

FLORES EN EL DESIERTO

- ARTETERAPIA CON MUJERES QUE EJERCEN PROSTITUCIÓN -



ALUMNA: TÂNIA ALEXANDRA SILVA PONTE
SUPERVISORA: ANA BUXADERAS
MÁSTER DE ARTETERAPIA TRANSDISCIPLINARIA
INSTITUTO DE ARTETERAPIA TRANSDISCIPLINARIA DE BARCELONA (IATBA)
2018-2020

Agradecimientos

Con todo mi amor...

A ti Mamá,

A ti Papá.

A Pedro, mi compañero.

A Sara, mi hermana de vida.

A Migdalia, por su cuidado y apoyo.

A mis compañeros Caleufu – ¡cuanta belleza!

A mi Terapeuta Gemma.

A mis Maestros de IATBA., en especial a Anna y Mónica.

(aún las escucho al oído)

A las Mujeres que acompaño.

A mi misma.

¡Gracias!

“Gracias a La vida” – canción de Mercedes Sosa

<https://youtu.be/INZ1OfRDuE8>

10 de Julio de 2020

Resonancia final – Supervisión en IATBA, “El Grupo de Las Forasteras”¹ ☺

Encontrar el ritmo y el tono

Sentir desde la piel

Con curiosidad y dejándome atravesar

Por música, imágenes, historias, movimientos y danzas.

Construir, derribar

Construir, derribar

Fluir sin reglas, el corazón y el cuerpo vibrátil me guían.

Estar, escuchar, ser escuchada.

Dejarme ser mirada, mirar a los demás.

Respeto y límites sanos para no dañar.

Encontré manos que acarician

Palabras que revelan sin hablar directamente

Dándome el permiso para que yo pueda encontrar

Mis propias respuestas y caminos.

¹ Nombre dado, por los elementos del grupo, al grupo de supervisión. Compuesto por todas las personas que venían desde fuera de Barcelona.

¡Con vosotros, celebrar!

Celebrar dudas, cuestiones, logros y acontecimientos.

Celebrar la vida en sí como acontecimiento.

Habitar(me) en un lugar seguro.

Llevo la “batería” y la fuerza de Tati

Llevo la imagen de las manos de Nati (en su piel)

Llevo la dulzura comprometida de Ayelén

Llevo la energía joven y ávida de Sofi

Llevo la mirada sostenida, protectora y desafiante de Anna.

Llevo mi persona desarrollada como una flor que, despacito

Se abre a sí misma y al mundo.

¡Una flor entera!

Con sus espinas, pétalos y perfume.

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN.....	7
2. MARCO TEÓRICO.....	9
2.1. REVISITANDO LA HISTORIA.....	9
2.2. UN ENCUENTRO CON EL ARTETERAPIA TRANSDISCIPLINARIA.....	12
3. VIVIR LA VIDA COMO OBRA DE ARTE.....	21
4. LA PROSTITUCIÓN FEMENINA Y LA SOCIEDAD.....	25
4.1. LA PROSTITUCIÓN FEMENINA EN EL ARTE.....	32
4.1.1. MI RESONANCIA HACIA LAS OBRAS.....	48
5. AL RESCATE DE LA SEXUALIDAD.....	50
6. EMPENZANDO VIAJE EN LAS PRÁCTICAS DE ARTETERAPIA.....	55
6.1. LA MUJER EN PROSTITUCIÓN.....	59
6.1.1. CARACTERIZACIÓN DE LAS MUJERES ACOMPAÑADAS EN CAOMIO.....	60
7. ARTETERAPIA CON MUJERES EN PROSTITUCIÓN.....	66
7.1. TERAPIA INDIVIDUAL - ENCUENTROS DE PERSONAS.....	69
- Un Encuentro con C.	69
- Un Encuentro con G.	75
7.1.1. TERAPIA INDIVIDUAL – REFLEXIONES FINALES	79
7.2. TRABAJANDO LAS ARTES EXPRESIVAS EN GRUPO	80
7.2.1. PROCESO DE GRUPO – REFLEXIONES FINALES	94
8. CONCLUSIONES	97
9. BIBLIOGRAFÍA	101

*Hacer este viaje por las artes expresivas en el máster fue para mi como un
volver a la esencia., a la conexión conmigo, a mi conocimiento - como
persona que habita en un cuerpoalma.*

*Reconectarme y reconocirme en las cosas que están adentro y que veo
afuera.*

*Hacer visible lo invisible
y desde este lugar resignificar las verdades, las creencias, destruir los
absolutos y las certezas.*

¡Y quedarme con ese casi nada que es todo!

*Quitar los pesos, vaciar, sanar y abrazar la inquietud de no saberlo.
Confiando en el proceso artístico, en el momento del aquí y ahora y en mi
potencial
de “Serme” y “Habitar me”.*



creditos imagen Guy Tal

1. INTRODUCCIÓN

Hablar de el Arteterapia es hablar del desarrollo del ser humano en el Mundo. Desde siempre los Hombres tienen una relación con las artes, antes de la palabra ya recoríamos los sonidos, movimientos corporales y las imágenes para describir nuestro mundo.

Pensar en el Ser Humano sin arte es para mí como imaginar que las personas podrían vivir sin alma y en este sentido, totalmente imposible y contradictorio desde mí sentir. Pues vivir sin arte o sin alma, aunque para algunos pueda ser posible, a mí me quitaría el significado y el sentido de la existencia. Así que veo el Arteterapia como un proceso de (re)humanización del ser, de humanización de las relaciones que establecemos con los otros, pero esencialmente de la que tenemos con nosotros mismos.

Contar lo que es el Arteterapia y lo que fue el proceso vivido en el máster es hablar obligatoriamente de mi propio proceso de desarrollo personal desde hace 2 años, mientras lo vivía en mi piel, en mi cuerpo y en mi alma (y aún resuena...). Así que al largo de esta tesina haré también un paralelismo con mi propia experiencia personal – mis inquietudes, mis dudas, mis cuestiones, mis sentires y mis sentidos.

En este camino, que para mí fue un camino de reencuentro, sentí muchas veces como si estuviera haciendo una viaje de regreso a mi niñez...Algunas veces, aún más atrás, a momentos de maternidad y de útero.

Rescatar el juego y la inocencia de ver por primera vez, rescatar la risa, la ternura y la espontaneidad, rescatar el silencio de la verdadera escucha y rescatar también el dolor de las cosas que pasan en la vida y que nos cambian para siempre; fue posible desde una actitud de apertura, confianza y de amor hacia mi misma, poniendo la mirada en lo que es vital, sano y posible.

Creando mi propio espacio de resistencia a través de la poesía, de las artes plásticas, la danza, la expresión dramática y la música, poco a poco me fue liberando, desnudando, quitando máscaras, construcciones sociales, lo que es cierto o errado y el paso de los demás en mi vida. Sabiendo que todos estamos interconectados pero cada uno/a hace su camino y de que “no estoy sola, voy conmigo” (“Sin la Luna” de Alejandro Filio). Para celebrar este mi camino, hay que hablar de la historia del Arteterapia Transdisciplinar desde “el arte de sanar” y de los conceptos y especificidades que le dan cuerpo y nutren.

