

AMOR, PSICOANÁLISIS Y ARTE

José Miguel Calderon

PRESENTACION

Para mi es una gran oportunidad poder hablar en este congreso sobre el amor y la terapia de artes expresivas dentro de un contexto psicoanalítico. Por mi formación y experiencia en terapia y en supervisión, en mi están presentes el modelo psicoanalítico y el de la terapia de artes expresivas y es siempre un reto en mi práctica y en la docencia fusionar, integrar o separar ambas propuestas.

Durante los últimos años he llevado a cabo talleres grupales de terapia de artes expresivas en diferentes contextos: clínicos, educacionales y organizacionales. Los talleres tienen un número de sesiones limitadas, por lo general son 8 sesiones semanales o jornadas intensivas de fin de semana. En los talleres se busca que los participantes exploren diferentes aspectos de sí mismos a través de las artes y la comprensión del proceso grupal. Al final de cada taller, en la última sesión, se propone a cada uno presentar a través de las artes un aspecto importante de su vida. Muchas veces la persona presenta alguna dificultad, algún temor o secuencias intensas de su historia. Luego de todo un proceso de exploración individual y grupal con las artes, de haberse expresado a través de la pintura, la música, la danza, la poesía y el teatro los participantes tienen que cristalizar su experiencia a través de la presentación. Las presentaciones tienen un tiempo limitado, unos cinco minutos y luego cada miembro del grupo tiene 1 minuto para responder a la persona que presentó a través de las artes, lo que denominamos respuestas estéticas. Finalmente hay un cierre reflexivo en donde el grupo va cosechando la experiencia vivida, va relacionándola con su historia.

Siempre he querido poder escribir, reflexionar y compartir sobre lo que sucede en esas presentaciones. Al final de cada uno de estos procesos, siempre termino sorprendido y maravillado con las posibilidades del trabajo en grupo con las artes y diciéndome que tengo que escribir sobre esto y también preguntándome qué fue lo que sucedió, cómo entender esta experiencia. Esta

ponencia intenta mostrar de manera poética lo que se da en esas presentaciones, compartir y tender puentes entre las artes, el amor, el ser humano, el psicoanálisis y la terapia de artes expresivas. Intenta a través de un texto lírico y poético hacer aquí presente entre ustedes lo vivido en esas presentaciones.

UNA EXPERIENCIA DE PRESENTACIÓN

Somos unas 12 personas sentadas a media luz. Estamos esperando en silencio la presentación de Sonia. El silencio genera una gran expectativa, Sonia no está, el escenario luce vacío, aún no sucede nada. De repente surge una suave música que nos indica el inicio de algo. Sonia no aparece pero nos quedamos con su música, es una música clásica, apacible, profunda. En mí surgen imágenes: paisajes de colinas, desiertos ondulantes, mares embravecidos. En medio de eso finalmente sale Sonia vestida de negro, apaga completamente la poca luz existente y enciende tres velas. Nos quedamos con su música a la luz de las velas. Luego muestra tres pinturas grandes que lentamente se van haciendo visibles. Los trazos de colores de las pinturas se entrecruzan con las sombras y los sonidos del ambiente. Luego del silencio y la espera, las pinturas van tomando importancia. Son trazos fuertes de colores vivos, rojos y negros predominan. La suave luz nos permite ver también muchos remolinos y espirales superpuestas. La música pasa a ser más un mar con muchas olas que empieza a bailar con las espirales negras y rojas. Empiezo a sentir una sensación de vértigo, de mareo y confusión. Miro al grupo y lo siento como si estuviera muy lejos de mí casi como al final de un túnel. La música empieza a serenarse. Poco a poco se va haciendo casi imperceptible y volvemos a quedar en silencio. Se enciende un poco más la luz y podemos ver a Sonia sentada al lado de sus tres pinturas. Sonia y sus rojos y negros, sus espirales infinitos, sus círculos marcados. El grupo la observa. Ella sentada entre sus pinturas nos mira tratando de no mostrar nada, de mantenerse neutral, se le nota cierta tristeza, alguna emoción que no llego a percibir claramente. Siento que nos quiere mostrar mucho pero que teme hacerlo, algo muy importante de ella misma que siempre lo ha querido enseñar, sin atreverse.

Sonia rompe el silencio, empieza a leer un poema que al principio es difícil de entender. Todavía todos estamos muy unidos a ella, a sus emociones, sus colores y sus formas. Poco a poco las palabras empiezan a tener más sentido. Me empiezo a dar cuenta que está leyendo fragmentos de unos escritos. Habla sobre sus temores, sus sueños su historia. Recuerdo ahora algunas frases: “¿Cómo mostrar mi intensidad sin desbordarme? ¿Cómo atreverme a ser yo misma sin parecer rara? ¿Cómo luchar con el negro? ¿Cómo rendirme frente al rojo? Esas espirales profundas me siguen como dos ojos encantados que en ocasiones me asustan mucho y generan en mí una sensación de vértigo y miedo a que me devoren”.

