



UNIVERSIDAD DE JAÉN
FACULTAD DE HUMANIDADES Y
CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
DEPARTAMENTO DE DIDÁCTICA
DE LA EXPRESIÓN MUSICAL,
PLÁSTICA Y CORPORAL

TESIS DOCTORAL
DE OLIVOS Y CEIBAS: CREATIVIDAD,
ARTES, EMPODERAMIENTO Y
AUTOCONOCIMIENTO A TRAVÉS DEL
"ÁRBOL DE LA VIDA"

PRESENTADA POR:
NORAH BARRANCO MARTOS

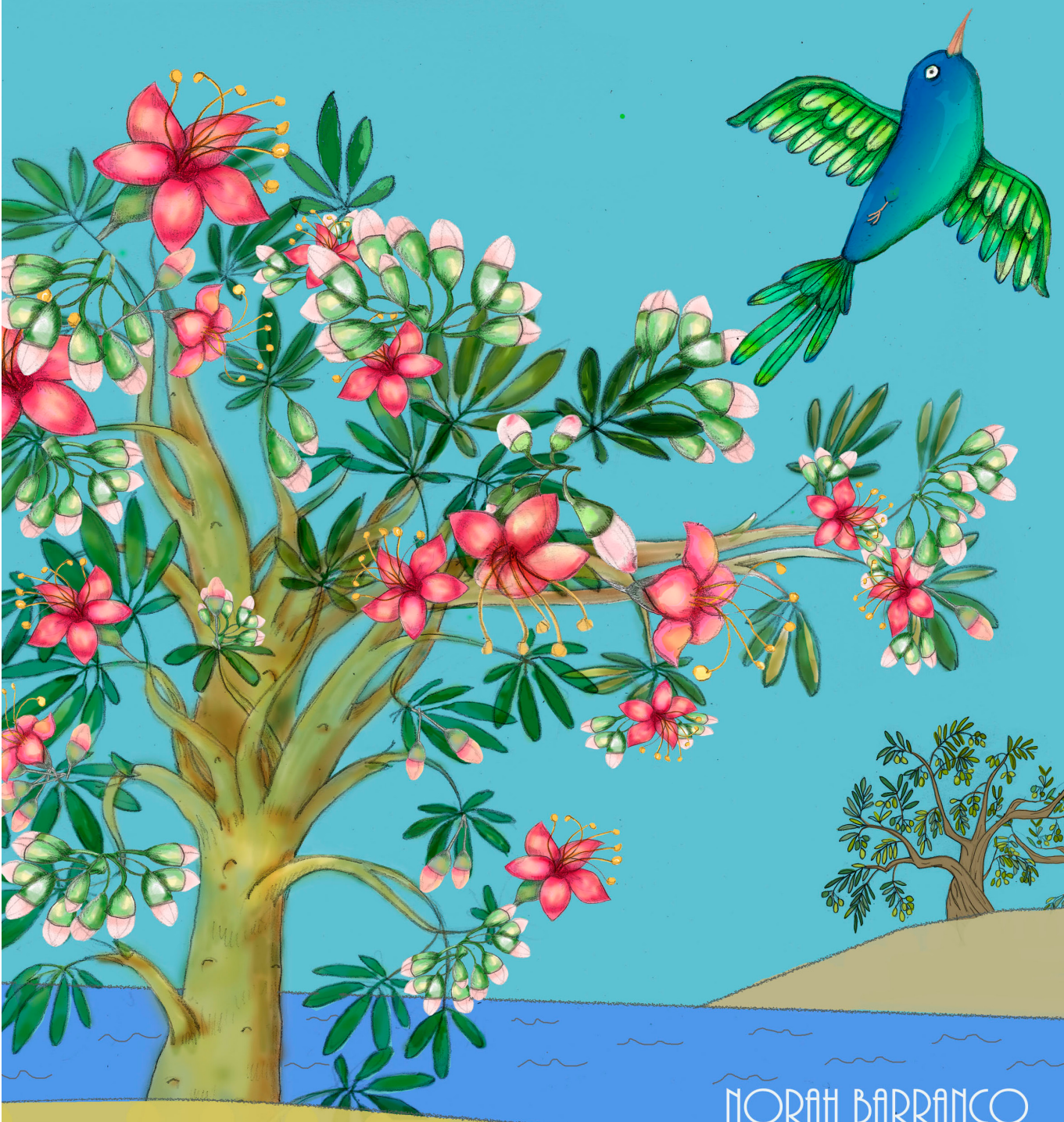
DIRIGIDA POR:
DRA. DÑA. ISABEL MARÍA MORENO MONTORO

JAÉN, 17 DE DICIEMBRE DE 2020

ISBN 978-84-9159-403-1

DE OLIVOS Y CEIBAS

Creatividad, Arte, Empoderamiento y Autoconocimiento
a través del “ÁRBOL DE LA VIDA”



NORAH BARRANCO

DE OLIVOS Y CEIBAS:
CREATIVIDAD, ARTE, EMPODERAMIENTO
Y AUTOCONOCIMIENTO
A TRAVÉS DEL “ÁRBOL DE LA VIDA”

DOCTORANDO: NORAH BARRANCO MARTOS
DIRECTORA: MARÍA ISABEL MORENO MONTORO
-UNIVERSIDAD DE JAÉN-

Agradecimientos

Gracias a Isabel Moreno Momtoto por sacarme de tantas dudas, por creer en este trabajo y en mí, por tantas risas compartidas, por proponerme seguir adelante con todo lo que eso me ha supuesto, por despertarme de mi letargo y por dirigirme esta tesis con tanta ternura.

Gracias a Marcia Silva por su espontaneidad, su trabajo, su acompañamiento y su risa contagiosa. Gracias Marcia por inspirar esta tesis, por aquella noche en Limón en la que me describiste tu trabajo y yo vi claro el mío. Por ser mi tutora en la UNA, con esas tempraneras reuniones de los lunes en las que tanto aprendí.

Gracias a Eva Ruiz por despertarme el interés por la Cábala y a Senai Rubio y Francisco Pallarés por guiarme en el complicado y bello viaje hacia el Arbol de la Vida.

Gracias a Alejandro Jaén, Mujeres en Rosa, a Margot Martínez, a Wendy Hall, a Pamela Jimenez, a Karol Moreira, a Silvia Elena Guzmán, a Vertdero Satélite, a Silvia Rojas, a Ana Gómez Perea, a Kiko Perez, a Antonio Hernández, a Olga Jimeno, a Mamen Laguna y a Ana Coronado por prestarse y abrirse en canal para darle voz a cada uno de los capítulos, por su honestidad y generosidad.

Gracias a María Martínez Morales, a Patricia Espiritu, a Guadalupe Valladares, a Jose Luis Anta...por enseñarme tanto y ser tan cómplices y cercanos.

Gracias a Maria del Carmen Sánchez Miranda por ser mi hada madrina y ponerme en este camino.

Gracias a Jesús Caballero por ayudarme a re-encontrarme conmigo y con este trabajo, por su alegre cercanía, por las confidencias, por las risas. Gracias por todas esas horas de ayudarme a maquetar.

Gracias a Ines Vilpi por la ilustración de la portada y por tantos *ratitos* de recogerme en su casa.

Gracias a mi familia porque, aunque no saben ni de que va este trabajo, me quieren, me apoyan y me cuidan y lo hacen con todo su amor.

Gracias a mi hija, Maya, por ser tan divertida, tan linda, tan sabia y sacarme de los peores atolladeros con su mera existencia, dándole así sentido a la mía.

Gracias a Lola Romero Velázquez, Ana Gómez Perea, Cristina Moya Fernández y Maite Gorrotxategui Larrea por todas las malas noches de hospital y cuidados, por ser tan generosas, por aguntarme tanta tontería. Gracias a Natalia Cardoso por cuidarme en aquellas noches tan duras. Gracias a Ana Diaz Montes, por acompañarme horas y horas de convalecencia, también por corregir muchos de los capítulos de este trabajo.

Gracias a Uge Laboisie por estar siempre a mi lado de manera tan incondicional...que emociona.

Gracias a Glenn por ser Maestra, amiga y apoyo en los peores y mejores momentos.

Gracias Esther Borjas, Flor Morillas, Manuel Alba, Vicente Medina, Martha Fago, Paca Muñoz, Yasmina Fehmi y Beatriz Gorriz por seguir en Darrol Place conmigo, por darme su apoyo, su presencia y, cuando ha sido posible, sus cuidados.

Gracias a Concha Castro, Manoli Sánchez, Lourdes Martínez, Marilo Jiménez, Maribel Donaire, Leli Vasco, Marta Rubio, Esteban Chamorro, Jenri Garcés, Lola Romero, Noelia Camacho, Ana Valdivia, Ana Pérez, Tatiana Martínez, Carlos Aparicio...y a todo ese equipo de amigos de Martos, Madrid, Murcia, Granada, Porcuna, Málaga, Sevilla,...que han estado a mi vera en los momentos más sinietros de estos años de elaboración de esta tesis. Gracias por preguntarme tantas veces que cómo la llevaba y así recordarme que tenía que seguir.

Gracias al equipo médico y humano del Hospital Clinico “Virgen de la Victoria” de Málaga, por su amabilidad, eficacia, empatía y trabajo. Gracias por salvarme la vida.

Gracias a Costa Rica, así, entera, como país, por todo lo que me ha enseñado, por ofrecerme el “*puto paraíso*” en muchos sentidos.

Gracias a Andrea Sánchez, Grisel Alfaro, Gerd Johannesen, Viviana Esquivel, Ely Rojas, Alejandra Cognuk, Eduardo Ortega, Eugenia Leyton, Nelson Leiton, Enmanuel Castillo, Brenda Delagadillo, Priscila Castro y a las decenas de personas que me atraparon con sus historias y me dieron argumentos -y alas- para seguir con este trabajo desde la belleza Pura Vida. A todas las personas que se entregaron a la interpretación de su Arbol de la Vida y con ello me enseñaron la intrahistoria de su país.

Gracias a Mariel Gavarrete Villaverde. GRACIAS mayúsculas por tanto bueno, por toda la motivación, los viajes, el amor, las personas que has traído a mi vida, la alegría compartida, la generosidad, la hospitalidad, la música, el patio y la paciencia, gracias. Muchas, muchas gracias.

Índice

Agradecimientos.....	7
Resumen.....	15
Abstract.....	17
1. Introducción.....	19
1.1. Justificación.....	19
1.2. La elección del viaje.....	20
1.2.1. El viaje interior “En busca de la sirenidad”.....	23
1.2.2. Concretando objetivos.....	25
2. Creatividad, Arte, Empoderamiento y Autoconocimiento a través del Árbol de la Vida.	
Marco Teórico.....	27
2.1. Partiendo de un fundamento pragmatista.....	28
2.1.1. La Ceiba, árbol sagrado.....	28
2.1.2. ¿Por qué es sagrado el olivo?.....	29
2.1.3. ¿Por qué Costa Rica?.....	32
2.2. Epistemología, bagaje y conocimiento.....	36
2.2.1. Marco Teórico (o no) Cambio de paradigma de la Sociología a la Investigación Artística.....	36
2.2.2. Autonarración como esquema para narrar a otros.....	40
2.3. La Cábala, ¿qué es el Árbol de la Vida?.....	44
3. De olivos y ceibas. Proceso metodológico.....	49
3.1. ¿Creación o Investigación?.....	49
3.1.1. Una performance de escritura.....	51
3.2. LUCIS.....	53
3.2.1. Historia de una evolución.....	53
3.2.2. Herramienta basada en el criterio LUCIS.....	57
3.3. Marco Referencial: Body and Soul “Somos como somos”.....	65
3.3.1. La autoaceptación.....	67
3.3.2. La Publicación.....	71
3.3.3. Evas y Adanes. El pecado, el castigo y la pornografía.....	73
3.3.4. Rompiendo esquemas.....	77
3.3.5. El proceso.....	82
3.3.6. Liberación.....	84
3.3.7. Mujeres en Rosa.....	87
3.3.8. Reflexiones.....	92
4. Antología de Historias y Experiencias de vida en torno al Artesanación.....	95
4.1. Lo personal es político.....	97
4.1.1. El encuentro.....	99
4.1.2. Familia de Senderos 2-11-20 del Arbol de la Vida.....	104
4.1.3. La historia.....	109

4.1.4. Una muestra de teatro comunitario a a través del Teatro Aplicado.....	113
4.2 De olas y orillas.....	117
4.2.1. El encuentro.....	119
4.2. 2. Familia de Senderos 3-12-21 del Arbol de la Vida.....	121
4.2.3. "Es la historia de un amor...".....	123
4.3. Queda la palabra.....	133
4.3.1. Preámbulo.....	134
4.3.2. El encuentro.....	135
4.3.3. Los elementos de sanación.....	137
4.3.4. Familia de Senderos 4-13-22 del Arbol de la Vida.....	141
4.3.5. Algunos poemas de "El cementerio de los vivos".....	144
4.4. El Asombro.....	147
4.4.1. El encuentro.....	149
4.4.2. La historia.....	152
4.4.3. Familia de Senderos 5-14 del Arbol de la Vida.....	154
4.5. Bailar el mantón.....	161
4.5.1. El encuentro.....	163
4.5.2.. La Historia.....	164
4.5.3. Momentos Estelares.....	166
4.5.4. Familia de Senderos 6-15 del Arbol de la Vida.....	167
4.6.. ¿Y si me paro?.....	177
4.6.1. El encuentro.....	179
4.6.2. La Historia.....	180
4.6.3. Familia de Senderos 7-16 del Arbol de la Vida.....	187
4.7. Un gol realmente increíble.....	191
4.7.1. El encuentro.....	193
4.7.2. La Historia.....	195
4.7.3. Familia de Senderos 8-17.....	199
4.7.4. Artículo de "El Faro de Vigo".....	206
4.8. De muros a murales.....	209
4.8.1. El encuentro.....	211
4.8.2. Los elementos de sanación.....	213
4.8.3. Familia de Senderos 9-18 del Arbol de la Vida.....	221
4.9. Life is a Cabaret...y yo quiero ser Kabaletara.....	225
4.9.1. Life is a Cabaret.....	227
4.9.2. Artesanación.....	228
4.9.3. ¿Y cómo fue?.....	232
4.9.4. Live is a Cabaret. La Historia y la Familia de Senderos 1-10-19.....	234
5. LUCIS:. Aplicación de la herramienta basada en el Criterio LUCIS.	
Ejemplo de uso en la historia autonarrada del Capitulo Live is a Cabaret.....	241

6. El Árbol de la Vida. Obra de Arte personal. Reflexiones finales.....	253
6.1. El Arbol de la Vida. Obra de Arte Personal.....	255
6.2. Las 9 familias de Senderos.....	257
6.3. Árbol de la Vida y Artesanación.....	263
7. EPÍLOGO.....	269
Referencias Bibliográficas.....	277

Resumen

Esta tesis es de carácter creativo. Producto de una investigación artística. Se pretende producir una obra narrativa en la que se recoge y da cuenta del propio proceso de investigación. Además del producto creativo narrativo, el objetivo de esta tesis es ofrecer una herramienta de empoderamiento y autoconocimiento a través de la actividad artística.

Para ello se ha puesto en marcha un protocolo de aplicación de una herramienta llamada LUCIS (Villarubia, 2003), a través del concepto del Árbol de la Vida de la Kábala. Esta herramienta se aplica a 9 casos, entre los que se encuentra el de la autora de la tesis cerrando la serie de historias que dan pie a cada caso.

Para todo ello, la tesis se estructura ofreciendo primero un capítulo introductorio donde se contextualiza y justifica el proceso. En segundo lugar hay un capítulo de fundamento del proceso. A continuación, el capítulo 4, ofrece la antología de 9 historias o casos, ajustándolas a una estructura que tiene en segundo plano el método LUCIS. Para ello el capítulo empieza con un subapartado en el que se introduce el método.

El capítulo 5 es una ejemplificación de cómo ese método se ha aplicado con el último caso.

El capítulo 6 recoge las reflexiones, discusiones y conclusiones del proceso desarrollado.

Por último, se cierra la tesis con un pensamiento final que es el epílogo.

Las posibilidades que ofrece la Investigación Artística como modelo generador de conocimientos, metodología y producto artístico, a la vez, han inspirado esta tesis doctoral. Por esa razón -y sin desdeñar las posibilidades de la investigación cualitativa como herramienta complementaria de este proceso- se han entrelazado las artes, la artesanía, los procesos personales y las historias de vida de sus protagonistas, con la de la propia autora, usando como esquema para ello las familias de senderos de El Arbol de la Vida de la Kábala.

Las historias y procesos que se narran en este trabajo tienen como motivación establecer la función artesanadora de la creatividad, tratando incluso de acuñar el término Artesanación, interpretando a este como el elemento clave de superación de las crisis vitales que narran sus protagonistas. Partiendo de la autoaceptación -y adentrándose en el autoconocimiento- enlazamos con las posibilidades que ofrece el Arbol de la Vida personal para llevar a cabo esta tarea.

Las vivencias, tanto en Costa Rica como en España, de las personas que se prestan a este trabajo se convierten en relatos narrados en primera persona, que tratan de ahondar en sus procesos vitales y creativos llevándolos, como punto culmen de cada capítulo, al auto-descubrimiento de su Artista/ Maestro Interior. Ese momento (que sienten y narran como sanador), se denominará Art-anuencia, (palabra de nuevo cuño). Usándose como referencia capaz de ejemplificar la aceptación de esos momentos que dan sentido y salida a la creatividad propia. Una toma de conciencia capaz de transformar situaciones emocionales, físicas, laborales, personales o sociales, y que, en cada capítulo, tiene un matiz diferente dependiendo de la Familia de Senderos del Arbol de la Vida a la que pertenecen los protagonistas.

Abstract

This thesis is creative. Product of an artistic research. The aim is to produce a narrative work in which the research process itself is collected and accounted for. In addition to the creative narrative product, the objective of this thesis is to offer an empowerment and self-knowledge tool through artistic activity.

To do this, a protocol has been implemented to apply a tool called LUCIS (Villarubia, 2003), through the concept of the Kabbalah Tree of Life. This tool is applied to 9 cases, among which is that of the author of the thesis, closing the series of stories that give rise to each case.

For all this, the thesis is structured by first offering an introductory chapter where the process is contextualized and justified. Secondly, there is a theoretical chapter of the process. Next, Chapter 4 offers the anthology of 9 stories or cases, adjusting them to a structure that has the LUCIS method in the background. For this, the chapter begins with a subsection in which the method is introduced. Chapter 5 is an exemplification of how that method has been applied with the last case.

Chapter 6 gathers the reflections, discussions and conclusions of the developed process. Finally, the thesis is closed with a final thought that is the epilogue.

The possibilities offered by the Artistic Research as a model that generates knowledge, methodology and an artistic product have together inspired this doctoral thesis. For this reason - and without looking down on the possibilities of qualitative research as a complementary tool to this process - the arts, crafts, personal processes and life stories of their protagonists have been intertwined with the author herself, using the family path scheme of the Kabbalah Tree of Life for that purpose.

The stories and processes that are narrated in this work are motivated to establish the artisanal function of creativity, even trying to coin the term Art-healing, interpreting it as the key element in overcoming the life crises that their protagonists narrate. Starting from self-acceptance -and going into self-knowledge- we link with the possibilities offered by the personal Tree of Life to carry out this task.

The experiences, both in Costa Rica and in Spain, of the people who lend themselves to this work become stories narrated in the first person who try to delve into their life and creative processes, taking them, as the culminating point of each chapter, to the self -Discovery of your Artist / Inner Master. That moment (which they feel and narrate as a healer) will be called Art-consent, (a newly coined term), using it as a reference capable of exemplifying the acceptance of those moments that give meaning and outlet to one's creativity. Awareness is capable of transforming emotional, physical, work, personal or social situations, and that, in each chapter, has a different nuance depending on the Family of Paths of the Tree of Life to which the protagonists belong.

1. INTRODUCCIÓN

1.1. JUSTIFICACIÓN

Esta tesis es la historia de una evolución personal de la autora que, partiendo de las circunstancias asociadas a este trabajo, hace frente a situaciones personales en las que el Artesanación se proyecta en la elaboración de esta propia tesis. Así, a modo de meta-investigación, las conclusiones del último capítulo son la extrapolación del proceso creativo a su propia supervivencia personal y emocional.

Para clarificar la influencia de la presencia del Artesanación y la Art-anuencia, y por tanto la transformación a través de la creatividad, se propone un modelo de evaluación denominado LUCIS (Villarubia, 2003) y que ha sido desarrollado como cuestionario en esta tesis doctoral, con la intención de hacerlo extrapolable, en su aplicación, a otros procesos similares.

Estos tres conceptos, Artesanación, Artanuencia y Lucis se definirán y desarrollarán en los próximos capítulos de la investigación.

Como ejemplo de uso del mismo es la autora la que se presta al análisis de introspección y exposición de su propio proceso en el capítulo final.

Este trabajo, por tanto, trata de unificar disciplinas y saberes convirtiéndose en producto artístico coral en sí mismo. No obstante la propia metodología y generación de conocimientos parten de un bagaje experiencial y bibliográfico muy cercano a la Sociología y a la Cábala, que a la postre no son tan diferentes al tratar de dar explicación al comportamiento humano de manera holística y que, en el trabajo que nos ocupa, enlazan con las artes como juez y parte de la creación de la obra personal y/o artística del ser humano.

1.2. LA ELECCIÓN DEL VIAJE

Este trabajo, como los viajes cuando no se trata de rutas turísticas, carece de una estructura planificada de características estrictamente ligadas a la metodología de las ciencias sociales y/o prácticas, dado que ceñirlo a una estructura cerrada es exponerlo a limitar las posibilidades de apertura que enriquecen la creatividad (Cassirer, 1944: 39). Si bien es verdad que se encuentra en la tesis la organización de la investigación cualitativa, por la manera en la que se aplica el método LUCIS y las entrevistas, al tener como objetivo la obtención de una producción creativa narrativa, el proceso está inmerso en la investigación artística, convirtiendo a ésta -a lo largo del trayecto- en método de conocimiento, producto artístico en sí mismo y camino por recorrer que varía en función de las propias circunstancias y personas que aparecen en él (Moreno Montoro, Valladares González, Martínez Morales, 2016). Exactamente como sucede en cualquier viaje: un camino de conocimiento del medio y autoconocimiento personal que varía de las premisas iniciales, debido a infinitos factores y variables impredecibles, que enriquecen el conocimiento y el producto artístico (como metáfora de la propia vida).

Digamos, pues, que la estructura surge espontáneamente en la experimentación de cada una de las etapas de cualquier camino y que aparece, precisamente, como instinto de supervivencia ante la diversidad de situaciones inesperadas que se pueden encontrar en cualquier trayecto, entendiendo esta tesis como un conjunto de etapas que se van enriqueciendo mutuamente, a medida que se legitima a sí misma en las voces y experiencias de los distintos encuentros que se solapan en el propio camino.

Basada en el “*awareness*” (Robine, 1997) ¹, trata de dar respuesta a los distintos momentos de conocimiento que “*el darse cuenta*” ofrece en el trayecto de lo cotidiano, que en el caso que nos ocupa es la interiorización de las artes y la creatividad como elementos sanadores, en la búsqueda de la mejora en la calidad de vida individual y colectiva, para ello se usará la herramienta de autoconocimiento que nos propone el Arbol de la Vida de la Cábala².

Aunque se acerca más a la metodología cualitativa, por el peso específico de la calidad de los mensajes frente a la cuantificación, está inmersa en la investigación artística, convirtiendo a ésta -a lo largo del proceso- en método de conocimiento, producto artístico en sí mismo y camino por recorrer que varía en función de las propias circunstancias y personas que aparecen en él. Exactamente como sucede en cualquier viaje: un camino de conocimiento del medio y autoconocimiento personal que varía de las premisas iniciales, debido a infinitos factores y variables impredecibles, que enriquecen el conocimiento y el producto artístico (como metáfora de la propia vida).

La razón es bien sencilla: tal y como reza el dicho “*la realidad supera a la ficción*”. Una planificación estructurada, en el caso de este trabajo, restaría la natural sabiduría que muchos de los personajes y situaciones encontrados, exhalan en ese preciso momento, precisamente porque no hay ninguna estructura formal que pueda limitar su aportación. En el caso contrario esta tesis estaría incurriendo en una monumental contradicción con su premisa de partida en cuanto a “*los límites que imponen las estructuras a la creatividad*”

¹ Para hablar del “darse cuenta” o “*awareness*” será necesario aclarar, en primer lugar, que el término *awareness* no tiene su equivalente en castellano y que su raíz se encuentra en las palabras anglosajonas –*gewær* conocimiento de una amenaza exterior, y a su vez –*wary* (prudencia, cautela). Conceptualmente, el sentido del *awareness* lleva implícito un darse cuenta a nivel perceptivo y sensorial. Así como el *consciousness* se encuentra relacionado con el conocer, el darse cuenta–*awareness*– se encuentra relacionado con el comprender. El darse cuenta es nuestra sensación de la situación, es el fondo sensible de nuestra experiencia en el momento presente.

² Capítulo 6

Es, en esa realidad que supera a la ficción, en la que los descubrimientos han asaltado el camino de conocimiento, dado que más que ser buscados han sido encontrados. Quizá es esa la razón por la que, como la propia creatividad, este trabajo se envuelve en la sorpresa misteriosa del juego, dado que los encuentros y/o hallazgos iban encajando como las piezas de un puzzle a lo largo de su desarrollo.

Regresando a la metáfora del viaje, su significado en este trabajo se reviste de oportunidad: oportunidad para redescubrir los potenciales humanos ante la exposición a contextos y situaciones capaces de desvincular al individuo de la zona de confort mental y social. Por tanto, convirtiéndose en oportunidad, a su vez, de generar nuevas actitudes y conductas adaptativas que implican el conocimiento del medio y de los potenciales individuales ocultos tras los miedos individuales, sociales, laborales, familiares, etc.

Tanto en los encuentros que han sucedido en España, como en los que han tenido lugar en los últimos años en Costa Rica, existía un nexo que legitimaba este trabajo. Ese nexo era el encuentro con personas que, por alguna razón, habían visto desestabilizarse sus vidas y tenían que reconstruirse al abrigo de nuevas experiencias, actitudes y concepciones vitales. Personas que se mostraron, desde una absoluta honestidad, y que, en algunos casos, narraban como habían descubierto a su Artista Interior justamente en ese momento de aparente vacío. Un vacío imprescindible para la creación, que Perls denominó *"vacío fértil"*³.

En este trabajo voy a tratar de contextualizar esa intensa experiencia vivida en el acercamiento a otras personas, que por añadidura ha supuesto un proceso sanador creativo también para mí, siendo este uno de los objetivos complementarios y necesarios para el desarrollo de esta tesis, dado que se tratará la creatividad como parte consustancial al proceso de autoaceptación iniciado en el TFM que lo precede.

Esa experimentación no está sumida en el caos, sino que encaja en estructura, forma y contenido con los senderos y esferas que el Árbol de la Vida de la Cábala⁴ propone como breve guía de autoconocimiento y sanación. Este esquema, lejos de ser limitante, es un aglutinador que enlaza -de manera holística- los potenciales, retos y debilidades del propio camino de vida, cuyas semejanzas con el camino de la investigación artística son tan claras, precisas y poderosas que lo he usado como herramienta, buscando convertirlo en objeto artístico en sí mismo.

Las definiciones de esta herramienta -y las sucesivas alusiones a la misma- forman parte de dicho proceso paulatino de conocimiento, no obstante, el listado de las distintas familias de senderos, nueve en total, y en cuya prevalencia simbólica de uno u otro radican los distintos bloqueos individuales, van a servir de breve catálogo de situaciones y soluciones individuales espontáneas que los protagonistas de las escenas han elaborado, en su propia búsqueda del artista interior y que en numerosas ocasiones son frenadas por temores aprendidos. Temores que los seres humanos desarrollamos, combatimos, aceptamos o rechazamos en función de la propia experimentación vital, talmente como en los procesos de creación artística.

3. Perls introduce el término de "vacío fértil" como condición del darse cuenta -awareness-. Considera que estar vacío es un estar abierto a todas las posibilidades. Para Perls, en el "vacío fértil" algo puede surgir, pero no existe más que el proceso en curso.

Para cada familia de senderos han ido encajando a la perfección herramientas artísticas sanadoras que cumplen con el criterio evaluativo que propone esta tesis doctoral, basado en el Manual de Kabala Práctica de Jaime Villarrubia (Villarrubia J., Haut M.C., Millera D.M., 2003), y denominado CRITERIO LUCIS (luces en latín). Aunque en el apartado 3.2. LUCIS: 3.2.1. Historia de una evolución, de esta tesis, hago una explicación más amplia del método y sus criterios, enumero a continuación una enumeración de las cinco premisas a las que responde:

- L. Liberación: La técnica, la escena, el proceso o el proyecto narrado debe haber supuesto para la persona que lo ha experimentado una liberación en cuanto a los bloqueos, temores o pesos previos al autodescubrimiento.
- U. Unicidad: Capacidad de aunar las partes fragmentadas interiormente, la coherencia interna que da sentido a la creación o a la terapia.
- C. Consciencia: La posibilidad de identificar patrones nocivos y aumentar el nivel de consciencia del propio ser y de la mejora general a través de la creatividad individual aplicada.
- I. Independencia: El hecho de no depender del Maestro, Gurú, Terapeuta...etc para llevar a cabo el proceso creativo, o vital, es fundamental para afrontar el verdadero camino autosanador en cuanto a la autoaceptación de errores y sombras, con lo que ello conlleva de oportunidad sanadora y de empoderamiento.
- S. Simplicidad: Cuanto más simple, más evidente. La sabiduría está más cerca cuanto más sencilla es la asimilación.

Estos se van a convertir en los criterios de selección de las escenas y proyectos que se recogerán en esta tesis, que trata de buscar en la realidad cotidiana ejemplos de artesanación, que son más prácticos que teóricos, con el objetivo de restar complejidad y sumar coherencia interna. Pero, sobre todo, serán la guía para hacer evaluación continua de los procesos. El uso del mismo estará reflejado en el capítulo final, como ejemplo de su uso en la propia elaboración de esta tesis.

Gracias a la colaboración de la profesora de Didáctica de la Matemática en la UNA: Margot Martínez, a través de la experiencia previa de esta en los distintos ámbitos de la Matemática Emocional y su evaluación, sistematizamos dichos ítems para darle una forma de cuestionario que nos permita acercarnos a la evaluación de al menos uno de los procesos: el de la Familia de senderos 1-10-19 "los magos-vagos" que responde a mi propio proceso sanador en la elaboración de esta tesis y que por esa razón dejo como capítulo final. Teniendo en cuenta que la motivación que me ha llevado a emprender el desarrollo de este trabajo doctoral, en primera instancia, ha sido mi propio proceso de reconstrucción y, por tanto, mi camino artesano, este criterio tratará de ser una autoevaluación extrapolable a otros casos, sirviendo como ejemplo de aplicación de dicho sistema evaluación.

1.2. 1. EL VIAJE INTERIOR EN BUSCA DE LA SIRENIDAD.

La creatividad, como reto para afrontar la reconstrucción de la propia vida, implicó en su momento aceptar mi cuerpo con una pierna menos, mis emociones con un divorcio inesperado paralelo a la amputación, así como el olvido profesional por el encierro involuntario que supuso el proceso de convalecencia y rehabilitación posterior a esta vorágine.

A ese momento vital se sumó un inesperado acompañante cotidiano: *el dolor del miembro fantasma*. El dolor en la pierna que no existe (como cualquier otro desamor) implicó una constante experimentación de terapias alopáticas y complementarias que me llevaron a un exhaustivo conocimiento de los límites del dolor neuropático y sus consecuencias paralizantes para emprender nuevos caminos. En esa búsqueda encontré un aliado en la escritura como mecanismo de redirección de la conciencia del dolor y de redimensión del mismo. No fue una búsqueda intencionada, digamos que la escritura me encontró a mí más que yo buscarla a ella, por la imposibilidad momentánea de poner en marcha otros proyectos. Fue un flechazo que me permitió silenciar muchos dolores, entre ellos el "*fantasma*". Escribir para mí, sin intención de ser leído; pero también escribir para algunos blog, para alguna revista, para reirme y para llorar. En ningún momento tuvo esa práctica otra intención que la de sacarme de los mecanismos mentales, que me anclaban a la drástica medida que la vida tomó por mí dejándome no sólo "*coja*", sino también a solas con mi propia reinvención vital.

Un año más tarde tuve la oportunidad de matricularme en el Máster Oficial de Investigación en Arte, Música y Educación Estética de la Universidad de Jaén. En él encontré no sólo una excusa perfecta para desaprender quien era, sino también para re-aprender infinidad de conceptos, modelos, deconstrucciones, prácticas y obras artísticas. Escribir era una de las fórmulas obvias que implicaba la puesta en marcha de este proceso, gracias a los numerosos trabajos que suponía el seguimiento de dicho Master. Así que se convirtió en juez y parte de mi proceso, dado que cuando llegamos a la elección del tema del Trabajo Fin de Master consideré, junto a mi directora, que mi propio proceso sanador a través de la experimentación de la escritura como paliativo de los "*dolores fantasma*", podía convertirse en un estudio de caso único en la investigación que comprendía el final del proceso formativo.

La revisión bibliográfica, la fundamentación metodológica, el propio proceso creativo,...me otorgaron la posibilidad de estructurar todo lo que había supuesto la escritura en mi vida, y sobretodo en los meses posteriores a la amputación. Fue también una constatación de que este proceso era similar al que todos los seres humanos ponemos en marcha, a la hora de rediseñar nuestras vidas en situaciones de supervivencia. Yo había elegido la escritura, pero cada ser humano elige a su propio "*artista interior*" para crear y recrear, constantemente, quienes queremos ser respecto al arte de vivir.

Tras el periodo de elaboración del TFM, llegó el momento de mostrarlo públicamente por primera vez, en mi ingenuidad creí que por única vez, y digo esto porque fue quizá esa idea la que me permitió acabarlo, "*tan solo lo leería el tribunal*", con lo cual la capacidad de creación no se veía mermada, ni condicionada por lo que podrían descifrar las miradas ajenas sobre ese trabajo. Pero no fue así, tras recibir la máxima nota del tribunal, también recibí la propuesta de la Editorial SocialArt para publicarlo como libro.

Esa aceptación fue la mayor apuesta para salir al mundo y de ella nacieron numerosas presentaciones por distintos lugares de Andalucía. Al margen de la venta, de la difusión, de las entrevistas...el gran reto era salir al mundo y mostrarme con una sola pierna. Y aquí vino otro de los grandes pasos sanadores: a medida que presentaba el libro, junto a mi historia reciente, me dolían menos “el fantasma” y la vida.

La autoaceptación había recogido el testigo a través de la palabra, y de esta parte nace uno de los epígrafes de esta tesis que tiene que ver con la conexión con el mundo y con la vida que implica el arte, no desde la proyección económica, sino desde el trabajo interior de aceptación que supone mostrar nuestras creaciones como presentación de quienes somos, como elementos de unificación con el mundo y de diferenciación -exclusiva y única- de cada cual en este puzzle inmenso que es el género humano. Es por ello que el Proyecto de Fotografía “**Somos como somos**”, (Silva Pereira, 2012) que Marcia Silva Pereira lleva a cabo en Costa Rica desde 2008, se convierte en el punto de partida y marco en el que desarrollar esta tesis.

En busca de la sirenidad

o el arte de eludir el dolor del miembro fantasma a través de la escritura

Norah Barranco Martos



Foto: En busca de la sirenidad. Libro de la autora

No sólo fue el Master, por uno de esos avatares que nos guían inesperadamente, una semana después de iniciar el curso oficialmente, tuve la oportunidad de conocer El Arbol de la Vida de la Cábala a través de la Maestra Senai Rubio Paredes. Una infinita fuente de Sabiduría Ancestral que se brindaba a ser investigada. Acepte el reto de iniciar el *Curso de Iniciación en Cábala “Interpretación y Análisis del Arbol de la Vida”*⁵. Este hecho no paró de depararme sorpresas: a medida que avanzábamos en el Máster y se nos recomendaban libros, películas, artículos... estos coincidían con muchos de los que en clase de Cábala se nos sugería. En ese momento comencé a hilar ambas formaciones, a conectar una con otra, sesión tras sesión: en una se nos hablaba de la investigación en arte para crear, en la otra de investigar en nosotras mismas para re-crearnos, en una dimensión mucho más consciente desde el autoconocimiento. En esencia, ambas buscaban el fundamento artístico de la existencia para hacer de ella una obra magistral, personalizada, exclusiva y única.

5 Gracias a Eva Ruiz este se puso en marcha en la Asociación para el Desarrollo Integral de la Conciencia en Úbeda, este duró dos años, aunque realmente es una investigación que no acaba nunca por lo que supone de transformación personal y de conocimiento

Hay una asociación entre creatividad y espiritualidad sobre la que se han escrito innumerables artículos, ensayos y libros a lo largo de la historia, soy consciente de que no hay ninguna novedad en este paralelo crecimiento humano, pero mi intención es establecerla desde el autoconocimiento que propone el Arbol de la Vida de la Cábala y liberándola del peso del mercantilismo, al trasladar el eje al empoderamiento personal y social que implica en los actores cotidianos, más allá de su relevancia social o cultural y de la dependencia de las modas. Un empoderamiento unilateral, capaz de establecer nuevos paradigmas alejados de la exigente lucha por el empirismo, que ha limitado a la emocionalidad a un segundo plano.

Tras esa constatación, basada en el estudio de ambas vertientes del arte, comencé mi indagación para delimitar el tema de esta Tesis. La similitud entre todos los dolores neuropáticos; la extensión del término "*dolor fantasma*" a las numerosas crisis vitales que nos dejan en situación de "*dolientes*" frente a lo que ya no existe; la observación constante de la capacidad de supervivencia del ser humano a través de la creatividad y la vertiente sanadora que cada cual lleva dentro cuando es capaz de autoaceptarse y re-crearse la vida, me llevó a la decisión de afrontar esta tesis desde la búsqueda de una nueva terminología sobre arteterapia capaz de conectar con la idea de que cada ser humano es artista en sí mismo.

Así, cada cual en su propio elemento creativo, se sumerge en una búsqueda material, emocional, mental, física y espiritual que tiene su reflejo en un camino que, a través de la Cábala se puede desentrañar. Es esa la razón de establecer este paralelismo que, a lo largo de este trabajo, va a tratar de ahondar en los vericuetos establecidos en torno a ambas disciplinas, con la intención de simplificarlas, lo máximo posible, tratando de volverlas claridad accesible.

1.2.2.CONCRETANDO OBJETIVOS

Es por esto que digo que esta tesis es de carácter creativo. En el resumen ya he anticipado que es producto de una investigación artística. Lo que esperaba tener a su finalización, y ya está aquí, es una obra narrativa en la que se recoge y da cuenta del propio proceso de investigación. Como he ido introduciendo, el objetivo de esta tesis es ofrecer una herramienta de empoderamiento y autoconocimiento a través de la actividad artística.

2. CREATIVIDAD, ARTE, EMPODERAMIENTO Y AUTOCONOCIMIENTO A TRAVÉS DE “EL ÁRBOL DE LA VIDA”. MARCO TEÓRICO

2.1. PARTIENDO DE UN FUNDAMENTO PRAGMATISTA

A lo largo del relato, antecedentes, enfoques y otros apoyos teóricos, se entrelazan con los acontecimientos, pero en este capítulo 2, voy a establecer los fundamentos base desde los que se parte.

En primer lugar quiero declarar que además de considerar de interés la literatura y otros trabajos realizados por personas, o teóricos, que han establecido su pensamiento para nuestro desarrollo, creo también en la necesidad de incorporar la sabiduría y el conocimiento que no está registrado en grandes, o menores, obras reconocidas.

La asunción de este conocimiento pasa por la experiencia (Dewey, 1980), por esto digo que parto de un fundamento pragmatista.

2.1.1. LA CEIBA, ÁRBOL SAGRADO

Estaba en algún lugar perdido de Monteverde, sin duda no fue casual que el aislado hotel se llamara Ceiba.

En mitad de la noche, en mitad de la nada -mientras escuchaba relatos sobre los espíritus del bosque- la tormenta, el camino impredecible y la negrura, hicieron aun más lenta la llegada. Cenamos sin que la lluvia diera ni la más mínima señal de tregua.

Agua sin medida, como sólo se vierte en un bosque húmedo de zona tropical: con esa salvaje combinación de tierra removida, de espesura de árboles que hacen aun más oscura la noche y de silencio sospechoso de la fauna,... como si cada relámpago predijera el fin del mundo. Fue por eso que el amanecer fue tan nítido y limpio que pude ver, con todo lujo de detalles, el enorme ejemplar de árbol de Ceiba que se asentaba majestuoso frente al balcón. Me senté, impresionada, a mirar sus dimensiones gigantescas y es que cincuentay ocho metros de altura, son muchos años creciendo, *quinientos* me dijeron. Su majestuosidad y movimiento me dejaron absorta en la contemplación de la infinitud de aves diferentes que le agitaban las hojas, de las mariposas que removían sus colores, de los reptiles escondidos, las nerviosas ardillas...

Todo un ecosistema en torno a él, la vida latiendo en cada milímetro de su existencia.

Pregunté por ese asombroso ejemplar: *es sagrado* -me dijeron-. Debía ser así, a tenor de las numerosas leyendas que aun se conservan en la tradición oral de ciertas comunidades descendientes de la cultura Maya.

¡Un árbol sagrado! Todo un metafórico regalo. Tantos años estudiando el Arbol de la Vida de la Cábala y frente a mí emergía aquel Arbol Sagrado en un simbólico amanecer, que ahuyentaba los miedos de la oscura noche de tormenta. Suele suceder cuando descubres tu Arbol de la Vida personal, y es que la parte más oscura de la noche es justo antes de que salga el sol, o al menos eso dicen los cabalistas. Así, en mi ingenua visión mágica de la realidad de aquella mañana me encontré con una proyección de significado profundo que alcanzaba algo más allá del ecosistema: el poder de albergar vida en raíces, tronco y ramas y, con ello, la indispensable contribución, de cada una de ellas, al funcionamiento de su propia existencia y a la de todos los seres vivos que se nutren de su presencia (incluidos los parásitos, como sucede con el matapalo). Desde luego cuando Sibü, el artista creador para la cosmovisión Bribri, eligió su primera creación esta fue una Ceiba tan tan alta, que llegaba hasta el cielo, así que la partió y de donde cayó su copa nació el mar...y en el mar apareció la vida (en ésta y en la mayoría de tradiciones culturales, pero sobretodo lo dice la ciencia, con eso ya está todo dicho).

Me pregunté cuantos árboles serían considerados sagrados, así que le pregunté a mi querida Wikipedia⁶, encontré un listado tan largo como culturas y es que cada una ha tenido los suyos a lo largo de la historia.

6 Abedul (mitología celta), Abeto: asociado a la navidad. Acacia: en el Antiguo Egipto. Acebo: sagrado para los druidas. Álamo: Mesopotamia y Grecia. Aliso: mitología galesa. Ashoka: India. Avellano: celtas. Baobab: África. Ceiba: árbol sagrado de los mayas y los yorubas. Ciprés: Cristianismo. Encina: Mediterráneo, Espino: árbol de duendes y druidas. Fresno: en la antigua Grecia. Garoé: bimbaches, antiguos habitantes de la isla de El Hierro, en las Canarias. Higuera: budismo, Egipto y cristianismo. Kadam: hindúes. Kalpavriksha es un árbol imaginario, mitológico, mencionado en la literatura sánscrita como árbol divino. Laurel: es el árbol del amor en la antigua Grecia. Manzano: en la antigua Grecia, era el símbolo de Afrodita. Mirto: para los persas, era símbolo de alegría. Olivo: cuenca del Mediterráneo. Olmo: Europa del Norte, era el árbol de los duendes que vigilaban los túmulos de los muertos. Palmera datilera: ha sido venerada en el Antiguo Egipto por sus dátiles y como símbolo de renacimiento. Pārijāta: árbol celestial de la mitología hindú. Pino: en el Antiguo Egipto, Roble: por su grandiosidad, muchas culturas lo han considerado árbol de los dioses. Sándalo: es un árbol sagrado en Oriente, donde se asocia al Buda Amitbha, en China y Japón se quema en los templos, y en India en los de Shiva y Visnú, el sándalo despierta la kundalini y conecta los chakras. Sauce: en la mitología griega y celta, donde el sauce estaba asociado a la muerte. Tejo: árbol sagrado para los antiguos cántabros. Zapis: Serbia. Ziziphus spina-christi: se dice que es la especie de espinos del que se hizo la corona de espinas de Jesucristo.

Las distintas mitologías ha otorgado, (a modo de universal humano), a la figura del árbol una consistencia metafórica que, en cada caso, se ha ajustado a su cosmovisión y representaciones del mundo; convirtiendo este proceso en una amplia diversificación de la figura de éstos; dependiendo de la presencia de los mismos en los distintos climas, orografías, sociedades y culturas. Lo que coincide en todos ellos es ese halo de divinidad: cada cultura su propio árbol, cada árbol una interpretación del sentido de lo sagrado y de la vida.

En ese listado llamó especialmente mi atención un árbol, sobretodo por conocido: el Olivo. Siendo de Martos (Jaén), mi vida ha transcurrido entre olivos hasta el hartazgo, dada la inmensidad que ofrece el paisaje que ha llegado a denominarse “*mar de olivos*”.

El monocultivo de este árbol, introducido por los romanos, hace que la fuente principal de riqueza en esta tierra sea el aceite, y que la cultura esté íntimamente ligada a la producción del mismo.

2.1.2. ¿POR QUÉ ES SAGRADO EL OLIVO?

Desde la cultura egipcia, que atribuían a la Diosa Isis, mujer de Osiris, que era el Dios supremo de su mitología, el mérito de enseñar a cultivar y utilizar este sagrado árbol.

El olivo ha sido considerado como un árbol sagrado, mitológico e incluso mágico. Se han encontrado vestigios de su carácter sagrado en pueblos como el egipcio, judío, griego, fenicio, romano y árabe, entre otros. Grecia aparece como el lugar donde se desarrolló su cultivo, precisamente en las colinas de Ática. De hecho el mito sobre la fundación de Atenas parte de ahí, también se apunta, en algunas investigaciones, a la existencia de cultivos y del uso del aceite de oliva en lugares como Palestina, Siria, Líbano, Israel, Egipto y Asia Menor, antes de su ingreso en Europa. Ya en esta etapa el olivo se consideraba también árbol de la fertilidad, por lo que las mujeres dormían sobre sus hojas y bajo su sombra cuando querían engendrar. Los romanos, por su parte, consideraban el “*oleum*” como un producto de belleza, ya que las clases altas lo utilizaban para el cuidado de la piel y el cabello.

“En la actualidad, el olivo se sigue considerando como un símbolo de paz y de vida, en diversas culturas. En la Biblia y en el Corán se encuentran pasajes sobre esta planta a la que se le ha conferido un carácter sagrado. En el Génesis, una paloma que ha sido liberada por Noé, regresa al arca portando una pequeña rama de olivo e informando así sobre el final del diluvio, la imagen de la paloma con la rama en el pico se ha convertido en un símbolo de paz, y es que, ciertamente, los olivos solo pueden crecer en un territorio libre de guerras y de desastres naturales, ya que pueden tardar varios años en crecer y dar sus primeros frutos.

De madera de olivo se hacían en la antigüedad los cetros de los reyes, y era con su aceite con el que se ungía a los reyes y sacerdotes, y aún hoy, es utilizado el aceite de oliva en algunas ceremonias de las Iglesias Cristianas, como es el caso de los bautismos, la misa, la unción de enfermos o la ordenación de nuevos sacerdotes”.

(Yubero, 2009)

El olivo es como el carácter intrínseco de esta tierra: resistente, fuerte, poco dado a florituras y destinado a la producción. Y desde luego es sagrado, sobretodo como fuente de sustento económico y cultural.

Sagrado porque sus raíces son poderosas, su longevidad es legendaria, sus ramas calientan tras la poda los hogares durante el año, su fruto es el jugo máspreciado entre cualquiera que cocine (no sólo por su sabor sino también por sus propiedades para la salud) y, como no, por su trayectoria como aliado de las más diferentes tradiciones religiosas del Mediterráneo.

Como decía el poeta Miguel Hernández *“Andaluces de Jaén, aceituneros altivos”*. El anclaje a la cultura del olivar implica, por la propia dureza del laboreo y la recolección, así como del tradicional sistema productivo basado en el latifundio, un carácter tosco. De la injusticia vivida ante el terrateniente, nace esa dualidad de sumisión y enfado, junto a un sentido trágico de la vida que proyecta la valía personal en la capacidad de trabajo, no en la de disfrute.

A ello se suma la permanente atención al clima, que cada año dicta un veredicto distinto respecto a la cantidad y calidad de la cosecha y que oscila entre los extremos de inviernos gélidos y veranos asfixiantes. Esa ligazón a la tierra, en el sentido más puro de madre que nutre, en ocasiones se vuelve un anclaje al pasado y a las tradiciones, mostrando sus efectos en cierta resistencia a los cambios, a la innovación y a la apertura.⁷

En la página web *Paisajes del Olivar* (en la que un grupo de instituciones y universidades piden que el paisaje del olivar sea declarado por la UNESCO Patrimonio Mundial como Paisaje Cultural Agrario) encontré este texto que redunda en el carácter que marca el árbol sagrado de esta tierra:

“Lo que el paisaje del olivar en definitiva nos dicta es la de que en gran parte de Andalucía el olivar es historia, estancada y paradójicamente activa, una especie de inmenso texto al aire libre donde puede leerse el pasado en el presente, porque la cultura del olivo ha hecho que el tiempo se paralice sobre esas zonas agrícolas confiriéndoles una vida cerrada sobre sí misma que parece satisfecha de venir de muy lejos y de seguir renovando los ritos laborales y sociales que giran en torno a la venturosa proclamación del aceite.”

Las profundas raíces del olivo.
Salvador Compán

El texto es tan descriptivo que resulta innecesario incidir en el carácter que representa, es un orgullo del propio estoicismo, de la austeridad, del etnocentrismo en torno al Arbol de subsistencia y que Antonio Gala, también en la página web antes citada, define así:

12. Por poner un ejemplo significativo: hasta hace treinta años la comercialización del aceite de Jaén prácticamente dependía de envasadoras y distribuidoras de otras comunidades autónomas, e incluso de Italia, dada la escasa inversión en lo novedoso y la falta de iniciativa de las tradicionales familias terratenientes, que preferían no invertir en desarrollo y vender al por mayor, aligerando costes de producción, pese a la alta rentabilidad que podría haber supuesto la distribución propia.

"En la vieja insistencia del olivar es donde mejor me encuentro. En su tozudamente repetida geografía. Para el gorreo no necesita el ruiseñor más de tres notas ni plumas de colores. Para darle al espíritu confirmación y paz, el olivar no necesita ni rosas ni claveles: sólo seguir estando, siglo tras siglo, don lo pusieron. En esta permanencia -fértil y gris, austera y generosa, anterior a los bronces y a la piedra-, que rodea hoy la ruina de la piedra y del bronce, es donde mejor percibo a Andalucía."

Las profundas raíces del olivo
Antonio Gala

Frente a esta sacralización del inmovilismo ligado a la cultura del olivar, encontramos numerosas manifestaciones culturales que buscan más allá de este horizonte de mar de olivos. Sería una locura en la era de la globalización y las nuevas tecnologías tratar de mantener ese oscurantismo vetusto, por tanto encontramos también otras propuestas tecnológicas, industriales y culturales que tratan de abrir el horizonte a otras perspectivas. En ese sentido no hay que desdeñar ciertas arriesgadas apuestas desde una perspectiva cultural, con numerosas creaciones minoritarias que, en ocasiones, son capaces de romper el esquema "tradicional" y tener cierta relevancia.

Aunque dado el inmovilismo ante lo nuevo del grueso de la población, la falta de apoyo institucional y el escaso interés de invertir en actividades culturales, acaba socavándose su sostenibilidad en el tiempo. Lo que no decae es la apuesta por la religiosidad basada en el folclore: romerías, pregones, procesiones...reproducen, año tras año, los mismos escenarios anclados en las reminiscencias de la dictadura franquista y sus valores más reaccionarios⁸.

El olivo como tarjeta identitaria abre esa analogía entre la dureza del terreno y la dureza de vidas, esa austeridad a la que invita lo repetitivo del paisaje, que se adhiere a la actitud de resignación ante el horizonte monótono. Una de las razones de la continua pérdida de población de la provincia, un desangrarse en número de habitantes producto de un altísimo índice de paro generado, entre otras razones, por la escasa inversión en otros ejes de producción que no fuesen el propio olivar. Sumando a ello la desesperanza de quienes tienen iniciativas, ante el horizonte que se repliega en sí mismo creando bucles del tiempo en la mirada que, en sentido literal, se pierde entre olivos.

Los olivos son austeros, poderosos, equilibrados, productivos, medidos los paisajes en los que se asientan por metros exactos, entre uno y otro. Olivos centenarios, origen de numerosos asentamientos y eje de la economía. Olivos sensatos, pura tierra en formas repetidas que sustentan y organizan el paisaje y la cultura de la zona.

No pretendo hacer un análisis sociológico sobre ambas culturas, esto no es una comparativa. Estas líneas tratan tan sólo de ofrecer una pincelada que permita entender algunos de los posteriores capítulos. La razón es que entre los protagonistas de este trabajo encontraremos habitantes de las dos orillas, cobrando relevancia el hecho de tener en consideración el punto de partida de los procesos de socialización y enculturación de ambos, en esencia: un intento de saber de donde vienen, para poder empatizar con sus historias y relatos.

⁸ "Virgencita que me quede como estoy", esta expresión es muy descriptiva del carácter de esta tierra, la escribo porque es una constante escucha en cualquier ámbito a diario.

Es cierto..., son tan diferentes olivos y ceibas, pero tan complementarios, como todo en el Universo. Una despreocupada y salvaje, el otro fuerte y medido, la pura dualidad de la existencia. En ese intercambio de imágenes, conceptos, valores, paisajes, colores, ideas, en ese trenzado de árboles y ramas, mis raíces de Olivo crecieron en las ramas de la Ceiba como ideas nuevas, regeneradoras, en proceso de apertura al mundo, a lo desconocido, a lo olvidado.

Me sumergí allí donde estaba, la poderosa raíz del olivo no se movería, pero la amplitud de la belleza del mundo es tan amplia que... aquella Ceiba se hizo adalid, para mis ojos, de las infinitas posibilidades de la diversidad de la creación dispuesta a exhibirse.

2.1.3. ¿POR QUÉ COSTA RICA?

Eso daría para una novela larga e intensa como un bolero, así que me ceñiré a los hechos relevantes.

Empezó mi curiosidad por este país cuando un amigo se fue a trabajar como cooperante de la AECI a finales de los 90. Lo primero que supe es que no había ejército y que se autodenominaban Ticos. Mi interés fue creciendo cuando, casi veinte años más tarde, me atreví a viajar allí. Y digo “me atreví” porque estaba en mitad de un duro proceso de reconstrucción vital post-amputación/divorcio/depresión, pero fue en ese tiempo cuando la vida me ofreció la posibilidad de vivir una relación de pareja transoceánica que, aunque nació entre olivos, se desarrolló entre selvas.

Todo un reto, el de respirar hondo y aceptar las limitaciones físicas que me dejó mi discapacidad, pero algo había que hacer para saberme capaz de seguir adelante y no quedarme mutilada de las ganas de vivir. Y sin que nada de lo que me esperaba entrara en mis expectativas, ni mucho menos en mis pretensiones, me tocó afrontar viajar sola en un vuelo de once horas recibiendo la ayuda del personal de la aerolínea; adentrarme en el Parque Nacional Manuel Antonio o el de Cahuita en silla de ruedas; llegar a las playa de Nacascolo con las muletas en una pasarela de madera sobre un manglar; despertarme por un temblor de tierra; vivir tormentas tropicales que inundaban las carreteras, huir por la carretera del Zurquí de los primeros efectos del huracán Otto, remar en kayak hasta un playa inaccesible por tierra en los linderos de Corcovado; conducir por vericuetos imposibles en mitad de la noche; escuchar guecos; ver cocodrilos e iguanas; nadar huyendo de mantas raya; tener un incidente con un narco que pudo costarme muy caro; visitar una reserva indígena y compartir su comida, su rancho, su humildad y su tiempo -hasta casi quedarme aislada por la crecida del río al intentar salir de la comunidad-; aprender a atravesar ríos con el coche; cruzar resbaladizos puentes colgantes patinando con las muletas sobre un bosque nuboso; mirar un volcán desde arriba en mitad de un aguacero; superar mis miedos a los reptiles y a los insectos; quedarme idiota mirando a los tucanes, colibríes, urracas azules, trogones, tangaras, yigüirros, pelícanos, papagayos y demás pájaros de todos los colores.

Eso y la aventura de dejarme llevar. Eso y toparme con la Ceiba.

El árbol de ceiba, según la web *Yucatán Today*:

“es llamado “Ya’axche” en lengua maya y de acuerdo a la cosmovisión indígena, por medio de sus ramas permite la apertura de los trece cielos. Cuenta la famosa leyenda del Popol Vuh, que los dioses creadores sembraron en los cuatro rumbos del cosmos sus respectivas ceibas sagradas: al Este, la ceiba roja; al Oeste, la ceiba negra; al Sur, la ceiba amarilla, y al Norte, la ceiba blanca.

Finalmente sembraron una quinta ceiba al centro de todos estos rumbos, y en sus raíces ubicaron el Xibalbá o Mitnal, que era la morada de los muertos; en su base colocaron el Kab o la tierra que habitamos los seres vivos; y en su fuste y ramas establecieron su morada los dioses; mientras que en la cima de su copa habitaba el origen de todos los dioses en la forma de una magnífica ave Quetzal celestial”.

(Fuente. Yucatán today.com)

Por su importancia, en la vida de estas civilizaciones, fue siempre plantado en el centro de las plazas. Llega a medir hasta setenta metros de altura y su tronco puede llegar a tener una circunferencia de hasta cinco metros.

Una Ceiba puede significar vida, perpetuidad, grandeza, bondad, fuerza y unión. Ningún otro árbol crece tanto, es tan vistoso, es tan acogedor en su sombra, ni recibe tantas ofrendas de su gente, ya sean flores, miel, monedas e incluso algún animal, representando así los poderes mágicos del árbol sagrado de la selva.

Pero la aventura no acababa ahí: el descubrimiento de los Ticos fue un regalo y una apertura interior, sobretodo para hacerme consciente del *eurocentrismo olivar* que, sin querer, se aferra a mi visión del mundo. Tuve la oportunidad de vivir ese país como parte de él más que como turista. Tuve la suerte de conocer sus hogares, sus peluquerías, sus creencias, sus mercados, sus fiestas, sus giros lingüísticos, su historia, sus leyendas, sus miedos, sus lugares, sus comidas (desde el queso palmito al gallopinto), sus presas, las frutas y hojas con sus utilidades terapéuticas, el guaro, pero también su relación con las artes y la creatividad, la sensibilidad, el amor a los bosques, a los animales, la eficiencia de su universidad, y la amabilidad como tarjeta de presentación.

Son ticos, como diminutivo cariñoso, porque son entrañables, correctos, capaces de escuchar y con una bella sabiduría ligada a la tierra y a los elementos mágicos, pero también pasivo-agresivos y poco directos. Aman a su país, sienten orgullo patrio y celebran su música y su esencia, de corta tradición por más que se empeñen en ello, dada la juventud del país como tal. Pude sentir la solidaridad en estado puro cuando, tras los devastadores efectos del Huracán Otto, se volcaron hasta tal punto que desde el gobierno pidieron que no siguieran enviando víveres y que habría que dosificar la llegada masiva de voluntarios para evitar atascos en las carreteras (*presas⁹ en las pistas*, dijo el presidente).

Eso y el bolero¹⁰ en el que muchas veces danzan sus dramas, hasta convertirlos en descarnados relatos narrados con un rico léxico, fruto de una educación que llega a los más recónditos lugares del país, para tratar de evitar el analfabetismo.

Está mal visto quejarse o entrar en cólera (palabra que usan para identificar el enfado, le llaman a veces colerón) y, a excepción de en las carreteras, no suelen hacer *malos gestos*. Obviamente tienen problemas sociales relevantes; existen bolsas de pobreza terribles; diferencia de clases de extremos alarmantes; las poblaciones indígenas presentan problemas de desarrollo y de cobertura de las necesidades básicas; dificultades para preservar la identidad frente a la invasión cultural y económica *gringa*; tienen un grave déficit fiscal; hay mucha delincuencia ligada al narcotráfico; la red

⁹ Atascos de tráfico, habituales y continuos que marcan el ritmo del país.

¹⁰ “Plantar las penas y las riegan a diario”, expresión usada por un sacerdote español que llevaba 14 años en Costa Rica

de carreteras es bastante deficitaria; el sistema patriarcal da pie a la misma violencia de género que en muchos otros lugares; existen fuertes creencias ligadas a la magia negra; la presencia de los telepredicadores y las religiones más reaccionarias es constante, generando prejuicios y rechazo a colectivos como el LGTBI y a la mujeres (ambos cada vez más visibles en su reivindicación de igualdad y respeto). Pero pese a ello su **"Pura Vida"** es un decreto cotidiano para seguir adelante, un autoreconocimiento de su identidad, un himno que les recuerda quienes son y donde están.

A todo ello hay que sumar la presencia de la cultura prehispánica, dado que en el momento de la independencia del Virreinato de México de España es en 1821, encontramos un punto de inflexión que les permite recomponer la aceptación y construcción de la historia propia, en la que hay un sólo enfrentamiento bélico. Fue en 1948 y duró *"veinte minutos"* (eso dicen ellos en broma, aunque duró dos meses), a partir de ese momento Figueres¹¹ abolió el ejército, convirtiéndose este hecho en una de las señas de identidad del orgullo *patrio-tico*.

Este hecho implica cierta vulnerabilidad ante la amenaza del capital estadounidense que, a través de las transnacionales, impone su modelo social y colonialista de manera *"salvaje"*, no sólo por las condiciones laborales que ofrece, sino por la implantación de monocultivos que están deteriorando la economía tradicional y la propia sostenibilidad de los ecosistemas naturales.

Todas estas situaciones, permiten que un crisol de culturas cristalicen allí. Desde la diversidad de características en la fisonomía, con rasgos indígenas de distintos lugares que en los chorotegas de Guanacaste tienen un ejemplo de diferencia abismal con, por ejemplo, los Cabecares o los Bribris; los afrodescendientes de la zona caribe; la amplia presencia de la cultura China¹²; la herencia española y la presencia de personas de numerosos lugares del mundo que han encontrado en este país *"el paraíso pura vida"*.

Cuento todo esto a modo de introducción a los capítulos que se basan en experiencias y encuentros vividos allí. La facilidad con la que pude contactar, encontrar, y compartir con las personas que protagonizan dichos capítulos (y muchas otras que aunque no aparecen también se prestaron a ser intermediarias, a dar su testimonio, a guiarme en mi trabajo y en mi estancia), merecía esta explicación. Desde el jazz a los cantautores, la fotografía, la pintura, los murales, el teatro, la danza, la sociología y hasta las matemáticas¹³, numerosas voces se ofrecieron a enriquecer este trabajo, a compartir lo que sabían, a acompañarme donde fuera necesario.

Además, ese proceso de cercanía a la sabiduría heredada, incluído el chamanismo, me permitió acercarme a sus creencias más íntimas, a una cosmovisión del mundo llena de elementos mágicos, (perdón por el sacrilegio, pero un día me sorprendí diciendo que los escritores del realismo mágico americano no habían inventado nada). Quizá esa sea la razón por la que enlazan, de una manera reflexiva y consciente, los acontecimientos de sus vidas en una secuencia de identificaciones, señales, y explicaciones, que en ocasiones enlazan con la metafísica.

11 José Figueres Ferrer, (1906 -1990) En 1948, presagiando un fraude electoral, se alza en armas tras haber desconocido el Congreso la elección del candidato opositor Otilio Ulate Blanco. La guerra civil que esto provocó terminaría con la victoria del Ejército de Liberación Nacional que Figueres lideraba. Tras ello se produjo el pacto Figueres-Ulate, que daba dieciocho meses al Ejército para reformar el Estado e iniciar la transformación de la sociedad costarricense. El 8 de mayo de 1948, bajo su presidencia se instala la Junta Fundadora de la Segunda República.

12 Los primeros chinos inmigrantes llegaron a Costa Rica en 1855, habían venido a América Central para trabajar en el Ferrocarril de Panamá.

13 Gracias a la Doctora Mariel Gavarrete Villaverde (Profesora Titular de la Escuela de Matemática de la Universidad Nacional) se pusieron en marcha todas las redes necesarias, que me llevaron a encontrarme a diario con los fragmentos que se han unido para crear esta tesis. Gracias a ella visite casi todo el país, lo conocí desde dentro, lo habité y me sumergí en él, su hospitalidad y su generosidad no tuvieron límites. Mi agradecimiento es infinito.



Foto: Mariel Gavarrete Villaverde. Foto de la autora

Todo ello me permitió armar el engranaje que fluía espontáneamente en las conexiones continuas que traían en la posibilidad creativa, un elemento sanador para mí, constituyéndose en una creatividad paralela: la de reconstruir mi propia vida y la de crear un producto artístico con las bases comunes de las artes y la Cábala, es decir, de lo que estaba viviendo y de lo que, en el fondo, realmente se revela como clave de la existencia. Porque en ambas se revela la esencia del ser humano, en ambas está implícita la huella de la belleza, de la pasión... realmente de la Pura Vida.

Así que no, no podía ser otro país el que me acompañara en el viaje interior que necesitaba para sentarme a escribir este trabajo.

Pese a todo lo expuesto, y que podría conducir al error de reducir al determinismo social la estructura y desarrollo vital de los personajes que habitan este trabajo, la gran sorpresa es que la capacidad creativa supera cualquier restricción impuesta por el lugar de origen.



Foto: Costa Rica. Pura Vida. Foto de la autora.

Las capacidades de los seres humanos se nos muestran muy por encima de esas losas de creencias que se nos imponen educacionalmente; nuestras reacciones de supervivencia son las que nos humanizan, provengamos de donde provengamos. Si bien hay cuestiones que nos diferencian como colectividad, la esencia como seres humanos trasciende esos límites mentales, geográficos, históricos y políticos, generando vínculos y similitudes que nos hermanan como seres humanos en los sentires y vivires.

Es por ello que este preámbulo trata de contextualizar a las personas protagonistas en sus ámbitos, pero el desarrollo de sus deconstrucciones y construcciones pertenece a otra dimensión de la existencia, quizá humana o quizá divina, que de alguna manera juega a la adaptación a la vida mientras se integran el olivo y la ceiba que cada cual lleva dentro.

2.2. EPISTEMOLOGÍA, BAGAJE Y CONOCIMIENTO

*"¿Qué clase de misterio es ése que hace que el simple deseo
de contar historias se convierta en una pasión,
que un ser humano sea capaz de morir por ella,
morir de hambre, frío o lo que sea
con tal de hacer una cosa que no se puede ver, ni tocar,
que al fin y al cabo, si bien se mira, no sirve para nada?"*

"Como se cuenta un cuento"
Gabriel García Márquez

El método que requiere esta investigación, pese a estar fundamentado, no es previsible, ni sujeto a cánones o normativa. Desde luego no es el que habitualmente se realiza desde la previsión. Se trata, más bien, del conocimiento generado en la propia inmersión en el estudio, a través de la observación participante y las entrevistas informales realizadas en los distintos contextos y lugares. También de la integración y aceptación de lo nuevo e inesperado. Conocimiento adquirido de manera aleatoria, pero no caótica.

2.2.1. MARCO TEÓRICO (O NO): CAMBIO DE PARADIGMA DE LA SOCIOLOGÍA A LA INVESTIGACIÓN ARTÍSTICA

La esencia de como ha ido creciendo este trabajo es una secuencia lógica de la propia aproximación a la experiencia.

El marco teórico por definir en este trabajo, está más ligado a la diferenciación humana y su riqueza que a ninguna otra secuencia o patrón ya estudiados. Ni desde la sociología, ni desde la antropología, ni desde la pedagogía existen parámetros puros que puedan establecerse en este trabajo como marco. Pero sí desde la experimentación y la validación, o todo lo contrario, de todos ellos.

Esto requiere de un *no saber* atento a la vida, una verdadera escucha activa que permita integrar patrones, diferencias, similitudes y sorpresas. Dado que el género humano es permeable a los cambios, ni las tradiciones, ni las suposiciones, ni los patrones conductuales preestablecidos por otros estudios, y en otros ámbitos, pueden establecer correlaciones numéricas que determinen de antemano las conductas de las personas a las que nos aproximamos. Desconocemos, por completo, los latires humanos, dado que están sujetos a tal cantidad de variables ambientales, sociales, culturales, momentáneas y -sobre todo- emocionales, por tanto sólo podemos aspirar a aproximarnos a su realidad, porque definirla es mucho más complejo.

En ese sentido las ciencias sociales han tratado de establecer paralelismos y analogías con los empíricos métodos de la ciencia. Quizá adoleciendo de cierta autoestima para pretender ser aceptadas, han aclimatado las metodologías para tratar de definir lo humano con excelentes resultados, que no obstante han demostrado no ser tan "*científicas*" en cuestiones tan llamativas como la llegada de Trump al poder, el no a la Paz en Colombia, el Brexit o la falta de predicción de la mastodóntica crisis económica del 2008. Frente a este panorama de la investigación social, y sin tratar de desprestigiar sus innumerables beneficios de cara a la evolución social y al conocimiento de las comunidades, he llegado a una personal conclusión sobre un factor clave, que se convierte en una de las variables más determinantes, a la hora de acercarse al intrincado conocimiento del género humano: las emociones.

Y es este punto en el que cambia mi personal paradigma de investigación, dando un paso liberador a planteamientos de acercamiento a la realidad mucho menos encorsetados y mucho más creativos, hablo de la **investigación artística**.

Realmente poco sabríamos de la historia de las emociones, de las creencias y hasta de las costumbres si el Arte no se hubiese encargado de trascender al tiempo, si no fuese la pieza clave que nos revela los sentires, seres y estares de la evolución humana. Por tanto, ese cierto complejo de "*carente de empirismo*" -que las artes parecen haber sustentado- es precisamente la más revolucionaria de las inmersiones en el conocimiento social, por no estar sujeto a los dogmas que la propia ciencia establece en su *divinización*, que acaba siendo tan limitante como los "*mitos*" a los que pretende reemplazar.

Las ciencias han protagonizado los avances más importantes de los últimos siglos, pero como efecto colateral han dejado grandes vacíos humanos al convertirse en un establishment, que en muchas ocasiones ha perpetuado el poder de industrias, grupos políticos, económicos, etc. Pero no es mi intención criticar a la ciencia que tantas bondades nos ha ofrecido, sino desligarla del halo de perfección que ha hecho que se bloquee el desarrollo de la creatividad por no estar "*empíricamente*" demostrada su utilidad práctica y como método de conocimiento, pero -sobre todo- por no estar al servicio del sistema productivo imperante.

De ahí mi paso al "*No sé nada*", una suerte de vacío fértil que permite aceptar aspectos humanos que, difícilmente, pueden ser recogidos a través de otras disciplinas y que se aventuran en el más íntimo de los espacios humanos: la supervivencia emocional.

No obstante, si hablo de descubrimiento sería inapropiado no hablar del momento en que este tuvo lugar, en relación a la epistemología, la tratamiento del mito y el logos, y la capacidad autocrítica de un destacado miembro de la Comunidad Educativa y de las Ciencias Sociales:

"Mientras el cielo de Costa Rica parecía haberse roto, como cada tarde de la época de lluvias, y el agua caía en cubos templados sobre los tejados de cinc, aquel hombre sencillo sonreía tímido ante el encuentro. Nos presentaron en la casa en la que habité de manera temporal, llegó casualmente a refugiarse del pequeño diluvio cotidiano y después del segundo vino decidió compartir el almuerzo. Su figura rechoncha y entrañable, se acomodaba en la silla para ir dando paso a una conversación amable que iba encaminada a su experiencia como sociólogo, durante casi toda su vida, con la Comunidad Indígena Bri-Bri¹⁴. Mientras se mesaba su escueto bigote repetía "correcto" en cada ocasión en que mis palabras resonaban con su concepción del mundo. Sólo hubo una cierta tensión cuando propuse grabar la conversación: demasiada gente había usado sus palabras para tergiversarlas y ponerse medallas por hablar de esa comunidad sin conocerla, juzgando y hablando de ellos con la superioridad del mundo occidental 'mejor no lo grabes, si lo recuerdas lo escribes' ", dijo.