Esta tesina sirve el propósito de presentar, a la luz de lo que es el Arteterapia y de lo que fue mi experiencia personal, una nueva y sensible perspectiva de la intervención de las artes expresivas en situaciones de dolor y sufrimiento humano, pero también de presentar un modelo que rescata la ternura, esperanza y calidez muchas veces aprisionadas en estos cuerpos adultos y congelados. Invocándose en cada uno de nosotros el deseo de reconciliarse con uno mismo, con nuestros *yos*, así como el derecho a la felicidad, autenticidad y al sueño, en la potencialidad de crear y celebrar la vida.

“La vida no vale nada, pero el imaginario sobrevive si todavía soñamos”

(Levine, 2009)



créditos imagen Guy Tal

2. MARCO TEÓRICO

2.1. REVISITANDO LA HISTORIA

Hablar de arte es hablar de la interacción entre sujeto y mundo. Influenciado por el ambiente, y a su vez, con la capacidad de actuar en su propio mundo, lo que se denomina “expresión” es el proceso de transformación de la realidad subjetiva del sujeto en elementos que hacen parte del mundo externo.

La realidad subjetiva es exteriorizada por el conocimiento intuitivo propio de la fantasía o por el conocimiento intelectual adquirido a través de la inteligencia. De esta distinción resulta la diferencia entre arte y ciencia. Pero mientras una busca la verdad por lo racional, el arte busca la verdad conectada al conocimiento sensible. Por lo que podemos decir que el arte se fusiona con la subjetividad del creador y aunque pueda ser objetiva - un poema, un dibujo, una escultura - su sentido profundo es subjetivo y debe ser entendido como un acto único que no se repite, pues nace de la circunstancia de un ser limitado por el espacio y el tiempo.

La historia del arte se confunde así con la del individuo. El arte existe hace tanto tiempo como el hombre en la tierra. Las más primitivas expresiones artísticas del tiempo pre-histórico fueron encontradas en las cavernas - impresiones de manos, las mismas que aún hoy dibujamos en niños como prueba de nuestra existencia y marca en el mundo.

Fueron después descubiertos los primeros dibujos de animales, representaciones naturalistas de animales dibujadas a través de la perspectiva del artista; más tarde, reproducciones que adquieren un componente mágico: la del pensamiento mágico de que a través de los dibujos podrían sucederse cosas en la realidad, mezclándose lo real con sus representaciones. Un tema retomado por Freud en su libro “Toten y Tabú” donde hace un paralelismo entre el hombre primitivo y los niños pequeños, reconociendo el concepto del pensamiento mágico en

ambos, donde el pensamiento es dictado por la lógica del deseo y no por la lógica de la realidad (Giron, 2007).

Indisociables al arte son sus efectos terapéuticos/protectores reconocidos ya desde el tiempo neolítico. Con la mayor preocupación con el mundo invisible y el mundo espiritual, las artes surgieron como respuesta a lo transcendental y a las enfermedades. Estaban al servicio de las comunidades asociadas a la manutención de la vida/ evitación de la muerte, a rituales, ceremonias y cultos de cura y/o religiosos. Un periodo en que el arte aún no tenía una contemplación estética.

Más tarde, en la Grecia antigua era también común prescribir métodos de expresión artística para algunas enfermedades, en el presupuesto de que el “bienestar” tenía mucho que ver con “la alegría, el placer de los sentidos y con la posibilidad de activar la libre expresión corporal, anímica y espiritual” (Gysin y Sorin, 2011). En esta época se creía en la idea del “ser total”, “el ser entero” basada en el concepto de que “no es posible para el médico tratar el cuerpo sin tratar también el alma y sin el reconocimiento sobre el ser total”. La totalidad del todo y el estado de salud, la salud de la curación, estaban íntimamente vinculados.

Una sinergia que tiempos más tarde desapareció, dando lugar al arte como objeto estético y de belleza atribuido a personas extraordinarias, con un don y desapropiado de las personas comunes; y a su vez, la medicina como método científico y racional totalmente desvinculado de la mente y alma. Una imagen dualista del mundo cuyo origen sigue del pensamiento del filósofo francés René Descartes en estrecha relación con la física clásica: cuerpo y mente; naturaleza y cultura; *self* y mundo.

Según Morin (2001 en Vélez y Calderón, 2019) emergía “entonces una realidad encerrada en sí misma, poseedora de la verdad e incapaz de reconocer los límites de la lógica, del determinismo y del mecanicismo. (...) Se consolida un discurso unidimensional, distanciado de las emociones, enfocado en la búsqueda de una verdad teórica y desligada de la experiencia humana, empeñado en

establecer un fundamento como conocimiento absoluto. Se anula la incertidumbre...”.

La relación entre arte y medicina solo es reavivada ya en siglo XX. Jean Dubuffet, Hans Prinzhorn, Walter Morgenthaler, Marcel Rejá, Leo Navratil y otros, fueron algunos de los médicos y artistas que fomentaron el trabajo artístico con sus pacientes, originándose nuevos conceptos en la historia del arte como el Art Brut y el Outside-art.

El origen de la palabra “Arteterapia” remonta a 1942 por Adrian Hill al entender el beneficio de la práctica artística junto a personas con traumas de guerra. Pero fue solo en 1973 que Paolo Knill, Shaun McNiff, Norma Canner, Elizabeth Mckim, y otros, desarrollaran la Terapia Expresiva Transdisciplinaria en América y Europa (Expressive Arts Therapy) con una fundamentación interdisciplinaria que fue a beber de la antropología, filosofía, psicoanálisis, psicología profunda y otras.

Surge la Terapia Expresiva Transdisciplinaria como disciplina que recupera la unión entre el cuerpo y el alma, quitando el predominio de la razón sobre los sentidos y la imaginación. En un formato intermodal – transdisciplinariedad como método y filosofía – no se enfoca en una particular forma de arte. Reconoce que hay una interrelación sensorial entre el yo y el “hacer arte” y entre artes (danza, poesía, drama, arcilla, música) e invítanos a una actitud de juego, curiosidad y apertura a la sorpresa donde el quehacer central es el arte, que surge como agente de cura y cambio.

2.2. UN ENCUENTRO CON EL ARTETERAPIA TRANSDISCIPLINARIA

Una vez hablada la historia del Arteterapia y Terapia Expresiva Transdisciplinaria iré ahora intentar darle cuerpo y alma. Para eso profundizaré algunos de los conceptos que sustentan la teoría y práctica del Arteterapia Transdisciplinaria que he aprendido en el máster de IATBA.

Aún me recuerdo de mi primera sesión en IATBA en el curso introductorio. Mónica Sorín nos invitó a hacer un soliloquio de como nos sentíamos al llegar: “Me siento como una niña que va a comer un helado” fue mi respuesta. Mi cuerpo estaba así en esa expectativa buena de que algo iba a pasar, de que iba a disfrutar de algo muy bueno, con sabores, colores y dulzura para el alma. Un fueguito en mi corazón empezaba y así fueron los 2 años pasados en el máster. Desde una abordaje teórico-práctico (vivencial) fui aprendiendo e integrando en el cuerpo, a través de los ejercicios propuestos, que es esto de la intervención artística transdisciplinaria, cuales son sus aplicaciones y funciones.

Uno de mis primeros aprendizajes fue el de enfocarme en el proceso, dejarme llevar por el momento y, sin pensar en un resultado, darme permiso a crear. *La poiesis*.

Descubrir el placer de hacer las cosas, darme tiempo y dar tiempo a que las cosas ocurran. Cuántas veces en nuestras prisas queremos cortar camino, saltar pasos, ¿encontrar atajos? Y, sin que sepamos, estamos repitiendo procesos antiguos, patrones, estamos “cambiando para que nada cambie”.