Escuchamos en silencio su voz serena, una voz que aceptaba el contenido de lo que leía, como algo ya sentenciado. Termina de leer y nos entrega las páginas para que todos las veamos. Descubrimos, muchas palabras y frases escritas en distintos colores y también algunas fotos. Yo vuelvo a regresar al grupo y siento en sus miradas y movimientos el gran respeto con el que empiezan a ingresar a los escritos de Sonia. Todos estamos siendo testigos de su vida en cada página. Provocaba quedarse a leer pausadamente. Me impresionan las

fotos de Sonia, su frescura, su espontaneidad, su gran vitalidad y también su misterio. Sabiendo que su presentación iba a terminar, pasábamos las páginas rápidamente con el deseo de recibir lo más que pudiésemos de ella. Creo que logré leer una frase que decía "desde el fondo de mí". Se me ha quedado también grabada una foto de Sonia, riendo, con su pelo suelto al viento y atrás un paisaje de árboles y montañas. "Desde el fondo de mí". Esa frescura contrastaba con su seriedad, sus miedos, su contención y silencio. La presentación va llegando a su fin. Tomo conciencia que es tiempo de terminar, que tengo que tocar la campana que indica el final de su presentación. Me cuesta mucho volver a esa función, volver a la realidad, salir del mundo poético en el que estábamos sumergidos. La campana suena y todos nos quedamos en silencio, es un silencio diferente al del inicio, silencio meditativo cargado de sentido. Disfrutamos lo que Sonia nos ha regalado.

Es hora de las respuestas estéticas, el grupo tiene la oportunidad de responderle a Sonia. Luego de esos minutos de silencio, Patricia se levanta y empieza a bailar, le empieza a bailar a Sonia. Sus movimientos son al principio muy duros, rígidos, se mueve de manera estereotipada. Da la sensación de que el cuerpo de Patricia no dejara salir la fluidez, o la liviandad. De repente Patricia golpea con los pies el suelo, vuelve a golpear fuerte y va surgiendo una mayor soltura. Sin embargo esa fluidez va acompañada de una fuerza dura en los movimientos, como en una danza flamenca, Patricia va intercambiando movimientos fuertes y suaves, zapatea en el piso con golpes fuertes y secos pero a la vez mueve las manos de manera suave y ligera. Empieza a surgir ya claramente un baile de contrastes, en donde la fluidez y suavidad cobra mayor belleza al ser fusionada con la fuerza y determinación.

Sonia, observa atentamente a Patricia y se queda sin palabras. Sus ojos y su mirada expresan mucha profundidad y entendimiento, un entendimiento vivo. Yo estoy maravillado con la danza de Patricia. Quería decirle muchas cosas a Sonia tenía varias ideas pero me doy cuenta que la danza ha podido responderle de una manera tan viva, fuerte y bella que es difícil agregar algo más. Sin embargo todos en el grupo tenemos el deseo de poder responderle algo a Sonia de retribuirle su regalo. Patricia, ha iniciado ese proceso. Luego poco a poco cada miembro del grupo va respondiéndole de distintas maneras. Algunos leen poemas, otros le dan dibujos creados por ellos mismos. El grupo le empieza a decir a Sonia lo agradecidos que están por su presentación, por haber compartido con ellos parte de sí misma. Le dicen que no debe temerle a esos colores negros, sino que más bien esos negros resaltan sus rojos. También reconocen su sufrimiento, sus temores y cuánto eco hacen en ellos mismos. Le dicen que su fragilidad está acompañada también por su serenidad que la presencia de todos esos sentimientos, colores y formas hacen de ella una experiencia muy rica. Al final yo sólo puedo seguir corroborando lo que todos están diciendo y me quedo con la danza flamenca de Patricia y la frescura que brota desde el fondo de Sonia. Le digo que confíe en ese fondo, en su fuerza y en sus miedos, que todos son importantes y que ha sido transformador el verla y escucharla. Todos asienten. Finalmente Sonia termina diciendo lo interesante que ha sido para ella esta experiencia pudiendo compartir muchas cosas tanto tiempo guardadas. Se percibe en su voz un cambio, se le ve más en paz. Al fondo siguen allí las espirales de ojos intensos de colores negros y rojos que generan vértigo. Pero ahora se ven diferentes, ahora están integradas al grupo y a ese momento, a Sonia a Patricia a mí, a todos y desde el fondo de nosotros brota gratitud y emoción, amor y belleza.

**COSECHA POETICA
COMPRESIÓN A MANERA DE POEMA**

Luego de estos procesos en donde uno a uno los participantes van presentando y el grupo va siendo testigo de esas presentaciones algo sucede con cada uno de los miembros.

Llega el final, hay una complicidad, un cariño muy especial, se habla de lo importante que ha sido esa experiencia para ellos.

Va surgiendo una relación distinta.

Todos han compartido su sufrimiento, su humanidad y las artes han ayudado en ese proceso.

Todos se sienten más libres en sus posibilidades de expresión y hablan sobre cuán auténticos han podido ser,

cuanto respetan al otro en sus diferencias, cuantas ganas de seguir expresándose así sienten.

Surgen los abrazos y besos de despedida, abrazos fuertes

besos genuinos, conectados.