Narró su acercamiento, su sorpresa, su propio desconcierto ante la magia que aquella experiencia había impreso en su vida. Años y años de observar los cambios de la comunidad indígena, de constatar como los **awapa**¹⁵ y los chamanes (digo los de verdad, no los de moda) sanaban a la gente y la aceptación (sin cuestionamientos) de aquella medicina ¿Era placebo o era real? su respuesta fue: SIMPLEMENTE ES. Funciona y forma parte de una espiritualidad vivida en lo cotidiano, en una cosmovisión en el que el mayor pecado es la mezquindad. Hablaba de **Sibö** (el Artista/Dios del mundo de arriba) como si en cualquier momento pudiese entrar por la puerta. Narraba las historias de aquellas personas en presente.

Pero fue precisamente en esa parte de conocimiento de la Cosmovisión en la que hablaba de la falacia que para él fue tratar de acoplar lo descubierto a la analogía antropológica "del mito al logos". Alejandro Jaén¹⁶ entendía el mito como única manera de transmitir el conocimiento de la comunidad, con valores que van más allá del empirismo, a través de cantos sanadores inventados para que no se corrompiera el lenguaje "¿Mito?, decía, *bajo los metates*¹⁷ hay una serie de símbolos y números que se ajustan perfectamente a las medidas de las órbitas planetarias, en su matemática se registra el ritmo del universo ¿eso no es ciencia?".

Sin levantar el tono, con esa cadencia medida que los ticos asumen como pugna implícita a cualquier tipo de prisa, Alejandro me describió la cosmovisión Maya, cuyos herederos menos contaminados resultaron ser los Bribris (porque nunca fueron conquistados gracias a su defensa con armas hechas con la dura madera del pejivaye, sumado a lo agreste del terreno que rodea a esta comunidad), en ella siguen vigentes las prácticas sanadoras de los awapa, como algo habitual.

¹⁴ El pueblo bribri constituye uno de los grupos étnicos más numerosos de Costa Rica. Se tiene certeza de que tanto los bribbris como los cabécaras estaban asentados en la cordillera de Talamanca antes de la conquista.

¹⁵ Los awápa (en singular, awá) son los chamanes de los bribbris. Como en toda religión chamánica, los awápa constituyen la conexión entre el mundo físico y el mundo espiritual, lo que le concede gran poder. Así, los awápa pueden curar enfermedades, según su cosmovisión.

¹⁶ Profesor del doctorado de la Universidad de la Salle. Trabajo ad honorem como investigador en el museo de matemáticas de la Universidad Nacional. Productor y realizador de radio y televisión en la Universidad Estatal a Distancia de Costa Rica. Productor académico en la Universidad Estatal a Distancia de Costa Rica. Investigador en etnomatemáticas para la Universidad con diversas publicaciones sobre la matemática de los mayas y los aztecas y sobre historias míticas de indígenas bri-bri. Consultor tanto en la producción audiovisual como en edición de textos de desarrollo en comunidades indígenas.

¹⁷ Metate (del náhuatl metlatl), es el nombre que recibe en Latinoamérica y, en especial, en México un mortero de piedra tallada de forma rectangular. El metate se compone de dos elementos, la plancha rectangular para moler llamada normalmente metate y otra pieza cilíndrica, también de piedra, con extremos de menor diámetro para poder asir con seguridad conocido como metlapilli, mano de metate o "hijo del metate" (según la traducción de dicha palabra náhuatl al español), el cual se usa contra el metate para moler los granos u otro elemento presionándolos entre ambos para romper el grano. Puede encontrarse en diferentes tamaños, algunos miden pocos centímetros y otros llegan a medir más de un metro de largo. Los mayas lo nombran lu-Ka.

Cuando viaje a la reserva una mujer indígena me explicaba que *cuando se tiene una enfermedad del alma va al awa y si la enfermedad es del cuerpo va al médico*, a la pregunta de como los diferenciaba me respondió condescendiente *"ay mi niña, eso se sabe"*. Y eso, que llamamos mito, está vivo como transmisor de lengua, sanación, forma de vida y certeros estudios matemáticos que en ocasiones siguen siendo pioneros a la ciencia occidental y que, gracias a la etnomatemática, están saliendo a la luz. No obstante en algunas de sus conclusiones el término física cuántica aparecía como síntesis.

Mientras saboreábamos un intenso café, las historias se sucedían dejándome perpleja por su belleza plástica, su detallada conexión con la naturaleza y su profunda sabiduría de lo cotidiano. Pero no fue hasta que me habló de la creación del mundo por parte de Sibö cuando encontré la conexión que me lleva a relatar este encuentro: *la Ceiba fue creada para convertirse en el Arbol de la Vida*, llegó desde la tierra hasta el cielo, de hecho Sibö se asustó cuando su copa llegó hasta él. De repente, el Arbol de la Vida conectaba como hilo argumental, como mito y como realidad, como elemento fundamental de la creación que asciende hasta la divinidad. De alguna manera se daban la mano las espiritualidades -será que siempre han estado unidas- y si han trascendido en el tiempo ha sido gracias a los mitos, pero sobretudo a la creatividad humana capaz de camuflar la verdadera esencia de las mismas, usando para ello la complicidad del Arte en todas sus vertientes.

No trato de hacer con este relato una investigación etnográfica, ni trato de establecer analogías que requerirían para la comunidad científica de mucha más intensidad de estudio en un paradigma que no es el objeto de esta tesis. Precisamente, con este relato, trato de argumentar la metodología que me ha guiado y que en este caso cumple con la secuencia que me lleva a defender esta tesis desde el paradigma diseñado en esta experiencia:

1. La información no es buscada, sino encontrada. Cuánto más entusiasmo, pasión y emoción en el conocer: más *encuentro*.
2. Cuanto menos hipótesis u objetivos de partida presupongo, más *riqueza* ofrece el descubrimiento.
3. La ausencia de entrevista estructurada permite una *"verdadera escucha activa"* que facilita la impregnación que las estructuras critican como sesgo, siendo el verdadero sesgo el distanciamiento emocional.
4. A más desconocimiento, más profundidad en la información obtenida, al despertar *"el asombro"* usando a la propia emoción como filtro, junto al LUCIS, para determinar la validez.
5. El asombro como elemento diferenciador, como observador de la obra de arte constante que implican los distintos mecanismos de supervivencia que los seres humanos desarrollamos y que serán imposibles sin la *libre expresión de la creatividad*.
6. Por tanto, sólo la investigación artística ofrece la posibilidad de volver barro las estructuras iniciales para conocer desde cero el conocimiento implícito que ofrece la experiencia. Mecanismo imprescindible para aprender de la obra de arte humana en *todas sus dimensiones*.

2.2.2. AUTONARRACIÓN COMO ESQUEMA PARA NARRAR A OTROS

*"Es por lógica que demostramos,
pero por la intuición que descubrimos"*
HENRI POINCARÉ(1913)

Cuando me atreví a emprender esta tesis, partí de la búsqueda de una estructura que implicara ampliar el *abanico de dolores fantasmas*, ello supuso la necesidad de afinar, de buscar un guión que encuadra la inmensa diversidad del género humano, toda una aventura, porque para hacer con ese tema una tesis doctoral sobre el dolor y la CREATIVIDAD tendría que haber entrevistado a cada habitante de este planeta. Y es que, cada cual tiene sus propios remedios, sus propios males, sus propios fantasmas, por más que nos empeñemos en sistematizar la creatividad curativa me temo que siempre nos quedaríamos en los linderos del meollo. *"No se puede ser tan pretenciosa"*, me dije. Así que, después de muchos intentos narrativos de hacer encajar el puzzle de como afecta la creatividad y el arte en los dolores fantasma que arrastra cada cual, opté por centrarme en generar conocimientos desde la propia vida tal y como sucede, sin los dogmas que la teorización podría imponerle como limitador de mi propio proceso de sanación y autoaceptación de mi vida como sirena (con una sola pierna, quiero decir).

En esta tesis empieza hablando la sirena, pero la parte final la escribe la superviviente. Una vez más, y desde hace 27 años he tenido que afrontar distintos procesos tumorales, y -justamente- cuando me quedaban dos capítulos para terminar me diagnosticaron uno que revestía una considerable gravedad.

Es esa la razón por la que este trabajo está escrito en primera persona. Trata de ser una creación basada en la investigación artística, pero dando un paso más allá de la autonarración de caso único que supuso "En busca de la sirenidad". Todo ello sin abandonar el objetivo de constatar, en mi propio proceso, el "Artesanación" y hasta la supervivencia, como la fórmula de cordura que me supone la salida terapéutica de la escritura. Gergen (2000 y 2007) dice que la narración permite introducir elementos que en otras estructuras más cerradas no tendrían cabida, y que antes que restarle realidad a las cosas, se las añade. Pues a veces lo subjetivo ayuda a construir el relato que nos va a proporcionar lo necesario aunque carezca de los datos científicos.

Escribir en primera persona también da sentido a la libertad que me permito en esta narración, de manera que es flexible para incluir las emociones y hasta el humor. No tendría sentido limitar la experiencia narrativa (ni la vital) si esta no estuviera salpicada de la más humana de las humanas virtudes: sentir. Desde la sorpresa, hasta la alegría, la admiración, la tristeza, la risa, la complicidad, el enfado, el miedo...se construye -en la experimentación que ha dado como fruto este trabajo- un entramado que incluye sus propias respuestas implícitas. La mayoría de los encuentros narrados están salpicados por ellas. Las personas protagonistas de cada capítulo, coinciden en haber sido capaces de afrontar sus vidas usando sus propios autodescubrimientos como creadores, han atravesado sus correspondientes *"noches oscuras del alma"*, aunque cada cual se redimensionó en la medida en que supo o pudo.

Pese a estar documentados estos encuentros a través de entrevistas, vídeos e incluso productos artísticos, no es mi intención hacer un catálogo estructurado de vivencias, que entraría en contradicción con algunos de los planteamientos iniciales de esta tesis, sino dotarlos de voz a través de la narración en los contextos en que fueron hallados, darles vida para que trasmitan desde sus diferencias, su cadencia y su latir. No obstante, el material recogido siempre quedará a disposición de quien quiera constatar la real existencia de estos encuentros. No busco con ello trasgredir las normas académicas, sino legitimar el proceso desde la investigación artística, siendo esta método, creación y forma de conocimiento a lo largo del proceso, y resultando que me interesa más el discurso literario que el científico. Geertz (1989:19).

Ha sido este un proceso vital lleno de algo que podríamos llamar sincronicidades, incluso serendipias, que lo han agilizado sin ninguna resistencia por mi parte. Un camino de descubrimientos que han reforzado la idea del juego como elemento creativo. Y no digo esto porque no me haya tomado en serio la investigación, sino porque han sido tan recurrentes, que cada vez que trataba de ajustarme a cualquier tipo de margen aparecían nuevos caminos que transitar, incluso alguno de ellos de forma persistente (como sucedió con el caso del acompañamiento a través de las artes en el medio penitenciario en mi estancia en Costa Rica, que apareció en forma de tres invitaciones durante el mismo día y que me enlazaba con mi propio proceso, dado que la primera vez que caí en la cuenta de la importancia de los procesos artesanales fue con el Taller de Danza Teatro que, en 1998, se puso en marcha, gracias a la Asociación Cultural Jaque en el Centro Penitenciario de Albolote, en Granada; y cuyo fruto fue, una peculiar versión de danza-teatro de las internas, de "El Amor Brujo" de Manuel de Falla).

Igualmente hubo procesos que estaban contemplados en el guión inicial de este proceso de investigación y que no pudieron completarse o, curiosamente, se borraron las entrevistas. Tal fue el caso del Director del Centro Cultural de España en Costa Rica, o de la entrevista a la bailarina Pamela Jiménez, encargada del proyecto de Extensión Universitaria "Conexiones" de la UNA. En ambos casos me hablaron de procesos estructurados, guiados, financiados, interdisciplinarios y realmente interesantes. Pero el caso es que los archivos de ambas entrevistas estaban dañados y cuando traté de recuperarlos me fue imposible. Lo más llamativo era lo que coincidía en ambas: la institucionalización de los procesos creativos. Ello me llevó a la conclusión de que una vez repasados los contenidos y, pese a tener gran valor social y repercusión mediática, no aportaban a la idea central de este trabajo por su propia idiosincrasia. No obstante ambos proyectos son de un gran calado en Costa Rica, pero forman parte de otra materia que no es tanto la "artesanación", como la difusión cultural y la integración social.

Retomando la línea argumental sobre el juego como proceso creativo: tanto lo que aparecía espontáneamente, como lo que desaparecía sin explicación, me daban argumentos para liberarme de posibles límites en el proceso de inmersión en el tema, una inmersión vivencial en la que he sido parte de las voces que se muestran en este trabajo, en forma de cristalización metodológica. Como dirían Formenti y Demetrio, mi trabajo está "fundado sobre el libre albedrío de autoindividuarse, autoconstruir y autoevaluar... en condiciones de autonomía y subjetividad totales" (Demetrio, 1999: 9) y sobre "la experiencia de vida y profesional, sino que exige..., la apropiación de esta experiencia en una confrontación fecunda entre ideas y experiencias, entre teoría y vida" (Formenti, 2003: 30) que se apoya además de en la experiencia, en la memoria (Martínez Morales, 2015: 18).

Han sido, de manera natural, pequeñas inmersiones en grandes mundos personales. Tanto en España, como en Costa Rica. La diferencia entre ambas ha sido el espíritu de aventura inherente al propio viaje, que me acompañó en esta última. Abierta a conocer, sin prejuicios previos, se ha ido construyendo el conocimiento en una constante heurística, dado que no sólo se trataba de investigar, sino de resolver según los contextos (incluyendo en esta la parte física que implica tener una discapacidad en un lugar poco adaptado -*digamos*-). Resolviendo como generar conocimiento y encajar las piezas del puzzle creativo, a través de un prisma desposeído de aparente marco teórico. Y digo aparente, porque es precisamente la fluidez como forma de autoaceptación a través del reconocimiento y empoderamiento personal, la clave de este propio marco.

No obstante, también en el trabajo de campo en España la característica ha sido el encuentro, y quizá la relevancia del viaje está en la redimensión que la distancia ha permitido, para elaborar las historias de vida que ya habían sido encontradas sin salir del país. Cuando digo redimensionar lo hago en el sentido de darle la trascendencia subjetiva y personal que supone cada historia, salvando las distancias culturales y socioeconómicas, para centrar la atención en la necesidad intrínseca, de las personas protagonistas, de transformar a través del artesano propio, sus *"dolores fantasma"*.

El elemento pasión, entendiendo esta como amor al movimiento y a la creación, ligado al artesanado ha sido otra constante en este tiempo de descubrimientos.

No sólo he encontrado artesanos de las Bellas Artes, sino también artesanos (Shinner, 2001) de las más diversas áreas creativas que gracias a sus pasiones han dado sentido a sus propias vidas. Si bien, no todas las experiencias encontradas están incluidas en este trabajo, si que me ofrecieron la posibilidad de contextualizar y encontrar nuevas vías de conocimiento y escucha que facilitaron la inmersión en el proceso. Así encontrar a un historiador que se dedica a darle valor al cacao de Costa Rica, a través de la difusión de su historia y a la elaboración de bombones artesanales basados en las recetas encontradas en la historia de su país, un profesor de secundaria que usa las clases para empoderar a sus alumnos y hasta ofrece desayunos comunitarios para salvar las diferencias sociales de los mismos creando, de esa manera, ambientes diferentes para lograr el máximo potencial creativo en sus clases de arte. Una mujer que se reinventa a través de la elaboración de mosaicos, o una red de mujeres artesanas que para salir de la pobreza se asocia en su intento de rescatar la artesanía tradicional y de esa manera encontrar como subsistir. La única conexión entre ellos es la pasión con la que narraban su experiencia.

La pasión como factor indiscutible que no sólo motiva, regenera las células del cuerpo y pone en marcha los equilibrios químicos internos, sino que sobretodo conmueve, porque contribuye a mover lo que hay alrededor. Tal y como decía la profesora de Teatro de la UNA Wendy Hall: *"no es llamar la atención, basta con despertarla"*.

No siempre la pasión viene de la carencia, pero contribuyen las sequías a que sea más productiva. Así lo narraba el profesor Alejandro Jaén (sociólogo, experto en Cosmovisión Bri-bri y Maya) "A los seres humanos nos sucede como al árbol de mango, cuando se alarga la época seca este árbol empieza a secarse de manera muy rápida, cree que va a morir y se abandona. Pero basta que caigan las primeras gotas de lluvia para que sea capaz de absorberlas de manera tan angurriente¹⁸ que se nutre totalmente, esos años la cosecha es más rica y más abundante".

Y es justo en ese proceso de Noche Oscura del Alma, cuando aparecen los momentos de vacío fértil que darán paso a la **A-rt-anuencia, término que trato de acuñar en esta tesis doctoral y que busca definir el proceso de paz, entusiasmo y serenidad que se logra con la conexión interna de cada ser, al aceptarse como parte del todo, a través de la expresión de su artista interior.**

Y ¿de dónde sale este término?

Por una parte como reconocimiento al riquísimo léxico que encontré en Costa Rica, un país que da una importancia mayúscula al sistema educativo. Ello fomenta una inmensa variedad en su catálogo de palabras y que, en ocasiones, están en desuso en nuestro país por parecer extremadamente cultas. Ese fue el caso de la palabra anuente, fue la respuesta del colectivo de mujeres mastectomizadas fotografiadas en el proyecto **"Somos como somos"**.

A la pregunta de si querían participar en la entrevista grupal que les propuse para hablar de su proceso: *"Estamos anuentes a participar"*.

Como reconocimiento a esas mujeres y al propio proceso de aceptación del cuerpo a través de la fotografía surgió la palabra que recogía ese momento de inspiración-sanación-autoaceptación-creatividad.

Obviamente no está recogido en ningún diccionario, sino que es una de las propuestas de este trabajo para dar nombre a un estado intrínseco al ser humano y que se convertiría en el proceso clave del artesanación.

¹⁸ Angurriente: Ávido, codicioso, hambriento

2.3. LA CÁBALA ¿QUÉ ES EL ÁRBOL DE LA VIDA?

Esta introducción a la Cábala sólo pretende dar sentido a los capítulos descriptivos de situaciones, o vivencias, ligadas a la o al Artesanación¹⁹ que este trabajo recoge. Es una somera visión que pretende servir de guía de lectura, dado que las cuestiones relacionadas con la Cábala y con el Árbol de la Vida, son objeto de estudio de tamaño profundidad, desde tiempos ancestrales, que superan, en mucho, el conocimiento que poseo de la misma. De modo que no es éste el contexto para elaborar una manual de Cábala. No obstante, me atrevo a recoger esta breve guía con la que trato de establecer unos códigos -mínimos- que faciliten el entendimiento del resto del trabajo.

La Cábala es una antigua fuente de sabiduría que explica las leyes eternas del modo en que se mueve la energía espiritual a través del Cosmos. Su origen se le atribuye a los Esenios, aunque fueron los judíos quienes se apropiaron de ella, lo cierto es que, dada su transmisión y permanencia en el tiempo, es mucho más universal.

A lo largo de siglos de existencia, la Cábala ha influenciado a tradiciones espirituales de Asia, África, Oriente Medio y Europa, de las cuales también se ha nutrido, puesto que la Cábala es una tradición viva, ecléctica y holística que incorpora los avances de cada época, integrándolos, sin perder sus fundamentos, para hacer comprensible en cada tiempo la enseñanza que contiene. El cabalista actual la complementa también con los nuevos conocimientos que aportan las disciplinas científicas.

Esta sabiduría oculta²⁰ está saliendo a la luz de manera más abierta y masiva, pese a que la simbología y la influencia ha sido permanente a lo largo de la historia, pero lo cierto es hasta hace muy poco tiempo la interpretación kabalística estaba llena de dogmas y oscurantismo. Digamos que sus enseñanzas eran demasiado “*liberadoras*” y “*emancipadoras*”, de modo que los guardianes de dicha sabiduría han manejado el acceso a la misma, limitándolo y trasmitiéndolo oralmente, en distintos linajes a través de la historia, y en ocasiones, protegiéndola de los distintos poderes establecidos, ya sean políticos o religiosos, a través de órdenes y grupos como en el caso de los templarios, los cátaros, los masones y otras logias. Por poner un ejemplo Rabbí Simeón Yojai, el erudito que compiló el Zohar²¹ (El Libro del Esplendor- el depósito de las principales enseñanzas cabalísticas), se vio obligado a esconderse de los inquisidores romanos, que tenían tanto miedo de las enseñanzas cabalísticas que vieron en él una amenaza para todo el Imperio Romano. (Rabbí Laib Wolf, 2003)

¹⁹ El género de esta palabra variará dependiendo del contexto. Es decir, si lo importante es la relación con el arte, será usada en masculino “el artesanación”, en caso de que se trate de dar más relevancia al aspecto sanador será femenino “la artesanación”.

²⁰ Oculta hasta hace muy pocos años, dado que las profundas y complejas enseñanzas de la Cábala eran inaccesibles para la sociedad occidental. Se escribió en antiguos idiomas, hebreo y arameo, y se codificó para sellar sus ideas ante ojos no autorizados. Sin embargo, parte de la información se filtró y penetró en otras culturas y tradiciones religiosas, de Oriente como de Occidente.

²¹ El Zohar estuvo oculto durante 900 años, entre el siglo II y el siglo XI de nuestra era, debido a que aquéllos que poseían su sabiduría comprendían que en esos tiempos la gente no lo necesitaba aún, y que por lo tanto mal interpretarían su contenido. En el siglo XVI apareció un cabalista que explicó los fundamentos de la Cábala. Este cabalista fu Ari, Rabbí Isaac Luria Ashkenazi (1534-1572). El Ari afirmaba que de ese momento en adelante la sabiduría de la Cábala estaba preparada para ser revelada a todo el mundo.

Los comentarios sobre los trabajos del Ari y del Zohar aparecieron en el siglo XX, el siglo donde se vio la más terrible explosión en la historia de los deseos humanos. Durante este período apareció uRabí Yehuda Leib Ha-Levi Ashlag (Baal HaSulam) que explicó la sabiduría de la Cábala de manera que nuestra generación pudiera entenderla. Más aún, Baal HaSulam fue el único cabalista del siglo XX que escribió comentarios acerca del Zohar y de los trabajos del Ari. Esto no significa que no haya habido grandes cabalistas antes de él, sino simplemente que sus trabajos no los comprenden fácilmente los estudiantes contemporáneos. La popularidad actual y la gran demanda por la Cábala atestigua la disposición de nuestra generación a absorber su mensaje universal, y a comprender los textos auténticos que hablan acerca de la raíz de nuestras vidas y cómo alcanzarla.

Cábala quiere decir “revelación” y “tradición”, en su sentido etimológico en hebreo. No es hasta el Siglo XII cuando en la comunidad sefardí de Toledo cuando encontramos textos que reflejan esta aceptación por escrito. Su transmisión ha sido, fundamentalmente oral.²²

Más que hablar de la historia de la Cábala este trabajo trata de adentrarse en su sentido más aplicable a la capacidad del ser humano de poseer las herramientas que le posibiliten hacer una obra de arte de su propia vida.

La Cábala se basa en el funcionamiento de las leyes universales que rigen el Cosmos, y la propia vida, y que se recogen en el *Kybalión*, documento del siglo XIX que resume las enseñanzas de la filosofía hermética, también conocida como los 7 principios del hermetismo²³.

Citando exclusivamente los enunciados de estos 7 principios, no se pretende más que hacer una referencia ilustrativa de como, a través de la Cábala, se han interpretado las enseñanzas de los primeros cinco libros del Antiguo Testamento, en base a códigos numéricos y como sus resultados son bastante equiparables a los últimos ofrecidos por la física cuántica (en cuanto al funcionamiento del universo y la energía) (Pallares, F. 2016):

1. *Principio del Mentalismo*: “El TODO es mente, el Universo es mental”
2. *Principio de Correspondencia*: “Como arriba es abajo, como abajo es arriba”
3. *Principio de Vibración*: “Nada es inmóvil, todo se mueve, todo vibra”
4. *Principio de Polaridad*: “ Todo es doble, todo tiene dos polos; todo, su par de opuestos; los semejantes y los antagónicos son lo mismo; los opuestos son idénticos en naturaleza, pero diferentes en grado; los extremos se tocan; todas las verdades son semiverdades; todas las paradojas pueden reconciliarse.”
5. *Principio del Ritmo*: “Todo fluye y refluye; todo tiene sus periodos de avance y sus periodos de retroceso; todo asciende y desciende; todo se mueve como un péndulo; la medida de su movimiento hacia la derecha es la misma que la de su movimiento hacia la izquierda; el ritmo es la compensación”
6. *Principio de Causa y Efecto*: “Toda causa tiene su efecto, todo efecto tiene su causa; todo sucede de acuerdo con la Ley; la suerte no es más que el nombre que se le da a una ley no conocida; hay muchos planos de casualidad pero nada escapa a la Ley”
7. *Principio de Generación*: “La generación existe por doquier. Todo tiene su principio masculino y femenino. La creación se extiende en todos los planos y es constante”

Pues bien, estas leyes fundamentales permiten dar sentido e interpretación a los fenómenos y circunstancias que se desarrollan en el cosmos y en cada microcosmos, *lo que es arriba es abajo*.

²² Teniendo en cuenta el carácter oral de la transmisión kabalística, han sido mis Maestros Senai Rubio y Francisco Vallarés quienes me han transmitido algunas de las enseñanzas que traslado en este trabajo. Es por ello que son difícilmente citables a no ser que haga alusión a mis propios apuntes de las clases. Tanto el curso de Análisis e Interpretación del Arbol de la Vida de la Kabala (Senai Rubio), como el de Psicoterapia Kabalística (Francisco Pallarés) tienen textos propios elaborados por el propio alumnado, de modo que las citas que pueda hacer al respecto son de mis propios apuntes.

²³ Su autoría se atribuye a un grupo anónimo de personas autodenominados “Los Tres iniciados”, aunque las bases del hermetismo se atribuyen a un alquimista místico y deidad de algunas logias ocultistas llamado Hermes Trismegisto, cuya existencia se estima en Egipto antes de la época de los faraones (7000 A.C.) y que según la leyenda fue guía de Abraham.

La capacidad que ofrecen, por tanto, para ofrecer herramientas que faciliten la interpretación de la realidad van mucho más allá del raciocinio y la lógica científica (que también), otorgando a la energía un papel preponderante como clave del estímulo espiritual que nos permite a los seres humanos transitar nuestras vidas. Y en ese transitar, existen una serie de metas universales, objetivos comunes a los seres humanos:

1. Realización: equilibrio de mente y emoción
2. Seguridad y paz interior
3. Amor y compasión
4. Expresión sincera y plena de confianza

¿Y por qué no las conseguimos? Según Rabbí Laibl Wolf (2003) por *"la comprensión que tenemos de la verdadera naturaleza de la mente y la emoción. Según la Kabala, la mente consta de una serie de tres energías espirituales entre la que media el cerebro físico. Estas energías²⁴ generan iluminación y comprensión. La emoción consta de siete energías, que se manifiestan a través del corazón. Entre todas suman 10 sefirot, las energías espirituales que fluyen por todo el cuerpo"*

Es en esa búsqueda personal y única de cada ser humano donde encontramos, al igual que el artista creador, una infinita gama de posibilidades que nos permiten estar en permanente toma de decisiones, en continuo uso del *"libre albedrío"* que separa, acerca, une, distancia, forja, ilumina, oscurece, limita, abre, descubre, oculta ...y todas las posibilidades que se nos ocurran, con el objetivo de redimensionar la vida en función del encuentro con la mejor versión de cada cual.

Pero no se trata de un trabajo egoico de sanación, en absoluto, todo lo contrario, para poder sanar hay que estar en permanente contacto con la comunidad, son las relaciones el terreno de juego que nos ofrece las posibilidades de experimentación necesarias para tomar conciencia de nuestras capacidades y, por ende, eso implica que es la comunidad, el mundo, el que se beneficia, en última instancia, de la evolución de cada cual.

Uno de los preceptos de la Cábala es la repercusión de la evolución individual en la evolución como especie, en el desarrollo humano a nivel global. Es por ello que, pese a tratarse de una herramienta de carácter espiritual, su verdadero sentido se revela en la materia, en el hacer, en lo cotidiano, en el aquí y el ahora (no como concepto, sino como aspecto terrenal). Así es como las claves del proceso evolutivo que nos proponen estas enseñanzas no tratan de eruditos tratados, ni de sistematización numérica de la espiritualidad, ni de una guía dogmática, sino más bien de los ejes energéticos que mueven el Universo y con ello el Universo individual, que difiere de una persona a otra, generando un mosaico de teselas únicas e irrepetibles, que configuran todas las posibilidades que ofrece la experiencia vital de cada ser humano.

Esta diferenciación, esta exclusividad y, sobretodo, la toma de conciencia de la misma, propone a cada persona un camino diferenciado que le permite buscar su mejor versión. Todo ello implica la aceptación de los límites y capacidades únicas que, una vez conocidas, y realizada la toma de conciencia necesaria para no entrar en el redil de lo *"aparentemente normal"*, son el verdadero potencial para armonizar la vida, equilibrar los opuestos internos, usar los dones y capacidades propias, en definitiva de tratar de crear nuestra mejor versión. Nada más parecido a la creación artística que esta breve incursión en el sentido de la vida ¿O no?

²⁴ En referencia a los Chakras, y por tanto en conexión con otras tradiciones espirituales

3. DE OLIVOS Y CEIBAS. PROCESO METODOLÓGICO

3.1. ¿CREACIÓN O INVESTIGACIÓN?

El motivo fundamental que me movió a embarcarme en este trabajo ha sido artesano para mí, como detallaré en el capítulo final. Pero como investigación artística me ofrece la posibilidad de abrir el campo de investigación a temáticas poco convencionales y que son el marco de un análisis que más que un profundo estudio de casos, trata de activar tomas de conciencia sobre la relevancia de ciertos procesos, personales y sociales, que tienen como plataforma la creatividad como herramienta sagrada del ser humano.

Este trabajo, por tanto, es a su vez un producto artístico y una investigación. Para llevarlo a cabo he usado herramientas derivadas de las ciencias sociales: observación participante, entrevista, grupo focal,... Pero también he escrito desde la desnudez de emociones el principio de cada capítulo a modo de introducción, no se trata de poema o prosa, les llamaré **Arrebatos**. Con ellos he tratado de resumir la historia que después se desmenuzará; buscando, en esa impresión inicial, familiarizar al lector con el personaje protagonista.

Por otra parte, me gustaría redundar en que no hay establecidos unos objetivos, ni hipótesis a priori que fundamenten el desarrollo de este producto artístico/tesis, porque serán las conclusiones finales las que darán la posibilidad de recuperar ese aprendizaje generado en paralelo a la propia investigación, a la escucha y la artesanación. Tan sólo hay un planteamiento inicial que creo relevante destacar: los términos Artesanación y Art-anuencia

Para facilitar la economía de tiempo y energía, evitar polémicas y aclarar sentidos, aconsejo leer este trabajo de cuatro formas distintas, atendiendo al interés de quien se disponga a ello:

• Como **Antología de Experiencias en torno al Artesanación**, relatos independientes de personas que han tomado conciencia de ciertos aspectos de sus vidas y que los comparten, generosamente, para ilustrar las capacidades de los seres humanos en situaciones de crisis. Para ello, omitir el epígrafe anterior y el capítulo 6, así como la parte de cada capítulo que se titula " *Familia de Senderos del Arbol de la Vida*", las conclusiones son de lectura opcional.

• Como **breve guía básica para entender las Familias de Senderos del Arbol de la Vida** de la Cábala, a través de historias y experiencias. Léase antes el Capítulo 6 que introduce los conceptos básicos del Arbol de la Vida, así como cada capítulo al completo. Se pueden omitir las conclusiones del último capítulo, dado que no son epílogo sino estructura. El epílogo es posterior.

• Como entramado de ambas, **como juego para recrear situaciones desde una perspectiva ligada a lo espiritual y creativo**. Para ello léase como se crea oportuno, deteniéndose en las cuestiones con las que se identifique, aquellas que le resuenen, que les genere un escalofrío, que les guste o que les desagrade, seguramente les estará generando alguna emoción y si eso les hace tomar conciencia de algo... será un premio oculto inesperado, que tampoco está entre las pretensiones, pero puede suceder.

• **Como tesis doctoral**. Es probable que este modo sea a la vez el más simple de abordar pero el más complejo. No debiera tenerse en cuenta nada, sino sencillamente leer el documento de principio a fin. Si se enmarca este trabajo en el paradigma que la Investigación Artística, se supone el carácter creativo y heurístico por el que deben navegar no solo la autora, sino también las demás personas que la aborden. En tal caso, se asume la primera persona en la que está narrada la tesis, y la disolución de la estructura necesaria de una investigación a lo largo de dicha narración, introducción, fundamento, metodología y resultados o conclusiones. No obstante, esto es complejo, porque acercarse a este documento como tesis, requiere entrar en el juego creativo que todo proceso artístico demanda y que, como vamos descubriendo, es uno de los obstáculos que debemos superar desde el campo de la creación y de la investigación artística. He tenido la tentación de incluir en este punto unas instrucciones para afrontar el trabajo como tesis, pero creo que si he acertado, no debiera decir nada y que sola ella misma funcione como tal, dado su carácter creativo.

• En ese sentido también cambia el orden de lectura, dado que hay una **evolución en la labor de narración** de esta tesis, asociada a las propias vivencias que me acontecen durante este trabajo y que pueden observarse en caso de seguir el orden que propongo. Así que se puede leer consecutivamente o por el orden temporal en el que fueron escritos

- Body and soul
- El Árbol de la Vida de la Cábala
- Queda la palabra
- De olas y orillas
- De muros a murales
- Lo personal es político
- Un gol realmente increíble
- De Olivos y Ceibas
- ¿Y si te paras?
- El asombro
- Live is a cabaret
- LUCIS
- Introducción

3.1.1. UNA PERFORMANCE DE ESCRITURA

No sé exactamente en que modalidad de lectura podría incluirse este epígrafe, así que lo dejo a elección.

Este trabajo ha sido una auténtica performance para mí, no sólo porque las personas protagonistas han modelado el desarrollo del mismo, también porque mi propia vida estaba dando saltos y sobresaltos a cada paso.

Desde una crisis de salud en los primeros meses, en los que tuve tosferina, a un grave diagnóstico de cáncer cuando solo me quedaban dos capítulos para terminar (mientras estaba escribiendo el titulado *¿Y si te paras?*), a aprender a pedir ayuda con la silla de ruedas dado lo agreste de algunos caminos y situaciones, a una ruptura sentimental, amigos y amantes asaltándome por el camino, nuevas perspectivas sanadoras, encuentros inesperados con el pasado, libros reveladores, un curso de Psicoterapia Kabalística (Pallarés, 2016) paralelo a este trabajo, e incluso desencuentros familiares y jurídicos,... pero nada de eso fue lo suficiente como para que la escritura dejara de ser mi tabla de náufrago sanadora, permitiéndome seguir camino, aunque emocionalmente influyeran estos temas en el tono y la forma en que están escritas estas páginas, según mi odisea momentánea. La vida misma, diríamos, que no cesa en su empeño de ofrecer oportunidades de ser creativos y que, en este trabajo, ha tenido un escenario que, en ocasiones, es muy visible.

No sólo ha sido la escritura de este trabajo, mientras escribía había momentos en que me desconectaba totalmente de la creatividad, y ese era el momento de hacer tareas de la casa, remendar situaciones duras o simplemente abrir un archivo en blanco y escribir un poema liberador que me devolvía al teclado y a la inspiración. El resultado de este último recurso ha sido un listado de poemas que denominé *"Razones para ser una cualquiera"*.

También he sufrido paradas obligatorias en el itinerario de este trabajo doctoral, físicamente he pasado por épocas realmente peligrosas en las que era absolutamente imposible no sólo escribir, a veces, incluso levantarme de la cama. No obstante en ningún momento pensé en dejar inconclusas estas historias. En un ejercicio de paciencia -de dimensiones descomunales- he aguardado a que pasaran los síntomas más graves de cada crisis de salud para seguir escribiendo. Esta tesis ha sido un asidero a la vida hasta en los peores momentos, no por su relevancia sino por el amor con el que he vivido su creación desde el primer momento, por lo que me ha llevado a emprender, por la riqueza que me ha regalado, así que el agradecimiento a este trabajo es inmenso para mí, no ha sido nunca una obligación, ha sido un regalo de artesanación capaz de dotar de esperanza hasta los peores momentos. Por eso hablo de performance: la tesis me ha estado dictando el camino a mí, a la par que yo avanzaba en ella.

Por último, me gustaría añadir, que cada vez que cada capítulo, cada relato, cada historia han ido acompañadas de una canción. A veces la emoción que me han despertado estas personas estaba complementada por la música, es por ello que añado esta playlist que, a gusto del lector, puede acompañar la lectura de los capítulos.

PLAYLIST:

De Olivos y Ceibas: No soy de aquí, ni soy de allá. Chavela Vargas

Body & soul: O que é o que é. Maria Bethania

Lo personal es político: Historia de nadie. Malpais

De olas y orillas: Marinero Wawari. Monsieur Periné

Queda la palabra: Visitantes. Leon Larregui

El asombro: Berlin. Coque Malla

Amartelar el flamenco: Que no daría yo por empezar de nuevo. Rocío Jurado

¿Y si me paro?: Les passants. Zaz

Un gol realmente increíble: Un buen día. Los Planetas

De muros a murales: I say a Little player. Aretha Franklin

Live is a cabaret: B.S.O. Cabaret

3.2. LUCIS

3.2.1. HISTORIA DE UNA EVOLUCIÓN

Lejos de tratar de establecer pautas para usar este trabajo como un manual, propongo que, a través de la experiencia de investigación -interna y externa-, cada cual se investigue a sí mismo -y al mundo- con las pautas sanadoras que ha observado como válidas en su propia trayectoria.

Es una invitación a convertirse en su propia obra de arte, poniendo como ejemplo algunos modelos personales que han tomado conciencia de su proceso de transformación. Ello requiere del uso de los aprendizajes, dones y capacidades individuales, para afrontar las épocas de la vida en la que se haga imprescindible la conexión con el Maestro/Artista Interior, como diría Jaime Villarrubia *"los caminos son infinitos y cada uno debe descubrir el suyo propio"*. (Villarrubia J., Haut M.C., Millera D.M, 2003)

De modo que la propuesta de elegir el Modelo LUCIS,(Villarrubia J., Haut M.C., Millera D.M, 2003), como herramienta de seguimiento de los procesos terapéutico/artísticos, responde a la necesidad de generar una evaluación continua del momento que estamos viviendo respecto a nosotros, así como a nuestra investigación, en los más diversos contextos.

Con ello, trato de sumarme a la idea de que investigar no pretende buscar verdades absolutas inamovibles, porque no tenemos garantías de que nada funcione en términos absolutos y para siempre, todo responde a un constante cambio, (como dice el *Principio de Vibración: Nada está inmóvil, todo se mueve, todo vibra*) (Pallarés F. 2016). Investigar es, por tanto, buscar como funcionan las cuestiones elegidas y que, con ello, cada descubrimiento nos permita abrirnos a nuevas preguntas y evolucionar en la propia investigación.

Como método de seguimiento, LUCIS, está permanentemente abierto a mejoras, de modo que hay que permitir que los cambios se abran paso, para observar como el método va conduciendo hacia la transformación, y es que los cambios que tienen lugar forman parte de la ejecución de los planteamientos de los propios criterios que propone el cuestionario LUCIS.

La mejor forma de ilustrar este proceso de validación es la elaboración de esta tesis. Está hecha aplicando estos conceptos desde la observación continua de los cambios experimentados. Cuando hablo de *"historia de una evolución"* hago referencia a las transformaciones que han tenido lugar en este trabajo desde su puesta en marcha hasta la fecha. Eso, al fin y al cabo, es la investigación artística: un proceso de evolución. Como si se tratase de una evaluación continua, en la que lo importante no es el examen final, sino la observación de como va *"in crescendo"*; en el caso de la vida antes le llamábamos *madurar*. Se hace, por tanto, necesario poner la atención en cual es el lugar de partida de esta tesis, para darle valor a lo que encontramos al final. Si no hay cambio, no hay evolución.

Considero que algunos de los objetivos cumplidos, además de la aplicación del propio LUCIS, responden a como han afectado a los protagonistas de estas historias de artesanación participar en este trabajo y que, a través de la retroalimentación previa, han mostrado sus propios cambios:

1. "Body and Soul". Marcia Silva Pereira se permitió, con la lectura de ese capítulo, recuperar esa etapa de su vida y volver a trabajar en los procesos de aceptación del cuerpo a través de la fotografía, reconectando con algunos proyectos que había dejado sin terminar.
2. "Queda la palabra". Cuando leyeron el capítulo me escribieron: para agradecerme que les ayudara a entender la importancia de lo que hacían y lo que, en cuanto a la motivación para seguir, les suponía.
3. "De olas y orillas". Silvia Rojas obtuvo la motivación para seguir en su proceso a través de la entrevista. El hecho de que, como sociólogas, ambas cuestionáramos la estrategia de investigación académica tradicional, para basarnos en la experiencia de transformación social a través de las artes, supuso una sinergia de comunicación que ella -aseguró- haberle permitido encajar las piezas del puzzle de su vida y de su trabajo. Para ella fue tan importante la entrevista que me invitó a dar una conferencia en la facultad de Sociología de la Universidad Nacional, con ese gesto trató de enfatizar en los planteamientos que defendía sobre la investigación artística, y que habían sido producto de nuestra charla inicial.
4. "De muros a murales". Ana Coronado no necesitó leer el capítulo para sentir que la propia entrevista en sí le había permitido poner orden en su historia, y darle valor a su proceso de reinención. Se emocionó varias veces en la entrevista y me agradeció lo que había supuesto para ella tomar conciencia de su trayectoria.
5. "Lo personal es político". Wendy Hall se sumó al proceso de encontrar legitimación a su trabajo en la propia entrevista y en los distintos contextos en los que coincidimos, En su caso era la reflexión sobre la evolución de los distintos proyectos artísticos que su colectivo había puesto en marcha, pero también el suyo propio como validación a su trabajo, que en muchos casos no tenía ni el apoyo, ni la complicidad necesaria de la UNA.
6. "Un gol realmente increíble". Antonio Hernández Centeno estaba atravesando una crisis creativa que le acarreó ciertos estados de ansiedad. Cuando acabé el capítulo y lo leyó, me mostró su agradecimiento por haber puesto en orden sus neurosis. Tomó drásticas decisiones después: dejó la productora en la que estaba y se fue a estudiar Inglés a Londres para reconectarse consigo mismo y con la vida.
7. "Bailar el mantón". Mamen Laguna Teba se mostró tan anuente a participar que, en la entrevista, la honestidad de sus palabras fue tal que tuve que surfear en ellas, para evitar dejar en completo desnudo su situación. Cuando le envié el texto me llamó emocionada porque decía haber entendido ciertas etapas de su vida que no era capaz de perdonarse. En marzo de 2019 recibió un galardón por parte del Ayuntamiento de Martos, eligió como su tarjeta de presentación el texto inicial del capítulo, dedicado a ella, en esta tesis.
8. "¿Y si te paras". Kiko Pérez de la Puente tuvo también durante la entrevista su momento de orden, revelación y toma de conciencia con respecto a su ires y venires, sus crisis y la búsqueda de cambios permanente. Incluso en la entrevista dejó constancia de que le estaba siendo de ayuda para vislumbrar un próximo trabajo llamado igual que su capítulo en esta tesis.

9. "El asombro". Ana Gómez Perea, como no podía ser de otra manera, mostró un total asombro cuando leyó el capítulo. Literalmente dijo "*ofu, me conoces mejor que yo misma*", pero sobretodo hizo énfasis en el descubrimiento de la importancia que la escritura ha tenido en su vida, y que nunca se había parado a observar.

10. "Live is a Cabaret". Norah Barranco Martos. La aplicación del LUCIS ofrecerá todos los datos sobre este capítulo.

¿Qué implica la anterior enumeración?

Que tiene repercusión en las personas participantes, desde una perspectiva del "*dar sentido*" a sus propios procesos. Algo que, al fin y al cabo, es intrínseco al ser humano como eje fundamental de la evolución. Es por ello que la toma de conciencia que tiene lugar en cada una de las historias, viene a avalar la utilidad social que puede vislumbrarse en este trabajo.

Pero, sobretodo, implica que este trabajo cumple con algunos objetivos, de los considerados necesarios para poder ser denominado investigación:

- El autoconocimiento y el conocimiento de los demás para poder relacionarse desde la empatía a los procesos vitales y artísticos.
- La transferencia de conocimientos y la posibilidad de que pueda servir de ejemplo para investigaciones venideras.
- La verificación de la utilidad de LUCIS como método de evaluación continua y revisión de los procesos de artesanación.
- La validación del término "*Artesanación*" como elemento de autoconocimiento, investigación, creación y sanación, que tienen lugar simultáneamente en la conexión con el Artista/Maestro interior.
- La redefinición del momento de aceptación de nuestra propia sanación a través de la creatividad, así como la apertura a nuestro Artista Interior y el estado de paz que genera la fusión con el mismo, bajo el término *Art-anuencia*.
- La necesidad de la experimentación vital como pieza clave en la integración de los nuevos saberes, conductas, creaciones, etc.
- La utilidad de este proceso en cuanto a mi propio proceso de desarrollo personal y evolución en los distintos contextos que he atravesado durante su creación.
- La utilidad para otras personas en sus propios procesos de búsqueda personal.

Si bien, no están expuestas las hipótesis de validación de esta tesis doctoral al principio de la misma, si que hay un sistema para evaluar la utilidad de los procesos creativos -en las historias narradas- en relación a sus efectos como herramientas de artesanación. Basado en los criterios LUCIS, a los que ya hice mención en la Introducción y que de nuevo reproduzco:

Para cada familia de senderos han ido encajando a la perfección herramientas artísticas sanadoras que cumplen con el criterio evaluativo que propone esta tesis doctoral, basado en el Manual de Kábala Práctica de Jaime Villarrubia, y denominado CRITERIO LUCIS (luces en latín) y que responde a estas cinco premisas:

- L. Liberación: La técnica, la escena, el proceso o el proyecto narrado, deben haber supuesto para la persona que lo ha experimentado una liberación en cuanto a los bloqueos, temores o pesos previos al autodescubrimiento.
- U. Unicidad: Capacidad de aunar las partes fragmentadas interiormente, la coherencia interna que da sentido a la creación o a la terapia.
- C. Consciencia: La posibilidad de identificar patrones nocivos y aumentar el nivel de consciencia del propio ser, y de la mejora general, a través de la creatividad individual aplicada.
- I. Independencia: El hecho de no depender del Maestro, Gurú, Terapeuta...etc para llevar a cabo el proceso creativo y/o vital, es fundamental para afrontar el verdadero camino autosanador en cuanto a la autoaceptación de errores y sombras, con lo que ello conlleva de oportunidad sanadora y de empoderamiento
- S. Simplicidad: Cuanto más simple, más evidente. La sabiduría está más cerca cuanto más sencilla es la asimilación.

Dichos criterios se transformaron en cuestionario, gracias al asesoramiento de la profesora de Matemática Aplicada y Matemática Emocional Margot Martínez Rodríguez, de la Universidad Nacional de Costa Rica.

Este cuestionario no sólo valdría para evaluar la trascendencia que la creatividad supone para catalizar los procesos vitales en cuanto al Arbol de la Vida, sino también en cualquier otra terapia o método de artesanación. Teniendo en cuenta la profunda reflexión que implica, la intimidad que puede llegar a representar, valga como ejemplo la evaluación que hago en el caso del último capítulo, dado que se trata de mi historia, de ese modo no expongo -más de lo necesario- a ninguna de las otras personas involucradas en esta tesis.

El cuestionario sería este, pero algunos términos podrían cambiar en función de la disciplina artística, terapéutica o ambas con la que estemos trabajando:

3.1.2. HERRAMIENTA BASADA EN EL CRITERIO LUCIS

OBJETIVO: VALIDAR PROPUESTAS CREATIVAS DE ARTESANACIÓN

HOMBRE () MUJER () EDAD():
Lugar de realización:
Disciplina artística:
Breve descripción del proceso de artesanación:
Fecha:

CUESTIONARIO LUCIS

Liberación:

1. Antes de la sesión yo tenía miedo a...

--

2. Durante la sesión, yo sentía que soltaba cosas que me pesaban, por ejemplo:

--

3. Después de la sesión yo me sentía...

1. Físicamente:

--

2. Emocionalmente:

Unicidad:

Cuando estaba en la sesión yo...

1. Sentía estar intranquila/tranquila conmigo por:

2. Sentía paz a medida que..

3 .Al terminar la sesión esta me pareció...

4 .Sentía que mi conflicto inicial...

Consciencia

Cuando comencé el taller/creación estaba demasiado pendiente de algunos problemas que se repetían de manera persistente en mi cabeza, por ejemplo...

Cuando terminé el proceso pude observar que, respecto a esas cuestiones, entendía mucho mejor

Independencia

Siento que antes de este proceso lo que sentía y vivía estaba influido, de manera muy determinante, por el criterio de otras personas. SEÑALE EN CUALES AMBITOS:

Económico	SÍ	NO
Emocional	SÍ	NO
Familiar	SÍ	NO
Social	SÍ	NO
Sexual	SÍ	NO
Profesional	SÍ	NO
Autoimagen	SÍ	NO
Espiritual	SÍ	NO
Terapeutico	SÍ	NO
Creativo	SÍ	NO

Después del taller/creación siento que, de los ámbitos antes señalados, han cambiado en como me influyen las demás personas en los siguientes:

	Señale con una X	Explique por qué
Económico		
Emocional		
Familiar		
Social		
Sexual		
Profesional		
Autoimagen		
Espiritual		
Terapeutico		
Creativo		

Simplicidad

Antes de comenzar , pensaba que este taller creación sería fácil (difícil) para mí porque:

Una vez concluido el proceso, me ha parecido que ha sido sencillo (complejo) debido a que:

Margot Martínez Rodríguez

Es costarricense, Graduada de Licenciatura en la Enseñanza de la Matemática en la Universidad Nacional y de la Maestría en Educación Matemática de Florida State University, gracias a una beca Fulbright. Miembro del Comité Organizador del Festival Internacional de Matemática. Cuenta con más de 15 años de experiencia docente en educación superior. Desde 2003 es académica, investigadora y extensionista de la Universidad Nacional de Costa Rica en temas vinculados con Enseñanza de la Matemática, Historia de la Matemática, Divulgación científica, Visión sociocultural de las matemáticas y Gestión de la calidad.



Foto: Margot Martínez. Cortesía de M. Martínez

3.3. BODY AND SOUL. MARCO REFERENCIAL

LA AUTOACEPTACIÓN



Foto: Somos como somos. Marcia Silva Pereira. 2012.

Fue por la luz.
Aquella cálida mañana del enero tropical,
se nos colaba entre las palabras.
Sentados, junto a nosotras,
estaban los desnudos, los vestidos,
la honestidad y las máscaras
en una trama de risas, de ideas,
de vellos de punta sincrónicos.

Ella hablaba de cuerpos,
yo hablaba de almas;
ambas de curvas, recovecos, aristas,
pliegues, colores, cicatrices, heridas,
carencias, abundancias,
matices y diferencias.
Las artistas principales, indiscutibles,
eran las bellezas de dentro.
Ellas y su capacidad de irradiar
al reivindicarse libres
de panniers, miriñaques, corses
o cualquier otra jaula
de varillas visibles o invisibles.

Se mestizaban los argumentos,
se trenzaban, se acurrucaban,
se mecían y se re-creaban.

Aquella mañana se movieron a mi favor
las manecillas del reloj,
mientras tanto el tiempo de la grabadora
se acomodaba en la eternidad.
Un regalo de imágenes
estalló en la sala y en nuestras cabezas,
dotando de sentido el esbozo primero,
los primeros pasos,
haciendo acopio de aquella luz temprana
que abrazaba, esperanzada,
la sabiduría primigenia de la desnudez.

Norah Barranco Martos

3.3.1. LA AUTOACEPTACIÓN

Fue esa luz que desprendía Marcia mientras hablaba de su trabajo fotográfico, la que me hizo entender la relevancia de un proceso tan sencillo, como bello, y contundente.

Habíamos celebrado el nuevo año en el Caribe Sur de Costa Rica, fue allí donde empezó a narrarme detenidamente sus mil anécdotas en los años de fotografiar a personas desnudas. Desde el primer momento la naturalidad de Marcia, esa alegría desparramada, apuntaba al sentido sanador de la experiencia vivida. Algunas de las personas con las que compartimos aquel viaje también habían posado para su cámara y sonreían asintiendo. Aunque hablaba de fototerapia, huía del término *terapeuta* *"no soy terapeuta, sólo creo un espacio determinado de tiempo destinado a verse a una misma, la cámara y yo sólo somos herramientas"*.

Ese fue un auténtico momento de Art-anuencia para mí. Resultó tan clara la exploración que proponía el proyecto **"Somos como somos"** (Silva, 2008) , que se convirtió en la clave y el germen de este trabajo.

Cuando Marcia Silvia Pereira me narró los distintos procesos que había experimentado, en torno a la fotografía, con personas de todo el país, de todas las edades y condición social, le pedí una entrevista para tener constancia de la riqueza y diversidad de las situaciones y contextos, que le habían posibilitado su trabajo. La clave de su mensaje residía en la visibilización y la descripción de la diversidad humana, así como en la aceptación de las diferencias que proponía a través de la aceptación de la autoimagen. Ésta es de una riqueza de significados tal, que arrojó luz sobre el itinerario unificado que ofrecen las artes y la sanación, respondiendo a nivel físico al sentido más profundo que el Árbol de la Vida personal propone en otras esferas de la existencia..

"Mírate al espejo para verte por dentro", así, en plena desnudez. Marcia proponía una mirada interna capaz de romper con el esquema del posado, *"posar es inventar un yo que no corresponde, no invita al autorreconocimiento, no hay porque sonreír si no se está sintiendo, eso no es natural"*. Mientras Marcia narraba, yo me preguntaba si toda esa propuesta sería capaz de reconciliarme con mi propio cuerpo que, después de la amputación de la pierna izquierda, me había supuesto tanto problemas de movilidad y autoimagen. Ella se ofreció a que tuviéramos una sesión y yo accedí, aunque con muchas resistencias.



Foto: Marcia Silva y Norah Barranco. Foto de la autora.



Foto: S/T. Foto de la autora (2016)

"¿Ya está chinga?" preguntó desde la puerta. Y no, no lo estaba, aún estaba reticente. En mi caso, fueron mucho más de diez los minutos de no sentirme nada cómoda, hasta que empezamos un juego de luces, risas, palabras y ...empecé a soltarme, a sentirme en los espacios y a buscar la complicidad de mi cuerpo con ellos. Fue mientras me sentaba de espaldas en una silla, cuando caímos en la cuenta de que esa posición sólo yo podía adquirirla, porque el espacio vacío de la pierna izquierda permitía una aproximación mucho más íntima. Nos reímos de las posibilidades que ofrecía esa ausencia, de las peculiaridades que implicaba, de la exclusividad de mis movimientos, del erotismo creativo que simbolizaba aquel juego.



Foto: S/T. Foto de la autora (2016)

Después fue una hamaca la que, mientras Marcia buscaba la luz apropiada, me dio pie al juego de abrir y cerrar la tela, de pasar de crisálida a mariposa, captó mi juego espontáneo y en una de las aperturas de la tela con los brazos extendidos grité de alegría, como un renacimiento, una explosión expuesta en su máxima desnudez. Ciertamente la experiencia fue muy liberadora, la ruptura del miedo a mi cuerpo se estaba consumando. Eso no quiere decir que vaya desnuda por la calle, no, para mí fue un perder el miedo a verme, aunque no con ello he logrado que en ocasiones mi autoimagen me siga impactando, pero el recuerdo de aquel día de aquella sensación, me permiten redimensionar los temores. Se creó un anclaje emocional totalmente nuevo para mí, recurrir mentalmente a él me ha permitido sobrellevar ciertos bloqueos con mucho más humor, y en lo que tiene que ver con el erotismo, también con mucho más amor.

Nada mejor que experimentar para poder empatizar de verdad con los procesos. A mí -que he experimentado ambos (fotografía y Cábala)-, se me ocurre a partir de esa experiencia, que nada hay más representativo que el propio cuerpo y -sobretudo- la aceptación del mismo, para simbolizar la oportunidad que cada diferencia vital ofrece al trayecto que cada ser humano representa.

Me gustaría añadir, como curiosidad, que en Costa Rica prácticamente no existe el top-less en las playas, apenas hay playas nudistas y los hoteles nudistas que hay están destinados al 'swingers', o intercambio de parejas. Es por ello que el valor añadido de este trabajo tiene mucho de una transgresión sutil, que, dada la belleza de las imágenes, no ha supuesto controversia al respecto.

Para la Cábala el Acto Creativo por excelencia es la propia vida¹. Por ende, enmarca la faceta más tangible de los seres humanos: el propio cuerpo desnudo (en el sentido de sin máscara). Este principio ofrece la posibilidad de ampliar la visión de la belleza a cada ser humano, rompiendo con ello los límites y constricciones sociales y mercantilistas, que lo han llevado a una perversa cosificación estandarizada. *"Ya no me siento un pez fuera del agua"*, decía una de las personas fotografiadas, y es que *"aceptar la diferencia es una de las cosas más difíciles que existen, porque en la sociedad de consumo todo está homogeneizado, y aceptar la diferencia es aceptar un camino"*, decía Marcia.

Durante los distintos encuentros con la autora, y con algunas de las personas que participaron en su proyecto, *ser repetía la misma frase "no se trata de posar, sino de buscar la esencia, porque todas las esencias son bellas"*. Para ello, marcaba como momento clave de la sesión el de **la mirada profunda**, *"hay un momento de la sesión en que les pido que se miren a un espejo, pero que se miren a los ojos, que se vean, que se sientan. Es a partir de ese momento en el que comienzan a relajarse, a disfrutar, a perder el miedo, cambian las fotografías y cambian ellos"*.

En este trabajo encontramos un concepto fundamental que refleja la asunción colectiva de las falsas creencias sobre la belleza física y que, paralelamente, se puede proyectar en la insatisfacción personal, dado que ambos están determinados por un sistema simplista destinado al consumo, y cuyo precio a pagar pone en jaque a la propia autoestima y la realización personal.

La estructura de este capítulo responde a la estructura del propio libro, he usado los epígrafes del mismo, no sólo como homenaje a mi momento de Art-anuencia en el encuentro de la temática de este trabajo, también porque responden al camino/proceso sanador del que tratan las historias posteriores.

¹ Tal y como expresaba Senai Rubio en el curso de Introducción y Análisis del Arbol de la Vida de la Kábala y, que es uno de los fundamentos de esta Sabiduría, "todas las almas son perfectas, pero eligen vivir la imperfección en este mundo para poder reconocerse en la experiencia humana".



Foto: Marcia Silva Pereira. Somos como Somos. (2012)

3.3.2. LA PUBLICACIÓN

En la introducción al libro de fotografía que culminó la primera parte del proyecto de Marcia Silva Pereira, la autora narra el sentido de este trabajo que, en consonancia con las analogías que trato de mostrar, explica el sentido del mismo:

Somos como somos son fotos digitales, no manipuladas, de mujeres y hombres que no son modelos profesionales y han posado voluntariamente, sin remuneración monetaria, motivados por la idea de un proyecto fotográfico alternativo a lo prevaleciente en el mercado.

El ensayo busca recuperar la belleza integral, donde la forma y el contenido del ser humano se complementan. Desmitifica, en primer lugar, el cuerpo desnudo como mercancía erótica y, al mismo tiempo, los patrones de belleza que la sociedad mercantil impone, el llamado cuerpo perfecto. Dichos patrones, ser rubio, flaco, joven, con curvas, músculos y pechos estandarizados, crean expectativas en la mayoría de las personas, distorsionan la imagen que poseen por naturaleza y les hacen creer que no son bellas por no adaptarse a sus exigencias. El objetivo principal del trabajo no es buscar la excelencia estética basada en la forma, que caracteriza la mayoría de los desnudos fotográficos, sino permitir una aproximación al ser humano como unidad de forma y "contenido", contribuir para este fin con lo que llamo "fototerapia". Deseo que, a través de las fotos, las personas puedan verse e identificarse ellas mismas a partir de lo que son y de cómo son, sin importar si cumplen o no con el masificado estereotipo de belleza que nos ha sido impuesto a través de diferentes mecanismos de dominación a lo largo de la historia.

*Es preciso preguntarse, por ejemplo, cuál es la belleza latinoamericana, porque una gran parte de los patrones que seguimos son en buena proporción ajenos y, por lo general, no nos representan. No se tienen en cuenta la belleza indígena ni la mestiza, de nuestra América y, por el contrario, predominan modelos que, podemos insistir, no son los nuestros. La belleza, en *Somos como somos* procura reflejar el estado de ánimo de las personas, captar a través de la fotografía cómo se sienten con su vida y su cuerpo. Por fin, el ensayo busca enseñar que podemos pasar de la belleza estándar y masificada, basada en la forma, a la belleza personificada y personalizada cimentada en las características propias de cada ser humano. La idea no es resaltar la fealdad, el exceso de peso, las estrías, sino al ser humano tal cual es en su andar por la vida.*

Los resultados, como podrá apreciarlo el lector en las fotos presentadas, sobrepasaron las expectativas iniciales, porque de alguna manera plantean nuevas interrogantes sobre dicotomía erotismo-pornografía que puede suscitar la fotografía de desnudo. Este enfoque, generado por valores y percepciones subjetivas de cada individuo, desvía la atención del problema de fondo: la oposición que se ha ido configurando en la historia reciente, entre puritanismo y pornografía. El primero, mutila el cuerpo humano eliminando los genitales, que asocia con el pecado; la segunda, los absolutiza y, por ende, se centra en lo sexual, y excluye con ello las relaciones afectivas.

(...) ¿Puede la belleza integral, que le devuelve la naturaleza plena al ser humano, constituirse en un camino para superar la pornografía, el cuerpo desnudo asociado al pecado y a las diversas manifestaciones de violencia en contra del cuerpo femenino? Todo parece indicar, por la labor realizada hasta el momento, que sí. El hecho de que varias instituciones relacionadas con el estudio de género se hayan interesado en el trabajo y promovido exposiciones y foros alrededor del tema, podría indicar que vamos por el camino correcto.

(Silva, 2012: 18-19)

La analogía de este trabajo fotográfico con el Arbol de la Vida personal, en cuanto a la aceptación personal del propio camino, es de tal índole que servirá de marco referencial para guionizar las escenas, que dotarán de contenido el estudio de casos y ejemplos acontecidos, para argumentar como la aparición del/a artista interior han facilitado la sanación de cada uno de los senderos del Arbol de la Vida.

Del cuerpo, como soporte de la vida, a la visión personal del Arbol de la Vida, en la que el centro de todo (la esfera de Tipheret) representa la esencia que aceptar; es el propio corazón bombeando sangre al resto del cuerpo, el pilar del equilibrio sobre el que sustentar la existencia. El descubrimiento de la esencia, como contaba Marcia, como el elemento sanador fundamental.

Desde la aparente experiencia etnográfica de Marcia, hay un salto cualitativo cuando recoge la retroalimentación de las personas participantes. Esa trascendencia radica en la posibilidad de ir ahondando en la profunda esencia del ser humano que, a través del cuerpo, establece la relación con el mundo y con la redimensión de la vida. Y es de ese trabajo personal del que emana la liberación de la que hablan sus protagonistas.



3.3.3. EVAS Y ADANES. EL PECADO, EL CASTIGO Y LA PORNOGRAFÍA

*“¿Pero si Dios creó al hombre y a la mujer,
por qué vamos a sentir vergüenza de su propia creación?
Es un insulto a Dios.”
(Silva, 2012:25)*

Desde las distintas religiones se ha tratado a lo largo de la historia de cargar al cuerpo humano de estigmas y connotaciones negativas. La culpa asociada a la desnudez, como precursora del pecado, ha sido una constante que ha limitado el autoconcepto y la relación con el propio cuerpo.

Cuando Marcia me narraba la experiencia con las mujeres indígenas fotografiadas decía *“el pecado está en el modelo de belleza mercantilizado que nos tratan de imponer”*. La mercantilización de este, como objeto de deseo asociado a determinados cánones de belleza, no ha sido lejana a la propia cosificación del ser humano como ente productivo. De ahí la aparición de la pornografía, como fractura con el castigo al cuerpo pero convirtiéndose en otro tipo de castigo: el de modelo a seguir que sesga la propia iniciativa y creatividad del ser humano, en relación a algo tan íntimo y sagrado como la propia sexualidad.

Es en ese eje donde transita la imprescindible analogía con el Árbol de la Vida de la Cábala. El Árbol individual es personal y único, intentar que todos los seres humanos seamos iguales es una estratagema del sistema productivo, para anular las diferencias individuales tratándolas como disfunciones, de ahí su empeño por cargar de culpa a lo llamado diferente, aunque realmente diferente es todo.

La pornografía vital es la exhibición de modelos de conducta, actitudinales y relacionales que tratan de marcar las pautas generalizadas de consumo, intentando limitar la creatividad individual en pos de una infructuosa *“pérdida de tiempo”*, fomentando la sustitución de la propia realización individual, por acciones que sí que deben implicar un tiempo de relevancia en la cuantificación de beneficios económicos, que no personales.

La Cábala parte de los millones de experiencias individuales, porque esa infinita diversidad, es la que permite reflejar el descomunal engranaje de posibilidades vitales, por tanto, no hay dos cuerpos iguales, porque no hay dos vidas iguales.

El pecado, como tal, del que habla el título, es una sanción creada para estigmatizar la experiencia corporal y hacerla víctima de pruebas imposibles. El cuerpo..., y todo el ser.

Desmitificar el cuerpo es empezar a verlo con mayor libertad y dejar atrás los condicionamientos que lo asocian con el pecado, el pudor, el castigo y la pornografía. La desnudez se valora según quien la vea.

(Silva, 2012: 39)

Exactamente igual que en el proceso de crecimiento personal, que nos ocupa en este trabajo, sólo que podríamos sustituir la palabra cuerpo por la de "vida" y quedaría así:

Desmitificar la vida es empezar a verla con mayor libertad y dejar atrás los condicionamientos que la asocian con el pecado, el pudor, el castigo y la pornografía. La vida se valora según quien la vea.

Absolutamente revelador en términos cabalísticos, dado que la clave de la evolución para ésta, es la humildad de admitir que no se sabe como transitar la vida, porque no hay dos vidas iguales.

En ese aspecto es de suma relevancia liberarse de falsas creencias limitantes (pudor, castigo y pecado) para enfocar las capacidades de cada ser humano, así como sus dones y sus posibilidades, exclusivas y únicas. Encontramos que en la aceptación del cuerpo que nos propone ese texto, está implícita la divinidad de cada ser humano en su dimensión terrenal, la aceptación, casi como bendición de los aspectos físicos. Dotando a estos de una estructura actitudinal que les permite empoderarse para afrontar los demás ámbitos de su vida. Con lo cual encontramos que la simbiosis entre lo físico, lo emocional, lo mental y lo espiritual, responden al mismo patrón de sanación: humildad, aceptación, liberación y realización, tal y como se recoge en las enseñanzas cabalísticas (Pallarés, 2019).

Si analizáramos detenidamente los tres obstáculos limitantes a que hace mención el texto (pudor, castigo y pecado), y su efecto a nivel inconsciente en los seres humanos (no es el caso, no se trata de un tratado de teología), podríamos observar como los patrones de conducta para afrontar el desarrollo vital, están constantemente condicionados por estas palabras, ya sea en un sentido de fobia o contrafobia. Estos son los elementos más castrantes en el proceso de crecimiento de cada persona. Da igual de que cultura hablemos, todas tienen implícitos en sus procesos de enculturación esos conceptos, aplicados a unos u otros dogmas que pueden diferir en el forma, pero no en el fondo, y que son usados como fórmula de control social.

Si, además, dotamos a la palabra pornografía de un significado relacionado con la exhibición, cosificación y capitalización del cuerpo; la extrapolación no puede ser más evidente con el sistema productivo y relacional imperante, basado en la cosificación del ser humano en base a parámetros de rentabilidad. Pero ¿qué sucedería si al liberarnos de esa pornografía social tuviésemos la oportunidad de redefinir nuestro itinerario vital? ¿qué pasaría si nos diésemos la oportunidad de usar la creatividad en función de nuestros exclusivos potenciales?

Cuando hablo de "*pornografía social*", intento definir la exhibición de vidas en las que las nuevas tecnologías han convertido las experiencias personales y que, lejos de transformar el ámbito íntimo en una posibilidad de articular modelos propios de la mejor versión personal, reproducen los esquemas de una supuesta transgresión vacía de contenido. Las redes sociales están llenas de fotos de posados "presuntamente" sensuales, de comidas recién pedidas en restaurantes, o de paisajes en los que lo importante no es el disfrute, sino la propia foto, con el objetivo de mostrar esos falsos estilos de vida.

Tan especiales pretendemos parecer que justo lo que hacemos es estandarizar -en forma de retroalimentación del narcisismo- una constante exhibición social en la búsqueda de aprobación, aunque -precisamente, por lo repetitiva de la acción- se consiguen los efectos contrarios, lo dicho: *tan diferente que todo es igual*.

Pero volviendo a las preguntas anteriores ¿Qué pasaría si ajustáramos, de manera libre y natural, nuestros cuerpos a nuestro deseo y rediseñáramos la sexualidad en función de quienes somos y no de la imagen de cómo debe ser el sexo? ¿y si eso mismo lo hiciésemos conociéndonos lo suficiente como para ajustar la creatividad a nosotros y no nosotros a la "creatividad"? En la primera pregunta se me ocurre una respuesta tendríamos más y mejor sexo, y en la segunda tendríamos más y mejor vida.

Imaginemos, por tanto, que el proceso de aceptación del cuerpo que nos propone "*Somos como somos*" (Silva 2012), pudiésemos trabajarlo a otros niveles, que se difundiese esa aceptación con el mismo énfasis con el que se nos difunden las noticias de guerras o catástrofes, que los mecanismos destinados a impregnar el miedo fuesen sustituidos por la aceptación y el descubrimiento de la belleza propia (externa e interna).

Las artes y la creatividad han sido uno de los elementos que más se han brindado a hacer esa aportación, no sólo por el producto artístico, sino sobretudo por el descubrimiento del artista interior como maestro y guía. Es en ese sentido, que la herramienta sanadora que suponen las Artes, cuando están desligadas del establishment (Shinner 2001) y la mercantilización salvaje, ha implicado la transformación individual y social, prácticamente, en todas las épocas y culturas.

Y ahora vamos a usar la misma frase pero vamos a sustituir la palabra cuerpo por la palabra creatividad.

Desmitificar la creatividad es empezar a verla con mayor libertad y dejar atrás los condicionamientos que la asocian con el pecado, el pudor, el castigo y la pornografía. La creatividad se valora según quien la vea.

En este caso los cuatro obstáculos exigirían de matices, bastaría con sinónimos: pecado lo sustituiremos por miedo al error, pudor lo dejaremos tal cual, castigo lo sustituiremos por crítica y, siguiendo con esta analogía, sustituiremos pornografía por superficialidad y mercantilización.