En esta ansia por el todo, por lo “sí, yo puedo, yo logro, yo soy capaz” – se perdió el significado y el sentido de ese querer, así como su verdadero dueño...si nuestro o si perteneciente a los demás e implantado en nosotros como un cáncer. En esta prisa no nos permitimos a reinventarnos. Así que cuando algo pasa, muchas veces queremos no sentir, ultrapasar, intentando vivir la vida siempre en lo positivo, en lo posible...y, en esta perspectiva, inevitablemente

infelices... Pues vivir no es igual a ser feliz, tal como vivir no es igual a estar (sentirse) vivo. En este cuestionar escucho las palabras de Mónica Sorín en las clases “¡Cambiemos las experiencias positivas por experiencias vitales!”

El Arteterapia Transdisciplinar recupera el concepto de **Poiesis**² como la capacidad de crear algo nuevo como respuesta a las necesidades cambiantes del yo y del Mundo. Así que a través del recurso creativo - por distintas expresiones artísticas - y de una análisis **fenomenológica** del proceso de creación como **vivencia estética**³ (que sentí, que me ha pasado, que ganas tuve, etc) nos sumergimos en lo desconocido a través de los sentidos, donde este “hacer arte” nos lleva a múltiples mensajes y posibilidades, sin ninguna interpretación o búsqueda de sentido a no ser el sentir de la experiencia sensorial.

Cuando intentamos algo nuevo desde una perspectiva creativa, una nueva clase de belleza emerge si se arriesga a renunciar a aquello que se halla en la superficie y se sumerge en las profundidades caóticas de la existencia (Levine, 2019).

En esta experiencia alternativa de hacer arte, la persona es llevada a una “realidad imaginal” donde surgen nuevos recursos y posibilidades que pueden ser llevados a la realidad literal. La persona está en el centro y es ella la que tiene los recursos para hacer frente a sus desafíos. El arte, con todo su potencial y por su transdisciplinariedad, visibiliza esas capacidades y posibilita una respuesta creativa frente a situaciones desafiantes como el dolor, el sufrimiento y el cambio. **Se hace visible lo invisible.**

En todo esto, tiene que existir un “soltar el control”, un **dejarse sorprender**. Esta fue una lección muy importante para mí. El entrar en la tarea sin expectativas,

² Poiesis un término griego que significa «creación» o «producción», derivado de ποιέω *poieō*, «hacer» o «crear».

³ Proviene del griego y latín – “la experiencia sentida”.

sin pensar en un resultado, sin una obligación estética de belleza, me ha hecho disfrutar de lo que estaba haciendo. Mezclar colores, manosear diversos materiales, crear silencios, experimentar diferentes tiempos, distintos tonos, movimientos, sonidos y ritmos, fue como entrar en un juego con mi niña interior - la que fue y la que tengo. Volver a mi misma, en un espacio tiempo en el que se siente el compás de la inspiración y expiración, que es lo que da vida. El momento presente, el aquí y ahora. Un acontecimiento que vive en un espacio de tiempo tan concreto que no vuelve a repetirse... Y así es nuestra existencia...

“Lo terrible es dejar de sorprenderse. Ahí en ese punto trágico muere el amor y la creación.”

(Eduardo Pavlovsky, en Sorin, 1992, p.53)

Estar en ese “sin-tiempo”, de pecho abierto al desconocido y al cambio, trae la oportunidad de conectarse con múltiples posibilidades. Y en este “vacío para llenar” se da espacio a la **creatividad**. Por nuestra capacidad de imaginar, todos somos creativos o partiendo de las palabras de Mercedes “como el ser humano crea su mundo en el mundo, no hay pues ser humano carente de creatividad” (Gysin y Sorín, 2011, p.20). Esta capacidad que todos tenemos y que podemos desarrollar es la que permite, desde el estar en un **cuerpo vibrátil** - que se deja atravesar por la experiencia sensorial - empezar el juego del crear nuevos mundos, construir nuevas narrativas y llegar a nuevos significados de nuestras vidas.

Si, muchas veces, lo espontáneo puede percibirse como caótico - pues en el acto creativo se funden lo racional y lo afectivo, lo consciente y lo inconsciente - bajo el aparente desorden de lo espontáneo, subyace una fuerza impulsora coherente. El libre ejercicio de la espontaneidad y de la autenticidad es

imprescindible para el desarrollo creativo y para la identidad misma. Todos nos transformaríamos si nos atreviéramos a ser lo que somos (Sorín, 1992).

“¡No te preocupes, ocúpate!” (Sorín en las clases)

En la creación es necesario abrazar lo desconocido, la incertidumbre, lo confuso, el caos y **confiar en el proceso**. La propuesta del encuentro terapéutico es, a través de distintas expresiones artísticas, en un “transfer intermodal” - partir de lo que la persona trae y dar espacio para que ella pueda experimentar, vivenciar, intentar, descubrir, explorar y interrogarse, de forma creativa, para llegar a nuevos recursos y posibilidades que puedan ser después aplicados a su realidad concreta. La persona amplía la mirada que tiene de si misma, de su problemática y del mundo. Es una danza entre la **lógica de los sentidos y el sentido de la lógica**. Se trabaja desde lo que pasa en el aquí y ahora (lo qué es, cómo es y lo que se siente). El paciente está en el centro del encuentro terapéutico, él es el que tiene los recursos para hacer frente a sus desafíos.

En este proceso de reactivar la capacidad de hacer *poiesis*, el terapeuta es un facilitador y un testigo de lo que pasa. Él tiene la función de acompañar, dar lugar y espacio, generando una actitud de confianza y apertura; partiendo de esta relación (paciente y terapeuta) nace un tercer elemento - la obra estética. Un acontecimiento que no puede ser planeado, que no sigue reglas y que nace de la capacidad de transformar la experiencia sensorial en forma artística.

En todo este proceso creativo, el terapeuta es también un yo receptor que, por su cuerpo vibrátil y escucha puede **resonar** a través del arte - por imágenes, metáforas, dibujos, escultura corporal, movimientos y otros - en cuanto al proceso creativo y obra estética. Podríamos decir que se trata de un encuentro de tres - el paciente, el terapeuta y el arte. Estas resonancias, en conjunto con el **diálogo con la obra** - donde la persona es invitada a hablar con su creación - permiten el acceso a nuevas perspectivas, sentidos y multiplicidades, donde

nada se excluye y todo es posible. “El diálogo con imágenes ofrece el acceso a voces y perspectivas plurales en una conversación y dentro de nosotros” (McNiff cit en Gysin y Sorín, 2011, p.28).

En palabras de Mónica Sorín “Es como si en la creación se alternaran el silencio que me permite conectarme conmigo misma y con los demás, y el diálogo con múltiples voces (las que me hablan y las que emito). En ambos, en el silencio y en el diálogo, están “el uno”, y “el otro”, como interlocutores necesarios del proceso creador (2012, p. 60). Este diálogo con la obra supone un cambio entre hablar acerca de las figuras de la imaginación y hablar con ellas. Aquí la variedad de personas se amplía y no nos limitamos al singular de la primera persona.

