del teatro cuyo foco principal es crear un producto artístico, lo que en sí implica trabajo, disciplina, investigación, estudio y análisis profundo.

Tampoco negar la importancia del psicoanalista que a su vez cuenta con otros recursos y saberes sobre el comportamiento y la mente humana.

Sin embargo las terapias de acción dentro del marco de la Dramaterapia, se vale de recursos de las artes escénicas y de la plástica y no busca el porqué de los comportamientos de los participantes ni tampoco interpretarlos ni juzgarlos, tampoco se trabaja desde la herida, sino desde la fortaleza, lo que nos importa es el entrenamiento para una vida más plena.

El ingrediente predominante en la improterapia es el desarrollo de la **espontaneidad** y la aceptación de lo propio y de los compañeros-as, la flexibilidad mental y la escucha el enfocarse en el aquí y ahora y fluir, en el reaccionar sin preparar ni planificar, en hacerse amigo del vacío, en el saber y confiar que el vacío está lleno de posibilidades. El estar en conciencia plena, en el aquí y ahora,

Finalmente Si le permitimos a nuestro ser compuesto de mente cuerpo y alma, explorar, en distintos lenguajes creativos, en un ambiente seguro intencionado y cuidado, de manera constante y sistemática, los propios mecanismos psicobiológicos se encargaran de optimizar nuestro bienestar.

A continuación hare una reseña histórica de la ruta de la improvisación hasta llegar a la mirada terapéutica, para luego desglosar los aspectos que me parecen relevantes tomadas de la impro y que se encuentran presentes en la improterapia.

### **Antecedentes de la Impro**

Desde el principio de los tiempos el ser humano se ha caracterizado por buscar vías de expresión gregaria, es decir, en conjunto con otros, nuestros antepasados bailaban festejaban y realizaban ceremonias de agradecimiento a los dioses. Conforme pasaba el tiempo, todo se fue transformando y diversificando, fue apareciendo la palabra, la imitación de la naturaleza, las máscaras, los roles , la interpretación de personajes y arquetipos, la improvisación se hacía presente al igual que las formas más elaboradas de teatro, en la línea de la improvisación se fueron desarrollando formatos hasta llegar a la comedia del Arte a mediados del siglo XVI en Italia, en la que los actores presentaban sus canovaccios, es decir pautas con argumentos cortos que luego improvisaban en tono picaresco y lúdico usando arquetipos para divertir al público.

Más tarde aparecen en distintas partes del mundo, diversidad de expresiones y referentes del teatro de improvisación con distintas enfoques.

En 1925 desde lo terapéutico y social aparece el psiquiatra y pedagogo Rumano Jacob Levi Moreno, con el “Psicodrama” y “Teatro Espontáneo”;

En 1950 emerge en Estados Unidos, la pedagoga teatral, Viola Spolin, considerada como la madre del teatro de improvisación, influyendo a muchos directores con su libro “improvisación para el teatro” encargándose de su legado, su hijo Paul Sills al igual que uno de sus seguidores Gary Schwatz.

En los años 70 el enfoque político social, aparece con el Director y Dramaturgo brasiliense Augusto Boal que inspirado en las enseñanzas de Paulo Freire desarrolla su teatro foro y el Teatro del Oprimido utilizando muchos ejercicios de improvisación.

Aparecen en Estados Unidos Jonathan Fox y Jo Salas que inspirados a su vez en los argumentos de Boal, desarrollan un formato de teatro comunitario-terapéutico, que llamaron “Teatro Play Back”, lo que significa teatro de la “reproducción”, en el que se invita al público a contar historias reales para ser representadas y metaforizadas en escena.

En 1979 el inglés Keith Johnstone, pedagogo dramaturgo y Director teatral, radicado en Calgary Canadá con su libro “La improvisación y el teatro” con su inspiradora metodología Impro del cual se desarrollaron distintos formatos, entre ellos el match de improvisación en 1977 en Quebec, Canadá con Yvon Leduc y Robert Gravel, fusionando el teatro de improvisación con el deporte, sin embargo como toda tendencia nacen distintas variantes como el Sport teater en Suecia a manos de Helge Skoog, con quien tuve el placer de participar en sus clases en los años 80, al estar radicada en ese país. En 1993 volví a Chile, estaba cursando mi carrera teatral cuando en el año 95 la Universidad Católica Blas Cañas, organizó cursos de perfeccionamiento para profesores y actores de teatro, con tres pedagogos suecos invitados, entre los que se encontraba Peter Bark, a quien me tocó apoyar como interprete, participando también de sus talleres de impro, instancia en que junto a otra participante Paula Fuenzalida, decidimos formar la primera cía experimental impro Chile” junto a otros compañeros. Como pedagogas también impulsamos los dos primeros Festivales inter-escolares de teatro deportivo, con niños y jóvenes de distintos estratos sociales.

El año 2000 aparece Claudio Espinosa, con los conocimientos adquiridos en Argentina de la impro y el match de improvisación, formando su compañía “Los Play Móvil”. Centrándose en la comedia y los eventos de competición.

En el 2004 aparece el Colectivo Mamut con Sergio Domínguez (Panqueque) y Mónica Moya, con Nicolás Belmar entre otros integrantes, más conocidos como “Los improvisadores”, por su programa en el canal Vía X.

Actualmente el teatro impro está ampliamente difundido en nuestro país y en el mundo, ya es un hijo independiente y viajero que contagia entusiasmo y emprende nuevos formatos según con quien se fuse.

Keith Johnstone y su método impro ha inspirado a muchos improvisadores a desarrollarse en esta disciplina, algunos desde el desafío del teatro profesional para llevar un espectáculo al público, otros desde los beneficios que aporta a la pedagogía, y otros desde la mirada más terapéutica, aspecto que no es de especial interés de su creador, Keith Johnstone, quien me lo expuso clara y honestamente frente a mi pregunta sobre ese punto en un work Shop en Calgary Canadá en el 2012. Según el maestro, lo terapéutico no ha sido su objetivo con el impro, pero lo considera positivo si le aporta algo a las personas.

Su verdadero motor e interés ha sido siempre desarrollar juegos y técnicas teatrales para optimizar la creación de historias improvisadas y presentar a un público, y para esto necesitaba estimular en sus estudiantes adultos el reencuentro con la imaginación, el juego y creatividad del niño.

Para cumplir con dichos objetivos, su metodología se basa en toda una gama de ejercicios para entrenar y potenciar la espontaneidad, el trabajo en equipo, la escucha, el estado de alerta, la creatividad, la aceptación, la importancia de conocer las relaciones de status y las habilidades narrativas, en los estudiantes de teatro.

Si bien muchas de estas capacidades son parte de lo que hoy llamamos las habilidades blandas, en la época que le tocó estudiar a nuestro maestro, estos aspectos no eran parte de la enseñanza, más bien lo que se lograba era lo contrario, estamos hablando de la época en que los métodos de la pedagogía conductista estaba instalada como la forma de enseñanza tradicional, en el que se aprendía, a punta de premio y castigo, con reglas estrictas y rígidas, memorización sin comprensión,

protagonismo del profesor y paradigmas como “la letra con sangre entra”, lema que primó durante mucho tiempo dentro del proceso educativo en el mundo y que aun opera en muchos países, aunque en menor medida.

Como ya sabemos todo esto no ha hecho más que encerrar a las personas en moldes, cultivando el miedo y la obediencia por miedo al castigo, el pensamiento lineal y convergente, la memorización y la planificación excesiva, aferrarse a lo seguro, temerle a la equivocación y al desafío de cosas nuevas.

Todo esto fue lo que inspiró a Keith para desarrollar justamente, ejercicios que le doblaron la mano a todo esto, a la rigidez del pensamiento, potenciando la flexibilidad; al miedo a equivocarse, validando el error como oportunidad de encontrar algo inesperado; a salirse de los moldes, incentivando la creatividad y el pensamiento divergente; a estimular el juego en los adultos; a atreverse a arriesgarse y valorar el vacío como banco invisible de miles de regalos, en fin, juegos para entrenar la libertad creadora y la espontaneidad, cualidades imprescindibles para los futuros actores, aportando a la disciplina teatral recursos entretenidos y amables para el desarrollo actoral.

Por lo que podemos decir que una función de impro, es el teatro de lo imprevisto, lo que no está planificado, lo que surge en el momento y por primera vez sin haberlo repetido ni ensayado antes y por lo tanto no se vuelve a repetir, las historias que aparecen en cada función son únicas.

Mientras tanto en otros campos del quehacer humano surgen y emergen ideas parecidas que contribuyen de manera paralela aunque lenta, al cambio de paradigmas como por ejemplo en el ámbito educativo, en el que se revaloran posturas que posteriormente formaron parte de lo que hoy se le llama pedagogía constructivista, en el que se destacan los aprendizajes significativos, la interacción social y afectiva, el rol protagónico del estudiante, y mayor flexibilidad en el desarrollo del pensamiento entre otros, algunos referentes de esto son: Vygotsky, Piaget, y María Montessori.

Hasta ahora he mencionado el arte teatral y la pedagogía como disciplinas importantes en que la metodología impro ha aportado para su evolución.

Ahora me enfocaré en el aporte terapéutico de éste.

### **Acerca de lo terapéutico**

Terapia, del griego ‘therapeia’ que significa ‘tratamiento’, y deriva del verbo *therapein* que significa ‘cuidar’.

Según el doctor Pedro Torres, ya antes mencionado, médico psiquiatra pionero en la Dramaterapia en Chile, “el terapeuta se refiere al personaje que en las terribles guerras acogía a los heridos en el campo de batalla a través de canticos, conjuros, recitados, declamaciones, movimientos rítmicos, en fin, una mirada expresiva rica en sensorialidad sentida que lograba el alivio de los deplorables cuerpos infestados....una mezcla entre actor, sanador y sacerdote, roles que más tarde la cultura separó y ubicó en el proscenio, el consultorio y la ceremonia misal.”

Cito este párrafo ya que me hace mucho sentido al destacar que antiguamente estos roles estaban unidos, para ser separados y distinguidos después, sin embargo, las artes, la sanación y la buena pedagogía deben tener una mirada sistémica del ser humano, aunque estemos en una era en el que se ha privilegiado la especialización de las áreas por separado, en el que se de-construye al individuo

en partes como si fueran independientes las unas de las otras de manera extrema. Sin embargo seguimos estando conectados como sistema mayor, y se hace necesaria una mirada más holística de la existencia.

Se debiera educar en el autocuidado y en hábitos saludables para la mente el cuerpo y el alma, optimizando nuestros saberes y talentos, aprender todo cuanto nos enriqueza en relación a nuestras relaciones interpersonales, nuestras capacidades para comunicarnos de manera clara y assertiva, aprender a escucharnos y educar nuestra intuición, nuestras emociones, desarrollar la empatía y volver a lo colaborativo, comprender que somos seres maravillosos cuya biología nos invita a evolucionar sin límites, y nuestra sustancia creadora que es el amor nos impulsa, nos expande y honra nuestro ser.

Pienso que aun gateamos y hacemos palotes en relación a como tratamos a nuestro planeta, a su biodiversidad y a nosotros mismos, como nos tratamos y como nos miramos; cuantas relaciones toxicas no llegarían a tal si los miembros de ella hubieran tenido una buena educación emocional, cuantas madres y padres cometeríamos menos equivocaciones por educar desde nuestras, traumas y dolores, desde nuestras propias aprehensiones, desde la esclavitud de la cultura en que nos tocó vivir y desde la ignorancia del autoconocimiento, cuantos jóvenes o adultos podrían refugiarse buceando y aprendiendo hacia adentro, desde su propio ser, produciendo sus propias endorfinas y neurotransmisores de la felicidad, en vez de buscarlos en la droga, convirtiéndose en estropajos del vicio sin voluntad propia.

La naturaleza tiene su propio ritmo, y nosotros como parte de ella, somos co-creadores de nuestra realidad, aún tenemos un espacio para influir y decidir transformarnos y sanarnos.

Hoy vivimos una pandemia mundial, por el virus del covid 19, virus, creado en laboratorio o no, o una extraña mutación, nos tiene a todos de cabeza. Talvés sea el remezón que necesitábamos para comenzar a cambiar los paradigmas que ya no nos sirven, volver a mirarnos y a cuidarnos, a escucharnos, a ayudarnos los unos a los otros, a valorar el poder respirar , el darnos cuenta nuevamente que la vida es frágil y merece ser atendida.

Hoy como estamos físicamente más separados y virtualmente más unidos que nunca, estamos más conscientes de que necesitamos ser escuchados vistos, acogidos, que no somos tan autosuficientes como creímos, hemos tenido que re-inventarnos para comunicarnos, hoy la creatividad está a mil por hora, en esta lucha de cómo sobrevivir y no contagiarse, nos dimos cuenta de la importancia de la alimentación saludable, de la importancia de estar en redes colaborativas, ayudarnos con gratuidad, dictando cursos con aporte voluntario, volviendo al trueque, siendo nosotros por sobre nuestros currículum, despertando hacia lo esencial de lo que nos habíamos alejado, al tiempo que también despertábamos de la esclavitud del sistema, en que justamente los postulados de la expresión, la historia, la memoria, el arte, lo colectivo, el autoconocimiento que libera y sana, eran considerados de manera subliminal como enemigos de dicho sistema. Era preferible promover el individualismo, la velocidad que no deja pensar, la chatarra en todas sus formas, el conformismo, el aferrarse a la zona de confort, el mirarnos según el dinero, el status o la cantidad de diplomas que tuviéramos, esforzarnos por tener y tener hipotecando nuestras vidas en préstamos con grandes intereses, probablemente los grandes ambiciosos no van a cambiar mucho, pero hoy es nuestra oportunidad, aun con las pérdidas de vidas y la incertidumbre.

Lo dicho anteriormente no pretende ser un análisis sociológico acabado ni mucho menos, es mi visión y opinión que me impulsa a aportar con una gota en el mar desde mis saberes y recursos en eterna construcción.

Hoy son las combinaciones las que innovan o las perspectivas diversas, mi visión de la vida actual es que estamos enfermos, o en términos de la medicina oriental, en desequilibrio, igualmente pienso que somos resilientes como especie, nos caemos y nos levantamos mil veces, nos reconstruimos una y otra vez, y desde mi pasión que es el arte la pedagogía y la Dramaterapia existe un aporte genuino y real para mejorar la calidad de vida. Así como otros se esforzaran en demostrar que su disciplina lo es, y estoy convencida de que así es ya que somos diversos y muchos caminos confluyen en el mismo destino, porque la vida tiene muchos rostros, senderos y alamedas.

Volviendo a lo que nos convoca, esta fusión denominada improterapia, quiero destacar los recursos presentes en ella, dándole el enfoque hacia el bienestar.

Recuerdo un actor de impro que admiro mucho: Omar Galván, improvisador argentino quien afirma que el entrenamiento de la impro puede tener efectos colaterales positivos en las personas pero no le gusta llamarle terapéutico.

Sin embargo estos “*efectos colaterales de la impro*” debidamente intencionados y dirigidos, respaldados desde la investigación y el conocimiento los podemos transformar en “*efectos intencionados de la impro, para la salud mental y el bienestar emocional*”.

## **Aspectos presentes y beneficiosos en la Improterapia**

Desde lo que he aprendido de mis maestros y además desde la experiencia empírica, los aspectos que son imprescindibles en esta disciplina son las que detallo a continuación:

### **Creatividad**

Todos los Somos seres humanos somos creadores por naturaleza, influimos y transformamos la realidad, lo material y lo inmaterial, también nuestras emociones y pensamientos, nuestros entorno, de manera consciente o no pero lo hacemos.