Lo que nos queda sirve perfectamente para definir los obstáculos cotidianos que nos encontramos para desarrollar la propia creatividad, en el área que sea, suponiendo un lastre educacional, que limita el desarrollo de los potenciales por propio desconocimiento de los mismos, debido a la falta de su ejercitación. Es en este punto, en el que nos hayamos, donde este trabajo fotográfico se ofrece como transmutador de las creencias limitantes, como veremos en el siguiente epígrafe.



Foto: Marcia Silva Pereira. Somos como Somos. (2012)

3.3.4. ROMPIENDO ESQUEMAS

Hay que replantearse el concepto de belleza en nuestros tiempos. El bombardeo de imágenes de “cuerpos perfectos” a que se nos somete a diario, ha generado una masa de personas insatisfechas y con expectativas que no corresponden a la realidad. Los medios de comunicación hacen énfasis en formas, lo que a su vez lleva implícita una serie de valores referentes a la edad y a la etnia. Las personas se sienten excluidas. De aquí arranca este ensayo fotográfico: devolver a la belleza su integralidad. La belleza va más allá de estereotipos y patrones impuestos.

(Silva, 2012: 48)

Este párrafo de introducción al segundo capítulo de “Somos como somos” es tan elocuente y extrapolable como el anterior, si mantenemos la técnica del cambio de sustantivos. Una vez más, la diferencia como potencial engarza a la perfección con el empoderamiento que supone a nivel emocional, mental y espiritual, la distancia con los dogmas y, así como el acercamiento a la verdad íntima que propone el autoconocimiento y el autorespeto, tal y como el autoconocimiento a través del Arbol de la Vida propone.

Hay que replantearse el concepto de la propia vida en nuestros tiempos. El bombardeo de imágenes de “vidas perfectas” al que se nos somete a diario, ha generado una masa de personas insatisfechas y con expectativas que no corresponden a la realidad. Los medios de comunicación hacen énfasis en formas, lo que a su vez lleva implícita una serie de valores referentes a la edad y a la etnia. Las personas se sienten excluidas. De aquí arranca este ensayo: devolver a la propia vida su integralidad. La vida va más allá de estereotipos y patrones impuestos

No quería dejar pasar que, si bien las dificultades de autoconocimiento y autoaceptación son en apariencia iguales de decisivas para ambos géneros, realmente no son tan iguales. Para los hombres el handicap está más vinculado a la hiperdemostración de sus valores masculinos y para las mujeres en superar la cosificación de su cuerpo y la historia de violencias sociales, sexuales, emocionales y educacionales que la han relegado a una posición mucho más vulnerable, aunque cada día, está más cerca de ser superada gracias a la toma de conciencia del derecho a elegir su lugar en el mundo.



Foto: Marcia Silva Pereira. Somos como Somos. (2012)

La mujer pasó a ser carnada de la economía, de la moda. No se acepta la vida como es. Envejecemos y cada etapa de la vida tiene su propia belleza, su propia forma de ser, hay que respetar la evolución.

(Silva, 2012: 91)



Foto: Marcia Silva Pereira. Somos como Somos. (2012)

DISCUTE CON TUS LIMITACIONES Y EFECTIVAMENTE SERÁN TUYAS

3.3.5. EL PROCESO

El cuerpo desnudo está desprovisto de símbolos sociales...

Los "10 minutos críticos" es el tiempo que las personas necesitan para encontrar aquello que consideran su defecto (pechos grandes, chiquitos, cicatrices, celulitis, delgadez...) y aceptar que ya están ahí desnudas frente a la cámara y que ya no hay marcha atrás.

Posar desnuda o desnudo es enfrentarse a los propios demonios, superarlos y adueñarse del cuerpo; permitiendo que afloren las fortalezas. En este sentido, no se trata de destacar las "fealdades", por el contrario, de destacar los atributos de la vida interna expresados en los gestos y el comportamiento.

(Silva, 2012: 108)

Cuando la desnudez de la que hablamos tiene que ver con desprendernos de las máscaras que hemos ido construyendo, en nuestro distintos caminos de supervivencia vital, no bastan esos "10 minutos críticos", es inestimable el tiempo que cada ser humano requiere para reconectar con su propia esencia, y depende de infinidad de factores y variables imposibles de cuantificar.

También este párrafo nos desentraña las posibilidades de la aceptación individual (la reconciliación de opuestos, la integración de la sombra), como única camino a la sanación personal. La receta vendría a ser algo así:

1. Estar anuente a participar en el proceso sanador
2. Admitir que se tienen máscaras.
3. Quitarlas y superar el pudor.
4. Reconocer los aspectos sombríos o que no nos gustan. Desde nuestra piel a nuestras neurosis.
5. Aceptar que forman parte de nuestro ser.
6. Encontrar los atributos internos que son lo realmente valioso.
7. Integrarlo todo para unificar el ser humano que somos.

Y entonces la frase quedaría así:



Foto: Marcia Silva Pereira. Somos como Somos. (2012)

Mostrarse sin máscara es enfrentarse a los propios demonios, superarlos y adueñarse de la propia vida; permitiendo que afloren las fortalezas. En este sentido, no se trata de destacar las "fealdades", por el contrario, de destacar los atributos de la vida interna expresados en los gestos y el comportamiento.

Tomar conciencia de mí no me hizo más bella, ni más delgada, ni más rica, pero me hizo darme cuenta de que los complejos nos cohiben, nos atrapan y no dejan que la belleza que llevamos por dentro se rebalse.

3.3.6. LIBERACIÓN

Somos como somos no busca la excelencia estética basada, fundamentalmente, en la forma que caracteriza la mayoría de los desnudos fotográficos. Se trata de que, a través de las fotos, las personas puedan verse e identificarse con ellas mismas a partir de lo que son y de cómo son. En este sentido busca abrir un espacio para reflexionar y dar paso al reencuentro con el cuerpo libre de estereotipos y a su aceptación.

(Silva, 2012: 125)

Antes de continuar con este capítulo, vamos a redefinir algunas cuestiones relativas a la Cábala, que nos permitan integrar la analogía propuesta con este trabajo fotográfico.

Para empezar, la Cábala es, desde tiempos ancestrales, una herramienta de autoconocimiento y desarrollo personal. Tal y como sucede en el nacimiento de todas las tradiciones espirituales, dado que es intrínseca al ser humano la búsqueda de respuestas sobre el sentido de la existencia, de respuestas que orienten y hagan más amable la existencia trenzando desde la esperanza el nivel personal y espiritual. Ello implica -a veces- la posibilidad de que se empiecen a producir cambios internos y que estos se proyecten en la realidad exterior.

Sin embargo, no debe considerarse la Cábala como un recetario mágico para resolver problemas: *“todo aquello que se resuelva será consecuencia del proceso de cambio interno que la práctica de cualquier disciplina de crecimiento personal produce. El milagro vendrá de aceptar el reto de querer ser quien se es, ponerse en marcha en la dirección adecuada, y pagar el precio por conseguirlo”* (Villarrubia, J., Haut M.C., Millera D.C.:2003).

En este mismo capítulo del trabajo fotográfico encontramos otra valiosa descripción que nos ayuda a complementar la visión sanadora del cambio interno que nos apuntaba la Cábala:

Siempre he dicho que la desnudez en Somos como Somos no es un fin en sí mismo. Ha sido un camino, una vía, para la liberación del cuerpo desnudo desprovisto de símbolos y ataduras sociales. Es aquí donde nos enfrentamos a la disyuntiva de seguir en el ciclo de imposiciones e ilusiones en la búsqueda del cuerpo perfecto o liberarnos de las amarras y reencontrarnos con nuestro niño, niña interior, con aquellos impulsos primarios, que con el tiempo, han sido controlados por la sociedad.

(Silva, 2012: 125)

Por tanto, la toma de conciencia personal y la aceptación de quien se es, suponen la clave sanadora, o simplemente conciliadora, como único mecanismo para comenzar el proceso de búsqueda de sentido y bienestar. Y dado que *“la enfermedad física o psicológica es, casi siempre, consecuencia de las tensiones creadas por la necesidad de ser lo que somos, lo que creemos ser, y lo que se espera de nosotros, para intentar complacer a todo el mundo, a nosotros mismo y a los demás”* (Rubio, 2012), nos encontramos que, ante esa exigencia autoimpuesta por la influencia de lo social, acabamos tergiversando nuestras verdaderas necesidades y potenciales, creándonos conflictos internos que nos relegan a un segundo plano de nuestra propia evolución.

Es en ese sentido en el que el hablo de sanación, como elemento de autoaceptación, reconocimiento de los potenciales, y dones propios en nuestro plan de vida. La liberación de la que habla este capítulo de *Somos como somos*, tiene que ver con la experiencia sentida de no tener nada que demostrar, de ser quien se es, de aceptar el propio cuerpo como sagrado, de eliminar las trabas y creencias limitantes en torno a lo que debe, o no, ser un cuerpo bello, para permitir que cada cual sea capaz de encontrar su belleza genuina en la espontaneidad de mostrarse desde dentro.

Cuando el Maestro Villarrubia, establece los criterios LUCIS de evaluación de una terapia, otorga el primer lugar al de Libertad *“¿Nos hace sentir más o menos libres? (...) ¿Más libres? Entonces nos estamos acercando a la verdad, o nos alejamos de ella, en caso contrario (...) Así pues, si la información nos acerca a la verdad, es posible que sintamos que nuestro corazón se expande, su espacio se hace más amplio, y se mueve, palpita con más intensidad; también es posible que nos sintamos acuciados a ponernos en marcha, como movidos por un látigo que nos saca de nuestra inercia”* (Villarrubia, Haut., Millera, 2003).

Siguiendo con el juego, que implica reinterpretar los textos del trabajo fotográfico cambiando sólo algunas palabras, encontraríamos esta descripción:

No se busca la excelencia vital basada, fundamentalmente, en la forma que caracteriza a la mayoría de los modelos sociales imperantes. Se trata de que, a través de verse a sí mismas, las personas puedan identificarse con ellas mismas a partir de lo que son y de cómo son. En este sentido busca abrir un espacio para reflexionar y dar paso al reencuentro con el cuerpo y el alma libres de estereotipos y a su aceptación.

Finalmente reproduzco uno de los últimos textos del trabajo de Marcia, en el que entrecomilla el término *fitoterapia*, y que si lo sustituimos por artesanación, obtendríamos una precisa descripción de lo que el citado término trata de mostrar a lo largo de este trabajo doctoral. No obstante la lectura del libro y, concretamente, el texto que nos ocupa, son el elemento despertador que motivó la búsqueda que, gracias a la investigación artística, construyó el andamiaje precursor de esta tesis doctoral.

La "fototerapia" se da en la medida en que permite ver la belleza más allá de patrones y estereotipos que priorizan la forma sobre el contenido, y recuperar la confianza y la seguridad. En este proceso hay una cierta terapia que se inicia con el shock de posar desnuda y se consolida al enseñar las fotos en medios que comparten valores y estimulan la aceptación. Cuando recibe aceptación, la persona crece, cuando hay rechazo, retrocede. Pero lo más importante es que ya se dio el primer paso y se inició el proceso de auto reconocimiento. Se trata, precisamente, de esto, de que la persona descubra y reconozca en sí misma, bellezas reales ocultas y rechazadas en detrimento de su propia autoestima, y no de una autoaceptación pasiva. De esto trata *Somos como somos*, de recuperar estas "otras bellezas" invisibilizadas.

(Silva, 2012: 156)



Foto: Marcia Silva Pereira. *Somos como Somos*. (2012)

3.3.7. MUJERES EN ROSA

Uno de los colectivos participantes en el programa y, posterior publicación, “Somos como somos”, fue el de mujeres “sobrevivientes” de cáncer de mama *Mujeres en Rosa*. Aunque la sede de su trabajo está ubicada en la Municipalidad de Heredia, su influencia abarca a todo el país.

Cuando les propuse hacer una entrevista grupal con ellas la respuesta fue “estamos totalmente anuentes a participar”. De ahí partió el término “**Art-anuencia**”, dado que la actitud que mostraron estas mujeres no sólo fue de aceptación, fue de descubrimiento, de motivación, de apertura, de auténtica entrega al proceso, no sólo a la entrevista, sino a todo lo que ha supuesto en sus vidas sobrevivir al cáncer y entregarse a los procesos posteriores, incluida la participación en las sesiones fotográficas, las exposiciones, la visibilización y la puesta en marcha de programas de concienciación.

Cuando nos encontramos aquella mañana de enero, ellas bullían de ganas de participar. Colocamos una cámara y una grabadora de audio, sin que eso les supusiera la más mínima inhibición.

Siete mujeres supervivientes de cáncer de mama, de diversas procedencias, características, fisonomías y trayectorias. Desde una actriz a una mujer indígena, participaban con la misma naturalidad; las unían muchas cosas: el impacto de haber vivido el cáncer, la condición de mujeres, la experiencia de aceptación, pero también haber experimentado, a través del taller y la cámara de Marcia, la vivencia de mostrarse en su desnudez marcada por las cicatrices, para posteriormente participar en las distintas exposiciones que recorrieron todo el país, durante la campaña institucional de prevención del cáncer de mama.



Foto: Participantes de la entrevista grupal. Fotografía de la autora

Cuando las invite a presentarse, una a una fueron narrando su experiencia con el cáncer. No porque ese fuera el objeto de esta investigación, sino porque inevitablemente ya formaba parte de su propia identidad, y no sabían definirse sin ese proceso, que había modificado sus percepciones sobre la propia vida. Les rebosaban las ganas de contarlo y así fue como empezamos, permitiéndonos -a todas- esa desnudez emocional, en un contexto sosegado y cómplice, que fue creciendo en matices, a lo largo de las casi dos horas que duró el encuentro. Lo que empezó siendo un grupo focal, acabó siendo una animada charla entre amigas, entre mujeres supervivientes, por esa razón la estructura de la entrevista que llevaba preparada se vio modificada, casi desde el minuto uno, creando un espacio de encuentro que iba más allá de la fotografía, hablábamos del sentido de la vida, de nuestras vidas.

Una de las mujeres rompió el hielo con una narración sobre el sentido de la imagen con respecto al cáncer *"Cuando se me reprodujo el cáncer y me dijeron que no me podían reconstruir la mama porque la piel andaba mal, me enoje tanto que no quería hablar con nadie (...) tuve fiebre, vómitos, diarrea esa misma noche, era del impacto de la noticia, y claro me dijeron en el hospital que con 42° de fiebre no me podían intervenir. Cuando regresé a la cama dije 'ah, no, yo no me he despedido de mi pecho y él está aferrado a mí', entonces comencé a hablar con mi pecho y le dije que yo lo amaba, porque él había sido una parte principal de mi cuerpo, que gracias a él había podido amamantar a mis hijos y había sido muy feliz, pero que tenía que dejarlo ir, porque él estaba enfermo y yo estaba sana. Le pedí perdón porque no lo podía defender más y que necesitaba que él se fuera para seguir. Me quedé dormida y en unas horas bajó la fiebre". (Mujer 1)*

Todas las emociones desatadas cuando se recibe un diagnóstico de esta índole: miedo, ansiedad, frustración, vulnerabilidad, tristeza,... son descritas por ellas con una capacidad de detalle que -de momento- no voy a reproducir, pese a la fuerza del hecho en sí.

Hablar de personas cercanas (a veces una misma) con cáncer es cada vez más habitual. Pero en sus casos se suman factores particulares que agravan la situación: el hecho de ser mujeres y como eso implica que el rol de cuidadoras cambia de manos, al volverse dependientes de otros; el no reconocimiento de su enfermedad como discapacidad y tener que seguir trabajando pese a la debilidad, sufrir despidos laborales y situaciones de indefensión para conciliar su situación.

"Porque enfrentarme a la vida con este diagnóstico es duro, hasta nos despiden de nuestros trabajos, no tenemos derecho a ser pensionadas, somos discapacitadas que tenemos que seguir adelante, Cáncer es cuidado, es cambio alimenticio, es ir acompañadas a los sitios..." (Mujer 2);

Que su autoimagen se tambalee por el impacto que la falta de un pecho -o los dos- con lo que implica en el concepto de feminidad, heredado de los condicionantes sociales y culturales, respecto a la figura de la mujer y la maternidad, así como su deseabilidad:

"Una de las cosas que más le cuesta a una es que hay que cambiar el vestuario: los tirantes, los brasieres²,... el cambio fue doloroso, porque quizá ya no las puedas usar más, ni las blusas, ni los vestidos porque no es sólo la mutilación del pecho, también es la mutilación del brazo, entonces tenés un hueco gigante en la axila" (Mujer 6)

2 brasier : Prenda interior femenina de tejido suave, fino y elástico, que cubre y sostiene el pecho; generalmente está formada por dos cazoletas o trozos de tejido unidos por delante con una costura, por detrás con un cierre y sujetos a los hombros por medio de tirantes. Sinónimos: ajustador, corpiño, sostén, soutien, sujetador

En este último texto ellas se decían empoderadas como supervivientes, narraban sus temores a la imagen pública, a no encontrar ropa que les estuviese bien, a desprenderse de los sujetadores, o a volver a tener relaciones sexuales:

"la moda no está hecha para gente con problemas, sino para cuerpos perfectos, para la boda de mi hija no encontraba que ponerme, el problema es que la gente nos mira" (Mujer 2)

"Yo no me atrevía a desnudarme, pero el taller sí, eso sí. Me sirvió para el cuerpo y el alma. Yo siempre he sido protestante de las campañas que enseñaban sin saber de nuestro sufrimiento, somos más que un pecho. Pero ¿qué pasó al año, a los dos años,...? esto es una lucha día a día, cuando mostramos nuestras heridas me dolía, hasta en las exposiciones porque hay gente a la que les horrorizan las heridas..." (Mujer 4)

Aún así la interpretación del sentido de las cicatrices les permite redimensionar la visibilidad y transformar esa dificultad en una posibilidad identitaria diferente:

"No tengo problema con mis cicatrices, yo las muestro como señales de una guerra que voy ganando" (Mujer 2)

Tras ese periodo de sufrimiento, llega el momento de reiniciar sus vidas y cuando hablan de Marcia cambian el discurso y la actitud:

"Marcia es una bendición, primero nos dio los talleres y luego nos dio la idea de que podíamos desnudar nuestro cuerpo, aunque como dice una compañera 'cual es el problema, nuestra cicatriz es un trozo de espalda que tienes al frente'". (Mujer 5)

Aunque no todas mostraron tal disposición. *"Yo no me podía desnudar, antes del diagnóstico tampoco".* (Mujer 3)

Fue la idea de transmitir a otras mujeres la necesidad de la prevención y la detección precoz la que las hizo aceptar las sesiones de fotos

"En los talleres nos llevó a la conciencia de lo que podía significar para otras mujeres, porque no era sólo desnudar el cuerpo, era desnudar el alma para tener el valor de tomarnos unas fotos semidesnudas, no una foto normal que, la verdad, yo no me habría hecho hace diez años... yo le habría dicho 'ni que fueran los pechos de Thalia' (risas). Pero al desnudarnos nos enseñó a vernos a nosotras mismas. Mi esposo y mi familia se pusieron terriblemente, me decían que me tapara la cara para que nadie le dijera que me habían visto, pero cuando las vio me dijo que eran fotos hermosas porque era desnudez da ternura".(Mujer 1)

Pese al empoderamiento del que presumen, en su discurso subyace las imposiciones sociales sobre su propio cuerpo, aunque desde la conciencia de la procedencia de dichas imposiciones.

"Marcia logra que nosotras veamos que hay diferentes tipos de belleza. Ella empieza mostrando modelos de belleza de periódicos y revistas que tienen mucho de erótico, pero de ahí vamos viendo como la belleza está no en lo que les guste a los demás, sino por lo que somos nosotras ¿te gusto como estoy o no...? Pues dale (risas)" (Mujer 7)

La narración de la primera sesión de fotos, expresa sus dudas y temores, pero también es una suerte de sororidad entre ellas, se miran, se recuerdan, se añaden anécdotas en un refuerzo grupal sobre ese momento de liberación compartido:

"Era verano, estábamos en el prado, yo quería que se viera la cicatriz, no hubo nada de maquillaje, ella no nos decía como ponernos, no más era como yo me sentía, en esa primera sesión fue así: como nos sintiéramos más cómodas (...), algunas no mostraron sus heridas. Una de las cosas que cambió después de la exposición es que ahora si preguntan les cuento, y si no también (risas) porque ahora somos entes multiplicadores de un mensaje de prevención y también de esperanza" (Mujer1)

"Algunas mujeres decían al principio 'yo no' y al final todas chingas y algunas desnudas al completo" (Mujer 3)

"A pesar de todo, o gracias a ello, hemos conocido personas tan especiales que jamás en mi vida podía imaginar..." (Mujer 6)

"Yo aquel día hubo un momento en que sólo me cubría una seda y me sentí libre, como que iba a salir volando (...) Tenía mucho susto a las fotos pero fue tan bonito (...) Yo antes de conocer a Marcia tenía un proyecto en la cabeza, porque veía mucha ignorancia relacionada con el cáncer, incluso dije si me tienen que poner en una valla publicitaria, aunque sea en las pistas de Costa Rica. Las fotos se puede ver como: Tuvo un cáncer y sobrevivió y se ve tan bonita, o eso dicen, también como llamada de atención para las mujeres, porque tengo en mis manos la herramienta para no pasar por ese proceso y la atención temprana es muy importante. El taller fue cumplir ese sueño. Ella lo tomó no como esa parte tan agresiva como yo lo quería ver, porque aquí en CR nunca se ha pensado en hacer campañas de este tema, se han hecho de accidentes automovilísticos (...) Así que cuando ella me tomó las fotos yo pensaba en que si eso podía servir a alguna persona para tomar conciencia e ir antes al sistema de salud pues enhorabuena" (Mujer 2)

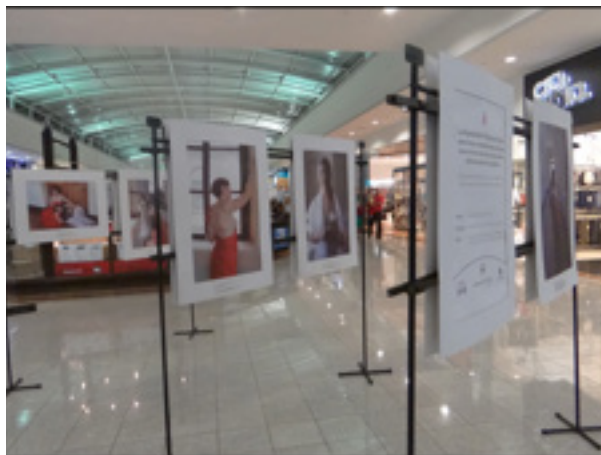


Foto: Marcia Silva Pereira (2014) Exposición "Mujeres en Rosa".



En sus propios procesos internos y externos se estaba transformando la aceptación en empoderamiento, así, ante ciertas dificultades inesperadas en relación a la exposición se les brindó la oportunidad de pasar a la acción directa, a la reivindicación de sus cuerpos, de sus procesos vitales e incluso de ellas como colectivo.

"A una compañera la echaron de la Iglesia por estar en las fotos de la Exposición, pero ella siguió adelante, después de lo que había pasado, no iba a dejarse amedrentar por nadie" (Mujer 5)

"Una doctora nos prohibió que mostráramos las fotos" (mujer 4)

"Esos médicos no querían mostrar las mutilaciones tan horribles que hicieron a las compañeras, hay cicatrices de cicatrices, tengo una compañera a la que le quedó como ruedo de pantalón, nos cosían de cualquier manera y, claro, no querían que se viera lo mal que habían hecho su trabajo, nos trataban como a una teta enferma, no como a mujeres y luego querían que no lo mostráramos, pero lo hicimos, lo mostramos, a lo mejor así se esfuerzan más en hacerlo bien..." (Mujer 2)

A modo de conclusión, añado este fragmento que define el proceso interno vivido, y la toma de conciencia del sentido de la reivindicación personal del derecho a la diferencia:

"Me sentí más fuerte, nosotras las ticas, no somos como esas mujeres ideales, además cambió nuestro cuerpo y nuestras expectativas de vida y en eso se va dando una cuenta de que se siente libre, porque no soy esa: soy yo, soy mujer. Tomamos conciencia de dar un mensaje de protesta ante eso de ser 'sólo una cara bonita', que lo que hemos pasado ha sido muy duro, algunas murieron, seamos realistas..." (Mujer 5)

3.3.8. REFLEXIONES

La aceptación, la anuencia/artanuencia, para adentrarse en este proceso artístico como forma de transformación personal, no venía de la conciencia de sus propias carencias respecto a la aceptación de su cuerpo, sino de la motivación que suponía un "bien mayor", era el hecho de contribuir a la visibilización y a la prevención. La motivación podía ser esa, pero el efecto inmediato fue la aceptación propia.



Foto: Marcia Silva Pereira (2014) Exposición "Mujeres en Rosa".

En ese paralelismo con el sentido y esencia de la vida, que hemos mencionado anteriormente, encontramos, a su vez, que la búsqueda del bien común atrae paralelamente el bien propio, "cuanto más das, más recibes", y eso nos sirve en bandeja la traducción espiritual del relato que acabamos de leer.

Las narraciones son muy explícitas en ese sentido y enlazan a la perfección con los elementos que hacen del proyecto "*Somos como somos*" (2012) un marco para encajar el artesanación, vinculado a los principios cabalísticos:

- La crisis que implica la deconstrucción de un sistema de vida, de unos patrones de conducta, de unas creencias y valores. En esta caso el impacto ante un diagnóstico de cáncer.

- Atravesar el dolor como parte de la nueva identidad que se está fraguando. Los tratamientos, el dolor físico y el impacto emocional, la vulnerabilidad social, laboral y de autoimagen, asociada esta última a los parámetros sobre el concepto de mujer y lo que a ello contribuyen los pechos.

- La conciencia de la diversidad humana, la aceptación de las diferencias propias desde el amor a una misma, desde el distanciamiento a la normativa social y los cánones de belleza establecidos. El contacto con otras mujeres, de lo más diversas pero con procesos similares, y con un proyecto común en torno a la búsqueda de la belleza propia con la desnudez como aliada.

- El desarrollo de redes solidarias, la empatía y el autoconocimiento a través del reconocimiento de las carencias propias y de la identificación entre iguales. La relación de sororidad desarrollada por el grupo participante y la contribución de este proceso a sus creencias, a su entorno y a su rol como mujeres.

- Mostrar los cambios al mundo, para elevar este proceso al nivel de "bien común", contribuyendo con ello a:

- El empoderamiento personal y a la toma de conciencia del resto de personas sobre las capacidades humanas para la supervivencia.

- La toma de conciencia de lo efímero de la vida y la necesidad de priorizar lo realmente importante.

- Reivindicar el derecho a la belleza diferenciada de cada ser humano.

- Redescubrir la valentía y la rebeldía ante las imposiciones de uniformidad que ejerce el sistema.

- Mostrar las cicatrices como parte de la vida, alentando a la honestidad de no esconder, bajo un halo de falsa perfección limitante, las heridas que pueda poseer cada cual.

- La denuncia social sobre las malas praxis que han sufrido en sus "mutilaciones", haciendo visible la falta de empatía del sistema y denunciándolo a través de las imágenes de sus propios cuerpos.

- La concienciación sobre la prevención y detección precoz del cáncer de mama.

Es por tanto esta experiencia de artesanación, el claro exponente que aglutina todos los elementos que aúnan y trenzan los principios sanadores que el Arbol de la Vida, en sí mismo, y que el proyecto "*Somos como somos*" (Silva 2012) ofrece como nexo para enmarcar este trabajo; dotándolo de un referente tangible para identificar los componentes, fases, y retos que cada Arbol personal, o que cada ser humano en sus procesos evolutivos, posee permitiéndole su propia evolución humana, como creación colectiva basada en la aportación que, a lo largo de la historia, ha recaído en la responsabilidad individual, por muy diversas que estas existencias hayan sido.

4. ANTOLOGÍA DE HISTORIAS Y EXPERIENCIAS DE VIDA EN TORNO AL ARTESANACIÓN

4.1. LO PERSONAL ES POLÍTICO

DESPERTAR LA ATENCIÓN



"Hasta mi tuc tuc parece una transgresión en este mundo consumista pero, de verdad, que no es mi intención llamar la atención, tan sólo despertarla."

WENDY HALL

*Es el silencio que vive agazapado tras la comodidad,
la inconsciencia, la ignorancia y el olvido.
Ése, ése es, justamente, el mejor aliado de la crueldad del opresor.*

*De ahí que cualquier evolución -y r-evolución- necesiten,
antes de empezar,
casi como en el sexo,
desnudar la vida sin complejos,
aceptar que era una mentira enorme todo eso que
dejó impreso la manipulación y la violencia,
en la piel del alma de los oprimidos.*

*A veces, en ese juego de olvidos,
se despiertan "metiches" que usan su arte para escudriñar,
observar y desenmascarar a los sembradores de terror y humillación.*

*Metiches aliados que reivindican el derecho
a dejar plantados a los miedos en la próxima cita.
Pero para saber en que cintura han metido a cada cual,
- para poder deshacerse del corsé con vistas a futuro-,
se hacen imprescindibles las palabras, las historias de los silenciados
en la valentía de quienes le prestan la voz.
Aunque sucede, a veces, que las palabras se quedan cortas
para transitar la piel del oprimido.*

*Es ese el momento en el que el teatro se ofrece a reinventar la empatía
prestando su escena, su música, su territorio, su vestuario y hasta su cuerpo
con el fin de que cada historia sea sentida,
transmutándose en vida y emoción,
imprescindible conciencia antecesora de cualquier cambio.*

*Sucede entonces que la realidad se transforma
cuando se sabe viva la voz y la dignidad.
Se abre el telón del escondite,
está en escena la fuerza interior,
la misma que desde fuera ha sido invitada a verse en acción,
retando a los temores que, al ser mirados cara a cara,
bajan la mirada conscientes de su despreciable razón de ser.*

Norah Barranco

4.1.1. EL ENCUENTRO

Fueron varios los encuentros con Wendy Hall, el primero fue de lo más revelador. Marcia Silva me invitó a conocer a Wendy Hall y a Pamela Jiménez³ en la primera semana de estancia. Una reunión en una pequeñísima sala de la Universidad Nacional dio como resultado infinitas conexiones y CONEXIONES. Las que englobo en la minúscula, fueron numerosas situaciones que facilitaron el encuentro con otras personas que transitan las páginas de este trabajo. Las que se refieren a las mayúsculas, hablan de la dimensión del Proyecto, así como del impacto a nivel nacional, que implica la intervención social y terapéutica a través de las artes, gracias al Programa de Extensión Universitaria que coordina Pamela Jiménez en la Universidad Nacional de Costa Rica.

En el caso de Wendy Hall fue sobretodo el espíritu transgresor dentro de la institución lo que *"despertó mi atención"*. Lejos de ser una posición cómoda, las apuestas creativas que me narraba iban encaminadas siempre a un despertar de conciencia, que transitaba en la cuerda floja de la denuncia política y social. Muy al margen de la consecución de espectáculos basados en la demanda del espectador, el Teatro Aplicado, al que ella me dirigía con sus palabras, era una construcción comunitaria que ahondaba en numerosos tabúes, que en una sociedad tan *"pura vida"* como la tica, revelaban situaciones encubiertas que zarandeaban a ciertos sectores de la población. Es, por tanto, una situación de *"agente doble"* la que obligaba a Wendy a acomodar su trabajo en la UNA con la denuncia social, quizá por ello, cuando habla de transgresión el valor es doble, porque como se dice coloquialmente *"se la estaba jugando"*.

El segundo encuentro fue una entrevista extensa a la que acudió conduciendo su tranquilo tuc. Comenzó contando como su madre la llamaba *"metiche"*⁴ desde pequeña porque no paraba de investigar, participar en todo lo posible, y estar presente en la vida social. Los fragmentos de esta entrevista irán salpicando el hilo argumental de este capítulo, en el que el protagonismo lo tendrá una de las herramientas puestas en valor por su equipo de trabajo en este país: el Teatro del Oprimido, aquí me gustaría añadir un matiz, dado el marcado carácter feminista (tanto de Wendy como del colectivo), la denominación propia es la de Teatro de las Personas Oprimidas.

El tercer encuentro fue bastante ilustrativo, dado que tuve la oportunidad de asistir al primer montaje del colectivo de Teatro de las Personas Oprimidas en Costa Rica. Se trataba de un Teatro Foro (Boal, 1979) que abordaba el tema de las piñeras, la situación de la agricultura local frente a la invasión despiadada de las multinacionales, y su falta de escrúpulos con las personas y el medio ambiente.

³ Pamela Jiménez es la responsable del Programa "Conexiones para la Creatividad". Proyecto integrado e interdisciplinar perteneciente al Decanato del Centro de Investigación, Docencia y Extensión Artística (CIDEA), el cual integra las Escuelas de Arte Escénico, Danza, Música, Arte y Comunicación Visual. Desde el año 2011, se desarrollan talleres y procesos creativos desde las Artes en el ámbito comunitario, educativo y de salud. Actualmente se trabaja en articulación interinstitucional con la Subárea de Patrimonio Cultural de la Caja Costarricense de Seguro Social (CCSS), por medio del proyecto Expresiones Creativas, desde donde se han realizado procesos en el Hospital Psiquiátrico Chacón Paut, Hospital México y Hospital San Vicente de Paul. Cada uno de los talleres y procesos se diseñan, ejecutan, evalúan y sistematizan desde una visión interdisciplinaria y de acompañamiento desde las Artes, donde participan académicos y estudiantes de las Escuelas del CIDEA y otras instancias de la UNA, articulando el trabajo con las y los funcionarios de la CCSS.

⁴ Que se intimiscuye



¿Ni aquí ni allá? Fue la primera propuesta del Colectivo de Teatro de las Personas Oprimidas: CTO Heredia y se presentó el sábado 12 de noviembre de 2016, en el Teatro Atahualpa del Cioppo en la Universidad Nacional, Heredia. Para esta primera temporada y estreno oficial del CTO Heredia, decidieron desarrollar la temática de las piñeras en el país. “El tema surgió a partir de una ‘lluvia de ideas y conversación de mesa redonda donde se exponía la necesidad de hablar sobre Costa Rica’... el caso de las piñeras representa esas familias emprendedoras que buscan maneras de salir adelante... en este caso el tema tiene muchas aristas desde la contaminación, las injustas condiciones laborales, la pérdida de terrenos y de mano de obra local”, afirmó Pablo Hidalgo, participante del colectivo. La propuesta está basada en la técnica de Teatro de las Personas Oprimidas, a partir de la cual el colectivo ha trabajado desde hace más de un año. El CTO Heredia está compuesto por estudiantes y funcionarias de la Escuela de Arte Escénico, personas egresadas y de otras Escuelas de la Universidad Nacional en Costa Rica. Está enfocado en la investigación y el desarrollo de procesos teatrales con la técnica de Teatro de las Personas Oprimidas. Entre sus propuestas se encuentra el Teatro Foro y Teatro Imagen, que son puestas en escena participativas, y buscan reflejar determinadas problemáticas sociales seleccionadas por todas las personas participantes.

(Villalobos, 2016)

La experiencia me conmovió y me removió. Me conmovió por el alto grado de implicación de una auditorio lleno, que participó durante más de dos horas en el Teatro Foro⁵ sin dejar de aportar soluciones, como si cada uno de los protagonistas oprimidos fuesen ellos mismos, desde luego el objetivo estaba conseguido: todo el aforo se convirtió en “aliado”.

⁵ El teatro foro se originó en Brasil en los años 70 de manos de Augusto Boal e inspirado en la Pedagogía Crítica de Paulo Freire. En el teatro foro se expone un problema que afecta a una comunidad. Este problema toma forma de guión, y después de obra de teatro de manos de un grupo de actores. Se expone el conflicto dando a los espectadores la oportunidad de transformarse en espect-actores. El público puede parar la escena e intercambiarse por uno de los personajes, para mostrar una manera distinta de actuar, una opción. El teatro foro no da la solución a los problemas, pero sí genera herramientas para expresar distintos puntos de vista, experimentando y dialogando juntos. El teatro foro permite generar un espectáculo no convencional en el que el público ejerce de actor y ciudadano. Un ciudadano crítico y con capacidad transformadora

A la entrada del auditorio, un grupo de jóvenes actores y actrices caracterizados como agricultores, partían piña para después invitarnos a degustar trozos de fruta; mientras tanto nos contaban curiosidades sobre su cultivo, sus propiedades, o su historia.



Fotografía de la autora

Una vez en el escenario, el CTO nos mostró a una pareja de agricultores que tratan de salvar sus tierras de la multinacional que pretende apoderarse de ellas. Para ello se encuentran con las dificultades de una burocracia lenta y corrupta, los prejuicios de los funcionarios por tratarse de gentes del campo, la hipócrita actitud de los políticos que han sido sobornados por la multinacional, hasta que, finalmente, topan con el todopoderoso imperio económico que está muy lejos de sus necesidades y de escuchar sus peticiones⁶. En la acción hay un momento en que se pide al público que interrumpa y cambie algo en los personajes para observar como podría cambiarse la historia en caso de intervenir. De manera espontánea y voluntaria los **espect-actores** comienzan a sustituir a los personajes, para buscar diferentes salidas alternativas a la situación.

Resulta conmovedora la emoción del público, sobretudo la generada por la impotencia del acto mismo de ponerse en la piel de personajes que se encuentran, una y otra vez, con las trabas de un sistema que trata sin escrúpulo alguno a personas, territorios, al sistema productivo basado en el desarrollo sostenible, a consumidores, e incluso a la propia vida.

⁶ Con el tiempo esta problemática se hizo cada vez más visible, llegando en noviembre de 2019 a las portadas de los periódicos, es esta ocasión por tratar de invadir un humedal Patrimonio Natural. Las movilizaciones ciudadanas lograron frenar el proyecto. Este era el titular del manifiesto:

La UCR y organizaciones sociales exigen que se detenga la viabilidad al proyecto piñero que perjudicaría al Humedal Nacional Térraba Sier. Los humedales son los ecosistemas más amenazados en todo el mundo, incluso en Costa Rica. El uso excesivo de agroquímicos; la expansión de cultivos de piña, arroz y banano; las quemadas e incendios forestales; los drenajes y rellenos; la construcción hotelera y el cambio climático son las principales amenazas.

Participé muy activamente en la acción, aunque no salí al escenario, (por problemas de accesibilidad) pero delegué en una amiga (Silvia Elena Guzmán, de Vertedero Satélite) mis propuestas de cambio sobre las escenas, para llevarlas al proceso, ella se encargó de materializarlas sin que, con ello, me desvinculara de la línea argumental y su profundo calado. La misma emoción, la misma impotencia, la misma rabia que sentimos los espect-actores, se despertaba en mí cada vez que veía un noticiero o que pasaba por las plantaciones de una multinacional. Ese sentimiento de exclavitud⁷ solapada en un sistema productivo en el que -claramente- se distinguían opresores, oprimidos y aliados.

Esta última parte era la más dolorosa, puesto que el silencio de los aliados hace posible la situación, tanto esta, como infinidad de ellas que recorren la geografía del planeta y que, sólo al visibilizarse, son susceptibles de ser subsanadas y/o sanadas.

En un sentido más cabalístico diríamos que: a no ser que seamos capaces de reconocer nuestras neurosis, porque se nos muestren por los aconteceres vitales, no podemos ponerles límite. Mientras están ocultas siguen acrecentando nuestro sufrimiento, limitando nuestras capacidades y dones, por tanto, lastrando nuestro crecimiento y evolución.

Pues bien, en un nivel socio-político también experimentamos neurosis colectivas que han sido muy bien aprovechadas, a lo largo de la historia, por los poderes políticos, económicos y religiosos. Este tridente demoledor (no es gratuita la metáfora) ha sabido conjugarse y establecer paradigmas, creencias y estilos de vida basados en el miedo como estrategia de manipulación, obteniendo magníficos resultados (para ellos, digo).

Es por ello que utilizar la expresión "*quitar velos*", tal y como se usa en Cábalá, en el sentido de deshacer falsas creencias sobre las limitaciones de los seres humanos, encuentra en el Teatro Aplicado, en general, y más concretamente en el Teatro de la Personas Oprimidas, un cauce de comunicación que va más allá de la denuncia, sumando a la visibilización, el despertar y la empatía como fórmula de delatar al opresor, empoderar (en muchas ocasiones desde la rabia) al oprimido y poner en evidencia las carencias y silencios cómplices de los aliados, como necesarios actores sociales en esta pugna eterna (e iniciática) entre la luz y la oscuridad.

⁷ A modo de triste anécdota me gustaría compartir lo que sucedió unas semanas más tarde: el huracán Otto tocó tierra en Costa Rica, dadas las inundaciones e innumerables peligros el gobierno dictaminó el estado de excepción en el que se pedía a la población que no acudiera a trabajar, ni saliera de sus casas. La inmensa mayoría cumplió esa orden, a excepción de los trabajadores de las multinacionales de la fruta que, bajo amenazas, iban a trabajar con -literalmente- el agua al cuello

Hay grandes momentos clave en las conversaciones con Wendy, como reflejo de su trabajo, quizá la más definitoria es que *"lo personal es político"*, dado que obviar o dar la espalda a la política es permitir y consentir que las opresiones sigan sucediendo. Es poner en valor al ser humano que cotidianamente está expuesto a reglamentaciones, manipulaciones, servicios sanitarios, educativos, presiones, injerencias, creencias, impuestos,... que determinan por completo su forma de vida, llegando en ocasiones a vulnerar sus derechos humanos esenciales. Es recordar sus derechos como ser humano. Lo dicho, nos guste o no, eso implica la acción política.



De eso trata este movimiento teatral del que nos habla la protagonista: de evidenciar como nos afecta el no ser conscientes de lo que nos rodea, y de como *"la desesperanza"* es no sólo una forma de sufrimiento, también el reducto aislado que estanca a las comunidades, las sociedades y, por tanto, a las personas.

Es redundante hablar de las posibilidades que las artes han ofrecido a la evolución humana en el sentido de denunciar, visibilizar y transformar las sociedades. Podríamos listar infinidad de ejemplos evidentes acompañando el texto, pero sólo nos circunscribiremos a éste, porque resume el proceso en un contexto muy concreto.

Obviamente no es el Teatro aplicado, ni el Teatro de las Personas Oprimidas como tal, el objeto de este capítulo, dado que no se trata de una herramienta novedosa en cuanto a su formato (en nuestro país hay numerosas acciones en este sentido). Pero, al igual que en el resto de capítulos, es el *awareness*⁸ (Perls, 1942) el causante de su inclusión en este trabajo. No obstante, sí que es novedoso en Costa Rica el formato del Teatro de las Personas Oprimidas, sobretudo por la propia idiosincrasia del país y que, más adelante detalla Wendy Wall.

⁸ Contemplaba tres formas del darse cuenta (*awareness*): El darse cuenta del sí mismo o de la zona interna. Comprende todas aquellas sensaciones, emociones y sentimientos que suceden dentro de nosotros, en nuestro organismo. Nos permite ponernos en contacto con nosotros mismos. El darse cuenta del mundo o de la zona externa. Nos permite ponernos en contacto con los objetos y acontecimientos del mundo que nos rodea, de todo aquello que está fuera y de lo que ocurre más allá de nuestra piel. Tiene relación con el contacto sensorial. El darse cuenta de la fantasía o zona intermedia. Incluye toda la actividad mental que va más allá de lo que sucede en el presente (recuerdos, fantasías, pensamientos). Nos permite ponernos en contacto con nuestras fantasías.

4.1.2. FAMILIA DE SENDEROS DEL ARBOL DE LA VIDA.

SENDEROS 2-11-20: PREPOTENTES/HUMILDES.

LOS GUERREROS DE LA PALABRA. VIENEN A SER PROFETAS, A DESARROLLAR LA AUTOESTIMA Y LA FÉ.

SENDERO 2: Ser uno con...Amor Incondicional, reconocimiento, fe. Transmitir conocimiento. Dominio de la palabra. Voz interior. Meditación. Memoria. Sabiduría escondida, oculta tras la ignorancia. Soledad. El ego se acalla. El inconsciente. Autoestima

SENDERO 11: Lo social, como par polar opuesto a lo individual. La fortaleza. El autodomínio. La sociabilidad⁹. La defensa y el mantenimiento del YO, de la individualidad, frente a las fuerzas irracionales. El instinto de superación. La capacidad de conocer los propios límites y aceptarlos.

SENDERO 20: La expresión oral. La capacidad oratoria. La capacidad técnica, matemática, científica. La aceptación de lo sorprendente, de lo repentino. La capacidad de asombro. La expresión musical (sobre todo rítmica). La cualidad-el proyecto-la preparación. El eco de todo, la caja de resonancia. La paz-la guerra. La sentencia-el juicio final. La escritura-la oralidad. Resurrección o mutación. Aceptación del yo. Unión y reconciliación

Tras asistir al teatro Foro empezó a encajar la propuesta artística con la sanación de la familia de Senderos 2-11-20 del Árbol de la Vida. La noción de esperanza-desesperanza, la sociabilidad, la puesta en escena de la vida social -como escenario de poder- y la necesidad de la comunicación, como elemento que trasciende a la vida, resumen a esta familia de senderos.

Antes de entrar a hacer las correspondencias con los aspectos sanadores de este capítulo en relación al Árbol de la Vida, voy a usar este preámbulo para insistir en una cuestión básica y elemental al hablar de la espiritualidad de la Kábala (Pallares F.: 2016): *la verdadera espiritualidad es una toma de conciencia de lo que acontece en la vida, por tanto no sirve de nada aislarse de ella. Porque para realmente evolucionar es necesario tener "pie en tierra"*.

La evolución de la especie humana depende la capacidad de cada ser humano de desarrollar sus potenciales intrínsecos, y esa labor, la más fértil y creativa de todas, sólo se hace posible en contacto con la comunidad, sólo al experimentar los conflictos, el dolor propio y ajeno, el amor, las alegrías, las tristezas, los retos,...podemos descubrir cual es la verdadera dimensión del ser humano que somos, como el ejercicio de creatividad y co-creación más honesto y poderoso de la existencia.

Por tanto, la espiritualidad de aislamiento, ritual y distanciamiento con lo social, no es más que otra máscara del ego para evitar la verdadera misión en nuestra existencia (tikún¹⁰), obviando que la felicidad no es más que un cebo para que evitemos afrontar la realización y la plenitud (lejos del miedo y la carencia con el que se trata de programarnos para ser fácilmente manipulables).

⁹ Autodomínio y sociabilidad son los dos aspectos, externo e interno respectivamente del carácter transpersonal del sendero, que hace que veamos al otro como un aspecto de nosotros mismos.

¹⁰ Capítulo 6

Esa plenitud es realmente el estado que cada cual puede alcanzar **aquí y ahora**, o sucede ahora o no sucede nunca (como en el caso del burro que persigue la zanahoria), y en parte sucede cuando se descubre que se es capaz de desarrollar la verdadera autoestima a través de la integración del ser, (porque la conciencia de nuestras neurosis es lo único que nos permite poder aceptarlas y que nos dañen lo mínimo posible) afrontando nuestras pruebas/error y siendo capaces de aceptar nuestra diferenciación para desarrollar nuestros aspectos más elevados. Pero, claro está, para conocer nuestros dones y carencias es necesario el escenario social, porque de no ser así, y huir de la interacción con la vida y con las personas, difícilmente vamos a encontrar la versión más parecida posible a nuestra mejor versión (sin menospreciar las versiones que nos han enseñado el camino para llegar hasta hoy).

Y es esa versión en la que nos apasionamos con la tarea de contribuir al mundo en un nivel que nos trasciende individualmente, la versión más cercana posible al amor y tiene que ver con lo que hacemos con nuestra vida, permitiéndonos así conocer nuestra verdadera esencia.

Es por tanto este capítulo un homenaje a quienes despiertan la atención de las personas que deambulan en la creencia de lo fútil de su existencia, y con sus acciones "*despiertan la atención*" para que sientan la posibilidad de convertirse en artífices del desarrollo de su dignidad.

Si bien la política es un juego de máscaras, la labor de quitarlas y mostrar las deficiencias del sistema es también política, pero digamos que la implicación sanadora de esta herramienta es una constante desde el principio de los tiempos, ya no se trata de encasillar las ideas con siglas sino las actitudes con movimientos de energía, que van más allá de lo evidente. Es *Star Wars*, *El Señor de los Anillos* *Harry Potter*, o los infinitos referentes que nos hablan de que **el principio de generación metafísico**¹¹ sólo puede darse cuando hay dualidad. De esa polaridad nace la tensión de fuerzas opuestas, que da lugar a esa lucha en la que aparece la creatividad necesaria para fraguar cambios en el entorno, la historia, los paradigmas, los sistemas, e incluso las personas.

Es por ello que de los conflictos personales y sociales aparecen nuevas actitudes, valores y situaciones. Para que eso llegue a suceder es necesario conocer, haber sido "*metiche*", y tener conciencia del valor, los derechos propios, así como de los mecanismos de usurpación que han sido usados para limitarlos. Es por esa razón que el trabajo llevado a cabo por el equipo de Teatro Aplicado de la UNA protagoniza este capítulo.

Si aunamos los senderos como familia tienen dos nombres.

El primero: **Prepotentes/humildes**. No sólo se refiere a la clara analogía entre opresor/oprimido, también hace referencia a la dualidad interna de cada ser humano que puede optar por uno de los dos polos en su deambular por la vida, generando situaciones que se revelaran en un sentido u otro y en esa polaridad acaban por perderse (o no) los dones y capacidades, dependiendo de para que se usen.

11 Principio de Generación. Epígrafe 2.3.

El segundo: **Guerreros de la palabra.** En este caso se nos presenta el Teatro de las Personas Oprimidas como una herramienta de visibilización, como la voz de los que creen no ser escuchados y, por ende, ni lo intentan.

En ambos casos la posibilidad que ofrece la herramienta teatral para delatar las situaciones nocivas en lo personal y en lo social, la convierte no sólo en una *"caja de resonancia"* (sendero 20), sino también en la posibilidad de reconocimiento para acceder a la sabiduría escondida, oculta tras la ignorancia para salir de la soledad que nos propone el Sendero 2.

Es la puesta de largo en lo social, como posicionamiento frente al otro (sendero 11), lo que confiere a la fortaleza, adquirida de las tomas de conciencia sobre las situaciones de opresión, la magnitud suficiente como para recorrer la transformación de la fuerza inteligente en intención pura, en este caso la Justicia Social: la defensa de los más desprotegidos. Y en ese camino encontramos que el sendero 11 implica la lucha social (incluso si está bloqueado hablamos de antisistema), como camino para la transmutación y resurrección que propone el sendero 20 que es el más cercano, en su significado puro, a la Inteligencia Emocional. Y es que, en sentido cabalístico, la Inteligencia Emocional es la expresión honesta de las emociones, sin máscaras, ni miedos. Es la aceptación de quien se es y la expresión del mismo.

Obviamente parece una contradicción que para hablar de quitar máscaras esté hablando de teatro, pero es que precisamente la autenticidad, en ocasiones, requiere del juego para que se muestre libre de las presiones de lo políticamente correcto (como sucede con la tradición del carnaval).

En el caso que nos ocupa, las conexiones entre las capacidades de los implicados en el proceso y el diseño de su propio modelo de aprendizaje, tienen una constante en el discurso de Wendy: *no jerarquizadas*. Cuando habla de metodología insiste en las posibilidades creativas de las comunidades, los grupos, y los estudiantes implicados, con la máxima de que exista el mínimo de jerarquía. En ese sentido la confianza en los demás, y en el propio proceso, le confiere no solo un aspecto de igualdad en el sentido más político, sino también espiritual como reconocimiento a las capacidades ajenas, como parte de un Todo (Sendero 2).

Hay otro aspecto llamativo en la entrevista, la parte en la que habla de la *"desesperanza"* como posibilidad de transformación cuando se canaliza a través de la ira para lograr objetivos. Tal vez esa transgresión no sea políticamente correcta, pero sí necesaria para salir de las situaciones de estancamiento y, así, poder avanzar en el reconocimiento de los potenciales individuales y comunitarios frente a las situaciones de injusticia y opresión.

Es el sentido espiritual del Sendero 2, el que da inicio a la sanación de esta familia de senderos en el sentido de la Intuición del Absoluto. El Absoluto entendido como Todos Somos Uno, como ese Amor Impersonal que despierta un sentido de la Justicia basado en la capacidad de despertar la fe y la esperanza en la vida, más allá de los condicionantes que obstaculicen el desarrollo. Esa fe que, en este caso, quizá pudiese disfrazarse de utopía, pero que permite embarcarse en procesos de visibilización de las situaciones por amor a lo humano, y su implicación en la mejora de la calidad de vida de las personas y de las comunidades.

Pero es a través del Sendero 11 donde tiene su función más social, la del reconocimiento de las fortalezas y los límites para poder hacer frente a la irracionalidad del sistema, la defensa del yo social frente a la invasión de los poderes externos que invisibilizan las capacidades individuales; para situarse y reconocerse en el mundo como potenciales creadores de sus propios sistemas de vida. Es el sendero de la rebeldía que reivindica el posicionamiento en lo social, desde el reconocimiento al potencial humano. En esa lucha es importante el *"autodominio"* para llevar a cabo las acciones oportunas.

En el caso que nos ocupa ese autodominio está reflejado en la figura de *"agente doble"* que representa Wendy: para poder seguir emprendiendo acciones tiene que articular mecanismos de compensación entre la institución y las comunidades, de manera que no se trata de fortaleza desmedida, que podría dar al traste con los objetivos del proceso, sino que en su ejecución acepta las limitaciones para convertirlas en el potencial que supone la legitimación institucional del teatro aplicado.

Es el sendero 20 la representación de la herramienta que se usa para la consecución de los objetivos de visibilización, mutación y transformación. La expresión oral y la caja de resonancia de lo que sucede en la realidad. Es la capacidad de mostrar, a través de la comunicación activa que permite el teatro aplicado, usando la capacidad de asombro ante lo que despierta dicha herramienta creativa, tanto en su interacción con el público como con la repercusión mediática de sus acciones. Este sendero implica la honestidad en la comunicación. Una honestidad que hace referencia a la verdadera comunicación emocional y que muestra, sin máscaras, lo que siente y late en cada persona. En este caso ese latido está siendo el de las personas más silenciadas y que, a través del teatro, recuperan su voz para evidenciar las situaciones en que están inmersas.

Si trasladamos este proceso a las personas *"espect-actoras"*, encontramos que en el proceso multiplicador, en la caja de resonancia que implica conocer los procesos desde dentro, desde la empatía experimentada en la acción directa del juego de roles, se aúnan las energías de los tres senderos, ofreciendo la posibilidad de generar comunicación externa al hecho creativo en sí mismo. Una vez experimentado el sentimiento del *"oprimido"* es bastante complicado obviar el dolor ajeno convirtiéndose, por tanto, en aliados (en este caso de las personas oprimidas) en la difusión de su situación, cuando no en actores sociales activos en la lucha por la subsanación de las desigualdades sociales.

En cuanto al papel de los medios de comunicación, muy similar al anterior, pero con más peso del Sendero 20, como eco del proceso creativo y de la denuncia que lo protagoniza.

En todo este proceso nos quedan los artífices, las personas implicadas en los proyectos como parte activa *"para los responsables es un empoderamiento por todas las vías, porque todas nosotras vamos descubriendo y empoderándonos junto con las comunidades. En la última muestra con mujeres adultas mayores, nos dejaron en una reflexión sobre su seguridad, su energía, su apropiación de la vida,...y me pregunté ¿quién está aprendiendo? porque la integración fue para mí, más bien gracias (...). Yo cuento que nosotras también somos un grupo que se beneficia del programa"*. (Wendy Hall)

Encontramos, por tanto, que el elemento sanador de este proceso implica una transformación en las personas artífices de la acción creativa. Ya no sólo por los aspectos sanadores que hemos recogido en otros capítulos, relacionados con la capacidad de la creatividad para generar transformaciones internas, sino también por las posibilidades que la interacción social “no-jerarquizada” ofrece para aprender, entender, y proyectar en la consecución de fines comunes. En el sentido del sendero 2 que ofrece la posibilidad de conectar con la sabiduría interior en la conexión con el amor al Todo, representado en este caso en las personas destinatarias de las acciones.

En el trabajo que se desarrolla por este equipo hay otras personas protagonistas: las destinatarias de los talleres de teatro aplicado, que reciben la acción directa de la toma de conciencia de sus posibilidades creativas y expresivas (sendero 11) para conocer sus fortalezas y ponerlas a disposición de sus propios procesos de emancipación, sanación y, sobretodo, autoestima. Este auto-descubrimiento, no tanto como artistas, sino como **personas capacitadas y con derecho a la expresión pública**, convierte las acciones del colectivo en una acción abierta a innovaciones por la variedad de sus propuestas y la capacidad de generar transformaciones personales y sociales en sus procesos.



Escena del Teatro Foro “Ni aquí, ni allá”. Wendy Hall en primer plano.
Fotografía de la autora.

Es por tanto, a nivel de grupo de intervención, de espect-actores, de receptores de los talleres y de medios de comunicación, donde encontramos la proyección de los aspectos sanadores de esta familia de senderos como “*guerreros de la palabra*” y generadores de procesos de transformación personal y social, dotando al teatro aplicado y al teatro de las personas oprimidas de infinitas posibilidades de interacción social en la búsqueda del fortalecimiento de las personas, frente a la irracionalidad del sistema socio-político-productivo imperante.

4.1.3. LA HISTORIA.

Wendy Hall¹² quería ser orientadora o bióloga tropical, pero no pasaba por su cabeza hacer teatro. Cuando llegó a la Escuela de Orientación, que está “a la par” de la de Arte Escénico, vio que se estaban llevando a cabo las pruebas de acceso a dicha Escuela, pero antes era imprescindible asistir a un taller de teatro de una semana de duración “y como soy una metiche, fui a preguntar, sólo porque era una semana de taller gratuito, entré en lista de espera para entrar a la Escuela y, de repente, sentí como un llamado y cuando entré a primero me enamoré del teatro. El teatro me buscó a mí”

Pero la clave fue mezclar su vocación como orientadora con el teatro, ahí descubrió que era la mejor herramienta aliada, para trabajar ciertos temas específicos, que requerían del juego para poder ser visibles y que no se convirtiesen en aburridos o asustasen por sus contenidos, pero sobre todo que “despertaran la atención”. Y es que trabajar la violencia sexual, las agresiones o la desigualdad de género (por ejemplo), no es tarea fácil, si no se es capaz de interiorizar y aceptar que lo que sucede no es susceptible de ser edulcorado.

Pero no es fácil vivir del teatro (ni aquí, ni allí, pero allí menos); de modo que empezó a impartir talleres de teatro. Ahí sintió la necesidad de dar un paso más allá, se matriculó en Pedagogía, donde consiguió su Maestría, generando con los nuevos conocimientos una nueva dimensión -mucho más rica- de la utilidad de ambas: pedagogía y teatro .

Ignoraba que su labor escénica se llamara Teatro Aplicado, hasta que hizo un curso con una especialista en la materia, y ahí sí, ahí ya se sintió segura de que tenía nombre lo que hacía, y ese fue el nombre usado para el proyecto. A ello también se sumó el Teatro de las Personas Oprimidas y el Teatro Espontáneo como invitación para empoderar grupos. Este programa está muy extendido porque trabaja la docencia, la extensión, la vinculación externa e, incluso, la autogestión porque son sus propios patrocinadores (ofreciendo así la posibilidad al alumnado de obtener conocimientos de gestión cultural). Pero la propuesta es enseñar el Teatro como herramienta en general, la pedagogía teatral y el teatro aplicado.

“Si no le hubiésemos puesto el nombre de Teatro Aplicado nadie se habría dado cuenta de la magnitud del área de conocimientos que estábamos desarrollando. Eso lo valida para sobrevivir en el espacio académico”

¹² Licda. Wendy Hall Fernández, coordinadora del Programa de Teatro Aplicado de la UNA. El programa Teatro Aplicado es un programa de producción y de extensión artística universitaria, tiene una visión sociocultural, entendiendo como sociocultural que todo grupo social tiene una cultura propia; las artes escénicas pueden colaborar por medio de este programa a potenciar, analizar, cuestionar y expresar las ideas de un grupo. Pertenecen a la Escuela de Arte Escénico de la Universidad Nacional de Costa Rica. Nace en el año 2012 con la unión de dos Proyectos: Teatro Talleres que nace en el 2003 y Capacitación Teatral, que nace en el 2004. Actualmente es un programa que trabaja sobre dos ejes: el Cambio Social y la Enseñanza del Teatro. El programa imparte talleres de teatro para la población general en la sede central de la UNA, Escuela de Teatro. También imparte talleres de extensión en comunidades rurales y centros educativos, cuenta con un grupo de Teatro del Oprimido que hace funciones de Teatro Foro. El equipo está conformado por profesionales de las artes escénicas y estudiantes avanzados de la Carrera de Arte Escénico de la Universidad Nacional. **Fuente: UNA**

Cuando habla de los primeros proyectos se le quiebra la voz, no debió ser fácil la situación que encontraron, dado que se trataba de la ayuda a las personas que perdieron sus casas, e incluso a familiares, en el terremoto de Cinchona¹³. La primera intervención fue con mujeres, niños y niñas, durante cuatro años trabajaron la intencionalidad de que los proyectos no se convirtieran en PROYECTOS MUSEO¹⁴. La intención era acompañar a la comunidad a que generara su propio proceso y creara un grupo estable allí, aunque nunca cese el acompañamiento en sus procesos. En Cinchona el teatro cumplió su misión uniendo al grupo de mujeres, pero no era el Teatro lo que les interesaba, tenían otras necesidades, así que ese grupo creó una empresa de “jalea de fresa”. No obstante, el objetivo se cumplió: generar profundos vínculos entre ellas, herramientas para salir adelante, y empoderar a la población.

Luego fue en Alajuelita, el proyecto comenzó con niños y niñas, pero las más interesadas eran las madres que acabaron creando un grupo propio denominado “*Las malas madres*” que generó una acción teatral de Teatro Imagen en relación a la violencia contra la mujer.

A ello le siguió la Escuela “*Los Pinos*” (grupo que actualmente es llevado por la psicóloga de dicha escuela), se sumó la Municipalidad de San Ramón, después vino el grupo de mujeres “*Teatro sin telón*”... así hasta 8 grupos gestionados por el programa. Cada proceso facilitador dura cuatro años para garantizar la autonomía del mismo una vez acabado el acompañamiento.

Las muestras de Teatro forman parte de la visibilización y empoderamiento personal de las personas implicadas, pero no son lo más importante del proceso. Lo más importante es la búsqueda de la no-jerarquización para “*defender los roles de cada persona, es ceder el protagonismo para que cada cual adquiera su protagonismo y, todo ello, parte de la apropiación del espacio escénico*” (en analogía con el espacio social nos estaríamos refiriendo al Sendero 11). Pero la reivindicación metodológica en torno al modelo no-jerárquico, fuera del grupo se observa como “no estricto”, ellos reivindican que más bien es lo contrario “*la libertad que se genera en el grupo en cuanto posibilidad metodológica es la oportunidad de los nuevos procesos de aprendizaje, ahí radica la intención teatral*”

Es tal el peso de lo social y político en sus procesos, que no asumen la intención terapéutica entre los objetivos de sus intervenciones. En este punto me gustaría señalar que quizá si el termino fuese sanación -y no terapia- estaría más en consonancia con su idiosincrasia, dado que al prescindir del terapeuta y poner la atención en la transformación individual, se hallaría en absoluta concordancia con su concepto de aprendizaje no-jerárquico a través de la herramienta teatral.

13 El terremoto de Costa Rica de 2009, conocido popularmente como el terremoto de Cinchona, ocurrió el 8 de enero de 2009 tuvo una magnitud de 6,2 y sacudió a todo el Valle Central Costarricense.⁵ Su epicentro estuvo ubicado a 30 kilómetros de la capital San José. Es considerado como el de mayor magnitud en los últimos 157 años. La zona más afectada por el terremoto fue la comunidad de Cinchona de Sarapiquí, al norte de la provincia de Heredia, poblado que desapareció del mapa, por que la mayor parte del terreno de lo que alguna vez se llamó Cinchona, cedió, provocando derrumbes de tierra, haciendo desaparecer las casas y carreteras que estaban en el lugar. Se contabilizaron 42 víctimas mortales.

14 Con ello hace referencia a los proyectos que sirven exclusivamente para ser mostrados, incluso usados por los políticos, pero que no tienen calado, ni repercusión en la comunidad.

Si bien reconocen (sobre todo Brenda, compañera psicóloga del CTO) que pese a no ser un objetivo, es un efecto generado en las personas participantes, pero sobretodo porque lo *"personal es político, no es personal pero se vuelve así al declarar lo político personal. El protagonismo se vuelve una seguridad individual en donde yo me encuentro como una persona más segura de mí misma, de mi cuerpo, de mi condición, de mi proceso de vida (...) Incluso la metodología no va en esa dirección, es un trabajo más de descubrimiento. El TO¹⁵ trabaja con opresiones, genera tres personajes específicos: el opresor, el oprimido y las personas aliadas, ya sea del opresor o del oprimido. Cuando se empiezan a generar esos procesos de diálogo creativo entonces salen opresiones de raza, género, edad, procedencia, discapacidad, etc...pero el análisis no es terapéutico sino político, eso implica una búsqueda desde el teatro épico, teatro pánico..."*

Una de las fortalezas del proyecto es la participación del alumnado, gracias a la autonomía con la que están inmersos en los distintos proyectos (incluso para autodenominarse como facilitadores, monitores, acompañantes o como cada cual decida), pero sobretodo por lo que les supone como aprendizaje vital *"a veces es arriesgado hasta para llegar, como el caso de Isla Venado, a una la convierte en otra persona por lo que se aprende a nivel comunitario (...) Es muy diferente dar talleres en una escuela de teatro que en una comunidad, como la de Guararí, con gente que ha vivido horrores a nivel de violencia y drogas"*

Todo ello teniendo en cuenta que el Proyecto está enmarcado en el Programa de Extensión Universitaria de la UNA, concretamente en CIDEA¹⁶, que como dice Wendy *"es una cenicienta dentro de la Universidad, y nuestro programa una cenicienta de la cenicienta. Y es que, además de arte, se trabaja a nivel social y ese tema es más delicado, a la gente no le gusta colaborar, pero entonces le damos el carácter de importante y necesario, si no urgente."* Es en este punto en el que el papel de **Agente doble** cobra relevancia para poder estar presente y tener legitimidad en su proyección social y mediática, dado que para ello se requiere del apoyo de la Universidad, así como por los recursos, imprescindibles para hacer sostenible el proyecto. Todo ello sin que deje de estar presente la apuesta metodológica, que establece los objetivos comunitarios y políticos en el punto de mira de la acción. *"Es una forma de transgresión política dentro de la Universidad, para mí además es parte de mi definición de mí misma, incluso como feminista (...) Ese rol transgresor se comparte y se contagia, por momentos es imposible no posicionarse en transgredir espacios. Hasta mi tuctuc es una transgresión: porque soy profesora universitaria y debería hacer ostentación consumista, tener un buen carro y, claro, me salgo del rol que se espera de mí (risas), no lo hago para llamar la atención, pero quizá si para despertarla"*

¹⁵ Teatro del Oprimido, en esta caso respetando su nombre propio sería Teatro de las Personas Oprimidas

¹⁶ El Centro de Investigación, Docencia y Extensión Artística (CIDEA) de la Universidad Nacional de Costa Rica es un centro artístico-académico conformado por la Escuela de Arte y Comunicación Visual, la Escuela de Danza, la Escuela de Música, la Escuela de Arte Escénico, el Sistema de Información para las Artes (SIPA) y el Programa Identidad Cultural Arte y Tecnología (ICAT).

Es en ese concepto de transgresión en el que su discurso enmarca la acción personal como una prolongación de la acción teatral con intención política *"una siente que en todos los espacios debe posicionarse a nivel ideológico: esta es la que soy, la que pienso, la que creo ser. No puede quedarse acción sin reacción y eso es político también"*

Es en este punto en el que se hace necesario contextualizar que significa transgresión para Wendy, teniendo en cuenta cual es la situación de Costa Rica y la idiosincrasia del país: *"A nivel político Costa Rica está en crisis desde hace ratillo y no se ha dado cuenta tampoco, o no nos damos cuenta, porque como somos este 'pura vida de país', todo está bien y nadie se mueve (...) hay un alto grado de violencia en lo interno porque no se canaliza hacia las instituciones"*

Uno de los elementos que ponen de relieve la necesidad de desenmascarar la neurosis colectiva para que pueda ser sanada, se enmarca en su concepto de la desesperanza y sus correspondientes causas y efectos *"Estoy investigando sobre la desesperanza, esta va de la mano con la psicología del oprimido de Freire (...) empiezo a trabajar con eso y me encuentro con el 'enojo'. De ahí sale este 'pura vida', somos un país enojado con todo, porque no consigue canalizar la razón de su desesperanza, y hasta que no encuentre la raíz del enojo es difícil encontrar la esperanza de cambio. La transgresión es necesaria, tenemos que decir ¡ya! y emocionar y contagiar. También desde los feminismos, que son necesarios para encontrar que una razón de nuestro 'puravidapais' es un sistema patriarcal muy arraigado. Eso y las instituciones religiosas que fomentan el patriarcado y la resignación"*

En la explicación sobre las características del país, la conversación ahonda en las posibilidades transgresoras del Teatro Aplicado y, sobretudo, del Teatro de las Personas Oprimidas (TO), augurando larga vida a esta herramienta como motor despertador de conciencia, dada la propia negación de la realidad que supone no querer ver los aspectos nocivos del sistema de creencias, así como de la propia estructura socio-política y económica del mismo *"A nivel político todavía podemos hacer cosas porque nos tienen tan domesticados que no saben que hay personas que están haciendo esto, no creen que pueda pasar nada, y nos ningunean. Su jerarca no se fija en el teatro que usted está haciendo, porque seguro que lo anda haciendo mal. Y es que en este 'puravidapais', a nivel sistémico, ya no es necesario que nos vigilen porque no creen que hagamos nada, sino que estamos cumpliendo. Esos son los huecos que hay que aprovechar: puedo hacer las cosas que hago en la Escuela de Arte Escénico porque no saben que lo estoy haciendo, se da tan por sentado que somos ovejas que no ven las ovejas negras. Inclusive en el himno nacional, nuestro ejército es la población infantil, no necesitamos ejército porque nos están educando a ser mansitos ¿para qué ejército? acá nadie se pelea con nadie, así de triste es... desde kínder todos en fila, somos reobedientes. (...) De ahí el enojo interno que acaba volcándose en la agresividad intrafamiliar"*

Es en esa línea de acción de despertar la atención en la que el TO adquiere protagonismo como herramienta destinada a despertar la atención sobre ese "enojo" *"El TO tiene eso que es parte de la multiplicación, yo entrego esto y recibo lo que esas personas me van a dar, sin expectativas, para poder recibirlo con la escucha que se merece (...) y luego escucharse resonar al grupo entero el temblor de lo que acaba de pasar, que es la parte de la sistematización de experiencias. Pero no se puede medir el efecto multiplicador de nuestras acciones, eso es lo rico del proceso: lo rico es el cambio en esa persona, y en mí... al trabajar con esa persona"*.

4.1.4. UNA MUESTRA DE TRABAJO COMUNITARIO A TRAVÉS DEL TEATRO APLICADO

El texto que se muestra a continuación resume, en las palabras de Brenda Barrantes Requeno, el sentido de la acción sanadora multidimensional de este proceso creativo. Dicho texto ha sido rescatado del Blog de la Escuela de Teatro Aplicado de la UNA



Foto: Proceso teatral. Fuente: /teatroaplicadouna.blogspot.com

**Proceso teatral con mujeres Adultas Mayores
Programa de Atención Integral a las Personas
Adultas Mayores
(PAIPAM)**

Facilitadora: Brenda Barrantes Requeno

**Sobre el proceso que es el camino.
El arte teatral y culinario**

Intenciones y nutriciones.