A mí, el reconocimiento de esta multiplicidad vivida a través de las resonancias recibidas por maestras, terapeuta y compañeros y por mis propios “darme cuenta”, me ha ofrecido la libertad de no estar presa a ninguna pre-idea, a ninguno juicio o expectativa cuanto a mi persona, a la obra, a los demás y a la vida⁴; a desplegar me de la idea definida y rígida acerca de lo que “soy o no” y a darme el permiso de reconstruirme cada día, renovarme y reinventarme. El reconocimiento y encuentro con la **lógica del “Y”** en oposición a “O”, me ha:

- Acrecentado... sin *sumarme lógicamente*: “Esa fórmula dos más dos igual a cuatro, no es la vida, sino el comienzo de la muerte” (Doztoyevsky, en Gysin y Sorin, 2011, p.60).
- Hecho alejar de los extremos (polaridades) para encontrar otros matices. Que la polaridad no implica oposición sino relación. Sabiendo que “un avión que vuela alrededor de la tierra se acerca a su punto de partida en la medida en que se aleja de él” (en Hess y Hess, 2008, p.24).

⁴ Una tarea aún en proceso. ☺

“Cuando todo el mundo reconoce lo bello como bello

Se produce el feo.

Cuando todo el mundo reconoce lo bueno como bueno

Se produce lo malo.

Ser y no-ser se crean mutuamente.

Difícil y fácil se complementan.

Largo y corto contrastan el uno con el otro;

Alto y bajo reposan el uno sobre el otro;

La voz y el sonido vibran conjuntamente;

Atrás y adelante se siguen.”

(Lao Tzu Tao Te King en Hess y Hess 2008, p.20)

- Dado la conciencia de la impermanencia como la fuerza que comanda el mundo y lo hace seguir en camino a la vida y a la vitalidad. Que el morir no es un acontecimiento que se produce al final de la vida, sino que tiene lugar siempre y a toda hora.

Un “vivir y morir” tan bellamente presentado en la música cantada por Mercedes Sosa “Todo Cambia”. Una letra que, desde una voz tierna, fuerte y vital, me revela - al son de la melodía y del compás de mi corazón en escucha - mis fragilidades, mi finitud y, a la vez, me llena con un impulso de vida. Un fluir que se conecta con el sano y el vital, mientras se va cuestionando... (Así es el arte, ¡generando espacios de resistencia!) y en el camino... ¡aprovecharlo todo!

Canción TODO CAMBIA

Mercedes Sosa

Cambia lo superficial

Cambia también lo profundo

Cambia el modo de pensar

Cambia todo en este mundo

Cambia el clima con los años

Cambia el pastor su rebaño

Y así como todo cambia

Que yo cambie no es extraño

Y el más fino brillante
De mano en mano su brillo
Cambia el nido el pajarillo
Cambia el sentir un amante
Cambia el rumbo el caminante
Aunque esto le cause daño
Y así como todo cambia
Que yo cambie, no es extraño
Cambia, todo cambia, sí, señor, ya
cayo, ya cayo
Cambia, todo cambia
(Cambia, todo cambia)
(Cambia, todo cambia)
Y el sol en su carrera
Cuando la noche subsiste
Cambia la planta y se viste
De verde en la primavera
Cambia el pelaje la fiera
Cambia el cabello el anciano
Y así como todo cambia
Que yo cambie, no es extraño
Pero no cambia mi amor
Por más lejos que me encuentre

Ni el recuerdo ni el dolor
De mi pueblo y de mi gente
Y lo que cambió ayer
Tendrá que cambiar mañana
Así como cambio yo
En esas tierras lejanas
Cambia, todo cambia
Cambia, todo cambia
Cambia, todo cambia
Cambia, todo cambia
Pero no cambia mi amor
Por más lejos que me encuentre
Ni el recuerdo ni el dolor
De mi pueblo y de mi gente
Y lo que cambió ayer
Tendrá que cambiar mañana
Así como cambio yo
En estas tierras lejanas

Cambia, todo cambia
Cambia, todo cambia
Cambia, todo cambia
Cambia, todo cambia

Y mientras voy escribiendo y leyendo esta tesina, también mi cuerpo está vibrátil. Me cuestiono si será suficiente, tengo dudas en cuanto a la estructura que elegí y en cuanto a la forma y contenido. Me pregunto si estaré mezclando todo y si van a percibirlo. Y después vuelvo a lo que es para mí el arteterapia, de como la veo como una danza entre el arte y dos personas (el paciente y el terapeuta/facilitador) que hacen pausas, silencios, músicas, inventan pasos y ritmos, movimientos y colores, que dan vida a palabras, que construyen poesía, hacen esculturas... Y me dejo invadir por tanta belleza que las dudas callan y vuelvo al presente. Confío en el proceso, en mí potencial y respecto mi caos, abrazo mis dudas y sigo... sabiendo que soy “perfectamente imperfecta”.

"Adoramos la perfección porque no podemos poseerla; nos repugnaría si la poseyéramos. Lo perfecto es inhumano, porque lo humano es imperfecto."

(Fernando Pessoa, 2015, p.51)

Para terminar, gustaría de hablar del **encuadre** del Arteterapia.

El encuadre es lo que orienta la tarea y corresponde al conjunto de normas en que se pautan las reglas "del juego" en el encuentro entre terapeuta/paciente, facilitador/grupo. Ayuda a "garantizar la pertinencia y operatividad en la tarea, así como la contención psicológica – que implica seguridad y libertad psicológicas" (Gysin y Sorín, 2011, p.66). Lo que no es igual a decir que son las reglas que dictan lo que pasa, ellas están al servicio del paciente y del terapeuta orientando la relación, pero sin excluir la autenticidad y espontaneidad necesarias. Vinculase así a la actitud del terapeuta/facilitador, donde Mónica Sorín subraye dos polos: distancia y intimidad, ternura y crueldad; poniendo el foco en una actitud de calidez y de desafío, "como si lo entrañable del vínculo abriera la escucha a lo insoportable de oír y elaborar" (Sorín, 2011).

En mi carrera profesional como psicóloga, me había cruzado con una rigidez inmensa sobre la actitud del terapeuta. En mi formación siempre había escuchado cosas como: mantener la distancia con la persona, no revelar cosas personales, no dar una respuesta directa pero siempre devolverla, o sea, estar en una relación vertical... ahora pasada mi formación en el Máster casi que me suena a algo como "no podría ser humana". Una inflexibilidad que me hacía sentir que yo no podría ser yo, así que tal vez yo no sería suficiente para la tarea de ser terapeuta.

Estar en este Máster me he permitido aceptarme desde lo que yo soy y cuestionarme desde un lugar más sano, con toda mí humanidad y fragilidad o en palabras de Mónica Sorín en la Hierbita Verde (2011, p.70): *"Entiendo que la calidez del vínculo tiene que ver con asumir nuestra propia condición humana, nuestra fragilidad: a los terapeutas también nos pasan cosas. No somos dueños*

de la salud, frente al otro, portador de la enfermedad. Y es ese sabernos incompletos lo que nos permite despojarnos de omnipotencia y dar entrada a la ternura en un sentido profundo: como reconocimiento de mi incompletud, para poder acoger la del otro”.

El propósito del encuadre es de proteger tanto al terapeuta como al paciente. Ayuda a definir sus roles, las normas de funcionamiento que sitúan la tarea (su lugar y tiempo) y las reglas básicas del vínculo. Pero para que la relación terapéutica ocurra y para el establecimiento del vínculo terapéutico es necesario establecerse una relación genuina, caracterizada por una mirada positiva e incondicional y por una actitud de espontaneidad. Teniendo la atención para no interpretar, no dar consejo y no reparar en vano. Segundo Jung, reconocer la singularidad del mundo y del lenguaje interior de cada paciente, una singularidad que exige que el terapeuta invente un lenguaje de terapia nuevo para cada persona (Yalom, 2018).