Sin embargo al tomar conciencia de nuestra capacidad creativa nos damos cuenta de lo valioso que somos, más aun cuando podemos transformar y mejorar nuestra propia vida, nuestro cuerpo, nuestro cerebro, es un gran poder virtuoso.

Somos creación que crea, y podemos crear caos u orden nutritivo. El quehacer artístico nos permite crear en libertad de manera infinita, en la ciencia se ha creado destrucción como la bomba atómica y construcción como la cura para muchas enfermedades, sin embargo todos poseemos un motor creativo que es nuestro cerebro. Órgano con plasticidad y disposición al “modelaje”, por lo tanto si

nos damos a la tarea de realizar actividades, ejercicios y acciones que intencionen su desarrollo, multiplique sus conexiones neuronales, creando y jugando, podríamos prevenir su deterioro y optimizar su funcionamiento.

En relación a la creatividad quiero destacar que para crear debemos romper con algo, con la lógica o con lo establecido, cambiar la perspectiva y pensar de otra manera, me refiero a lo que el psicólogo y escritor Edward De Bono llama “El pensamiento Lateral”.

El pensamiento lateral se encarga de organizar nuestros pensamientos para buscar nuevas soluciones o nuevas combinaciones no convencionales o desde el pensamiento llamado vertical o común, para la solución de problemas o conflictos de distinta índole. Los ejercicios del impro nos potencia este tipo de pensamiento, ya que acá también tenemos como desafío buscar más allá de la lógica, saliendo de la zona de confort y arriesgándonos a ver las cosas desde otro ángulo.

En relación a las conexiones entre el Arte y el Cerebro se ha transformado en objeto de investigación para la Neurociencia Cognitiva ( fusión entre la psicología cognitiva y la neurociencia) hasta hace poco se creía que los dos hemisferios cerebrales tenían distintas funciones, complementarias pero diferentes, se le atribuía las funciones cognitivas numéricas, y el razonamiento científico al lado izquierdo de nuestro cerebro, y la intuición, las expresiones artísticas y creatividad, al derecho. Sin embargo hoy, esto se transformó en un *neuromito*. Gracias a la *neuroimagen* hoy se sabe que en el proceso creativo no solo se activa el lado derecho del cerebro, el que efectivamente tiene predominio de ciertas funciones, sino que se pone en funcionamiento toda una red de circuitos interconectados desde distintas partes del cerebro cuyas funciones son potenciarse entre sí para tal proceso, por ejemplo, se activa la corteza pre frontal dorso lateral, esencial para seleccionar conceptos distantes entre sí y organizarlos en ideas creativas; corteza posterior parietal, que ayuda a evocar información relacionada con estas ideas ya formadas; algunas regiones del lóbulo temporal, relacionada a la asociación de estas ideas con la memoria de largo plazo; todas estas áreas forman parte de tres circuitos asociadas a la creatividad, estos son:

-la red central ejecutiva que nos enfoca en una sola tarea por un lapso de tiempo

-la red neuronal por defecto es la que se activa cuando divagamos o soñamos despiertos, permitiéndole descansar al consciente, y que desde este aparente “no hacer nada”, surgen ideas y la sensación de eureka!

-la red de prominencia la que activa nuevamente la central ejecutiva para completar este proceso.

Según Borges “la creatividad está ligada a la adversidad,” mientras el neuro científico argentino Facundo Manes, apoya y completa esta afirmación diciendo que es así ya que el reconocimiento de la carencia nos impulsa a desarrollar los recursos para transformarla en virtud, agrega además, que la creatividad nace en el cerebro y desde la mirada biológica es el resultado de una preparación previa, es decir un ejercicio constante de búsqueda de nuevas perspectivas y formas de hacer, de un grado de obsesión , un poquito de locura, que según mi interpretación tiene relación con atreverse a hurgar más allá de lo convencional para no bloquearse en el intento, agrega además que hay que estar dispuestos a equivocarnos como parte de esa búsqueda.

Cita “existe una carga genética que predispone a lo creativo. Sin embargo es el factor sociocultural el que juega un rol crucial, pues el acceso a experiencias de distinta naturaleza remodela las conexiones cerebrales necesarias para generar las soluciones innovadoras que resultan de este pensamiento divergente. El contexto y los factores sociales pueden estimular (o no) la explosión de creatividad.” (pág. 207 “Usar el Cerebro”, Facundo Manes 2014)

En este sentido el lenguaje de la impro, proporciona el entrenamiento previo en un contexto sociocultural que propicia distintas experiencias para potenciar la creatividad”.

### **Espontaneidad:**

“Del latín **sua esponte** la palabra guarda un significado esencial al ser invocada como un eco sonoro desde el inconsciente desde dentro, la frontera entre lo fisiológico y psíquico y la realidad”

El ingrediente predominante en la improterapia es el desarrollo de la **espontaneidad** y la aceptación, la flexibilidad mental y la escucha el enfocarse en el aquí y ahora y fluir.

en el reaccionar sin preparar ni planificar, en hacerse amigo del vacío, en el saber y confiar que el vacío está lleno de posibilidades.

La espontaneidad es lo que surge cuando reaccionamos de manera inesperada, haciendo o diciendo algo de improvisto sin haberlo planeado o mediado por el pensamiento, son reacciones auténticas, orgánicas y libres de bloqueos y censura.

Es un estado de fluidez y certeza enfocado en el presente, somos más espontáneos en ambientes lúdicos y de confianza, podemos ser espontáneos cuando no nos sentimos atacados o invadidos por nuestros pensamientos miedos o prejuicios.

Lo contrario de la espontaneidad es la planificación, la preparación de lo que se dice o hace, en busca de lo lógico lo correcto y lo conveniente en distintas situaciones, ambos aspectos necesarios para nuestra vida.

Ambas características son indispensables para buscar el equilibrio en el buen vivir, pero cuando se nos estimula constantemente para ser demasiado cautelosos en lo que decimos o hacemos, por miedo al qué dirán, o a salirnos del molde impuesto por las normas rígidas de una sociedad que exige constantemente ser eficiente, competitivo, desconfiado, temeroso y lleno de prejuicios, nos acostumbramos a vivir de esa forma, bloqueando muchas veces nuestras expresiones espontáneas de muestra de afecto, o emociones ya que no es bien visto.

También las experiencias de vida dolorosas, nos vuelven extremadamente cautelosos, nos cuesta salir de nuestras zonas de confort y no nos dejamos fluir.

Según el psicodramatista mexicano **Rafael Pérez Silva**, la espontaneidad alude a uno de los conceptos del psicodrama que evocándola en el escenario produce una sensación de calma, libertad y esperanza que hace posible el descenso de los niveles de angustia y ansiedad en el individuo y el grupo.

En la metodología impro la espontaneidad es la habilidad básica y central de todos los ejercicios y juegos.

### **Distanciamiento**

El termino distanciamiento en el teatro nos lleva directamente al teatro épico de Beltolt Brecht, recurso elegido por él como director teatral para exponer las problemáticas y conflictos políticos y sociales, Se presume que se inspiró en el trabajo del clown, ya que este personaje siempre está en medio de alguna situación problemáticas que al parecer solo le ocupa su mente para buscar soluciones desde lo novedoso y no, desde lo trágico, resultando de eso algo humorístico de la paradoja que se observa. Brecht desarollo en su teatro recursos como el uso de carteles, canciones, deja en claro que el actor representaba un personaje, pero que no era él, disminuyendo el compromiso identificatorio y emocional entre actor y personaje, personaje y público ya que el mensaje según su objetivo era para ser pensado y analizado, desde la mente critica, no desde la emoción, ya que 'el afirmaba que la emoción nublaba el sentido crítico.

En la Dramaterapia se le llama distanciamiento dramático ya que no se persigue la catarsis ni abrir heridas ni traumas directamente, sino que se trabaja con la parte sana del individuo y el grupo para potenciarlo Se trata de sublimar los dolores, de cambiar lo pesado en liviano, de promover simbólicamente "un proceso alquímico, transformar los metales en oro que brilla y dura. , " (Dr. Pedro Torres)

En los juegos de impro adaptados a estas premisas también se trabaja con esculturas humanas, muñecos, objetos, dibujos u otros telones donde proyectar las emociones fuertes y tomar distancia de ellas observándolas y aceptándolas de forma lúdica y creativa, lo que a su vez permite cambiar las perspectivas y dar espacio a nuevas miradas, También los juegos de "responsabilidad compartida" funcionan para distanciar, por ejemplo en el juego del ventrílocuo, uno hace la voz y el otro mueve la boca , o en los muñecos, uno maneja el cuerpo del compañero mientras este habla, es decir, se comparte, la creación de la situación y de esa forma se diluye el protagonismo y la exposición directa.

### **Risa y Humor**

Otro elemento con la que trabajamos en esta metodología es la risa y el humor aspectos que requieren dejarnos afectar sorprender y reaccionar para poder hacer efectiva la acción de gozar de lo que vemos o escuchamos que consideramos gracioso, dicha acción pone en funcionamiento la musculatura facial, abdominal y muchos otros, es decir nos moviliza, nos activa, a su vez hace que se liberen endorfinas y serotonina producidas por las células del sistema nervioso central que tienen un efecto de disminución del dolor, además también se segregan y dopamina sustancias asociadas al sistema de placer del cerebro.

Es decir, reír tiene efectos aeróbicos, analgésicos, placenteros y positivos, una buena base que promueve bienestar integral.

En la metodología Impro la risa, aparece indefectiblemente durante las sesiones, frente a reacciones inesperadas, interrupciones de rutinas o incongruencias que es lo que comúnmente nos provoca risa, tal como en los cortometraje de Míster Bean, cuando aparecen situaciones absurdas, entendiendo por absurdo que se alejan de lo lógico y se instaura una nueva perspectiva no

convencional de las cosas. También nos da risa el juego de palabras o cuando surgen situaciones que nos causarían diversos tipos de miedo en la vida real, como miedo al ridículo, peligros o situaciones incómodas o vergonzosas, sin embargo como es juego nos divierte ya que no es verdad y podemos salir del paso.

Sobre todo si se mantiene en el tiempo dicha práctica, entonces estaríamos introduciendo nuevos hábitos creativos y emocionales en el pensar y hacer, lo que a su vez debiera tener un impacto positivo y mejor disposición para enfrentar lo imprevisto con apertura y optimismo.

### **Universo propio o cercano**

El material con que trabajamos no son objetos ni escenografía sino nosotros mismos, nuestro mundo interior, experiencias, ideas, imágenes, información, percepciones, sensaciones, y todo lo que implica ser humanos, esto es nuestra materia prima para usar y expresar de forma lúdica y creativa en el proceso de improterapia, somos nosotros mismos jugando a ser otros aspectos de nosotros u objetos simbólicos, transitando en las vivencias diciendo lo no dicho, desordenando sucesos, creando otras posibilidades, sin ser juzgados, ni bloqueados, tampoco presionados a tener una actuación impecable ni manejar ninguna técnica actoral, tampoco existe el requisito de entretenrer a un público, ya que el público somos nosotros mismos y nuestros compañeros que nos toca ser actores y espectadores indistintamente, siendo yo- auxiliares, dobles o compañeros de escena.

### **Expresión corporal**

El cuerpo posee memoria, en el guardamos parte de nuestras experiencias y además somos también nuestro cuerpo, por el cuerpo pasan las emociones y también se estancan allí, por lo tanto es esencial mover nuestro cuerpo, ponerlo en acción, y habitarlo con distintas cadencias, ritmos, formas y posibilidades de expresión, de esta manera lo mantenemos sano, liviano, desbloqueado y lo convertimos en un instrumento de exploración y comunicación infinita, es decir, cada vez que jugamos a ser habitados por distintos personajes, le permitimos explorar, expresarse, modificarse y liberarse, “empatizarse”.

El movimiento, el ritmo, la acción corporal nos permite liberar endorfinas que nos alivian dolores, reduciendo el estrés y protegiéndonos de la ansiedad además de poner en funcionamiento nuestra circulación y respiración, entre el sinfín de sustancias que nos favorecen también se encuentra la hormona denominada *irisina*, que se encarga de mediar junto con el ejercicio la aparición o mejoramiento de enfermedades del sistema nervioso, metabólico e inflamatorio.

La expresión corporal y el ejercicio son parte de las sesiones sobre todo al inicio.

### **El Juego;**

Estudios sobre el juego nos indican que está presente en el ser humano a lo largo de toda su vida, y le permite enfocarse, concentrarse y gozar de una actividad con otro, así este jugando un solitario existe la contraparte, el juego promueve el autoconocimiento y la autoafirmación, además de ser un excelente entrenamiento de socialización. Se juega distinto en cada etapa de nuestra existencia, necesitamos comprender y elaborar la realidad de esa manera. Es una manera de ensayar la vida,

en el “como si” buscamos un espacio paralelo y protegido para esto, el juego en si es una actividad interna y externa.

Según Roger Caillois En su libro “Los juegos y los hombres” clasifica los juegos en:

AGON	ALEA	MIMICRY	ILINK
Juegos de competencia	Juegos de azar	Juego de imitación o de representación	Juegos con vértigo
Match Carreras ...	Cara o sello Apuestas...	Teatro, disfraces, juego dramático...	Cuerda floja, alpinismo...

Los juegos de Impro podrían ubicarse en Mimicry, también en Agon según sea el formato, pero se abren las posibilidades desde la búsqueda y posibilidades. Siendo Mimicry más apropiados para la improterapia.

Cada juego tiene reglas particulares, además nos invita a desarrollar estrategias para cumplir con los objetivos de nuestro juego, siendo el proceso como el resultado del juego un aprendizaje constante y entretenido.

Usar el tiempo en jugar es evolucionar explorar la propia naturaleza y la de los demás, se disfruta el presente de una manera concentrada, se potencia la curiosidad, propicia el desarrollo de la empatía la espontaneidad y la creatividad.

En el impro hay momentos de juego grupal y trabajo colaborativo lo que a su vez activa las neuronas espejo, y por ende potencia la empatía.

Se produce la magia del divertimiento y la experimentación y el compromiso emocional.

#### **Aceptar el error como una oportunidad**

Destacar este aspecto me parece importante ya que dentro del ejercicio de la improvisación el equivocarse, es decir hacer algo que no se buscaba hacer pero que surgió sin querer, en palabras acciones o demases forma parte del entrenamiento ya que puede ser “reciclado” para el proceso creativo, más aun en el proceso de impro terapéutico ya que nos permite visibilizar la adaptación a este supuesto error y transformarlo.

Vivimos en una cultura que reprocha el error en demasía por lo que le tememos y huimos del él, sin embargo muchos descubrimientos han surgido por error en la historia de la humanidad, como también el observar la naturaleza nos hace dar cuenta de su poder. En la Improterapia usamos el error como una oportunidad de descubrir algo nuevo.

A lo largo de la historia también han habido descubrimientos accidentales, sin querer o por error como por ejemplo, la penicilina, el microondas, el teflón, la dinamita, los fuegos artificiales, los rayos

x, los marcapasos y muchos más, por supuesto como todo, puede ser usado para bien o para mal, esa es nuestra decisión, pero siguen siendo hallazgos inesperados.