En el 2014 el Programa de Teatro Aplicado (PTA) planteamos la posibilidad de trabajar con poblaciones diversas como una manera de seguir fortaleciendo los procesos teatrales transformadores y nutriéndonos de diferentes perspectivas del mundo. Y se logró concretar, en el 2015, una alianza con el Programa de Atención Integral a las Personas Adultas Mayores de la Escuela de Estudios Generales para realizar un proceso exploratorio, tipo aperitivo, con 27 mujeres durante 2 horas, una vez por semana.

Se intencionó como un proceso teatral basado en el Teatro de las Personas Oprimidas (T.O.), y fue tomando forma de entremés, para convertirse en un espacio de juego, creación colectiva y exploración corporal; como una sesión semanal de placer, cuidado y autocuidado; como una oportunidad de reconstruirnos a través del teatro como y entre mujeres, adultas y mayores, para salir al mundo transformadas después de cada sesión.

Se utilizó y utiliza el juego y la espontaneidad como un trampolín para descubrirnos mujeres riendo como niñas, bailando con otras mujeres y visualizando el mundo con otros ojos. Con nuevos anteojos! Recuperando el placer y el disfrute y colocándolos en el lugar de "la canasta básica" para la nutrición diaria de los cuerpos, los vínculos, las mentes y los corazones.

Después de un tiempo dejó de ser “una clase” y pasó a ser una oportunidad para encontrarnos, y he de recalcar que me nombro e incluyo dentro de este momento de encuentro placentero y colectivo, pues también dejé de ser una facilitadora y pasé a ser una más de ellas, que no sólo acompaña sino que se involucra, se enamora, se divierte y se transforma. Que crece y ve el camino poderoso que le espera: las canas, las arrugas, la sabiduría, los “no tengo nada de perder” y los nuevos permisos. Y no tiene miedo.

Así que el proceso empezó a nutrirse de manera rápida y fuerte, en el cual podíamos merendar semanalmente y probar nuevos ingredientes. Un espacio para aprender y enseñar simultáneamente.

El arte de la complejidad. Como suele suceder en todo proceso alimenticio y teatral, el camino nutritivo está impregnado de muchos colores, sabores, aromas y texturas. Como una merecida cena o como un espectáculo que moviliza. Y estos pueden ser tan complicados y difíciles como lo veamos o tan sencillos y afectivos como queramos. Es cuestión de ver la balanza y fluir con el proceso, ver la hermosura que está detrás de lo complejo y reconocer que complejidad no quiere decir complicación necesariamente.

Para el PTA esta caminata ha sido un proceso que ha lidiado con nuestra inexperiencia previa en el trabajo con personas adultas mayores, como cuando se prueba un plato por primera vez y se tiene la incertidumbre de su sabor y su duración en el tracto digestivo pero aún así se quiere probar. A pesar de que se tenga mucha hambre a veces hay duda y se necesita recurrir a algunos libros en busca de algunas recetas, a sabiendas que para los procesos grupales no las hay.

Sin embargo, al pasar a ser una de ellas la inexperiencia se convirtió en intento y el “error” en oportunidad, el sabor desconocido pasó a ser un sabor exótico y delicioso, compartido con la manada y con la voluntad de seguirse compartiendo y ver qué resultaba del proceso.

Así que ha sido un camino de aprendizaje de nuevas recetas, transmitidas de generación en generación, que han llevado a crear otra forma de cocinar teatro.

Al mismo tiempo, también nos hemos topado con la complejidad de los cuerpos, que son cuerpos sabios, maduros, con algunas limitaciones y algunas abolladuras. No obstante y gracias a la vida, esos cuerpos albergan almas y mentes con una disposición asombrosa, una sabiduría más grande que sus posibilidades, y una confianza en la sazón que regalan lecciones de vida.

Logramos descubrir que toda actividad o ejercicio puede ser modificado, adaptado, transformado y colocado en la mesa para ser saboreado o bien, devorado de la forma más placentera posible, siempre y cuando se haga con amor.

Como muchos de los procesos y caminos de extensión social del PTA, este proceso ha sido igualmente retador en cuanto al hecho de que no se ha contado con las condiciones aptas para comer, es decir, con un comedor “con las de la ley”: con un espacio adecuado para “hacer” teatro. Las sesiones se realizan en un aula que debe ser desocupada todos los martes antes de la sesión, y al finalizar, volver a ser llenada de nuevo. Si las paredes hablaran le dirían a las y los estudiantes que ahí se ha estado gestando un cúmulo de buena comida. Pero el espacio tampoco ha sido un inconveniente. La adaptación a las condiciones es algo que ya traemos las mujeres de nuestras ancestas, y sabemos bien cómo lidiar con eso. En realidad, con todo.

De esta manera, la complejidad del espacio físico nos ha brindado opciones interesantes y valiosas para el trabajo teatral y transformador. Las sillas han sido grandes e importantes compañeras para las sesiones.

El gran banquete que llevó a una cocción al rojo vivo. A pesar de ser mujeres que nunca en su vida habían hecho teatro, saben bien cómo darse gusto comiéndolo. Por ende, nos embarcamos en la tarea de mostrar públicamente algunas de sus experiencias de vida, cercanas o no tanto, para reflejar que toda buena comida tiene su historia.

Así, crearon tres pequeñas escenas cotidianas teatralizadas (aquí no me incluyo pues mi único aporte fue recalcar las entradas, salidas, frases clave y distribución escénica espacial), en las cuales se las ingeniaron para incorporar a todas las mujeres participantes, todas con personajes relevantes para la escena. Muchas de ellas, como aliadas entre sí frente a las situaciones de opresión.

Después de algunos tropiezos pequeños, horas que se escurrían como la arena y el calendario pasando sus hojas sin piedad, conseguimos resumir en brevísimos 4 o 5 minutos cada historia de años, que resultara en escenas tan concretas como directas, tan tajantes como reales. Logramos resumir un proceso de 8 meses en escasos 15 minutos. Y fue tan hermoso y tan potente que también logramos movilizar los corazones de cerca de 300 personas el día en que lo presentamos públicamente, pisando un escenario por primera vez en sus vidas. En definitiva, el 1 de octubre del 2015, Día Mundial de la Persona Adulta Mayor, no será igual de ahora en adelante para ninguna de nosotras. Y creo que tal vez, también para algunas de las personas que estuvieron

La euforia y los aplausos de ese 1 de octubre fueron las piezas de carbón que encendieron el fuego de nuestros corazones al rojo vivo. Fue un impulso impresionante para el crecimiento del proceso teatral y grupal, pero más que nada personal. Porque se dieron cuenta de lo que podían hacer, porque lo hicieron en colectivo, porque lo hicieron desde las entrañas de sus experiencias, porque lo hicieron con la conciencia y el placer, porque lo soñaron y lo vieron realidad. Y gran parte de Costa Rica también fue testiga a través de la prensa escrita y televisada.

La cereza. Pero ese día de un octubre lluvioso no fue el que más removiό mi corazón. La cereza en el pastel la pusieron días después cuando me confesaron, como quien dice un secreto con el placer en los labios, que ya no eran las mismas. Que sentían que caminaban diferente y empoderadas por la vida, que a pesar de sus décadas y canas de oro sentían que podían comerse al mundo y cumplir más sueños. Que sentían que podían, y que podían desde el poder como acto político y como posibilidad. Mi corazón ardió como nunca y como siempre, y se regocijó comprobando que la apuesta feminista no tiene edad y que el teatro es una forma más de hacer, cocinar y sazonar lo político.

Y lo mejor de todo es que el camino no termina! Seguimos encontrándonos, abrazándonos y riendo juntas. Preparándonos para nuevas funciones y quizás nuevos procesos. Manteniendo los carbones encendidos y agradeciendo al fuego que cocina los procesos, y a ellas, que me dan sabrosos platos cada martes en la mañana. Y sin temor a equivocarme, afirmo que este camino ha sido uno de los mejores banquetes que la vida me ha permitido saborear.

4.2. DE OLAS Y ORILLAS

¿Por qué dice usted que es medio socióloga?



Foto: Llegada a Isla Venado. Fuente: UNA

*Mientras ataba en corto los manuales de sociología,
la memoria y las citas de autores,
dejaba libres las infinitas extensiones de terreno
que dan como fruto los sentires.*

*No, no necesitó saber hacer diagnósticos,
le bastó escuchar, escuchar bien:
de piel a piel,
así que durante años buceó
entre las olas del latir de los isleños.*

*Bailaban, reían, esculpían, actuaban,
pintaban a la par, se reinventaban,
resistían, gozaban y sentían
profundamente la conciencia de su comunidad.*

*Cuando amenazó el gigante capital
con la bestia negra de la invasión hotelera,
con la migración obligada,
con la desbandada de sus formas y vivires,
se encontraron a sí mismos diferentes:
habían recuperado la dignidad y no tenían miedo.*

*Los otros ya llegaban tarde,
ya nadie podría cambiarles las olas por asfalto.*

Norah Barranco Martos

4.2.1. EL ENCUENTRO

Conocí a Silvia Rojas de manera absolutamente casual. Nadie me habló de ella hasta que la tuve enfrente. En un contexto, bastante lúdico (ron y cumbias nos unieron), fuimos descubriéndonos en nuestros respectivos trabajos. Ella se definió como “*medio socióloga*” mientras me contaba su experiencia en la aplicación de las artes en el desarrollo y empoderamiento de los habitantes de las islas del Golfo de Nicoya¹⁷. Su pasión crecía en cada frase, en cada detalle. Era por eso que, tras muchos vaivenes, su trayectoria la había llevado a gestionar uno de los programas más ambiciosos de la UNA, el Programa de Desarrollo Integral Comunitario Costero. Pero no es esa la razón por la que me adentro en su historia como parte de esta tesis, fueron más bien las fórmulas que durante más de 11 años había usado para trabajar en las islas, pero sobretudo por la autonarración de su propia aventura interior en la búsqueda de sí misma.

No obstante esa es la clave de su trayectoria en el trabajo que ha desarrollado, en el que la base fundamental son los “*latires*” y “*sentires*” de las comunidades que, a través del trabajo basado en las artes, establecieron nuevas relaciones intra y extracomunitarias, es por esa razón por la que Silvia habla de su propio cambio de paradigma respecto a las ciencias sociales.

Sería ingenuo argumentar que fue exclusivamente la inclusión de las artes en este proceso de empoderamiento de los habitantes de las islas, la que logró la transformación en autogestionable (sobretudo teniendo en cuenta que era un Programa de Extensión Universitaria de la UNA, algo que exige una fundamentación académica que se vuelve, en ocasiones, una tediosa justificación que lejos de incidir en la población, en ocasiones, aleja el cumplimiento de los objetivos por su propia burocracia). No obstante Silvia Rojas no renunció al proceso; así que su Maestría indagaba, desde el diagnóstico puramente académico, en la perspectiva social e histórica que supusieron estos cambios y que llevaron a las islas su reconocimiento como entidades locales diferenciadas.

La Maestría, cuyo título era *ANÁLISIS DE LAS CAPACIDADES DE GESTIÓN DE COMUNIDADES COSTERAS EN LOS PROCESOS DE DESARROLLO AUTOGESTIONARIO. EL CASO DE ISLA VENADO*, daba sobrada cuenta del tejido social, las transformaciones vividas y las aportaciones institucionales a lo largo de los últimos 50 años. No obstante, es el Patrimonio Cultural Inmaterial en el que ella incide a lo largo de toda la entrevista como proceso de auto-reconocimiento, potenciación del bagaje comunitario, como fórmula del desarrollo de la identidad y la dignificación de sus habitantes a través de las artes.

Cuando establecimos los paralelismos, de nuestras respectivas tomas de conciencia sobre la necesidad del cambio de paradigma de las ciencias sociales, se hizo evidente la conveniencia de mantener una reunión formal en la que pudiera entrevistarla para indagar sobre el sentido de su trabajo y su transformación interna. Y así ocurrió.

17 El golfo de Nicoya constituye el entrante más profundo del mar en tierras costarricenses y baña las costas de las provincias de Guanacaste y Puntarenas. Su amplia entrada está limitada por el cabo Blanco y la punta Judas, mientras que hacia el interior se estrecha. En el fondo del golfo desemboca el río Tempisque, mientras que el río Grande de Técoles lo hace en la parte más abierta al océano. Es un golfo con numerosas islas, entre las que destacan las de Chira, Venado, Caballo, San Lucas, Tortuga, Cedros, Bejuco, Pan de Azúcar y Negritos. En sus costas se asientan dos de los principales puertos de Costa Rica, los de Puntarenas y Caldera, puntos de desembarco de las capturas pesqueras y de embarque de sus productos agrarios. También constituye una notable zona turística, gracias a sus playas, balnearios y paraísos naturales de flora y fauna, como el Parque Nacional Barra Honda, Parque Nacional Carara y el Parque Nacional Palo Verde.

La entrevista comenzó con esta pregunta *¿Por qué dice usted que es medio socióloga?* No fue necesario mucho más. Ella había captado hasta tal punto el sentido de mi trabajo que su reflexión duró casi dos horas, en las que como en el trajín de las olas, iban y venían los temas, a veces más pausados, a veces bravos, por momentos duros, o íntimos, políticos, frustrantes, poéticos, reivindicativos, bellos, emocionales, académicos... de cualquier modo impredecibles hasta que no saltaban a la orilla, en la que me encontraba recibiendo aquel aluvión de palabras que arribaban, con cadencia marina y ritmos impredecibles, enlazando su experiencia vital más íntima con los descubrimientos y vivencias de su trayectoria profesional.

Uno de los temas más persistentes era su vinculación con el mar, entendiendo a este, curiosamente, como un anclaje, en un sentido de territorialidad íntima por su capacidad para definir el sentir y la vinculación de los habitantes de las islas y el suyo propio. Digo *curiosamente* porque el relato que presento en este capítulo corresponde a la Familia de Senderos 3-12-21 del Arbol de la Vida, siendo precisamente el sendero 21 el que más cerca está del sentimiento de pertenencia a la tierra, de anclaje, de inclusión en la vida y en el mundo.

El proceso personal que relató Silvia es esclarecedor para entender la necesidad del cambio interno para poder, posteriormente, incidir en su proyección en los cambios sociales. Ambos procesos van a ir de la mano en esta narración en la que, en ocasiones, puede parecer que adolece de estructura, pero se trata justamente de proyectar esa visión de las olas, en las que se sumergió la conversación, como metáfora de su propia experiencia.



Foto: Silvia Rojas en taller de Isla Venado. Fuente: UNA

4.2.2.SENDEROS DEL ARBOL DE LA VIDA

SENDEROS FAMILIA 3-12-21: RACIONALES-LÓGICOS.

VIENEN A TRABAJAR EN LA FAMILIA ORIGINAL. LO RACIONAL ES LÓGICO. BARRIDO CELULAR. CAMBIAR ESQUEMAS. ROMPER MOLDES. APRENDER DEL DOLOR.

SENDERO 3: Viga de la Espiritualidad. Capacidad de síntesis. Inteligencia Abstracta. Unión de polos opuestos. La gran magia blanca del conocimiento bien utilizado. La sensación subjetiva del paso del tiempo. Visión a largo plazo. Mente creadora. Imaginación-inspiración. Percepción de la relación padre-madre.

SENDERO 12: La Inmovilidad, la Quietud. La paralización, la entrega. La capacidad de sacrificio. Lo antiguo. El pasado. La reconciliación con el propio pasado. La capacidad de dar un giro, de modificar las estructuras heredadas. Búsqueda del origen de las cosas. Parar y ver detalles. El Vacío.

SENDERO 21: La conexión a la tierra. La escucha profunda, yendo más allá de las apariencias. La aceptación del dolor y la capacidad para trascenderlo. La capacidad de aprender de los demás y de las propias experiencias, mediante la introspección. El comienzo del proceso de regeneración espiritual. La capacidad de aprender del dolor y a través del dolor. Saber meterse en la piel del otro. La receptividad para lo que no tiene forma, ni verbal, ni no verbal. Ser uno mismo. La realización en lo material. Nuevas metas.

En el caso que nos ocupa podemos interpretar, teniendo en cuenta el Árbol de la Vida, dos vertientes que confluyen en una como resultado final: la trayectoria vital de la protagonista y la extrapolación de su camino en la trayectoria de los habitantes de las islas, en su proceso de empoderamiento y autoconocimiento a través de las artes.

Partiendo de la historia de vida de Silvia encontramos como la visión de futuro, y la inspiración, brotan como necesidad de dar salida a la propia inspiración creadora que rompe los moldes de las imposiciones familiares y educativas, dando paso a una síntesis de conocimientos (Sendero 3) aplicables en su propia vida para diseñar, pese a los costes sociales y económicos, una aproximación a nuevos paradigmas que transitan desde las ciencias sociales a las artes, pero también desde lo preestablecido a la ruptura, siendo esta el elemento integrador de la propia experiencia vital con el uso de la creatividad como redefinición profesional. Mientras huye del academicismo ofrece una alternativa basada en la experiencia de la escucha activa de las comunidades (sendero 21) de sus procesos de dolor, de sus necesidades, carencias y potenciales.

Esta escucha, que va más allá de lo verbal y lo no verbal, tiene su marco de referencia en la percepción del mar como territorialidad, como espacio de anclaje en el mundo, como meta, horizonte y fuente de riqueza. El mar como proveedor, pero sobre todo el mar como territorio, (sendero 21) con marcado carácter de cultura inmaterial y definitoria de la comunidad. Ese mismo mar que atrapaba a nuestra protagonista desde pequeña, el mismo que la hizo reenfocar su carrera en varias ocasiones para acercarse a él, como proyecto y como elemento emocional.

En el caso del trabajo en Isla Venado aun están más claras las identificaciones con esta familia de senderos y, concretamente, con el sendero 12, dado que usa el reconocimiento del pasado, de las raíces, de la tradición como elemento de autodeterminación. Investigaron sobre el pasado con afán transformador, generando una secuencia de factores que lo convierten en potenciador de la visibilidad y el conocimiento propio, dotándolo de la vida propia necesaria para restablecer la dignidad de los diferentes, de los olvidados, de los invisibles.

Aunar los tres senderos es aun más tangible cuando observamos el propio proceso creativo tanto en sí misma, como en la intervención comunitaria; porque a partir de lo aprendido en la experiencia como elemento racional, al margen de lo políticamente correcto y de la propia sociología, usa la síntesis de experiencias para eliminar barreras y romper moldes. El ingrediente fundamental de esta simbiosis es la propia empatía con el colectivo, de la escucha profunda de sus necesidades, de sus dificultades, de su carencia de autoestima como comunidad, que encausa a través de la redimensión de sus elementos culturales y territoriales como elementos de inspiración para crear. No sólo se trata del objeto creado, más bien eso es lo de menos, sino de la capacidad generada en el trabajo en equipo para definirse como comunidad y, con ello, arraigarse al elemento tierra que, paradójicamente, implica su relación con el mar.

Usa las fortalezas unitarias que permiten fusionar objetivos a través de la revisión del pasado. Un pasado que, con todos sus matices y toda su dimensión, les permite salir del estancamiento y aprender de él para poder generar esperanza en el futuro, nuevas expectativas, nuevas formas de relación internas y externas, sin dejar de escuchar las olas como patrimonio propio de los ritmos y latires de la isla. No se trata tan sólo de una metáfora de este proceso, es la esencia misma de cualquier proceso de crecimiento y para ello es necesario captar la esencia misma de la persona, o del colectivo, algo realmente complicado sino se hace desde una perspectiva más humana que académica.

Los elementos de sanación, por tanto están implícitos en el propio proceso de evaluación, pero sobretudo en el resultado final: ante la amenaza de tener que abandonar la isla, sus habitantes eran capaces de sentirla como suya, como propia, sin vergüenza de mostrar su tradición cultural fuera de ella, por tanto, ya no sólo es que la hubieran llenado de actividades artísticas es que se habían reconciliado con su origen: su tierra a defender era realmente el estilo de vida que les hacía diferentes y únicos frente a cualquier invasión.

¿De qué estamos hablando? De la historia de un enamoramiento, con todas sus etapas, en las que el conocimiento propio es fundamental para poder ofrecer lo mejor de sí mismos, en el que el mar es el elegido como compañero vital, como camino, como territorio emocional, como referente de las etapas de las propias vidas de los isleños.

4.2.3. “Es la historia de un amor...”

“Soy media socióloga, la otra media es todo lo que he aprendido”

Para Silvia no fue fácil la infancia, no. Demasiada soledad para la menor de cinco hermanos que no contaban con ella. Era tanta la soledad que, a veces, andaba en casa de las vecinas preguntando *si le daban de comer porque nada había preparado en la mesa*. Esa mesa que su madre no lograba atender porque trabajaba todo el tiempo. No, no tenían demasiada atención con ella, salvo cuando sus hermanos le encargaban sus tareas de artes plásticas y dibujos para sus colegios, ahí ella se prestaba para llenar el tiempo y para ganarse sus afectos... Fue gracias a esos ratos por los que Silvia soñó que sería artista, haría Artes Plásticas... pero se cansó de soñar a la vez que se cansó de obedecer las órdenes de cómo hacer sus creaciones, al fin y al cabo, ni siquiera eran suyas, eran el pago por la atención que, años más tarde, trabajaría en terapia.

Entre la infancia y la adolescencia apareció el mar en su vida: se enamoró, *como enamoran las estrellas de Hollywood*. Cuando llamó a sus sentidos descubrió claramente su movimiento por dentro, las olas la invadieron sin estar tan siquiera en la orilla. Fue gracias a unos acetatos que regalaron a su padre, unos discos raros para una niña rara, que nadie escuchaba porque era complicado aquello del sonido de las ballenas. Bueno, Silvia sí, no sólo escuchaba, diseñaba coreografías sintiéndose parte del mar, moviéndose como la cadencia del juego de las olas, de los peces, de las ballenas.

Cuando todo indicaba que estaría aislada para siempre, por aquellas atípicas inspiraciones, fue el momento en que empezó a conocer amigas a las que enseñaba sus danzas; con ellas creo un grupo que hasta ganó premios en los colegios, y que las llevó a otros lugares del país, para participar en concursos. Quien le iba a decir a la pequeña Silvia que, muchos años más tarde, una comunidad isleña, se sentiría por fin comunidad y bailarían fuera de sus limitadas fronteras para hacerse visible al mundo, a través del mismo amor al mar que ella estrenó en la infancia.

Nuestra niña-adolescente soñó entonces con dedicarse a la danza, lo soñó y lo vivió apasionadamente, como todo en su vida. Eso fue hasta que las pruebas de acceso a la Escuela de Danza la devolvieron a un punto de partida en el que ella nunca encajaba: había que memorizar movimientos, *obedecer* esencialmente. Siempre quedaban los Cursos Libres de la Universidad, ya sólo el nombre fue inspirador, allí sí, allí mezclaba la danza y el teatro con la creación. Eso era otra cosa.

El colegio de monjas acabó desatando la rebeldía de tantos años de desarraigo, de no entender los límites, ni el sistema. Fue allí donde, con dieciséis años, enterró la timidez, donde descargó la invisibilidad en el carro de la basura, donde los resortes saltaron en pedazos: conoció el teatro.

La soledad, una lapa pesada, no se despegaba de ella, pero las ganas de encontrarse -cara a cara- con ella misma, la llevaron a pertenecer a un joven y atrevido grupo de teatro, autodenominado anarquista, que cuestionaba la educación, a la que comparaba con las cárceles llenas de rejas, paredes y centinelas con hábitos, que vigilaban cada movimiento.

A esas alturas ya tenía bastante claro que no quería ser una hormiguita en fila trabajando para el sistema, a ella le gustaba pensar que *tenía derecho a ser un frijolito con destino incierto, en un saco de frijolitos que nunca sabían dónde acabarían y haciendo qué.*

Por ese motivo dedicaba mucho tiempo a organizar actividades de experimentación teatral, destacando especialmente sus dotes como organizadora, pero, obviamente, ella soñó con ser actriz, lástima que había que memorizar papeles y ajustarse a normas. Así que ese sueño quedó más que amortizado con su salida del ostracismo, con la capacidad de mostrarse en público, de soltar la rigidez de su cuerpo, con la terapia íntima que le supuso encontrar el canal desde el que mostrar su rebeldía y su pasión, pero sobretodo, con la posibilidad de soltar el miedo atenazante que la perseguía desde pequeña. Un miedo que acabó en terapia porque nada lo frenaba, fue entonces cuando aprendió a desapegarse de su propio pasado, de los resultados, de las expectativas, de todo; a ser independiente, aprender a hacer cosas por sí misma,... y soltó también el vacío, para poder llenarse, porque ya nada de eso era necesario. (SENDERO 12)

En esas también soltó el teatro.

Estaba justo en esa edad, *impuesta y cruel*, de elegir el futuro profesional: *la familia presionaba, el estado presionaba, el tiempo presionaba*. Nadie supo bien por qué, pero una mañana se vio sentada en una clase de *Teoría Clásica de la Sociología* ¡nada más lejos de sus ganas de hacer, de intervenir, de estar en la vida y formar parte de ella! Pero tocaba demostrar -y así lo hizo-, su gran lección fue reconocer precisamente que *para aprender había que vivir*. Así que las primeras prácticas en una Asociación Feminista fueron la oportunidad de usar todo lo integrado (que no estudiado) para impartir talleres de Derechos Humanos a menores huérfanos de Punta Arenas. Sí, allí, al lado de mar, donde encontró en el teatro, en la danza, en el dibujo, a sus aliados naturales para remover y cimentar las dignidades y las conciencias de quienes trabajaban, a su par. Fue así como jugando a ser niña se hizo adulta, y encontró su primer trabajo en varios proyectos de Educación Popular.

La sociología se le quedaba *tan chiquita* que todo lo que emprendía venía a decirle lo mismo: *esto no me sirve porque no escucha bien lo que pasa*. Daba igual que fuese en la Asociación Ecologista Costarricense, con todos sus bellos principios, *que todo acababa contaminado por teoría, por política y por corrupción, y a veces hasta por violencia* (varios activistas de esta asociación habían sido asesinados poco antes). Lo único que seguía teniendo utilidad era escuchar y hablar el lenguaje de las personas con las que le tocaba trabajar. Hablarlo, sentirlo, vivirlo y crear a partir de ahí un juego de redimensionar la vida para hacerla, sencillamente, más vivible.

Regresó a la facultad y con ese paso regresó la timidez. Se sentía indefensa ante la petulancia y la medida de las personas en función de su discurso académico, algo muy grosero para quien escuchaba los sentires de las personas sin medirlos ni juzgarlos, por esa razón y por la oportunidad que le ofrecieron se fue al Sur, tocaba trabajar los Derechos Humanos con niñas de 11 y 12 años embarazadas o con hijos, por haber sido violadas.

Otra vez debutaron el teatro, la música, las canciones, la parte creativa ...hasta máscaras de papel mache o esculturas, mientras ella iba explicando *como en la vida podemos cambiar la máscara y hasta remodelarnos como si fuéramos papel mache*. Fue en la península de Osa en varias ciudades, eso sí: la mayoría a orillas del mar.

Su siguiente paso fue el Mar con mayúsculas, mar de verdad, mar de fondo y forma, mar que lo rodea todo, mar como cultura, como territorio y hasta como amante: el mar de las islas. Por esa razón renunció al sur, para aceptar (pese a lo que suponía) una oferta de la Universidad Nacional -hay pasiones más poderosas- y llevar a cabo un proyecto de Extensión Universitaria en Isla Venado. Esta vez el intento de vuelta al redil académico duró los ocho meses que tardó en aceptar que ella no quería hacer un diagnóstico de la situación de las islas sino intervenir en ellas, acabaron contratando a otra persona para hacer planificación.

-¿Sí? ¿Y entonces que hacía Silvia mientras tanto en la isla?. Se preguntarán, o al menos yo me lo pregunté, ella dijo:

"Partí de mí, cuando tenía 16 años yo era muy tímida, a mí me comía el miedo entonces dije 'hagamos lo mismo que yo hice' y empecé a usar el teatro y el movimiento. Les decía no tienen ni que hablar, sólo moverse fuerte, mueva su cuerpo y déjese libre, eso solo ya supone una ruptura. En toda su vida habían hecho eso, de repente apareció la posibilidad de cambiar haciendo cosas que no son como las normales. Empecé a asociar así 'imaginemos que yo soy una roca y usted es un árbol y quienes somos y como transformar algo de mí que nunca había sido explorado, y que tal si entonces lo cantamos, aunque nadie sepa cantar, y que tal si hacemos música con eso que no sabemos como suena, y así tenemos también eso que explorar, era eso, explorar con todo', todo lo que se pudiera hacer, no sólo proyectos, sino sacar cosas de su vida, y de ahí salimos a otras comunidades, ellos ni siquiera habían salido y, como a mí me sirvió en mi vida salir a otros sitios para ver que se podían hacer las cosas diferentes, lo propuse. Hay que salir y ver, yo partía de lo que yo había vivido, no de lo que decían los manuales, trataba de leer también pero era muy dispersa, leía cositas de educación popular pero eran como muy tiesos y vea: a eso hay que darle vuelta "

La primera vuelta fue con el grupo de mujeres, pero creció tanto el interés que pronto le ofrecieron formular un proyecto también con jóvenes. Esta vez Silvia se posicionó claramente: lo haría si este tenía como raíz el trabajo a través de las artes y que diera a los jóvenes la oportunidad de explorar áreas de su comunidad que no estaban visibles. ¿Y cómo lo hizo? *"Primero fue la danza, luego fue el teatro y querían tener grupo de teatro propio en la isla, iban tirando cosas y eso les sirvió para demostrar cosas: primero a la iglesia de que bailar no era satánico, para que luego la iglesia apoye cualquier cosa que los jóvenes quieran hacer, y luego a los demás y a los de fuera de que eran capaces de vencer sus miedos y mostrarse."*

"Con la Iglesia hemos topado", prueba de la permanencia del sistema de creencias basado en el miedo que representaba la iglesia en la isla, guardiana del control social e inmovilista al que estaban sometidos los isleños (sendero 12), con todo lo que ello supone de conquista personal como transformación de creencias y lo que ello puede implicar en la propia transformación personal y social. Para ello nuestra protagonista valoró que pedir permiso, en esta ocasión, le sería más rentable que transgredir, así que optó por buscar cómplices. A veces la única manera de romper barreras es hacerlas invisibles, es transformar el miedo a perder el poder en capacidad de encontrarse con el resto de la humanidad y remar en el mismo barco. Pero esa labor titánica no fue más que un paso de acercamiento que facilitó la puesta en marcha del proyecto que, gracias a Dios, ya no fue satánico.

No sólo topó con la Iglesia, también con el escepticismo de la propia Universidad, pero ella lo tenía tan claro que buscó artistas de distintas disciplinas, los implicó y los llevó a la isla, que se empezó a llenar de música, de danza, de murales, de teatro... ¡ya estaba bien! Así que reivindicó el uso del arte para empoderar a la gente y lo hizo accesible a aquellas sencillas gentes, poco a poco, paso a paso.
¿Y cómo fue?

"Empezamos con muchachos con Teatro y Danza, después las mamás querían y los niños querían, mire que empezamos con un grupo de 4 en una sala chiquitica y veíamos las caritas en las ventanas, así que lo sacamos de allí y que viniera quien quisiera"

La alegría del encuentro con las Artes, del reconocimiento como comunidad, del juego, del equilibrio de repente sufrió un revés: la amenaza de un proyecto de ley para sacar a la gente de las islas y construir un hotel. Menos mal que la gente del movimiento feminista y ecologista les avisó, gracias a ello pudieron prevenir el desembarco del gigante capital hotelero.

El primer paso fue generar entre los jóvenes el interés por la propia isla, no se puede amar lo que no conoces, y para que sintieran el arraigo y no cedieran a las atractivas tentaciones que iban a soportar del proyecto hotelero, empezaron a trabajar los elementos culturales isleños en los que el protagonista principal era... ¡exacto! el mar.

"Decía mi compañera: a esta gente la van a echar de esta isla, se los lleva puta porque igual les da irse o quedarse, los mayores no porque están más arraigados pero los jóvenes sí, entonces hagamos con esto temas que tengan que ver con su comunidad, con algo, porque a veces a ellos les daba vergüenza decir que eran de la isla porque la gente los miraba feo"

No es nada fácil vivir en una isla y sentir que te rechazan en tierra firme, que te tratan como a un polo/cateto, que te hacen sentir que no sabes estar en el mundo. Pero Silvia y su equipo encontraron en la búsqueda de las raíces el verdadero sentido de su intervención, no una búsqueda para perpetuarlas, si no para aceptarlas y desde ahí poder crecer. Y sí, para crecer hay que autoexplorar, hay que conocerse, y de ahí autodeterminarse con todos los matices y diferencias que, ya sea como persona o como comunidad, generan la riqueza de la diversidad, sobretodo para reconquistar el arraigo, el sentimiento de pertenencia al mundo, para saber de donde se viene y donde volver, eso, y que en el caso de Isla Venado conocer la historia es también conocer la fuente natural de subsistencia. ¿Y lo lograron?

*"Entonces era como que ellos tienen que sentir orgullo de su isla y que lo muestren a todo el mundo fuera, y entonces que hagan una representación de danza donde muestren algo que les guste, entonces hacíamos acciones para ponerle nombre, y decían: nosotros somos los pescadores que andamos en el mar. Así que investigamos como trasladarlo a danza y a un vestuario que lo representara. Se presentaron tres veces a su comunidad y eso fue como **soy otra persona**. Llegaron como doscientas personas a ver como era aquello de la danza, después empezaron a pedir más. Ese fue un proceso de al menos tres años. El grupo se sacó y se llevó al puerto y allá les dieron un reconocimiento. Entonces ya sí, se sintieron como héroes, como si fueran la sele¹⁸, porque nadie había tenido nunca ese reconocimiento y menos en algo que creían que era satánico."*

18 La Selección Nacional de Fútbol de Costa Rica, el inmenso calado del fútbol en la cultura tica lleva a casi paralizar el país en cada partido.

Solo fue el principio, porque las artes empezaron a formar parte también del Patrimonio Inmaterial de la isla. La transformación se estaba dando y no, no es que se hicieran ricos con ello, ni que se dedicaran profesionalmente, es que habían reconquistado su espacio en el mundo, el íntimo y el social, ¿les suena? Es la propia historia vital de Silvia que ha ido creciendo hasta convertirse en una gigantesca ola que ha impregnado su trabajo en la isla.

"Eso nos hizo seguir, pusimos orden y por ahí andaban los de pintura con cosas más técnicas y hasta reciclaban papel, ellos seguían por ahí para mostrar al mismo pueblo los murales, también esculturas, buscaron como trabajar desde la madera o desde la piedra (...) Otros trabajaron la madera en puertas con labrado con temas de la isla, del Golfo, o peces, o temas de mar o pájaros o todo como de ahí (...)

En el grupo de danza las mujeres quisieron entrar, con ellas trabajamos a través del cuerpo, pero había que observar la dirección del grupo acorde a su identidad. Luego se creó otro grupo de adultos mayores. Otra creó grupos de danza en el kínder,¹⁹ entonces el colegio se metió fuerte para hacer un grupo de danza folclórica fuerte y consiguieron donaciones, pudieron hacer su ropa, su utilería... han pasado como trece años"

Pero la amenaza del hotel seguía ahí, fue gracias a la pericia de las personas integrantes del proyecto, junto con que, a esas alturas la difusión y consolidación del proyecto se había convertido también en una apuesta de la propia Extensión Universitaria en la figura de la jefa de Silvia que -previamente- había sido rectora en la Universidad y, como consecuencia, tenía numerosas redes en la Universidad y en el gobierno, se trataba de Rose Marie Ruiz Bravo²⁰.

Pese a la importancia del empoderamiento comunitario, el desánimo ante el gigante hotelero que planeaba sobre la isla, generó desesperanza en algunos sectores de la población, pero dados los resultados y evaluaciones obtenidas a través del marco de la Universidad, esta se implicó en la defensa de las poblaciones hasta lograr frenar el proceso.

"Mucha gente estaba dispuesta a vender, estuvimos desde 2003 a 2008 en esto de estudios, apelaciones (...) y entre apelaciones y estudios de viabilidad pasó el tiempo y no pudieron hacer los hoteles y ahí están: en las comunidades."

Fue así como nuestra amiga empezó a resolver sus propias paradojas, convirtiendo a la autoaceptación en la clave para disolver la dualidad, clara analogía entre la sanación de los senderos y la implicación del arte en este proceso.

"Pero esto funcionó, aunque es difícil convencer a la gente de que estos proyectos funcionan y hacen que la gente cambie y se empodere muchísimo, pero no hay que hacer la guerra con uno mismo y después de que uno ya hace las paces con uno, que es como lo que se mueve con el teatro y la danza. Porque es una pelea de 'no haga el ridículo, no vaya a hablar o no sea tan polo'²¹ no baile, o autoboicot. Después de esta etapa llega la crisis, después esa metamorfosis y ya si se es otra persona. Y es como demasiado²² hermoso ver esa parte y vivirla con la gente. Yo lloré muchas veces viendo a la gente haciendo sus cosas y decía 'nadie puede entender lo que siento. Todavía lloro'."

¹⁹ Escuela primaria

²⁰ Primera mujer a la que le correspondió ser rectora de una universidad estatal -Universidad Nacional- en Costa Rica y en América Latina. Actualmente se desempeña como académica en el Instituto Internacional del Océano de la Universidad Nacional, en el desarrollo de planes integrales de manejo marino costero, en comunidades pobres de las costas de Costa Rica, trabajando principalmente con dos asociaciones femeninas y dos organizaciones juveniles, la Asociación de Desarrollo Comunal, Las Juntas Educativas de las Escuelas de la Isla Venado y de la Telesecundaria.

²¹ Persona de habla o costumbres antiguadas ya no aceptadas por la sociedad moderna. Usualmente se utiliza para personas de origen campesino, no usadas en las costumbres cosmopolitas, aunque el término también aplica a gente con costumbres ridículas simplemente pasadas de moda.

²² Demasiado, en este caso, está usado en el sentido de superlativo positivo que los ticos han acuñado.

Sí, es cierto, llora, la ví mientras me lo contaba. Y es que cuando hablaba del empoderamiento de los isleños estaba también su carne en ese asador, porque era su proceso el que le había permitido rescatarse a sí misma, para después dar y compartir (nada más cabalístico que devolver a la comunidad lo aprendido para contribuir al desarrollo humano)

"El empoderamiento de ellos era como tengo derecho a estar en este evento, esto que parecía que era sólo para la zona urbana, tengo derecho a representar a mi comunidad, y eso era muy importante para demostrar a los demás miembros que no se iban a burlar de ellos, aunque les hubiesen dicho otras veces que eran 'vagabundos', y entonces era necesario 'terapia' a las personas y decirles 'siempre habrá gente que les va a hablar feo, que van a echar abajo su trabajo, siempre va a haber celos, esas cosas no se pueden quitar pero si es lo que a usted le gusta ¡déle! ¡tiene que hacerlo! Inténtelo (...) no es sólo el taller eso es muy técnico: es acompañar a la par, es una cosa como de amiga, ese apoyo no es como de manual y es como lo que me ha tocado hacer a la par de la gente que uno busca"

"A la par". Así es la empatía, el aprender del dolor propio y del ajeno, (sendero 21) que puede permitir conectar con la esencia de la otra persona para transitar el camino que de verdad conecte con el Maestro/Artista interior. Así, a la par, haciendo de la empatía un arte, es como este equipo fue encontrando, en ocasiones, a participantes del proyecto que venían de la universidad cargados de buenas intenciones. Solo que cargados, a su vez, con toda una rígida extensión de temas y técnicas que los distanciaban de la comunidad: no tardaron en darse cuenta de que la clave era ese trabajo de conocimiento mutuo, al fin y al cabo el producto artístico era lo de menos, cuando el calado humano tenía semejantes dimensiones en el futuro de la isla.

Para representar este calado humano se eligió como logotipo del proyecto la "espiral", la razón era que (tanto en la física, la química como en el budismo o en la propia Kabala) *"en el ya y en el ahora, la transformación que una persona puede tener, genera una onda expansiva que también ejerce influencia en las personas que le rodean, y se seguirá expandiendo a los otros espacios en los que la persona ya vivió la transformación y seguirá así en cadena"*.

Siendo así es también posible que las personas que trabajaban desde la Universidad se vieran afectadas por esta onda expansiva, eso sería lo deseable y esperable, *pero no siempre sucedió*. Aunque hay que reconocer que, en cierta medida, ese calado tuvo su proyección en la institución, y la clave fundamental fue como se involucraron jurídicamente para paralizar los decretos, o llevando a funcionarios públicos a la isla para que vieran como estaban funcionando los programas, o como trataron de involucrar al PNUD²³ o incluso a UNICEF. Mientras tanto el slogan del equipo de Silvia seguía siendo:

"¡Gente, sean rebeldes! Háganlo, ya pediremos perdón después si es necesario, pero ¡no se rindan!".

23 Plan de Naciones Unidas para el Desarrollo

"Yo no sé si el programa es un acto de rebeldía, porque ha tenido que derribar estructuras dentro de la propia Universidad, pero si usted quiere que este programa se muera: aplíqueme la normativa, porque los tiempos de la universidad y los de la comunidad son distintos"

En esa lucha el programa ha cambiado de departamentos, pero no de objetivos: ahora está en el Departamento de Física, mezclando Arte, Educación Popular, Derechos Humanos y agentes sociales de todas las Escuelas de la Universidad. Realmente el programa nació en el Departamento de Física, porque se trataba de un proyecto de Oceanografía que necesitaba de un componente social.

El océano por tanto fue el protagonista del nacimiento de toda esta intervención, pero también el escenario íntimo, el embarazo, parto y crianza de una concepción del mundo que se mira en él, que ofrece un territorio y unos valores que están determinados por su presencia.

"La gente, sobretudo las señoras, dicen: yo nací aquí y aquí hice mi vida. En los pleitos por los desalojos decíamos ¿qué nos hace diferentes? la comida, el lenguaje, como llamamos a las cosas por el sitio en el que estamos y nos da de comer, y es el mar el que nos da de comer"

En esos valores se mezcla la poesía con la supervivencia, la rebeldía con el sentido común, la humildad con el orgullo de sentirse parte de una vida plena, esto decía una mujer cuando fue preguntada por las razones de su rebeldía:

"Llegaron desde el IMAS²⁴ y dicen que somos pobres, vienen con una boleta y dicen: no tienen refrigerador, ni tele, ni piso de cerámica, ni casa de bloc, ni un montón de cosas, todo para decir que somos pobres. Pero no están viendo que somos ricos y por eso nos queremos quedar aquí: mi casa no tiene rejas, ni puertas, ni ventanas, yo duermo tranquila, puedo trabajar cuatro horas y descansar en una hamaca porque ya tuve lo que necesito para vivir. Puedo dedicar tiempo a mis hijos porque no ando corriendo en una jornada de ocho horas como ustedes ¿y eso me hace pobre? ¡yo soy millonaria! ¿y por qué dicen que me tienen que botar de aquí porque soy pobre?"

De esa sabia reflexión empezó a nacer el trabajo, junto con una antropóloga, del Patrimonio Cultural Intangible... que resultó ser todo lo que construyen a la orilla del mar y todo lo que podían aportar estando allá: algo único, irrepetible e insustituible. De lo cultural se pasó a los sentires, en ellos el poder del mar era aún mayor *"nací aquí, parí a mis hijos aquí y moriré aquí, si me sacan lejos del mar me muero de tristeza"*, decía una de las mujeres de la comunidad.

24 Instituto Mixto de Ayuda Social

¿Dónde está el mar?



Foto: Orillas de Isla Venado. Fuente: UNA

"En mi mente, las olas están en mi mente, porque yo sólo puedo dormir si las escucho, cuando me ha tocado irme siguen estando en mi cerebro, está dentro de mí." Dentro, muy dentro como la tierra, la raíz, es cuando menos curioso que el sentimiento de arraigo sea precisamente el del volátil e impredecible océano, oportuna metáfora de la propia vida.

Un arraigo basado de los propios sentidos, en la esperanza y en la supervivencia, al margen de cuestiones ideológicas o de creencias. Un arraigo sentido y expresado como conexión con la tierra, con la vida, hasta con ellos mismos. Un amor cultivado durante años que no se limita al imaginario sino al latido: *"Yo me fui para San José y me volví pendenciero, pero yo siempre dormía en mi angustia y tiraba la mano al piso para sentir la arena pero tocaba cemento, a la mañana abría la puerta y sólo veía carros: casi me vuelvo loco y tuve que volver aquí. No puedo vivir allá, sin el olor salado, ni el pescado, no puedo..."*

En esa historia de amor con el mar son, sobretudo, las mujeres las que tenían integrado el discurso de comunidad, porque que la mayoría de los hombres veían al mar como proveedor, como extractores, esa es la razón por la que los proyectos de agricultura y seguridad alimentaria no funcionen cuando se les encarga a hombres. Mientras tanto, para ellas la seducción del mar no era sólo por los sentidos, sino más bien por los sentires: es sentarse al atardecer a mirarlo y sentir que los problemas del día se van, es mirarlo sabiendo que viene las arribadas de tortugas, es el sonido de las olas acunándonos...

Pero ¿qué es para usted el mar?

"El mar es como mi marido, no se puede controlar"

"El mar es como un hombre al que hay que tener cuidado"

"El mar es como el espejo de Dios: lejano y grande"

"El mar es como una persona, hay que conocerlo para poderle entrar, hay que tenerle respeto y aunque una lo conozca hay que tener distancia"

Y para las niñas el mar era el lugar de juego, prudencia y miedo, aunque a medida que crecían y se hacían adolescentes, el mar se llenaba de un halo espiritual y romántico que representaba lo mágico, lo espiritual, lo divino... *"el mar es como esa voz de dentro que hablaba de los problemas o las dudas y que si te concentras mucho frente a él...te da respuestas"*

Ya en la edad adulta, cuando el enamoramiento adolescente ha dado paso al peso de lo cotidiano, lo ven como a un marido *"que está ahí pero no es imprescindible verlo a diario"*

Esta es la historia de amor que quería narrar para explicar como transformar, a través de la revisión del pasado y de la verdadera escucha, el destino de estas comunidades que han basado su territorialidad en el fluir del tiempo, marcado por el ritmo de las olas que les permiten ser parte del mundo, a la vez que se defienden de él, usando las conexiones que las artes les han ofrecido para empoderarse como seres humanos y como isleños²⁵.

"Habría que revisar lo que significó a nivel personal y a nivel existencial para la gente que tuvo que adaptarse, pero si aun se puede hacer algo tenemos que seguir apuntando al arte y tenemos que seguir trabajando la cuestión identitaria de estar orgullosa de esta relación frente al mar"

SILVIA ROJAS HERRERA²⁶

25 El Programa se denomina en la actualidad Red de Comunidades Costeras en Resistencia a su Extinción.

26 Académica de la Escuela de Sociología de la Universidad Nacional. Profesora Extensionista y Coordinadora del Programa de Desarrollo Integral de Comunidades Costeras del Golfo de Nicoya desde 2004

4.3. QUEDA LA PALABRA

*Privados de libertad y Poetas del Centro de Atención
Institucional Sandoval de Limón*

*"El saludo de sus manos esposadas,
tras el cristal del autobús de la policía penitenciaria,
mecía su cuerpo entero.*

*Sus rasgos caribeños exhibían
la sonrisa más sonrisa de todas las que recuerdo.*

*Señalaba, con un gesto de sus cejas,
el libro que yo llevaba entre mis manos*

Entendí perfectamente su mensaje: te lo he dedicado.

*Desde ese día él ya no sería más un recluso,
dentro de él había nacido un poeta
y me hacía depositaria de ese recuerdo.*

*La palabra escrita lo hizo libre por dentro,
ya nunca sería el mismo"*

Norah Barranco Martos

4.3.1. PREÁMBULO

El Circulo Literario Costarricense “Vertedero Satélite” llevó a cabo, entre Abril y Agosto de 2016 varios laboratorios de poesía en el Centro de Atención Institucional Sandoval de Limón con reclusos de dicho centro. La reflexión de la que partían era la siguiente:

“considerar la poesía y la literatura, no como una cúspide solitaria y elitista a la que tienen acceso solo personas estudiadas académicamente en el tema, sino por el contrario, como una forma de expresión que desnuda la humanidad, los sentimientos y las vidas de los seres humanos. (...) El arte literario se ha convertido en una forma de expresión y catarsis en medio de una situación de gran complejidad vital y psicológica: estar privado de libertad(...) una comunicación franca y dignificante entre los privados de libertad y la sociedad en general, ‘liberando sus ecos’²⁷ de los muros de concreto²⁸ y prejuicios que los aprisionan”.

El resultado de dicha acción fue la publicación de la Antología “Cementerio de los Vivos”. En ella participan trece autores, a los que en ningún momento se les guió para que escribieran sobre algún tema concreto, no obstante, hay una serie de temas recurrentes que enlazan con sus sentires, pensares y voluntades, estos son el recuerdo, el silencio, el túnel del tiempo, la mentira, el desear con locura, el Caribe y eso que ellos llaman “Otro mundo”.

²⁷ Liberando Ecos es el nombre del Laboratorio De Poesía al que hago referencia

²⁸ Así se denomina al hormigón en Costa Rica

4.3.2. EL ENCUENTRO

Fue Silvia Elena Guzmán la que contacto conmigo, alguien le había contado sobre mi experiencia con el medio penitenciario en España²⁹. Su llamada fue una sorpresa, un regalo. Realmente fue caer en la cuenta de que mis primeros pasos con el arte, como elemento sanador, fue en los centros penitenciarios a través del teatro. El primer encuentro con el colectivo fue revelador. Cuatro jóvenes cargados de entusiasmo (el mayor tenía veintiséis años), recorrían dos veces al mes una de las carreteras más angostas y peligrosas de Costa Rica, para ir desde San José al Centro Sandoval de Limón (en la zona Caribe). Más de tres horas que a ellos le sabían a poco cuando sentían, in situ, la entrega a su proyecto de un colectivo que, de antemano, se les aparecía lleno de estigmas y estereotipos.

Desde el primer momento ellos, (aunque decían “ellas”, porque se hablaban en femenino por una cuestión de corrección del lenguaje, al tratarse de “personas” que es un sustantivo femenino) buscaban como visibilizar el trabajo de este grupo de “privados de libertad”, y no dudaron en remover los cimientos del Sistema hasta lograr que el Ministerio de Justicia y Paz accediera a trasladar al grupo de autores hasta San José, para hacer una presentación pública del libro. Fue tal la movilización que incluso la propia Ministra asistió al acto, junto con los medios de comunicación más importantes del país.

En un segundo encuentro me propusieron formar parte de la presentación e intervenir en el acto. Esa fue la razón que me facilitó observarlo, desde dentro, con todos sus matices: desde el hecho de poder acceder con antelación al lugar y permitir que me cacheara la policía penitenciaria, a tener que mostrar mi documentación y asistir, en un lugar público, a todas las emociones que se pueden experimentar en un centro privativo, teniendo en cuenta las estrictas medidas de seguridad que requería la normativa. Pero el momento clave fue el encuentro con los autores: eufóricos, elegantes, cordiales, entusiasmados. Uno por uno me dedicaron el ejemplar del libro que venían a presentar.

Eran poetas, pese a toda la policía penitenciaria, eran poetas, y como tales se mostraron todo el tiempo. A medida que iban llegando sus familiares se iba cargando la sala de serena cordialidad, de emociones desatadas que, en ningún momento, correspondían a otro rol que el que estaban desempeñando en ese momento: el de poetas.

La presentación comenzó con intervenciones de la Directora del Centro (mientras la Ministra se sentaba en una discreta esquina protegida de los medios), ésta dio paso a los miembros del Colectivo Vertedero Satélite y ellos presentaron, uno por uno, a los “privados/poetas”, que recitaban sus poemas sin dar muestra alguna de pudor, sino con un orgullo de la oportunidad de volverse palabra. De una palabra que (tal y como repitieron en varias ocasiones) les había hecho sentir libres aun estando encerrados.

²⁹ En 1998, a través de la Asociación Sociocultural Jaque impartimos un Taller de Danza Teatro en el Módulo de Mujeres del Centro Penitenciario de Albolote (Granada), el resultado fue la puesta en escena de “El Amor Brujo” de Manuel de Falla. Posteriormente he impartido Cursos de Preparación para la Vida en Libertad, a través del Instituto Andaluz de la Juventud, en los Centros Penitenciarios de Jaén y Córdoba.

Finalmente nos tocó a Memo Acuña³⁰, y a mí intervenir para hablar de sus poemas. No fue otra cosa que un reconocimiento por nuestra parte a la valentía de compartirlos. Pero para el grupo de *"privados/poetas"* supuso una bella herramienta de visibilización y empoderamiento: ser evaluados por el público, por otras personas, por un poeta reconocido y por una persona de otro país, por sujetos externos a su laboratorio, un atisbo de toma de conciencia de su aspecto humano y artístico, habitualmente eclipsado por su número de interno.

La intervención del público en el momento final mostró también el reconocimiento de sus propias familias. En una de las intervenciones la madre de uno de ellos, emocionada y emocionando, dijo:

"Yo llevo presa el mismo tiempo que él, dieciocho años, en todos estos años he intentado que no se le olvidara que lo queríamos, hoy doy las gracias porque cuando ha recitado su poema me he dado cuenta de que él lo sabe. lo sabe y lo escribe"



Foto: Acto de presentación del libro. Fotografía de la autora.

30 Sociólogo, poeta, escritor y docente universitario. Ha publicado los poemarios Programa de mano, En cuerda floja, Amores, Honduras, En ninguno de tus mapas y El fin de los días. Actualmente dirige el Instituto de Estudios Sociales en Población de la Universidad de Costa Rica.

4.3.3. LOS ELEMENTOS DE SANACIÓN

Comenzar por los privados de libertad sería demasiado simplista y evidente al tratarse de los protagonistas primarios, pero los demás actores de esta acción son tan importantes en el proceso sanador, que para evitar conflictos de prioridades recuperaré el orden de esta narración para dar forma a lo observado desde la perspectiva del artesanación.

1. Los miembros de Vertedero Satélite³¹.

1.1. Jóvenes Universitarios del Valle Central³² que descubren que su entusiasmo tiene una posibilidad de ser canalizado a través de una herramienta que, previamente, para ellos ya resultó sanadora y liberadora.

1.2.. La empatía con las emociones que supone estar “privado de libertad” y como eso repercute en la valoración de sus propias historias de vida.

1.3. La eliminación de barreras internas para aceptar, sin juzgar, las circunstancias de otras personas. (Sendero 22 , la entrega a la situación, la inocencia)

1.4. La capacidad de encontrar vías dentro del Sistema para llevar a cabo la presentación del libro, junto con el refuerzo a su labor que les supuso, al lograr superar las trabas burocráticas. (Sendero 4, el límite del sistema, la autoridad).

1.5. La constatación de sus hipótesis de partida, respecto a la capacidad de la palabra para canalizar las emociones desbordadas de la situaciones extremas que supone el internamiento.

1.6. La toma de conciencia de los cambios cotidianos y sanadores que ha ejercido el programa en los internos, sin que esta intervención tuviese un enfoque terapéutico previo en sus objetivos iniciales. No era necesario el enfoque para que los efectos catárticos del arte tuviesen su efecto.

1.7. El ejercicio, derivado del entusiasmo, de confianza en la vida y en los seres humanos (lo que la Cábala llama Aceptación)

³¹ Conclusiones de las conversaciones de los tres encuentros que mantuve con ellos.

³² El Valle Central lo comprenden las provincias de San José, Heredia, Alajuela y Cartago. Allí se concentra el mayor núcleo de población del país. Pese a tratarse de un país de poca extensión, la orografía del mismo, llena de cadenas montañosas y volcanes, hace que salir del Valle Central en cualquier dirección, implique un viaje largo y no exento de dificultades por la estructura vial del mismo, atezada por constantes lluvias, desprendimientos y cortes de carretera.

2. La Policía Penitenciaria:

2.1. El encuentro con la normalización social de su duro trabajo cotidiano. Incluso a lo largo de la sesión se fueron flexibilizando sus posturas, así como su posicionamiento físico que mostraba cierta relajación.

2.2. El reconocimiento a los “privados” como iguales en un contexto en el que lo importante era la obra poética, que llegaron a aplaudir y que los “homogeneizó” como oyentes al resto de público.

2.3. Pese a todo lo expuesto, a la hora de salir esposaron a los privados para subirlos al bus y no permitieron más que una breve despedida de sus familiares, pero *¡la permitieron!* (pese a estar prohibido). El orden público como toma de conciencia del desorden interno que los llevó a tal situación de privación de libertad, tiene en esta imagen final su más claro exponente.

3. Los Organismos Oficiales presentes: (Directora del centro, Jefa de Tratamientos, Ministra de Justicia y Paz: Maria Cecilia Sánchez Romero,...)

3.1. El encuentro directo con los “privados” exento de muestras de jerarquía, que les permitió conocerlos por sus nombres y apellidos, no por su número, eso y el acercamiento a sus sentires más profundos.

3.2. La constatación de los efectos de la creatividad en el estado de ánimo de los participantes en la Antología, con lo que eso puede suponer en el buen funcionamiento interno de los Centros y en las futuras posibles reinserciones una vez los internos estén en libertad

3.3. La flexibilización ante el acceso de personas externas al sistema penitenciario que, en un futuro, traten de intervenir a través de las artes, así como la repercusión interna y externa de dichas acciones.

4. El público:

4.1. El descubrimiento de las habituales medidas de seguridad que aplica la policía penitenciaria que, vividas en carne propia en un lugar público, supuso una excepcional situación que permitió empatizar con el sentimiento de despersonalización del sistema en pos de la seguridad, ello ejerció como facilitador de la toma de conciencia de la cotidianidad de los privados. Pasando del impacto inicial del cacheo policial a la expectación y la complicidad.

4.2. El reconocimiento mutuo entre todos los actores sociales, ministra incluida, en un contexto diametralmente opuesto al habitual, en el que el protagonismo no lo tenían las sentencias si no la poesía. Ello abrió la posibilidad a una rueda de intervenciones marcadas por la emotividad y el respeto a las diferencias entre los seres humanos, sus historias y sus circunstancias.

5. Lo medios de comunicación:

5.1. El respeto a la noticia, así como el modo en que se proyectó en la prensa fue absoluto. La repercusión mediática fue mayor de la esperada gracias a la presencia de la Ministra de Justicia y Paz. No obstante, la noticia tuvo relevancia en los medios nacionales e incluso se enmarcó dentro de la *discusión* que en esos momentos se daba en el país por las condiciones de los internos de los distintos centros. Con lo cual la visibilidad de la normalización, y el potencial artístico de los mismos, contribuyó a legitimar las políticas de dignificación y respeto a los Derechos Humanos que se estaban poniendo en marcha por parte del Ministerio, (concretamente a través del Viceministro Marco Feoli).

6. Los internos:

6.1. La complicidad entre ellos. Teniendo en cuenta el individualismo extremo, basado en el más puro instinto de supervivencia, que implica el aislamiento en las personas privadas de libertad. Esta presentación y, sobre todo, los laboratorios poéticos supusieron para ellos el reconocimiento mutuo, a través del trabajo en equipo y de la expresión emocional, con la escritura compartida como vehículo. *Salir de la soledad* para identificarse en un proyecto común alejado de las monótonas condiciones carcelarias, pero sobretudo la ruptura con el aislamiento individual y la posibilidad de mejora de la calidad de vida que eso implica en las citadas circunstancias.

6.2. La libertad. El recurrente tema de la libertad, tanto en los poemas, como en su propia vida, es un claro ejemplo kabalístico de la *ley de la polaridad: a no ser que se experimente la carencia no se valora la abundancia*³³. Pues bien, el concepto de libertad que son capaces de expresar las personas privadas es un auténtico reconocimiento a la misma es su estado esencial y, no sólo a través de la poesía, sino también del estado que la posibilidad de recrearla internamente les supone.

6.3. El acercamiento social. El acto de presentación supuso un acercamiento en el aspecto social una "desmitificación" de estereotipos capaz de eliminar, aunque sólo fuera durante unas horas, las limitantes etiquetas, para ofrecer la posibilidad de reconocer a los seres humanos que habitan detrás de ellas.

³³ Capítulo 6

6.4. La familia. El acercamiento a las familias a través de la humanización del acto de presentación, no tan sólo a nivel físico, sino también emocional. La oportunidad de restablecer contacto en un ambiente normalizado frente al del centro de internamiento. Pero también la oportunidad de que, después del sufrimiento causado a las mismas, pudiesen sentirse orgullosas de ellos en algún momento: en este caso al reconocerlos como poetas.

6.5. La recuperación de la dignidad. Desde el mero hecho de estar expuestos públicamente con su mejor imagen, mostrar en público su trabajo, sentirse parte de un proyecto externo, o ser valorados como seres humanos. A ello hay que sumar el empoderamiento al sentirse tratados con absoluto respeto, frente a los calvarios individuales que sus historias de vida les han acarreado.

6.7. El descubrimiento del artista interior y de la escritura como cauce de expresión. La posibilidad de mostrar emociones sin el temor a visibilizar su vulnerabilidad. Esa vulnerabilidad que en situación de aislamiento puede ser entendida y aprovechada como debilidad. Mostrar emociones no tan solo en el sentido de la escritura, también de la emoción contenida, tormento diario añadido al aislamiento penitenciario. Todo ello sumado a la posibilidad de tener contacto con personas que, desde fuera del sistema, les ofrecen un reconocimiento a la identidad propia, a la esencia humana. Tal y como ellos lo expresaban *"un soplo de aire de la calle que les hacía olvidar, por una horas, donde estaban"*.

Tras la neurosis que los lleva a la transgresión de las normas del sistema, una profunda reflexión los lleva a reordenar sus prioridades en torno a la poesía y la palabra, no obstante, la regulación externa sigue marcando las emociones como forma de trascender los límites de fuera, para dar cabida a la libertad interior.

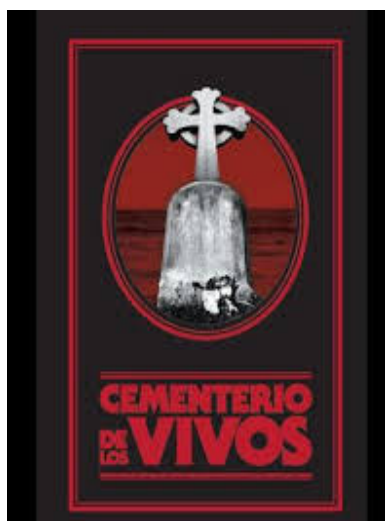


Foto: Portada del libro "Cementerio de los vivos" cortesía de Vertedero Satélite.

4.3.4. SENDEROS DEL ARBOL DE LA VIDA

FAMILIA DE SENDEROS (4-13-22) MILITARES-SOMETIDOS.

**VIENEN A DESARROLLAR EL AMOR INCONDICIONAL.
DESARROLLAR LA LUZ Y LA CLARIDAD INTERNA**

SENDERO 4: Relación Padre-hijo. Disciplina Interior- Exterior. Afrontar los obstáculos y desgracias. Semilla-Fertilidad- Esterilidad. Autoridad. Poder- Claridad- raciocinio-Perfección- terminar las cosas. Orden. Clarificación-Ojos. Agudiza la visión mental. Puerta- Ventana. sabiduría del corazón. La dualidad se supera con el trabajo interior disciplinado.

SENDERO 13: Olvido y perdón. Superar la noche oscura. Luz que ilumina las emociones para la aceptación de la tormenta emocional. Recuerdo-memoria. Muerte iniciática. Desprendimiento. Aceptación de la crítica destructiva. Transformación hacia el yo real. Continuidad de la vida.

SENDERO 22: La entrega, el desapego. El abandono. fuerza expansiva del universo. La paciencia. Ser uno mismo. Aceptación con alegría, el saber que todo es expresión del Espíritu. Ayuda a expresar lo racional, lo inconsciente. El espíritu libre. La seguridad interna. La protección.

Esta familia de senderos nos habla del orden, del orden interno y del externo. En el recorrido de estos senderos está implícita la consecución del mismo a través de superar y perdonar los errores. Es la conexión con la luz interior, pero para ello hay que experimentar en lo externo el error, el desorden, el dolor e incluso la privación de libertad.

Según la ley de la polaridad³⁴, no podemos entender un polo sin el otro, la luz sin la oscuridad, el orden sin el caos, es por ello que el caso que nos ocupa nos proyecta el concepto de libertad de las personas privadas como reconocimiento a la misma es su estado más absoluto.

Hombres que se han construido a sí mismos, con durísimas historias de vida y sin referentes sociales sanos en muchos casos, cuya habitual forma de relación es la desconfianza, de ahí la importancia de un nuevo orden, basado en parámetros de reconocimiento interior, casi diría del artista interior. No obstante, este taller les regaló la posibilidad de recuperar la relación con otras personas en términos humanizantes y con un nuevo orden, mucho más cercano a su verdadero sentir.

³⁴ Las 7 Leyes Cósmicas. El Kybalión. Principio de Polaridad: "Todo es doble; todo tiene dos polos; todo su par de opuestos. Los semejantes y los antagónicos son lo mismo. Los opuestos son idénticos en naturaleza, pero diferentes en grado. Los extremos se tocan, todas las verdades son semiverdades, todas las paradojas pueden reconciliarse". Capítulo 6

Esta experiencia, como camino de sanación, implica muchos de los elementos que encontramos en la anterior narración. Tras el caos vital experimentado en sus vidas, que les lleva a trasgredir las leyes, y el posterior paso por la cárcel encuentran en la imposición del orden y la autoridad el acicate que les hace aflorar las emociones más densas, las más dolorosas, las más duras y violentas. Es a través de la reflexión personal, del aislamiento, como éstas logran reconducir las esperanzas propias, los propósitos, las expectativas de mejora...o no, dado que el propio sistema penitenciario es un perverso círculo vicioso que, en numerosos casos, en lugar de reinsertar logra el efecto contrario, convirtiendo a algunos de los protagonistas en lo que en la jerga de las cárceles españolas se llama "*carne de talego*".

Para empezar el itinerario, que propone esta familia de senderos, es necesaria la transgresión del orden externo para poder hacer la reflexión necesaria que permita experimentar el orden interior. Observamos una reconciliación con las emociones, *la noche oscura del alma* (Sendero 13) vivida en términos absolutos y plasmada en alguno de los poemas, el reconocimiento del dolor propio, del dolor causado, del dolor ajeno, del dolor en una dimensión tal que es capaz de reconocerse en sí mismo y que, de esa manera, se convierte en elemento de transformación y sanación. El renacimiento a otro estado de su propio ser: de privado a poeta, de recluso a persona, de la oscuridad al perdón.

La apertura a la autoaceptación de las emociones, a la creación y al exterior, transitan a través de la poesía todos los tramos que llevan a la redimensión de cada uno de ellos, usando la palabra como vehículo de externalización, pero también de reconciliación interior, con el entorno e incluso con el propio sistema. En el caso que nos ocupa las facilidades ofrecidas por el Ministerio para visibilizar el acto recibieron numerosas muestras de agradecimiento por parte de los internos, que desidentificaron como enemigo al sistema, aunque solo fuera durante este proceso.

La entrega y la paciencia del equipo de *Vertedero Satélite* implican la conexión directa con el sendero 22, en lo que este tiene que ver con la visión limpia, exenta de prejuicios, por la apuesta por lo humano a través del reconocimiento de los aspectos luminosos de quienes formaron parte del proceso. Una entrega cargada de aceptación y de alegría que, sin duda, supuso un elemento sanador fundamental para esa situación. El espejo amoroso que ponían a los internos no podía ser más revelador de esa energía en proceso de cambio. Obviamente para ello era necesario que creyeran, no tan sólo en los aspectos ocultos de los privados, sino en la propia poesía como elemento catalizador, con lo cual, para poder usar esta herramienta, ya habían experimentado en sus propias vidas los efectos de la misma.

Dado que hablamos de aceptación, debemos considerar la fe como eje (sendero 22) y la influencia de esta en la transformación de situaciones rígidas (sendero 4), como así nos lo muestra la capacidad que mostraron para encontrar vías dentro del Sistema para llevar a cabo la presentación del libro, junto con el empoderamiento que eso supone para no quedarse inmóviles por las trabas burocráticas. Su propio orden, su propia fe, generaron la confianza suficiente en la autoridad como para facilitar un acto, que a priori parecía imposible.

Pero la fe y/o confianza de la que hablo, la que emana de esta acción poética, no estaba dirigida en términos terapéuticos, es quizá esa la razón del incondicional acercamiento al grupo y a la literatura, una libertad de acción basada en la espontánea toma de conciencia de los cambios cotidianos y sanadores que ha ejercido el programa en los internos, sin que esta intervención tuviese un enfoque propiamente terapéutico en su inicial intención. No era necesario el enfoque para que los efectos catárticos del arte tuviesen su efecto, el *artesanación* diseñó su propio camino.

Finalmente, el recorrido por esta familia de senderos, ha tenido en la intervención a través del artista sanador interior, un ejemplo más que visible y de una plasticidad esclarecedora. Un camino de fuera a dentro, para finalmente salir al mundo y mostrarse desde nuevos parámetros. Con todo ello no quiero caer en la ingenuidad de apostar porque la reinserción social de los privados se dará gracias a esta iniciativa, no se trata de usar varitas mágicas, pero sí de hacer visible la posibilidad que el *artesanación* ofrece como factor de transformación que puede acompañar en el camino de autoconocimiento a encontrar una mejor versión de cada cual.

Gracias a ese camino recorrido vamos a encontrarnos, además, con las creaciones artísticas fruto de este proceso: poemas diversos, desgarradores, duros, tiernos, amorosos, oscuros. Poemas y palabras que en su voces tenían el poder de reivindicarse como artistas, como parte del mundo de fuera, como conquistadores de su mundo interior, y en última instancia como canal de denuncia del olvido de sus circunstancias.

4.3.5. ALGUNOS POEMAS DE “EL CEMENTERIO DE LOS VIVOS”

IGNORANTE

*Corrió...
Después de que lo alcanzara el olor a plomo
se agotó su alma, cayendo en un charco
que reflejaba la luz roja de su camisa blanca.
Duerme en lo profundo,
pues quiso valentía
antes de tener inteligencia.*

Orlando Boniche Oporta

CONGELADOS

*Atrapados en un congelador
Junto a otros que de tanto tiempo
ni se reconocen,
de carnes frescas e irreconocibles piezas grabadas,
atrapadas en un iceberg siamés
del extenso Artico miniatura.*

Bayron Jirón Bolaños

CARIBE

*Cálida brisa sube y baja, ritmo del calor,
piel oscura, llena de inspiración,
sale de la olla mágica, chile del picón,
que hace sazón al vapor.
Son de cada día, en el semblante calor,
esencial viento que sopla de lado a lado.
Vienes desde años, sigues sobre el paso del tiempo,
te llamas raíces, tienes tu día,
eres mundo desconocido.*

Luis Alexander Rojas Brown

SUBLIME

*Enamorado de tu belleza interior,
pura, como virgen,
las rosas de tu jardín te adornan
tus ojos azules color cielo en plenitud.
Te miro y me derrito ante tus brazos de algodón.*

*La suave brisa del viento golpea nuestro rostros sublimes,
tu carisma me inspira amar
este amor frágil que me envidia cuando está lejos.
Me acurruco entre tus almohadas,
no olvido tus detalles,
la luna y los astros te admiran y hablan de ti...*

Jonathan Cubillo M*

* Poeta que inspira el microrrelato del principio de este capítulo

4.4. EL ASOMBRO

RELATOS SIN CULPA



Deglutir las acciones humanas en situaciones límite, ordenarlas en base a derecho, darles fuerza y defender lo imposible, implica transigir con el tiempo propio...a veces hasta con los escrúpulos. Eso suele suceder, a no ser que cada mañana se levanten las ganas de aprender intactas, que se abran las puertas del asombro y que cada persona sea única, cada caso el primero y cada cita en el despacho ...un capítulo de la serie favorita.

Del asombro nacen por sí solas las nuevas capacidades, se crean y recrean los destinos cuando se miran con cara nueva, porque nunca, nunca, nunca "estando de vuelta" se disfruta nada. Pero hay días en que el asombro cambia sus letras, como quien cambia de falda, volviéndose sombra. Días de cansancio, rabia, mandíbulas apretadas, impotencia, injusticia o noches en vela con demandas imposibles...