En esta relación que debe ser espontánea, dinámica y está en constante evolución, el instrumento más importante del terapeuta es “uno mismo”. Así que es importante que el terapeuta pueda descubrir sus puntos ciegos, estar atento a las transferencias y contratransferencias que ocurren y estar abierto a la autointerrogación, autoexploración y a un autocuidado a través de un proceso de terapia individual y de momentos de supervisión y coveisión. Vías que se complementan y que ayudan a ampliar la mirada, a recibir otras perspectivas, a cuestionarnos, a “poner sobre la mesa” nuestras dificultades, malestares y logros y a cuidarnos. Sin auto cuidado y sin auto interrogación nos ponemos en riesgo y ponemos en riesgo a las personas y a la tarea. Es un deber ético.

3. VIVIR LA VIDA COMO OBRA DE ARTE

“La poesía está en todas partes, y sólo hay que saber verla.”

(Hierro, en Gysin y Sorin, 2011, p.49)

Mientras voy escribiendo siento que voy pasando por diversos estados del alma. ¡Desde la vitalidad, fuerza y energía hacia la tristeza, el desaliento y las ganas de no hacer nada!

Pero vivir la vida como obra de arte también es eso. El dejarnos atravesar por lo que sea. ¡El estar vivos en nuestra piel y, por lo tanto, Sentirlo Todo!

Permitirnos mirar con nuevos ojos cada día. Ser otro en cada momento y poder volver a sí mismo sin desilusiones. El extraño en el familiar, el familiar en el extraño. También nosotros podemos sentirnos extraños. Y cuantas veces, en las ganas de corresponder al otro, no es eso lo que pasa...ser extraños para (y en) uno mismo.

Tal vez lo que nos impida muchas veces de vivir la vida como obra de arte, sean las expectativas, las obligaciones autoimpuestas. Tal vez lo que nos impida de vivir sea esa falta de coraje de no asumirnos como somos, seres múltiples. Seres que dudan, que cambian, que no siempre tienen respuestas, que se sienten solos, que sufren por querer ser amados.

Seres vulnerables...

Canción “VULNERABLES”

Pedro Pastor & Los Locos Descalzos, 2019

Vulnerables

Como el agua abrazada a su corriente

Vulnerables

Como los campos de trigo, los copos de nieve

Vulnerables

Nuestro pecho, una diana al descubierto

Vulnerables

Un acertijo, un misterio

Pa-ra-pa-pa-pa
Tan frágiles, tan duros
Pa-ra-pa-pa-pa
Tan ágiles, tan duros
Somos seres, seres vivos
No se nos vaya a olvidar
Entre tanto y tanto ruido
Que venimos de la tierra y vamos
para allá

Escondidos tras los hierros
La armadura firme y dura
No nos deja ver el cielo
Ver el fondo de la humanidad
Un volcán a punto de estallar
Una risa que se quiebra
Una mota diminuta en el pajar
Tiembla en nuestros pies, la tierra

Somos polvo, aunque nos creamos...

En ese intento de no mostrarnos vulnerables, es donde reside nuestra mayor debilidad. Poder aceptar la incertidumbre, acoger el caos, lo nuevo y el cambio. Estar presentes en nuestros cuerpos, utilizar los sentidos y mantenernos despiertos al acontecimiento. Resignificar.

*“Mi mirar es nítido como un girasol
Tengo la costumbre de andar por los caminos
Mirando a derecha y a izquierda,
Y de vez en cuando para atrás...
Y lo que veo a cada momento
Es aquello que nunca antes había visto,
Y me doy cuenta muy bien...*

*Sé tener el pasmo esencial
Que tiene un niño, sí, al nacer,
Repara de veras en su nacimiento...
Me siento nacido a cada momento
Para la eterna novedad del mundo...
Creo en el mundo como en una margarita,
Porque lo veo. Pero no pienso en él*

*Porque pensar es no comprender...
El mundo no se hizo para que lo pensáramos
(Pensar es estar enfermo de los ojos)
Sino para mirarnos en él y estar de acuerdo...*

*No tengo filosofía: tengo sentidos...
Si hablo de la Naturaleza no es porque sepa lo que ella es,
Si no porque la amo, y la amo por eso,*

*Porque quien ama nunca sabe lo que ama
Ni sabe porque ama, ni lo que es amar...
Amar es la inocencia eterna,
Y la única inocencia es no pensar”.*

(Fernando Pessoa, 2015, p.206)

Celebrar acontecimientos.

Celebrar las sencillas y pequeñas (*tan grandes*) cosas: Una sonrisa,

un beso,

una caricia,

una mirada,

un toque,

un susurro,

un abrazo;

Una gota de agua en la piel,

un rayo de sol que calienta,

el olor a tierra y árboles,

el canto del pájaro,
la luna alta en el cielo,
una piedra donde podemos descansar...

La tierra en nuestros pies,
el mar en nuestra mirada y cuerpos,
el aire que nos abarca.

Una semilla, una flor, un fruto.
Un encuentro, una sorpresa, un juego.
Un desafío, un rendirse, una entrega.

Poner en cada día una nueva mirada. Celebrarlo. No asumir “que es para siempre” pues nada es eterno y todo es pasajero. Celebrar la vida asumiendo que somos creadores y que no poseemos nada. Que pasamos por varios “*vivires y morrires*”. Que perdemos y encontramos. Que, si no podemos elegir que pasa, podemos decidir que hacemos con lo que ha pasado y eso es ir al encuentro de nuestra vitalidad, alegría y salud.

Para mi vivir la vida como obra de arte es construir mi propio destino, cuestionándome, dándome el permiso a cambiar de rumbo, a empezar de nuevo, creando y re-creando narrativas. Abrazar el miedo y el caos tomando de la mano las artes expresivas. Confiar en la vida y en mi capacidad de sentir(me), de sorprenderme y de estar (*verdaderamente*) viva.

“Yo debo vivir mi vida y la habré de multiplicar más allá de sí misma”

(Kishwar Naheed en Gysin Y Sorín, 2011, p.192)

4. LA PROSTITUCIÓN FEMENINA Y LA SOCIEDAD

Al empezar este capítulo me siento atrapada...como hablar de tantas cosas. Comienzo por pensar lo que es para mi esto de la prostitución. Podría comenzar por decir que se refiere a tener relaciones sexuales a cambio de dinero pero eso me parece algo demasiado sencillo y restringido. Hablar de la prostitución es para mí también hablar de la sociedad en que vivimos y que construimos.

No se puede negar que lo económico tiene una influencia muy grande en todo este tema. De un lado la mujer que a través de su trabajo sexual recibe un pago, del otro, el hombre que paga para recibir su satisfacción sexual. Sí, el dinero tiene un peso, pero por todo lo que implica la prostitución tenemos que salir de la superficie y sumergirnos en otros temas: la manera en como vivimos y construimos la sexualidad, la construcción social de los roles masculino y femenino en la sociedad y todas sus consecuencias en términos de discriminación económica y social. Por lo que, en mi mirada, la prostitución no puede ser considerada como una actividad aislada en si misma sino como un constructo social del que todos formamos parte y tenemos responsabilidad.