“cuando accidentalmente entra un poco de arenisca entre las valvas de una ostra, la ostra la conquista y segregá cantidades de un mucus espeso, suave, en capa sobre capa microscópica sobre la irritación extraña hasta que se convierte en un objeto bello, perfectamente suave, redondo, duro y brillante. De esta manera la ostra transforma la arenisca y a sí misma en algo nuevo, transformando la intrusión del error o de lo foráneo hasta hacerlo formar parte de su sistema, completando la gestalt según su propia naturaleza de ostra, si la ostra tuviera manos no habría perla. La perla llega a nacer porque la ostra está obligada a vivir con la irritación durante un lapso extenso”<sup>14</sup>

### **Transformación**

El transitar significativamente de un estado a otro distinto implica una transformación evolutiva, lo que se hace evidente durante el transcurso de las sesiones, ya que no se potencia la pasividad sino la acción, interna, externa y/o ambas, y eso ya pone en funcionamiento muchos aspectos del ser.

El entrenarnos de manera física, mental, emocional, sensorial y verbal, nos potencia el desarrollo de los distintos tipos de inteligencia. Entendiendo por inteligencia según Howard Gardner “*la habilidad para resolver problemas cotidianos, y poder crear otros problemas para resolver*” es decir, o según Jean Piaget “*la capacidad de adaptación a las situaciones nuevas que surgen del medio en que vive*” es decir, ejercitarse nuestras capacidades e inteligencias propicia la flexibilidad y adaptación al cambio para la vida, como sinónimo de cambio constante y desafíos permanentes.

### **Juego de Status**

Me parece importante tomar este aspecto ya que el status está presente de manera transversal en nuestras interacciones humanas, y ámbitos familiares, profesionales, políticos y sociales, es un concepto que tiene que ver con cómo nos situamos en la vida y también tiene que ver con el poder, definiendo en gran medida nuestras relaciones interpersonales. El status lo da la profesión, la economía, la edad, el nivel sociocultural y la personalidad, por ejemplo en occidente un médico tiene más status que un chofer de bus, sin embargo en cuanto a la manera en que la persona se maneja, su corporalidad, sus movimientos, el uso de su voz, en ocasiones no coincide con su status social, lo que podría significar que el chofer sea más respetado y sea más influyente que el médico por su manera de ser. También hay puestos, es decir roles de poder que implican mayor status pero las personas desarrollan su status de todos modos, unos mandan otros obedecen, unos parecieran ser más escuchados y tomados en cuenta que otros, siendo los últimos, invisibilizados. Sin embargo no es mi pretensión analizar en profundidad el tema del status, más bien me interesa, destacar lo que nos ofrece el método impro en este aspecto. Me refiero a que cuenta con una batería de ejercicios relacionados con el status lo que para el teatro y el cine ha sido muy enriquecedor, siendo Charles Chaplin un gran representante en el uso de ese recurso, sin embargo lo nuestro es el Impro usado como terapia de acción dentro de la Dramaterapia y allí se torna igualmente enriquecedor el trabajo de status ya que al jugarlo permite probar y equilibrar metafóricamente estas relaciones asimétricas que en la sociedad producen estragos cuando se llevan al extremo ya que convierte las

---

<sup>14</sup> Pág. 105, “la improvisación en la vida y en el arte”, Stephen Nachmanovitch, editorial Paidos.

relaciones humanas en amo y esclavo, patrón y empleado con todo lo que ello significa. No obstante en nuestro ámbito, alguien acostumbrado a mandar, dirigir o ser más tomado en cuenta que los demás puede jugar a un status más bajo comprendiendo en carne propia lo que ello significa, y viceversa alguien acostumbrado a ser más pasivo y obedecer o ser o sentirse dominado, puede probar y vivenciar el otro rol, lo que en un proceso sostenido en el tiempo podría provocar además de comprensión, una modificación y equilibrio lo que a su vez le aumentaría su autoestima y todos los aspectos asociados a un status bajo llevado con incomodidad. Es decir el juego estaría “equilibrando la cancha”, ayudando a desarrollar otras habilidades, fortaleciendo y empoderando la personalidad en este caso y regulando a los de status más alto.

Quise enumerar y definir primeramente los aspectos más significativos en el quehacer de esta metodología por separado, tendiendo a deconstruir para volver a construir y comprender mejor los mecanismos, sin embargo sabemos que somos un sistema que funciona como un todo como el efecto dominó o el “Efecto Mariposa” como una onda expansiva que provoca y que transforma.

#### **APROXIMACION AL ROL Y ACTITUD DEL TERAPEUTA**

Como ya sabemos las vertientes del improterapia, el facilitador de esta disciplina sería un improterapeuta, un profesional con conocimientos y experiencia en la metodología Impro, y en procesos terapéuticos.

La función de este terapeuta debe ser principalmente motivar, acompañar, guiar y facilitar los procesos de manera clara, acogedora, flexible y con solidez.

Propiciando encuentros novedosos, lúdicos y nutritivos, creando atmósferas de confianza, respeto, aceptación y empatía.

Tener siempre presente que el buen terapeuta debe abstenerse de juzgar, aconsejar, presionar, o imponer su visión por sobre el de los demás.

Finalmente un buen profesional debe estar consciente de la importancia de su propio proceso permanente de autocuidado, trabajo de desarrollo personal, social y académico.

Finalmente quiero recordar la maravillosa máquina espiritual y emocional que habitamos, y el enorme potencial que tenemos en nuestras manos, aprender a hacernos cargo de nuestra felicidad a través del autoconocimiento y las acciones para hacerlo, conocer por ejemplo el funcionamiento básico de nuestro cerebro y de los neurotransmisores y hormonas que nos promueven y facilitan este bienestar me parece necesario, para no dejárselo al destino, o solo a lo exterior, ya que siempre es una co-creación y una mezcla entre el adentro y el afuera, nos afectamos de lo que nos rodea y percibimos, y también producimos.

Quiero destacar algunos como: la serotonina, hormona que equilibra nuestro estado de ánimo y sensación de felicidad, la carencia de ella nos provoca depresión; oxitocina la hormona del amor, es lo contrario del cortisol que es la hormona del estrés negativo que de permanecer mucho tiempo en el organismo hacen bajar nuestras defensas y enfermamos. Las endorfinas que nos hacen sentir placer y disfrute además mitigan la sensación de dolor, son un analgésico natural: la Dopamina; que nos causa un efecto alto de bienestar parecido al estado de sentirse drogado por eso en exceso nos puede volver muy obsesivos. Podemos activar y liberar estas hormonas cuando

realizamos ejercicios de respiración, bailamos o hacemos movimiento, jugamos, nos relacionamos socialmente, o hacemos algo que nos guste.

Como terapeutas contamos con estos y otros muchos recursos para poder acompañar, promover y acompañar en el desarrollo propio y de los demás en el camino al autodescubrimiento y el bienestar físico y emocional. También somos creadores y buscadores de nuevos ejercicios, juegos y actividades para nuestro objetivo y cada uno con su sello personal.

Para terminar solo quiero agradecer a mi querido maestro don Pedro Torres por este espacio.

Recuerdo de uno de los Diplomados de Drama terapia, en la sala Agustín Siré de la Universidad de Chile, dictando la clase de Impro.



### Bibliografía

- Nachmanovitch, Free Play, la improvisación en la vida y el teatro.2006 Editorial Paidos.
- Johnstone Keith, Impro, improvisación y teatro.1990 Editorial Cuatro Vientos. Chile
- Torres Godoy Pedro, Teatro Salud, Medicina-Teatro-Terapia 2018.grafica LOM
- Torres Godoy Pedro, Escritos de Dramaterapia, aproximaciones teóricas, asuntos prácticos, nuevas visiones 2016, Editorial Zobeida, EDRAS
- Ryan Madson Patricia, “La sabiduría de la improvisación”2005, Teatrika.
- Argentino Galván Omar, “Del salto al vuelo” Manual de impro, 2013 Ediciones Improtour
- Halpern Charna-Del Close-Kim Howard Johnson “La verdad en la comedia”, técnica de improvisación.2004, Ediciones Obelisco.
- Pérez Silva Rafael, Teatro e improvisación, ¡creación personal y colectiva de historias vivas! 2012 estudio de diseño Hecatombe. México.
- Torres Godoy Pedro, Lucero Conos Sergio Editores, “Drama terapia y Psicodrama”, un encuentro entre el Teatro y la Terapia. Escuela de Posgrado Facultad de Artes Universidad de Chile. EDRAS.Vol. 1.
- Manes Facundo, “Usar el cerebro, conocer nuestra mente para vivir mejor” .Editorial Planeta Chilena A.S. 2014.
- Caillois Roger “Los juegos y los hombres” Fondo de Cultura económica .



## ¿DRAMATERAPIA PEDAGÓGICA, EXISTE?

Alfredo Musri Espinoza

Cuando hablamos de dramaterapia hablamos de una sola disciplina, independientemente de dónde se aplique. Las técnicas son las que cambian según las propuestas que nos hacen aquellos autores más aventajados y/o experimentados (como Jennings, Landy, Emunah). También es relevante saber que como la dramaterapia está en evolución y construcción, nosotros podemos, con toda libertad, proponer nuevas formas y técnicas para abordarla.

Es así como la educación, específicamente la educación artística, nos permite incorporar algunos de sus postulados y estrategias pedagógicas para enriquecer la labor de quienes se desempeñan en esa área. La posibilidad de “establecer relaciones remotas” una de las habilidades pedagógicas de alto potencial nos concede la libertad de unir terapia y educación para construir una “Dramaterapia Pedagógica”, sin desvirtuar ninguna de sus fuentes de origen. Así también se formó la Dramaterapia originariamente, uniendo la Psicología y el Teatro.

Nuestra colega Sue Jennings, en su libro “Manual de Dramaterapia” nos propone tres miradas que debemos considerar al trabajar la dramaterapia:

- a) Sesiones abordando el tema en cuestión al interior del grupo, por ejemplo, el trabajo con alcohólicos y haciendo dramatizaciones conducentes al tema.
- b) Sesiones donde el tema se prepare y se muestre a un público ajeno, como lo hace el teatro testimonial.
- c) Sesiones en que el tema sea sacarlos de lo suyo y mostrarles una realidad distinta, como por ejemplo, hacerlos dramatizar un texto shakesperiano.

Para todas estas miradas el facilitador necesita manejar el Teatro, la Psicología y Estrategias lúdicas. Mientras más elementos se puedan dominar, mejor podemos acceder a un grupo desde distintas perspectivas. Si la Dramaterapia es una disciplina en formación, ¿Qué nos impide hacer una alianza entre dos o más disciplinas? Veamos.

### UNA PROPUESTA A CONSIDERAR.

#### **La Pedagogía Teatral.**

El Pedagogo Teatral Tomás Motos Teruel nos propone en su libro “Prácticas de Dramatización”<sup>15</sup> una secuencia bastante interesante que nos puede servir para nuestras prácticas dramaterapéuticas en el área Educativa. La orientación terapéutica será dada por el diseño del objetivo que cada actividad tenga destinada. Recordemos que el teatro “per se” es terapéutico, más aún su práctica, estableciendo una diferencia con ser un espectador.

Tomás Motos nos propone como secuencia didáctica de una clase lo siguiente; secuencia que podría ser perfectamente combinada con EPR:

#### 1.- Preliminares:

Ejercicios destinados a situar en “un aquí y un ahora” a los asistentes (usualmente estudiantes), convocándolos a centrarse en un espacio pedagógico artístico. Son ejercicios de inicio de sesión, aquellos que llaman la atención de los asistentes para un momento de ingreso a otro espacio, que marca la diferencia entre un momento de recreo y el de sesión. Suelen ser ejercicios cortos, llamativos, convocan a la reunión entre ellos; y entre ellos y la disciplina. Pueden ser muy simples, como por ejemplo, hacer un círculo, tomarse de la mano y balancearse; o pedirles que traigan sus bolsos y muestren algo de lo que andan trayendo en ellos; así como llamar al “señor silencio” tomarlo con las manos y meterlo en la boca; realizar algún tipo de saludo en especial: como payasos, como ancianos, como directores de colegio, como astronautas. Mostrar un paso de baile y que todos lo imiten. Hacerlos salir y que ingresen nuevamente como si fuera la primera vez que lo hacen y se impresionan explorando el nuevo espacio. Traer un objeto imaginario y presentarlo al grupo para que adivine. Saludar a una cámara televisiva y enviarle un saludo a alguien querido. Las posibilidades de juegos cortos, dinámicos, son imprescindibles para hacerlos entrar en el espacio metafórico de la sesión dramaterapéutico - pedagógica.

#### 2.- Sensibilización:

Los sentidos son aquellos dones más preciosos que hemos recibido de la madre naturaleza, con la primera edad viene el descubrimiento del entorno, todo parece nuevo y se nos estimula constantemente a experimentar colores, sabores, texturas, olores, sonidos. Con el pasar del tiempo esa experimentación se deja de lado, sin embargo, nosotros podemos retomarla, hacerla más fina, más aguda. Los ejercicios de sensibilización buscan desarrollar y ampliar las capacidades tanto de exploración como de respuestas a estímulos sensoriales del medio ambiente. Nuestros niños y jóvenes se ven influidos por una sociedad que les obliga a ver sólo fragmentos de la realidad, ignorando u ocultando otras. Las capacidades de observación minuciosa, de descubrimiento de características individuales, sean importantes o accesorias, son un punto importante al momento de formar a un educando. Las capacidades de “sintonía fina” se desarrollan, se amplifican con ejercicios, como por ejemplo: observar y detallar completamente un objeto simple (un pincel, un pañuelo); tocar el espacio con los ojos tapados y sentir todas sus texturas; discriminar entre olores

---

<sup>15</sup> Motos, Tomás y Francisco Tejedo. **Prácticas de Dramatización**. 1987. Editorial Humanitas. Barcelona. España.

de distintas naturalezas; percibir la posición en relación al mobiliario de la sala sin la visión; realizar movimientos en consonancia o disonancia con una música propuesta por el guía; ubicar a sus compañeros por sus voces, reconocerlos por sus rasgos tocándolos con sus manos; percibir objetos que han sido escondidos o modificados sutilmente en el lugar; desarrollar la imaginación al crear mundos alternativos en el fondo del mar o en un planeta desconocido; realizar uniones entre distintos animales y crear uno nuevo describiéndolo.

En este segmento el guía podrá trabajar con las emociones básicas como ira, tristeza, miedo, sorpresa, alegría, aversión, de forma que el participante pueda diferenciarlas ya sean individualmente o combinadas.

### **3.- Creatividad Corporal:**

Derivando, de alguna forma, del momento anterior, la creatividad corporal implica todos los movimientos de motricidad fina y gruesa que el paciente puede lograr obtener con su cuerpo, desde aquellas simples como mover los dedos, hasta complejas como hacer saltos mortales o acrobacias en una tela o cuerda. Siempre la finalidad en estos ejercicios será lograr capacidad expresiva, es lo que lo diferencia de Educación Física. Algunas técnicas que nos pueden servir son la Coréutica de Laban, utilizada en danza, que intenta explorar todo el espacio en relación con las capacidades de expresión del individuo. En ello podemos hacer uso de nuestra imaginación y crear con ellos máquinas de procesar helados, máquinas para crear aire, hacer uso y explorar el espacio vertical y horizontalmente, reptar e identificar movimientos de animales de ese movimiento, saltar, correr, identificar planos sagitales, usar los puntos de apoyo para crear estatuas individuales y colectivas, uso inusual del cuerpo, recreación de utensilios domésticos. Integraremos en este momento como dentro de las actividades de expresión la facial, punto importante que no puede ser dejado de lado. El cuerpo es sin duda nuestro soporte vital, hay que darle su importancia dentro de la clase de teatro, más aún cuando los niños y jóvenes están en proceso de crecimiento constante y acelerado. Estos ejercicios son muy significativos en la pre pubertad y en la adolescencia, cuando el cuerpo es un desconocido ante los cambios que se nos producen y desorientan.