Callada como estaba ante la locura adulta, la niña que habita dentro se asoma al Mediterráneo por la terraza, mira una luna inmensa rielar sobre el agua y se sorprende con la luz que siempre la sigue, es entonces cuando se vuelve la belleza motor de vida y se le desperezan las pupilas para asombrarse del mundo.

Coge lápices y papel con la mesa preparada para cocinar historias, historias que no tienen que ver con nada, o sí; historias que se buscan a sí mismas; que se encuentran en el periódico y se transforman en recuerdo vivo; que se escuchan en la calle, pero crecen en los matices de la palabra escrita; que buscan otra dimensión en una pecera, en un dormitorio o en un acantilado; que recuerdan a los olvidados o que olvidan a los mal recordados; que caminan entre el erotismo y la ternura...historias que se delatan y ríen el juego de las palabras.

Entonces la niña gana a la adulta, no hay temor que quepa en lo escrito. Se carga de alegría y por la mañana atenderá casos nuevos con las pupilas abiertas al asombro, ese que no para de descubrir las mayores vilezas y grandezas del género humano.

Eso sí, la niña estará al acecho en su territorio íntimo, en ese que no hay jueces, ni culpables. Velará para que cada relato llene la casa de una fresca brisa de pequeños placeres, mientras se burla de este mundo de grandes, que ha dejado el sitio justo, muy justo, para estar medio en paz.

No caben estrecheces en las palabras. Los relatos y las historias habitan un mundo infinito, casi perfecto, en el que las niñas duermen sin apretar las mandíbulas.

Norah Barranco Martos

4.4.1. EL ENCUENTRO

Mientras estuve colaborando con Radio Jaén Cadena Ser³⁵, con un espacio denominado Norahdrenalina durante el año 2012, el efecto de la difusión de los podcast me era totalmente ajeno. Pero resultó que alcanzaban mucho más allá de lo que yo podía imaginar cuando cada lunes grababa la sección. Fue así cuando, aun no sé muy bien cómo, llegó hasta Ana uno de esos programas en el que hablaba de la dependencia emocional. Ella, incansable buscadora, inició un rastreo a través de internet hasta que dio con mi blog y dejó un primer comentario a un post llamado "Vivir a bocajarro" en el que yo narraba mi experiencia después de sobrevivir al primer cáncer.

Anónimo 24 de abril de 2012, 13:53

Querida Norah, con lo que cuentas, cómo lo cuentas, y lo que transmites, me has dejado "desarmada", así que permíteme seguir haciendo un juego de palabras con el título de tu texto. Has vivido a bocajarro, porque ante un hecho así, no cabe más que beberse la vida a chorros, a morro, sin miedo a atragantarse. Disparar a bocajarro es disparar con un arma de fuego, desde muy cerca del objetivo, y cuando utilizamos la expresión "me lo preguntó a bocajarro", significa eso, de improviso y sin opción a réplica... Cuando alguien dispara a bocajarro no pide a su víctima que diga su última palabra, y el disparo de ese tal Hodgkin, era a quemarropa, y además sin silenciador.

Así, que regodéate en tu victoria, porque el Shérif, (el destino, o quien tú quieras que sea, que pa eso has salido victoriosa) ha pegado por toda la ciudad una foto con el careto del Hodgkin, debajo de una letras grandes y en negritas WANTED, porque todavía no entiende cómo pudo errar el tiro.

Así que enfunda tu arma, porque esa ciudad desierta en la que el Hodgkin te hizo la emboscada, ya no existe. Ni la cantina, ni el saloon, ni el árbol solitario del ahorcado.

Y yo te susurro, no, no vale la pena seguir viviendo a bocajarro, ahora te toca, porque te lo mereces, vivir bocarriba y escuchar crecer la hierba.

Uno de los primeros pilares de nuestra relación fue el intercambio literario. Durante años nos enviábamos nuestros escritos. No dejaba de sorprenderme la facilidad con la que Ana era capaz de transformar la realidad cotidiana en textos llenos de profunda reflexión crítica. Pero eso sólo fue el comienzo de una intensa relación de amistad que sigue nutriéndonos. Cientos de encuentros, conversaciones, apoyo mutuo y descubrimientos inesperados que nos han llevado a compartir insospechados caminos de vida, desde hospitales hasta selvas.

35 Gracias a Lola Romero por incluir esta sección en el programa "Hoy por Hoy"

Dado que, en este trabajo doctoral, escribir marca mi vida y las coincidencias no dejan de sucederse, también en la última etapa de su elaboración, cuando empezó mi nuevo periplo hospitalario por la reaparición del tumor, Ana se convirtió en unos de mis apoyos más sólidos. Lo que comenzó con un comentario de blog, se convirtió en una cotidiana ayuda para sobrellevar los momentos complicados que la vida me ponía por delante.

Podría estar muchas páginas enumerando las miles de coincidencias que nos han ido llevando por un camino común, pero voy a citar dos que son fundamentales: la primera que como *“buena hacedora de puentes”* (tal y como corresponde a la familia de senderos 5-14 a la que pertenece) es la única de las historias que ha compartido conmigo ambos países, el de los olivos y el de las ceibas.

Pasó conmigo la última etapa de mi estancia en Costa Rica, por tanto conoce a las personas protagonistas de las historias de allí que narro en este trabajo. En el orden de las historias también es un punto de inflexión, es la primera historia de una española después de las vividas y aprendidas en Costa Rica.

No es casual, porque ella también aglutina una parte de allá y otra de acá, en cuanto al pensamiento mágico y lleno de creatividad cotidiana que implica estar en permanente equilibrio entre lo aspectos más duros de la realidad (en su trabajo como abogada) y su capacidad de transformación de estos a través del humor, la imaginación y la escritura.

Para completar la visión de este encuentro me gustaría resaltar que, tres días antes de mi último diagnóstico, formé parte de la presentación de su libro *“Hoy no hay culpables”* (2018) Unos meses antes me había encargado el prólogo de dicho libro y lo incluyo aquí porque creo que es la descripción, no sólo del libro, sino de la relación de la protagonista con la escritura, que más se ajusta a la posterior explicación de por qué elegí este caso como ejemplo de las personas que pertenecen a la familia de senderos 5-14:

“Hoy no hay culpables. Así, sin más; un título simple, casi una declaración de intenciones, capaz de amparar toda la diversidad de estos cuarenta relatos.

No hay culpables porque muchos de ellos son tan contundentes que es imposible juzgarlos, son lo que son: fragmentos de creatividad que toman vida al ser escritos y que han acompañado a Ana en estos últimos cinco años. Eso, y que bastantes juicios vive a diario la autora, en su profesión como abogada, para que en el inmenso y libre ámbito de la imaginación, se inmiscuyan también las togas, las normas, las sentencias, las leyes... y las culpas.

Conocí a Ana en una de esas etapas de transición en las que toca reinventarse por completo; vivimos ese proceso codo con codo, y desde el principio, de manera casi mágica, empezamos a seguirnos por lo que ambas escribíamos, y mucho antes de ponernos cara, ya éramos capaces de sabernos, de intuirnos, de entrecomillarnos y de vernos entre líneas. Claro que esto se puede hacer cuando, como hace Ana, se escribe desde la más absoluta honestidad, sin pose, sin máscara, desde la fidelidad a cada palabra escrita. Una fidelidad que se convierte en el eco de sí misma, en un ejercicio de reescribir la vida, de dar válvula de salida a los temores, la indignación, la ternura y el humor.

Porque está claro que Ana no escribe de lo que no siente, ya sea la más dolorosa de las realidades en pasado, como sucede en el relato “Domingo de carnaval”, o en presente como en “Los ojos de Occidente”, eso sí, en ambos ejercicios de denuncia no hay ninguna necesidad de llegar a lo grotesco, ni a la descripción amarillista; no, ella habla de emociones y con ello ya logra crear todo un marco histórico, una película entera en tan solo una página que desarma cualquier intento de racionalizar.

Lo dicho, mejor no juzgar con la mente, porque las emociones ya hablan muy bien—ellas solitas— en cada relato.

Y en ese ejercicio se cuele su voz inconfundible, en la que se nos ofrece la posibilidad de acercarnos a los sentires de muchos invisibles. Es la suya una denuncia que se agarra por dentro al leerla, asomándose —sin protocolo alguno—, al sentir íntimo de las personas mayores, a las soledades más profundas, a las sexualidades ocultas, a los dolores de alma, a la doble moral, a la libertad creativa o a la otra que se escribe con mayúsculas.

Eso y la ternura, como fórmula de acercamiento a la mayoría de sus relatos —hay tres que no... ya adivinarán cuales— que, unida a una secreta creatividad juguetona, genera una elaboración espontánea que hace impredecible el rumbo del relato, pero es que Ana también es así; seguramente de ahí emane a borbotones su honestidad literaria.

Lo que acontece en el mundo, en su ciudad, en su vida, cobran una nueva dimensión a través de lo que escribe. A veces para reinventarlo, otras para que no se le olvide, otras de pura rabia ante lo injusto, otras por puro juego. Cada relato responde a un momento vital, pero todos ellos guardan su misma esencia: la capacidad de asombro ante el mundo, ante lo mejor y lo peor. Como reacción a ese asombro escribe para sí misma, para digerirse los aconteceres palabra a palabra; y luego resulta que al resto nos hace el inmenso favor de hacernos partícipes (algunas tenemos la suerte de ser también cómplices) y en esa visibilización mantiene la misma energía expansiva que, en muchas ocasiones, nos permite encontrarnos sonriendo mientras se nos entenece la mañana.

No, no hay un hilo conductor, ni una temática estándar en este libro, ni falta que hace. La vida no es un monotema, sino muchos, que nos permiten ser los personajes complejos y diversos que somos.

Quizás por ello, esta selección de relatos permite atisbar esa variedad que, a la vez, nos es común a todas las personas: la seducción, los besos primeros, el deseo, la política, los refugiados, la vejez, los juegos, la locura, la infancia, la nostalgia, las soledades, la denuncia, las risas, los llantos, los amigos, los temores, los sueños, la muerte... y en esencia, lo que nos hace humanos.

Discúlpennme, pero acabo de caer en la cuenta, de que sí que hay un hilo conductor: el latido impredecible y constante de la vida.

Hay más, muchos más matices, pero Ana me pidió que el prólogo no fuese más extenso que el libro, así que añado el matiz que le da una cadencia más personal y exclusiva a este libro (y a Ana per se) y es su ironía sutil, esa que emana de quienes han transitado los últimos años del siglo XX, en este país nuestro tan dado a los vaivenes, que acaba por reírse de sí mismo. Un humor hilado fino que salpica algunos relatos para evidenciar ciertas injusticias sin dejar opción a réplica, para hacer digeribles algunos momentos, para jugar con las palabras, las ideas y descolocar los conceptos.

También hay otras ocasiones, muchas, en las que la única intención es complementar el inmenso amor con el que estos relatos han sido escritos.

Pasen, lean y disfruten, no se corten, porque hoy—precisamente hoy—“Hoy no hay culpables”

Norah Barranco Martos

4.4.2. LA HISTORIA

DEDICATORIAS³⁶

A Caperucita Roja, por denunciar al hombre lobo y seguir con su vida normal. También a su abuela, que no pide que le pongan a su nieta una placa de reconocimiento en el bosque; tan solo pide que lo puedan atravesar las mujeres sin miedo por la noche.

A Cenicienta, que se quitó sus tacones de cristal, se tiñó el pelo de color príncipe azul y no se volvió a tragar ningún sapo más.

A Ricitos de Oro, que en su presentación en sociedad, y poco antes de descender por la escalera al salón principal, se quitó la tiara y, despeinada, les hizo un femenino corte de mangas a los invitados al baile que la esperaban.

A la Soldadita de Plomo, a la que el ejército nombró portavoz para quedar bien ante los medios, que con su bella y angelical voz de cuento... contó lo que pasaba en el cuerpo de pan y pimienta.

A Eva, por morder desnuda la manzana prohibida y salir del paraíso creado para uso exclusivo de Adán.

A los padres de la Sirenita, que nunca imaginaron tener una hija así.

A las hadas que se amotinaron con la película ya empezada. Y a las princesas que se levantaron a oscuras de la sala y dejaron sus vidas de sesión continua colgadas.

A la Bella Durmiente, que, cuando se despertó, denunció al que con una pócima la drogó y la violó.

A Gretel, por reivindicar ante el comité de empresa ganar el mismo salario que su hermano Hansel.

A la Ratita Presumida, que no se quiso casar con el gato que se la iba a zampar.

A las mujeres de Barba Azul, que, tras años de cautiverio en prostíbulos, hoy son libres y recogen firmas para que la ley castigue a los cómplices del barbichulo.

A las mujeres poetas que no quisieron ser poetisas, porque a los hombres que escribían poemas nadie les llamó poetas.

A Gloria Fuertes: poeta.

A Heidi, que se fue del pueblo con Clara, y a su organización, dedicada a concienciar a la sociedad de que es un invento de Pedro lo de las mujeres descarriadas.

A todas ellas, que han decidido ser felices sin tener que comer perdices.

³⁶ Dedicatorias con las que comienza su libro "Hoy no hay culpables"

El listado de arranque de agradecimientos de su libro resume, a la perfección, su actitud ante la vida.

Lejos de encontrarnos las dificultades vitales de otros capítulos, la constante en Ana es su permanente lucha por la justicia. Eso y la observación de la inseguridad que aprendimos -generación tras generación- las mujeres y que no nos permite vernos en nuestra verdadera dimensión y potencial.

Son estos dos factores: el aspecto de *"abogada incansable"*, capaz de trabajar 14 horas diarias si es necesario, y que la lleva a estar situada -en el ranking de eméritas legal- en el tercer puesto de Málaga en cuanto a juicios ganados. Y el de mujer consciente de la necesidad de transformación de los roles de género asignados por el patriarcado, lo que hacen del feminismo una de sus más evidentes señas de identidad.

Claro está, eso implica un cotidiano esfuerzo, que Ana es capaz de catalizar a través del humor, la ironía y la creatividad. Ana escribe para rebelarse, para ironizar, para desnudar al mundo, para encontrar su elemento mágico, para sorprender y a veces para que *"su niña interior juegue con las palabras"* a reinventar lo que le acontece, lo que escucha en el despacho, los desastres de los desamores llevados a los límites jurídicos, pero sobre todo la desazón cotidiana de ver vidas en deconstrucción, en desesperanza, en frustración.

Lectora empedernida desde pequeña, su amplio bagaje vital e intelectual, le permite jugar de manera espontánea con los temas que le llaman la atención para redefinir, en un ejercicio de casi meditación, y denunciar o dulcificar la realidad dependiendo de lo que la emoción pida en cada estímulo. Ana se ríe con las palabras, las desconcierta, la une y separa con la facilidad del juego, sin ninguna expectativa, quizá de ahí el eclecticismo temático de los relatos de su libro.

"(...)en ese escharbar en el pasado no hay victimismo ni autocompasión por parte de los narradores sino una mirada casi humorística y una luminosidad que genera disfrute e inspiración, sin llegar a rozar la frivolidad. Gómez Perea trabaja desde la ironía las posibilidades que se abrieron a causa de esa herida: es decir, sus relatos se construyen desde las posibilidades de la vida y no desde el fracaso, y eso me parece que le otorga a este libro una fuerza contundente." Tes Nehuen lo define así en su blog de crítica literaria *"Poemas con alma"*.

Yo añadiría más, el juego con mayúsculas, como elemento clave de esta familia de senderos, se transforma en un elemento de poder frente al lector: la mezcla de la ficción con su realidad profunda adquieren unos matices que son imposibles de discernir para quien la lee, pero que forman parte del trabajo de esa niña interior que enseña o esconde, sin más pistas que la intuición. Que disfruta el momento de juego -y poder- parapetada en sus relatos, para no dejar que la adulta se tome demasiado en serio, ni tan siquiera su propia capacidad literaria.

4.4.3.SENDEROS DEL ARBOL DE LA VIDA.

FAMILIA DE SENDEROS (5-14) HACEDORES DE PUENTES.

VIENEN A DESARROLLAR LA ALEGRÍA, LA ILUSIÓN, LA CANDIDEZ. VIVIR EL MOMENTO. HACER PUENTES ENTRE LO DE ARRIBA Y LO DE ABAJO.

SENDERO 5: La risa, lo sorprendente e insólito. Lo lúdico. El ritual. Recordar lo olvidado. Lo de abajo se conecta con lo de arriba. El placer como opuesto al dolor. El que tiende puentes. El por qué subjetivo de las cosas y los actos. La autosatisfacción en la motivación. El placer de vivir. Los ritos de acomodación. La vida Eterna. La enseñanza externa.

SENDERO 14: Flexibilidad, adaptabilidad, devoción. Confianza. Alejarse de los extremismos. Templanza. Moderación. Sobriedad. Ponderación. Aceptación de la ambigüedad. Aceptación de los fallos del otro.

Y es que la niña interior que saca a pasear Ana no es lela, es de un profundo compromiso con la vida. Pese a tener las crisis en el sendero 5 no hay infantilismo, más bien exceso de realidad que requiere de un esfuerzo de coherencia para seguir apostando por los aspectos luminosos de la vida.

Como en el Principio de Polaridad³⁷ del Universo, Ana usa su péndulo interior para llevar de un extremo a otro las situaciones que la asaltan en su camino, conectando lo más prosaico con lo más sagrado sin que esa sea la intención. Es su capacidad de servicio y solidaridad la que la lleva a conectar con la divinidad de la manera más simple y natural, resolviendo de manera -a veces inspirada y casi milagrosa- algunos casos, conectando de esa manera lo de arriba con lo de abajo, lo material con lo espiritual (pero díganlo en voz baja, que se asusta de creerse su propia espiritualidad)

Su sendero 5 no se deja nada en el tintero: es tal cual lo definen los manuales. Es risa y búsqueda del humor, o al menos de la sonrisa, usando para ello todo un despliegue de creatividad que encaja en la espontaneidad natural del sendero.

Pero no es baladí ese humor, señala metafóricamente situaciones que, pese a parecer infantiles, poseen un trasfondo reivindicativo, valga este microrrelato como muestra:

³⁷ Capítulo 6

La abeja reina

—¿No oyes? La Reina está llorando.

—Es cierto —dijo él—. Ve a ver qué le ocurre y, si no es grave, consuélala, y si lo es, ven a llamarme e iremos en su ayuda.

—No hay nada que hacer —le dijo a su vuelta—. Ha echado a todas las damas de compañía de su corte. Las pobres llevan dos días desconcertadas, pululando como enjambres alrededor de sus aposentos. Antes de echarlas, pidió que retiraran todas las reservas de jalea real. Ya es el segundo día que no ingiere ningún tipo de alimento y se pasea por la habitación diciendo a voz en grito que está harta de la vida marcial que lleva, que se niega a seguir sirviendo a zánganos que lo único que buscan es fecundarla para perpetuar la especie; reniega de su condición de reina, dice que no seguirá generando feromonas, y que sea otra quien cuide de los huevos.

—¿Y eso es todo?

—No, también se ha puesto un piercing.

Es el asombro por todo lo nuevo (sus lágrimas de emoción al descubrir una playa llena de pelícanos en la costa del pacífico costarricense, dibujaban un poema -de lo más descriptivo- sobre el asombro al que hago referencia) el soplo de aire fresco de sus creaciones. Un asombro que, pese a sus intentos constantes de racionalidad para no traicionar al rol asociado con su profesión, se le escapa por rebosamiento incluyendo en ello aspectos del sentido mágico y ritual de la vida. Es por eso que en ocasiones prefiere no aceptar su propio asombro por temor a parecer pueril, sin embargo, es precisamente ese aspecto el que transforma la neurosis de su sendero en crisis en iluminación personal, y de camino a quienes se cruzan en su trayecto. Una toma de conciencia de la importancia del juego, de la búsqueda de una trascendencia ritual que transforma en vida hasta las cenizas:

Corazones de ceniza

Nuestros cuerpos entrelazados yacen inertes en una vitrina del museo de Pompeya.

Quienes pegan sus narices al cristal imaginan horrorizados nuestro final.

¡Pobres mortales!, no saben que fue tu lengua la que incendió mi deseo, que al calor de tu piel recorrí con mi sexo el volcán de tu cuerpo, que no me abrasó el Vesubio, sino las pupilas de tus pechos.

¡Malditos turistas voyeurs, que el mar os lleve fuera de esta isla en el crucero que os trajo presos! Ya solos, sonríes en la quietud de la sala, y mi corazón de ceniza te busca para seguir amándote, como aquel temprano día del año 79 d. C.

El porqué subjetivo de las cosas se redimensiona en sus narraciones, como en el texto anterior, como una reinvención de infancia cargada de ternura, a veces de surrealismo y otras de denuncia.

Pero ante la pregunta de *¿por qué escribes?* la respuesta no puede ser otra que “por placer”, porque la motivación intrínseca no deja de ser el disfrute propio, la autosatisfacción. Aunque su acto narrativo está imbuido de una trascendencia del presente, un “ahí queda eso” que -sin pretenderlo- supone dejar huella en quienes la leen, por esa sencilla eternidad de la que se reviste cualquier creación y que viaja más allá de quien la crea.

RECETA CASERA DE MELAZA

Cuando abrió la puerta, allí estaba la torta de Algarrobo, pidiéndole esta vez papel de envolver regalos. Sí, su vecino era una torta de Algarrobo, de esas que se te quedan pegadas entre las muelas y es imposible deshacerse de su masa pegajosa, a menos que te laves dos veces los dientes.

A sus cincuenta años, y después de haber probado con todas las dietas posibles, la única que le había dado resultado era la de asociar una comida a cada hombre que se le cruzaba en su camino, ya fuese con el Algarrobo de su vecino, con el membrillo de su portero o con el higo chumbo de su jefe.

Con esa asociación de ideas, había conseguido varios objetivos: no saltarse el régimen, zamparse a los hombres sin necesidad de probarlos y evitar que cualquiera de ellos —ya fuese una cerveza con dos dedos de espuma o unos huevos rotos con jamón— la volviese a tumbar en la lona del desamor. Ahora era ella quien mandaba, sin necesidad de ir a yoga para hacer la ridícula postura de la grulla extendida y sin aguantar las excentricidades de su loquero.

Y así discurrían sus pacíficos días, hasta que el chumbo de su jefe le presentó a su nuevo compañero de trabajo; un donut de chocolate casero, con glaseado de azúcar, cubierto de almendritas. Y es que, aunque el donut tuviera un agujero y ella fuese consciente de que si no ponía remedio, iba a terminar desapareciendo por aquel desagüe cual croqueta del puchero, a duras penas podía contener el irrefrenable deseo de tirarse de cabeza al hoyo. Y eso no era lo peor, porque cada vez que el donut entraba en su despacho, escuchaba la voz bombón de Celia Cruz diciendo: «¡Asúcar, azúcar, azúcar!», y entonces la habitación se llenaba de globos rosas de algodón de azúcar que se iban hacia el techo y se quedaban allí pegados como farolillos de una verbena.

En esos momentos —y mientras el donut le hablaba de informes y de balances—, ella luchaba por no pedirle que la sacara a bailar, aunque fuera solo hasta la fotocopidora, o mejor aún, hasta la máquina del café, para mojar el donut y migarlo con el capuchino; su pulso se aceleraba, y una voz interior le repetía que tenía que decírselo antes de que terminara hecha un buñuelo chorreando pringue; no hay nada más triste que verse como un buñuelo de esos que nadan en círculos y suben una pequeña noria en los puestos de feria y... Y...

—¡Quiero ser un coco! —le gritó al donut cuando se disponía a salir del despacho—. ¡Un coco de piel dura, llena de pelos, y con mi propio chorrito de agua para apagar este picor que me prende el cuerpo en llamas!

En ese instante sonó el despertador. Su sexo rezumaba melaza y sus pezones se erguían desafiantes como las guindas de una tarta en un mar de merengue. Ese fue el único día que faltó al trabajo sin causa justificada. Apagó el despertador y se fundió entre las sábanas hasta que llegó al punto de nieve.

En cuanto al sendero 14, las características de flexibilidad, moderación y adaptabilidad encajan a la perfección con su desenvolverse en la vida. Una vida a la que se adapta desde una perspectiva cómoda, pero de una manera llamativa, también en la variedad de temáticas que emana de sus escritos. Aun así muchos de ellos buscan despertar la atención, o llamarla, sobre determinados temas, de una manera sobria, pero sin desmerecer la búsqueda de una justicia social sobre la que pivotan su vida y sus escritos:

Los ojos de Occidente

Buenas tardes, nos encontramos en el campo de refugiados sirios de Idomeni. Como les venimos informando, todos los niños ahogados han salido de las aguas y llevan horas buscando a sus padres entre las tiendas de campaña.

Hasta el momento, los padres están cumpliendo de forma ejemplar el pacto alcanzado por los miembros de la Unión Europea y siguen sin reconocer a ninguno de ellos.

Una de las madres ha estado a punto de infringirlo. Por fortuna, los observadores internacionales allí presentes han impedido el contacto.

Como pueden advertir en las imágenes, tan solo los más pequeños siguen apostados junto a las tiendas de campaña, con la esperanza de dejar de ser invisibles. Algunos vagan en silencio y sin rumbo fijo por el campo, pero la mayoría dirigen sus pasos de nuevo hacia el mar. Seguiremos informando.

La neurosis de las crisis en el sendero 14 suele corresponder, en su aspecto sombrío, a la negación a asumir la responsabilidad en las situaciones. Dado que la tendencia natural de esta familia de senderos es huir del conflicto y tratar de evitarlo, cuando este emerge suelen tardar un tiempo (si es que lo hacen) en atribuirse la parte de responsabilidad en lo sucedido.

Como parte de la familia de senderos afloran las connotaciones infantiles del sendero 5 y les resulta más fácil señalar los fallos del otro que reconocer los propios. De ahí que las crisis en esta familia de senderos vayan encaminadas a esa encrucijada que les facilita las situaciones necesarias para afrontar que, por mucho que se sea flexible, en ocasiones la vida nos obliga a posicionarnos. Para ello el nutriente fundamental de nuestra protagonista son las relaciones de pareja, no sólo las suyas propias, sino -sobretudo- las que ve desmoronarse diariamente en su despacho.

Formas de amor y desamor desgarradoras que, al margen de los asuntos legales, que son el motivo de su consulta, nutren el rico imaginario que Ana posee a la hora de escribir y de transitar por la vida.

DERIVACIONES DEL AMOR

El impuntual, que cuando llega, ya te has ido.
El clandestino, que te busca para que cruces la frontera desnudo.
El que habla en segunda persona porque quiere ser como tú.
El esdrújulo, el acentuado.
El religioso, al que le tienes que poner una vela. Ora pro nobis.
El prisionero, que no sale por miedo.
El arrepentido, que deambula pegando a las puertas, porque ya no le abren en ningún sitio.
El no eres tú, soy yo, pero por tu culpa.
El ineludible, el insoportable.
El animal. No, ese no, el de Greenpeace.
El inesperado, que te arrebató y desarbola.
El masoquista, que te tumba en la lona del desamor; tercer round.
El amor de granero, el que se lo monta con la aguja en el pajar.
El de los dinosaurios, que se extinguieron por no poder dar abrazos.
El pleno. Existe, yo lo vi. Pleno al quince.
El amor de diván que paga al terapeuta para entender por qué no lo quieren.
El platónico, ¡qué aburrimiento de mírame y no me toques!
El romántico de Romeo y Julieta. Lee más.
El celoso, que sabe cada paso que das.
El amor a uno mismo. Onanismo.
El de Cuenca..., el de los conquenses que se quieren.
Mañana más, amor.

Es por eso que para terminar he elegido esta enumeración en la que se hace patente la necesidad de ironía, esa que hace a Ana capaz de transitar del logos al mito, de la realidad tangible al juego, esa que hace más amable la existencia, la propia y la ajena.

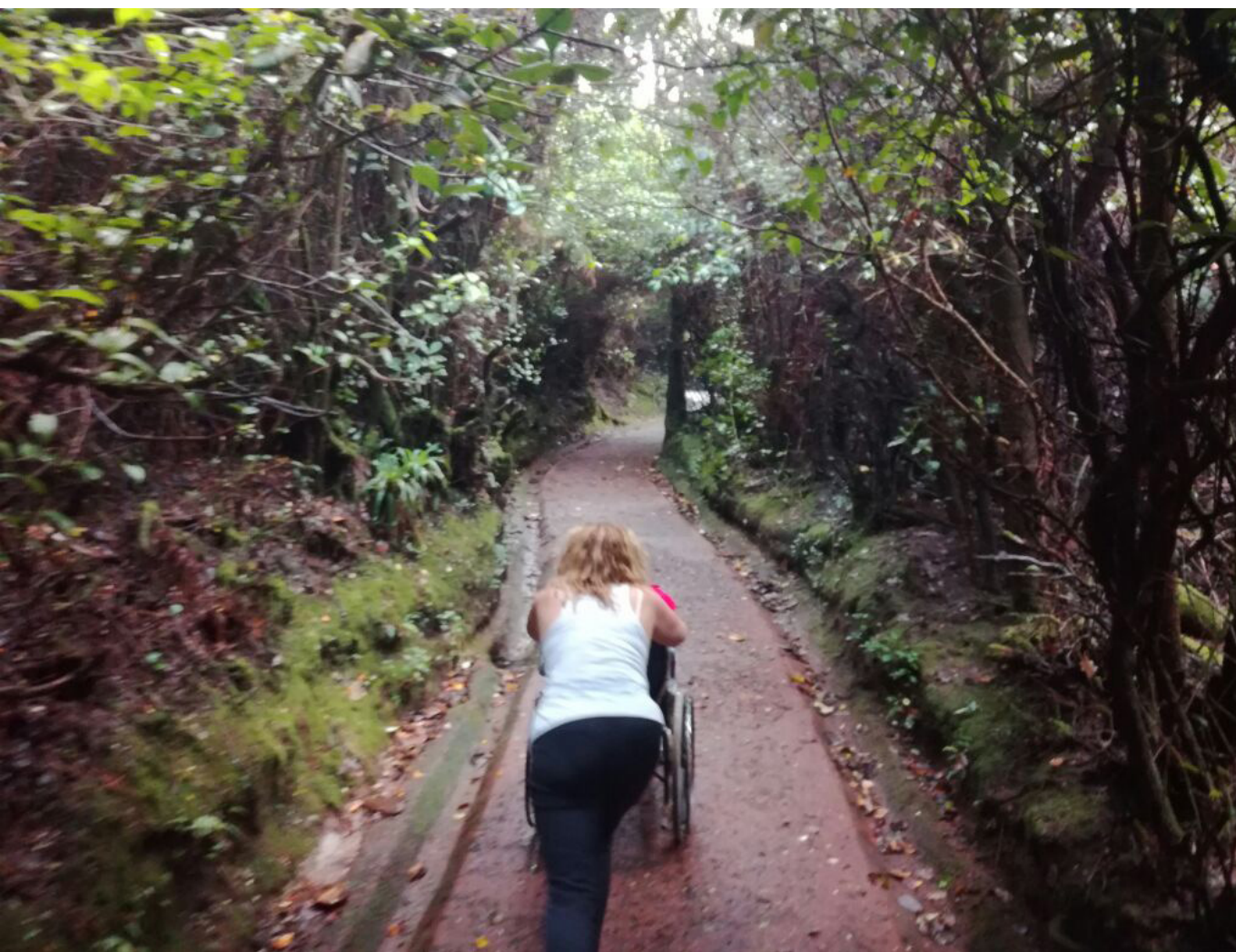


Foto: Subida a la laguna del volcán Poas (2016). Foto de la autora.



4.5. BAILAR EL MANTÓN

AMARTELARSE EN EL FLAMENCO

Se agarra al mantón y lo revolea, lo juega, lo seduce,
crea imaginarias figuras imposibles que,
durante un segundo,
agitan el escenario y lo vuelven magia
de luces, sombras, colores y aire.

Sube serena al tablado,
extiende la bata de cola y respira la supervivencia.
Suelta en cada taconeo los malos pensamientos,
los pisa, los lanza lejos,
mientras suda su piel la pasión de amar lo que hace.

En cada actuación, en cada aleteo de sus manos,
se instala en el espacio de libertad que, desde niña,
le ha marcado la cadencia de sus pasos.

Tangos, soleares, bulerías y la música de dentro,
que marca con el pie en un compás propio,
la libran a diario de los miedos,
del enfado por las oportunidades perdidas,
de la sombra famélica de su pasado,
y de la mirada inquisitiva de la normalidad
que no entiende de su pasión.

Calla y baila, baila y calla,
mueve los años con la flor de la cabeza,
sangrándole las heridas de no haber sido más valiente.

Entonces , cuando parece que todo fue imposible,
mira de reojo su vida:
de la mano caminan los temores,
la familia, el amor, la libertad y los tacones.
No fue fácil hacerlos amigos.

Pero es justo cuando el mantón le juega en las manos,
el momento en que se le desvanecen las trabas para volar.

Es por eso que se le vuelven aves las libertades de dentro,
se engalanan y salen al escenario ,
desprendiéndose de la piel de su alma,
desterradas del país de los grises,
transformadas en agradecimiento a la vida
por regalarle el compás flamenco.

Norah Barranco Martos

4.5.1. EL ENCUENTRO

Entró como un torbellino por la puerta del Centro de Información Juvenil³⁸, con su cola light en la mano. Tenía 19 años y se comía el mundo, *"le salía la energía por los cuatro costaos"*, y eso que por las noches trabajaba en el Pub Tijuana, un mítico lugar de las noches marteñas, que abrió con su hermano en los años noventa.

Vino a contarme que ella era bailaora y que, como en el centro organizábamos actividades culturales para visibilizar las iniciativas de los jóvenes, había pensado en que si había algo ligado al flamenco, contáramos con ella.

¿Bailas flamenco?, pregunté ingenuamente.

Entonces soltó el bolso, la lata, apartó las sillas, se dio la vuelta y arrancó a zapatear con un ritmo trepidante, transformando mágicamente con sus largos brazos -acordes a su esbelta figura- el aire gris de aquella aburrida mañana en el centro.

Mientras mi compañera de trabajo y yo la mirábamos boquiabiertas, la puerta del centro se abrió de un golpe, era el director del área de cultura que tenía su despacho justo debajo del nuestro *¡creí que se caía el techo!* dijo. Aun nos reímos al recordarlo y eso que han pasado casi veinte años desde aquel día.

Claro está, organizamos varios eventos en aquellos años y siempre contábamos con Mamen Laguna cuando había flamenco de por medio. Pero han sido muchas las actuaciones posteriores las que me han permitido constatar la valía artística y profesional de esta bailaora.

¿Y por qué no es conocida?

De eso trata este capítulo precisamente, de las dificultades que entraña a las personas que traen tareas en los senderos 6-15 de su árbol de la vida para encontrar su camino de libertad interior, de tomar decisiones y de autodeterminarse en el mundo.

Durante todos estos años hemos coincidido muchas veces, en una de las últimas ocasiones ella me hablaba de lo mucho que le gustaba dar clases de iniciación al flamenco, porque notaba los cambios que experimentaban las alumnas. Como se apasionaban, se reían, se empoderaban y jugaban. Mientras lo contaba yo pensaba que eso mismo era lo que ella vivía, gracias al flamenco, desde que la conozco. Fue por esa razón que un día caí en la cuenta de que en su árbol de la vida ella tenía las crisis en los senderos que daban explicación a su situación vital y le propuse una entrevista. Hasta que no nos sentamos con la grabadora de por medio, no entendí el alcance de lo que bailar supone cada día para Mamen: me sobrecogieron sus palabras. Es por ello que transcribo -literalmente- algunos párrafos, mucho más descriptivos, que cualquier análisis que se pueda hacer de los mismos.

38 Trabajé en el Centro de Información Juvenil de Martos, entre los años 1999 y 2004

4.5.2. LA HISTORIA

Mamen³⁹ vivió los primeros años de su vida en Getafe. Sus padres, naturales de Martos, emigraron en los setenta a la capital, una familia unida y humilde, a la que la nostalgia del terruño fue marcando hasta regresar a finales de los noventa.

Con apenas tres añitos su madre la matriculó en una escuela de ballet, pero bastó un año para que todos se dieran cuenta de que el ritmo de la niña miraba al sur, así que con cuatro años, aprovecharon que en su colegio daban clases de baile y, con esa edad, ya estaba aprendiendo iniciación al flamenco.

"Yo creo que hay que empezar con la danza antes que con el flamenco, para aprender a colocar tu cuerpo y sentirlo libre, a escuchar otros tipos de música; y entonces ya cuando vas conociendo músicas te vas encaminando a una cosa o a otra, porque cuando tu coges el flamenco duro, duro de primeras..., o te engancha bien o no hay manera de soportarlo (...) mi primera Maestra era cantante de copla, y se iba a hacer actuaciones a los barrios, o a los pueblos y nos cogió a tres niñas con seis años y nos íbamos con ella a bailar, así estuve hasta los doce, por eso después, como estaba acostumbrá a que tenía que ir pintada como una puerta, me pasé toda la adolescencia que me ponía na más que el rímel, porque desde tan chica ir maquillada era una cosa rara"

Llegar tan joven al escenario implicaba un nivel de autoexigencia y perfeccionismo que reflejan esa actitud que marcaría, a posteriori, la vida de Mamen. No obstante esa primera maestra ya le empezó a notar esa rigidez consigo misma y le avisó de que ese no era el camino: *"Me dijo, no Mamen, por ahí no vamos bien, tú tienes que disfrutar, disfrutar de la oportunidad, no todas la tienen (...) fue ella quien me dijo que me iba a dedicar al baile, cosa que no le decía a mis compañeras. Cuando cerró la escuela, yo tenía doce años, me llevó a Madrid a la escuela de Amor de Dios, que pa mi es la mejor que hay, iba tres horas al día"*

Pese a las oportunidades que le brindaba las posibilidades de formación en Madrid, Mamen toma la primera gran decisión respecto a su vida con dieciséis años: decide regresar a Martos, sola, cuando su abuela enferma (las figuras maternas tan presentes en el sendero 6). Esa vinculación al origen es una constante en todo el discurso de la bailaora que, una vez tras otra, repite en su vida la dicotomía Martos versus Mundo, llegando incluso a rechazar un contrato en Japón que pudo cambiar completamente su carrera. Pero esta primera decisión de regresar a las raíces, también es fruto de la desubicación que las personas que emigran sienten en sus lugares de acogida, llegando a idealizar esos orígenes, como clave de sus sentires en el mundo.

39V Mamen Laguna Teba, bailaora de flamenco. Madrid, 1979

“Desde que era muy chica, como mis padres siempre han tenido bares, en verano me bajaba yo sola, o en semana santa, o en navidad. Realmente es que yo deseaba que llegara unas vacaciones pa venirme pa Martos, porque estaba mi abuela Carmen que era devoción pa mí y cuando se puso malita: yo dije me quedo en Martos. Yo, por entonces, ya estaba en la compañía de Rafael de Córdoba. Yo tenía 16 años, al año o así se vinieron todos, pero quien empezó fui yo. Al principio tuve un problema gordo con el flamenco, luego me di cuenta de que fue lo mejor que me pasó. Busqué varias escuelas en Jaén, pero no encajaba porque empezaban con bailes regionales, otras veces las academias eran los sábados, pero yo trabajaba en el pub los viernes y era una barbaridad.”

Fue en ese momento cuando empieza a recibir cursos en una prestigiosa academia de Granada, y desde el principio, recibe la oferta de bailar en tablaos flamenco del Sacromonte. Cuando recibe el vestuario, heredado de otras bailaoras, se da cuenta de que no cabe en los vestidos. Ese es el principio de sus posteriores trastornos con la alimentación que pudieron ser más graves y así lo expresa en la entrevista, marcando esta época un antes y un después en su relación con el baile, con la vida, con la soledad y con su propio cuerpo. En esta etapa, ella atribuye a J. su marido y padre de sus hijos, el respaldo que necesitaba para salir de aquello, así como el apoyo para reenfocar su carrera. *“Si no hubiera aparecido él, habrían pasado cosas serias con la alimentación. Yo una dieta de 29 días, la hice dos veces y luego quince días comiendo sandia, porque yo quería entrar en ese traje. Y a los dos años ya le dije a Mariquilla lo que me pasaba, pero era la inocencia de niña, digo yo (...) pero yo no volví a sentirme bien en un escenario hasta que volví a Martos. Volví a la formación y a pagármela como siempre con mi propio trabajo, o en el pub o dando clases (...) y hasta que no me casé, con 25 años, no pude disfrutar otra vez, porque cuando me llamaban a bailar me daba otra vez la historia del físico”*

En ese regreso a Martos, comienza a trabajar como formadora, desde entonces, casi veinte años, sigue en el pueblo. Trabaja en la Universidad Popular de Jaén, imparte talleres en distintos pueblos. Se casó con 25 años y tuvo dos hijos, un niño y una niña. No ha parado de formarse con las mejores bailaoras, en Sevilla, Jerez, Madrid, Córdoba, Granada,... Crea espectáculos flamencos, recibe encargos de las instituciones públicas (representa a Jaén en Ferias Internacionales, las últimas en Milán y París) y actúa cuando las circunstancias acompañan.

Madre, esposa y bailaora..., o bailaora, madre y esposa, o cualquier otra combinación posible, crean en Mamen un ejemplo de malabarismo vital. Una mujer con una poderosa energía que desde la cercanía de sus orígenes, establece una relación con el baile tan bella que es capaz de canalizar en él dudas, inseguridades y recuerdos.

Este capítulo está basado en la entrevista que realizamos, pero también en su trayectoria, que afortunadamente conozco, desde hace tanto tiempo. Ha sido tal su generosidad y la franqueza de sus palabras, que me he visto en la tesitura de eliminar algunos párrafos y reconducir otros para salvaguardar su intimidad. No obstante, considero que esta historia, tal y como está, capta a la perfección el proceso que transitan las personas cuyos senderos del Arbol de la Vida, que vienen a sanar, son la familia 6-15.

4.5.3. MOMENTOS ESTELARES

"Y con el mantón me pasa igual, hay bailaoras que lo doblan y lo cosen, los míos no están cosidos porque me gusta el riesgo de cuando se te van. Y la imperfección me gusta, se te va, no está el pico perfecto pero eres capaz de hacer así y tirar de él y ponerlo perfecto, es jugar con ellos."

El anterior fragmento de la entrevista es el momento más significativo y aclaratorio de la misma. La metáfora sobre la imperfección de los movimientos del mantón libre y lo que eso implica como elemento de creatividad espontánea. En tan pocas palabras alude a la analogía que, en su vida, exige permitirse no aferrarse a los modelos establecidos y hacer malabares con su proceso de recuperación del ritmo y pasión por el baile. El juego de recuperar el mantón, como recupera el rumbo. Un continuo ir y venir que implica la constancia, la responsabilidad y la libertad.

"Yo mi pasión, mi persona, como yo: es el baile. Pero yo en casa no puedo decir que mi pasión es ésta, allí tengo que decir que mi pasión son mis hijos, que también lo son, pero estamos hablando yo como persona, como me siento bien. Es sentirme realizada."

Esta fundamental diferenciación entre la pasión personal, la realización, y el efecto "madre perfecta" de las imposiciones sociales, abren una herida que -más allá de la historia que nos ocupa- es un estigma social para las mujeres que tratan de realizarse en cualquier ámbito. Cuanto más si el ámbito elegido, exige de una exposición pública, de un mostrarse al mundo a través de su trabajo.

El límite a la propia necesidad de expresar sus pasiones, se convierte en una injerencia a la autodeterminación, al desarrollo propio, que en este caso lleva a la protagonista a la recogida en el aire del mantón vital, cuando se le descuadra en una imperfección, que realmente no es tal, tan sólo es el elemento motivador para seguir eligiendo sus prioridades, sin descuidar nada. No es fácil tarea.

"Mira que tengo yo canciones para elegir, y palos que me gustan, pero ha sido preguntarme por una canción y me ha venido a la cabeza "Que no daría yo por empezar de nuevo" de Rocío Jurado. El otro día me vino a la cabeza viendo a La Lupi hablándole a mi hija. Yo sería otra si la hubiera encontrado cuando estaba empezando."

Al margen de lo que hubiese supuesto dicho encuentro, el título de la canción elegida entraña una profunda reflexión, para la que sobran explicaciones.

4.5.4. SENDEROS DEL ÁRBOL DE LA VIDA

FAMILIA DE SENDEROS (6-15) AMOR- POSESIÓN

VIENEN A DESARROLLAR LA MATERNIDAD, LA NUTRICIÓN, EL LIBRE ALBEDRÍO. TRABAJAR EN LIBERTAD. RELACIÓN CON LA MADRE Y CON LAS MUJERES MAYORES. MEMORIA DIGESTIVA.

SENDERO 6: Libre albedrío. La libertad. La elección. La renuncia. La Eliminación. El agujero negro de vida que absorbe todo. Embellecer y Glorificar la Inteligencia. Purificar para curar y sanar. La selección. El desapego. La Intuición. La toma de decisiones. La inseguridad. La Feminidad. La manipulación. La autoridad sutil. Las relaciones con la madre y mujeres mayores. La ambivalencia. El vicio. La virtud. El entendimiento del corazón. El Amor responsable.

SENDERO 15: La Memoria. La experiencias desagradables. Bajar a lo oscuro. El Subconsciente. La Noche Oscura en aspectos mentales: la aceptación de la propia confusión. Las relaciones con las hijas y descendientes femeninas en general. La magia negra. La memoria digestiva. Las regresiones. Los sueños. La rabia, la envidia, el odio. La conjunción de opuestos. La atracción sexual. La ambivalencia. Las fuerzas astrales. La egolatría del cuerpo sobre el alma. El miedo al mal.

Esta familia de senderos representa las características asociadas con la elección, la renuncia y la libertad, respecto al sendero 6. Y la relación con la propia mente y la sombra personal, respecto al sendero 15. Esta combinación genera una constante duda sobre el camino a seguir, dado que la potente energía del 15 implica un análisis que, en ocasiones, anda limitando los verdaderos deseos, por la implicación de boicot mental autodestructivo, así como temor a la locura, a ser tratada como tal, o a la depresión. Una sombra poderosa, la mente subconsciente, muy enraizada en la materia. Esta energía puede llegar a ser muy densa, con lo que ello implica de limitación para avanzar: demasiado peso de los pensamientos negativos, del pasado, de la memoria, de la mente.

Mientras el sendero 6 genera situaciones en las que elegir entre dos caminos, el 15 enturbia esas decisiones con temores y bloqueos. Las inseguridades que genera esta situación son compensadas con la búsqueda de cordones umbilicales, con la dependencia de otras personas a las que se las considera más sabias que a una misma (una falacia de la mente para evitar el uso del libre albedrío). Estas situaciones pueden llegar a ser de auto-castración, limitando las posibilidades del campo de acción personal, para encajar en modelos sociales estandarizados, evitando así la confrontación que a veces se requiere, para desapegarse y seguir el camino propio.

En ese sentido, si hay un modelo estandarizado en nuestra sociedad es el de la maternidad. Sumado a la exigencia personal que el cuidado de la prole supone, está el de los mecanismos del sistema para modelar las formas de relación e implicación de las madres en la crianza.

¡Lo que les faltaba a las mujeres que transitan estos senderos! Ellas, que generalmente se cuestionan ya a sí mismas como madres. Viven la maternidad como una prueba constante y, gracias a la influencia del sendero 15, se les desata un miedo inconsciente a no saber cuidar y proteger a sus hijos, porque una parte de ellas cree que no han sido bien nutridas, ni protegidas, y es, en ese conflicto mental, por donde navega su sombra.

¿Qué sucede con esa duda? Entre otras cosas, gracias al Principio de Vibración⁴⁰, atraen situaciones en la medida que vibran en ellas, es decir: si dudan de sí mismas atraen a sus vidas a personas que les sirven de espejo (o de caja de resonancia) que les muestran esta parte de duda. Si creen ser “malas madres”, atraen a personas y situaciones que les muestran esa imagen de ellas, fomentándoles ese conflicto y limitándolas aun más en el uso del libre albedrío. Sólo se puede salir de ese círculo vicioso, asumiendo la propia sombra. Aceptando la confusión y siguiendo el instinto propio.

Si a nivel social se habla de conciliación con la vida social y laboral, a nivel íntimo se trata de conjugar la necesidad de operar desde la libertad, frente a la culpa de no hacer lo que la maraña de pensamientos sobre la responsabilidad que las envuelve, dicta a cada momento.

Hablo en femenino, porque el caso que nos ocupa es una mujer, aunque también algunos hombres asumen esta dicotomía en sus vidas. Es la maternidad física el caso más evidente, pero también se pueden asumir actitudes de maternaje con miembros de la familia, parejas, amistades, grupos sociales, entornos laborales, etc.

Parece que hablo de una obviada que todos los seres humanos padecemos, pero en el caso de esta familia de senderos se acentúa considerablemente, convirtiéndose en el centro de sus vidas, como una constante carga que no para de poner delante las decisiones relativas a la nutrición en sentido amplio. No hablo de la nutrición relativa al alimento físico exclusivamente, que también, si no a nutrirse de las experiencias, de las pasiones, sobretodo del amor.

Están, en esta familia de senderos, relacionados los términos amor maternal y nutrición, dado que el primer alimento que recibimos es la leche materna, como símbolo del amor materno. Por tanto comer se vuelve un factor de control de la ansiedad, para sustituir a la saciedad -en sentido receptivo- de amor. Ya sea por exceso o por defecto. En este último caso es castrar al cuerpo, castigarlo, para ajustarse a un modelo irreal, pero que la persona vive como el necesario para ser querida, o al menos no rechazada.

En el siguiente párrafo de la transcripción, Mamen habla de ajustarse a un vestido sin decir nada, un “ajustarse” que niega al propio cuerpo para ser aceptada en un grupo, curiosamente gestionado por una figura de maternaje: su maestra.

40 Epígrafe 2.3.

"Yo quería seguir aprendiendo y bailando para mí (...) me esperé un año y cuando me saqué el carnet, cambió todo. Con dieciocho años me fui a bailar con Mariquilla en Granada, me eligió el primer día. Yo iba los lunes y me metía en las clases de todos los niveles, pero decidí quedarme en Granada toda la semana y ahí empiezan los problemas: cuando llegué al tablao el vestuario ya estaba hecho y me faltaba lo más grande para entrar en los vestidos, y ahí empecé a jugar demasiado con la comida. Llegué a actuar en el tablao pero me tuve que salir de ahí porque yo al final me iba a llevar la vida p'alante con eso. Decidí que para mí bailar no era un escenario, que yo era muy feliz bailando. Viví en una situación de dejar de comer si tenía que estudiar, estuve siete meses sin regla. Fíjate si era chica y estaba perdida que para salirme de ahí pensé: como la Mariquilla es muy purista de la imagen,... pues ese verano me hice unas trenzas africanas y así sabía que no me iba a coger, no fui capaz de decirlo de otra manera, así podía ir a clase sin presión y disfrutar de aprender."

Fue tal la situación de inseguridad y falta de iniciativa para gestionar su proceso de independencia, que admite haber puesto su vida en riesgo, siendo esta una de las experiencias desagradables de transitar, desde el Sendero 15 como camino, para aceptar la propia confusión. Es también en este momento vital donde se proyecta el aspecto retrógrado de dicho sendero, en lo que tiene que ver con la egolatría del cuerpo sobre el alma.

Teniendo en cuenta las renunciaciones y sacrificios que ha supuesto no dedicarse totalmente al flamenco, Mamen indaga con auténtica pasión en los estímulos que le genera el flamenco. Ya no sólo como salida o escapatoria, sino como eje transversal de su propia vida, como elemento de amor, como pareja, como estímulo constante en la búsqueda de sí misma.

"Es que mi objetivo, ya te he dicho: es que era feliz bailando y me daba igual subirme a un escenario que no. Sí que es cierto que ahora tengo más interés en hasta donde soy capaz de reaccionar, de cuando te acompaña en un bolo un guitarrista nuevo, y cada uno tiene su arte y su forma de irte encontrando, hay días que los tienes y te bajas y es menos fundido, o una cosa fuera de tiempo. Pero me siento llena, me siento plena, entonces ahora sí tengo ya más ganas de subirme al escenario. No tengo tantas oportunidades porque vivo aquí y son mínimas."

La libertad de hacer, sentir y pensar que el baile le ha permitido, se transforma en el pesar de no ser entendida, pese a las renunciaciones, a no sentirse apoyada a seguir, a tener que entrar por el aro de la normalidad como madre. La maternidad como elemento de crisis, que nos refleja su árbol de la vida, tiene en este punto el más claro exponente de esos vaivenes vitales que experimenta, y cuyo objetivo es conectar con la escucha interna, para que así gane el conflicto la independencia a través de la creatividad.

"Ahora es cuando me estoy dando cuenta realmente de lo mucho que he sacrificado, con los niños me doy cuenta de que soy muy absorbente con lo que hago, que necesito controlarme mucho porque hablar con pasión de lo que me gusta, siento que ya no siento igual de bien que antes. Ya no me siento tan apoyada, por mis padres sí, pero a lo mejor precisamente a ellos es a lo que menos tiempo dedico, no llego a más. Yo estoy en casa y tengo cosas de madre, los niños, recoge cosas, deja a los niños no se donde, corre, vete a clases... en fin, y tengo más clases porque luego en verano no tengo nada y tengo que hacer trabajo doble para tener dinero. Podría irme a Granada a los tablaos pero no me lo puedo permitir, por mis niños."

Es esta misma línea de dualidad, para compatibilizar su pasión con su maternidad, la que se recoge en este fragmento de forma poderosa, sobretodo en la imagen final del amamantar.

"Ahora mismo me siento con la libertad de decirlo, he superao baches y obstáculos: la alimentación, el físico, pero fíjate que igual que me lo dio por un lado como rebotó y me lo dio por otro y fui saliendo. La maternidad, el como la afronté, cuando me quedé embarazada yo pensaba que no iba a volver a mi vida, yo lloraba y decía que ya no iba a volver a bailar en la vida y nació mi hijo y a los dos meses cogí y me fui con mi madre a Madrid y me apunté a dar unos cursillos de flamenco, y entre curso y curso salía, me lavaba el pecho y le daba de comer al bebé y otra vez pa clase. Fue curioso porque parecía que mi hijo vino con un pan debajo del brazo, porque he seguido currándomelo yo pero empezaron a venir la cosas bien. Que no se cuanto tiempo durará esto"

La presión por encajar en el rol social de madre, que hemos visto anteriormente, sobrevuela todo su discurso. Es por ello que este oscila entre la mirada al pasado y el tratar de integrar lo que tiene, una conciliación más basada en su necesidad de no confrontación, sobretodo interna, para evitar las caídas de su autoestima y la ruptura con el cordón umbilical que la une a lo familiar y al concepto de maternidad imperante en el lugar que vive:

"He dejado de sentir lo que sentía bailando durante un tiempo, porque te influye muchísimo lo que tengas alrededor, ahora siento que vuelvo a ser yo, como si hubiera vuelto a coger las riendas, las estaba perdiendo con tanto decirte que las cosas tienen que ser así y yo decía sí, sí, sí...tanto que empecé a crearme que tenían que ser así, sin hacer nada malo. Yo cogería lo del tablao de Granada que me han ofrecido para verano, pero en este momento no lo puedo coger. Por eso cuando me dicen: es que tú no has sacrificado... ¡no, perdona! Yo estoy aquí, sé donde quiero estar, estoy orgullosa de estar aquí, pero no me toquéis las narices que cuando me han salido contratos fuera yo he dicho: es que con eso puedo aportar en mi casa. Pero porque me aporte a mí, no, de eso me olvido, eso no se puede decir"

En ese trabajo con la maternidad que implica el sendero 6, hay una referencia a la integración de la emoción con la creatividad que proyecta esa fusión necesaria para sanar dicho sendero y que, en sus palabras, es revelada como su experiencia de madurez como bailaora:

"Cuando nació R. yo empecé a bailar distinto, a la hora de sentir y de expresar, cambian muchas percepciones, no sé decirte en qué...en tus gestos, en tu movimiento, es algo más profundo. Como si antes lo hiciera por ejecución, te enseñan esto y lo haces así, y ahora lo haces por sentimiento, lo vives y lo haces de otra forma. Fíjate que cuando estaba embarazada de él, dejé de bailar flamenco por no zapatear, baile de salón sí que hay un vídeo mío bailando de nueve meses que en las vueltas primero llegaba yo y luego el niño, pero con la niña dije: esta que se agarre ahí adentro porque yo voy a bailar, porque no puedo dejar de trabajar, me acababan de hacer fija en Jaén, en la Universidad Popular y eso..., los miedos que nos entran ¡Y así me ha salido! que por las mañanas baila con la manta de casa como un mantón, con seis años quería una bata de cola y ahí la tienes, con su camiseta de Pepa Pig y la bata de cola haciendo giros."

En lo relacionado con *"embellecer y glorificar la inteligencia"* del sendero 6, nuestra protagonista está en una constante búsqueda de mejorar. Pese a llevar muchos años impartiendo clases y tener una reconocida trayectoria, siempre está pendiente de las nuevas formaciones sobre baile que aparecen en cualquier lugar. No para de aprender, con una curiosidad constante por pulir, limpiar, engrandecer y embellecer el baile, encontrando la esencia y el sentido de cada movimiento, cada figura, cada elemento, cada palo del flamenco. Es en ese espacio de aprendizaje en el que menos se muestra la renuncia, en ello arriesga hasta su propia seguridad: como si fuera una falta de respeto a sí misma no seguir aprendiendo. Aunque hay una vertiente de sacrificio en su más puro significado: ***haciendo sagrado el oficio***, sin importarle las vicisitudes a las que pueda exponerse. Nunca mejor dicho: *por amor al arte*.

"Soy realmente afortunada, me dedico a lo que me gusta, me ha costado mucho y me ha costado mucho estar en Martos. Eso y la economía, he hecho cursos en los que no tenía dinero ni para comer, dormía en el coche si era necesario, luego he tenido suerte de encontrarme gente que me ha invitado a su casa, aunque haya dormido en el suelo...estaba más feliz que una perdiz"

En ese sentido de perfeccionar y embellecer, aparece otro de los elementos del sendero 6 que tiene que ver con purificar para curar y sanar, aplicado a la creatividad, como momento de liberación, no sólo del entorno, sino del propio pensamiento turbador y molesto que conlleva el sendero 15:

"Los elementos del flamenco con los que me siento más a gusto son la bata de cola y el mantón, son dos elementos que a mí me dan libertad, la bata de cola para mí es como una prolongación de mi cuerpo, entonces juego con ellos. No es: doy dos pasos a la derecha y dos pa la izquierda, no, no, van saliendo en el momento, no lo pienso. Y con el mantón me pasa igual, hay bailaoras que lo doblan y lo cosen, los míos no están cosidos porque me gusta el riesgo de cuando se te van. Y la imperfección me gusta, se te va, no está el pico perfecto pero eres capaz de hacer así y tirar de él y ponerlo perfecto, es jugar con ellos. Hay otra parte que es la de braceo en la que te dejas fluir, no puedes decir que te sale, no, hay una parte técnica en la que estar pendiente al ritmo, al compás. En un momento tienes un montón de cosas que decir y de procesos, de tiempos, ritmos. Cuando es una guitarra solamente, y tú te estás dejando llevar por tu cuerpo, ahí estás explicando, ahí estás diciendo, en el momento que entras en el zapateo no me puede decir nadie que está pensando en otra cosa. Llevas el compás dentro, en tu tiempo, pero tú estás pendiente de otra cosa, no te estás dejando fluir del todo. Fluyes en momentos, y el juego te da todo eso. El proceso creativo cuando montas una pieza es muy bonito, por ejemplo yo estoy acostada y, de repente, me viene interpretar...y empiezo con el juego, estoy imaginando y me viene una figura y ya me ves to loca por el pasillo de mi casa (...) o comprando en el super hay veces que estoy con el pie marcando un compás (risas)"

Cuando Mamen habla del amor al flamenco, asoma una amarga visión sobre la pérdida del valor del mismo, como si la belleza de su esencia hubiese quedado en segundo plano. Refuerza así la característica de la búsqueda de belleza, de la pureza de sentimientos, del discernimiento para purificar.

"Yo he pasado mucho en Martos, mi padre estuvo diez años con la barra de la Peña Flamenca, pero ahí hay cosas que me han dolido, da mucha pena pero no han inculcado al saber del flamenco. Sólo van mayores, es un grupo muy cerrado. Yo ahora, desde hace unos años estoy aprendiendo sobre el cante, de verdad, es una pena. Mira yo llevo bajando a Jerez diecinueve años, me salió un curso de bata de cola y empecé así, cuando voy allí no paro de preguntar a los que saben, sobretodo a Jose Maria Castaño⁴¹, y allí es donde aprendo, dan ganas de tomar nota y de escuchar lo que te cuentan, a lo mejor es la edad (...). Es que el interés por el que apuntan las madres a las niñas al baile, como me pasó a mí, es porque están esperando ver a las niñas con un traje en un fin de curso, no es por un interés, ni por un amor, ni por un respeto".

De la toma de conciencia sobre la pérdida de sentido del flamenco como tal, para convertirse sólo en un medio de lucimiento, Mamen hace un análisis de su vida y transforma los elementos para transmitir a sus alumnas ese respeto del que habla *"Ayer mismo estaba en la clase, y claro dura hora y media, algunas son mu chiquiticas y se cansan, así que les llevo libros ilustrados de flamenco para niños, les meto actividades, luego juego más técnico, y me di cuenta de que no conocían la historia del mantón, así que me senté y les conté la historia maravillosa de porqué el emperador y porqué ella y los gusanos de seda en la cabeza...todo eso, y ellas miraban apasionadas, eso lo da el tiempo y la experiencia de dar clases, porque antes todo era es que tienen que actuar..., no ahora hay que aportar otras cosas"*

Esa renuncia a otras versiones de sí misma, que se enquistan como mirada constante al pasado y , al ir asumiéndose, le dan la oportunidad de ejercer a su vez como maestra y que, atisbándose en sus palabras y actitudes que ese es el elemento (Robinson, 2009) y/o *tikún*⁴² que ha venido a desarrollar en esta vida.

"Pero tampoco eso es todo, por ejemplo quiero clases de formación Granada y Córdoba las tengo a una hora, Sevilla a dos. Cuando voy a Madrid en navidades siempre me apunto a cursos de formación (...) He estado con mucha gente, gente que baila como yo no se cuantos miles, peor que yo también. Pero no soy na del otro mundo, que disfruto con lo que hago que lo vivo pero no..., no sé..., yo estoy a gusto, realmente en Jaén estoy a gusto."

En la integración de la dualidad de sus opuestos, la renuncia y la libertad, la maternidad y el baile, el amor en sentido amplio, incluido a su propio cuerpo; está implícito el camino sanador de esta familia de senderos. La clave reside en resolver ese puzzle, gestionar las emociones y quererlos más diversos, para hacer que confluyan en un estar en el mundo desde la realización personal. En ese sentido, la nutrición cambia de bando: de ser un problema el baile pasa a ser el alimento en el que sustentar su propia libertad interior.

41 Conferenciante y erudito del flamenco. Dirige desde 1992 el programa de radio flamenco "Los Caminos del Cante", de Onda Jerez Radio

42 Capítulo 6

“Aunque en realidad he dejado pasar muchos trenes⁴³ (en alusión a una pregunta sobre una oferta de contrato en Japón). Mira yo estuve viviendo en Sevilla, me becaron en la fundación de Cristina Heeren⁴⁴, justo el verano antes de casarme me lo ofrecieron. Pero J. me dijo que prefería aplazar la boda a que renunciara. Así que ese año estuve en Sevilla, pero el segundo año ya era mucho para él, ese año me quedé embarazada de R. Si no hubiera sido así, quizás habría tenido otro sitio y otro espacio y todo sería de otra forma, pero bueno..., yo me siento bien aquí con todo lo que he hecho. Fíjate lo que me pasó el viernes, fue uno de los mejores días de mi vida, porque me llamaron del Colegio San Fernando y me dieron un reconocimiento como persona ilustre, cuando me vi rodeada de niños, buahhhh, fue precioso”

Es lo relacionado con el “entendimiento del corazón y el amor responsable” del sendero 6, donde se enmarca su relación con Martos, pese a las claras limitaciones que le supone estar aquí a nivel formación, motivación e implicación. Pero en este punto en el que se puede observar de forma más clara, la dicotomía entre la libertad interior y la responsabilidad influida por la expectativa externa, por la presión de la normativa social, todo ello aderezado por el temor a la pérdida de los afectos:

“Es que ya no puedo decirle que es mi pasión, ha llegado un punto en que (a ti te puedo ser sincera)... Yo mi pasión, mi persona, como yo: es el baile. Pero yo en casa no puedo decir que mi pasión es ésta, allí tengo que decir que mi pasión son mis hijos, que también lo son, pero estamos hablando yo como persona, como me siento bien. Es sentirme realizada. Tengo mucho miedo de decirle ciertas cosas, todo se lo toma al revés, y pienso: mejor no decirlo, mejor tiro por otro lado”

En cuanto a la libertad interior, cada frase, cada argumento, cada idea de la entrevista, está circunscrita al mismo mensaje en el que bailar es el espacio íntimo de libertad:

“Me imagino viviendo de otra manera, sin el baile, pero no la quiero. Me faltarían muchas cosas, lo más importante. En verano a la semana de estar parada, ya estoy rara. Es que los flamencos somos muy cansinos.”

“Bailar es para mi el espacio de libertad, bailando cualquier cosa, la música me lleva, los movimientos salen solos, la empiezas a dejar fluir, bailando de una forma o de otra. Es una forma de vivir y ya está.”

43 Cuando pregunté a Mamen con que canción identificaría su historia me dijo “Que no daría yo por empezar de nuevo” de Rocío Jurado. Sobran las explicaciones

44 La Fundación Cristina Heeren de Arte Flamenco es una fundación privada, sin ánimo de lucro, creada en 1993 en Sevilla por Cristina Heeren, hispanista y mecenas norteamericana, amante del arte flamenco andaluz. Los objetivos de la entidad son la promoción, la enseñanza y la conservación del flamenco tanto dentro de Andalucía y España, como en cualquier otro lugar del mundo. Las fuentes de financiación son esencialmente privadas y los principales beneficiarios son jóvenes de todas las nacionalidades, con especial énfasis en los nuevos valores andaluces.

En este capítulo no encontramos un momento vital que implique una catarsis, en lugar de eso nos encontramos un continuo trajinar para determinarse en el mundo, una continua lucha interna. Un giro constante sobre sí misma, giros y más giros, casi como metáfora del flamenco, sobre las decisiones tomadas y las no tomadas, sobre como vivir. En lugar de ser el arte y la creatividad el elemento liberador en estado puro, es el implicado en las decisiones vitales. Pero es que en esta familia de senderos la clave sanadora está en la integración de ambas para encontrar la libertad interior. Los diferentes obstáculos son el camino sanador en los que tomar conciencia de las posibilidades para poder hacer uso del libre albedrío.

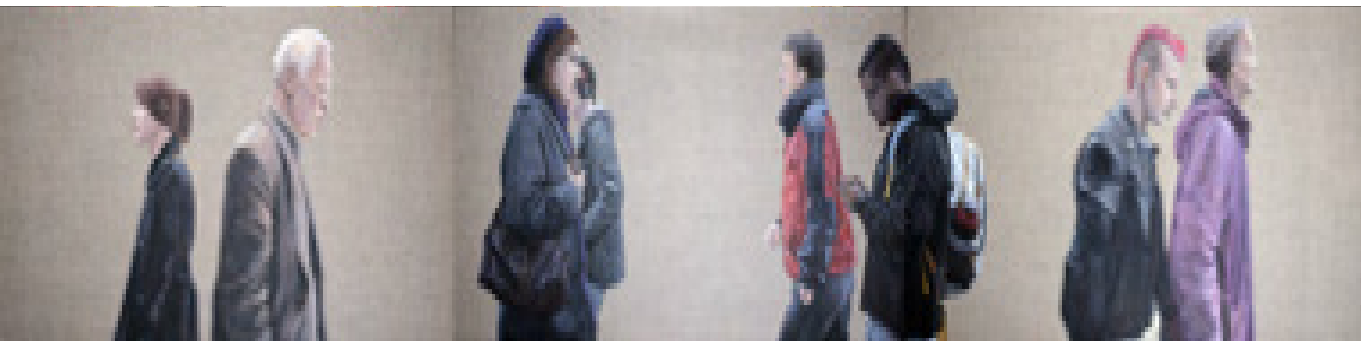
Aun así las descripciones que hace sobre lo que siente al bailar, son el verdadero aire fresco de su vida, los espacios de creatividad manifiestan una poderosa carga emotiva. Encauzarlos, en un lugar nada dado a ponerle las cosas fáciles, es el verdadero ejercicio sanador cotidiano, que Mamen integra con un amor inmenso a su vida y a las recompensas cotidianas que recibe de sus hijos, su marido, sus alumnas, el público y el flamenco.



Foto cortesía de Mamen Laguna

4.6. ¿Y SI ME PARO?

TRANSITANDO CREACIONES



Kiko Pérez. (2017) *Transeuntes*. Cortesía del autor.

Siempre discreto,
funde su paso
entre peatones y miradas
Hace suyo el latido de las calles
que despiertan su retina viajera,
los destinos serán
lienzos, pantallas,
partituras o cámaras.
Trenes, metros, aviones, bicicletas,
Vancouver, Berlín, Normandía, Madrid...,

Movimientos y huidas
de dolores invisibles
amenazan con hacerse adultos,
antes de ser capaz de afrontarlos.
Ventana de alas abiertas,
remolino que nació a los seis años:
precio de no jugar al fútbol
de los hombres;
para eso mejor vivir
la poblada soledad
de cuentos, imágenes y acordes
de los niños.

Invisible pero presente,
sonríe sin reto, ni sarcasmo:
frente a él creencias
y rigideces de cuna.

De puro saber querer,
ganó su secreta batalla
de independencia.
Nadie a quien seguir,
erigido en líder propio
de una manada inmensa
que le empieza y acaba
en los límites de la piel.

Vertiginoso ritmo de ideas
y palabras
que todo lo mueven
preñando las horas de belleza.

Escondido bajo la paleta de colores,
del aburrido mundo adulto,
un día quiso aprender a parar el ritmo,
para saberse entero y grande
pero, eso sí,
a resguardo de cualquier tono gris.

Norah Barranco Martos

4.6.1. EL ENCUENTRO

Fue un fin de semana de octubre de 1993. Nos encontramos a través de amigos comunes, aquella noche tocaba celebrar que por la mañana me habían dado el alta en la Unidad de Radioterapia del Hospital de Jaén. Llegué a un Madrid vibrante en el que aun daba sus últimos coletazos la tan parafraseada “movida”. Copas y encuentro, unidos a una ingenuidad, casi adolescente, que hacía imposible prever los derroteros que nos depararía la vida. Kiko, entonces, ya *apuntaba maneras*. Con apenas 21 años, ya pintaba, componía y fotografiaba la vida con una visión discreta y sutil. Estudiaba Imagen y Sonido, pero su tiempo se llenaba de todas las iniciativas que su rápida creatividad le susurraba a cada momento.

Nos hicimos amigos -incluso cómplices- aquella misma noche, que resultó ser un cruce de caminos fundamental para nuestras futuras vidas emocionales, cada uno por razones distintas, pero confesadas al día siguiente entre nervios y risas.

Pasaron los años y cada encuentro, ya fuera en Madrid, Granada, Córdoba, la Herradura, ... nos vinculaba en nuestros procesos de crecimiento, pero también se convertían en una sorpresa cuando él detallaba “lo último” en lo que se había embarcado, en su constante ritmo de creación y aprendizaje.

Los últimos encuentros, con años de por medio, han sido una bella constatación de su evolución creativa, también de la complicidad que siempre nos ha unido, fue esa la razón por la que la última vez le propuse formar parte de este trabajo. Cuando supe cuales era los senderos en crisis de su árbol de la vida entendí a Kiko⁴⁵ y a su afán creativo, lejos de corresponder al cliché del artista que no vive de su trabajo, él sí ha vivido del suyo.