Creo que la confusión empieza luego cuando vamos a mirar los sinónimos y antónimos de la palabra prostituta, donde encontramos:

Prostituta

- Ramera, fulana, furcia, zorra, puta, meretriz, cortesana, coima, pelandusca, buscona, pingo, mantenida, mesalina, hetaira.
 - Antónimos: casta

Prostituir

- Putear, corromper, pervertir, degradar, envilecer, humillar, rebajarse, arrastrarse, enviciar.
 - Antónimos: honrar, rehabilitar

Se entiende que la palabra prostituta no está conectada solamente con la actividad profesional sino que la sociedad le asocia otras cosas más, como atributos personales y formas de conducta (externas a la prostitución) que estigmatizan aún más estas mujeres. Hay una desvalorización automática de la mujer que ejerce prostitución, pero ¿por qué? Si cuando vamos a analizar, entendemos que el intercambio de dinero y recursos económicos están presentes en otras relaciones, ejemplo de los matrimonios y otros tipos de relaciones (más o menos temporales o estables).

Para Dolores Juliano (2002) lo específico de la prostitución queda reducido entonces al carácter explícito y la corta duración del contrato. La sociedad actual que tanto privilegia la actividad sexual y la económica y que exalta la libertad sexual, se mantiene el estigma en cuanto al trabajo sexual. De esto se puede desprender que lo definitorio de esta tarea no es el hecho que implique intercambios económicos, ni que se centre en el área de la sexualidad, sino las fuertes connotaciones negativas que implica. La sociedad ejerce un plus de discriminación y desvalorización.

Aún me recuerdo de ser niña, de estar en la escuela, y que escuchar a llamar a alguien “hijo de puta” era como la mayor ofensa posible. Nadie quería ser el hijo de la puta.

Más tarde, también mis comportamientos y actitudes como mujer y frente a mi sexualidad estaban socialmente controlados, escuchaba cosas como: “no te puedes dar demasiado, si te das mucho después no te quieren; si te enamoras mucho van a pensar que es una puta, que es una “mujer fácil”;

¿Vas vestida así? ¡Que pensarán los demás de ti!; Los chicos solo quieren una cosa, sexo. Si te entregas a uno, nadie más va querer saber de ti; ¡Una buena niña no hace eso!; ¿Sola en la calle esperando a alguien? Seguirán pensando que eres una puta; Y otras más...

Nadie quería ser hijo de puta.

Nadie quería ser la puta.

Lo que podría ser simplemente una conducta puntual o una opción laboral se transforma en un atributo permanente (pasando de lo que se hace a lo que se es). Se perpetua el estigma en la sociedad y entre mujeres.

“Si para construirse como personas aceptables socialmente las mujeres deben mostrarse como *no prostitutas*, esto genera la necesidad de esencializar la diferencia y subrayar la jerarquización” (Dionisio, 2002, p.41). Partiendo una vez más de la dicotomía que se ha construido, entre *buena mujer y mala mujer, santa y pecadora* – se puede ver que la sexualidad de la mujer está bajo control externo. Estamos determinadas a ser una cosa u otra y de acuerdo con la actitud que se adopte, elegimos el papel y lugar con lo cual somos vistas y aceptadas por los demás, sin alternativas.

A su vez, a los hombres no caben acusaciones y raros son los que asumen recurrir a la prostitución. Si el hombre tiene relaciones sexuales con varias mujeres y sin implicación emocional se aclaman de “machos” connotándose el comportamiento a gran masculinidad; a las mujeres se les apunta con el dedo y se le llaman de putas.

“Si hay demanda, hay oferta” siempre lo he escuchado. Sin embargo, pocas son las referencias a los hombres que buscan la mujer prostituta. Como si todo el estigma estuviera del lado de la mujer, mientras el hombre queda sin ser cuestionado en su comportamiento y, muchas veces, es (incluso) defendido de otras más acusaciones dirigidas a las mujeres, justificándose la *necesidad de*

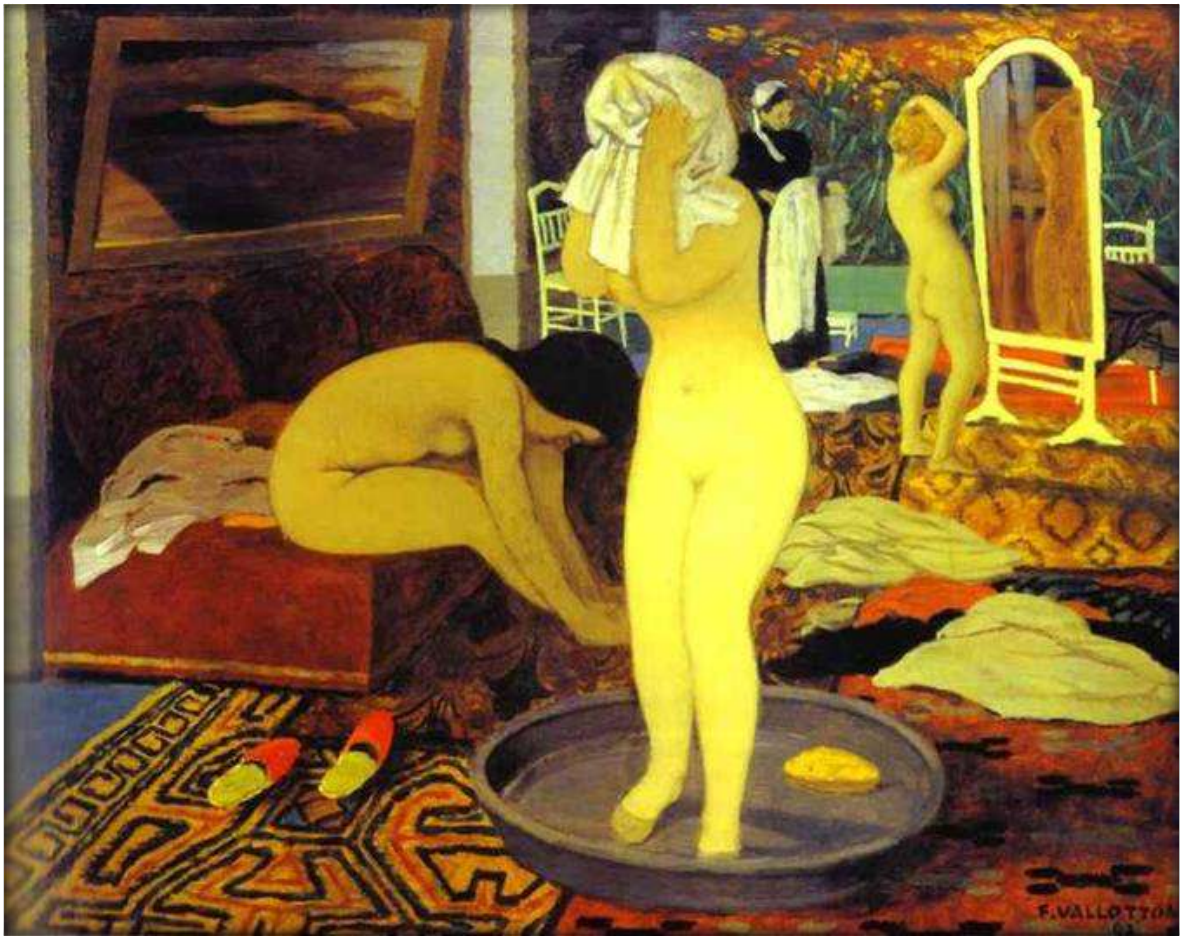
macho - “va a buscar lo que no tiene en casa”. Esto implica un serio cuestionamiento en cuanto a los roles de género.