### **4.- Voz:**

La voz tiene todo un aparato impresionante que es nuestro sello, que conjuga anatomía con fisiología y que es necesario conocer ampliamente. El guía debe dominar considerablemente el tema, partiendo por la anatomo-fisiología de los pulmones, de la laringe, de las cuerdas vocales. Si tiene láminas mejor. Puede construir un espirómetro con globos y botellas. Saber manejar la respiración y sus tipos (clavicular, costal, diafragmática, total); y formas (nasal, oral). Las alteraciones, las maneras de corregirlas. Juegos para ampliar la capacidad respiratoria y de oxigenación, juegos para control respiratorio (soplar velas, matasuegras, papeles, plumas, globos, etc.). A la par con el conocimiento y uso de la voz, el facilitador debe enseñar a ampliar la creatividad vocal con ejercicios que impliquen usos no usuales de las cuerdas vocales, como por ejemplo, sonidos de animales, de maquinarias, de insectos, de instrumentos, imitar las voces de las distintas etapas del ser humano, crear sonidos nuevos, nunca antes escuchados por el hombre, ponerle voces

a objetos inanimados como libros, talqueras, enchufes, raquetas, almohadones, el listado podría ser muy extenso.

#### 5.- Improvisación:

Ya vamos entrando hacia el terreno directo de la dramatización. Un elemento importante es la creatividad y ésta se desarrolla en el ejercicio. La improvisación puede ser espontánea o dirigida. Nos referimos a espontánea cuando le pedimos a dos, tres o cuatro asistentes que se posicionen en el escenario y construyan una escena, a partir de la nada, de lo que surja en el momento, que le den comienzo, desarrollo y fin, generalmente se les da un tiempo determinado para que no se extiendan eternamente y el resto se aburra. Improvisación dirigida será cuando le damos indicaciones, además del tiempo, sobre la escena: “el conejo se encuentra en el bosque saltando y comiendo feliz una zanahoria, cuando de improviso aparece un león...”. Las escenas pueden aparecer no sólo a partir de frases como el ejemplo anterior sino también desde palabras: “vacaciones”, “montaña”, “computador”, etc. O puede ser que el inicio sea un poema, una frase escuchada al pasar, una sentencia de la mamá, una canción preferida, un gesto, crear un poema, escribir una carta, dibujar a partir de una posición corporal, una determinada labor o profesión... las posibilidades de creatividad son muchas. Tal vez en un comienzo ellos requerirán de improvisación dirigida o de la intervención del guía durante las improvisaciones, para guiar, desviar o agilizar, sin embargo, la idea es que pierdan el temor y se sientan cada vez más cómodos interactuando con sus pares, y que la creatividad sea reforzada en el trabajo. Existen varios textos que nos pueden guiar, uno importante es el de “**Impro**” de Keith Johnstone.<sup>16</sup>

#### 6.- Dramatización:

En el curso de la sesión las actividades van encaminadas a trabajar esta parte, que será la que ocupe el mayor tiempo. En las sesiones la dedicación a este segmento estará dirigida, por ejemplo, al estudio o creación de libretos, caracterización de personajes, analizar el contexto de una escena, análisis de temas relacionados con la obra o la escena a trabajar, conocimiento de la técnica, de la poética, de ejercicios de memorización. En un comienzo el conductor podrá trabajar con improvisación dirigida haciendo el enlace con un propósito, para que conozcan y se familiaricen con sus roles, haciendo de la repetición una técnica que ayuda a la perfección del arte. Así como un violinista repite y repite y repite, o un maratonista corre y corre; el aprendiz lo hace con su rol. En la dramatización podemos trabajar a partir de muchas estrategias: llevar poemas, leer noticias, contar chistes y a partir de eso dramatizamos; trabajar el mimo; continuar un trozo de película; dramatizar un cuento, una fotografía, incluir refranes y frases célebres en una escenificación. Este es el momento que nos hace dramatizar en un espacio delimitado como escenario (con o sin tarima) que es un irreal de la vida y que nos permite por tanto llegar a cualquier margen posible o imposible.

---

<sup>16</sup> “**Impro**” Improvisación y Teatro de Keith Johnstone. 1990. Editorial Cuatro Vientos. Chile.

## **7.- Evaluación:**

Este momento se nos presenta como un desafío pues, aunque se llame evaluación y la palabra nos suene árida y compleja, es un excelente espacio para saber en qué estado están nuestros asistentes, ya sea estudiantes, profesores, administrativos o colaboradores de la labor educativa. Gracias a esta instancia podemos entender y verbalizar con ellos lo que sienten, piensan y experiencias respecto de lo realizado. No cabría, en modo alguno, la calificación usada en la educación regular, así como tampoco la línea cuantitativa sino, más bien la cualitativa, la formativa.

Cuando iniciamos el proceso de planificación de las actividades, formulamos un objetivo dramaterapéutico, con indicadores de evaluación insertos en ese objetivo. Pues es este el momento de verificar si lo proyectado cumple con las expectativas nuestras y de los asistentes. Además de constatar la influencia de todos los elementos que circundan la sesión: los materiales, la secuencia, las estrategias usadas; la comprensión de los distintos momentos secuenciales; el espacio utilizado; la participación de los distintos estamentos externos al grupo; los procesos que cada uno de ellos y el grupo ha experimentado durante la transición del ingreso y el final de la sesión; la capacidad de metaforizar y readecuar esa metáfora durante la jornada de trabajo, en otras palabras: todo. La evaluación es una poderosa herramienta, y muy necesaria, para verificar, tal termómetro, el estado de nuestro trabajo.

Como instrumento, a modo personal, se sugiere el uso de la bitácora de trabajo, instrumento que nos permite tener un diálogo con los que interactuamos y puede ser segmentado en tres aspectos que se propone desde Vigotsky:

1.- Lo Conceptual: indagar en el plano intelectual la comprensión de conceptos. Una pregunta que sirve para este aspecto es: ¿Qué aprendimos?

2.- Lo Procedimental: constatar si las acciones realizadas tienen coherencia, si tienen una secuencia lógica, si fueron del agrado de los participantes. Una pregunta que nos sirve para este segmento es: ¿Qué hicimos hoy?

3.- Lo Experiencial: mediante este segmento el participante puede aportar, sugerir, felicitar, criticar, observar, analizar, etcétera, todo lo ocurrido a modo muy subjetivo. Una pregunta que nos sitúa en este segmento es: ¿Cómo me sentí con las actividades realizadas?

Sin duda la bitácora es muy potente como herramienta, aunque no sea el único instrumento para usar en el proceso. También es posible que el facilitador pueda usar otros como: una Lista de Cotejo, una Rúbrica, cuadernos de observación, mapas conceptuales o semánticos, lista de observación, un portafolios. La lista podría ser larga.

Cada uno de estos elementos que nos propone Tomás Motos pueden ser orientados a un fin dramaterapéutico, es decir, si lo analizamos así, la secuencia se encamina claramente a hacer una sesión en la que se termina con una Dramatización, considerando pasos previos de introducción a ello y especialmente el uso de “Sua Sponte” en la improvisación, elemento que nos introduce a “testear” el estado del grupo y de los asistentes.

Es vital, absolutamente vital, el uso del juego como eje principal de las actividades dramaterapéuticas a aplicar en el ámbito educativo. Es imprescindible manejar tanto la teoría del juego como recursos lúdicos a los cuales “echar mano” al momento de planificar la sesión. Es tan importante que sacar el juego de una planeación sería tan ilógico como hacer una sin considerar el Teatro o la Psicología. La Dramaterapia es una mesa, una amplia mesa, que se apoya en patas fundamentales como las ya mencionadas: El Teatro, la Psicología, el juego. Por eso se sugiere considerar textos básicos como “Homo Ludens” de Johan Huizinga; “Los juegos y los Hombres” de Roger Callois; “101 juegos no competitivos” de Rosa Guitart Aced; “Cómo hacer teatro sin ser descubierto” de Larry Silberman, Paula Markovitch y Patrick Querillacq, por mencionar algunos de fácil acceso y descargables en Internet.

La belleza de la Dramaterapia es que está “en construcción” y por ello podemos hacer volar la creatividad e ir haciendo todas las combinaciones posibles, recordemos que las notas musicales son sólo siete y la música, la creación musical, es infinita.

Y si... ¿Y si combinamos Dramaterapia con las taxonomías de habilidades intelectuales; o con los objetivos transversales a la educación? ¿O con el desarrollo de habilidades blandas? ¿con las propuestas del Profesor Doug Lemov? ¿Dramaterapia y neurociencia? ¿Innovación pedagógica y Dramaterapia? ¿Dramaterapia y psicología evolutiva? ¿Dramaterapia y axiología? ¿Dramaterapia y Teatro del Oprimido? ¿Pedagogía del Oprimido y Dramaterapia? ¿Dramaterapia y Yoga? ¿Dramaterapia y Sociología? ¿Dramaterapia e interculturalidad? ¿Dramaterapia y marginalidad? ¿Ecología y Dramaterapia? ¿Dramaterapia y Pueblos Originales?... no hay límite...

## BIBLIOGRAFÍA

- Bertoni, Alicia et al. *Evaluación. Nuevos significados para una práctica compleja.* 2004. Editorial Kapelusz. Buenos Aires. Argentina.
- Cabré, Víctor. *Escenoterapia.* 2002. Ediciones Paidós. Barcelona. España.
- Callois, Roger. *Los juegos y los hombres.* 1986. Editorial Fondo de Cultura Económica. México.
- Carballo, Carmen. *Teatro y dramatización.* 1995. Ediciones Aljibe. Granada. España.
- Castorina, José Antonio. *Piaget y Vigotsky: contribuciones para replantear el debate.* 1996. Editorial Paidos. Barcelona. España.
- Cerdá G., Hugo y Cerdá G., Enrique “*El teatro de títeres en la educación*”. 1970. Editorial Universitaria. Santiago de Chile.
- Chapela, Luz María. *El juego en la Escuela.* 2002. Editorial Paidós. México D. F.
- Díaz, Jorge y Genovese, Carlos. *Manual de teatro escolar.* 1994. Editorial Salesiana. Santiago de Chile. Chile.
- Errázuriz, Luís Hernán. 2002. *¿Cómo evaluar el arte?* Ministerio de Educación. Fontaine Editores. Santiago de Chile.
- Elkonin, Daniil. *Psicología del Juego.* 1978. Editorial Anthropos. Madrid. España.
- Gallimore y R. Thorp en L.C. Moll. *Vygotski y la Educación.* 1993. Editorial Aique. Buenos Aires. Argentina.
- Ives – Iys, Danna. *El nacimiento de la inteligencia. La teoría de Piaget.* 1973. Editorial Paidos. Buenos Aires. Argentina.
- Johnstone, Keith. *Impro. Improvisación y Teatro.* 2003. Editorial Cuatro Vientos. Santiago de Chile. Chile.
- Laguna, Encarna. *Como desarrollar la expresión a través del Teatro.* 1995. Editorial Grupo Ceac. Barcelona. España.
- Mateu Serra, Mercé. *1.000 ejercicios y juegos aplicados a las actividades corporales de expresión.* 2002. Editorial Paidotribo. Barcelona. España.
- Medina, Ramón y Vega, Carolina. *El Juego en el Aprendizaje Constructivo.* 1993. Ediciones Braga. Buenos Aires. Argentina.
- Motos, Tomás y Aranda, Leopoldo. *Práctica de la expresión corporal.* 2004. Editorial Ñaque. Ciudad Real. España.
- Motos, Tomás y Francisco Tejedo. *Prácticas de Dramatización.* 1987. Editorial Humanitas. Barcelona. España.

- Musri, Alfredo. *La Pedagogía Teatral, ampliación de posibilidades*. 2005. artículo en Revista Teatrae Nº 8. Universidad Finis Terrae. Santiago de Chile.
- Nassif, Ricardo. *Pedagogía General*. 1958. Editorial Kapelusz. Buenos Aires. Argentina.
- Pardo, María Ruth. *Teatro: arte y comunicación*. 1981. Editorial Plus Ultra. Buenos Aires. Argentina.
- Santos Guerra, Miguel Angel. *Evaluuar es Comprender*. 1998. Editorial Magisterio del Río de la Plata. Buenos Aires. Argentina.
- Santos Guerra, Miguel Angel. *Evaluación educativa*. 1996. Editorial Magisterio del Río de la Plata. Buenos Aires. Argentina.
- Silberman, Larry et al. *Cómo hacer teatro (sin ser descubierto)*. 1997. Edición en Libros de Rincón. Consejo Nacional de Fomento Educativo. Ciudad de México. México.
- Slade, Peter. *Expresión dramática Infantil*. 1978. Editorial Santillana. Madrid. España.
- Spolin, Viola. *O jogo teatral No livro do diretor*. 1985. Editora Perspectiva S. A. São Paulo. Brasil.
- Wright, Edgard. *Para comprender el Teatro actual*. 1989. Ediciones Nuevo País. Fondo de Cultura Económica. México



## **Dramaterapia para Adultos Mayores**

### **Gustavo Fernández**

#### **Envejecimiento y vejez**

En la edad avanzada o vejez, se experimenta una pérdida de funciones sociales debido a diversos eventos, tales como el retiro del empleo, la viudez y la muerte de pares, lo que disminuye paulatinamente su círculo social y con ello los espacios de participación, por lo que, una buena vejez, requiere descubrir nuevas funciones o proyecciones de vida.

La recreación, es una forma de motivación de los adultos mayores para prolongar su vida útil, como una necesidad de autorrealización personal, así como también por la necesidad de sentirse activo haciendo del envejecimiento un éxito saludable y confortable. Por tanto, el tener cierto grado de actividad en la edad avanzada, es deseable y necesario para lograr una percepción de satisfacción con la vida, reconociéndose como importante para lograr la adaptación a los cambios sociales que requiere esta etapa.

Desde un punto de vista gerontológico la vejez se entiende como una etapa más del ciclo vital y debe observarse el envejecimiento como el proceso de permanecer activo desde una mirada biopsicosocial que permite proteger la salud funcional de las personas mientras van envejeciendo, frenando el avance de los niveles de dependencia, fomentando el autocuidado, la identidad, la autonomía y la participación de las personas mayores, intentando terminar con la exclusión y el maltrato, fomentando de esta manera la integración social, económica y cultural desde una perspectiva de sujetos de derechos. (SENAMA, 2018)

#### **El envejecimiento activo**

Por envejecimiento activo se debe entender el proceso por el que se optimizan las oportunidades de bienestar físico, social y mental durante toda la vida, con el objetivo de ampliar la esperanza de vida saludable, la productividad y la calidad de vida en la vejez. Este concepto es aplicable tanto a individuos como a grupos de población y hace referencia a una participación continua en las cuestiones sociales, económicas, culturales y espirituales, no estando limitado a las funciones físicas o a la participación laboral. Incluye a todas las personas sean éstas frágiles, discapacitadas o con necesidad de asistencia.