Si en el capítulo anterior no existe un punto de catarsis sanadora, en él sí. Pese a ello su capacidad de crear también ha sido su compañera, como mecanismo de huida de la realidad que no le gustaba. Un intento de regatear el mundo adulto, de aplazar ciertos temas (como las relaciones de pareja). Kiko ha encontrado siempre en su mundo paralelo, un lugar más acorde con su inventiva. Esa es la fórmula utilizada para digerir de manera menos profunda la asunción de responsabilidades; la relación con su niño herido y la autoexigencia. En ellas aúna su avidez de conocimiento y su infinita capacidad de adaptación. Este capítulo habla de la creatividad como huida y de la transformación de la misma en creatividad consciente, adulta y plena. Esta responsabilidad adulta es el tema fundamental del Sendero 7 del Arbol de la Vida, como veremos más adelante.



Foto: Kiko Pérez. Cortesía del autor.

⁴⁵ Kiko Pérez (1973) es un artista visual madrileño que ha abordado prácticamente todos los campos de la actividad gráfica: cómics, novela gráfica, ilustración, diseño y animación 3D. Conocido sobre todo por su serie de cómics de humor Como Borregos, su novela gráfica Fish Food (todas con Ediciones Kraken) y su animación Estudio Mendizábal, seleccionada por el Guggenheim de Nueva York para su primera bienal de video creativo.

4.6.2. LA HISTORIA

Ávido observador, la discreta presencia de Kiko no nos advierte de su interna ebullición constante, esa que se cuece en su inmensa imaginación.

Llegaron así a su vida la pintura, música, fotografía, animación, el cómic, el diseño gráfico..., y con ello su trabajo en varias televisiones. Durante doce años se dedicó a crear escenarios y rotulaciones para TeleMadrid. Después fue Antena 3: *"allí si que encontré mi sitio, creando. Hacía decorados virtuales y cabeceras. Fue estupendo porque yo estaba centrado profesionalmente en un trabajo bastante creativo y que me tenía muy vivo. En esos años empecé los cómics de Sonju y Como borregos, también pintaba. Luego nos externalizaron las áreas y nos bajaron el sueldo, yo decidí que era mi momento: me tomé dos años sabáticos"*.

Saltó en pedazos su zona de confort y se fue a Normandía, para después instalarse en Vancouver y realizar un Master de Animación de Personajes Digitales. De ahí nació su primer cortometraje 3D, **Estudio Mendizábal** (2012). Este trabajo fue uno de los mejores 125 videos preseleccionados de más de 23000 presentaciones, por la primera bienal de video creativo de YouTube play y el Museo The Guggenheim de Nueva York.

Luego fue Berlín..., y de regreso a España una televisión musulmana le ofreció la posibilidad de tener cierta estabilidad económica, mientras seguía creando. Esos años estuvieron marcados por las viñetas de sus tres libros de borregos, **Como borregos**⁴⁶ (Pérez, 2011). Mientras tanto cuadros, composiciones, aprendizajes y cambios de trabajo lo llevaban por el frenético ritmo de la constante auto-creación de su vida.

Kiko nació en una familia acomodada y tradicional de Madrid. Desde pequeño estuvo en colegios religiosos y respondía a las expectativas normativas de su origen, hasta que todo empezó a cambiar cuando con seis años dejó de ser el líder natural de su grupo de amigos por negarse a jugar al fútbol *"Cuando tenía seis o siete años empecé a tener mis primeros problemas sociales por no jugar al fútbol, por ser el marica del colegio. Hasta ese momento como la parte imaginativa de los niños era lo más importante, en parvulitos yo era superpopular, de hecho se me ocurrían juegos a los que todos jugábamos, pero llega el fútbol y mi parte creativa social se acaba, así que me centré sin darme cuenta en mi parte creativa personal,(...) yo creo que por huir del hecho de que me estaban marginando (...), no sólo porque el fútbol no me gustaba, también había algo de lucha con mi padre que era muy futbolero"*

⁴⁶ Como Borregos, nos comenta Kiko, empezó como un divertimento, una tarde dibujando para mi sobrino, al que le dedico el primer álbum. El quería coches pero llegó un momento en que me harté de tanto vehículo y empecé a añadir el paisaje.. y de ahí aparecieron unas ovejas y me dije: *"estos personajes son increíbles, mañana haré una tira"*. Al día siguiente empecé a contar mis vivencias a través de los borregos y descubrí las posibilidades que tenían. Casualmente los coordinadores de la web de una televisión buscaban algo diferente para sus blogs y me propusieron hacer dos tiras semanales. Yo ya tenía unas 20 páginas hechas. Les encantó la idea y ahí empezó todo." La tira, continúa Kiko, me permitía contar cosas del día a día, actitudes muy universales no sólo mías, sino de la gente que me rodea. El humor es la mejor terapia, sobre todo con cosas contra las que es difícil luchar. Es una de las mejores armas para el día a día. ¡Siempre ocurre lo mejor! Además, el tener que hacer dos tiras semanales te obliga a salir de tu burbuja y reflexionar sobre lo que te rodea. Definitivamente, este trabajo es una suerte. (Jimenez, 2012)

Es esta una primera aproximación a los conceptos que acompañarán a Kiko en su vida: el liderazgo de sí mismo, la renuncia a los valores establecidos, y la ausencia de confrontación que sustituye por una constante huída a través de la creación.

"Primero fue la música, desde los siete tocaba el violín, incluso en las fiestas fin de curso. Pero a los diecisiete tuve una crisis personal, que afectó también a lo religioso. Yo estaba en una parroquia que era el nexo social, allí tocaba la guitarra y eso me hacía popular y me facilitaba relacionarme con la gente. Abandoné la guitarra y empecé a pintar mucho más. Dejé la música a un lado y empecé a focalizar más en la parte plástica porque la sentía como más mía, con la música yo tocaba lo que decía el profesor y ya está"

La reivindicación de sí mismo, aparece como elemento de transformación en cada etapa de crisis, en esta segunda ocasión la ruptura es con los valores establecidos en torno a dogmas. No se trata sólo de la ruptura con la parroquia como facilitadora social, también de la autodeterminación para construir su identidad -sin el paraguas de las convenciones sociales- que marcaban su socialización, en un entorno conservador y tradicional.

"A los dieciocho aprobé el acceso a Bellas Artes (que ya era difícil) pero decidí que no, creo que fue un imperativo familiar porque no tenía salida profesional. Entré en Imagen y Sonido, elegí la rama de diseño, y realmente aunaba todas mis inquietudes (...) Pero tuvo mucha importancia la parte familiar donde me inculcaban esa idea de 'tienes que hacerte cargo de tu vida para ser profesional en algún momento' y con Bellas Artes yo sentía que no. Fui práctico pero no tanto como querían mis padres que hubiesen preferido que estudiara Derecho, porque ahí me podían ayudar, y si no estaría solo... Tardaron muchos años en reconocer que hice bien en hacer lo que quería."

Así que, cuando hablamos de Kiko, no sólo estamos hablando de una construcción de la identidad a través de la creatividad, sobre todo se trata de una deconstrucción de valores basada en su capacidad de huída.

"Me empezaron a llamar marica porque no jugaba al fútbol, pero yo no me sentía marica (risas). Si yo a nivel sexual he sido supertardío, con veinte años todavía no sabía ni por donde me daba el aire. Cuando en la adolescencia tuve momentos de atracción decidí no verlos, no mirar en esa dirección. Todo fue tardío, imagínate: colegio de curas, barrio de militares, familia tradicional ¡es que lo tenía todo! (...) Mi rabia inicial cuando me di cuenta de que era gay, era que los hijosdeputa del cole llevaban razón. Por eso me caen bien los heteros a los que no les gusta el fútbol, porque trascienden el estereotipo."

A pesar del tono burlesco de este último párrafo Kiko no es un rebelde sin causa, no es un transgresor, no trata de llamar la atención... le basta con no aceptar como válido el mundo de los adultos construido sobre dogmas, normas y esquemas. Para huir de él no emprende ninguna revolución, tan solo elige sentirse libre, aunque el precio a pagar por ello sea el de la soledad.

"La independencia me ha marcado a todos los niveles, incluso cuando salí del armario no me sentía representado por ningún tipo de colectivo, ninguna influencia grupal"

"Siempre incluso en los grupos de amigos he sido distinto, siempre he ido por otro lado y a veces eso me ha pasado factura, porque cuando no perteneces a ningún grupo hay ciertas cosas a nivel político, organizativo o lo que sea que te excluyen por corporativismo. No me siento seguro en el grupo porque el grupo no me hace parte de él"

Consciente de la diversidad humana, se afana a lo largo de su vida en aceptar su propia diversidad, no solo la sexual, si no la de emociones y valores. Hace de la diferencia su discreto estilo de vida. La posibilidad que le ofrece la aceptación de su propia homosexualidad, es la de no necesitar modelo a seguir, facilitándole crear su propia definición de relación. Pero al igual que en el resto de facetas de su vida, esta tarea no es nada fácil, teniendo en cuenta que no depende solo de sí mismo está construcción, puesto que las relaciones, como mínimo, son de dos.

"El ser gay ha sido un gran regalo, porque cuando acepté mi homosexualidad tuve que de-construir todo lo que había aprendido, de esa manera yo rompí un montón de muros y ahí fue cuando más fluyó toda la parte creativa. Por la educación y tradición de mi familia me tocó el papel de romper: me di cuenta de que todo lo que me habían contado era una milonga (...); entonces cuando rompes con todos esos pilares, tienes que volver a crear la casa. En el momento que la creé, puse un montón de ventanas para que entraran un montón de cosas."

La aceptación de la misma confluye con la aceptación de sus numerosos dones creativos, de manera que lejos de sentirse marginado, los momentos de exclusión grupal los reinterpreta como su inconfundible marca de fábrica, que consiste en aislarse (el anacoreta) para trasladar a la producción artística su mundo interior, refugio y trinchera desde donde reivindicar su sensibilidad.

"A nivel de cómic me pasó igual, cuando publiqué 'los borregos' mi editor me dijo que era un 'rara avis' porque era el único que había llegado a publicar sin ser del sector (...) En la Academia de Música igual, era el único violinista que tocaba la viola, siempre esa sensación de ¿por qué no haré las cosas como todo el mundo? Pues igual es porque así no tengo que limitarme en el esquema, puedo ser más amplio al crear"

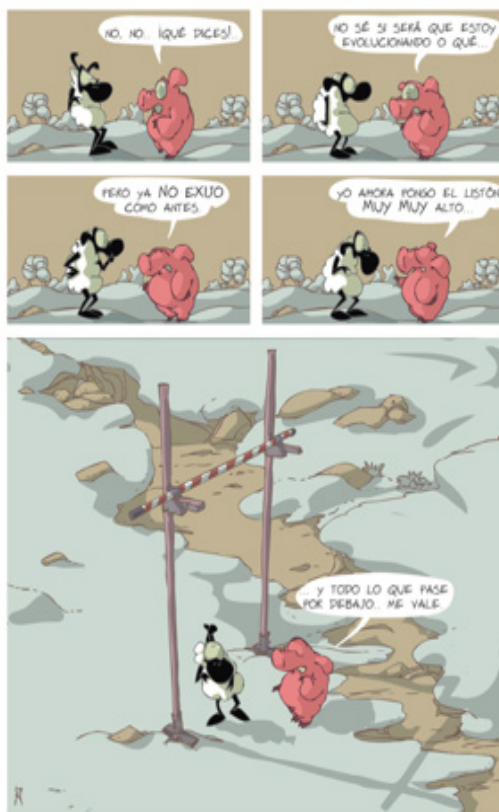
Nuestro protagonista toma conciencia de sus constantes huidas, sucede en el momento en el que el pago de soledad es mayor que el beneficio de su independencia. Cuándo cae en la cuenta de que la mayor de sus huidas eran las emociones y el compromiso en el ámbito personal.

"Cuando regresé de Vancouver publiqué el primer libro de Como borregos, me fui a Berlín y a la vuelta empecé a trabajar en una televisión musulmana, tenía mucho que aprender allí (risas). Me lié con un compañero y se desataron mis crisis, ahí es cuando empecé a hacer terapia. Fue un momento perfecto, porque después de dos años de conocimiento personal, no a la deriva pero con bastante desconcierto, en los que me planteaba ¿qué hago con mi vida fuera de mi rutina, de mi zona de confort, viviendo aquí y allá? Ahí fue donde me di cuenta de que, aunque en lo demás aprendí a recolocarme, lo que no estaba en su sitio era la parte nuclear, la parte emocional"

"Fui consciente de que no todo estaba bien y que estaba huyendo en Berlín: allí me encantaba ir en bicicleta, me sentía como un niño, pero un día se me rompió la cadena y no sabía que hacer, ni donde ir. También en eso me sentí un niño pequeño, solo e indefenso. Me senté a llorar desconsolado en un banco mucho tiempo y me pregunté ¿qué hago aquí? (...) Puede ser herencia de mi familia, mi madre es un avestruz: lo que no me gusta no lo quiero mirar, no lo veo, no existe"

Es en este punto donde se puede apreciar el sentido de la crisis sendero 7, la responsabilidad adulta y la capacidad de afrontar las decisiones. La razón es que de no tomarse de motu propio vienen motivadas por las crisis catárticas del sendero 16, en forma de ruptura impuesta, una salida obligatoria de la zona de confort (aunque esta sea viajar/huir). En esta crisis, nuestro protagonista, asume la necesidad de afrontar el tema nuclear de las relaciones, motivado por la irrupción en su vida de una posible pareja y apoyándose en un terapeuta (quizá el único elemento de autoridad, que reconoce como tal, a lo largo de toda esta entrevista).

"La creatividad también había sido un mecanismo de huida de los temas emocionales (...) Yo fui a terapia porque estaba cansado de que las cosas duelan, parece que están superbien colocadas, tengo una conexión con la tierra estupenda, incluso espiritual, pero ahí esa parte nuclear que no me funciona, no es normal que haya estos desarreglos y estas dolencias de repente. No, no se puede estar tan desequilibradito, no se puede ir haciendo cosas como un adolescente."



Kiko Pérez. (2011) Como Borregos. Cortesía del autor.

En esta alusión a la adolescencia se resume muy bien el gran reto de la familia de senderos a la que pertenece, el "responsable adulto" fluctúa entre esa polaridad de exceso de ímpetu adolescente y la necesidad de asumir las riendas de la propia vida como "adulto" (eso sí, siempre perfectito) *"Con la terapia se empezó a colocar y apareció J., esos años fueron muy buenos de creación. Lo que no estaba resuelto es que había varias heridas de la infancia y adolescencia a nivel familiar (...) Fui a terapia porque era incapaz de manejar mis emociones, sobretodo en las relaciones de pareja"*.

La toma de conciencia, como suele acontecer, requiere de la experiencia, en este caso, la de nuestro protagonista lo lleva a constatar que lejos de haber creado su propio modelo relacional, ha caído en los estereotipos de los que huía. Un "autoexigente" (como corresponde a esta familia de senderos) no puede dejar de buscar.

"Cuando empecé el curso de español para extranjeros vi una gran oportunidad para buscarme la vida en futuros viajes, allí conocí a un chico con el que tenía muchas afinidades, era bastante inquieto e inteligente y, aunque no paso nada con él, me di cuenta de que mi relación con J. era una relación burguesa de la que solo tiraba yo ¡no quiero esa vida! Resultó que teníamos muchos menos cimientos de los que yo pensaba"

Resulta revelador en el siguiente fragmento de la entrevista, la capacidad de huída ante la situación de reconocimiento familiar de su homosexualidad, y la imposición no violenta de la aceptación (el constante cuestionamiento del para que) a través de la visibilización discreta.

"En mi salida del armario el trauma fue para ellos, yo tenía 27 años y me acababa de comprar mi casa. Solté la bomba y me fui a mi casa. De ese tema no se hablaba, no se preguntaba...hasta que llegó J. y no quedo otra que el tener que verlo, aceptar que era real y que venía a comer los domingos"

La individualidad aprendida en la infancia le generan un cierto escepticismo, que en su caso no deja de ser una oportunidad constante de crearse y desmontarse después a sí mismo, de alguna manera: de no tomarse demasiado en serio para evitar caer en el extremo contrario: la culpa.

"He hecho una ruptura muy grande de lo establecido a nivel social, y eso me gusta, me siento bien (...) Cuando hice 'Como borregos' lo que criticaba es al grupo, por eso no hay personaje protagonista ni con personalidad definida; son todos iguales, es la masa, el bloque. Era mi manera de decir no me siento masa, no me siento así. También me pasa a nivel político porque no me siento representado por nadie, tiendo a no crearme las cosas, no soy nada fan, ni tengo mitos".

"Ahora soy freelance y estoy acabando el TFM, pero sobretodo estoy dedicado a la exposición 'Transeúntes', me gusta porque después de la sensación de estar permanentemente en movimiento, de repente era ¡párate y mira! Entonces...paras...y hay cosas que suceden. Es un momento fugaz, yo pinto la cotidianidad, por fin he pasado a ser un espectador de las cosas que pasan. De alguna manera es dejar fluir a nivel nuclear."

Apartar la autoexigencia, el ansia por explorar, es vivido por nuestro protagonista como la verdadera oportunidad de encontrar el sentido al adulto responsable de su propia vida, capaz de permitirse no ser perfecto, capaz de dejar de demostrar nada, capaz tan sólo de fluir como esencia misma de la existencia.

"A principios de año empecé a meditar, ahí sí que me ordeno, esa parada sí que me conecto (...) Y o no tengo diagnosticada hiperactividad porque por entonces no se diagnosticaba (...) Mi miedo ahora es darme cuenta de que puedo vivir de proyectos personales, porque aunque utilizo mi parte personal, no es puramente mi expresión (...) Con 'Como borregos' aposté, aunque no lo conseguí. Para mí es muy importante que cuando haces algo tenga algo de ti, tuyo."

Transeúntes es una proyección vital, desde el título hasta el concepto:

¿Y qué pasa si me paro?



Kiko Pérez. (2017) *Transeúntes II*. Cortesía del autor.

De ahí parte el catálogo de obras que se han gestado en estos últimos años de simplemente observar lo que acontecía alrededor.

"Es justamente ahora, después de todo ese recorrido, cuando estoy en el punto de empezar a andar, no a correr, pasito a pasito."

Reside, en esa idea, la verdadera esencia de la sanación del constante replanteamiento vital y creador que, de no tener espacios propios, se convierte en un elemento de ansiedad, autoexigencia y estrés (generalmente con grandes posos de culpa) que acompañan a estos senderos.



4.6.3. FAMILIA DE SENDEROS (7-16)

ADULTOS RESPONSABLES

ADULTOS RESPONSABLES. VIENEN A CUMPLIR SU VOCACIÓN. TRABAJO COTIDIANO INTERNO. TRABAJO EXTERNO.

SENDERO 7: La responsabilidad. La capacidad de responder. El propósito. Los objetivos. La ambición. La actitud para alcanzar algo superior. La inteligencia. El desarrollo mental. Ser fuerte. Vencer. Crecer en intensidad. El "para que de los actos y de las cosas". El futuro para el sujeto. El fracaso. La culpabilidad. Los complejos. Los retos. El estudio o la enseñanza. El anacoreta. La visión superior. El trabajo interno. El trabajo cotidiano.

SENDERO 16: Unión del centro emocional y mental. Alambique que destila lo emocional. Superación de las crisis. Eliminación de la atadura al pasado. El peso de la autoridad. Defensas inconscientes. Fortalecimiento a través de medios duros y drásticos. Lo instintivo. Destino. Cambios de trabajo. Romper viejas estructuras.

Para no sentir: hago.

La capacidad de desarrollo de las personas pertenecientes a esta familia de senderos podría resumirse en un "no parar". Una fortaleza interna que, como vemos en Kiko, le permite apostar por la intensidad, exprimiendo al máximo sus múltiples capacidades. Cuestión aparte son las dudas sobre si ese es el camino, o se puede llegar más allá.

En este caso encontramos a alguien capaz de hacerse responsable de su propia vida como un adulto, pero que gestiona como un niño la insaciable necesidad de buscar más allá, un hacer de la zona de confort -precisamente- el no crear ninguna zona de confort, estar cómodo en el cambio, en la huida, en la innovación, en el permanente reciclarse para desarrollarse profesionalmente en toda la magnitud de su creatividad.

Esa búsqueda implica dejar ciertos "huecos vitales" al descubierto, los emocionales. Las heridas ante los errores propios se viven desde la culpabilidad cuando se está en crisis, una culpabilidad no exenta de componente social que suele desembocar en épocas de aislamiento: "el anacoreta" que requiere ese espacio y tiempo para huir de recriminaciones que, casi siempre, son mucho más duras desde dentro de sí mismo, que desde fuera.

En el caso de Kiko vemos como si hay un momento de toma de conciencia de este "constante huida", de la visión de su herida interior que le lleva a pedir ayuda terapéutica para afrontar su propio trabajo interno. La respuesta es obvia: parar. Es por esa razón que cuando aparece la meditación en su vida, no sólo es una práctica que rápidamente domina (como es lógico en su infinito potencial para aprender e integrar saberes), sino que implica una nueva visión de sí mismo, de su nomadismo interno y que proyecta -en un bello ejercicio de transformación- hacia lo que ve fuera. Parar y observar el movimiento de otros para poder entender el propio movimiento interior, de ahí la serie de cuadros que aglutina en la colección "Transeúntes".

La superación de las crisis se convierte así en una más de las experiencias creativas de esta familia de senderos, capaces de “destilar” las emociones, a las que usan como motor generador de sus propios procesos de transformación personal. Requieren para ello de una independencia de valores que les permita “hacerse a sí mismos”. Cuando Kiko nos narra como era su infancia, su familia, su colegio y como rompe con todas esas estructuras nos lleva hasta las defensas inconscientes de su propia identidad. En el camino hacia su esencia se vuelve imprescindible no sentirse bajo ninguna autoridad, porque de otra manera se desconectaría de su instinto y, en ese caso, sí que sería complicado establecer un equilibrio de supervivencia.

Para él da igual cuantos cambios de trabajo tenga, cuantas veces toque empezar de cero, sabe que, al no ser seguidor sino auto-líder, puede hacer nuevos diseños de su propia vida sin escatimar en límites. Es una “ambición” por vivir, por mejorar, por aprender, que acarrea como contrapartida la posibilidad de fracaso; de ahí nace la necesidad de asumir tareas excesivas que escondan su miedo al mismo, teniendo en cuenta que la culpa es su peor enemigo.

Para poder integrar toda esa “ansia” de aprendizaje, no basta con la mera acumulación de datos, puesto que la verdadera comprensión surge de las situaciones que debe afrontar, de la experiencia vital. El sendero 16 (la torre, que representa a la Torre de Babel y todas sus connotaciones) se encarga, en ese sentido, de mover las estructuras para que se haga imprescindible la reconstrucción, poniendo en práctica los aprendizajes teóricos.

Esa es la razón por la que lo encontramos cambiando constantemente de dirección, huyendo de la inmovilidad porque de no ser así caería fácilmente en la depresión...o no. Porque la gestión de las crisis en esta familia de senderos (y en todas) es la aceptación de esa parte de sombra que permite equilibrar y seguir adelante con nuevos aprendizajes en la vida, generalmente causados por errores. Solo que para esta familia de senderos la amenaza de la culpa es mayor que para otros, dado su alto nivel de autoexigencia.

En la *noche oscura del alma* de Kiko la peor de las amenazas es el niño herido; es esa soledad ante el mundo que narra en la escena de la “*bicicleta rota en mitad de Berlín*” Es ese llorar desconsolado porque se hace consciente de cuanto arriesga, de cuanto carga a sus espaldas para seguir adelante, de cuanto trasiego se exige para no quedarse inmóvil en su vida por miedo a “*instalarse en el redil*”.

Es esta historia una de las más evidentes, en cuanto a su contenido gráfico, las ilustraciones que he elegido para acompañar este capítulo hablan -por sí solas- de la transformación del protagonista, de su búsqueda, sus inquietudes, momentos y esperanzas. Es por esa razón que prefiero permitir que hable a través de las creaciones de su propio proceso de artesanación.



4.7. UN GOL REALMENTE INCREÍBLE*

TEATRO DESDE LAS VÍSCERAS



* Fragmento de la canción "Un buen día" de Los Planetas, que suena durante la obra "El gol de Alex", escrita y dirigida por Antonio Hernández Centeno

No resulta imprescindible usar tacones para dar un buen taconazo en cualquier escenario y, con ello, remover los cimientos.

En ocasiones taconear parece requerir de pasarelas o de escenarios, en otras le bastan las calles, las paredes, los bares y las noches para que se reivindiquen, a golpe de tacón, las diferencias de dentro y las de fuera, para que se exhiban libres los matices y sirvan de recordatorio de que es un derecho humano la exclusividad de cada cual. Ya, de camino, no está de más recordárselo a quienes aun andan en alpargatas, sin salir de su salón o de su armario.

El arte del taconeo requiere su destreza, un aprendizaje que empieza por reescribirse a sí mismo para no perderse, para saberse en lo cierto de ser quien se es, luego (o a la vez) vendrá el escribir páginas inesperadas en las retinas ajenas. Es, entonces, cuando los escenarios se vuelven eco de lo mucho trabajado a solas, del sufrimiento de transformarse la vida letra a letra y, así, hacer desfilar ante los ojos ajenos las otras realidades invisibles.

Es el taconeo un arte que no se siente cómodo encerrado. La inspiración aprende la contraseña de la creatividad revolcándose con la vida, es así como se nutre, se despierta, resuelve, duda, observa, crea, se equivoca, se frustra, afronta, rompe, suelta, cierra y abre. Y en ese ir y venir, incesante, de nombres, países, ciudades, historias y vidas, descansará en calma cada obra escrita, alejando a los fantasmas o, quizá mejor, guiándolos por caminos más ajustados a la cadencia propia.

Una vez reconocido ese ritmo (con cuidado de no olvidarlo, como tarea para toda la vida), hay que abrir hueco a otros, (sin que esa tenga por que ser la intención primigenia), sólo como exhibición del derecho a ser y estar. Es imprescindible, para eso, quitarse los tacones y dar una patada certera que deje constancia de que se puede ser muy salvaje, pero ni aun así llegar a la suela del zapato de la mucha violencia que se ejerce en este hipócrita mundo de maneras educadas.

No siempre sirven los tacones para ir de fiesta, en ocasiones sirven para caminar sobre la vida con paso propio, con derecho a caerse, a dudar y a levantarse. Esa es la verdadera aventura donde plantarse firme, para ello se han ofrecido de aliadas las historias que ya latén dentro y que saldrán a pasear, dotando de sentido a cada charco o a cada alfombra roja.

Norah Barranco Martos

4.7.1. EL ENCUENTRO

EL GOL DE ALEX:

Mario conoce a través de las redes sociales a Alex, un futbolista del equipo vigués que pocos minutos antes acaba de meter el gol de su vida. Esa noche sus vidas se cruzarán en la clandestinidad de una habitación de hotel, surgiendo entre ellos la chispa del amor. Amor y fútbol en un cóctel explosivo, divertido, ágil y actual... Una comedia romántica con final feliz donde se demuestra que los hombres de verdad saben amar y jugar al fútbol.

(Sinopsis extraída de la cartelera de los Teatros Luchana)

Los Teatros Luchana de Madrid tenían en cartel, desde el mes de mayo de 2017, una propuesta escénica que no sólo convencía, sino que llenaba una sesión tras otra. Sin que estuviera previsto coincidió el estreno de *"El gol de Alex"* con el World Pride que se celebraba en Madrid en esas fechas. Cientos de actividades se desarrollaron durante esos meses en torno a esta fiesta de la diversidad y la visibilidad. La temática de la obra, tan polémica como novedosa, hizo que se abriera hueco en las páginas de diarios y revistas de ámbito nacional. Fue esa una de las razones por las que ha sido la obra de Antonio Hernández Centeno⁴⁷ con más repercusión mediática de toda su carrera.

Una de las actividades paralelas fue la edición y difusión de un spot denominado *"Métele un gol a la homofobia"*, (Hernández, 2017) en el que numerosas personas, famosas y no famosas, se unían a un grito unánime contra la homofobia en el deporte. Sería injusto achacar a la oportunidad temporal la repercusión de la obra, la temática era más que atractiva: *la homosexualidad en el mundo del fútbol*. Así dicho podría parecer que hacía alusión exclusivamente a los jugadores que, como a guerreros medievales, se les exige mostrar un viril heroísmo, que les impide desarrollar, o mostrar, cualquier tendencia sexual que no coincida con la del macho alfa que la testosterona de sus seguidores, y de los medios, espera de ellos. *(Curioso y complementario contraste con el capítulo anterior)*

Más allá de eso hay una reivindicación de diversidad intra-colectivo LGBTBI: la de los hombres gays a los que les gusta el fútbol y se apasionan con él, lejos de encasillarse en estereotipos, abriendo la posibilidad de la diversidad sexual a la diversidad de matices de cada ser humano, en cuanto a sus gustos y preferencias.

⁴⁷ Antonio Hernández Centeno (Martos, 1970) es un guionista de televisión y dramaturgo español. Estudió dirección teatral en el Instituto del Teatro de Sevilla, hoy Escuela Superior de Arte Dramático. Durante un tiempo fue profesor de comunicación en el centro asociado de la Universidad de Gales en Granada. Como autor teatral, en 1998 logró el premio en el Festival de Teatro de Alcorcón con *Cinco*, en 1999 ganó el III Certamen de Jóvenes Dramaturgos Romero Esteo del Centro Andaluz de Teatro con su obra *La última casa de putas del mundo* y en 2015 fue mención especial en el Certamen Internacional LAM (Leopoldo Alas Mínguez) con *Horas*. Además, es autor de otras varias piezas teatrales, entre las que se encuentran *Baile de máscaras*, *Combatientes*, *El día que nació Isaac*, *El día que te vi*, *Fin*, *Hotel Paraíso*, *Krámpack*, *Mar de ansias*, *Náufragos* y *¿Próxima cita?*. De ellas, ha sido también director de algunas como *Héroes*, *Krámpack* y *El día que te vi*. Como guionista de series de televisión, destacan sus trabajos en *Al salir de clase*, *Días sin luz*, *El camino de Víctor*, *La Duquesa*, *Mi gitana*, *No estás sola*, *Paquirri* o *Vivir sin permiso*.

Unimos a ello la normalización a la hora de expresar las pautas de acercamiento y encuentros sexuales en la era de las aplicaciones de contactos, de hecho los protagonistas se conocen gracias a *Grindr*⁴⁸, obviamente el manejo de dicha aplicación es usada en la obra sin ningún tipo de connotación peyorativa: es lo que existe, lo que hay, con la misma naturalidad que nos la muestran los personajes.

Son todas esas las razones las que han conducido a incluir este capítulo, pero hay una razón aún más poderosa: la introspección que hizo Antonio a través del personaje de Mario, usando su historia para desnudarse emocionalmente. La capacidad de proyectarse en el íntimo desamor experimentado por el personaje de Mario sin el más mínimo filtro, desde la más absoluta honestidad *¿y qué tiene de llamativo que un autor se base en su propia biografía vital?* Nada, lo novedoso en este caso es la desnudez con que lo hace Antonio, quizá más que nunca en su carrera. Había usado vivencias puntuales, experiencias de su entorno, noticias, acontecimientos...pero nunca, hasta ahora, había puesto en pie a un personaje tan sustentado en sus emociones más íntimas, y es que (como él me contó después de la obra) nunca antes había experimentado de verdad y, con mayúsculas, el desamor.

Cuando llegué a los Teatros Luchana aquel jueves, atípicamente lluvioso de principios de julio, no me podía imaginar que el desarrollo de aquella obra, en apariencia frívola, era capaz de contener, en estado puro, el sustrato más profundo de la escritura terapéutica. Tras la obra nos fuimos a cenar y Antonio me narró el proceso vital en el que se desarrolló la escritura de la misma. Fue justamente cuando se produjo la ruptura sentimental con más calado de su vida. Nada más romper se cogió un vuelo a EEUU y viajó solo. En el avión empezó a fraguar el contenido de la obra para, en ella, volcar todo el cúmulo de emociones que lo habían dejado en shock y que *"de repente"* le habían hecho entender a que se referían los demás cuando hablaban de desamor, del dolor del desamor.

Cuando hablo de tacones y taconeos en el preámbulo, al margen de los variados sentidos que se pueden encontrar entre líneas, hay una complicidad con una peculiaridad significativa de Antonio: no para de viajar, no acaba nunca de estar en ningún sitio, es por ello que si añadimos esa característica a la huída del lugar del *"dolor emocional"* podemos entender mejor la presentación del guión de *"El gol de Alex"*:

JULIO 2015-SEPTIEMBRE 2016

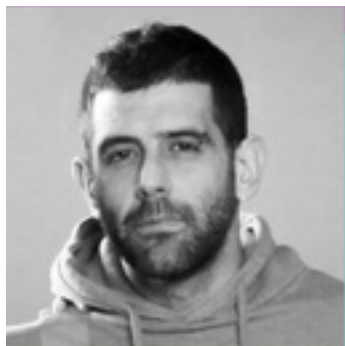
Esta obra empezó a perpetrarse en un avión de Chicago a New York, fue creciendo en cafeterías de Manhattan, en un tren desafiando el maravilloso paisaje atlántico desde New York a Boston, en Lisboa, en otro tren camino al Algarve, voló a Madrid, pasó algunas horas en Vigo, de nuevo Madrid, siempre dirección a Lisboa, llegó a Martos. Se reescribió, una vez tras otra, en La Calle San Buenaventura de Madrid. Aterrizó en Barcelona, volvió a Madrid y de allí a Valdoviño y Murcia para repasarse un año y unos meses después... (Hernández, 2017)

48 Grindr es una red social móvil para ligar, usada esencialmente por hombres homosexuales y bisexuales.

En todos esos viajes de gestación, se estaba fraguando, a golpe de vida, la nueva identidad de un Antonio renovado que miraba hacia dentro de manera descarnada. La principal característica del teatro de Antonio es la honestidad, porque si algo es observable en su carrera es que camina paralela a su vida, a su enfoque creativo, no hay reservas, si no dice algo es porque no lo siente, no porque use ningún filtro para evitar controversia.

En el encuentro posterior me explicaba algo más: no sólo quería darle orden a su caos interno a través de escribir un personaje que fuese él mismo, también quería darse un capricho, el capricho de cambiar las reglas del juego en su creación, de proyectar su fantasía y hacerla real sobre el papel y sobre el escenario: liarse con un futbolista. Con un cachas, con un ídolo de masas sólo para él, con un jugador que le permitiese recrear sus fantasías adolescentes. Como una pequeña venganza de la creatividad hacia la vida, un lujo al alcance de quien se atreve a soñar.

Pasados unos meses tuvimos una conversación (los fragmentos de esa entrevista darán forma al siguiente epígrafe) sobre lo que supuso ver en escena, noche tras noche, aquel momento de su vida y sentir como se transformaba el dolor inicial, como tenía sentido, como a través de la magia del teatro, y de la visibilización de su propio proceso, cobraba sentido y dejaba paulatinamente de doler. Como se producía la transformación. El artesanado estaba servido, gracias a la valentía de ser honesto, de seguir siendo honesto, le pese a quien le pese.



Antonio H. Centeno. Cortesía del autor.

4.7.2. LA HISTORIA

Fue en 1988, cuando en el aula de al lado de mi instituto de bachillerato, un chico algo mayor que yo, reía a carcajadas mientras sus compañeras se sorprendían de la barbaridad que acababa de decir. Aquel mismo año, Antonio Hernández Centeno, propuso que hiciésemos la adaptación a teatro de *"Bajarse al moro"* (1987) como actividad extraescolar; entonces tenía 17 años y ya era un inquieto creativo que no paraba de maquinar y escribir. Nos hicimos amigos casi de inmediato, gracias a una amiga común que nos invitó a su casa a comer, allí hablamos de mil cosas, entre ellas de cine y de teatro, temas de los que él ya era un especialista. Y es que, Antonio, tuvo una infancia peculiar: era alérgico al olivo y eso, viviendo en Martos (el mayor productor de aceite de oliva del mundo) implicaba largas temporadas sin salir de casa, atiborrado de corticoides y antihistamínicos y viendo cine, mucho cine. Así que, sin saberlo, su lenguaje interno se le estaba redefiniendo como *"lenguaje cinematográfico"* y de ahí que en segundo -del antiguo BUP-, ya escribiese su primera obra de teatro.

Por esas extrañas jugadas del destino, fue la alergia a la más clara seña de identidad de su tierra, la que lo llevó a empezar Imagen y Sonido en Madrid como continuación de esa infancia llena de cine. Pero no, no era eso lo que el buscaba, se le quedaba pequeño el lenguaje para su creatividad. También se matriculó en Historia, primero en Jaén y después en Granada, hasta que entendió que tampoco era ese su camino y finalmente probó suerte en las pruebas de acceso al Centro Andaluz de Teatro en Sevilla. Entró, y allí sí que encontró el camino certero para dar salida a su continuo trasiego interno y a las posibilidades creativas que de él emanaban.

Sevilla fue el epicentro a lo largo de los 90 de un terremoto escénico que tuvo numerosos exponentes que aun hoy recorren los escenarios y la pantallas de cine de este país: Julio Fraga, Felix Gómez, Verónica Sánchez, Paz Vega, Paco León, Roma Calderón, y muchos otros fueron compañeros de esta etapa de formación de nuestro protagonista. Eligió la dirección, pero su capacidad para crear no se quedaba sólo en el lenguaje escénico así que, como dramaturgo, comenzó numerosos procesos formativos que dieron como fruto puestas en escena realmente arriesgadas. Una de las temáticas más repetidas en su trayectoria es la de la doble moral, aunque es la visibilidad normalizada de personajes LGTBI una constante a lo largo de su obra.

La idiosincrasia de Antonio acompañaba a la perfección a sus creaciones, en ocasiones podríamos decir que su propia vida era llevada a la performance. Su sentido del humor, su capacidad para reinterpretar la vida, su aguda percepción de lo cotidiano, su capacidad de implicación activa (no tanto activista), su permanente curiosidad por las vidas, por lo último que sucede, su estar siempre en la punta de lanza, su “modernéz” constante, sus inquietudes y su rebeldía ante lo autoritario, lo impuesto, lo caduco generan una marcada personalidad que, como autor, le ha llevado a mostrar realidades tremendamente descarnadas en su personal lucha por mostrar los aspectos menos visibles de la doble moral social, eso y que siempre huyó de las órdenes⁴⁹.

Antes de poner en marcha proyectos propios bajo la tutela del CAT, fue el Ayuntamiento de Martos el que lo contrató varios veranos para poner en marcha un Taller Municipal de Teatro que terminaba con una puesta en escena en el Auditorio Municipal. No, no se cortaba un pelo. Ya fuesen adaptaciones de textos de Sarah Kane, Sergi Bernal o suyos propios, si algo caracterizaba cada apuesta era la polémica generada en el pueblo. El dedo en la llaga de los valores caducos o del inmovilismo social que generaban una ola de apoyos o de detractores, llegando incluso a recibir censuras por parte de un determinado concejal de cultura, que amenazó con cancelar el estreno si no se limitaban ciertas escenas. Nunca fue inocua una obra de Antonio. Pueden estar más o menos elaboradas, pero lo que está claro es que nacen desde las vísceras y no dejan impasible al espectador.

Tras esa etapa, casi meramente teatral, vino la oportunidad de dar un paso a la televisión y comenzó por guionista de la exitosa serie “Al salir de clase”. Eso supuso trasladarse a Madrid y emprender un nuevo lenguaje creativo. No obstante nunca dejó de apostar por el teatro y siguió escribiendo obras como “Cinco”, “Fin”, “Combatientes”, “Náufragos” o “El día que te vi”. Tras su paso por Madrid, por cuestiones personales, regresó a Martos a dirigir el recién estrenado Teatro Municipal en 2004.

⁴⁹ Valga como ejemplo la siguiente anécdota: nada más llegar a Madrid tuvo la oportunidad de trabajar en el programa matinal de Maria Teresa Campos, duró una mañana: *esa mujer manda mucho y trata muy mal a la gente*, fue el consistente argumento por el que rechazó el trabajo.

En esa etapa pasaron por este escenario local grandes exponentes del teatro y la danza, pero fue en su vertiente creativa en la que el desarrollo del Taller Municipal de Teatro supuso un importante revulsivo de la escena local. Obras propias como *"Martos 23600"*, *"Mar de Ansias"*, o *"Diario de una despedida"*, supusieron un importante espaldarazo a la labor creativa que había llevado a cabo durante años. Me atrevo a decir que la cultura teatral de Martos le debe mucho a Antonio Hernández que durante años pasó de ser *"patito feo"*, al Maestro que empujó a las butacas y a los escenarios a un importante número de personas.

Finalmente en 2007 regresó a Madrid, de vuelta a la televisión recibió encargos de series y miniseries como *"Paquirri"*, *"La Duquesa"*, *"Mi gitana"*, *"Ciega a citas"*, *"Hermanos"*, *"Vivir sin permiso"*,... Pero no paró de escribir teatro, una vez más. Fueron muchas las obras que pasearon por los teatros de Madrid, hasta que llegó *"El gol de Alex"*. Siendo esta la obra que protagoniza el encuentro que dio pie a este capítulo.

La particular capacidad prolífica de Antonio no está exenta de una tremenda dualidad: el habla de sus crisis creativas como algo terrible y doloroso, pero éstas nunca le han dado respecto al teatro, sólo suceden en su faceta de guionista, mostrando de manera latente como la creatividad no es igual que la productividad, y como los límites que impone el mercado le suponen un doloroso freno para poner en marcha sus procesos creativos. Para ilustrar esta parte voy a transcribir parte del mensaje de fin de año que nos envió a sus amigos:

"Ha sido un año difícil en los más íntimo y personal. Me ha servido para tomar conciencia de un par de cosas que son definitorias para mí como individuo. Aceptarlas me ayudaran a madurar sin miedo. Espero no olvidarlas cuando vuelva a entrar en crisis existencial. Y sé que volveré a caer, va en mi carácter.

Una de esas cosas que me define, es que creo que lo único que se hace en esta vida es contar historias. (...) Soy tremendamente prolífico construyendo tramas complejas y personajes contradictorios que, sin duda, son la base de una buena historia. Muchas veces parto de mí, de mi entorno y desde ahí dejo volar el poder de la creación. Otras veces la realidad y la actualidad se imponen, sirviéndome de bendita inspiración... Eso sí tengo que luchar con mi síndrome de lateralidad que me hace confundir diptongos, hiatos, la izquierda y la derecha, obligándome a crear constantemente frases subordinadas complejas, en lugar de simples y directas... Nunca sabré diferenciar las palabras homónimas (...) Mi cerebro es tremendamente complejo y cuando tengo que sintetizar todo esto... sufro. Por eso para mí escribir no es un acto fácil, sufro creando... sufro con mi trabajo diario... Cuando alguien me dice: "que suerte ser guionista y poder trabajar en lo que te gusta... me quedo mirándolo y pienso: tú no sabes lo mucho que yo padezco a diario... En 2017 entré en crisis profunda y dolorosa, y pensé, lo dejo... me dedico a otra cosa... fueron unos meses duros pero me di cuenta que no sé hacer nada más que esto... que con mis deficiencias... soy muy bueno en lo que hago... Mi amigo Tote confió en mí y me permitió montar "El gol de Alex" (...) Junto con Belén Macías he construido una de las historias más bonitas que jamás he parido y sé que volará muy lejos... Adela es mi confidente y sabe de mis miedos, casi más que yo... y no duda a la hora de escribir conmigo historias imposibles... Joan me exigió más y más y creo que "Vivir sin permiso" será la serie del próximo año... y Mamen me ofreció su casa para poder buscar la inspiración... Por todo esto y por todas estas personas, he llegado a la conclusión que lo único que sé hacer en la vida es crear historias y pienso seguir haciéndolo... No me queda otra... no tengo callos en las manos pero sí en el alma..."

Es esa confusión, ese sufrimiento expresado, el que se encasilla en la faceta como guionista, no le sucede cuando escribe teatro, tan sólo con los guiones:

"Hasta he tenido que ir a la psicóloga por el trabajo, por los diálogos, yo tengo problemas con las productoras, es decir, yo escribo muy bien, invento historias muy bien... pero los diálogos no se me dan bien, sobretodo no se me da bien amoldarme a como son los de la tele, yo tengo una voz de autor que me viene muy bien para escribir teatro. A mi me llaman y hago todo el marco narrativo de la serie, contar historias lo se hacer, pero cuando tengo que dialogarlas me atranco mucho porque ya he visto la historia, el proceso, el diálogo ya es lo último...el detalle y yo nunca he sido de detalles (risas) entonces a mí el diálogo me aburre y no llego a hacerlo bien. Las obras de teatro sí, porque son como mi propia voz y yo voy vomitando y voy haciendo mis voces, mis juegos de voces y eso. Pero en las series no, entonces eso me crea una inseguridad atroz a la hora de escribir, de sufrir mucho. Eso me crea inseguridades sobre mi trabajo, sobre mí mismo"

El valor que nuestro protagonista otorga a esta dualidad cobra aun más importancia cuando usa elementos comparativos, en la entrevista narra como investigó el narcotráfico gallego hace cinco años. Cuando presentó un guión a Mandarina (Productora de Tele5) lo rechazaron porque no creían que suscitara interés. Sin embargo, Nacho Carretero presentó una serie de contenido similar y se la aceptaron. La serie *"Fariñas"* inspirada en el libro del mismo nombre se estreno en Antena 3 en Febrero de 2018 . Ante estos agravios comparativos él define su frustración como *"negatividad para escribir, desgaste, tristeza, desmotivación: la energía se ha ido gastando, supongo que también tienen que ver con la edad"*.

Cuando, sin apenas pausa, sigue su discurso hablándome de lo que ha escrito mientras tanto para teatro -*"El gol de Álex"* y *"Esparta"*- se queja de no tener tiempo para poder corregir, para dedicarse a pulir este texto, todo porque tiene que escribir series para ganar dinero. De repente va cambiando su tono y se entusiasma al empezar a contar el argumento de Esparta, un entusiasmo que contrasta con la pereza con la que hablaba del periplo anterior: *"vuelvo a mi etapa más salvaje, hablo de los malos tratos y abusos sexuales dentro de la familia y para ello me inspiro en la familia Carvalho, los gimnastas, hago una vuelta al pasado y a la presión en la familia a través de la búsqueda del triunfo, ninguneando a las personas que componen la historia"*. Una denuncia social sin paliativos, como las que han acompañado su obra teatral, pero que en este caso se carga de una connotación que después analiza en su discurso: *"quizá sin esa ira que me genera la frustración no habría sido capaz de escribir muchas de las cosas que he escrito"*.

La escritura como canalizadora del malestar ante lo social, pero también como elemento de válvula de escape de la frustración en lo personal, hacen de esta historia un claro exponente del proceso de sanación de los senderos 8-17. El principio de generación y creación son totalmente visibles en la dualidad/polaridad de nuestro protagonista. Polaridad entre lo personal y lo social, lo impuesto y lo elegido, la productividad y la creatividad, entre lo viejo y lo nuevo, lo emocional y lo práctico, lo privado y lo público. Una reconciliación entre los opuestos internos que arroja una fertilidad llena de matices, oportunidades, proyectos, miedos y valentías que sustentan el eje de su obra y que, al igual que él mismo, no permiten la impasibilidad ante su presencia, tanto en la escena, como en la vida.

4.7.3. FAMILIA DE SENDEROS DEL ÁRBOL DE LA VIDA

SENDEROS (8-17) INNOVADORES - CONSERVADORES

VIENEN A CAMBIAR VALORES PROPIOS Y VALORES AJENOS

SENDERO 8: Viga de la individualidad. Equilibrio interno entre el Amor como “esencia” y el Rigor como “manifestación”. Discernimiento. Capacidad de juzgar; Capacidad de seleccionar lo que “hay que conservar y lo que hay que renovar”. La esencia de la conciencia ética. Restaurar, analizar e investigar. Equilibrio armónico. Rectitud. Relación con personas de la misma generación.

SENDERO 17: La renovación a través del curso de la naturaleza. El trabajo realizado en soledad. El obrar conforme a la naturaleza de las cosas. La capacidad de crear el propio trabajo. Modificar-Innovar- Cambiar valores familiares. Palabra creadora-Don-Lógica y razón. Aportar savia nueva-fertilidad. Humildad para recibir la verdad. Desnudez. Fuerza-Valor. Deshacer las cristalizaciones de energía bloqueada. Hacer volar. La creatividad aplicada a las tareas prácticas de tipo individual. La capacidad de desarrollar el propio tikún (misión con la que venimos al mundo). El estímulo sexual, la sexualidad tántrica.

Tan sólo con el enunciado que la Maestra Senai Rubio (2012) propone a esta familia de senderos, podemos hacernos a la idea de la tarea a resolver que implica el uso de la dramaturgia, como herramienta sanadora en el caso que nos ocupa “*Cambiar valores propios y ajenos*”. La posibilidad sanadora está inmersa en una constante que, si bien se repite en todas las familias de senderos, aquí se hace más clara al tratarse de la misión específica: transformar los valores y creencias, paralela a la transformación individual.

Este cambio no puede externalizarse si previamente no ha sido experimentado, aunque ambas vertientes suelen ir de la mano, desde luego en el caso de Antonio así es. Su bagaje como dramaturgo y su experiencia personal son absolutamente paralelos, son sus tomas de conciencia una plataforma de autodeterminación personal que, al saltar al escenario, invitan a agitar las conciencias, a través de la contundencia de sus textos. No sólo se trata de la escritura o el teatro, la presencia de Antonio ha sido una performance, en sí misma, en muchas ocasiones: ya sea por sus manifestaciones públicas, por la normalización de la sexualidad (muy ligada al sendero 17) en todas sus manifestaciones, por su escaso sentido de la intimidad que le ha llevado a ser tachado de exhibicionista emocional. Cosas de su honestidad visceral que, enmarcada en el contexto de doble moral que las sociedades arbitran como fórmula de control social, lo ha convertido en un transgresor, un innovador y un creador. Un creador, no sólo de teatro, sino de oportunidades de redimensionar la realidad para sí mismo y para infinidad de personas que se han visto reflejadas, defendidas, visibilizadas, amparadas o empoderadas por la obra, personal y profesional, de este autor.

Si el sendero 8 presenta la necesidad de análisis y discernimiento, de separar lo nuevo de lo obsoleto y para ello se hace imprescindible el equilibrio entre amor y rigor, en la historia de Antonio encontramos formulado todo ese proceso como construcción de “*dentro a fuera*”. La búsqueda de su lugar en el mundo, como raíces, tienen su primer escenario en Martos, un pueblo del entorno rural de Jaén, y en unos años de transición cultural (más que política) que seguían limitando cualquier opción que no se ajustara a la más normativa y tradicional.

Es en ese contexto y, con las características personales de las que ya hemos hablado, es donde Antonio se atreve a poner al límite las morales y dobles morales: valga como ejemplo la propuesta de poner en escena la obra *"Bajarse al Moro"* (1987) como actividad extraescolar del instituto. Ejemplo que fue sólo el principio de una infinidad de polémicas a lo largo de años: los textos elegidos en los talleres municipales de teatro de verano, el programa *Desorden* en la emisora municipal en 1994, los estrenos de sus obras fraguadas en su etapa en el CAT, el Pregón de Feria de 2003...

Es la capacidad de juzgar y analizar, de hacer visible lo que la acción del sendero 8 considera injusto y anacrónico, la que permite a nuestro protagonista dar sus primeros "taconazos". En primer lugar reivindicando su espacio en el mundo, confrontando con ello con una realidad hostil en cuanto a valores y creencias limitantes y que, experimentadas en propia piel durante su vida en Martos, le llevan a desarrollar lo que él sintetiza en el término *sentimiento de desarraigo*.

De esa dualidad entre lo que siente como estancado y limitante de lo aprendido en el entorno y la innata capacidad innovadora, así como de su constante observación de la realidad, donde se van fraguando algunos de los patrones que se mantienen en su obra, sobretudo de la ira suscitada por lo injusto, nace una expresión propia basada en la visceralidad de sus propuestas escénicas. Si bien, en un principio, tienen que ver con las normas sociales, a medida que avanza su trayectoria profesional estas se proyectan en las reglas del mercado televisivo y su superficialidad mercantilizada, llegando a generarle los bloqueos y ansiedad que narra en el anterior epígrafe.

Pero donde la acción creadora toma matices expansivos es en el tránsito por su sendero 17, en todo lo que tiene que ver con la creatividad en soledad, en la voz de autor frente al trabajo guiado, que le permite abordar temáticas que van desde el tema de ETA, el suicidio, la infidelidad, la claustrofobia, la doble moral, la homosexualidad, las nuevas tecnologías, la guerra de los Balcanes, la violencia de género, la ira...con el único límite de la puesta en escena o de los costes de producción. Es desde esa óptica desde la que las posibilidades que la dramaturgia de Antonio oscila entre la capacidad de enfocar su visión crítica del mundo, a la par que se reafirma en su propia identidad, en sus credenciales como persona y como autor.

El enunciado del sendero 17 antes expuesto repasa, punto por punto, las características del proceso de artesanación que este caso nos presenta. Vemos el concepto de renovación a través del curso de la naturaleza mediante la humanización y aceptación de las diferencias individuales, la capacidad de visibilizar lo que existe para fluir con el desarrollo humano, con la diversidad manifiesta frente a la doble moral del ocultamiento. Ese obrar conforme a la naturaleza de las cosas, la honestidad visceral de la que ya hemos hablado y que hace de obras como *"La última casa de putas del mundo"*⁵⁰ (1999) una exposición de realidades -físicas y morales- cargadas de denuncia y de un impacto escénico que, de manera inevitable, atraviesa al espectador.

50 Premio Miguel Romeo Esteo de Teatro 1999. Fragmento de una entrevista en el Diario El País: *"Queríamos hablar sobre las minorías, y al final el guión se fue decantando más hacia la mujer y, sobre todo, hacia la violencia que el hombre ha ejercido sobre la mujer. Nuestros personajes son dos soldados y una prostituta que están en medio de un conflicto bélico. Es también una reflexión de la violencia que el hombre ejerce sobre el mundo. Hay muchos paralelismos entre cómo el hombre ha tratado al mundo y cómo ha tratado a la mujer"*

Es también todo lo relacionado con el trabajo realizado en soledad y la capacidad de crear el propio trabajo, ese reconvertir la frustración en un manifiesto de autodeterminación, de *reflexividad*⁵¹, pero sobretodo de generar un lenguaje escénico propio, capaz de dar cabida a una voz de autor que se hace eco de los malestares internos y los muestra, sin filtro alguno, al mundo. Ese trabajo de creatividad a solas es la clave de la ausencia de límites que permite que nuestro protagonista hable de que escribir es “*terapéutico para él*” y lo expresa así en un momento de la entrevista:

“Cuando M. me dejó, lo perdí todo. Perdí el entorno y las raíces. Creativamente me influyó mucho en lo profesional en dos vertientes: puse mi talento, sea bueno o malo, a disposición de ellos, porque mira si tú sabes apretar tornillos y la fábrica te contrata para eso, tú haces muy bien el armario que te han dicho. Pero después tú, personalmente, intentas hacer para ti los mejores armarios del mundo. Yo tenía que seguir escribiendo porque no me quedaba otra. Yo creo que trabajo y escribo para hacerme mi propia terapia ¿vale? entonces mi teatro está relacionado con entornos o situaciones políticas o sociales que me hayan impactado, si escribo parto de mí”.

Aun de manera más clara podemos observar en la posterior argumentación el poder transformador que Antonio otorga a la escritura, y que encaja a la perfección con el concepto de la creatividad aplicada a las tareas prácticas de tipo individual del sendero 17, que le permite conectar con la humildad para recibir la verdad (en este caso la verdad interior de la toma de conciencia de haber sido engañado y abandonado). Es de esa fuerza de aceptación de donde nace el valor para permitirse soñar, usando la denominada “*savia nueva-fertilidad*” para reescribir las páginas de su texto haciendo, con ello, visible a la palabra como creadora de su propia motivación vital. Quizá la clave de todo este capítulo esté en el siguiente texto:

“Cuando pasó lo de M. escribí ‘El gol de Alex’, por un lado ante uno de los peores momentos de mi vida tenía la necesidad de contar lo que me estaba pasando, como había vivido yo esa frustración, esa historia y a la vez me regalé escribir otra historia. Esa historia que yo había soñado toda mi vida: poder enrollarme con un futbolista. Era terapéutico porque, a la vez que estaba sufriendo al escribir lo que me había pasado, me estaba dando el placer de inventarme una historia en la que yo podía ser feliz, regalarme eso porque era demasiado dolor, era regalarme algo de lo soñado, para despertarme la ilusión por vivir”

En este proceso de escritura, quizá el más relevante por la claridad con la que encaja con su propio *tikún* (su misión personal), no es sólo su ámbito personal el que queda expuesto como proceso sanador de la escritura, sino que abre la puerta para la identificación del espectador con todas las contradicciones, sufrimientos y esperanzas de los personajes. Y ello es posible gracias a la desnudez de su trabajo que, si bien es marca de la casa de su trayectoria, en este caso implica la desnudez absoluta de sí mismo y lo que ello supone de conexión con quienes lo viven como propio en “*El gol de Alex*” (2017). Este fragmento del guión de la obra es una descarnada narración, en primera persona aunque en la voz del personaje de Mario, de su propio proceso que ilustra esa desnudez a la que hago referencia:

51 La reflexividad en teoría social se refiere a una relación circular entre causa y el efecto. Así, una relación reflexiva es bidireccional entre causa y efecto con lo cual a ninguno de los dos objetos de la relación se les puede asignar un papel único en la relación causal. En sociología, la reflexividad sin embargo también puede referirse a una acción de autoreferenciación donde un sujeto vuelve sobre sí mismo y se transforma por acción de dicho examen. Conforme a lo anterior, la reflexividad también se refiere a la capacidad de un agente para reconocer las fuerzas de la socialización y el lugar de alteración en la estructura social. Un bajo nivel de reflexividad podría resultar en mayor determinismo individual a causa del entorno (o la “sociedad”). Un alto nivel de reflexividad social, en cambio, lleva a una mayor definición del individuo a partir de sus propias normas, gustos, deseos y otros. Esto es similar a la noción de autonomía.

ALEX

¿Volverías a tener una relación así?

MARIO

¿Ahora... si pudiera volver atrás...? tal vez no... no lo sé... ya no sé nada... pero corrí ese riesgo... pensando que así no perderíamos el morbo, el deseo, el juego... Hasta que descubrí que Brais se obsesionó con uno de estos invitados y él con Brais... no dejaban de mandarse mensajes... hasta bien entrada la madrugada... no se cortaban, lo hacían delante de mis propias narices, tal vez para demostrarme que no tenían nada que ocultar... que entre ellos había una relación sana, en la cual yo no estaba invitado... incluso cuando yo me ponía algo nervioso, por tanto mensaje, Brais me hacía creer que era un celoso sin fundamentos... Estuve tentado de mirar mil veces su iPhone... para comprobar esos mensajes... pero no lo hice... Dentro de mí crecía una angustia imparable... me armé de valor y le pedí que si no tenía nada que ocultar me enseñaran esos mensajes... me tendió el móvil... y empecé a mirarlos... el ahogo que sufrí al comprobar sus palabras, sus deseos de estar juntos, de fugarse, de huir de mí... Todo lo que imaginaba era cierto, habían jugado conmigo, a espaldas mías, yo les sobraba... No podía respirar... es tan doloroso descubrir lo que intuyes... porque la mentira se siente aunque no se sepa... No podía parar, seguí mirando su móvil, buscando respuestas, lo hice delante de sus propias narices y descubrí que como con este tipo... tenía historias con mucho otros: un ex suyo que vivía en Vigo: follaban en su coche, en lugares de cruising, en sex shop... Con otro tipo con el que salía a correr por las mañanas y volvía bien entrado el mediodía... Yo pensé que se estaban preparando para el maratón de Boston... ¡Ojalá participen y salten juntos por los aires! También con algún hombre casado... No era sólo sexo... con todos mantenía una relación llena de emociones, se mensajeaban constantemente... me sentí tan fuera de lugar... que salió el animal que llevo dentro... y que tanto odio... le grite, estuvimos a punto de llegar a las manos... le dije que lamentaba los años que había perdido con él, que sentía que se había aprovechado de mí... en todos los sentidos... lo eche de mi casa... no quería saber nada de él...

ALEX

¿Qué otra cosa podrías hacer?

MARIO

Haberlo abrazado y pedirle que no se fuera de allí... que lo solucionaríamos juntos... pero no fui capaz... me dolía tanto... más que la muerte de mi padre... Cuando me calmé... decidí pedirle tiempo... para pensar, reflexionar... lo hablé con mis amigos... a él le molestó que lo hiciera... tal vez porque lo ponía en evidencia delante de todos... pero también era mi vida... y no sabía como buscar respuestas y él no me las daba... y me fui de viaje solo... pensé... pensé mucho... pensé en nosotros dos... me di cuenta que lo amaba y que si él también a mí... podíamos reconstruir nuestra relación desde las ruinas... y volví... y le dije te amo, estoy dispuesto... pero él no lo estaba... su amor por mí se había esfumado... decía que me quería mucho pero que necesitaba seguir su camino o más bien encontrar uno... y que ese viaje debía hacerlo en solitario... y yo le molestaba para todo eso...

Para continuar el itinerario por la sanación del Sendero 17 de este proceso, cabe añadir como el hecho de mostrarse a sí mismo, supone una ruptura con los valores de origen en cuanto a la prudencia y la moral. Esto no es nuevo en la historia de Antonio, pero no por ello deja de ser llamativo. No es que muestre su tendencia sexual sin ningún tapujo desde su primera obra, es que lo hace desde la experiencia personal, desde lo más íntimo y emocional, atreviéndose a poner en tela de juicio incluso los estereotipos que acompañan a los gais, porque: sí, le gusta el fútbol; sí, se enamora; sí, es masculino; sí, tiene que lidiar con prejuicios y estereotipos... mostrando incluso que las formas de relación y acercamiento de las personas en la era de la tecnología son las que son, le guste a quien le guste, pero que son dignas de respeto, dado que pertenecen a seres humanos.

Todo ello sin obviar la pulsión sexual como instinto compartido y que, lejos de imposiciones morales, pertenecen al ámbito de lo privado y a la creatividad de las personas libremente implicadas en todas las posibles relaciones que puedan desarrollarse.

En *"El gol de Alex"* (2017) no sólo trata el tema del desamor, como punto de partida desde dentro, sino que trasciende al ámbito de lo social al abordar la crueldad de la homofobia en el mundo del fútbol, entendiendo este como espacio de la masculinidad. En esta parte en la que el sendero 8 toma más relevancia: la denuncia social.

ALEX

Estaba tan caliente, tan excitado por el gol, por el triunfo que no sentía este peso... pero ha sido correrme y todo el terror se ha amontonado en la boca del estómago...

MARIO

Dale forma a ese terror... Háblame de él.

ALEX

A que me descubran... a que algún compañero te vea salir de la habitación... a querer volver a hacerlo contigo dentro de menos de media hora...

MARIO

Tienes que superarlo.

ALEX

¿Cómo?

MARIO

Dando un paso adelante... todo el mundo lo hemos hecho alguna vez en la vida...

ALEX

No es tan fácil... y menos en mi mundo...

MARIO

Lo sé... pero hace 20 años te aseguro que tampoco era fácil y menos en un pueblo perdido de la meseta castellana... y lo logré...

ALEX

¿Cómo?

MARIO

No sé... ya te digo que me encanta la música... el cine y el fútbol... bueno en el fútbol no hay héroes gay... pero en el mundo del cine y de la música muchos: Bowie, Los Pet Shop Boys... Carlos Berlanga... Almodóvar... es importante tener referentes que te ayudan a crecer y a ser quien eres... Ojalá... algún jugador en activo saliera del armario... muchos niños se lo agradecerían... y la de artículos que escribiríamos... (...)

ALEX

La dureza del fútbol, su masculinidad, el colegueo entre todos nosotros, que me rechacen, que no me quieran abrazar tras un gol, a que tu compañero piense que lo observas en esas duchas, tú no sabes lo que se oye en los vestuarios... es todo tan tremendamente ambiguo y masculino que llega a confundir... luego te das cuenta que es un acto de defensa para que cada uno demuestre su puñetera hombría... por que ser macho y heterosexual es ser medalla de oro...

MARIO

Curiosa clasificación...

ALEX

En el mundo de fútbol es así... no está hecho ni para mujeres, ni para maricas...

MARIO

Pues deberías sentirte medalla de oro... porque lo eres.

ALEX

Para todos ellos jamás lo seré... y sé que en el fondo algunos lo sospechan... y me provocan con juegos estúpidos en el vestuario... y yo sigo las bromas y agacho la cabeza... y me da miedo que me rocen... que me toquen... y una vez al mes me obligo a salir con ellos... y jugar a sus juegos heterosexuales... pero me siento terriblemente ridículo en esos reservados rodeado de alcohol y de chicas... y lucho porque mis ojos no se vayan hacia ningún chico... y me jode cuando descubro el sobaco sudado de algún compañero de equipo...

La denuncia social es entendida como derecho a la diferencia, el respeto a la individualidad de cada ser humano, como claro exponente de la esencia de la conciencia ética que acompaña a este sendero.

Un impulso a la libertad individual, un empujón hacia la valentía de la autoaceptación, y los cambios que ello puede generar en tanto en las conciencias, como en el ámbito de lo social, sea cual sea el ámbito de la acción. En este caso el fútbol. Ese discernimiento como exponente del Amor como esencia, el amor a lo humano, a la vida, a la diversidad, a las diferencias... en equilibrio con el Rigor para defender los derechos individuales a través de la visibilización y la denuncia; lo que permite analizar, sentir y vibrar en la piel de los protagonistas de sus obras, para con ello sembrar la renovación en los nuevos procesos creativos, y que el efecto multiplicador permita la expansión de los mismos.

En este punto me gustaría resaltar que la presencia de personajes LGTBI no se ha limitado a la producción teatral de este autor; en las producciones televisivas en las que ha participado también ha dejado su impronta, en el más puro estilo *"justiciero desde el amor"* que implica la energía sanadora del Sendero 8.

El ejemplo más relevante de esa visibilización tuvo su plataforma más evidente en *"Al salir de clase"* (1997), cuando su trabajo cobró mayor repercusión, dada la amplia audiencia de la que gozaba y la franja de edad de los destinatarios de la serie (adolescentes, sobretudo), cuya permeabilidad a los valores observados es fundamental para su vida adulta y la repercusión social de sus acciones. Valga como ejemplo lo que sucede al teclear en google *"pareja gay en al salir de clase"*, la primera entrada que aparece enlaza con un post, que en uno de sus párrafos explica la citada repercusión:

"(...)No eran, en absoluto, los típicos mariquitas estereotipados y eso se agradece. Y mucho. Aunque en aquel momento no era consciente, estoy completamente seguro de que el hecho de que mis padres vieran a diario escenas como la que podéis ver arriba, al mismo tiempo que empuñaban la cuchara, hizo que poco a poco se fuera creando en ellos un sedimento de normalización acerca de la homosexualidad. Por muy pequeño que fuera. Pero por otra parte, y ahora que lo pienso, que hace nueve años (y parece que fue ayer...) mis padres ni se inmutaran al ver besos entre dos chicos a las tres de la tarde, dice mucho de ellos. Sería algo así como lo del huevo y la gallina. ¿Mis padres eran tolerantes porque asumían con normalidad estos contenidos? O por el contrario, ¿estos contenidos contribuyeron a que mis padres fueran más tolerantes? Imagino que fue un poco de las dos cosas. Pero lo cierto, es que yo, que estaba completamente en el armario y sin pensamiento alguno de salir de él, tenía que tragar dos veces para que las lentejas pasaran por el gaznate, cada vez que veía una escena romántica entre Santi y Rubén. Sí, me daba una vergüenza horrible. Y envidia... Deseaba poder vivir algún día mi homosexualidad con esa misma naturalidad. En aquel momento lo veía imposible. Ahora, simplemente es mi realidad. 'Al Salir de Clase' no fue una gran serie si la valoramos por su calidad o su credibilidad en las historias. Pero a mí me marcó la adolescencia. Y, sin duda, fue un primer paso para la apertura de las parejas gays en la ficción española"

Pero volviendo a "El gol de Alex", (2017) también su repercusión mediática tuvo gran calado, y todo ello sin olvidar que nació en un viaje a la desesperada de Antonio Hernández tras sufrir un varapalo sentimental y que está escrita como herramienta de sanación de su proceso, cumpliendo a la perfección con el sentido del momento de Art-anuencia, que es la razón por la que está incluido en esta tesis. La labor de artesanación que parte de lo personal para impactar en lo social y, por tanto, aportar con ello a la evolución humana.

A continuación y, a modo de resumen y cierre de este capítulo, dejo la reproducción del artículo publicado en el diario "El Faro de Vigo" en el que refleja la trascendencia de esta obra y la repercusión de la misma, es llamativo el titular y el apoyo que desde este medio se le dio tanto a la temática, como a la obra en sí misma, sin olvidar la capacidad de honestidad y desnudez de nuestro protagonista, para hablar de sus emociones y mostrarlas al mundo en su trabajo.

4.7.4. ARTÍCULO EN EL FARO DE VIGO

EL FARO DE VIGO

20 de junio de 2017

•Cultura

El Celta sale del armario en el World Pride Madrid 2017



Una obra de teatro contra la homofobia utiliza la camiseta del club para promocionar la función
Jorge Álvarez Vigo 20.06.2017 | 13:14

El Celta de Vigo ha salido del armario, al menos sobre las tablas de un teatro madrileño que, durante la celebración de la semana del Orgullo Gay en Madrid, ha programado la función *El gol de Álex*, una historia de amor y fútbol en la que la camiseta y el escudo del equipo vigués no solo forman parte del cartel que promociona la obra de teatro sino que también es una parte importante de la historia del encuentro entre Mario y Álex, un jugador ficticio del equipo vigués.

El gol de Álex es una comedia romántica que arranca la noche en la que Álex (Alejandro Albarracín) marca el gol de su vida en el partido más importante de su equipo, el Celta de Vigo. Su tanto no solo lo coloca en el objetivo de todas las cámaras sino que también colocará al equipo vigués en lo más alto de la clasificación de la Liga Santander.

Mario (Pepe Ocio) es un periodista deportivo que acaba de romper con su pareja y al que le ha tocado cubrir el encuentro en el que Álex se ha consagrado. Ambos se conocen a través de una aplicación del móvil y esa misma noche quedan una habitación de hotel. Un encuentro clandestino que cambiará sus vidas.

El director y autor de la obra, Antonio Hernández Centeno, ha explicado en varias entrevistas las razones que le han llevado a utilizar al Celta como un personaje más de la obra: "Escribí *El gol de Álex* durante una ruptura sentimental con una persona a la que me unía el Celta. Con el texto quise plasmar en escena muchos temas con los que tenía una deuda pendiente y en el que el fútbol tenía que ser protagonista"

El propósito de la función era abordar un tema tabú como la homosexualidad en el fútbol, un mundo en el que la máxima del ‘no preguntes, no lo cuentes’ se acepta con una normalidad incomprensible. “No me he inspirado en nadie concreto”, explica Hernández Centeno, “pero si entre Primera División y Segunda hay casi 1.000 jugadores y las estadísticas dicen que en todos los ámbitos hay un 10% de homosexuales... ¿de verdad ni uno solo sale del armario?”

Treinta famosos contra la homofobia

El estreno de El gol de Álex ha supuesto también el lanzamiento a través de las redes sociales de una campaña en la que una treintena de artistas, deportistas y personajes famosos se unen bajo el hashtag #MeteleUnGol para luchar contra la homofobia.

Víctor Gutiérrez, el waterpolista de la Selección Española que protagonizó la última salida del armario del deporte español, encabeza la lista de personajes que dan su voz para apoyar la iniciativa, como el Padre Ángel, La Oreja de Van Gogh, la actriz Verónica Sánchez, Miguel Balanzategui de las Nancys Rubias o Amaya Valdemoro...