El Bello y la Monstrua.

Si la prostitución es un trabajo que involucra el cuerpo es también un trabajo de comunicación verbal y no verbal (y cuanto el cuerpo habla). Mientras hacia mi trabajo de calle, distribuyendo material preventivo y prestando apoyo a las mujeres, observaba como sus cuerpos hablaban. Mujeres de miradas disponibles, listas a no perder de vista el conductor del coche que pasa e invitándolo a que la vea. Y siempre que el coche desaceleraba, la mujer llena de mil sonrisas se acercaba, escuchaba la propuesta y discutía su precio.

Pero hay otro elemento para tener en cuenta, muchas veces los hombres no van solo en busca de sexo también buscan compañía y comunicación. Y son estas las mujeres que los escuchan reciben y acogen en su tan oculta vulnerabilidad. Es en esta relación puntual, predeterminada y secreta que los hombres se entregan en confidencias para después regresar a sus casas, familias y trabajos.

¿Qué se puede hacer? Pregunta la sociedad. Y las respuestas de los lugares comunes emergen: están viciadas en el dinero; lo hacen por que quieren o son victimas de algo/alguien (“pobrecitas”) ...y en esta gran polaridad, que coloca las mujeres entre la victima y el monstruo, la sociedad - tal como quien no tiene la mínima culpa - alude la responsabilidad de su papel; y la estigmatización que acompaña la prostitución aún provoca una mayor indefensa social y vulnerabilidad. Las mujeres en prostitución siguen en una cuasi invisibilidad.



"Mujeres en su Baño", Félix Vallotton, 1897

Rosa se está buscando en el espejo

¿Dónde se habrá perdido?

Está el espejo roto y tan revuelto

Que Rosa se ha perdido

.....

Y vuela niña sola por los aires

Y acaba por los suelos

(Parejo y Aute, en Dolores, 2002, p.45)

Arrojadas en la calle, en pisos, en anuncios de revistas y paginas web de oferta sexual, las mujeres siguen prostituyéndose sobre el rechazo y consentimiento silencioso de los demás. Se decoran y se maquillan para ir a trabajar, cumpliendo un imaginario sexual representan sus papeles como si todo fuera un teatro, un juego: el de las relaciones económicas, fingiendo que están participando de otro - el de las relaciones afectivas.

Asumen un personaje que va al encuentro de las fantasías de sus clientes, cambian la actitud, “se visten de otras”. Muchas, aún escogen un nuevo nombre para cuando están en trabajo, para demarcar entre “quien soy” y la actividad que ejercen y también con miedo de ser identificadas. Me conecto con G., una mujer que acompañe en mis prácticas y que hablaré más tarde en el capítulo “Terapia Individual, encuentros de personas”. G. era una mujer que pedía que la tratáramos por su apellido. Utiliza su nombre propio en la calle, no quería escucharlo ya. No le gusta más su nombre, lo asocia con lo que hace y es como si su nombre no tuviera más significados que el de la prostitución, de los abusos sufridos y auto infligidos.

También estas mujeres asumieron su estigma. Y lo cumplen. La estigmatización no es un fenómeno social externo a la actividad misma, sino que forma parte de la interpretación de estas, contribuyendo para su auto desvalorización, depresión y otros costes psíquicos.

“La mujer prostituta no reivindica, en su mayoría, códigos de conducta alternativos. Sino que lee su actividad profesional según los patrones de moralidad de la sociedad que la estigmatiza. Esto obliga a narrar su propia historia como determinada externamente, una especie de fatalidad que la ha arrastrado a un camino del que desea y no puede salir. Su discurso le permite tomar distancia de la estigmatización sin cuestionarla, al mismo tiempo que le da margen para desarrollar estrategias de compartimentación a partir de los cuales procuran salvaguardar aspectos de su vida”. (Dionisio, 2002, p.49).

Si en verdad, el estigma de la prostitución se diluye en la sociedad y refleja (siendo fruto también) las diferencias sociales entre hombres y mujeres, en las cuales los hombres siguen teniendo serias ventajas; no hago pretensiones de

encontrar culpables o de poner la culpa en el sexo opuesto, el hombre. Creo que todos somos víctimas del imaginario social construido, desde la polaridad de la mujer pura/indefensa versus la atrevida/puta; a la imagen del hombre sentimental/maricón versus el macho/todo poderoso.

Tenemos así todos la responsabilidad y el deber de des-esclavizarnos de esas categorizaciones y de aceptarnos en nuestros cuerpoalmas siguiendo en la búsqueda de nuevas identidades que no nos atrapen, que nos acerquen sin invisibilizar y que nos liberen hacia la construcción de una mirada más tierna hacia nosotros y de la vida como una obra de arte, dando espacio a cada uno/una para Ser - Ser múltiples.

4.1. LA PROSTITUCIÓN FEMENINA EN EL ARTE

Partiendo de la idea de que el arte es un reflejo de la actualidad del momento, siempre estará asociada a lo que la sociedad valora; pero como espacio de resistencia y de cuestionamiento puede revelar también otras perspectivas de la realidad, presentándonos sentires y resonares, que pueden llevar a nuevos marcos mentales (y humanos) para cambiar la realidad.

La prostitución no es un fenómeno estático. Los cambios económicos y sociales influyen de manera directa en positivo o negativo. Pintada, esculpida, filmada o escrita, la prostitución se ha reflejado a través de los siglos en el arte.

A lo largo de la historia, los artistas han usado prostitutas como modelos y musas para sus obras. “La prostituta ha sido un personaje ignorado por la historia del arte, pese a haber sido una figura central de la pintura del siglo XIX. En esos tiempos existió una identificación entre el artista y la meretriz, fruto de su apego por la vida bohemia” (Pludermacher, 2015).

En la diversidad de obras se revela el estatuto ambivalente de la prostitución, el brillo inagotable de las cortesanas o la miseria más realista de las prostitutas callejeras.

En esta perspectiva, urge decir que la mayoría de los trabajos reconocidos fueran hechos por hombres artistas. En verdad, muchas pinturas realizadas por mujeres fueron inicialmente atribuidas a varones, lo que refleja una vez más la desigualdad entre géneros a lo largo del tiempo. Segundo Dionisio (2002), esta mirada artística de los hombres sobre el cuerpo femenino influyó la pérdida de control de las mujeres sobre su propio cuerpo y la imposición de pautas de comportamiento y de apariencia física. Las imágenes reflejaban y reforzaban el imaginario social. “Se identifica a la mujer con su cuerpo y se tiende a reducir toda su conducta a las funciones fisiológicas. Así la enajenación de las representaciones corporales de las mujeres implica una enajenación de lo que se considera definitoria de su esencia misma” (p.89).

Con el desarrollo de la sociedad actual, las artistas femeninas fueron reivindicando su espacio en todos los ámbitos expresivos, sin tener en cuenta las reacciones provocadas en el público masculino, y desafiándolas. Artistas con ideas y propuestas estéticas propias que o reclamando la necesidad de explorar y representar su propio cuerpo. En la pintura hicieron, en su mayoría, autorretratos, ejemplo de Frida Kahlo, Mary Cassat, Artemisia Gentileschi, Sofonisba Anguissola.