El envejecimiento activo constituye un concepto más amplio que el envejecimiento saludable al reconocer factores que, junto a lo sanitario, afectan la manera de envejecer de individuos y poblaciones, estando íntimamente relacionado con un enfoque de derechos de las personas mayores, su autonomía e independencia.

El envejecimiento activo busca ampliar la esperanza de vida saludable y la calidad de vida, incluyendo la de aquellas personas frágiles, en situación de discapacidad o que requieran de asistencia. (SENAMA, 2018) Calidad de vida en la vejez

La calidad de vida surge como la referencia a todos los aspectos que influyen en la percepción de sí mismo en relación con el entorno, a la percepción de limitaciones físicas, psicológicas, sociales y de disminución de oportunidades. Con todo, se entiende que la calidad de vida cuenta con componentes tanto objetivos, como subjetivos. Del primero se desprenderán unas condiciones objetivas de vida, referidas a las circunstancias materiales y a las percepciones sobre estas circunstancias. Se incluyen en estas las dimensiones de salud, funcionamiento físico y situación económica. Por su parte, del segundo componente se desprenderá la noción de bienestar subjetivo, vinculado con la apreciación de sentirse o encontrarse bien o satisfecho. De esta forma, la calidad de vida se presenta como una categoría multidimensional, que refiere a diversos ámbitos en los que se desenvuelven los sujetos. (SENAMA, 2018)

#### La atención centrada en la persona

El proceso de envejecimiento, al ser particular debe ser comprendido como tal, en este sentido cuando una persona requiere de atención, esta debe estar centrada en la persona, lo que implica posicionar a esta en el centro de la atención, fomentando su autonomía, potenciando su independencia y destacando el papel terapéutico de lo cotidiano y lo significativo para cada individuo. Este tipo de atención busca maximizar los beneficios terapéuticos y promover la máxima independencia y control de la vida diaria posible, todo enmarcado en la atención integral y la calidad de vida de los individuos (Martínez, 2011).

#### Dramaterapia

La Dramaterapia es un arte y una destreza aplicada al servicio de la prevención, crecimiento y enriquecimiento de quienes participan, facilitando la expresión simbólica la persona puede tomar contacto consigo mismo y con el grupo, por ello el foco es sobre el proceso e interacción grupal, esto a través de estructuras creativas que involucran la comunicación vocal y física, maximizando el crecimiento personal y el desarrollo dramático social, focalizándose en los aspectos saludables de la persona, y el grupo. Las técnicas usadas en este proceso provienen principalmente del drama y del teatro, incluyen trabajo de expresión corporal, movimiento, mímica, rítmica, trabajo de voz, juego dramático, tomar, jugar y crear roles, guiones, poesía, declamación poética, improvisación, trabajado actoral, monólogos, escenas y representaciones, psicodrama, máscaras, escultural, mitos, relato oral, metáforas y rituales.

Mejorando la creatividad y la capacidad expresiva de la persona, permitiendo la expresión no-verbal y simbólica de emociones, lo cual es opuesto a las terapias conversacionales. El Dramaterapeuta alienta a revelar emociones verbalmente, pero puede hacerlo a través del drama mismo, no necesariamente en forma directa, lo que les permite el practicar las habilidades sociales a través de la dramatización, consiguiendo por tanto una mejor calidad de vida.

Los individuos son estimulados a trabajar enfrente del grupo, creando historias o monólogos desde el punto de vista de sus personajes. En muchos casos los individuos pueden trabajar en subgrupos, o improvisando colectivamente una escena o dramatizando una historia, todos en el rol.

Todo esto genera en los participantes una asociación positiva con la Dramaterapia, dado que es un proceso agradable y entretenido que aumenta la motivación, la adhesividad y el compromiso, así como una apertura a acceder, en etapas posteriores, a un más doloroso autoexamen, especialmente relevante en terapias de duelos y en cuadros de gran desgaste emocional, es por ello el uso intencional del drama y de los procesos teatrales, puesto que permite alcanzar metas terapéuticas tales como alivio sintomático, integración emocional y física, así como también el crecimiento personal.

### Dramaterapia para Adultos Mayores

El trato digno y de calidad en la atención a las personas mayores, se traduce en buscar el máximo beneficio terapéutico y promover en ellas su máxima independencia funcional en las actividades de la vida diaria, desde una perspectiva de derechos en el marco de la atención integral de salud, fomentando la calidad de vida de las personas.

### El porqué de la Dramaterapia

Considerando la situación a nivel de ciclo evolutivo de los adultos mayores, se puede observar que el nivel de afectación se desarrolla en los niveles emocional, cognitivo, físico y social; y en conjunto pueden derivar en una dependencia funcional creciente en las actividades de la vida diaria (AVD) y un deterioro concomitante en la calidad de vida de dichas personas.

En el marco de una atención integral para las personas mayores, se puede considerar a la Dramaterapia como una disciplina que contribuye a un envejecimiento activo de las personas, proporcionando conocimientos y oportunidades para el desarrollo personal, fomentando el encuentro, la solidaridad intergeneracional y la creación de entornos favorables, que aporten a la calidad de vida de las personas y eviten o retrasen los niveles de dependencia. Incrementando el bienestar y la calidad de vida de las personas atendidas, generando un espacio propicio para la socialización de las personas y la comprensión de sus problemáticas y conflictos internos, desplegando un trabajo en el aquí y ahora, pero con trascendencia en el ayer.

Se puede definir Dramaterapia como un tipo de terapia que utiliza las herramientas del teatro, propiciando un espacio que promueve la expresión, mediante actividades como representación de escenas, pintura, juegos y movimientos, donde pueden expresar sus miedos, alegrías, conflictos y expectativas. Los participantes logran empatizar e identificarse con los otros, creando una asociación positiva con la terapia dado que un proceso agradable y entretenido, lo que aumenta la motivación, la adhesividad y el compromiso, así como una apertura a acceder a temáticas más complejas.

Permite incorporar en las sesiones la multidimensionalidad de las personas (física, cognitiva, emocional, social), entregando una alternativa de mejora a los síntomas, dado que las memorias

dolorosas enmarcan un sufrimiento simbólico que se va entrando en nuestro cuerpo y se alberga en él desde una forma desadaptativa.

Con el fin de completar el círculo salutogénico es beneficioso desarrollar nuevas alternativas para mirar y liberar aquellas huellas de vida, ampliando el espectro de respuesta, tornándose más adaptativa y con sentido.

#### Objetivo general del taller de Dramaterapia para Adultos Mayores

Generar un espacio dramaterapéutico grupal para los adultos mayores, que integre las distintas dimensiones de las personas, permitiéndoles ser protagonistas y observadores de situaciones de vida, ampliando su creatividad, forjando nuevos vínculos relationales y profundizando el sentido de autoeficacia y control sobre sí y su contexto.

#### Objetivos específicos del taller de Dramaterapia para Adultos Mayores

- Promover la creatividad y expresividad de la persona mayor, por medio de las estructuras dramaterapéuticas expresadas en el lenguaje verbal y no verbal.
- Facilitar la relación consigo mismo y con los otros, ampliando sus redes.
- Desarrollar las temáticas propuestas que emergen desde el grupo de manera creativa, estimulando la participación.
- Favorecer la calidad de vida y la flexibilidad cognitiva a través de un compartir social.
- Generar un espacio de validación y contención de sus sentimientos.

#### Contenidos habituales tratados

Se exploran conceptos como la alegría, optimismo, motivación, resiliencia, seguridad, flexibilidad, etc., abordadas a través de la construcción de escenas, utilizando historias de los participantes, cuentos populares o creados.

Es importante considerar que al trabajar una temática que se conecta con una alta emocionalidad de carácter negativo, se sugiere implementar la dinámica desde el antagónico de la misma, dado que esta modalidad permite moldear las introyecciones del sujeto desde una mirada más objetiva, debido que se ha observado que los adultos mayores logran una alta simpatía con el relato de un otro impactándoles a nivel emocional, provocando una invasión que induce una regresión en los participantes, impidiendo forjar un distanciamiento dramático para ejecutar roles, por ejemplo si se aborda temas relacionados con la soledad, se sugiere trabajar la interacción, dado que desde este último elemento se puede trabajar la importancia de generar vínculos.

#### Actividades desarrolladas

El taller es de tipo lúdico, cuya sesión se ha estructurado en tres partes:

1) A través de movimientos realizados en un espacio y adecuados a las posibilidades de los participantes.

2) Trabajo de escenas, las cuales surgen de las historias de los participantes, replicadas de manera lúdica, cuidando los aspectos más complejos de estas.

3) Momentos de reflexión y abstracción, expresados mediante el compartir verbal voluntario.

#### Participantes

El taller se encuentra dirigido a personas mayores autovalentes, que no requieran de asistencia por parte de otra persona para efectuar sus AVD básicas.

Se requiere que estos cuenten con capacidad auditiva suficiente, en caso contrario, se realizan ajustes previos para el adecuado desarrollo de las sesiones.

En el caso de las personas con algún grado de dismovilidad, se tomarán las medidas pertinentes, que propicie la participación de la persona en la sesión.

La cantidad de participantes óptima por sesión es de 12 a 15 personas, dependiendo del tamaño del espacio disponible.

#### Resultados Observados

Se ha logrado observar en talleres ya desarrollados para usuarios de similares características, un progreso y apertura en los vínculos que ha intensificado los afectos a través de la propia gestión emocional, lo cual ha permitido que los participantes incrementen su expresividad, creatividad, disposición y entrega en cada encuentro.

A medida que avanza el proceso dramaterapéutico, el grupo va adquiriendo madurez otorgando significados y sentido a las experiencias de vida, permitiendo incrementar su capacidad de contener, resolver conflictos en diversas temáticas que van emergiendo, lo que propicia un espacio apto para trabajar todo tipo de dificultades, generando una integridad del yo en cuanto a su crecimiento a nivel personal y grupal, un permitirse estar tranquilos en la aceptación del proceso vital en el que se encuentran y afrontar de mejor modo materias propias de la vejez.

Este progreso se debe a que los roles que cada uno desempeña al interior del grupo, fortalecen e incrementan los repertorios de estrategias de afrontamiento, permitiendo flexibilizar esta capacidad a la hora de evaluar las situaciones que les acontecen en forma cotidiana, debido a los estímulos que experimenta a través de su propio cuerpo al interpretar una escena y las respuestas emitidas al observar las escenas, se albergan en la experiencia como un aprendizaje vicario.

Finalmente, y como una de los resultados más excepcionales, es la energía vital que surge en los participantes, debido al disfrute que produce la modalidad lúdica en la que se desarrolla el taller, generando comentarios como, “siento que esto me está devolviendo a la vida”, o bien “creo que la edad es solo un número, la actitud es lo importante”, y otras como “no había visto las cosas como ahora las veo”, lo que genera que esa energía y vitalidad se contagie entre los integrantes del grupo, observándose una disposición y compromiso que aumenta en cada sesión.

### Agradecimientos finales

A los participantes por la disposición y la entrega puesta en cada sesión, así como también, por la oportunidad de haber sido facilitadores de sus procesos.

A mi colega y amigo Víctor Tapia, quien apoyó de manera diligente cada una de las gestiones necesarias, de forma que los usuarios recibiesen una experiencia lo más óptima y significativa posible.

Al Centro de Desarrollo Humano y Bienestar SER de San Felipe, por brindar el espacio para desarrollar los talleres, facilitando la gestión con los participantes, y los elementos necesarios para ejecutar de manera óptima las sesiones. Así como también por ser un lugar sanador, dada la infraestructura llena de intención, y la calidez humana de quienes se ponen al servicio de otro.

Finalmente, quiero permitirme este espacio para agradecer a mi colega y amiga, Sandra Aravena Toledo, Psicóloga y Docente quien nos ha colaborado en la redacción de este capítulo permitiendo plasmar en él, de manera clara y objetiva la experiencia vivida.

## **Dramaterapia en Atención Primaria de San Felipe: Se Abre el Telón.**

**Víctor Tapia**

Este relato busca relatar los eventos que llevaron a la instalación de la Dramaterapia en un dispositivo de atención primaria municipal en Chile, y de los pasos que siguieron. Es una versión personal, que intentará motivar a los lectores, sean comunidad usuaria, Dramaterapeutas, funcionarios(as), administradores, dirigentes, docentes, etc. a generar su propia “dramaturgia” local para el bien-estar y desarrollo humano de personas y comunidades.

### **Contexto de la APS**

Dentro del escenario actual de la Salud Pública en Chile, la Atención Primaria de Salud (APS) representa un punto especial de la Red de Atención. Es, por una parte, la zona de contacto principal entre el Sistema Público de Atención y la comunidad a la que se orienta; además es la base de la construcción del concepto “salud” en su acepción más amplia, toda vez que requiere para la consecución de sus objetivos, necesariamente la articulación e integración no solamente con los demás puntos de la Red de Salud, sino además con el intersector (educación, servicios básicos, medioambiente, vivienda, servicios comunitarios, artes y cultura, organizaciones comunitarias, empleo, comercio, industria, etc.), siendo la base del Modelo de Redes Integradas de Servicios de Salud (RISS).

El objetivo de la APS es entregar una atención equitativa y de calidad, centrada en las personas y sus familias, con énfasis promocional preventivo, bajo el Modelo de Salud Integral con Enfoque Familiar y Comunitario (MAIS) el cual tiene 3 principios irrenunciables (Ministerio de Salud, Chile, 2019):

- Centrado en las personas.
- Integralidad de la atención.
- Continuidad del cuidado.

No obstante, las medidas adoptadas por el nivel ministerial, aún no logran ser cubiertas las necesidades en salud de las personas por las prestaciones del sistema público de salud, necesidades vinculadas a las determinantes sociales en que se han desenvuelto en su vida, lo cual no hace sino complejizar el abordaje en salud dado que influyen situaciones y condicionantes que exceden al sistema de salud en sí.

Sumado a lo anterior, en las últimas décadas ha surgido en el mundo la tendencia creciente de las personas a buscar apoyo para su salud y bienestar en diversas prácticas y disciplinas llamadas “medicina alternativa”, “medicina complementaria” y “medicina integrativa”, las cuales se han agrupado bajo el concepto Medicinas Complementarias y Prácticas de Bienestar en Salud (MCPBS) (Ministerio de Salud Chile, 2019). La Organización Mundial de la Salud (OMS) por su parte ha desarrollado documentos que buscan reconocer, sistematizar, evaluar, integrar a los sistemas oficiales de salud, elaborar directrices, alentar la investigación en el área, mejorar la ejecución de dichas prácticas y difundir su uso racional (Organización Mundial de la Salud, 2002) (Organización Mundial de la Salud, 2014)

El paradigma humanista en el cual se apoyan las MCPBS está en sintonía con los principios del MAIS ya mencionados y se engrana con las características de la APS en Chile, por lo cual el desarrollo de dichas prácticas en el contexto de salud primaria surge de manera natural en nuestro país, considerando además los cambios que han ocurrido en este punto de atención en las últimas décadas (López, 2019), que han llevado a una mayor tecnologización de sus procesos, incremento en los recursos financieros asignados, indicadores de gestión más exigentes con los equipos de salud, aumento en las exigencias de la población usuaria, cambios en los contextos históricos socioculturales del país, etc., cambios que no siempre han ido de la mano de la humanización en el trato entre funcionarios y usuarios, distanciando en lo afectivo a las personas y reduciendo muchas veces la satisfacción tanto del/la funcionario(a) de APS, como de quien acude a ella en busca de un apoyo, acogida y/u orientación para su problema de salud, como reflejo fiel de lo que se puede apreciar en otras áreas de la sociedad occidental actual (Paz y Miño, 2017).