Ya se es capaz de a-sentir las particularidades del otro y honrarlas, se sueltan los juicios, los temores, las resistencias,

el sufrimiento esta vez ha sido escuchado y compartido se le ha dado una voz.

Ya no nos defendemos. Surge un amor hacia lo humano, hacia nuestra finitud, debilidades, posibilidades, tristezas, nuestros miedos y fortalezas.

Ahí en círculo se devela nuestra esencia común

y luego de un proceso de expresión con las artes nos hemos dejado de esconder por un tiempo,

nos hemos mostrado en todas nuestras dimensiones y eso genera compasión, ternura, amor, pasión.

Ha sido un festín para nuestras almas.

Surgen varias preguntas: ¿qué ha favorecido que se dé este proceso?

¿Cómo así las artes han permitido llegar a aspectos tan profundos del ser humano?

¿Cómo confluyen el psicoanálisis y la terapia de artes expresivas para entender esta experiencia?

¿Cómo así todos hemos terminado tan con-movidos?

Movidos a los sentidos, al cambio, a la acción, a la ternura, a la integración y transformación, al amor hacia el dolor, hacia las diferencias,

hacia los opuestos.

Hacia la desintegración.

No son los mismos luego del proceso.

La experiencia los llama a la acción y al cambio.

Responsabilizarse
de su propio dolor
del dolor del mundo

Responsabilizarse
de su comunidad.

Confluencias

De tiempos

Espacios

individuales

colectivos.

Las artes han sacudido nuestra esencia, ha sido un proceso doloroso
pero importante,

las artes han sacudido nuestra esencia y han tocado aspectos poco explorados
de nosotros, las artes han rozado la esencia común que hay en todos.

Las artes han rozado lo singular que hay en todos.

La experiencia ha tenido infinitas reverberaciones.

El expresarnos a través del movimiento, el cuerpo, los sonidos, los colores y
las formas abre nuestros sentidos,

los despierta,

los amplifica,

permite ver la realidad con los ojos bien abiertos,

como niños por primera vez,

como viajeros en tierras desconocidas, con ganas de explorar, de perdernos.

El hacer arte en grupo, con otros seres humanos nos ha llevado al pasado

de cada uno,

al pasado de la humanidad,

a nuestra ontogénesis,

a nuestra filogénesis,

nuestros inicios,

contacto con el barro, pintar con las manos, pies descalzos en la tierra,
tambores que resuenan hondo y llaman a una danza, tribal, todos en círculo y
al centro nuestro tótem,

tambores que resuenan hondo, nos permiten volver a la tierra, a tradiciones
pasadas, a rituales olvidados a la importancia de la comunión en comunidad,
tambores que resuenan hondo.

Las artes le han dado belleza a nuestro sufrimiento, ¿eso es posible?

Nuestro sufrimiento no ha sido negado ni olvidado,

nuestro sufrimiento ha sido afirmado a través de un acto poético.

Las artes le han dado belleza al sufrimiento.

Con los ojos bien abiertos han sido testigos del sufrimiento del otro,

todos han sido testigos de lo hermoso de cada presentación, de las respuestas
de cada uno,

el dolor se ha hecho presente pero de una manera diferente,
el dolor ha sido transformado en arte y brindado como regalo a los demás.
Las artes le han dado belleza al sufrimiento, el regalo de nuestra humanidad
ha sido ofrecido a la comunidad generando comunión.

La comunidad ha respondido con reciprocidad y respeto,
la ofrenda ha sido aceptada y la comunidad se ha comprometido a honrar la
experiencia. Semillas ahora plantadas en tierra fértil, que seguirán creciendo,
en muchas direcciones,

sabiendo que el sol siempre estará presente.

Semillas ahora plantadas en tierra fértil, luego de un proceso difícil, confuso y
caótico. De muchos hilos, zurcidos, tramas, cruces y entrecruces va surgiendo
el telar.

Se teje y se desteje.

El telar tiene un tejedor.

Un terapeuta- tejedor que confía en el proceso, que guía y facilita, sugiere y
contiene, como un escultor que va viendo la forma que la roca le pide,
como un marinero que lleva su barco siguiendo las fuerzas del mar,
respetando y tentando,

como un juglar que va hilvanando historias,
reconociendo la sabiduría de cada cuento,

transmitiéndolo de manera conmovedora para que llegue más hondo
a cada comensal.

El juglar- terapeuta vuelve extraordinario lo ordinario
y otra vez,

ordinario lo extraordinario.

Tiende puentes entre lo poético y lo real, lo real poético.

Entre su entendimiento y sentimiento

Creación proceso y reflexión

Creación de un espacio liminal, transicional, terapéutico y artístico

El terapeuta se vuelve artista

Y otra vez

El artista terapeuta

Y a la vez

Distancia y cercanía

Las artes le dan vida a la palabra

Le dan forma a la no forma

La palabra cristaliza el hacer

La presentación va llegando a su fin
Es una experiencia que deja vibración
Espero se halla hecho presente aquí
En mi siguen presentes las imágenes del proceso narrado
Las preguntas propuestas
Las posibles respuestas
Arte terapia vida
Entrega confusión imaginación creación
Creación continua
Creación continua