El gol de Álex, métele un gol a la homofobia

Homosexualidad y fútbol en España

El Día Internacional contra la Homofobia se celebró en la La Liga española el pasado 19 de febrero coincidiendo con la fecha de nacimiento de Justin Fashanu, el primer jugador profesional que decidió salir del armario y que tras las presiones y acoso a los que fue sometido por la sociedad y Premier League acabó suicidándose 8 años después.

La cita del fútbol español, sin embargo, lejos de los avances conseguidos en los últimos años con la Ley de Matrimonio Homosexual se presentó dividido y sin los grandes equipos apoyando la iniciativa. Ni Real Madrid ni Barcelona secundaron una jornada que sí recibió el apoyo de varios equipos de Primera División y Segunda, el Consejo Superior de Deportes y el Comité Olímpico Internacional y el Paralímpico.

El día recuerda todo lo que queda por luchar para que situaciones e insultos homófobos en el mundo del fútbol desaparezcan para siempre. Uno de esos casos fue el de Jesús Tomillero, un árbitro gaditano que se convertía en el primero en salir del armario en el fútbol en España. Su anuncio, lejos de normalizar, se convirtieron en insultos y amenazas de muerte que lo llevaron a plantearse dejar el arbitraje.

Este árbitro gaditano de 21 años ha pedido a las instituciones y los partidos políticos “que se pongan las pilas” y ha pedido reiteradamente que se elabore una ley contra la homofobia.

Temas relacionados: Alejandro Albarraacín Antonio Hernández Centeno Celta Cultura Homofobia Orgullo gay Pepe Ocio Teatro World Pride Madrid 2017

4.8. DE MUROS A MURALES

¿CONOCE A ANA CORONADO?



Más que alta, ella es grande,
presencia silenciosa que no inadvertida,
Rasgos guanacastecos
muestra de la dignidad de su tierra,
que tal y como hace ella con su vida,
decidió su futuro
haciendo la patria de su voluntad,⁵²
abriéndose las puertas al mundo
para habitarlo por derecho propio.

En la imagen de sus manos
habita su historia:
manos curtidas que rompen,
en exhibición de fuerza,
un minucioso infinito de teselas.
Esas mismas que quiebra,
unas desechadas y otras aprendidas,
rompiendo en ellas dolores viejos.

Con esa misma intensa fruición,
recoge las piezas recién modeladas,
-con herramientas toscas y
valientes movimientos de trazado-,
las mima, las ordena de nuevo,
las siente y las enlaza unas con otras
en una nueva dimensión de esperanzada belleza.

Cuando llega la fragua⁵³.
con absoluta fe en cada color,
luces, matices y sombras
las impregnan de vida.

Une las imágenes de infinitas piezas rediseñadas,
transformando muros en murales,
se mezcla así en las vidas de transeúntes y calles.

"Me hice fuerte!.- Me dice,
es por eso que crea siempre figuras
que aúnan dignidad y libertad.
La transformación se consuma.

Norah Barranco Martos

52 "De la patria por nuestra voluntad" fue el lema bajo el que el Partido de Nicoya, actual Guanacaste, decidió anexionarse a Costa Rica por voluntad propia en 1824.

53 El fragüe es el elemento de la técnica de creación de mosaicos que da consistencia y color a las teselas. Consistente en esparcir una pasta de manera uniforme y que previamente ha sido mezclada con colores.

4.8.1. EL ENCUENTRO

- ¿Usted conoce a Ana Coronado?
- No, aún no ¿Por?
- Ya lo entenderá...

Fueron Marcia Silva⁵⁴, Pamela Jiménez⁵⁵ y Karol Moreira⁵⁶ las que, nada más llegar y en los primeros encuentros que mantuve en la UNA, me hablaron del trabajo y la trayectoria de Ana Coronado. Las tres insistían en que la entrevistara y se lo agradezco, la sorpresa fue mayúscula.

-Hola ¿Ana Coronado? Me llamo Norah Barranco y me ha dado su número Marcia Silva. Me gustaría hacerle una entrevista.
-Pero ¿una entrevista para la prensa?.- En su voz se notaba cierta desconfianza.
-No, para mi tesis doctoral.
-Ahhhh sí, entonces sí. Cuando usted quiera.

No fue necesario más para que se prestara y pusiese fácil el encuentro. Intrigante introducción, sin duda, la que guió aquel encuentro. Pese a que tres personas me habían hablado de ella, ninguna me había especificado demasiado sobre su vida y obra, sólo sabía que creaba murales de mosaicos y que cuando hablaban de ella asentían con la cabeza, sonriendo.

Dos semanas más tarde acordamos vernos para que la entrevistara. Cuando llegó a mi eventual casa se llenó la estancia de su poderosa presencia.

Me confesó sus resistencias iniciales a participar en una entrevista. La razón era que, cuando la prensa se había ocupado de su vida, le habían dado más importancia a sus dificultades y a las circunstancias escabrosas de su pasado⁵⁷, que a su trabajo como artista.

Hablamos sobre lo divino y lo humano, de Guanacaste, de los medios de comunicación, de los políticos, de su vida, de *mujeres violentadas*, de esperanza, de Dios, de las dificultades económicas, de la historia del mosaico, de como experimentar con ellos, de murales, de decepciones, de aprender, de impartir talleres⁵⁸, de ser mujer, de ser libre y de ser fuerte.

Una entrevista clara y honesta, con momentos de una mirada interior cargada de profundidad, pero de una sencillez absoluta.

54 Periodista y Fotógrafa. Extensión Universitaria de la UNA. Autora del libro "Somos como Somos" y mi anfitriona en la Universidad Nacional.

55 Psicóloga y Bailarina. Responsable y Coordinadora del Programa "Conexiones" de la Extensión Universitaria de la UNA

56 Socióloga y Trabajadora de "La Escuela Casa del Artista" de San José. Escuela que ofrece una alternativa para la formación artística, bajo la dirección del Museo de Arte Costarricense

57 Es esa la razón por la que, en este trabajo, no son explícitas las situaciones de su pasado a las que hacer referencia, por respeto a su deseo de intimidad. No obstante es fácil adivinar, por el propio desarrollo de su trabajo y por las analogías de transformación que usa en su discurso, que la violencia y el sistema patriarcal fueron protagonistas de esa etapa previa al descubrimiento de su artista interior.

58 Actualmente Ana Coronado se dedica a impartir talleres en su propia marca Arcoartemosaiquismo

Evitaba hablar directamente sobre su pasado, no era esa la mujer que tenía frente a mí⁵⁹, eso sí: narraba con todo detalle el momento de su transformación, el proceso en el que, según ella, se dio cuenta de su fortaleza.

La estructura de esta entrevista fue absolutamente versátil. No había preguntas previas, ni fueron necesarias. El desarrollo de la misma permitió que la protagonista deambulara por su proceso sin que fuesen, necesariamente explícitas, las circunstancias de su pasado que la llevaron al momento de ruptura y reinención a través del mosaico.

A medida que avanzaba la entrevista se iba corroborando la razón por la que me habían hablado de ella: no sólo mostraba el proceso de artesanación en su biografía, sino que además era capaz de hacerlo desde la más absoluta reflexividad. Plenamente consciente de cada una de las fases, las verbalizaba con una absoluta claridad y sencillez: no es que lo hubiera vivido, ella había sentido y pensado su proceso con plena conciencia de su transformación. La sorpresa fue aún mayor cuando, en ocasiones, usaba terminología muy afín a la que yo ya estaba usando en este trabajo.

Sin guía en su propio proceso, incluso reticente a tener maestros o terapeutas (tal vez por la desconfianza aprendida en su pasado). Ana solventaba cada tema con el mismo esquema de auto-conocimiento, de liberación, de trabajo personal plenamente enmarcado en sus procesos creativos.

Es por todo ello que considero innecesario extenderme, demasiado, en el análisis de los distintos temas que aglutina la entrevista, más allá de la transcripción de sus propias palabras, teniendo en cuenta que éstas en ocasiones son de una fuerza, belleza y sencillez que se acercan más a las emociones, que al trabajo intelectual. Y de eso se trata, de esa transformación que ella narra con la fuerza, casi recién aprendida, de su propia identidad.

Si bien el tema “violencia de género” planea en toda la entrevista, lejos de personalizar, ella lo hace extensivo a la situación de las mujeres en el mundo, se erige portavoz de su propia historia, pero no la hace exclusiva. Es por ello que, como veremos en el apartado relacionado con los senderos del Arbol de la Vida, el recorrido de su historia encaja a la perfección con el recorrido de los Senderos 9 y 18, familia de los “*fríos-lapas*”.

Su comunicación no verbal no podía ser más significativa: pasó de prácticamente no levantar la mirada cuando hablaba, a mirar de frente y abierta, a medida que nos centrábamos en su propio proceso creativo. Su léxico, sencillo e íntimo, desprendía una cercana seguridad, ni estaba interesada en ser erudita, ni en parecerlo, para que sus palabras estuviesen revestidas de una sabiduría ligada a la tierra, cargada de humildad y de fe.

Es precisamente el tema de la fe, uno de los más llamativos, porque de manera inesperada iba hilando creatividad y espiritualidad en su discurso, aunándolos e incluso haciéndolos uno, en algunos fragmentos.

Cuando acabé la entrevista no me cupo duda alguna de por qué me preguntaban que si la conocía: el ejemplo de artesanación no podía ser más claro, pero sobretodo más consciente.

59 En su narración hay ocasiones en las que se dirige a ella misma en tercera persona, como si fuera una observadora de su propia vida.



Pamela Jiménez, Norah Barranco, Ana Coronado. Foto de la autora.

4.8.2. LOS ELEMENTOS DE SANACIÓN

1. DEL AISLAMIENTO A LA CONCIENCIA DE LOS POTENCIALES PROPIOS. La ruptura con sus condiciones de vida anteriores y la situación que limita a las mujeres para reconocerse en el espacio social.

El mosaico llegó a su vida a través de un programa de ONUhabitat, por medio de la Municipalidad de Heredia y de la Universidad Nacional de Costa Rica, pero fue en la Oficina de la Mujer⁶⁰ donde la derivaron a este proyecto:

“Yo no me había dedicado a ser Ana, porque viví un tiempo escondida de mí misma. Estaba criando pero me faltaba algo, la parte esencial de cada persona donde desaparecés: sos madre, sos esposa y vivís bajo un yugo desigual...ahí no estás haciendo nada”

En este proyecto se establecieron sus primeras tomas de conciencia. Fue en el momento en que la monitora les propuso un proceso de identidad, haciéndolas plantearse cómo vivían ellas la violencia, cómo se movilizaban en el espacio público y lo que les daba miedo en él.

60 Denominada Oficina de Equidad y Género en la actualidad.

"...después busquen algo que pueda interpretar su vida y, entonces, nos enseñó la técnica del mosaico y, mientras nos estaba enseñando, toda esa identidad de cómo nos sentimos como mujeres (...) el vivir en cuatro paredes, no salir porque sufríamos siempre el acecho masculino, los hombres tratándonos de manera fea.

Así que agarré la imagen de 'El desnudo Azul' de Matisse, me sentí identificada porque es la silueta de una mujer desnuda y esta es la desnudez que yo quiero descubrir en mí misma, porque yo no me podía antes ni ver desnuda en un espejo"

En estas palabras de la protagonista encontramos el origen de su necesidad de cambio, las razones -muy sutilmente esbozadas- que hicieron de su pasado un encierro, un aislamiento, incluso, una invisibilidad como persona. Es esa "desnudez" de la que habla, la esencia que menciona en el anterior párrafo.

Las preguntas que planteó la monitora nos hacen pensar que el grupo de mujeres, al que se dirigía el taller, tenía similares características y circunstancias. No obstante, es muy significativo que a Ana le bastó esta primera pregunta para captar, a la perfección, el sentido de la expresión de emociones a través del mosaico.

2. LA CONCIENCIA DE LA FRAGILIDAD Y DE LA FORTALEZA. La transformación a través de la fusión entre creación y espiritualidad.

Ana se definió a sí misma en varias ocasiones como una mujer frágil en su pasado, es por eso que insistía en como al principio no se creía capaz de hacer fuerza "ni para partir las piezas", para luego darse cuenta de que hasta en eso estaba cambiando.

"Para mí trabajar con el mosaico me hizo una mujer fuerte, descubrí que soy una mujer fuerte, no sólo en lo físico también en lo espiritual, y yo quiero hacer en los talleres lo que hicieron conmigo, después iré buscando lo demás..."

Esa fuerza se la pedí a Dios, porque yo quería seguir... pero con el dolor de cintura ¡no puedo!, pero vieras que poco a poco ese dolor se fue quitando, a medida que iba trabajando se fue, así que realmente trabajar esto me ha hecho fuerte física y espiritualmente."

3. LA CONCIENCIA Y ACEPTACIÓN DE LAS LIMITACIONES QUE AUN QUEDAN POR RESOLVER.

En este punto del relato la protagonista narra las dificultades materiales por la escasez de recursos, pero a diferencia de las distintas narraciones de sus situaciones del pasado, estas se revisten del optimismo que acompaña a tener objetivos propios.

"Cuando me invitaron al Festival de las Artes y me dieron dinero aproveché para comprar todas las herramientas, azulejos, de todo. Ahí empecé a ser autosuficiente.

Ha sido muy difícil encontrar apoyos, porque al principio muchos líderes comunales y políticos se sacaban la foto con mis trabajos, pero luego no había seguimiento, y no me conocían de nada a la hora del apoyo, 'vamos donde los inditos y nos sacamos la foto'. Nos usan ¿pero que pasó con las personas?"

Una de las limitaciones, a las que hace alusión, en el desarrollo de su trabajo es la de independencia económica. Esa desconfianza mostrada en el anterior párrafo, lleva acarreada una necesidad de salir al mundo (uno de los principales trabajos de esta familia de senderos) pero que, pese a ser parte de sus tomas de conciencia, aun están pendientes en su camino de autoreconstrucción:

"Mi hijo me dice: 'usted tiene un book y un curriculum bárbaro, láncese ya a la piscina'. Pero para eso necesito de otras personas, para mí, para mi negocio...y viera usted que aun tengo ese problema. He estudiado incluso 'emprendeduría' y sé que no puedo hacerlo todo sola...pero no sé que pasa conmigo..."

De ahí que se dedique a impartir talleres y que haga murales, incluso en hoteles, para poder subsistir. No obstante, su objetivo son los murales en la calle, esa es la verdadera vocación de la que nos habla. En su conexión con la libertad interior y exterior que reivindica, no sólo el espacio público, sino también el espacio íntimo, con temáticas que dirigen la atención sobre la posibilidad de transformación (de ahí la constante presencia de mariposas en su obra), sobretodo la transformación de la figura de la mujer y de su rol en el mundo. La siguiente figura es un fragmento del mural *Mariposas contra la Violencia* (2015), realizado con mariposas elaboradas por mujeres de todo el país.



Ana Coronado. (2015) *Mariposas contra la violencia*. Cortesía de la autora

4. EL MOMENTO DE ART-ANUENCIA Y ARTESANACIÓN.

Las numerosas referencias que Ana hace a la fe implican no tan sólo la esperanza, sino también la que tiene que ver con incidir en la aportación al mundo a través de transformar algo, primero a ella misma y luego lo que la creación permita.

Cuando hablaba del mensaje que quería para sus obras (previo a la elaboración del boceto), priorizaba la importancia de la propia deconstrucción de materiales y la posterior construcción del mural, en clara alusión a su propio proceso interno. Es en esta fase en la que describía la emoción, y tal como lo hace encaja a la perfección en nuestra definición de *Art-anuencia*, de aceptación, de conexión con el/la artista interior. En la definición que hace Ana de las emociones que le suscita la creación está definido el concepto. La aceptación del momento en absoluta armonía con el trabajo que realiza (en Cábala lo llamaríamos Realización, en referencia al momento en que se trasciende, de lo meramente material, a un plano más elevado de la conciencia, a través de la unión con lo divino a través de la integración en la comunidad y en el desarrollo humano).

"Es terapéutico porque mientras estás haciendo la figura es bello porque se te va todo lo negativo, todo, hasta lo positivo. Todo desaparece, te centras en lo que estás haciendo y ha habido momentos hasta en los que he llorado.

Llorar haciendo mosaico es algo lindo, algo que me ha ayudado a crecer como mujer y a empoderarme para decir: YO PUEDO TRANSFORMAR ALGO.

Fíjese, hasta de la basura. Usted me ve así entaconada, pero si en la calle encuentro pedazos de cerámica, pedazos de lo que sea que me pueda servir, me agacho y los echo al bolso".

Como veremos este párrafo incluye, en sí mismo, todos los elementos de *Artesanación* que Ana vive en su proceso y que van desde la rebeldía ante la imposición de lo masculino, a la liberación de los miedos, a la transformación simultánea del producto artístico con la emoción interna, y a la extrapolación de ese poder transformador a todos los seres humanos:

"Un hombre me dijo: vos no te sentís completa y con el mosaico te completás. Pero no, YO SOY MUY COMPLETA.

Las piezas que se van formando, van cobrando vida porque vamos transformando lo que tenemos adentro a través de hacerlas nuevas.

Cuando estoy trabajando en el mosaico siento esa libertad, no siento miedo, porque a veces tenemos miedo a lo que dirán. Al principio me daba miedo pero ya que conozco la técnica, ya supe conocerme a mí misma a través de lo que hago.

Ahí pude decirme a mí misma: tengo capacidad de transformar.

Da igual si lo descubrimos tarde o temprano, pero tenemos que descubrirlo porque tenemos ese poder de transformación de nuestras vidas y de todo lo que podamos tocar.

La mujer tiene un poder transformador demasiado bello, tenemos ese poder y sería lindo que todas lo conociéramos.

Para mí misma fue así, mi autoestima estaba demasiado duro, para abajo...pero ahora me pongo a pensar y digo ¿por qué no llegó el mosaico antes? Y yo te digo que todos tenemos un tiempo y todos tenemos un proceso sanador, en el que decimos yo quiero esto o yo no quiero esto, o hasta aquí llegué".

Llegadas a este punto la conversación derivó a esa fuerza espiritual de la que hablaba en numerosas ocasiones, identificando, incluso creatividad y espiritualidad. Dadas sus constantes referencias a la fe, le pregunté por su sentido de la espiritualidad.

"La conexión que tenés con la tierra, con Dios y con las demás personas, porque cuando hablamos de espiritualidad no hablamos sólo de Dios, hablamos de las personas, porque si estamos en buena sintonía con la tierra y con los demás, todo es bello y estamos bien. En los talleres cuando veo que las personas encuentran en el mosaico su herramienta de expresión es una energía que yo absorbo y es tan bello saber que la das y la recibes".

5. EL SENTIDO DE LA COMUNIDAD: La Visibilización y la Conexión con los demás.

Otro de los aspectos sanadores que habla Ana se establece en el ámbito de lo social. En la puesta en marcha de su nueva visión del mundo, también el mosaico influye como elemento de conexión, pero sobretudo incide en la transformación de su propia comunicación y en la apertura en este ámbito.

"También he sanado socialmente, yo fui educada para estar calladita, pero Ana escuchaba detrás de la puerta todo. Con doce años yo sudaba frío con sólo preguntarle la hora a una persona, fue demasiado difícil. Esa parte de trabajar con mosaicos en grupo me ayudó a socializar, a conocer personas, a quitarme el miedo. Ahora dicen el grupo de mujeres 'Ana es una soltada para hablar', yo antes sólo escuchaba. Me he liberado de tener que callar. Hay que decir lo que se siente, lo que se piensa y pedir los derechos, ya Ana no puede quedarse callada."

Una vez realizada la apertura interior, la conexión de la que habla con los demás también cambia, haciendo referencia al trabajo en comunidad, como canal de espiritualidad, pero sobretudo del efecto multiplicador de lo aprendido como parte del propio proceso sanador.

"He tenido una bella experiencia en una fundación con la que he colaborado. No es de arraigo religioso, así que van mujeres de distintas religiones. Allá se habla de autoestima, de empoderamiento y de que todo lo que ha pasado en la vida es por algo. Cuando yo llego, llego a enseñar una técnica y para recoger mariposas para el mural y ¡ay madrecita! cada mujer hizo su propia mariposa y cada mujer veía su proceso, unas más felices, otras más tristes... la líder decía: cada pieza es su vida, así que pieza por pieza iban transformando y conociéndose a ellas mismas. Lo bueno es que hay mujeres jóvenes a las que se les puede ayudar a seguir adelante y a tomar mejor decisiones que las que yo tomé".

6. EL DESCUBRIMIENTO DE LA MAESTRA INTERIOR.

Como he mencionado en varias ocasiones no resulta fácil para ella hablar de su pasado, trata de esquivar lo que tiene que ver con él. Es por ello que, sólo a través de sutiles pinceladas, menciona el tema, no obstante hace alusión a él para explicar como es su conexión con su artista interior, que de repente, empieza a denominar Maestra Interior, con una fusión de conceptos que da idea de la importancia que una -la artista- tiene para el descubrimiento de la otra -la Maestra-. Es aquí donde hace una importante reflexión sobre la diferencia existente entre crear o sentirse dirigida en la creación, para darle protagonismo a la figura de la Maestra Interior.:

"Cuando hablo con mi Maestra Interior me dice que tengo que ser mejor mujer, para amar mucho más (...) Y también ser más independiente que es la parte que más me ha costado, sobretodo la de soltar el miedo.

No me gusta estar en un sólo lugar, mi espíritu es nómada. Fijese que duré 24 años con un hombre, en el mismo sitio, yo ya no quiero eso, aunque aun tenga miedo a estar sola. (...)

Y otra cosa es que todos somos arte, el arte es una parte de una misma. Todos somos arte porque, imagínate, que belleza de escultura es cada uno. Cuando miramos estamos haciendo arte, cuando caminamos, cuando respiramos ¿Por qué no expresarlo?

Pero eso, como expresión, si te dicen que hacer...ya no es arte. Estuve ocho meses es un proyecto de "Arte por la Paz", aprendí mucho de dar talleres, de como cada uno aprende de manera distinta, de muchas cosas...pero me decían exactamente como hacerlo todo y ahí no, hacer lo que dice otro es tedioso...y eso no es arte."

7. LA INDIVIDUACIÓN. La necesidad del Arte en sí mismo y no como fórmula de proyección social.

El término individuación, usado por la Cábalá, hace referencia a la diferenciación entre el sistema de creencias de origen y la toma de conciencia del propio camino a seguir. En esa línea llegamos al tema de la formación académica y de cómo le afecta a su capacidad creativa. Su resistencia a ser dirigida parece responder a los parámetros pasados en los que, de alguna manera, se ajustaba a un orden social injusto, pero sobretodo reivindica esa libertad interior lejana a cánones sociales, haciendo hincapié en el estado puro que le genera crear, aunque eso no implique productividad en un sentido académico o monetario.

"No me gusta trabajar de manera estructurada y menos que me digan haga piedrecitas de este tamaño...es aburrido. Lo que yo hago es quebrar la cerámica y empezar desde cero. (...) No me interesa otra cosa, mire una vez en 'Arte por la Paz' me dijeron que tenía que estudiar Artes Plásticas, que tenía que sacarme la carrera y yo dije ¿por qué? ¿un título me hará artista? te puede dar nombre o mejores trabajos pero ¿necesito títulos para ser algo? Tal vez esté quedando como una mediocre, pero no hay tanto tiempo y no puedo perfeccionar si no hago. Ese tiempo en que estaré estudiando una metodología, una estructura, hacer exámenes y poca práctica...no puedo, me muero, simplemente.

Yo le dije a mi profesor de diseño del INA⁶¹ 'Profe yo no quiero saber de trato al cliente, yo quiero ensuciarme las manos, yo quiero practicar, si no es así me voy' poco después me dijo 'ahora vamos a empezar a trabajar con arena, con café' y entonces sí, ahí sí me quedé."

Lejos de sentirse limitada por las estructuras cuando recibía formación aprovechaba para reivindicarse en la creación, una rebeldía que precisamente tenía que ver con la experimentación de su libertad creativa, como germen de su propia libertad individual,... con la ausencia de expectativas de reconocimiento de su trabajo. Una forma de reivindicar el espacio creativo del mosaico, como su propio espacio individual de diferenciación y sanación.

"Hubo un momento en que teníamos que pintar un cuadro, yo no sé pintar. Mientras las compañeras copiaban con detallito un cuadro, yo me fijé en una escultura de una mujer, pero yo no quiero copiar, que me den una hoja y lo copie, no, yo quiero hacer a esa mujer. Las demás preguntaban si estaba bien a cada rato, si estaba igual que el cuadro, yo no. Ana hizo la Pachamama y ella iba cambiando cada día, usé los colores y el entorno que me venían, no los que nadie me decía".

En esa vertiente de individualización, además de individuación (muy ligada al Sendero 9 del Arbol de la Vida), expresa la necesidad de diferenciar entre copia, modelo y creación. Una clara analogía entre el seguir modelos sociales impuestos y el crear la propia dimensión humana como persona diferenciada del resto, de modo que pueda encontrar su propio plan de alma.

"No me gusta copiar, yo veo que hay personas que hacen unos rostros preciosos con mosaico, pero yo no. Hay personas mosaiquistas que hacen todo perfecto, muy bien, yo no. Mire, esa misma flor (señala una gerbera que hay sobre la mesa), no te la puedo hacer igual ¿para qué? ella ya existe, ella ya es así. Me siento mal si copio, porque si algo está creado ¿para qué crear otro? ¿para qué una foto? mejor saque la foto y ya. Son grandes artistas, pero para mí no tiene nada de especial. Más bien, a mí, me gusta hacerle algo diferente, porque lo que yo haga aun no existe en el mundo. Yo ya sé que puedo copiar, pero yo quiero crear".

Tras esa explicación, hizo alusión a la etimología de la palabra *mosaico*⁶², para argumentar como es el propio origen de la inspiración la que da nombre a la técnica, de modo que para ella supone una contradicción usar el mosaico precisamente para copiar, cuando es la puerta de acceso a "las musas".

Si seguimos con el paralelismo, esto implica no copiar vidas ajenas, ni modelos de perfección, sino encontrar lo especial en cada ser humano a través del diseño del itinerario vital propio, volviéndose indispensable la confianza en una visión más elevada del ser humano, así como en su inspiración para desarrollarse.

61 Instituto Nacional de Aprendizaje

62 La palabra griega *mousa*-es significa 'musa'; *mouseios*-a-on,'concerniente a las musas'; *mouseion*-o),'templo de las musas','lugar donde residen las musas'. La palabra *mouseion* dio origen al latín *musivus* -a -um, que es el antecedente de *mosaico*. Se dice que los romanos consideraban tan exquisito el arte de hacer mosaicos que pensaban que solo podían crearlo las musas o los favorecidos por ellas. (Wikipedia 2019)

Por todo lo expuesto los aspectos sanadores de esta historia nos muestran un claro itinerario en el que los elementos de

- Crisis: ese “*ya no puedo más*” del que habla, esa salida del aislamiento, la huida de una realidad hostil.
- Vacío: el desconcierto que le lleva a la Oficina de la Mujer en su búsqueda de salidas.
- *Noche oscura del alma*: reconocimiento de las emociones y situaciones dolorosas que es necesario atravesar para llegar a la posterior...
- ...*toma de conciencia*: del derecho a la libertad propia, a la individualidad y a la búsqueda del propio camino personal.
- *Darse cuenta*, en un sentido de reflexividad, de como la creación artística está plenamente asociada a la transformación personal, desde la propia técnica, confiriéndole la misma, capacidad de mostrarse al mundo a través del mural como forma de expresión.
- *Deconstrucción y construcción*, como argumento base de la trama desarrollada en su propio proceso entremezclando la técnica de quebrar para luego unir las teselas, con la del desarrollo de sus propios aprendizajes vitales.



4.8.3. FAMILIA DE SENDEROS DEL ÁRBOL DE LA VIDA

FAMILIA DE SENDEROS (9-18) FRIOS-LAPAS⁶³

VIENEN A DAR Y RECIBIR AFECTO

SENDERO 9: Independencia - Autosustento. Estar con uno mismo. Prudencia-Imprudencia. Conexión Maestro Interno. Relaciones con varones de la misma generación. Aceptación y/o búsqueda de la soledad. Simplicidad de la imagen. La ambición y su opuesto: las pocas cosas. Individualidad como opuesto a lo social. Investigación sobre el yo.

SENDERO 18: Intercambio de flujos alternativos entre emociones, deshacer nudos físicos. Estudio-Investigación-Exploración- Emocional. Energías emotivas. Expresión no verbal: miradas, gestos, actitudes. la magia ligada a la tierra. Comunicación no verbal receptiva. Intuición terrena, señales invisibles. Vacío previo a la renovación. Vínculo entre el plano físico y el astral.

Esta familia de senderos nos habla de la receptividad, de la búsqueda de la afectividad que llega a bloquearse, precisamente por el temor a ser dañados. Su búsqueda de la soledad entraña el temor a mostrarse al mundo, incluso físicamente. Por tanto experimentan el aislamiento, para poder encontrar quienes son y salir al ámbito de lo social fortalecidos en su aspecto más amoroso.

En el ejemplo que nos ocupa aparecen todos los componentes que describen a esta familia de senderos y su proceso de sanación: el aislamiento inicial, el silencio, la escucha pasiva en la primera época de su vida. Pero si hay algo que caracteriza a las personas que vienen a transitar este sendero es la simplicidad.

En la búsqueda de su Maestro Interior está la clave de su sanación, y para ello transitan en su aspecto retrógrado épocas de aislamiento y falta de libertad, hasta tomar conciencia de su derecho a ser autosuficientes. Para ello, nuestra protagonista emerge de su época "oscura" usando todos los elementos creativos que le ofrece el sendero 18:

- La conexión con la tierra, a través de la expresión artística de carácter no verbal.
- La exploración emocional a través del trabajo creativo con el mosaico y que narra a lo largo de todo el capítulo.
- El sentimiento de vacío previo a la renovación, ese no "ser nada" del que hablaba al principio.

Un proceso de autoaceptación e independencia marcado por los factores unidos a la tierra, tal y como implica el sendero 18, pero sobretudo una transformación basada en el uso de herramientas físicas para dar salida a la emoción para, partiendo de ellas, encontrar el verdadero sentido del afecto, vinculando este a la independencia que nutre la existencia de manera altruista. Esta es la razón por la que habla de "*ser mejor mujer, para amar más*", en su concepto de la autoestima está implícita la pureza de emociones, que busca como forma de verdadera espiritualidad.

⁶³ Curiosamente en Costa Rica ese nombre no se le atribuye a ningún molusco, sino a las guacamayas rojas que vuelan siempre en pareja hasta que mueren, usándose su historia como ejemplo de amor incondicional

Es en esa parte, en la que define su espiritualidad, en la que reside su más clara cercanía a esta familia de senderos: estar en armonía con la tierra, con Dios y con los demás. Teniendo en cuenta que el sendero 18 es uno de los que conectan al árbol con *la sephirot que representa a la Tierra (Malkut) desde la que simboliza a las emociones (Netjah)*, así como el sendero 9 que une el amor (Yesed) con la esencia divina (Tipheret)⁶⁴, la definición que nos hace Ana encaja a la perfección, con la esencia misma de los aspectos iluminados de la este recorrido vital: “*Cuando estás en armonía con la tierra y los demás todo está bien*”.

El miedo a la exposición pública es otro de los componentes retrógrados de esta familia de senderos y, como tal, lo expresa Ana en varios pasajes, pero igualmente también habla de como vence esos estados: gracias a la salida al mundo y el trabajo comunitario que le ofrece la creación de murales, los talleres y el trabajo en equipo, con el mosaico como hilo conductor.

La desconfianza que muestra nuestra protagonista, en algunos pasajes, forma parte de su proceso para vencer las barreras y sentirse realmente querida. Ello se relaciona con que, en el sendero 18, encontramos a las personas que vienen a aprender a equilibrar el dar afecto con el poner límites, es por ello que experimenta, paso a paso como abrirse al mundo; en su caso la liberación de la ira, la autoafirmación, y el rechazo a cualquier cosa que implique imposición (incluido lo académico), y que conforman una reconexión con el derecho propio a elegir, con la autodeterminación (como sucede con la historia de su tierra, Guanacaste).

No obstante, no es tarea fácil, porque en la simbología del Arbol de la Vida, la piel reside en este sendero, y viene a ser un sensor para detectar la energía de los demás, lo que implica un instinto de autoprotección que puede llevarlos al ostracismo (incluso manifestando enfermedades en la piel como forma de alejar a los demás).

La salida al mundo, la renovación, el autodescubrimiento que implica esta familia de senderos se proyecta en la metáfora de transformación que implica pasar de **muro a mural**: de los muros que narra en sus años previos al descubrimiento del mosaico (*cuatro paredes* les llama en un momento de su narración), a los murales como construcción que se muestra al mundo, con la intención de reflejar la íntima libertad conquistada.

4.9. LIFE IS A CABARET



Arbol de la Vida Realizado por Mamen Romero en el cuarto de la autora. (2017) Foto de autora

*"Las señales, signos y símbolos nos llegan de múltiples modos.
¡Sean todos bienvenidos!
Lo relevante es transformarlos en contenidos, es decir, leerlos.
El soporte, la manera que los contenga no es lo señero. (...)
A partir de aquí la literatura recogerá todas las posibilidades que se ofrecen
y que así sea y se enriquezca el calidoscopio
y que los clásicos géneros se rompan de una vez,
pues ningún género recoge todas las potencias creadoras de los seres humanos. "*

Rogelio Blanco⁶⁵

⁶⁵ Pedagogo/Escritor. Ex-director General del Libro en España 2004-2011. Expresidente de la Asociación Colegial de Escritores Españoles 2014-2015

4.9.1. ...Y YO QUIERO SER CABALETERA

“Vivir es estar en la cuerda, lo demás es esperar”
(All That Jazz, Bob Fosse, 1979)

La película “Cabaret” nació en 1972, como yo. A modo de curiosidad: de todos los números el más sagrado para la Cábala es el 72, (los 72 nombres de Dios). Puede ser mera anécdota, o no, pero es así. En este film una mujer reiventa su vida, a través de la creatividad personal y de la música, para afrontar un entorno tan hostil como la Alemania pre-nazi, así como su propia soledad y sus fracasos sentimentales. Crea su propio mundo para sobrevivir, de alguna manera yo he hecho lo mismo estos años a través de esta tesis doctoral.

Cuando Senai Rubio interpretó por primera vez mi Arbol de la Vida lo dejó muy claro: *“pertenece a la familia de senderos de los magos-vagos, la familia de senderos más vinculada con la innovación, la voluntad de crear, los facilitadores para otras personas, los visionarios, y también los que vienen a trabajar con la Cábala”*. A mí aquello me sonó demasiado solemne, ¿“cabalista”? Con la vida tan intensa y llena de excesos que había llevado, con el ateísmo casi militante que defendí en los 90, con el desencanto generacional ante el acomodo conservador de mis coetáneos, y el enfado vital al que me llevaba el haber vivido varios procesos de cáncer (desde los veinte años hasta la amputación de mi pierna izquierda con 38 años)...¿Cabalista yo?

Aunque había otras facetas en las que sí encajaba con ese espíritu facilitador: había trabajado como mediadora con la comunidad gitana en Martos⁶⁶; con la Asociación Cultural *Jaque* con la puesta en marcha de talleres de teatro el Centro Penitenciario de Albolote; como mediadora con colectivos de inmigrantes⁶⁷, como informadora juvenil, como docente con jóvenes y adolescentes. con el IAJ⁶⁸; como ayudante de dirección de teatro (hice pinitos como actriz), también formé parte de una compañía de teatro y viajé por pueblos y ciudades contando cuentos, tuve una empresa de gestión cultural (que me permitió conocer todos los entresijos del mundo del teatro a través de la representación de diez compañías andaluzas)...eso y alguna cosa más.

Es verdad que la creatividad no tenía en mí un canal como tal, sin embargo resultó que sí que había servido de apoyo para otras iniciativas. Si bien, todo ello, fue derivando en una necesidad implacable de escribir, escribir para ponerme en orden, para alejarme de momentos de realidad implacables, para crear mundos más amables, para hacer crítica social, para desahogarme, para recolocarme, para evadirme, pero sobretodo para reinventarme.

⁶⁶ Teniendo en cuenta que el conflicto étnico con la comunidad gitana en 1986 y que supuso un incidente que terminó con la quema de 26 casa de familias gitanas, puso en evidencia el calado del desencuentro entre ambas comunidades y el racismo que afloraba. Cuando acepté este trabajo de mediación no podía hacerme a la idea de las dificultades que iba a entrañar, sobretodo en mis relaciones con la comunidad no-gitana.

⁶⁷ También en Martos, y dados los antecedentes: tampoco fue tarea fácil.

⁶⁸ Instituto Andaluz de la Juventud, en toda Andalucía, incluidos los Centros Penitenciarios de Jaén y Córdoba, y hasta la Región Sur del Ejército de Tierra.

Eso y mi pasión por las artes, que mezclaba -sin recato- con las más diversas actividades de mi trabajo como socióloga, desde crear talleres de teatro con adolescentes o presas, a fomentar el acceso a la cultura desde el ámbito que me tocara trabajar en ese momento. *Porque las artes sanan*, decía yo como muletilla, sin darme cuenta de la profundidad que esa afirmación iba a ganar con el paso de los años, dadas las circunstancias que me tocaría afrontar a lo largo de mi vida personal y profesional.

Hubo un momento en que tuve un *aterrizaje forzoso* en mi propio proceso, fue tras la amputación de mi pierna izquierda y la inesperada aparición del dolor del miembro fantasma, en ese momento la escritura se convirtió en mi aliada, al permitirme ciertos periodos de respiro del dolor mientras escribía. De ahí nació mi trabajo fin de Máster⁶⁹ que después fue una publicación *"En busca de la sirenidad o el arte de eludir el miembro fantasma a través de la escritura"* (2014). Poco después vinieron varias experiencias en radio, siendo esta una de las actividades creativas menos valoradas como arte, dado que implica mezclar la improvisación, con el teatro, con la música, con la narración,... Gracias a la radio pude reconectar con la vida y mantenerme activa y alerta a todo lo que sucedía a mi alrededor, para así poder darle contenido a los programas⁷⁰.

Aunque aquel dolor fue menguando no pasó del todo, pero no fue el único, me aguardaban otros más duros de llevar física y anímicamente. Así que, mientras escribía esta tesis doctoral, me diagnosticaron una recidiva del tumor de dimensiones tremendas en el abdomen. Hospitalizaciones, radioterapia, un fallido intento de intervención quirúrgica (que se desestimó por el alto riesgo de muerte), pruebas muy dolorosas y una embolización de la masa tumoral que, a día de hoy, me está permitiendo una importante mejora y con ello escribir (no obstante hay fragmentos de esta tesis que están redactados bajo los efectos de la morfina, debido al intenso dolor físico que esa alternativa terapéutica me produjo). Pero no, no he abandonada esta tesis, mantengo la fe en el poder curativo de la escritura, de otra manera estos años de investigación y esfuerzo serían una falacia, y me niego a que así sea.

4.9.2. ARTESANACIÓN

El proceso de enfermedad de este tiempo (casi dos años ya) me ha llevado a transitar aspectos muy profundos del miedo y del instinto de supervivencia. Gracias a ello, también han hecho su aparición ciertos aspectos sanadores para legitimar mi caso autonarrado como proceso de artesanación:

⁶⁹ Master Universitario de Investigación en Artes, Música y educación Estética en la especialidad en Creación Artística y Cultura Contemporánea en el Ámbito Socio-educativo, por la Universidad de Jaén 2012-2013

⁷⁰ Primero fue un espacio semanal de 10 minutos, enmarcado en el programa "Hoy por hoy de Radio Jaén Cadena Ser" (2012) y dirigido en esa época por Lola Romero, denominado "Norahdrenalina", ya en 2013 dirigí y presenté, junto a Noelia Camacho y Blas Rued, el programa semanal de dos horas "Echate un ojito" de Uniradio Jaén.

1. Escribir desprendiéndome del resultado. Con la ausencia de expectativas que supone estar pendiente de la próxima cita médica, me he permitido recrearme en la escritura sin temor a ser leída, con lo que ello implica de inmersión total y de recurso para recuperar la única faceta de mi vida en la que aun poseía algún control: escribir. (Sendero 1)
2. Escribir desde el amor. Hasta ahora en todos mis procesos de escritura había connotaciones irónicas, que a la postre eran una salida para mi "*ira vital*". Esta tesis esta escrita con tal mimo hacia sus protagonistas, derivado de la inmersión en sus vidas, que me ha reconciliado con numerosos aspectos de la sombra y la luz que cada cual atraviesa. El amor a lo humano que me facilita la "*conciliación de opuestos*" (sendero 19), por tratarse de un trabajo en equipo desde lo más íntimo.
3. Escribir como prueba de fe en el futuro (sendero 10) y en el presente, bastándome la sola perspectiva de acabar un párrafo para que los días tuvieran sentido.
4. Escribir para externalizar mis emociones, sacarlas y plasmarlas; en ocasiones para re-crearme en la riqueza que me han ofrecido los personajes que lo protagonizan.
5. Escribir para ordenarme, para gestionar la incertidumbre constante, con la única seguridad de que es cierto lo que he vivido, que queda registrado, y que -todo junto- me ha ayudado a crear un universo propio con la compañía de los protagonistas.
6. Escribir para aferrarme a seguir con vida, a través de la permanencia de lo escrito.
7. Dotar de sentido a esta época. Cerrar este capítulo se ha convertido, por fin, en una meta. La razón de esta conversión es la necesidad de cerrar esta etapa porque me estaba atrapando. Es ahí donde he tomado conciencia de algunas razones de mi crisis en el sendero 19:
 - La lealtad excesiva, capaz de llegar a la rigidez, y que por tanto se rompe con facilidad ante la perspectiva del aburrimiento, pero sobretodo de la traición. Esa lealtad a esta tesis me ha forzado a renunciar a escribir otras cosas, a embarcarme en otros proyectos, hasta que no ha llegado el sano momento de "*soltar*" y permitirme cambiar de panorama y de narrativa.
 - La evolución observada que me ha llevado a recuperar mi interés por la Cábala, por no haber parado de estudiar durante este tiempo, (aun cuando estaba atravesando días muy oscuros de crisis de fe). Algo muy parecido a mi patrón en las relaciones que me lleva a estar siempre en alerta de lo que me traen como aprendizaje, llegando a un exceso de análisis.
 - Mi incapacidad para soltar, cuando algo me ha supuesto mucho esfuerzo, apurando hasta las últimas energías para que salga adelante.
 - Cerrar simbólicamente el círculo que me llevó a este momento, transformar en agradecimiento todo lo compartido, lo aprendido.

Este capítulo cierra esta tesis, la elaboración de la misma no ha respondido al orden numérico de los capítulos y el momento que estaba viviendo refleja las diferencias entre unos y otros. Empecé por los de Costa Rica porque me removieron por su claridad y cada uno de ellos me permitió integrar y entender lo que me había sucedido en mi estancia allí a niveles muy profundos, tanto en lo profesional, o en lo emocional, como en lo físico y lo espiritual.

"Body and soul", dio sustento y marco a este trabajo. La analogía que encajaba a la perfección con la intención sanadora, sin tener porque ser de antemano terapéutica. Redactarlo fue un placer y un sufrimiento, el de evocar las felices circunstancias en las que recogí la información y que me sumió en una auténtica *"saudade"*⁷¹

El capítulo *"Queda la palabra"* me reafirmó en la importancia del trabajo con seres humanos más allá de los prejuicios, algo que para ser *Kabaletera* es fundamental. Imprescindible no juzgar, para así poder sanar esa parte del Todo que hay en cada uno de nosotros.

El titulado *"De olas y orillas"* me llevó a encontrar, en la socióloga Silvia Rojas Herrera, el referente de como las artes son imprescindibles en el desarrollo humano, más allá de la investigación e intervención social de manual y ciencias sociales. Un espejo práctico de lo que este trabajo venía a tratar de demostrar.

"De muros a murales" removi, con tan sólo una metáfora referente a romper telas para crear algo grande, todo el proceso de reconstrucción que había llevado a cabo a la vuelta de Costa Rica, tras la amputación, y seguramente durante toda la vida.

"Lo personal es político" creó el marco de referencia para igualar la necesidad de expresión de los colectivos desfavorecidos en cualquier parte, acá o allá, desde la potente arma de comunicación que implica el uso de las artes escénicas. En mi caso me incitaba a ser crítica con el sistema, a no dejarme acomodar, a no vivir una espiritualidad de retiro y silencio sino de acción, vida y transformación social.

Luego vinieron los capítulos españoles, el primero que escribí fue *"Un gol realmente increíble"* que trazaba las líneas de un proceso paralelo de desencanto ante la presión de la productividad social frente a la creatividad. La escritura de este capítulo coincidió con una oferta laboral que me hizo dudar de seguir con esta tesis, finalmente lo desestimé por inaccesible; aunque, realmente, yo no quería seguir en ese sistema de cosmética electoral que me ofrecían y que coincidía con muchos de los párrafos de la entrevista de Antonio y su malestar ante la vida.

"Bailar el mantón" me enfrentó a la gestión de mi propia maternidad a través de Mamen, porque estaba en un momento complicado, pendiente de un juicio por las condiciones del convenio regulador respecto a la relación con mi hija. A través de la entrevista a Mamen ese tema fue dándome pistas de mis propias prioridades al respecto, fue revelador y doloroso pero yo también *bailé el mantón* con Mamen.

71 Ninguna palabra en castellano es capaz de recoger al mismo tiempo el sentimiento procedente del recuerdo alegre que también duele.

El más largo en su proceso de elaboración ha sido “¿Y si te paras?”, título nada carente de significado en el contexto en el que está escrito, todo lo contrario: poco podía imaginar que cuando, tan solo llevaba tres páginas escritas, unos mareos me impidieran escribir. Fue en ese momento cuando fui al médico y empezó el proceso de hospitales, tratamientos, pruebas y dolor en el que aún me encuentro. No podía ser más clara la señal que el título que elegí para el capítulo de Kiko. Tardé once meses en terminarlo, tuve que parar, pero no deserté.

“El asombro” supuso una experiencia evolutiva de la mano de su protagonista. Aunque también ha durado casi un año su elaboración las razones eran otras: ella no esperaba publicar un libro, ni presentarlo, ni firmarlo en la feria del libro, ni acudir a los medios, ni reeditar. De manera que dejé estar la historia para poder seguir la evolución de la autora. Ana ha sido juez y parte de mi proceso de artesanación y del hospitalario, ha sido una de las cuidadoras principales en mi proceso de enfermedad y salud. Gracias a su humor, (¡bendito sendero 5!) y a su actitud de acompañamiento y apoyo he podido afrontar momentos bastante crudos. Ha sido el capítulo más difícil de escribir (este tampoco es fácil), no sólo por mi situación física, también por el profundo respeto que siento hacia lo que hemos compartido.

Tras esta revisión me surge una constatación: esta tesis está viva, ella me ha guiado a mí en estos años. Desde la investigación a la narración ella ha elegido su propio ritmo...y el mío.

Cuando en el primer capítulo hablaba de “performance de escritura” no podía hacerme a la idea de lo que iba a suponer: estaba viviendo esta tesis en paralelo al proceso de sanación de mi propia vida. Hasta en los momentos más difíciles me aferraba a terminarla, como si se tratara de una tabla en un naufragio, a modo de ritual mágico capaz de justificar lo mucho que me queda por hacer en esta existencia, eso y la presencia llena de vida de mi hija.

Es por todo esto que definirme como “kabaletera” se ajusta más a mí.. Lo que aprendo sobre Cábala tiene sentido sólo si lo puedo aplicar, primero en mi realidad, para luego intentar contribuir al autoconocimiento, la autoestima y las tomas de conciencia de las personas que se atreven a asomarse a su propio Arbol de la Vida.

Todo ello implica no estar encerrada, mucho menos hacer de ella una trastienda de saberes por temor al rechazo, por no hablar de revestirla de un halo místico-mágico-esotérico-iniciático. Porque, honestamente, para mí implica justo lo contrario: hacerla visible, accesible, divertida, musical, amorosa, juguetona, sencilla. Llevar la Cábala a la gente de mi barrio y también a la Universidad, llevarla puesta para ofrecer lo que pueda servir de ella a quien lo pida, sin ostentación, ni carga erudita, llamando a cada cosa por el nombre que la persona de enfrente pueda entender. Pues eso: bajarla a la tierra y liberarla de dogmas, para ofrecerla a los demás de manera natural, espontánea y profunda.

Lo dicho, *Kabaletera, pero kabaletera del todo*. Haciendo acopio de saberes que sólo pueden fraguarse en lo aprendido a través de salir al mundo e interactuar con él, en todas sus dimensiones, a veces a través -incluso- de mi propio cuerpo. No es éste un tratado para dar lecciones, sino para ejemplificar como las historias de las personas, y la mía, se transforman y toman conciencia de sí mismas, de su sentido, a través de la creatividad artística y su inseparable paralelismo con la creatividad vital.

4.9.3. ¿Y CÓMO FUE?

Fue al terminar una entrevista a Maria Isabel Moreno Montoro⁷² en el programa “*Echate un ojito*” de Uniradio Jaén en Marzo de 2015, cuando surgió la pregunta *¿por qué no te matriculas en el doctorado?*. Eso dijo Isabel. *¿Y por qué no?* Dije yo. Era el último día de plazo para la preinscripción, fui aceptada. Ni yo misma tenía claro el tema de la tesis, quizá los dolores neuropáticos y la creatividad...¡a saber!

Mientras escribía el Plan de Investigación, recibí una llamada de una amiga, para hacerme una consulta sobre su Arbol de la Vida. Abrí el Manual de Kábala de Jaime Villarrubia (2003) y me enfraqué sin darme apenas cuenta en su lectura. Estuve horas estudiando, cuando cerré el libro me di cuenta de que lo que más me interesaba en ese momento no eran los dolores neuropáticos, sino el propio dolor de la existencia, su sentido profundo, su latido.

Matizando ese intrínseco sentir humano, que ha marcado el advenimiento de todos los saberes a lo largo de la historia, llegué a la conclusión de que era una fórmula creativa que se repetía en cada existencia humana, las mismas preguntas que sirven para el nacimiento de la filosofía, son las que de forma consciente o inconsciente, preconizan el nacimiento de las artes, de la artesanía, del desarrollo de la creatividad humana. Crear, al fin y al cabo, es hacer algo nuevo de donde no hay nada, es usar los materiales y las herramientas para dotar de significado y de sentido la materia, las ideas o la vida. Crear, (me decía una cantante malagueña que prefiere mantenerse anónima en este trabajo), es sentirse en fusión con Dios, participar de la propia creación universal y contribuir a ella.

Ese aspecto, profundamente espiritual, viene respaldado a lo largo de la historia, por infinitos ejemplos, teorías y publicaciones. Pero en mi caso es a través de la sabiduría cabalística donde residen los símiles precisos, que me permiten establecer los pilares de este trabajo.

Así que, ya desde el primer Plan de Investigación, se iban tomando solas las decisiones respecto a la criatura que se iba fraguando a sí misma a través de mí, a veces a pesar de mí.

En el momento en que la atención se dirige a un aspecto de la realidad, esta tiende a mostrarnos todo lo relacionado con ese aspecto. La atención dirige a la energía, y las leyes universales hacen su trabajo para poner delante lo que se necesita saber, la ley del mentalismo y la de la atracción⁷³ son el filtro que, si se observa con detenimiento, facilitan el encuentro, sin tan siquiera buscar.

“Pues no será científico, pero a ti te pasa”. Cuando, reunión tras reunión, Isabel Moreno escuchaba los avatares, en ocasiones rocambolescos, que iban marcando los pasos de este trabajo, me decía esa frase. Y es que, amén de que todos los doctorandos sienten también esa inercia de situaciones que van delimitando la trayectoria de la tesis doctoral, en mi caso han sido de dimensiones un tanto -llamémoslas- “salvajes”. Como no podía ser de otra manera, al tratarse de la familia de senderos 1-10-19 “**Los magos-vagos**”, es una voluntad superior la que rige, de forma extremadamente llamativa el devenir de cada capítulo, cada descubrimiento, cada palabra escrita.

⁷² Directora de esta tesis doctoral. Coordinadora del Área de Didáctica de la Expresión Plástica. Departamento de Didáctica de la Expresión Musical, Plástica y Corporal. Universidad de Jaén

⁷³ Epígrafe 2.3.

En un inesperado entramado de magia kabalística iban creándose las situaciones, los lugares, las relaciones, los encuentros y desencuentros. Ella, la tesis digo, tenía ganas de nacer por sí sola, a veces al margen de mis propias decisiones. Algo que me ha hecho claudicar de añadir ciertos capítulos, de ahondar en perspectivas más científicas, de detallar algunos aspectos...dada la inmensa fuerza y presencia de avatares inesperados que le cambiaban el rumbo, paralelamente al de mi propia vida.

A ello hay que sumar la observación de otro fenómeno: todas las personas que me encargaban la elaboración de su Arbol de la Vida personal, acababan confesando alguna actividad artística que les permitía acceder a ciertos estados de paz, o se dedicaban a actividades artísticas, o mostraban interés por ellas. Lo llamativo era que estos estaban diferenciados entre ellos según ciertos matices de sus árboles: coincidían según las familias de senderos.

Así los 1-10-19 eran innovadores y creaban su propia disciplina artística para aunar sus contradicciones, los 2-11-20 se dedicaban a la escritura o a la dramaturgia como guerreros de la palabra, los 3-12-21 mezclaban disciplinas pero estaban más apegados a la tierra que al resultado, los 4-13-22 buscaban desesperadamente salir de sus cuadrículas mentales a través de cualquier actividad que flexibilizara sus planteamientos, los 5-14 escribían o dibujaban con una ilusión infantil, los 6-15 se mostraban en contradicción con sus valores y encontraban en la expresión creativa más visceral su camino de autoconocimiento, los 7-16 nunca estaban del todo satisfechos y buscaban nuevos caminos de autosuperación, los 8-17 eran creadores solitarios que no tenían pudor en trasgredir las normas sociales en pos de una justicia verdadera, los 9-18 se mostraban en actividades más físicas, manuales, plásticas como forma de protegerse ante la visibilidad social, *mejor que se vea su obra que a ellos*.

Esos meses vinieron a regalarme numerosas experiencias de interpretación de árboles de la vida personales. Gracias a ello pude observar que, basta con empezar a hacer los cálculos numéricos de un árbol, para que nazca un proceso creativo. No es fácil interpretar un árbol a no ser que no existan prejuicios algunos sobre la persona que lo recibe. Es por tanto mucho más complicado cuando se trata de alguien cercano, porque ese *"volverse barro"* para empezar de cero, implica un ejercicio previo de deconstrucción. Elaborar, cara a cara, la interpretación es un acto de amor, no obstante yo siento que la energía que surge de ese encuentro es sanadora, tanto para quien da como para quien recibe, sumado a que no está exento de numerosas tomas de conciencia para ambas partes. Así entresacar los aspectos relacionados con la creatividad para acomodarlos al Arbol de la Vida personal son -en sí mismos- un acto de co-creación con la otra persona.

Durante los meses en los que mi salud estaba más frágil, no he hecho ningún árbol para evitar que mis miedos o incertidumbres invadieran la sesión. Ha sido una absoluta parada vital que me ha permitido recibir muestras de amor de todas las épocas y lugares de mi vida, una recompensa para reubicarme en el mundo de otra manera. Un doctorado de amor que está redefiniendo -una vez más- mis prioridades y valores. Algo imposible sin el trabajo de *reflexión-creación-escritura* que está suponiendo la elaboración de esta tesis, dado que no habrían adquirido la dimensión sanadora que me está permitiendo ver con perspectiva, y en mis propias carnes, la trascendencia de la parada creativa como punto de partida del artesanado, el *"vacío fértil"*.

Pero para poner en marcha este proceso he atravesado muchas emociones desatadas, desde la soledad, el miedo o la ansiedad. Claro que si nos basamos en Kierkegaard *la relación entre la creatividad y la ansiedad es muy estrecha. Es precisamente porque es posible crear (crearnos a nosotros mismos, crear nuestras innumerables actividades diarias, escoger un camino y seguirlo) que uno siente ansiedad. Nadie sentiría ansiedad si no hubiera posibilidades. Y naturalmente crear significa destruir algo previo. La culpa tiene mucho que ver con defraudarnos a nosotros mismos al paralizarnos ante las posibilidades y no atrevernos a destruir y crear.* (Kierkegaard, 1844)

Sí, darme cuenta de lo que implica se llamará Art-anuencia, porque la aceptación del proceso (del mío y de todos los procesos) se convierte en una inesperada fuente de nuevas versiones de una misma y abrirse a lo que suceda, por doloroso que sea, ofrece la oportunidad de volver al punto de partida más importante: la propia esencia desnuda de florituras y máscaras en cuerpo y alma, *body and soul*.

4.9.4. LIFE IS A CABARET. LA HISTORIA Y FAMILIA DE SENDEROS 1-10-19 (LOS MAGOS/VAGOS)

VIENEN A RECONSTRUIR AL SER, UNIR DOS PARTES.

Desarrollo de la creatividad para los demás. Motores despertadores de conciencia. Pioneros. Poner límites. Ir en una sola dirección.

SENDERO 1: La voluntad, creatividad, iniciativa, empezar las cosas, capacidad de ir aunque no se sepa donde se va. Educar y dirigir a los demás. Instruir. Ayudar a poner en marcha la concentración. Meditación. Glotis. Casa de la voz, garganta y mecanismos asociados. Actividad mental consciente.

SENDERO 10: Aceptar la movilidad. Futuro. Anticipación. Lo nuevo. Cábalas. Cambios impuestos por el entorno. Medio para trascender la individualización. Innovación. Aceptación. Compasión. Humildad. Evolución. Ciclo. Rueda samsara. Sentimientos sobre emociones.

SENDERO 19: Unión sexual, trabajo en equipo, la mandrágora, fertilidad por encima del placer. Silencio del uno frente a actividad del otro. Conciliación de opuestos. Obrar conforme al ingenio humano. Creatividad práctica colectiva. Encuentro con el alma gemela, transigir.

Casi me muero.

No esta vez, muchas otras, desde que tengo 20 años, cuando tuve el primer diagnóstico de cáncer hasta la fecha, han sido tantas revisiones, intervenciones, tratamientos y montañas rusas emocionales, que no se me ocurre nadie que encaje mejor con la familia de senderos en la que tengo mis crisis y bloqueos, que yo.

La familia de los *Magos-Vagos* es la que viene a innovar y para ello requiere de una continua llamada de atención de la vida para no instalarse en la pereza. Desde luego en mi caso eso ha sido del todo imposible. La incertidumbre que genera no saber si el cuerpo te acompañará en lo que te gustaría hacer dentro de unos meses, una semana, o incluso unas horas...se convierte en una imperante necesidad de hacer acopio de paciencia, pero sobretodo de creatividad para reconvertir la realidad en un escenario más amable, más habitable, más vivible. A esa creatividad el hecho de que uno de los tumores se llevara la pierna izquierda por delante le dio campo para que cada movimiento, ya sea doméstico, urbano, o transoceánico, ... se convierta en un ejercicio de pura logística. Logística de la supervivencia para no quedar atrapada en el victimismo, la pereza, la desesperación o la renuncia.

Mi caso es muy evidente y lleno de imágenes contundentes y nítidas pero, en un sentido más abstracto, a los seres humanos se nos despierta la creatividad (*la de huida o la de logística*) cuando nos lo exige la vida, de no ser así seguiríamos en las cavernas. Dicen algunos cabalistas que esa fue la razón de la expulsión del paraíso: allí Adán y Eva tenían todo a su entera disposición y, sin obstáculo alguno para satisfacer todas sus necesidades, poca capacidad de crear su propia realidad iban a tener, de manera que el libre albedrío no les habría sido otorgado ¿total, para qué?

Sin las dificultades amorosas, las desigualdades sociales, las enfermedades, la injusticia, los obstáculos... no existirían la literatura, la música, el arte, el teatro, el cine, la series, las narraciones orales,... Sin creatividad dejaríamos de ser humanos, de poco nos serviría la experiencia en este mundo sin aprender a caernos, para luego levantarnos, en todos los sentidos y con todos los sentidos, en nuestra búsqueda de estar en paz.

Elijo mi historia, no sólo porque se ajusta a la perfección al plan de alma de la familia de senderos a que la que pertenezco, sino también porque es la que mejor conozco, y escribo "*en caliente*", en mitad de una tregua entre una revisión y otra, después de pasar un año entero de tratamientos y fiebre, mucha fiebre. En caliente porque en mi vida diaria tengo que hacer un continuo ejercicio de equilibrio para que la percepción del dolor y la muerte no me paralicen, para poder seguir adelante aferrándome a rachas de esperanza y mejorías en el estado de salud.

La voluntad es el Sendero 1, es el Mago que empieza cosas, es la creatividad sin límites que se convierte en una llamada, en constantes señales para no rendirse, en una motivación para no caer en la negación de la vida, para seguir apostando. Las crisis en este sendero implican que la vida hace un movimiento tremendo para borrar la zona de confort y exige el uso de la creatividad para seguir adelante. En mi caso no ha podido ser más evidente: crimen y castigo, causa y efecto, juez y parte... esta tesis ha sido una constante para entender el proceso que estoy viviendo. Dejar de moverme para que se mueva todo, dejar de huir para afrontar desde una profundidad abisal todo lo aprendido en la teoría sobre la vida y la supervivencia, todo el discurso espiritual transformado en una experiencia tangible y sin otros asideros que la propia fe. Cuando hablo de fe no es fe en la sanación, es fe en que de verdad todo esto que he leído, estudiado, usado, creído y amado sea verdad, en que todo tiene un sentido en sí mismo y que, de verdad, el Arbol de mi vida me ha estado guiando y enseñando todos estos años. Una verdadera "*Noche oscura del alma*" que pone en el precipicio todas las creencias y certezas, pero que sigue aferrada a una extraña confianza en la suerte, en el futuro.

No obstante en ese sentido se puede apreciar unas considerables diferencias en el enfoque de los primeros capítulos redactados y los últimos. A medida que iba avanzando, iba cambiando mi perspectiva, hasta atravesar incluso una crisis de fe que me hizo releer algunos pasajes, pero sobretodo me permitió entender que todo es susceptible de cambio y evolución, incluso la vivencia de la espiritualidad y el arte.

Hablar de futuro en el Arbol de la vida es hablar de otro de los senderos de esta familia: **el sendero 10**, la rueda de la fortuna girando. Implica el avance, lo nuevo, lo innovador. Ha sido tan literal que de no tener esperanza alguna, pasé a un experimento terapéutico, una embolización: cortar el riego sanguíneo de la masa tumoral. Esta intervención terapéutica es muy dolorosa pero ha tenido unos efectos inesperados, al reducir de manera deslumbrante y desconcertante -hasta para el propio equipo médico- los 26 cm que medía el tumor. Pero cuando hablo de este sendero me refiero a lo que supone no sólo para mí, sino lo que supone que este experimento haya salido bien para el futuro de otros pacientes que se vean afectados por esta misma, o similar, dolencia.

Futuro también en estado de crisis y bloqueo, y eso implica tomar una severa decisión *¿ante lo que tengo delante qué actitud asumo? ¿me rindo y acepto que mi propia fecha de caducidad está cerca o sigo apostando por pensar en futuro y me imagino en otras circunstancias diferentes al estado de enfermedad?* La respuesta fue contundente: **ahora**. Ninguna de las dos opciones anteriores me sirve para levantarme por las mañanas, es tan solo la posibilidad de perpetrar el día -que acaba de amanecer- de la mejor manera posible, lo que se convierte en fórmula sana para afrontar el futuro, supongo que para el resto del mundo también, pero así lo experimento yo y así lo cuento.

Otra de las crisis que implica esta familia de senderos es la que corresponde al **sendero 19**, el Sol, el trabajo en equipo, la pareja, la conciliación de opuestos...uf. No ha fallado ni una sola vez en mi vida que cuando tengo una crisis de ciclo largo en este sendero (cada 7 años, por cierto) empiezo una relación de pareja, algo imprescindible para poder experimentar y resolver de manera sana lo que he venido a aprender. Pero al tener también las crisis de ciclo corto en este mismo sendero (cada 9 meses) mi vida es una constante movida, no podía faltar ese ingrediente en esta vorágine que han supuesto los meses de enfermedad, con conflictos y ruptura en las justas fechas en la que la crisis de ciclo corto hacía aparición en mi sendero 19.

Hubo muchos días en los que no podía centrarme en escribir más que algún que otro **"arrebato"** (llamarlos poemas es una osadía), y que aglutiné en la carpeta de **"Razones para ser una cualquiera"**, entre ellos éste que muestra esa capacidad, adquirida con el tiempo, de entender los vaivenes que implican las relaciones de pareja y no rendirme, pese a todo.

*Tengo un don,
seguramente más
pero hoy me importa ese.
Será que cuando toca... aflora,
será que no me sirven los listados
que ejecutan dones
como quien lista la compra.*

*Me importa lo que me toca vivir,
me sumerjo,
no me escabullo,
me hilo de Ariadna
en mis laberintos
y me entretengo por el camino.*

Dones como rosquillas
me empalagan,
de uno en uno,
cada sitio en su momento,
cada plaza en su batalla.

No quiero tener placa conmemorativa,
ni titular de periódico,
ni mapas ilustrados.
Tengo un don,
-quizá, mejor, una doña-,
que me lleva a tener un altar portátil
que monto y desmonto para amar.

Lo despliego con fervor,
lo lleno de amuletos y risa,
de ganas y de futuro;
lo planto delante,
me vuelvo devota,
consagrando el momento,
que se eleva sabrosón.

Cuando mi altar se vuelve cárcel,
lo recojo y lo ordeno,
me lo guardo dentro
(sé siempre donde está
para ser revivido)
lo retiro. Me voy.

Vienen otros laberintos,
otros hilos, otras voces
se despierta el engranaje,
el altar se monta solo.
Se adorna con canciones,
con poemas, con vivires,
se despierta, se lava la cara
se insinúa, incluso, sin pudor.

Sólo tengo que engrasar sus ejes,
de vez en cuando,
por lo demás es perfecto,
es un don, o doña,
que me hace libre
de transitar caminos
entregándome en los rincones.

Tal vez sí que soy una cualquiera;
al fin y al cabo
mi templo del amor
tiene forma de auto-caravana.

Mi conciliación de opuestos ha tenido la oportunidad de reconciliarse con épocas y personas pero, sobretudo, con el profundo sentimiento de incomprensión que acompaña a esta familia de senderos, a los que por su visión de futuro se les confunde con excéntricos, por suerte la vida suele poner en su lugar las innovaciones que los *magos-vagos* ya vieron con anterioridad.

Mi caso introduce una peculiaridad a la familia de los *magos-vagos*: ambos tipos de crisis las de ciclo corto y largo, recaen en los mismos senderos. Eso implica mucha mayor actividad en los mismos y se muestran, de manera imprevisible, las situaciones que me llevan a afrontar los aprendizajes vitales que supone esta existencia para mí. Eso me evidencia la toma de conciencia que, gracias a la escritura, me permite ordenar el caos, además de llenarme de la energía necesaria, para seguir adelante ¿Y cuando mi estado físico no me ha permitido escribir? Pues leer, ver series, películas, hablar de política, colorear mandalas o inventar cuentos para mi hija, cualquier hilo conductor es válido para no permanecer estancada en el dolor: mi sendero 10 no permite semejante aburrimiento (ni ese, ni ninguno).

Como suele suceder a muchas personas que se dedican a las terapias, soy capaz de ver con bastante claridad, a través del Arbol de la Vida de otras personas, las razones de sus problemas de salud, pero con los míos me cuesta bastante más. Aun así y después de los vivido, me atrevo a decir que mis células se vuelven locas y se reproducen en forma de cáncer ante la ausencia de estímulos, mi gran enemigo es el aburrimiento. El aburrimiento vital, el que no permite avanzar, pero que bien usado es un terreno fértil para la creatividad. Esa es la peor amenaza para los *magos-vagos*, porque de no saber gestionarlo se trasforma en cualquier cosa dentro del cuerpo. Esta última experiencia de montaña rusa emocional y física me lo dejaba muy claro, hay una vocecita dentro de mí que cuando dice: *me abuuurrooo*, debe ser escuchada y tenida en cuenta para seguir avanzando, la otra opción no me ha gustado nada, la verdad.

La palabra clave en los procesos de vida de los *magos-vagos* es la innovación, esta se manifiesta en la búsqueda -o en el encuentro sin ser buscado- de nuevos saberes, además de facilitar a otras personas sus caminos. Es una familia de senderos que implica el servicio a la humanidad, en muchas ocasiones pese a la incomprensión externa. Pero mejor cumplir esa tarea, porque en caso de no hacerlo toda esa energía de movimiento, creatividad y acción puede transformarse en neurosis y bloquearnos la vida entera.

En cuanto a la incomprensión y el rechazo de lo novedoso, también he tenido una buena dosis a mi alrededor, sobretudo en la tierra de olivos. Curiosamente, en la de Ceibas sentí como propio el ritmo, latir y estar de sus habitantes. No obstante, ese rechazo vivido desde la adolescencia imprime una cierta rebeldía de carácter que quizá en este poema se pueda entrever:

Descarriada.
Oveja o tren,
siempre eligiendo
entre finales infelices,
inventados por mentes enfermas
para dejarme inmóvil.

Pues elijo oveja:
camino en camino,
sin indicadores, ni semáforos.
Pastando en campos nuevos
sin explicaciones,
ni controles de hierbolemia.

Y si elijo tren:
me salgo de las vías,
vías muertas las llaman
porque sin tren no sirven,
pero ahí siguen férreas
marcando el paso,
hasta los latidos.

Me desacato a mí misma,
ni esa autoridad
me acepto ya.

Descarriada
de tanto plan ajeno,
de tanta ética limitada,
de tanta mentira correcta,
me transformo
en coherencia de pulsiones,
en cabalgata de mi dignidad,
en saco roto de enigmas,
resumiré:
en lo que me de la gana.
Todo, gracias a esa cualquiera
que me habita.

En esencia, eso han implicado los procesos creativos y vitales que he transitado en estos años de elaborar esta tesis. Los senderos 1-10-19 han hecho un trabajo primordial de llevarme a visitar todos los precipicios y acantilados posibles. Mientras tanto la creatividad ha hecho su trabajo, contribuyendo, de una manera imposible de cuantificar, en esta tarea de seguir viva, experimentando y aprendiendo.

5. LUCIS. APLICACIÓN

EJEMPLO EN LA HISTORIA AUTONARRADA DEL CAPÍTULO
LIFE IS A CABARET

HOMBRE () MUJER (X) EDAD(48):

Lugar de realización: San Rafael de Heredia, Costa Rica y Martos (Jaén), España

Disciplina artística: Artesanación a través de la elaboración de esta tesis doctoral. Escritura

Breve descripción del proceso de artesanación: La elaboración de este trabajo me ha permitido observar numerosos procesos vitales, incluido el mío propio. Estos, que han transitado cambios y transformaciones, se han nutrido de la creatividad, la relación con las artes y la artesanía; convirtiéndose en una herramienta de toma de conciencia de sus potenciales sanadores.

Fecha: Marzo- 2015/ Febrero 2020

CUESTIONARIO LUCIS

Liberación:

1. Antes de la sesión y/o proceso yo tenía miedo a...

Tenía miedo a los errores, a no estar a la altura, a las expectativas.

Tenía miedo a la enfermedad y a la muerte.

Tenía miedo de no estar cumpliendo mi misión en esta vida, a estar desaprovechándola.

Tenía miedo al estancamiento vital.

Tenía miedo a la soledad.

Tenía miedo a la confrontación.

Tenía miedo a no terminar esta tesis, a que me cansara antes, o a que la vida no me otorgara el tiempo necesario.

Tenía miedo a exponer en exceso a los protagonistas de los capítulos, a que se enfadaran o a no ser exacta en mis apreciaciones.