Pues bien, comprendiendo que finalmente lo que se busca desde la APS es contribuir al bien-estar de personas, familias y comunidades, y que –para ello- requiere de un hacer reflexivo y estratégico, basada en los 3 principios irrenunciables e impregnado en un enfoque humanista, acogedor, respetuoso y afectuoso, es que las MCPBS pueden convertirse en un aliado tanto para el usuario interno como para el externo, para gestores y administradores, y finalmente para la comunidad completa, en la búsqueda del desarrollo humano de las personas.

Dentro de estas MCPBS es que las terapias de arte juegan un rol especial dado su natural enfoque salutogénico, el cual identifica y fortalece aquellos rasgos y aspectos presentes en las personas capaces de mantener e incrementar su salud y bienestar (Rivera de los Santos, 2011) como factores protectores.

### **Se inicia el movimiento**

Cómo la Dramaterapia llegó a la Red Municipal de Salud de San Felipe, no fue por azar, sino por la conjugación exacta de una serie de hechos, que pasará a contar. La comuna de San Felipe de Aconcagua, inserta en la Quinta Región de Valparaíso, Chile, comprende 76.844 personas, presentando una estructura poblacional en Fase 3 (final de la transición demográfica) (Dirección de Salud Municipal San Felipe, 2019)

Esta comuna cuenta con una Red Municipal de Salud, la cual ha incentivado la instalación y desarrollo de diferentes MCPBS desde el año 2012 con miras a fortalecer el autocuidado de las personas, y ha autorizado, gestionado y apoyado la creación, puesta en marcha y mantención del Centro de Desarrollo Humano y Bien-Estar, Ser, que nace el año 2018 al alero de uno de los Centros de Salud Familiar (CESFAM) de la Red, el CESFAM Dr. S. Iturra Taito y entrega prestaciones de salud desde las MCPBS. Entre los objetivos de este Centro Ser se encuentran el contribuir al mejoramiento de la calidad de vida, desarrollo humano y bien-estar de las personas atendidas, fortalecer las estrategias promocionales preventivas de salud para fomentar estilos de vida saludables de la comunidad (autocuidado) en diferentes dimensiones, tales como:

1. Relacionales, fomentando la tolerancia y el respeto entre las personas y fortaleciendo su asociatividad y autonomía, buscando generar comunidades activas.
2. Físicos, estimulando habilidades físicas.
3. Emocionales, facilitando el reconocimiento y aceptación de la dimensión emocional propia y la de otros, por ejemplo.
4. Cognitivos, fomentando la expresión creativa.

Este Centro ha permitido fortalecer el cumplimiento de los 3 principios del Modelo (Centrado en el Usuario, Integralidad y Continuidad de los Cuidados) promoviendo:

1. La humanización de los procesos de atención.
2. La satisfacción del usuario externo e interno (funcionario).
3. Acceso a prestaciones de MCPBS que pueden ser de difícil acceso (por costos y oportunidad) para los usuarios.
4. El trabajo comunitario e intersectorial orientado a elevar la salud y bien-estar de los beneficiarios.
5. La asociatividad y las relaciones saludables entre usuarios y equipos de salud.
6. La oportunidad de posicionar el Bien-estar como eje central para la gestión futura de Políticas Locales.

### **Nada es coincidencia**

Pues bien, es en este contexto en el cual surge la oportunidad de instalar un proceso de atención dramaterapéutico para usuarios de la Red Municipal, oportunidad generada el año 2018 desde la Mesa de Trabajo de MCPBS para APS, del Ministerio de Salud, y que germinó con fuerza durante la formación en Dramaterapia de la Escuela de Dramaterapia de Santiago (EDRAS Chile), entre Gustavo Fernández Vega, psicólogo y Dramaterapeuta, y el suscrito, en su rol de Coordinador del Centro Ser

y alumno de dicha Escuela, con el apoyo del Dr. Pedro Torres por parte de EDRAS Chile, y de la Sra. Marcela Brito B., Directora de la Red Municipal de Salud.

Las primeras conversaciones entre Gustavo y yo en torno al tema surgieron desde la voluntad de llevar las terapias de arte a la comunidad sanfelipeña, la cual no tiene fácil acceso a terapias de arte, comprendiendo además el impacto favorable sobre el bienestar de las personas que pueden tener. Fue en estos primeros debates donde le dimos forma a lo que queríamos llevar a cabo desde lo operativo: sesiones grupales orientadas a personas mayores que quisieran asistir voluntariamente. Al ser una prestación nueva para la Red Municipal de Salud, pocos funcionarios iban a derivar en un inicio, por lo cual la invitación masiva a los y las mayores fue la táctica usada.

Así, se logró convocar a aproximadamente 20 personas mayores las cuales asistieron a la primera sesión, en la cual se les explicó a grandes rasgos las características de la Dramaterapia, sus beneficios y alcances dentro del encuadre que tendría en el Centro Ser: serían sesiones de aproximadamente 2,5 hrs, con sesiones cada dos semanas.

En esta primera etapa el desempeño de Gustavo fue como voluntario del Centro, sin recibir retribución monetaria por sus sesiones, pero viviendo a cambio la oportunidad de presenciar transformaciones personales profundas tanto en los participantes como en los propios facilitadores a través del proceso dramaterapéutico. Este gesto generoso y valiente de Gustavo es una muestra de que las terapias de arte se fundan en la disposición hacia otro, exemplificando muy bien el sustento profundamente humanista en que se viven.

La primera sesión de este proceso, guiada presencialmente por Pedro Torres, fue de alto impacto tanto en quienes hicimos el rol de facilitadores, como –especialmente- en las personas que asistieron: ver sus rostros emocionados, sus cuerpos en acción, no desde la repetición de un gesto motriz vacío en su significado ni el relato verbal de una biografía dura, sino cuerpos vivos, presentes en sus respectivos modos de explorar(se), crear (y re-crear), expresar y recibir. Surgió así un momento iniciático, una primera toma de conciencia del velo que cubre a cada uno(a), la percepción de la propia máscara y el sacudirse (o al menos poner en evidencia) con fuerza las etiquetas introyectadas asociadas a la vejez. Se creó un espacio mágico, teatral, poético, humano, no desde el recurso material, sino que emergió desde lo profundo de los corazones de quienes estábamos allí. Y se generó el grupo, no desde los diagnósticos médicos, ni desde la carencia o el déficit, sino desde los aspectos más sanos de cada uno(a), nutridos ahora también por el arte, por la creatividad, por el juego dramático, por la energía para comunicar sin decir y expresar sin calcular, por la alegría de compartir. Abrazar el vacío, reconocerse y reconocer al otro, acompañarlo y acogerlo, desde el reflejo de las historias del otro en la propia.

### **La Escena Eterna**

Y las sesiones fueron surgiendo, y el grupo fue naturalmente variando en sus participantes y dinámicas. Fue un proceso natural y en plena libertad, como todo proceso terapéutico. Hubo quienes buscaban principalmente recreación, otros buscaban un espacio para liberar cargas de otros tiempos, algunos iban con curiosidad, otros asistían para acompañar, ayudar y contener a sus compañeros. Varios se incorporaron en un momento doloroso de su vida (muertes, separaciones de seres queridos, incertidumbres y miedos, sensación de muerte, vacíos existenciales, duelos varios),

pero todos querían ser escuchados de alguna forma: desde el cuerpo, desde el sonido, desde el gesto, desde la palabra, desde el silencio.

El grupo entonces fue moviéndose por terrenos nuevos, conociendo la Dramaterapia no desde las definiciones sino desde la vivencia, con recorridos emocionales diversos durante el proceso, trayendo al presente personajes del pasado, reales en su momento y otros creados especialmente para la construcción dramática. Personajes que se completaban en la unión con otros y les permitían verse a sí mismos y a los demás en historias que les mostraban un poco más de sí mismos. En este punto los facilitadores cautelaron la creación de un ambiente terapéutico, en el cual estaban todos invitados a crear y co-crear discursos corporales y sonoros, de manera lúdica, respetuosa y profundamente cariñosa hacia sí mismos y hacia los demás. Lentamente se crearon lazos, vínculos entre ellos, y las creaciones surgieron espontáneamente, casi sin mediación de los facilitadores, quienes veían como los mayores se lanzaban al suelo, saltaban, trotaban, rodaban y reían, dejando obsoleto el concepto de vejez como algo próximo a la discapacidad. La expresión dio paso a la liberación. Y el grupo pedía crear escenas, dando giros argumentales inesperados y cargados de metáforas y colores.

La amalgama de los participantes (entre los cuales se sumaron algunos adultos menores de 65 años) fue dando paso -más rápidamente de lo previsto por Gustavo y por mí- a escenas con una altísima carga emocional, eventos y dolores de la infancia fueron re-creados y re-significados por los protagonistas y por el grupo. Se desdibujaron miedos y se compartieron a sí mismos en toda su propia naturaleza humana, desgarrada y soberbia, poderosa y sublime. Y de las lágrimas floreció una sonrisa, y la rigidez dio cabida a un abrazo fraternal. Se dejaron atrás tristezas, en la escena se despojaron de muchas heridas.

Demás está decir que en sesión las dolencias físicas (artrosis, mialgias, lumbagos) quedaban en un tercer o cuarto plano: los personajes integraban este malestar y le daban un contexto apropiado para su expresión, y el grupo siempre acogió esta expresión de forma empática y profundamente humanizada, convirtiéndose cada sesión en un encuentro de personas.

### **Navegando río arriba**

La APS tiene múltiples e interesantes desafíos, y en ese sentido tiene también la oportunidad de incorporar las terapias de arte como aliados en la persecución de sus objetivos, metas sanitarias e indicadores de gestión, y particularmente para fortalecer el autocuidado de las personas, familias y comunidades. En este contexto la implementación, puesta en marcha, financiamiento y sistematización de un proceso de Dramaterapia requiere por sobre todo, de voluntades férreas en pos del bien-estar y desarrollo humano de las personas, así como también del compromiso, perseverancia y amor en el cultivo de esta disciplina, tanto en quienes están en el contacto directo con las personas en sus procesos de atención, como de quienes ejercen el rol de administradores y/o gestores tanto en el sistema de salud como en la docencia y formación de Dramaterapeutas, incorporando el aporte de las universidades para la investigación y sistematización de las experiencias. Hay muchísimo camino por recorrer, sin duda, pero paso a paso se van generando las transformaciones necesarias para vincular las artes y las terapias de arte con las personas, hacia mayores niveles de Bien-Estar y Desarrollo Humano.

## BIBLIOGRAFIA

SENAMA, (2018). *Guía de Operaciones para Centros Diurnos Comunitarios*. Chile.

Martínez, Teresa. (2011). *La atención gerontológica centrada en la persona*. España.

Dirección de Salud Municipal San Felipe. (2019). PLAN DE SALUD COMUNAL SAN FELIPE 2019-2021. San Felipe.

López, M. (28 de agosto de 2019). ¿Salud para todos? La atención primaria de salud en Chile y los 40 años de Alma Ata, 1978-2018. Obtenido de <http://www.repositoriodigital.minsal.cl/bitstream/handle/2015/418/Hitos%204%20salud%20para%20todos.pdf?sequence=3&isAllowed=>

Ministerio de Salud Chile. (2019). ORIENTACION TECNICA Medicinas Complementarias y Prácticas de Bienestar de la Salud en Atención Primaria, Dirigido a Equipos de Salud (Versión Preliminar). Santiago de Chile.

Ministerio de Salud, Chile. (28 de Agosto de 2019). ORIENTACIONES PARA LA IMPLEMENTACION DEL MODELO DE ATENCION INTEGRAL DE SALUD FAMILIAR Y COMUNITARIA.

Organización Mundial de la Salud. (2002). Estrategia de la OMS sobre medicina tradicional 2002–2005. Ginebra.

Organización Mundial de la Salud. (2014). Estrategia de la OMS sobre medicina tradicional 2014-2023 . Ginebra.

Paz y Miño, S. (2017). La deshumanización de la sociedad. RAZÓN Y PALABRA, 688-697.

Rivera de los Santos, F. (2011). ANÁLISIS DEL MODELO SALUTOGÉNICO EN ESPAÑA: APLICACIÓN EN SALUD PÚBLICA E IMPLICACIONES PARA EL MODELO DE ACTIVOS EN SALUD. Rev Esp Salud Pública, 85: 129-139.



## Análisis de la pieza escénica Silencio de Domingo Ferrandis

"El arte, esta mentira que nos ayuda a vivir la verdad" (Pablo Picasso, pintor)

El arte es la expresión más humana que se conoce, es la sublimación que eleva las pulsiones, deseos y sentimientos a lo más alto. ¿Qué fue primero, los dones evolutivos como imaginar e imitar quien dio al nacimiento del arte o fueron las manifestaciones humanas las que desarrollaron el simbolismo, el realismo mágico y la mimesis? Drama viene del griego drao, que significa "hacer" y teatro del griego theatron "un lugar para ver y mostrar", por tanto, el teatro nace como un lugar donde se cuentan historias con personajes que las encarnan. Arte viene del latín ars (habilidad) y artís una raíz indoeuropeo que significa ajustar (artesano que ingenia). Ars se quedó como un término a cualquier producción humana relacionada con la creativa artística.

Cuando hablamos de "teatro" nos referimos al espacio donde se representa ficción, puede ser un teatro, una carpa, una calle o cualquier otro lugar, y "artes escénicas" a los montajes artísticos cuyas disciplinas estén relacionadas con las artes vivas (teatro, música, pantomima, máscaras, danza, circo, etcétera), donde el cuerpo es movimiento. Las artes circenses estaban separadas hasta hace poco de las artes escénicas, tenían su propio espacio, itinerario y filosofía. Eso ha desaparecido, las artes escénicas han entrado en el circo y el circo ha entrado a los teatros.

"Hay que dejar que cada cual se exprese según sus motivaciones internas" (Pina Bausch)

El teatro global es un término ya viejo, Wagner acudió a él para referirse al uso conjunto de diferentes disciplinas artísticas para contar una historia. Teatro global surge de la necesidad de comunicación entre las distintas disciplinas artísticas como un interés creciente en la relación con la sociedad en la que se gesta.

Las artes escénicas, circenses y artes vivas son retazos en el tiempo, un patchwork de antiguas tradiciones asiáticas, teatros populares occidentales, danzas ritualistas y folklores: retales entrelazados a las nuevas tendencias en un mismo cuerpo. Fusión de lo antiguo y lo nuevo, de lo técnico y lo orgánico, entre lo racional y lo emocional, entre lo animal y lo controlado. Espectáculos de contacto, en el que la relación entre los actores y el público es

a la vez íntima y sorprendente, convincente y de confrontación, ritual y profana, mágica y misteriosa.

En los montajes actuales los directores nos beneficiamos de las diferentes artes, valorando cualquier elemento escénico que beneficie a la historia: movimiento, palabra, imágenes, pinturas, sonidos, iluminación y tecnología. Toda producción gravita alrededor de un eje central: las cuestiones humanas. Esto hace que los espectáculos no sean lineales y generen un gran impacto emocional.

Como director cuando escribí la historia “Silencio” (pieza escénica que analizaremos en este artículo) sobre la violación que sufre una chica en su adolescencia, la mezcla de diferentes disciplinas escénicas no estaban en mi cabeza, fue la propia historia y su personaje central Emma, la que me fue proponiendo los elementos a utilizar.

La obra Silencio trata sobre las secuelas mentales que le dejó la violación a Emma (la protagonista) en su adolescencia, al ser violada por un chico al que ella amaba. Ese impacto de terror partió las agujas de su reloj, parálisis del tiempo que hizo añicos su vida. La confianza dejó paso a la repugnancia, la culpa, la vergüenza, la nada... soledad.

Silencio, es el grito de Emma que emana al exterior como un géiser; súbito, fuerte, espontáneo... poniendo en el escenario su lucha particular por recuperar su presente. Se revive el episodio de la agresión sexual, se debate en un juicio social, pocas veces se visibiliza el destrozo que deja en el interior el abuso, ni el daño de la revictimización en los dominios de la mente, y casi nunca, se muestra el silencio que empuja al suicidio a la persona violada. Ahora bien ¿Cómo lo contamos? ¿Cómo ponemos en escena la mente de Emma? ¿Cómo representamos su lucha interna con sus pensamientos y sentimientos más tenebrosos? ¿Cómo escenificamos la violación, la tristeza, la depresión que la lleva hasta el suicidio? ¿Cómo mostramos la liberación, el perdón y el amor?

Desde el primer momento mi cerebro empezó a construir imágenes donde la danza y el circo eran protagonistas, la narrativa verbal solo quedaría en pasajes esporádicos y en un monólogo final. La mente de Emma sería representada por dos bailarinas (Infancia y Adolescencia) y la propia Emma sería interpretada por una acróbata. La música sería otro elemento fundamental en los pasajes emocionales por donde transita nuestra protagonista, música paisajista para componer la partitura corporal y psíquica. Tanto Infancia como Adolescencia tendrían su propio leitmotiv musical, eso ayudaría al público a asociar un

instrumento a un momento clave de la vida de Emma: Infancia (chelo) y Adolescencia (contrabajo). De igual modo, el sonido del reloj y del corazón están presentes en las partituras musicales como leitmotiv de la historia. Así como la pintura colmada de realismo mágico a cargo de la pintora María Balibrea.

Los ensayos no serían cerrados, sino que iríamos componiendo cada coreografía a través de improvisaciones basadas en los pasajes que vive o experimentó Emma. Teniendo como arranque de la creatividad las sensaciones, emociones y situaciones de nuestra protagonista. Bailarinas, acróbata, músicos y pintora bajo la batuta del director escénico iban creando fotograma a fotograma la trama. En cada ensayo era más fácil proyectar fotogramas de manera rápida y sucesiva como un fenaquisticopio. Al igual que el juguete óptico que reproduce el movimiento de una imagen, el movimiento nos permitió al grupo artístico examinar, mirar y sumergirnos en el universo de Emma conectado con sus más profundos sentimientos, y, al mismo tiempo, comprender lo que siente para generar el efecto óptico emocional adecuado en la percepción del público.

Los elementos escénicos utilizados para la puesta han sido seleccionados con mucho tacto, mimando con delicadez el tema que se trata, jugando con la simbología y el distanciamiento. Donde las secuelas postraumáticas danzan en el universo de Emma. Una ambientación onírica lograda gracias a los elementos simbólicos como: *la Red, una red de pescar de gran tamaño suspendida en el peine del teatro que se desliza hacia abajo*, donde aparece atrapada Emma como un pez -presa de su propia red neuronal-; el Trapecio, que mece a Emma entre la cornisa del suicidio y su pasado; el Aro, la fantasía, el realismo mágico que evade a Emma de su habitación; o las Telas, una crisálida donde sucede la metamorfosis mental: renacimiento. Y en otras, de forma explícita; a través de Infancia y Adolescencia que visibilizan su mundo interior por medio de la danza contemporánea: el despertar de la carne, el placer, el horror, la tristeza y el miedo. Seres grotescos aparecen en la fatiga emocional de Emma encarnados por las bailarinas, son los pensamientos rumiantes que la empujan hacia el suicidio. Y la pintura, imágenes grotescas donde el monstruo es un hecho social o de una degradación moral. La fealdad a modo de contra-norma que se muestra como sociedad, o sea la contra-sociedad. Monstruos en la mente de Emma para representar la marginalidad silenciosa impuesta, el encarcelamiento en ella misma, que la oculta o mejor, la separa del mundo, de algo que ella no es la culpable, pero que la crítica social y la revictimización le hace dudar hasta de la verdad.

La pieza se desarrolla a través de sus sensaciones con un final basado en el amor propio. La deformidad del recuerdo sobre el suceso traumático de Emma es representado con la danza

macabra, un Vals circense a tres, tan plástico como tétrico el cual muestra esa memoria que desfiguran lo hechos de ayer y los convierte en sombras sin forma de hoy.

Esta es una historia dura, compleja con un giro inesperado hacia el amor, la autoempatía de Emma, la víctima, cuyos elementos escénicos nos permitieran jugar con esta realidad cubista, superposición de realidades múltiples según el ojo de quien mira, perspectiva particular de lo que se cree que se sabe de ella. Lo simbólico nos facilita la denuncia y la crítica social.

La historia cuenta el encierro de Emma en su propia habitación. Imaginaros un día iluminado por la alegría, y como esa felicidad en décimas de segundos se convierte en la peor de las tristezas, un súbito cambio producido por la persona a la que amas. Imaginaros el shock de ver al chico con quien ibas a disfrutar de tu primera relación sexual convertirse en un ser despreciable cuando escucha NO. Y lo peor, que no te crean, porque tú, fuiste a su casa, porque no te resististe, paralizada por el pánico. Un golpe psíquico que ancló a Emma a ese instante, condenándola a revivir una y otra vez esa imagen, viviendo suspendida en su vórtice, presa de pensamientos que la acosan una y otra vez sin poder tener ningún control sobre ellos.

La habitación es una metáfora de su encierro particular, el síndrome de la cabaña, renunciando al amor, a nuevas experiencias, a la vida. Hablamos de sexualidad y de afecto: donde antes habitaba el placer ahora solo existe un vacío de soledad. El grito de Emma se silenció, por miedo a las burlas, al cotilleo obsceno, a ser carnaza de tertulias televisivos ya pactadas, bandos enzarzados en broncas competitivas con afán protagonista, entre los que la defienden y le culpan de la violación; donde todo el mundo opina de un hecho en el que nadie estuvo allí.

### Silencio montaje escénico

“La violación no termina en la acción, se revive y se perpetúa en la mente”

**1. parte:** Coreografía dividida en tres partes: despertar sexual; masturbación simbólica; y orgasmo. Contar a través de la danza contemporánea la primera menstruación, el cambio a mujer, el despertar sexual, la masturbación y el orgasmo desde lo simbólico no era nada fácil. Dividimos la coreo en tres partes tanto la danza como la música. Primera, utilizamos las manos como protagonistas, la caricia entre los dedos de Adolescencia a Infancia que la

introduce en el conocimiento del cuerpo como objeto de placer. Un juego inocente que da paso a la liberación sensual. Segunda, danza ingravida con movimientos etéreos donde ya Inocencia se siente libre para descubrir: danza simétrica a dos. Y tercera, la danza que ocupaba todo el espacio escénica con movimientos grandes y ligero se cierra su óptica a un foco, rítmico, staccato, vibraciones de placer hasta llegar a un bucle repetitivo de movimientos que transita por las zonas erógenas del cuerpo hasta focalizarse solo en la zona sexual. Ritmo en un crescendo tanto en el movimiento como en la música hasta alcanzar el orgasmo.

Era muy importante representar el gozo y el cariño para después escenificar el abismo de dolor donde antes habitaba el placer.

Emma ya ha decidido darse una oportunidad, la cual pasa por revivir la violación, para romper los nudos que le tienen sometida a su depresión: la única manera de sanar es salir del vórtice de sus pensamientos: cerrar el episodio. La primera parte de la escena es representada por la Infancia, su danza es la recuperación de su niñez, para atraer la calma, la curiosidad y la frescura. La segunda parte es representada por Adolescencia que aparece elegante, bonita, un cuerpo que gritaba amor. Las hormonas de los afectos en plena efervescencia taponadas por el egoísmo. La imposición arruinó la primera vez. Es cuando Emma se da cuenta que otra persona desdibujó su deseo y en su lugar dibujo un paisaje de terror. Esa imagen vista de nuevo libera a Emma, ya consciente que no fue la culpable. Coreografía: "Sus ojos se eclipsaron en odio" Música: Apagaron mi vientre.



## **2. parte:**

Al llegar a casa del chico parece que todo va ir muy bien, enseguida él comienza a acariciarla entre sus piernas, Emma se asusta un poco por el ímpetu del chico y se tira hacia atrás, le dice: -no, muy dulcemente-, pero él lo traduce: -debo llevar la iniciativa-. La seducción se convierte en acoso y el tocamiento se vuelve más tosco. Emma intenta separarlo pero no lo logra, acto seguido el pánico la paraliza. La danza es representada por un trabajo de quietud, todo el cuerpo se queda bloqueado menos un pie se mueve como si alguien le tirara de él. Mientras Infancia sale corriendo presa de terror. Esta pérdida de la inocencia es representada con la eliminación del Sambori por Infancia enérgicamente, en

un estado de paranoia, mientras Adolescencia sigue siendo violada. La escena cuando el chico termina de violarla.



## **3. Parte:**

En el momento que es liberada Adolescencia (figurativo) sale como si fuera un ente envuelto en terror a buscar a Infancia y se fusionan de nuevo en un abrazo. Este choque rompe el tiempo, separando los recuerdos Infancia y Adolescencia como si la química del amor separara sus elementos. Estos son representados con una danza contacto de amor y odio. La lucha de la dualidad

universal. Danza en bucle con tres posiciones: caricias, golpe de contac “violación”, odio asco, representa el bucle que lleva al suicidio. Cuando parece que todo va bien, vas a salir, de nuevo aparecen imágenes del trauma y entra en la tristeza, la culpa, el odio a ti misma.



#### **4. Parte:**

Mientras sucede la coreografía de contact de Inocencia y Adolescencia comienza a aparecer muy lentamente en escena un Red suspendida y oculta en el peine del teatro. Cuando la Red se hace más presente en escena comienza las acrobacias, Emma se mueve con espasmos como un pez atrapado en la pesca hasta caer en la cama, al tocar las sábanas se esconde debajo de la colcha. El contact del bucle amor (imagen violación) odio es la red neuronal que la atrapa.



## **5. Parte:**

Debajo de la colcha se esconde el Aro. Cambia la música angustiosa a una caja de música de Carrousel. El Aro simboliza el mundo onírico de la fantasía, su único escape de su habitación. Gracias a las pinturas pomos recrear personajes grotescos donde la fealdad, la hibridación bestiario-humano permiten visibilizar nuestras sombras. Para escapar la fantasía tenebrosa, se esconde en la fantasía mágica del cuento donde se siente protegida, en el país mágico paralelo que se ha creado, pero al final la mente es capturada por las Sombras. De nuevo no puede escapar de la realidad y cae a la cama.



## **6. Parte:**

Las Sombras convertidas en Entes sin forma (las bailarinas visten telas negras sin formas) recorren el escenario a oscuras hasta que atrapan a Emma. Esta escena es representada con la danza macabra: el Vals del suicidio a tres con elementos circenses. Esta Danza macabra visibiliza la tristeza que se la lleva a la muerte.



## 7. Parte:

La cornisa del suicidio es representado por el Trapecio, un columpio que mece a Emma entre el ayer y el hoy. Justo cuando va a saltar al vacío decide luchar. Necesita vislumbrar el ayer para cerrar el pasado y aceptar el hoy. Mientras continúa en el trapecio proyecta su mente aquel fatídico día, el episodio traumático es interpretado por una danza contemporánea a dos partes: Primera, la escena es danzada por Infancia, su ballet es clásico, encarna una especie de Giselle; representa la ingenuidad y el romanticismo. La segunda parte es representada por Adolescencia que aparece elegante, bonita, un cuerpo que grita amor y placer. Plena efervescencia taponada por el egoísmo de otra persona. Su danza contemporánea es sexual, luego rota y termina histriónica; representa la pareja, el abuso y la violación.

Es cuando Emma baja del Trapecio para cobijar las dos partes que confeccionan su ser. Es Ahí, cuando es consciente de que no fue la culpable.



## **8. Parte:**

Al enfrentarse al episodio Emma desempolva su vitalidad que la impulsa al soltar el pasado. Esta escena se representa con el renacimiento, con el elemento de la *Tela*, suspendida y oculta en el peine del teatro. Emma renace de su corazón y se presenta al público como Venus, la diosa del amor, la belleza y la fertilidad. De nuevo las caricias vuelven a la casa del cuerpo.



## **9. Parte:**

Aparecen en escena Infancia y Adolescencia ya liberadas de la depresión, sus danzas son enérgicas, mientras Emma abre las extremidades de su cuerpo en una figura acrobática que refleja la imagen de heroína. De nuevo el agua del amor corre transparente, libre, y el aire puro vuelve a refrescar su felicidad. La percusión y los instrumentos de vientos se mezclan en la sublimación, es cuando Emma baja como una persona nueva de la Tela acrobática convertida en crisálida, y junto a Infancia y Adolescencia, ya las tres en una, recitan un monólogo al unísono, mientras danzan una coreografía de gestos totalmente coordinadas.

Emma, baja como una persona nueva de la crisálida de la Tela, va hacia el Perchero, se pone el Vestido alegre y junto a Infancia y Adolescencia ya las tres en una, recitan un monólogo al unísono, mientras danzan una coreografía de gesto totalmente coordinadas.

Era una niña con ganas de ser mujer, quería conocer, sentirme deseada, bonita, nada más. Amor adolescente ¿No vio mi miedo? ¿No comprendió mis ojos, mi mudez, mi sequedad? De dónde emana entonces esta culpa, si aún tengo náusea al imaginar a alguien tocándome, cuando me toco. Ya no sé ni describir un orgasmo, solo hay un abismo de dolor donde habita el placer,

escondido de las risas para no ser violada muchas veces, por la opinión de cualquiera. El cotilleo obsceno, las burlas, esos memes gracioso a costa de mi violación, violación, violación, violación.

¡Basta!

Al enfrentarse al episodio Emma desempolva su vitalidad que la impulsa al soltar el pasado. Esta escena se representa con el renacimiento, con el elemento de la Tela, suspendida y oculta en el peine del teatro. Emma renace de su corazón y se presenta al público como Venus, la diosa del amor, la belleza y la fertilidad. De nuevo las caricias vuelven a la casa del cuerpo.

Ser carnaza de debates televisivos ya pactados, bandos enzarzados en una competición de protagonismo, entre los que me defienden, y me culpan. Mi grito se silenció, para no ser un circo romano alimentador de morbo, donde todo el mundo opina de un hecho, en el que nadie estuvo allí. Nadie estuvo allí, nadie puede saber sino lo vivió, que se siente, cuando te conviertes en un juguete caprichoso, en un mero objeto masturbador sin tenerte en cuenta. Cuando tu cuerpo se paralice de miedo, cuando tu voz se ahoga en un pozo de terror, cuando tus ojos miran a la persona que deseabas como el ser más tenebroso que hayas mirado.