Tenía miedo de que no se entendiera el sentido de mi trabajo doctoral, de parecer "*una friki*".

Tenía miedo a que no se entendiera lo que escribo, a que este trabajo pudiese parecer que adoleciera de la entidad necesaria, como para ser considerado de investigación.

Tenía miedo a que a las personas de mi confianza les pasara algo, o se hartaran de mí.

2. Durante la sesión y/o proceso, yo sentía que soltaba cosas que me pesaban, por ejemplo

En los peores momentos de mi proceso de enfermedad, escribir o pensar en esta tesis me permitía reconectarme con la esperanza, la vida y la belleza que transmiten algunas personas cuando son capaces de relativizar sus vidas y enfocarse hacia la creación.

A lo largo del proceso de elaboración de esta tesis he aprendido a:

soltar los juicios de valor sobre lo que me había acontecido,
soltar las expectativas,
soltar las palabras, sin demasiado filtro, para que ellas eligieran su camino,
soltar cualquier forma de listón para transformarlo en disfrute,
soltar el miedo al fracaso,
soltar el apego al resultado para centrarme tan sólo en el momento,
soltar el miedo a ser leída,
soltar el temor a ser demasiado honesta,
Afrontar las carencias de salud, soltar el miedo a la soledad, y a las limitaciones físicas.

3. Después de la sesión y/o proceso yo me sentía..

1. Físicamente

- Más relajada
- Menos dolorida
- Hambrienta
- Cargada de energía

2. Emocionalmente

- Esperanzada, confiada, serena.
- Liberada.
- Reconciliada con ciertos aspectos de la existencia.
- Conectada con la empatía a otros procesos, personas y situaciones.
- Satisfecha: no sólo por lo que había escrito sino, sobretodo, por que las sesiones de escritura, me permitían evocar lo que había vivido, eso que me había llevado a transformar esas experiencias en un hilo conductor, que dotaba de sentido todo el esfuerzo y la complejidad del proceso vital que me acompañaba en la elaboración de este trabajo.

Unicidad:

Cuando estaba en la sesión yo...

1. Sentía estar intranquila/tranquila conmigo por:

Intranquila, por no ser el todo honesta, al tratar de proteger los aspectos más íntimos, de las personas que protagonizan los capítulos.

Intranquila porque las limitaciones físicas me impedían disfrutar de la creación, impidiéndome -en ocasiones- hasta enfocar la mirada o mantenerme erguida sobre la silla.

Intranquila por el temor de no llegar a terminarla, sobretodo por un íntimo sentido de agradecimiento a la riqueza que este proceso ha traído a mi vida, en formas tan bellas como pueden ser: amigos, lugares, o historias de vida que merecían ser contadas. Sentía que, de no hacerlo público, estaba fallando a esas personas que habían abierto en canal los cauces de comunicación, para mostrarse en completa honestidad conmigo.

Tranquila cuando conectaba con lo que escribía y dejaba de existir el resto del Universo, incluídos malestares, temores, dolores,...

Tranquila cuando lo que estaba haciendo me emocionaba, porque de ahí la certeza de que no era baladí emprender estos caminos (los dos, el de la escritura y el de la vida).

Tranquila cuando acababa un capítulo, porque me daba ánimo para seguir avanzado.

Tranquila cuando, al tener que estudiar Cábala de nuevo para enlazarla con las historias de Artesanación, cambiaba mi actitud reafirmandome en mi certeza sobre los beneficios de llevar a cabo este proceso creativo, en el que no paraba de aprender. Además de ayudarme a recuperar la fe y la confianza en el sentido de la vida y de la creación.

2. Sentía paz a medida que...

Sentía paz a medida que crecía lo aprendido, que los temores se disipaban, que acababa capítulos (aunque tardara años).

Sentía paz cuando aceptaba el momento, permitiéndole su propio ritmo, su propio tiempo.

Sentía paz al sentarme a releer, leer, escribir, porque lograba olvidarme de lo que estaba viviendo paralelamente, permitiéndome estar en presente absoluto.

Sentía paz con cada toma de conciencia sobre el funcionamiento de los seres humanos en su diversidad de fondo y forma.

Sentía paz al dar orden a mis emociones mientras narraba otras historias, pero sobretodo con la mía propia.

3. Al terminar la sesión y/o proceso esta me pareció...

Imposible de imaginar de antemano. Imposible prever tantas montañas rusas, acantilados y sustos varios, con sus correspondientes subidas y bajadas .
Imposible argumentar los cauces que ha seguido la tesis para ejercer de tabla de naufrago, de proyección hacia la esperanza, de capacidad de mantenerme alerta en mitad hasta en el propio hospital. Una herramienta de autoconocimiento -y conocimiento de otras personas- capaz de conectar desde el amor a la belleza, a la propia aceptación de la vida en toda su diversidad de circunstancias.

4. Sentía que mi conflicto inicial..

Se había diluido. Había pasado tanto miedo físico, que dejó de tener la más mínima importancia el miedo a las expectativas. Ello me abrió a la posibilidad de centrar la atención en el estado de bienestar que me proporcionaba escribir, y así sentirme vinculada a este proyecto creativo, que a la postre, ha sido motor para mantenerme en la resistencia a rendirme.
Había numerosos nudos y conflictos antes de empezar la tesis. Estos se han ido resolviendo de manera (en ocasiones un tanto drástica). Así en cada capítulo resultaba que encontraba una respuesta a una situación de mi vida.
Uno a uno estos personajes me han acompañado a Costa Rica, a dos rupturas sentimentales, al juzgado, a presenciar lamentables conflictos familiares, al hospital, a Madrid, Málaga y Martos. Resultaron ser guardianes de ciertas etapas de mi propia vida que, se iban resolviendo, incluso cuando más oscuro estaba el panorama, en los ámbitos antes citados, pero -esencialmente- en el acantilado más alto al que me había asomado jamás con respecto a mi salud.

Consciencia:

Cuando comencé el taller/creación/proceso estaba demasiado pendiente de algunos problemas que se repetían de manera persistente en mi cabeza, por ejemplo...

- El miedo a la soledad y a los conflictos de pareja, a ambos y con la misma intensidad.
- La sensación de haber perdido muchas capacidades, de no ser capaz de afrontar mi propia vida y vivirla con plenitud, por las limitaciones físicas que implicaba la amputación.
- El miedo a que se reprodujera el tumor.
- El constante conflicto con respecto a la custodia de mi hija y las repercusiones cotidianas del mismo.
- El temor a ser "*mala madre*"
- El temor a la escasez: de afectos, de dinero y de conexión con la vida.

Cuando terminé el proceso pude observar que, respecto a esas cuestiones, entendía mucho mejor...

- Entendí que era necesario estar a solas con una misma, cuando no se puede más, y que eso no implicaba una traición a nadie, salvo a mi en caso de no hacerlo. Esa aceptación me permitió encontrar ratos en los que sentir grandes remansos de paz.
- Que las limitaciones físicas eran parte de mí, tanto como la posibilidad de seguir disfrutando de las cosas que sí podía hacer. (Momento de Art-anuencia, en el que se estaba empezando a fraguar el sentido de este trabajo, gracias a una entrevista a Marcia Silva, en el caribe costarricense. De ahí nació el capítulo "Body and Soul").
- El miedo al tumor se materializó, de manera que tuve que pasar a la acción y afrontar de cara la situación. Estaba escribiendo el capítulo "¿Y si te paras?"
- En mitad del capítulo de Mamen Laguna saltó por los aires el poco acuerdo que había respecto a mi hija, acabé viviendo un cruce de demandas y situaciones extremas. Ahora, tras la judicialización de la situación, y de la llamada de atención de mi salud, todo se ha solventado y existe una cordialidad que, incluso hay ocasiones, en que podría llamarse trabajo en equipo.
- Mientras escuchaba, transcribía, estudiaba y escribía las historias de las mujeres que aquí aparecen y que son madres, entendí que cada cual es madre como puede. En ese sentido la Cábala me ayudó mucho, (según la misma son los hijos quienes eligen a sus progenitores -y las situaciones de los mismos- para poder desarrollar sus tareas de vida). De modo que los testimonios de otras madres me permitían empatizar no sólo con ellas, sino con todas las madres que creen estar equivocándose, porque ellas al menos se plantean si lo hacen bien o no.
- Mis temores a la carencia económica desaparecieron porque durante años he experimentado una suerte de magia que me permitía recibir lo que necesitaba, pero sobretudo porque lo más valioso que poseía era mi salud y no dependía del dinero.
- Las carencias emocionales son una herida difícil de cerrar, no obstante, las costras se han hecho más solidas gracias a todo el apoyo y ayuda recibidos en este tiempo, de personas generosas y valientes que me han acompañado en este proceso. De cualquier modo la dependencia es mucho menor, la reconciliación con la Creación (con mayúscula y minúscula).
- La inmersión en otras vidas, otros contextos y valores, y la generación de conocimiento a través de observar y narrar, como parte del proceso de investigación artística, ha traído aparejada una producción artística y el propio método de evaluación en el que estamos. Todo ello sería imposible sin la experiencia vital, toma de conciencia fundamental para entender que ninguna teoría es definitiva, ni absoluta. Así que el único manual de supervivencia válido es el que cada cual elabora con su propios errores y aciertos en este experimento llamado vivir, valga también para la creatividad.
- La importancia de empatía con la inmensa diversidad del género humano y sus comportamientos, como elemento generador de nuevas situaciones sanadoras para las personas implicadas en el proceso.
- La imposibilidad de vislumbrar todo lo que me queda por aprender.

Independencia

Siento que antes de este proceso lo que sentía y vivía estaba influido, de manera muy determinante, por el criterio de otras personas. SEÑALE EN CUALES AMBITOS:

Económico	SÍ	NO X
Emocional	SÍ X	NO
Familiar	SÍ X	NO
Social	SÍ X	NO
Sexual	SÍ	NO X
Profesional	SÍ	NO X
Autoimagen	SÍ X	NO
Espiritual	SÍ X	NO
Terapeutico	SÍ X	NO
Creativo	SÍ X	NO

Después del taller/creación/proceso siento que, de los ámbitos antes señalados, han cambiado en como me influyen las demás personas en los siguientes

	Señale con una X	Explique por qué
Económico		
Emocional	X	Descubrimiento de mis fortalezas y debilidades, a través de la toma de conciencia sobre mis propios recursos creativos. Reconciliación con la soledad. Estado paralelo frente al creado por el miedo.
Familiar	X	Los conflictos familiares que han tenido lugar a lo largo de estos años han supuesto un importante freno a mi trabajo de escritura, pero también a mi serenidad, me atrevería a decir que, incluso, a mi propia salud. Después del proceso he encontrado un lugar solo para mí, en el que refugiarme de los conflictos, pero también he aprendido a conocer otras historias de vida que me permiten redimensionar la mía y reconciliarme con ciertos aspectos de mis relaciones familiares.
Social	X	Pedir ayuda me ha permitido conocer los mecanismos de solidaridad, pero también los de huida, y con ello a tener siempre un Plan B. El aislamiento que implica encerrarse a escribir, tiene la otra vertiente: la de la celebración en comunidad de la satisfacción de estar conectada a la creatividad. De manera que, socialmente, las relaciones se nutren y crecen gracias a la capacidad de empatía, pero también a la riqueza que el conocimiento profundo de otros seres humanos, aporta.

Sexual		
Profesional		
Autoimagen	X	La mejora de la misma ha tenido que ver, sobretudo, con las posibilidades experienciales que me ha conllevado. Pero la gran mejora de mi autoimagen tiene que ver con saberme capaz de seguir adelante gracias a la motivación que la escritura me proporcionaba. La sesión de fotos con Marcia Silva supuso también un punto de inflexión respecto a ello
Espiritual	X	El establecimiento de una fe mucho más cercana al sentido de la vida que a los milagros trascendentales. Atravesar una crisis de fe, dado el miedo que he pasado, implica ver en perspectiva los sistemas de creencias que he fraguado, y reubicarlos en un aspecto más mundano, más de interacción con el mundo, con una aplicación práctica conectada al sentido mismo de la vida. El trabajo de conectar la Cábala con las historias de vida ha sido facilitador de dicho proceso de re-significar la espiritualidad para hacerla tangible

Terapeutico	X	Me ha liberado de falsos maestros y sanadores. A cambio, he sentido una vinculo de pertenencia a los espacios vitales de las historias narradas: pura vida. La elaboración de esta tesis me ha permitido tomar distancia de la rigidez de quienes acaban cayendo en dogmas, creyendo que "<i>su terapia</i>" es la correcta. De modo que la escucha interior que me ha facilitado este trabajo me ha llevado a conocer, mucho mejor, que herramientas son sanadoras o terapéuticas para mí y cuales no
Creativo	X	La distancia marcada de antemano con las metodologías en las que he desarrollado mi labor como socióloga para abrirme a las posibilidades de la investigación artística, implican a su vez una predisposición a crear no solo el producto artístico, sino las propias herramientas metodológicas de adquisición de conocimiento. Crear desde cero, gracias a la ausencia de expectativas y con la vista puesta en el proceso sanador interno, no puede ser más liberador de la propia creatividad. Aun así la guía de mi directora me ha permitido dar legitimidad a este trabajo con la entidad de investigación artística.

Simplicidad

Antes de comenzar , pensaba que este taller/creación/proceso sería fácil (difícil) para mí porque:

No tenía expectativas, se ha ido creando por sí solo. Confiaba plenamente en la guía de mi directora, así como en que los procesos de la vida me llevarían a abordar cada paso, en el momento en que estuviera preparada.

Una vez concluido el proceso, me ha parecido que ha sido sencillo (complejo) debido a que:

Me ha parecido complejo por su temática, pero a la vez de una gran sincronicidad con lo que estaba aconteciendo, como si se tratara de un juego en el que nunca se sabe el siguiente paso a seguir. La complejidad, sobretodo, estaba en encajar en una investigación toda la información que tenía y que debía ser transformada, para ofrecer coherencia en su conjunto.

A nivel vital la complejidad ha residido en las propias circunstancias que me han acompañado, no obstante, visto en perspectiva el proceso se ha vuelto simple al ir soltando miedos y afrontando cada palabra, cada texto con la autenticidad de que todo estuviera en un momento de incertidumbre, menos la elaboración de este trabajo. Ha tenido los tiempos que debía tener para cada tema, me ha regalado grandes momentos de revelación y conexión con la creatividad sanadora -Art-anuencia- y ha sucedido de manera casi mágica, pese a todas y con todas las circunstancias, cumpliendo a la perfección su función de Artesanación para mí.

6. EL ÁRBOL DE LA VIDA DE LA KÁBALA. OBRA DE ARTE PERSONAL REFLEXIONES FINALES



Árbol de la Vida Realizado por Mamen Romero en el cuarto de la autora. (2017) Foto de autora

6.1.El Arbol de la Vida

Obra de Arte Personal

*"La creación de una obra de arte es la concepción de una verdad universal. Como todas las personas que nacen, es una fuente de sabiduría, una fuente que ha almacenado en su interior todos los secretos de la vida. Sholomo⁷⁴ me contó una vez que, durante el embarazo, junto al bebé hay siempre un ángel con una vela que le va susurrando al oído toda la sabiduría del universo, pero cuando nace, el ángel le da un beso al niño en el labio superior, trasladando así todo el conocimiento adquirido al subconsciente y ofreciendo al hombre una meta y una oportunidad para experimentar por sí mismo esa verdad y recordarla en la vida de manera consciente. El pequeño surco en mitad del labio superior nos lo recuerda. El hombre no tiene que descubrir nada, solo redescubrirla. (...)
El artista no era más que un instrumento para expresar la belleza universal de la Creación, ensamblando con su paleta líneas y colores hasta convertirla en un sublime reflejo de la realidad, una creación humana que emulaba la Creación."*

Geert Kimpen "El Cabalista" (2009)

Las connotaciones espirituales con las que ha transitado la creatividad a lo largo de la historia no son el objeto de estudio de este trabajo. Aunque es importante destacar el papel de la misma como elemento de reconciliación del ser humano consigo mismo y con sus procesos vitales. Dado que la obra de Arte por excelencia es la propia vida, todas las metáforas nos llevan al mismo punto metafísico que, a otros niveles ha sido relegado al ámbito de las creencias, entendidas estas en sentido despectivo, dada la recurrencia sistemática al racionalismo y el empirismo que ha necesitado el *establishment*, para apuntalar la imposición de un sistema exento de emociones y espiritualidad que reproduzca y nutra al insaciable sistema productivo. Frente a ello encontramos el olvido de la emoción -como elemento de empoderamiento frente a la colonización de saberes-, erigiendo a la ciencia en único aspecto transitable en torno a la búsqueda de la verdad, como comodín indispensable del liberalismo y de la productividad, capaces ambas de anular el desarrollo de la intuición, la creatividad, el impulso creativo y la emancipación de personas, saberes y comunidades. En este sentido me gustaría mencionar el término **corazonar**⁷⁵ (Guerrero Arias, 2012) como reivindicación de los aspectos emocionales y personales frente al rodillo científico y globalizador. El término corazonar, acuñado por el filósofo ecuatoriano Patricio Guerrero Arias, responde a la reivindicación de una apertura a saberes que, pese a no responder al conocimiento dominante, son la base y la clave del desarrollo humano en la historia.

74 Durante el siglo XIV los más grandes sabios de la Cábala se concentraron en la ciudad de Tzfat y el impacto del estudio de la Cábala dejó sus huellas en todo el mundo hasta la actualidad y. Entre los más renombrados sabios encontramos al Rabino Moshé Cordovero. También encontramos al Rabino Itzjak Luria Ashkenazi (en su acrónimo hebreo es conocido como el Santo "Ari" o el "Arizal") y sus discípulos los rabinos Jaim Vital e Israel Saruk. Estos sabios atrajeron a los más destacados estudiantes y maestros cabalistas, convirtiendo a la ciudad de Tzfat en el indisputable centro mundial del misticismo judío y la Cábala.

75 Una de las expresiones más perversas de la colonialidad, ha sido erigir la razón como el único atributo de la constitución de lo humano, al definir al "hombre como ser racional", se nos construye como seres fragmentados, por ello nos secuestraron el corazón y los afectos, se nos despoja de nuestras emociones, sensibilidades, de espiritualidad y de ternura, para hacer más viable la dominación de la totalidad de la vida. Hoy sabemos como nos enseña la sabiduría Secoya, que también somos estrellas con corazón y con conciencia, que existimos, no solo porque pensamos, sino porque sentimos, porque tenemos capacidad de amar, de CORAZONAR. Corazonar constituye por tanto, una respuesta espiritual política insurgente, a un modelo civilizatorio que prioriza el capital sobre la vida; a fin de hacer posible la decolonización del poder, del saber y del ser, que nos permita construir desde la sabiduría del corazón, un horizonte "otro" de existencia.

Me acojo a este término para redimensionar este trabajo, para que, dentro de la investigación artística que llevo lugar en él, quepan saberes que ofrecen la posibilidad de dar estructura, forma y consistencia al listado de experiencias de artesanación que se recogen en el mismo y que se basan en la búsqueda del corazón, de la esencia, que se agazapa en cada proceso sanador revistiéndose de creación artística.

Regresando a la Cábala encontramos que, desde los primeros estudios cabalísticos, se insiste en la combinación de razón y fe, pero la base fundamental es la matemática: cada letra hebrea tiene un valor numérico, la belleza de las matemáticas radica en su exactitud, es un número claro que no deja lugar a la interpretación, el patrón del Universo reproduce un lenguaje perfecto (*"Dios no juega a los dados con el Universo"*, como decía Einstein). Sólo como curiosidad: ese patrón se repite en numerosas tradiciones iniciáticas, en los fundamentos de la física cuántica e incluso en algunas culturas de Mesoamérica, como la de los Mayas, de ahí que haya mencionado a la Comunidad Bri-bri de Costa Rica. Gracias al sociólogo Alejandro Jaén, usando como eje de investigación las inscripciones descubiertas en los metates que posee el Museo de Jade en San José, pudo emprender el estudio que mostraba como los patrones matemáticos eran usados desde tiempos ancestrales en una directa conexión con la cosmovisión y la espiritualidad. Sus estudios son muy conocidos en el ámbito académico de la Etnomatemática y es esa carga de espiritualidad lo que enlaza con la cosmovisión que la Cábala ofrece y que entronca, como ramas de un mismo árbol, con la anteriormente citada física cuántica.

En el caso de la Cábala encontramos una herramienta que une toda la sabiduría ancestral dotándola de un sentido práctico: se trata del Arbol de la Vida. Al margen de todas las alusiones místicas, en numerosas culturas y épocas, al Arbol de la Vida (El olivo en la cuenca Mediterránea, la Ceiba para los Mayas,...) su representación va más allá de las alusiones a la unión del cielo y la tierra, de lo divino y lo humano, de la mera representatividad. Ha llegado hasta nuestros días como un Modelo Matemático Simple que de manera figurativa puede representar a cada ser humano.

La Cábala Práctica permite una redimensión de la espiritualidad basada en la citada fuente de sabiduría ancestral ⁷⁶ (Rabbí Laibl Wolf: 2013) que explica las leyes eternas que mueve la energía espiritual a través del Cosmos, pero que sobretodo incide en que *"todos tratamos de dar sentido a nuestra vida (...). Las metas fundamentales son la comprensión de uno mismo"* (Rabbí Laibl Wolf: 2003)

Una sabiduría oculta⁷⁷ que ha sido decodificada y está saliendo a la luz, gracias a Maestros como Jaime Villarrubia⁷⁸, autor del único manual español de Kabala Práctica Aplicada (El programa de vida y la investigación del Tikún).

⁷⁶ Los textos académicos nos dicen que Moisés de León publicó el texto principal de la Kabala, conocido como el Zohar (la luz interior) en la época medieval. Sin embargo Rabbí Simeon bar Yojai ya había manuscrito esta obra mil años antes, en el antiguo Israel a partir de la tradición oral que se remontaba otros mil setecientos años atrás.

⁷⁷ Oculta hasta hace muy pocos años, dado que las profundas y complejas enseñanzas de la Cábala eran inaccesibles para la sociedad occidental. Se escribió en antiguos idiomas, hebreo y arameo, y se codificó para sellar sus ideas ante ojos no autorizados. Sin embargo, parte de la información se filtró y penetró en otras culturas y tradiciones religiosas, de Oriente como de Occidente.

⁷⁸ Jaime Villarrubia es abogado y economista, cabalista y autor de relatos y de obras de investigación histórica y de cábala, entre ellas un Diccionario de Guematria Hebreo-Español único en el mundo. Ha impartido cursos, talleres y conferencias sobre cábala en toda España durante más de veinticinco años.

Como se citaba anteriormente, el Árbol de la Vida responde a un modelo matemático⁷⁹ que una vez representado nos arroja información a nivel físico, mental, emocional y espiritual de cada persona, pero sobretodo nos permite conocer la clave de la existencia. Muy resumidamente el Tikún⁸⁰ es la misión sagrada de cada persona. Según Jaime Villarrubia (2003), ***es aquello que nos gusta hacer, y para lo que estamos plenamente capacitados, por encima de lo que opinen los demás. Hacer lo que a uno le gusta no cansa, no agobia, resulta absolutamente satisfactorio, grato y estimulante, y le da sentido a la vida.***

En el Árbol de la Vida personal aparecen todas las potencialidades, retos, crisis, bloqueos, etc. que llevan implícitos la búsqueda de un camino personal que va solventándose cuando cada persona se da permiso para crear su propia existencia, en lugar de reproducir los esquemas establecidos. El Árbol de la Vida responde a un modelo matemático que traslada los cálculos realizados previamente, teniendo en cuenta las equivalencias numéricas en hebreo de las letras que componen nombre y apellidos, junto con los dígitos de la fecha de nacimiento.

Para documentar su validez matemática Jaime Villarrubia sistematizó toda este sistema en el ya citado “Manual de Kábala Práctica” (2003) que está generando una auténtica revolución en los sistemas terapéuticos por su exactitud y sus aplicaciones en los procesos de autoconocimiento y sanación.

Volviendo al Tikún del Árbol de la Vida, la gran novedad que ofrece para el desarrollo personal es la capacidad de observar las diferencias de cada ser humano y transformarlas en capacidades para la evolución personal, en esencia la libertad creativa que arroja conocer exactamente quien eres.

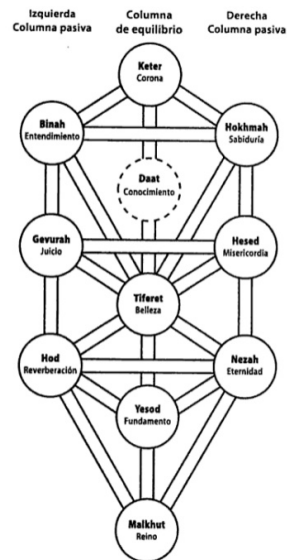
Se trata de una visión muy diferente de la espiritualidad, en ella lo verdaderamente importante es la capacidad de cada ser humano para aplicar la creatividad a su propia vida, al margen de dogmatismos, miedos, doctrinas y culpas, con la intención de crear una obra de arte vital, con las capacidades diferenciadas.

Y aquí viene uno de los paralelismos principales: si el tikún nos permite conocer nuestra propia esencia, conocer el potencial artístico y creativo nos permite conocer nuestra dimensión “divina”.

⁷⁹ Un modelo matemático es, básicamente, el estudio de la representación de un fenómeno complejo (por sus múltiples variables) basado en los términos de la teoría de los conjuntos, y donde el comportamiento de cada variable influye directamente en el comportamiento de todas las demás.

En ciencias aplicadas, un modelo matemático emplea algún tipo de formulismo matemático para expresar relaciones de un fenómeno físico, o para pronosticar determinados hechos complejos. Por ejemplo, en meteorología, un modelo científico- matemático nos permite predecir, con un cierto grado de precisión, el recorrido de un tornado o la formación de un huracán, estudiando el comportamiento, el tipo de cada variable, y su influencia en el conjunto. Por otra parte, y si bien la cantidad de variables aparentemente puede ser limitada, (temperatura, humedad, presión atmosférica, etc.), existen variables dentro de cada variable, que exigen por ello instrumentos de cálculo complejos, como por ejemplo poderosas y rápidas computadoras que determinen las resultantes de estas múltiples interacciones. Metafísica judía.

Figura del Arbol de la Vida



La figura del Arbol de la Vida está dividida en 10 esferas o Sefirot que representan los distintos niveles de nuestra existencia, éstas se unen entre ellas por 22 senderos que son los elementos subjetivos que marcan las diferencias entre cada ser humano.

6.2. FAMILIAS DE SENDEROS:

Estos a su vez se unen en nueve familias de senderos, que se organizan por tareas evolutivas y que responden a esta brevísima descripción:

1-10-19 "Magos-Vagos": Vienen a reconstruir el ser. Unir dos partes. Desarrollar la creatividad para los demás. Motores despertadores de conciencia. Poner límites. Pioneros. Ir en una sola dirección.

2-11-20 "Prepotentes-humildes": Vienen a ser profetas. Guerreros de la palabra. Desarrollo de la Autoestima. desarrollo de la fe.

3-12-21 "Racionales-lógicos": Vienen a trabajar en la familia original. Lo racional es lógico. Cambiar esquemas. Barrido celular. Romper moldes. Aprender del dolor.

4-13-22 "Militares-sometidos": Vienen a desarrollar el amor incondicional, la luz y la claridad interna.

5-14 "Hacedores de puentes": Vienen a desarrollar la alegría, desarrollar la ilusión, la candidez. Vivir el momento. Carpe Diem. Ser hacedores de puentes.

6-15: "Amor-posesión": Vienen a desarrollar la maternidad, la nutrición. Desarrollar el libre albedrío, trabajar la libertad. Relación con la madre.

7-16 "Adulto-responsable": Vienen a cumplir su vocación, trabajo cotidiano interno y externo. Adulto responsable de sí mismo.

8-17 "Innovadores-conservadores": Vienen a cambiar valores propios y ajenos. Cumplir misión sagrada "Tikun"

9-18 "Fríos-lapas": Vienen a dar y recibir afecto.

Ni que decir tiene que es tan sumamente escueta la descripción, que es difícil hacerse a la idea de la complejidad que entraña esta categorización, entre otras razones porque nunca se da en estado puro. Por otra parte cada sendero entraña numerosos significados que se pueden analizar desde una perspectiva del cuerpo físico, de los aspectos emocionales, mentales y espirituales. Cuatro planos de la existencia que se enlazan de manera paralela en la interpretación y que ofrecen una valiosa información, sobre las tareas de aprendizaje de cada persona, pero también sobre sus peculiaridades esenciales.

Cada sendero, cada sephiroth y cada familia de senderos oscila, como veíamos anteriormente en las leyes universales, desde sus aspectos iluminados a sus aspectos más retrógrados. Siendo la transición de unos a otros el eje de tensión (ley de polaridad) que va a fraguar la idiosincrasia personal y que, a medida, que van siendo considerados desde la propia toma de conciencia, van a ofrecer las numerosas soluciones creativas que nos van a llevar a desenvolvemos por la vida (ley de generación).

Es esa polaridad la razón por la que la denominación de cada familia de senderos incluye una denominación y su opuesta, porque en ese eje es en el que vamos a oscilar, hasta integrarlos ambos en un principio de unidad, que sería el momento sanador, y que implica la autoaceptación.

Estas nueve familias van a servir, en este trabajo, como índice de los capítulos que narran experiencias de aprendizaje y cambio, que se acomodan a la transformación y toma de conciencia de los aspectos retrógrados (o de sombra), y a los luminosos de cada familia de senderos, así como lo que ello implica como creación de la propia vida, gracias al descubrimiento del Maestro Interior... sólo que en este trabajo ese descubrimiento viene acompañado del descubrimiento de la creatividad, aplicada a las artes, como despertador de ese motor de conciencia, capaz de iluminar los aspectos más sombríos.

La descripción de las experiencias de cada capítulo trata, por tanto, de hacer un recorrido por las situaciones que han dado lugar a este descubrimiento interior, a sus elementos de transformación, pero también a su repercusión en lo social, y en la evolución humana.

No existen dos árboles iguales, las representaciones de potenciales, los potenciales de infancia y adolescencia, lo aprendido con temor, los miedos inconscientes, los bloqueos, las zonas en blanco, las crisis de ciclo largo y ciclo corto, las triadas, polaridades, karmas, etc. configuran un número infinito de posibilidades que hacen a cada ser humano exclusivo y único. La elaboración del Arbol personal, obviamente, se hace con operaciones matemáticas, pero la interpretación requiere de un profundo estudio y análisis en el que inciden tantas variables que pueden darnos una visión de los potenciales y conflictos personales en los cuatro niveles que antes mencionaba: físico, mental, emocional y espiritual...(que curiosamente corresponde con las Cuatro Almas sobre las que versa la Cosmovisión Bri-Bri).

Este es el punto de partida de esta investigación. Tras realizar numerosas sesiones de Interpretación de Árboles personales, se observa una clara conexión entre los potenciales creativos de cada persona y su momento de *"individuación"*, entendiendo esta como la toma de conciencia del sentido de las dificultades vividas para poder encontrar, de ese modo, las capacidades desarrolladas como parte del proceso de sanación de los procesos del pasado. Es en ese sentido, en el que se recogen en este trabajo diferentes *"fórmulas creativas personales"* que, coinciden con la sanación de conflictos en los distintos senderos y familias de senderos.

Las posibilidades son infinitas, obviamente, aquí sólo están recogidas las que han llegado de manera natural a este estudio, sin pretender convertirse en un Manual, sino en ejemplos de Artesanación aplicada. A lo largo de las distintas experiencias implicadas en este trabajo se irán desgranando los significados de los 22 senderos para dar consistencia a las analogías que lo fundamentan. Sin embargo, la clave para trascender un Arbol Personal, además del autoconocimiento, es la Autoaceptación, no desde la perspectiva de la resignación inmovilizante, sino como punto de partida para recoger los potenciales propios y ponerlos al servicio de la obra de Arte que tenemos en marcha. En ese sentido y como primer trabajo artístico que da marco referencial y cobertura a este trabajo, está el proyecto de fotografía *"Somos como somos"* (2012), que se plasma en el capítulo denominado Body and Soul.

6.3. ÁRBOL DE LA VIDA Y ARTESANACIÓN

El punto de partida de este trabajo, ha sido el conocimiento de cientos de Árboles de la Vida personales, que a lo largo de los últimos años, me han permitido observar como en numerosas ocasiones, de manera espontánea, muchas de las personas que accedían a su árbol reconocían haber puesto en marcha mecanismos de autosanación a través de diferentes disciplinas artísticas, o más concretamente: mediante la puesta en marcha de la creatividad.

Una creatividad que, más allá del resultado obtenido, tuvo una finalidad terapéutica inesperada, por encontrar a través de ella los canales de comunicación consigo mismos y con el mundo que los rodeaba.

Realmente no ha sido el resultado de ninguna búsqueda, sino más bien de un encuentro constante, eso me ha llevado al descubrimiento de historias de vida que han encontrado su momento catártico, tras atravesar situaciones de crisis, más o menos graves, a través de la puesta en marcha de programas propios de desarrollo creativo, (o quizá para “no volverse locos” como decían en alguna ocasión los protagonistas de este trabajo) que en ocasiones han tenido una repercusión externa y otras no, realmente eso es lo de menos, porque curiosamente se ajusta a la propia configuración diferenciada de cada persona.

A través de estos descubrimientos, se realizaban de manera espontánea, conexiones entre las facetas creativas que habían puesto en marcha y la sanación de determinados senderos de su Arbol de la Vida. Todo ello respondiendo a un esquema que se repite en el fondo, aunque pueda diferir en las formas adoptadas.

Pongamos un ejemplo⁸¹:

Una mujer cuyo árbol de la vida presentaba un importante bloqueo en lo relativo a la rigidez, cuestión ésta que se proyecta en serios problemas de espalda, y que se dedicaba a bailar flamenco.

Su carrera se vio truncada por un diagnóstico médico que le auguraba acabar en silla de ruedas si seguía bailando, sobretodo por los riesgos que entrañaba el flamenco y sus “apasionados” movimientos respecto a sus maltrechas vértebras. Ella renunció a su carrera y, para evitar males mayores, comenzó a cuidarse, entre otras cosas, haciendo yoga para flexibilizar su espalda.

Una mañana en la que estaba practicando yoga en su casa con la ventana abierta, se coló el sonido de una soleá proveniente del equipo de música de alguien de su vecindario, ella comenzó a integrar los movimientos del yoga con los del flamenco, creando un ejercicio mágico y sanador que le permitió entusiasmarse de nuevo con el disfrute de su propia creatividad.

“Hubo un día especialmente importante en mi vida. Fue una época difícil en la que mi corazón se bloqueó y no podía llorar. Ese día, después de bailar al compás de una solea, mi cuerpo, como por intuición, se colocó en la posición de yoga a la que llamamos “Hoja Plegada”. Nació de ahí un llanto sanador y la sensación de haber descubierto una “fórmula mágica” que me permitiría siempre expresar mis emociones”

⁸¹ Entrevista realizada en abril de 2015, previo a ello, junto con el equipo del Programa “Echate un Ojito” de Uniradio Jaén, tuvimos la oportunidad de entrevistarla el 12 de noviembre de 2014

Comenzó a investigar la fusión de ambos, en su propia experiencia, y a fundamentarla desde una perspectiva casi antropológica: *si estamos en Andalucía, dada la propia idiosincrasia, la pasión forma parte de lo cotidiano*. Era, por tanto, una correlación coherente y lógica, atender a las peculiaridades propias adyacentes a la cultura cercana, con lo cual “sacar la pasión” a través del flamenco, para luego redirigirla con el yoga empezó a ser un camino de autodescubrimiento, para posteriormente convertirse en un camino para otras personas.

Estoy hablando de la sevillana Olga Jimeno San Juan, la creadora del **Flamenco-yoga**. En esta historia encontramos todos los componentes de manera clara:

La aparición de la crisis (en forma de diagnóstico) se convierte en el elemento catártico que destruye una forma de vida y expresión creativa.

La noche oscura del alma: la tristeza, el desmembramiento de un anterior sistema de desarrollo, la soledad interior, el bloqueo, el sentimiento de vacío permiten soltar lo aprendido para aceptar al propio ser, al margen de las barreras internas, familiares y sociales. Es tan sencillo como liberarse de toda expectativa (nada más sanador que eso).

El vacío fértil que termina con un patrón vital anterior y por tanto permite la atención al momento presente, sin expectativas, ni temores.

Sosegar la casa: como aceptación del nuevo ser que permite reconectarse con el mundo, desde las nuevas características y situaciones.

La receptividad para descubrir y redescubrir a través de la observación del presente.

El cumplimiento del tikún que en este caso incluye la fusión de obstáculos y potenciales para generar un Elemento propio y a medida: el flamenco-yoga.

La conexión de este descubrimiento con el mundo y la difusión del mismo.

El árbol de la vida como herramienta de autoconocimiento, le permite dar sentido y reconciliarse con su “limitación” al ser aceptada (respondiendo al ¿para qué?)

En este caso la creatividad vital y la del objeto artístico van de la mano, y me atrevería a decir que en la mayoría de casos también.

El proceso de Olga es muy ilustrativo para definir la búsqueda del Tikún, pero la aportación que nos hace el Árbol de la Vida personal nos aclara el proceso, no tanto para conocerlo desde el análisis conductual, sino como parte fundamental del mismo, aportando luz sobre el sentido de las diferencias personales y el inmenso potencial que estas implican en cada ser humano. La autoaceptación parte del entendimiento del proceso, del encuentro con las respuestas que facilitan “perdonar” las imperfecciones, no tan sólo desde una visión espiritual, sino también con lo que ello implica para liberar el fagocitante autojuicio que establece un bloqueo creativo, que en ocasiones llega a convertirse en incapacitante para responder a los cotidianos retos vitales.

Otro aspecto relevante tiene que ver con la capacidad de valorar el esfuerzo, propio y ajeno, más allá de la visión puramente racional y económica. Digamos que el aspecto de transcendencia que conlleva recoge la división del tiempo, pero también su unicidad. *Entender el pasado implica aceptar el presente y crear para el futuro*, no es un galimatías, ni una frase hecha, es una fusión de tiempos en torno al arte y la creatividad que ya definieron los Mayas en su propio calendario, la figura de B’ATZ representa tanto al arte como al tiempo, ambas están ligadas porque es necesario el bagaje (ideas, destrezas, experiencias,..) del tiempo pasado para poder crear en el momento presente, dejando así una creación para el futuro.

Ese proceso es al que me refiero con la valoración del esfuerzo propio y ajeno, dado que da sentido al pasado (con todos sus errores) para clarificar su sentido en el momento presente. Su transcendencia, por tanto, no sería otra que el producto artístico o vital que generaría en cuanto al sentido vital, la autoaceptación con mayúsculas.

Para tomar conciencia de este proceso, el Arbol de la vida es una herramienta explicativa que facilita la integración de los procesos propios, generando una nueva concepción de sí mismo y del mundo, alejada de cualquier standard cultural-económico-social-familiar, por lo que el campo de posibilidades individual se abre a una nueva concepción de la creatividad basada en la experimentación y sus ramificaciones implican el descubrimiento, no sólo de inteligencias diversas, sino también de modelos cosmogónicos diferenciados y que enriquecen al individuo y la propia especie humana: *evolución*, la llaman.

Uniando y dando capacidad de conexión al Arbol de la Vida y al arte, a medida que se han mostrando las distintas escenas, se han introduciendo los significados de cada sendero (o familia de senderos) para ilustrar los procesos sanadores íntimos de las personas protagonistas de este trabajo.

No obstante incluyo un esquema de los significados de los senderos del Arbol según número y posicionamiento en el mismo. Este esquema fue realizado originalmente por Senai Rubio (2012), pero las anotaciones son las que yo tomé en la sesión correspondiente. Podría haber incluido el original, pero usar el mismo que usaba en clase es un pequeño homenaje a mi Maestra y a esa época.

Por último me gustaría incidir en que este esquema es una ínfima parte de los significados ocultos del Arbol de la Vida, pero lo justo para darle sentido a esta tesis doctoral.

7. EPÍLOGO

Ella tarareaba mientras preparaba la jeringa para la extracción. Era la primera vez que yo iba a aquella sala del hospital desde que me lo diagnosticaron. Cuatro horas más tarde me esperaba la oncóloga para nuestra primera cita.

Mientras la escuchaba no pude evitar cantar en voz baja esa canción *"se te olvida , que me quieres a pesar de lo que dices..."*

¿Conoces la letra? Hoy se me ha metido esa melodía en la cabeza y no sé ni por donde me vino. Mientras tanto la mía volaba a una carretera perdida de Costa Rica en la que escuché un programa dedicado a su autor, Alvaro Carrillo.

Aquí la conocemos por Ana Belén. Le dije, volviendo en una descomunal toma de tierra, a la sala del hospital, en la que la enfermera tanteaba donde pinchar en mi brazo izquierdo.

Subí el tono y canté como si no hubiese otras ocho personas, sentadas en ordenada fila, remangadas exhibiendo sus venas a los enfermeros.

Entera, estrofa por estrofa, con un extraño arrebató de pasión que acallaba el miedo de no saber que me depararía la vida tan solo cuatro horas más tarde. Ella me puso el algodón en el brazo, se quitó los guantes y cogió bolígrafo y papel

¿Me la repites?

Por supuesto. Palabra por palabra, como en un dictado infantil, narré cada una de las emociones hechas música que encerraba la canción.

Nos sonreímos cómplices al despedirnos. Pero justo antes de llegar a la puerta tocó mi hombro, al volverme me pidió algo *"la próxima vez que vengas quiero que me cantes Se me olvido que te olvidé"*

Claro que si ¿te gustan los boleros, eh? A mi también, será que mi vida es un poco bolero.

Ella me miró seria, y con una seguridad descarnada, respondió:

Querida, todas las vidas son un bolero.

Norah Barranco Martos

(Sala de Extracciones, Hospital Clínico Virgen de la Victoria de Málaga, 26 de Noviembre 2018)

Fue justamente cuando creí que había terminado esta tesis el momento en que apareció la pandemia del Covid-19, y resultó que mi bolero, mi personal periplo, se estaba extrapolando a toda la humanidad.

De repente todo el mundo tenía miedo, estaba en alerta y confinado en sus casas. Mientras escribo esto aun no se sabe cual será la magnitud de la misma, pero pinta a dimensiones inesperadas y de una virulencia impredecible, incluso para la ciencia. A día de hoy, en España, la situación es esta:

Es 13 de abril de 2020.

- Hay que llevar una autorización para salir de casa.
- El precio del diesel está a 0,98 € aprox.
- Las escuelas llevan cerradas desde hace un mes.
- Los niños fueron los primeros confinados.
- Hay líneas dentro de las tiendas para distanciar a la gente.
- Las tiendas y empresas no esenciales están cerradas.
- Los parques y lugares de paseo no son accesibles para el público.
- Todas las competiciones deportivas se cancelaron.
- Los conciertos, festivales, eventos de entretenimiento se cancelaron.
- Las bodas, celebraciones familiares, reuniones de vacaciones se cancelaron.
- Las iglesias están cerradas.
- Se han cancelado las Fallas, la Semana Santa, la Feria de Abril, el Rocío (en principio dicen que se celebran en octubre, pero la incertidumbre por los rebrotes no depara demasiadas esperanzas).
- No se puede salir con nadie fuera de casa, ni se puede ir en coche en familia.
- Si no tienes un trabajo de primera necesidad, seguramente estarás en un ERTE o en el paro.
- No se puede salir de casa salvo para sacar a los perros o para ir a comprar al estanco, farmacias o supermercados.
- Las Olimpiadas de Tokio 2020 se celebrarán en junio de 2021
- Tenemos que alejarnos unos de otros a más de un metro.
- Escasez de mascarillas y guantes en los hospitales.
- No hay suficientes respiradores artificiales en comparación con los números de personas que lo necesitan.
- Llevamos casi un mes saliendo a las ventanas y balcones a las 20 h. para aplaudir a todos los que sin querer se han convertido en los héroes mundiales, los sanitarios.
- No se encuentra todo lo que se busca en los estantes de los supermercados.
- Los gobiernos cerraron las fronteras a todos los viajes no esenciales.
- Se imponen multas para aquellos que quieran quebrantar estas reglas, hay personas que pese a ello no cumplen las órdenes de confinamiento, y hasta "policías de balcón" que los denuncian.
- Las carreteras están casi vacías.
- La gente tiene miedo de salir de sus casas.

En este tiempo de caos y confinamiento, de incertidumbres, muchas voces se alzan anunciando una rebelión del propio planeta cansado de ser un basurero, o de un capitalismo salvaje. Hay teorías conspiranoides de todo tipo en las redes sociales, pero a lo que todo apunta es a que supondrá una masacre para ciertas generaciones y para países con deficiente sistema sanitario. Ya se verá.

Este escenario que, por momentos, se presenta apocalíptico, está sacando lo peor y lo mejor de las personas. Los límites vitales suelen llevar eso asociado. Todo se desmorona porque ha dejado de funcionar, para poder reconstruirse desde cero. Aflora el instinto de supervivencia, las formas de vida y relación que, hasta ahora, estaban vigentes han entrado en un proceso de incertidumbre a nivel planetario. Revelador desde el punto de vista cabalístico el significado de este momento catártico de la humanidad, sin duda, pero no por ello no es menos duro, durísimo.

¿Y por qué hablo de esto? Porque el último capítulo de las familias de senderos (1-10-19) explicaba mi propio proceso de miedo, de incertidumbre y confinamiento vivido durante la última época de elaboración de esta tesis. Como parte de esa familia de senderos, que van un paso por delante (quieran o no), he experimentado un año antes las emociones que en este momento comparten millones de seres humanos. No es fácil estar confinada y con miedo, pero se pasa, de una u otra manera se pasa, nada es eterno. Desde luego el aprendizaje de la creatividad unida al encierro, supone un enorme asidero a la vida, una retrospectiva, una mirada hacia dentro que permite renovar la iniciativa, ir en una sola dirección, dando la oportunidad de ser motor de transformación, propia y ajena.

El confinamiento está siendo una explosión y exposición de la capacidad creativa de cada cual, las redes sociales, los medios y los emails se están llenando de muestras de como cada cual vive su propio *bolero*. Porque detrás de las paredes de cada casa está sonando uno distinto, porque la huida para luchar contra el tedio, la rutina, el aislamiento y hasta la locura, están siendo las capacidades de cada cual de inventarse los días, de descubrir sus dotes o simplemente de elaborar estrategias de supervivencia en las que la cultura, las artes y la creatividad pueden convertirse en aliado.

Memes, escritos, dibujos, fotografías, gastronomía,...cualquier faceta es válida para tratar de hacer los días más amables. Ya no soy yo, no es mi cáncer, es el mundo entero haciendo malabares para sobrevivir -intramuros- a una pandemia que se nos ha plantado, cara a cara, con cifras astronómicas de muertes en el mundo.

En esa expansión del aburrimiento general, del miedo por la propia vida, de la nostalgia del tacto, de la inmensa soledad de los pacientes, de la entrega del personal sanitario, de la paciencia infinita que toca desarrollar sí o sí...de esa *Noche oscura del Alma* a nivel global, están apareciendo los peores y mejores instintos del ser humano. Pero en incontables casos está apareciendo, además, el caldo de cultivo (ese *Sosegar la casa* que decía San Juan de la Cruz) para que cada cual se encuentre con sus fantasmas y sus grandezas, también en muchas ocasiones con su Artista interior, con su Maestro interior.

Esta crisis, global y de magnitudes impensables, es una CRISIS mayúscula, en comparación con las que narro en este trabajo, pero cada cual vive las suyas con la subjetividad intra-individual que acarrea el replanteamiento y la redimensión vital.

Es por lo expuesto en el párrafo anterior que la situación que vivimos está haciendo aflorar la creatividad, la vital y la artística, de miles de personas. Si fuese posible asomarse a la ventana de cada casa y hacer una investigación encontraríamos que los planteamientos de este trabajo doctoral se consolidan. Esa gesta es imposible, a lo sumo vemos resultados en forma de poemas, canciones, blogs que afloran, libros, fotografías, vídeos, dibujos, espartería, punto de cruz o cualquier otra forma de creación. Si en cada caso aplicásemos los criterios LUCIS, para constatar la influencia del fluir de la creatividad en estado de crisis para re-encontrarnos, me aventuro a vaticinar que se cumplirían de manera clara.

Otra de las cuestiones que hacen de esta espontánea ola creativa un momento peculiar es la imposibilidad de volverla producción o fórmula lucrativa, no sólo por la hibernación económica, sino porque sería imposible que nadie comprara o pagara por nuestras estrategias individuales de autoayuda, porque ahora, más que nunca, *cada cual tiene la suya* (Barranco, 2017). Partiendo de esta premisa, encontramos que en este momento, la refutación de la misma no puede ser más evidente a nivel global, cada cual con su *"propio bolero"* está haciendo malabares.

Lejos de tratarse de una situación transitoria esta crisis sanitaria no vendrá sola, probablemente después vendrá otra crisis sanitaria de las personas que están viendo como se relegan sus patologías anteriores a un segundo plano, más tarde una de salud mental, teniendo como guinda, la posterior crisis económica: todas ellas van a generar una imperiosa necesidad de transformación. Una vorágine de cambios profundos, desde divorcios hasta despidos, pasando por un sentido distinto del disfrute de la vida y de la cercanía humana...o no. Ya lo veremos, imposible de predecir, pero desde luego ya se vislumbran algunas de esas catarsis estructurales y personales.

Como no podía ser de otra manera, esta crisis también interfiere en los planes que esta tesis tiene para sí misma, suponiendo un retraso en su entrega y defensa. Ya llegará el momento, cuando la voluntad de mi Sendero 1 lo estime oportuno: sucederá.

Escribo este epílogo porque, desde la perspectiva del presente, se me antoja lejana en el tiempo esta tesis doctoral. La razón es que, me aventuro a pensar que se está acercando un cambio de paradigma -y de época- a nivel global. Quizá este trabajo ha cambiado de sentido, aunque lo vivido y expresado en él, sigue ahí: sus personajes son reales, las vivencias y emociones expresadas son las que son. Sirva pues para dejar constancia de como era la percepción del mundo antes de esta crisis, cuando nos preocupaban nuestras creaciones, las ganas de cambiar el mundo o las herramientas personales para superar nuestros momentos oscuros en la era del neoliberalismo salvaje

De momento la prioridad ya es otra: la supervivencia, dado el constante riesgo sanitario que nos enclaustra. Así que esta tesis muestra otro escenario que ya ha dejado de existir como tal, pero que tuvo su sentido en un contexto universal determinado, llamémosle Era Pre-Covid.

Me gustaría cerrar este apartado usando como ejemplo una de las muestras cotidianas de la creatividad de supervivencia a la que hago alusión. Para ello, incluyo un relato de los que, una de las protagonistas de esta tesis, ha publicado en las redes sociales. Valga, por tanto, como muestra de la visión interna que no queda más remedio que aceptar, para salir adelante en una cotidianidad llena de incertidumbres.

Bandera Blanca

¿Será mi insomnio una coartada poética para que escriba un poema de amor?

Lo pregunto porque tengo muchas palabras en danza. ¿Bailan las palabras?

¿Las monosílabas también? ¿Acaso solo existen los bailes de números?

A lo que iba; en mi desvelo, las palabras me llegan alborotadas.

Elas también quieren aligerar los gráficos, doblegar las curvas y morder la noche.

Cuando se ponen en este plan, me entran ganas de salir al balcón y sacar un calcetín blanco para ofrecer mi rendición.

¿Y si haciendo eso todo volviese a ser como antes? ¿Lo hago? ¿Lo permitirá el Decreto? ¿Un Decreto es un secreto con D?

Nada, al final se va a ir la noche y me voy a quedar en compañía de un poema encasquillado.

¿Tendrán un sindicato los poemas encasquillados?

—Mucho virus y pocas nueces—me dice mi voz en off. Es una insolente; no puedo con ella.

Yo lo que quiero, es hacer un poema que arranque con fuerza; al estilo de: <<quiero ser tu trovadora, que tararees mis palabras con la punta de tu lengua en el cielo de mi boca>>.

¿Y si el poema está escondido en las frases que nos decimos ahora para abrazarnos? Te echo de menos, todo saldrá bien, volveremos a besarnos, brindaremos juntos, volveremos a tocarnos, tengo ganas de achucharte, te quiero mucho... ¿estáis bien?

¿Se estudiarán estas frases dentro de cincuenta años como el glosario de amor que nació de forma espontánea en plena pandemia?

Os dejo, tengo que buscar un calcetín blanco. Saldré al balcón y lo agitaré con mi poema encasquillado. No pierdo nada. ¿Te imaginas que lo hago y todo vuelve a ser como antes?

Ojalá.

Ana Gómez Perea

REFERENCIAS Y BIBLIOGRAFÍA

Adorna, R. (2013). *Practicando la Escritura Terapéutica*. Bilbao. Desclée de Brouwer.

Antebi, E. "Metafísica judía.El árbol de la vida, una maqueta del universo". Recuperado de Revista de historia y cultura judía. Publicada por A.I.S.A. Asociación Israelita Sefardí Argentina. <https://www.delacole.com/cgi-perl/medios/vernota.cgi?medio=guesharim&numero=34¬a=34-13>

Barranco Martos, N. (2014). En busca de la Sirenidad o el Arte de eludir el dolor del miembro fantasma a través de la escritura. Jaén. SocialArt. (Trabajo Fin del Master Universitario de Investigación en Artes, Música y Educación Estética. Universidad de Jaén 2012-13)

Barranco Martos, N. (2017). Cambio de paradigma: el paso de las ciencias sociales a la investigación en arte. Costa Rica. Universidad En Diálogo: Revista De Extensión, 7(1), 35-50. Recuperado de <https://doi.org/10.15359/udre.7-1.2>

Barranco Martos, N. (2016) De la rebeldía frente al sistema a través de la creación y autogestión vital: manifestaciones contemporáneas en la búsqueda personal Tercio Creciente, 5(2). doi: 10.17561/rtc.n10.7. Recuperado de <https://revistaselectronicas.ujaen.es/index.php/RTC/article/view/2936>

Ben Simon Halevi, Z. (2010) *Introducción al mundo de la Kabalah*. Madrid. Arkano Book

Boal, A. (2005). *Teatro do oprimido e outras poéticas políticas*. Río de Janeiro: Civilização Brasileira.

Boal, A. (1979). *Técnicas Latino-Americanas de teatro popular: uma revolução copernicana ao contrário*. São Paulo: Hucitec.

Borgdorff, H. (2012). *The Conflict of de Faculties. On theory. Perspectives on artistic research and Academia*. Leiden: Leiden University Press

Cardenas Tercero, Steven Eduardo y otros autores. (2016) *Cementerio de los vivos*. San José (Costa Rica). Master Litho.

Cassirer, E. (1944). *An Essay on Man. An Introduction to a Philosophy of Human Culture*. New Haven, Yale University Press.

Castro Castro A., León Castellá A., Martínez Rodríguez M. Murillo Tsijli M., Soto Aguilar A.. (2016) *Las matemáticas de lo cotidiano: historias, conexiones y curiosidades..* San José (Costa Rica). CIENTEC

Clifford, J. (2001). *Dilemas de la cultura. Antropología, literatura y arte en la perspectiva postmoderna*. Barcelona. Gedisa.

Corbera, E. (2015). *Lecciones básicas de Bioneuroemoción*. Barcelona. El grano de mostaza

Demetrio, D. (1999) *Il gioco della vita. Kit autobiografico. Trenta proposte per il piacere di raccontarsi* 1999, Guerini e Associati

- Denzin, N. (1997). *Interpreting ethnography*. Londres. Sage.
- Denzin, N. (2003). Foreword: narrative's moment. En M. Andrews, S. Sclater, C. Squire y A. Treacher (Eds), *Lines of narrative*. Londres. Routledge.
- Dewey, John (1980). *El arte como experiencia*. Barcelona, Buenos Aires y México: Ed. Paidós Estética.
- Formenti, L. (2003). "Una metodología autonarrativa per il lavoro sociale", in *Animazione Sociale*, n. 12, Dicembre pp. 29-41
- Ganin, B. (1999) *Art and Healing, using expressive art to heal your body, mind and spirit*. New York. Three Rivers Pres.
- García Marquez, G. (2003) *Cómo se cuenta un cuento*. Barcelona. Editorial Debolsillo.
- García Segura A., Jaén A. (1996) *¿les sa' yilite = Nuestros orígenes : historias bribris*. San José (Costa Rica)] Embajada de España, Centro Cultural Español-ICI Cooperación Española
- Geertz, C. (1989). *El antropólogo como autor*. Barcelona: Paidós.
- Gergen, K. (2000). *Construir la realidad*. Barcelona: Paidós.
- Gergen, K.J., (comps. trads., Estrada, A.; Diazgranados, S.), (2007). *Constructivismo social: aportes para el debate y la práctica*. Bogotá: Universidad de los Andes, Facultad de Ciencias Sociales.
- Guerrero Arias, P. (2010) "Corazonar. Una Antropología comprometida con la vida". Quito (Ecuador). Ediciones Abya-Yala
- Gomezese, O. (2006) *Dolor fantasma*. En Hernández, J.J.; Moreno, C. (eds.) *Dolor neuropático: fisiología, diagnóstico y manejo*. Bogotá. Universidad del Rosario.
- Gómez Perea, A. (2018) *Hoy no hay culpables*. Málaga. Ediciones del Genal.
- Harris, M. (1990) *Antropología Cultural*. Barcelona. Alianza Editorial.
- Hernández, F. (2008) *La investigación basada en las artes. Propuestas para repensar la investigación en educación*. *Educatio Siglo XXI*, n° 26.
- Hernández Ramírez, G. (2016). Desterritorialización: de la academia a la cocina, si de investigación se trata. En M. I. Moreno Montoro, M. P. Lopez-Pelaez Casellas (Eds.), *Reflexiones sobre Investigación artística e investigación educativa basada en las artes*. Madrid. Editorial Síntesis.
- Herrero Lozano, E. (2006) [1996] *Entrenamiento en Relajación Creativa*. Madrid. Herederos del Autor.

- Irwin, R (2004). *A/r/tography. A metonymic metissage*. En R. K. Irwin y A. de Cosson (Eds.), *A/r/tography: Rendering self through arts Based living inquiry*. Vancouver: Pacific Educational Press.
- Kandinsky, W. (1989) *De lo espiritual en el arte*. México, Premia editoras. S.A.
- Kierkegaard, S. (1844) *The Concept of Anxiety* (public library)
- Kimpen, G. (2009) *El cabalista..* Madrid. Editorial Maeva
- Llinás, R.; Churchland, P.S. (2006) *El continuum mente-cerebro. Procesos sensoriales*. Bogotá. Universidad del Rosario
- Madirolas, E (2005) *El camino del Arbol de la Vida. Un curso de introducción a la Cábala Mística*. Madrid. Editorial Humanitas, S.L.
- Martínez Morales, M. (2015). *Narrativas de archivo. Un lugar a través del imaginario colectivo*. Tercio Creciente, 4 (8), págs. 17-24. <http://www.terciocreciente.com>
- Monbourquette, J. (1997) *Reconciliarse con la propia sombra/Apprivoiser son ombre. Le côte mal aimé de soi*. Ottawa. Université Saint-Paul. Novalis
- Moreno Montoro, M. I. et al. (2014). *Estrategias de supervivencia para la investigación artística en contextos incómodos*. En R. Marín Viadel, J. Roldán y X. Molinet Medina (Eds.), *Fundamentos, criterios y contextos en investigación basada en artes y en investigación artística*. Granada. Editorial Universidad de Granada.
- Moreno Montoro, M.I., Valladares González, G., Martínez Morales, M. (2016). *La investigación para el conocimiento artístico. ¿Una cuestión metodológica o gnoseológica?* En Moreno Montoro, M.I. y López-Peláez, M.P.: *Reflexiones sobre Investigación Artística e Investigación Educativa Basada en las Artes*. Madrid, Síntesis
- Moreno Montoro, M. I. (2015). *Investigar, crear, imaginar, decir, en definitiva cambiar*. En B. Mazuecos Sánchez et al. *FACBA '15*. Granada: Universidad de Granada.
- Moore, T. (2004) *Las noches oscuras del Alma*. Barcelona. Urano
- Ortiz, L. (2016) *Debut con aplauso*. Revista Campus Digital UNA. Heredia. Recuperado de <http://www.cidea.una.ac.cr/index.php/arte-comunicacion-visual/noticias/107-cidea/cidea-programas-proyectos/210-proyecto-conexiones-para-la-creatividad>
- Osho (1999) *Creativity, Unleashing the Forces Within*. Zurich. Osho International Foundation.
- Pallarés F. (2016-2020) *Curso de Psicoterapia Cabalística. Apuntes de clase*. Madrid. Centro de Estudios de Cábala Centro Atlantis.
- Payne, M (2002) *Terapia narrativa. Una introducción para profesionales*. Barcelona: Paidós.

Pellicer, F. (2002) Cuando la conciencia corporal se enferma. Recurso Web. Revista de Ciencia y Cultura Elementos, 46.

Perls F.(1942) Yo, Hambre Y Agresión. Una Revisión de la Teoría y del Método de Freud. Durban. Suráfrica.

Perls F., Hefferline R., Goodman P. (1951) Terapia Gestalt: Excitación y crecimiento de la personalidad humana. Los libros del C.T.P.

Poincaré H. (1913) Dernières pensées. París, Flammarion. Trad.: Sobre la ciencia y su método: el espacio, últimos pensamientos. (1997) Barcelona, Círculo Lectores.

Rabbi Laib Wolf. (2003) La cábala práctica. Barcelona. Obelisco

Ramachandran, V.S. (2008) Los laberintos del cerebro. Barcelona: La liebre de Marzo.

Ramachandran, V.S. (2012) Lo que el cerebro nos dice. Barcelona: Paidós

Robinson, K. (2009) El Elemento. Barcelona. Clave

Rodríguez Estrada, M. (2006) [1985] Manual de Creatividad. Los procesos psíquicos y el desarrollo. México. Trillas.

Rodríguez Gómez, G.; Gil Flores, J.; García Jiménez, E. (1999) Metodología de la Investigación Cualitativa. Archidona, Málaga. Ediciones Aljibe S.L. Archidona.

Rojas Herrera, S. (2009) Análisis de las Capacidades de Gestión de Comunidades Costeras en los procesos de Desarrollo Autogestionario. El Caso de Isla Venado. Heredia, Costa Rica. Programa Regional de Maestría en Desarrollo Rural. UNA

Robine, J-M. (1997) Contacto y relación en Psicoterapia. Santiago de Chile. Cuatro Vientos.

Rubio Paredes, S. (2012-2014) Análisis e Interpretación del Árbol de la Vida de la Kábala. Apuntes de clase. Úbeda. Asociación para el Desarrollo Integral de la Conciencia.

Rowling J. K. (1998) Harry Potter y la piedra filosofal. Barcelona (Edición Española). Editorial Salamandra

Samuels, M., Rockwood, M. (2000) La creatividad curativa. Ediciones B [Original "Creative Healing" publicado por la editorial Harper, San Francisco en 1998]

Silva Pereira M. 2012 "Somos como somos" Heredia. Ed. Heredia, C. R.

Silva, J. (2011) [1978] El método Silva de control mental. Madrid. Zeta.

Shinner, L. (2001) La invención del Arte. Barcelona. Editorial Paidós Estética

Stake, R.E. (2005) Investigación con estudios de casos. Madrid. Morata

Tolkien J. R. R. (1978) El Señor de los Anillos. Edición española: Barcelona. Ediciones Minotaruro

Valladares González, M.G. (2014) Los espacios de aprendizaje:un enfoque para re-pensar la investigación en las artes. Tercio Creciente nº6, pag 7-12. Recuperado de <http://terciocreciente.com>

Valladares González, M. G. (2012). La investigación en el proceso de la creación artística: una aproximación desde la Danza. Tercio Creciente, 2 ,7-12. Recuperado de <http://www.terciocreciente.com/web/ojs/index.php/TC/article/view/15/14>

Villarrubia J., Haut M.C., Millera D.M. (2003) Manual de Kabbalah Práctica . Barcelona. Escuela de Misterios. Ediciones, S.L.

White, M.; Epston, D. (1993) Medios Narrativos para Fines Terapéuticos. Barcelona: Paidós.

Zohar. (1996) El libro del Esplendor. Barcelona. Obelisco

WEBGRAFIA

Alvarez, J. (2017) "El Celta sale del armario en el World Pride Madrid 2017". Diario El Faro de Vigo. Recuperado de: <https://www.farodevigo.es/cultura/2017/06/20/celta-sale-armario-world-pride/1702098.html>

Arboles sagrados. (S.f) En Wikipedia Recuperado el 4 de Julio de 2020 de https://es.wikipedia.org/wiki/Árbol_sagrado

Blanco R. (2018) Entrevista "La encrucijada de la escritura digital". Fundación escritura (s). Madrid. Recuperado de <https://fundacionescrituras.org/entrevista-rogelio-blanco-pedagogo-y-escriptor-sobre-la-encrucijada-de-la-escritura-digital>

Barrantes Requeno, B. (2015) Una Muestra de Trabajo Comunitario a través del Teatro Aplicado: Intenciones y nutriciones. Costa Rica. Universidad Nacional. Recuperado de <http://teatroaplicadouna.blogspot.com.es/p/nuestros-escritos.html>

Cinta, A. (2018) Las siete Leyes Universales del Kybalión. España. Recuperado de <https://abrahamcinta.com/blog/las-siete-leyes-universales-del-kybalion/>

Donaire, G. (1999) Entrevista "ANTONIO HERNÁNDEZ DIRECTOR DE TEATRO "El teatro andaluz está en continua lucha". Recuperado de Diario El País. https://elpais.com/diario/1999/12/03/andalucia/944176951_850215.html

Eméritas Legal. (2020). Ana Gomez Perea. Málaga. Recuperado de <https://www.emerita.legal/abogado/ana-gomez-perea-107141> el 15 de Enero de 2020

Gomez Perea, A. (2012) Comentario en Blog. Recuperado de <http://norahbarranco.blogspot.com/2012/04/>

Hernández Centeno, A. (2017) "El gol de Alex". Teatros Luchana. Madrid. Recuperado de <https://teatros luchana.es/cartelera/el-gol-de-alex/>

Historia de José Figueres Ferrer.(S.f.) En wikipedia. Recuperado el 23 de abril de 2018 https://es.wikipedia.org/wiki/José_Figueres_Ferrer

Instituto Nacional de las Mujeres. Rose Marie Ruiz Bravo. (S.f.) Recuperado de <https://www.inamugob.cr/rose-marie-ruiz-bravo>

JaviM. "Santi y Rubén: amor gay en 'Al Salir de Clase'". Web ambienteG. 2009. (S.f.) Recuperado de <https://www.ambienteG.com/television/santi-y-ruben-amor-gay-en-al-salir-de-clase/>

Jimenez J. (2012) Kiko Pérez triunfa parodiando las relaciones humanas en el cómic 'Como borregos'. Recuperado de Web RTVE a la carta. <https://www.rtve.es/noticias/20120302/kiko-perez-parodia-relaciones-humanas-comic-como-borregos/503499.shtml>

Jimeno Sanjuan, O. Web Flamenco-yoga. (S.f.) Recuperado de <http://flamencoyoga.com>

Manifiesto (2019) La UCR y organizaciones sociales exigen que se detenga la viabilidad al proyecto piñero que perjudicaría al Humedal Nacional Terraba Sierpe. Unidad de Gestión Ambiental. Universidad de Costa Rica. Recuperado de <https://www.ucr.ac.cr/noticias/2019/11/27/la-ucr-y-organizaciones-sociales-exigen-que-se-detenga-la-viabilidad-al-proyecto-pinero-que-perjudicaria-al-humedal-nacional-terraba-sierpe.html>

Mosaico. (S.f.) En wikipedia. Recuperado el 19 de noviembre de 2017 <https://es.wikipedia.org/wiki/Mosaico>

Nehuén, T. (2019) Lectura de «Hoy no hay culpables» de Ana Gómez Perea (Mitad Doble). Recuperado de Blog Poemas del Alma. <https://www.poemas-del-alma.com/blog/especiales/lectura-hoy-culpables-gomez>

Perez de la Puente, F. Web Exposición Virtual. (S.f.) Recuperado de <https://www.behance.net/user/?username=kikoperez>

Reflexividad Social. (S.f.) En wikipedia. Recuperado el 17 de marzo de 2018 [https://es.wikipedia.org/wiki/Reflexividad_\(teoría_de_la_sociedad\)](https://es.wikipedia.org/wiki/Reflexividad_(teoría_de_la_sociedad))

Varios Autores. (S.F) Paisajes del olivar. Recuperado de <http://www.paisajesdelolivar.es>

Villalobos, N. Colectivo de Teatro de las Personas Oprimidas CTO Heredia presenta su primera obra. Elpais.cr. Noviembre 2016. <https://www.elpais.cr/2016/11/03/colectivo-de-teatro-de-las-personas-oprimidas-cto-heredia-presenta-su-primera-obra/>

Yubero, F. El Olivo, Árbol Sagrado del Mediterráneo. 2019 <https://lanaveva.wordpress.com/2009/06/20/el-olivo-arbol-sagrado-del-mediterraneo/>

Yucatan Today. El Arbol de ceiba. <http://yucatantoday.com/la-ceiba-arbol-sagrado-maya/>

Referencias Audiovisuales:

Cy Feuer (Productor), Bob Fosse (Director) 1972. Cabaret. EEUU. Artists /ABC Pictures

Hernández Centeno, A. (2017) Spot "Métele un gol a la homofobia". Madrid. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=zTyYQToihU>

Kail T., Levenson (Credores y directores) (2019) Serie "Fosse/Verdon". EEUU.FX. Network. Fox 21 Television Studios, Old 320 Sycamore, West Egg Studios.

Lolafilms, Ion Films (Productora) F. (Director) (1988) Película "Bajarse al Moro". España. Lola Films.

Lucas, G. (1977) Star Wars (Saga Skywalker: 9 películas; 1977-2019). EEUU. Producidas y distribuidas por The Walt Disney Compan

Morant, M., Benítez C. (Productores), Varios directores (1997-2002) Serie: Al salir de clase. España (BocaBoca)(TELE 5)

Perez de la Puente, F. (2012) Corto de Animación "Estudios Mendizabal". RTVE a la carta. Recuperado de <https://www.rtve.es/alacarta/videos/el-comic-en-rtvees/corto-animacion-estudio-mendizabal-ki-ko-perez/1331796/>

Canciones:

Ana Belén. (1993). Canción La Mentira. Album, "Veneno para el corazón" [Vinilo] España: Ariola

Aretha Franklin (1967) Canción I say a Little player. Album Aretha now. [Vinilo] US. Atlantic Records

Chavela Vargas. (2002). Canción No soy de aquí, ni soy de allá. Album, Sus 40 grandes canciones. [CD] Mexico. Rama Lama Music.

Coque Malla (2009) Canción Berlin. Álbum La hora de los gigantes. [CD] España. Warner

Los Planetas.(2000) Canción Un buen día. Album Unidad de desplazamiento. [CD]. España. RCA - BMG

Malpaís (2004) Canción Historias de Nadie. Album Historias de nadie. [CD]. Costa Rica. Papaya Music

Maria Bethania. (2010) Canción O que é o que é. Album Amor Festa Devoção - Ao Vivo. [CD]. Sarapuí Produções Artísticas · Biscoito Fino

Leon Larregui (2016) Canción Visitantes. Album Voluma. [CD] Mexico. Adán Jodorowsky, Rob y Jack Lahana como productores.

Monsieur Periné (2015) Canción Marinero Wawani. Album Caja de Música (CD). Colombia. Producción de Eduardo Cabra

Rocío Jurado (1990) Canción Que no daría yo por empezar de nuevo. Album Rocío de luna blanca. [Vinilo]. España.EMI-Odeon, S.A.

Various (1972) Cabaret - Original Soundtrack Recording.[Vinilo] US. ABC Records – ABCD 752

Zaz (2010) Canción Les passants. Album Zaz. [CD]. Francia. Play On