Solo Emma:

Nadie sabe lo que es quedarse atrapada dentro de una misma, ver el mundo por una mirilla y notar que son los demás quienes te observan. No, no, no fui la culpable... No fui la culpable, me merezco amar, me merezco besar, me merezco ser feliz, me merezco vivir, vivir, me merezco vivir...

Cuando Emma dice:

“No fui la culpable”

Una vez finalizado el monólogo, Emma baja del escenario y camina por el pasillo de la sala, a mitad se gira hacia Infancia y Adolescencia para mirarlas y sonreírles, ellas desaparecen en un oscuro. Emma vuelve a mirar enfrente, sonriente, fuerte, llena de vida sale del teatro corriendo.

Fin



**“Historias detrás de mis puertas”**



Rafael Pérez Silva

Psicodrama Clásico

## Introducción

El tema del taller “Historias detrás de mis puertas”, surge como una forma de abordar y desarrollar una experiencia de interacción humana tomando a la metodología del psicodrama clásico como herramienta y estrategia para el contexto en que nos encontramos. La pandemia de Covid 19, ha traído desgracia y desesperanza, sin embargo hemos podido adecuarnos a la comunicación intersubjetiva vía plataformas de comunicación electrónica en línea.

Al introducirse a una experiencia diferente, en línea, varias ideas asaltaron mi pensamiento, una de ellas y creo que la comparto con otros colegas, fue la de pensar si se tendría el mismo efecto que se logra con grupos reales que en grupos en línea. Es obvio que existen ventajas y desventajas, la tecnología siempre puede fallar, un cable, la conexión, el internet, falta de pericia, etc., sin embargo, podemos estar seguros de que la experiencia en línea nos trae retos y otras formas de abordaje del trabajo con grupos.

En la plataforma virtual encontramos un mosaico de rostros, el reto es ir más allá de lo que muestra esa pantalla, esa ventana que expone solo parte del cuerpo, lo que se alcanza a ver, dependiendo del lugar donde se coloque el ordenador, tablet o el teléfono celular, esa será la referencia del espacio desde dónde se comunica y comunican las personas.

En la experiencia de psicodrama real, presencial, se acude a la movilización del cuerpo, del organismo, la palabra se emplea en ocasiones, hay contacto corporal y ojo a ojo. En la experiencia en línea se puede movilizar el cuerpo y el organismo, la palabra, pero no hay contacto, tocamiento, se confía en que los participantes realicen las actividad bajo el ojo del director o guía, pero la diferencia es que, cada participante se encuentra en su hogar, el vínculo se hace empleando el sentido de la vista y el oído, mucho con pensamiento, imaginación, espontaneidad y creación.

La apuesta se suscribe a que con todo lo que tenemos a la mano y vista, se puedan activar los mecanismos mentales, así como una gama amplia de técnicas y estrategias para activar la acción y lograr que sucedan cosas, por ejemplo la vida.

I

Hablando de lo que existe detrás del hablante, de la persona, mujer u hombre que se encuentran frente a una pantalla, y que a través de una mini cámara es captad@ en tiempo real, transmitido de su hogar a otros muchos hogares para hacer presencia en el espacio de la plataforma virtual. Parece que estamos en una trama de ciencia ficción, pues hace tan solo pocos años no se pensó que se podría realizar este tipo de comunicación.

Jacob L. Moreno, creo una idea denominada cosmovisión, en ella habló de una de las capacidades humanas fundamentales para la interacción humana, de hecho la nombro tele, honrando su sentido y significado, pues esta se define como comunicación sana a distancia. Comunicación que se da, se recibe, y rechaza, en un mayor o menor grado.

Precisamente en la plataforma virtual ocurren una infinidad de acontecimientos, además de los que podemos sumar y denominar de manera moreniana como: divinidades del momento o todo lo que ha ocurrido, lo que ocurre y ocurrirá en algún momento o en él momento. Esto relacionado con otro concepto que compete al mundo de las capacidades humanas nombrado *tele* significado que alude a la percepción sana a distancia, esta cualidad forma parte del proceso de la comunicación, siendo esta presente o distante, central o periférica. Esta forma de comprensión de la comunicación juega un papel fundamental a la hora de la interacción humana, pues es a través de lo que se hace y verbaliza que las personas comparten emociones, valores y acciones.

Entonces, se decía que esas ventanas ficticias que nos acercan al hogar de las personas invitadas a la plataforma virtual, guardan infinidad de momentos (espacio/tiempo). Asomarnos a ellas representa la oportunidad de activar procedimientos psicodramáticos que se antojan como rituales de acceso a otros mundos, y así es, la experiencia se antoja mística y llena de posibles caminos para la identificación de situaciones emocionalmente cargadas de energía, pero llegar al momento especial requiere de sensibilidad, tele, espontaneidad, creatividad, metodología y estrategia.

## II

Moreno escribió en su libro *Teatro de la Espontaneidad*, “[...] el verdadero símbolo del teatro terapéutico es el hogar. Aquí encontramos las formas más profundas de teatro, porque se exponen los recuerdos mejor guardados, los que más violentamente se resisten a ser tocados. Es el reino de lo absolutamente privado. Ese mismo hogar primigenio, el lugar donde se inicia y donde concluye la vida, la casa donde se nace y donde se muere, la casa de las más íntimas relaciones interpersonales, se convierte en escena, en telón de fondo. El proscenio es la puerta de entrada, el balcón y la galería. El auditorio está en el jardín y en la calle”. (Moreno: 1977: 153) Las historias detrás de las puertas, es una forma de expresión donde los recuerdos habitan a manera de fantasmas, situaciones que se han dejado ocultas en algún rincón de ese espacio, que es custodiado por una puerta, recuerdos de mejores tiempos o no, que se afanan en quedar perdidos en la memoria, pero que se siente su presencia porque duelen, hacen ruidos y nos llaman para ser atendidos.

Detrás de las puertas habitan sombras escondidas a la luz, sueños que se marchitaron al no recibir humedad y alimento afectivo. Pero hay otras presencias que por el contrario vuelan célibes, sin gravedad y peso alguno, son recuerdos que muestran alegría y bienestar, llenos de calor y orgullo, púes representan momentos felices añorados.

Otras puertas podrán mostrar lo que guardan en el presente sin más, o aquello que podría ser guardado en el futuro, cada quién decide el uso de esa puerta, lo que desea guardar detrás de ella. Dice Moreno que el teatro de la espontaneidad abrió las puertas de la ilusión. “[...] esta ilusión, escenificada por las mismas personas que la vivieron en la realidad, es una puerta abierta a la vida”. (Moreno: 1977: 158)

Con esta reflexión viene a cuento la forma en que Moreno comprendiera cómo plantarse sobre el escenario para así conocer el origen, la matriz y la ruta por la que atraviesan las escenas grupales y personales, los orígenes del todo, otorgando un sentido único y multidireccional al uso del momento (espacio-tiempo), aquí es experimentado el espacio y tiempo de manera libre y auténtica, para generar una dinámica psicológica entre la fantasía y realidad, “[...] El lugar primigenio de la experiencia, el lugar de nacimiento, es el locus nascendi de este teatro, el momento primigenio de

creación es su status nascendi. Aquí se realiza la síntesis del tiempo verdadero y del espacio verdadero". (Moreno: 1977: 154)

Volviendo a la idea cósmica moreniana, esta desde las palabras de Moreno supone una concepción del ser humano, entendiendo que lo cósmico proviene de conocimientos de la filosofía existencialista, haciéndola suya en la acción, en un primer momento como existencialismo heroico o seinismo (Bioatría y Socionomía), en donde, la presencia de la religión cristiana y judeo-hassidista fundamentan ese hacer en la vida cotidiana, sumando aspectos que atraviesan esferas de la gravitación social, la presencia viva y no viva de personas que constituyen o constituyeron el átomo social de cada participante, (aquí podemos relacionar la idea acerca de la vida y muerte en el hogar que describe Moreno), para más tarde transformarlo en métodos de intervención (Sociodinámia, Sociometría, Sociatría) comunitario, grupal e individual, como es el caso de las historias detrás de las puertas.

Nuestro autor mira a la sociedad y al individuo alienados bajo la influencia de fenómenos sociales, políticos y culturales, que lo determinan y definen en un mundo donde reglas y normas rigen la cotidianidad.

Bajo esta mirada, la espontaneidad moreniana promueve una dinámica interna, que lo inunda y colma de procesos bioquímicos, psicológicos y espirituales, estimulando y movilizando respuestas sintónicas y empáticas en el ser humano y en los grupos dónde estos se desenvuelven, empleando para ello la palabra, el cuerpo, sensaciones, emociones, recuerdos, comportamiento.

Para Moreno, "la espontaneidad incita al hombre a reaccionar de un modo más o menos satisfactorio frente a una situación más o menos inédita. El proceso de liberación (warming up) es la operación por la cual se expresa la espontaneidad. La espontaneidad y su liberación actúan en todos los planos de las relaciones humanas, se trate de comer, de pasearse, de dormir, de tener relaciones sexuales, relaciones sociales; se manifiesta en la creación artística, en la vida religiosa y en el ascetismo". (Moreno: 1972: 56)

Todas estas formas puestas en un devenir que es posible traer al *aquí y ahora* a través de práctica profesional congruente con metodología y estrategia, donde el acto espontáneo emerge para activar la energía orgánica interna, desplazándola de una forma sutil al permitir sensaciones de contención y apertura, a pesar de que éstas sean acontecimientos incomodos e inapropiados, no siempre se lograran baños con agua de rosas, pero de cualquier forma sirven ser vistas para encontrar un camino diferente para transitar la existencia humana.

### III

Definitivamente, para lograr encontrar nuestras puertas, las necesarias, las que nos llaman, las que requieren ser abiertas o cerradas, es indispensable que el grupo, claro los integrantes del mismo, transiten entre la esencia, valores, juicios, temores, emociones, transferencias de los que se encuentran presentes. Con la ayuda de la activación de las funciones mentales se garantiza en la reunión virtual una práctica profesional que activa formas operativas que transmiten suficientes datos emocionales de los participantes, esto hace que se movilice la función de espejo, al dar y recibir imágenes, símbolos, voces, expresiones faciales que nos hagan ver cosas nuestras en la voz

y cuerpo de los otros; función de doble, que esas voces y expresiones logren activar el diálogo interno, una especie de voz interna que anima las conexiones con situaciones similares a la de los demás; descentramiento perceptivo, esa capacidad de colocarnos en la piel del otro y desde allí realizar un ejercicio de identificación emocional; catarsis de integración una forma que permite reunir cada una de las piezas que se han logrado colocar en el escenario para ver y reflexionar sobre la escena personal o grupal que se ha elegido trabajar en el escenario.

Todo lo anterior no tendría sentido si dejamos de lado la activación del proceso mental denominado yo-actor/yo-observador, una especie de dialéctica del momento dónde cada una de las etapas involucradas son fundamentales: yo actor, representa la acción *in situ*; yo observador, representa el espacio de la reflexión de los diversos momentos que aparecen en la escena. El observador es aquel rol que se coloca con la finalidad de ser testigo de lo que está aconteciendo sobre el escenario, mira la escena, la escucha, promoviendo una dinámica mental lucida que refleja en la escena comportamiento y emociones en los roles que se están jugando, ayudando a las personas a dar sentido a su experiencia de cambio y transformación.

## Bibliografía

- Blatner, A. (2005) "El Psicodrama en la Práctica". Pax. México.
- \_\_\_\_\_ (2019) "Preocupaciones de Adam sobre el uso del psicodrama en el ámbito social". Inédito, e-mail.
- Boria, G., et. al. (2001) "Metodología de Acción para una Existencia Creadora; el Psicodrama Clásico". Itaca. México.
- \_\_\_\_\_ (2005) "Psicoterapia Psicodrammatica". FrancoAngeli, Italia.
- Brenes A. et. al. (2008) "Psicodrama", en "Seis Enfoques Psicoterapéuticos". Manual Moderno. México.
- Cukier, R. (2005) "Las Palabras del Padre" ed. Ágora, Brasil.
- Dotti, L. (1998) "Métodos y Técnicas Psicodramáticas en la Formación y en la Intervención Social". FrancoAngelica. Italia.
- Filgueira, M., et. al. (2009) "Manual de Formación de la Asociación Española de Psicodrama". Asociación Española de Psicodrama. España.
- Garrido, E. (1978) "Psicología del Encuentro". Graficas Ortega. España.
- Leventon, E. (2010) "Healing Collective Trauma". Ed. Springer Publishing Co. E.U.
- Marineau, R. (1989) "La Biografía de Moreno". Lumen. Argentina.
- Menegazzo, C. (1981) "Magia, Mito y Psicodrama". Paídos. Argentina.
- Mello, D. et.al (2017) "La Bioatría como Meta Eje Teórico Esencial". Revista Brasileña de Psicodrama, vol.25, No. 1. Brasil.
- Moreno, J. (1971) "Las Palabras del Padre". Vancú. Argentina.
- \_\_\_\_\_ (1972) "Fundamentos de Sociometría". Paidos. Argentina.
- \_\_\_\_\_ (1977) "El Teatro de la Espontaneidad". Vancu. Argentina.
- \_\_\_\_\_ (1983) "Psicoterapia de Grupo y Psicodrama". Fondo de Cultura Económica. México.
- \_\_\_\_\_ (1993) "Psicodrama". Lumen-Hormé. Argentina.
- Navarro, J. (2004) "Enfermedad y Familia". Paidos. España.
- Nieto, L. et. al. (2010) "Beyond Inclusion, Beyond Empowerment, Cuetzpalin. Olimpia-Washinton. E.U.
- \_\_\_\_\_ (2010) "Healing Collective Trauma" Using Sociodrama and Drama Therapy. Springer Publishing Company. E.U.
- Pérez, R. (2004) "La influencia del Hassidismo en la Obra de Jaco. Levi Moreno. En Metodología de Acción para una Existencia Creadora: el Psicodrama Clásico". Ed. ITACA. México.
- \_\_\_\_\_ (2011) en "Mirando la Historia", Revista del Aula de Psicodrama. No. 0, Enero. Ed. Fundamentos. España.

- \_\_\_\_\_ (2011) en “Mirendo la Historia II”, Revista del Aula de Psicodrama. No. 1, Octubre. Ed. Fundamentos. España.
- \_\_\_\_\_, (2017) <http://www.iptn.info/?a=doc&id=471>
- \_\_\_\_\_, (2018) “Mirar, pensar y actuar la escena”. La hoja de psicodrama. Año 25 no. 67. España.
- \_\_\_\_\_, (2019) “Espontaneidad”. La hoja de psicodrama. Año 26, no. 68. España.
- Rispoli, L. et. al. (2000) “Misurare lo stress”. FrancoAngeli. Italia.
- \_\_\_\_\_ (2004) “Esperienze di base e sviluppo del sé”. Franco Angeli. Italia.
- Rojas, J. (1997) “Teoría y Técnica Psicodramática”. Paidos, España.
- Rizzolatti, G. et. al. (2006) “Las Neuronas Espejo”. Paidos. España.
- Sánchez, M. (2000) “El yo y el nosotros”. Ed. ITACA. México.
- \_\_\_\_\_, et. al. (2007) “El Caballito de Troya”. Inédito. México.
- Wenk, C. (1987) “Las Raíces del Psicodrama, la Historia Ignorada de sus Fuentes”. Tesis Doctoral, Argentina.
- Wiesel, E. (1981) “Contra la Melancolía”. Ed. Caparrós, España.