Las siguientes obras de pintura cuentan la historia de la prostituta en el arte, desde los tiempos en que la prostitución asumía formas religiosas y acompañaba otras actividades y prestaciones (compañía, servicios domésticos, intercambios intelectuales) hasta los tiempos de hoy, consumida de forma ávida y desechable, en una sociedad donde el sexo emerge como industria y mercado.



En la Grecia anticúa, sin cita



Fresco de Pompeya, sin cita



El sexo y la Iglesia: una relación cercana, sin cita



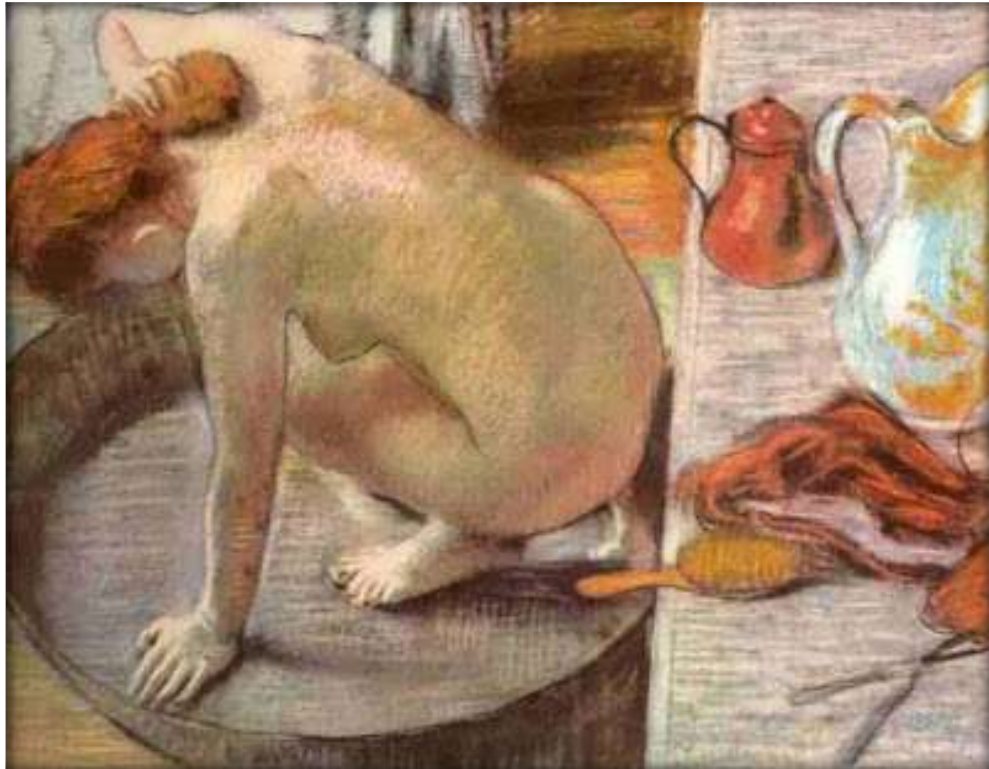
Jean Auguste Dominique Ingres, La Grande Odalisque, 1814



Gustave Courbet, *L'origine del monde*, 1866



Henry Gervex, *Rolla*, 1878



Edgar Degas, *La bañera*, 1886



Henri de Toulouse-Lautrec, *En el salón de la rue des Moulin* 1894



Christopher d'Alton,
Woman with diseased tongue and broken teeth, 1874



Pablo Picasso, *Prostitutas en el bar*, 1902



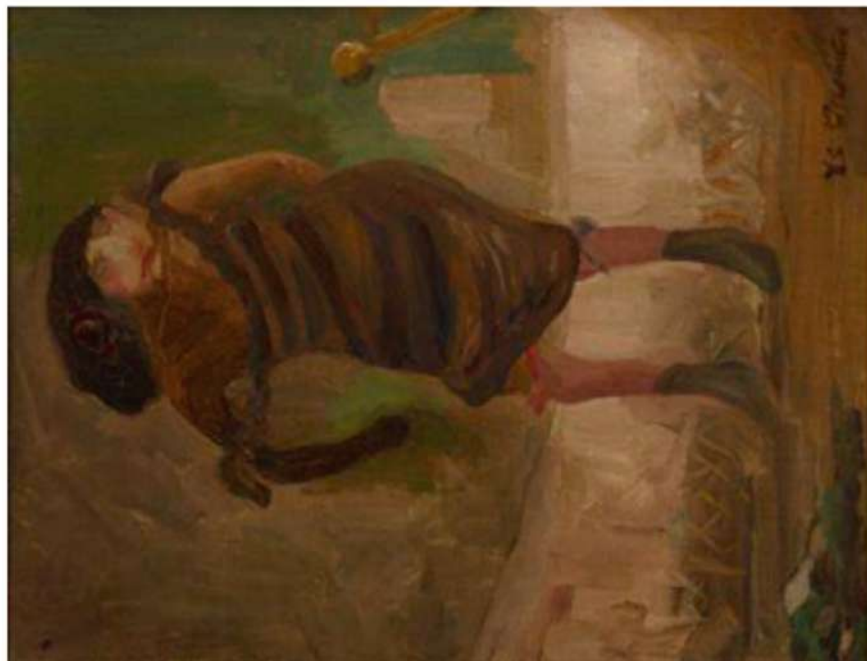
Pablo Picasso, *Demoiselles de Avignon* 1907



Egon Schiele, *Chica de pelo negro con falda levantada*, 1911



José Clemente Orozco, *La recámara*, de la serie
"Casa de las lágrimas" 1910



José Clemente Orozco, *La buscona*, 1912



Jorge Rando, *Prostitución* óleo sobre lienzo, 2011



Daniel Guzmán, *Sin título*. De la serie
"Chromosome Damage", 2014



Daniel Guzmán, *Sin título*. De la serie
"Chromosome Damage", 2014



4.1.1. MI RESONANCIA HACIA LAS OBRAS

Obras de mujeres. ¿Pero dónde están las mujeres?, cuestiono.

Lo que veo son fragmentos. Fragmentos de cuerpos. Pedacitos de pedazos. Sombras. Mujeres sin rostro y sin vida. Desacopladas y tomadas de sus vidas. Mujeres reducidas a recortes. Vulvas. Pechos. Pelos. Manos. Bocas. Lengua. Mujeres rotas, cansadas y resignadas.

¿Dónde están las mujeres? ¿Las amigas? ¿Las hijas? ¿Las estudiantes? ¿Las trabajadoras? ¿Las madres? ¿Las emprendedoras? ¿Las creativas? ¿Las capaces? ¿Las poderosas? ¿Las que cuidan, tratan y aman? ¿Las que son amadas, deseadas y cuidadas? ¿Las que tienen sueños? ¿Las que buscan felicidad?

¿Dónde está La Persona?

Me conecto de inmediato con la poesía de Eugénio de Andrade, poeta portugués:
“*es urgente el amor.*”

URGENTEMENTE, 1951

Es urgente el amor

Es urgente un barco en el mar.

*Es urgente destruir ciertas palabras
odio, soledad y crueldad,
algunos lamentos,
muchas espadas.*

*Es urgente inventar alegría,
multiplicar los besos, los trigales,
es urgente descubrir rosas y ríos
y mañanas claras.*

*El silencio cae en los hombros,
y la luz impura hasta doler.
Es urgente el amor,
Es urgente permanecer.*

5. AL RESCATE DE LA SEXUALIDAD

¡Es urgente rescatar nuestra sexualidad!

En todo el diálogo y lecturas sobre el tema de la prostitución urge en mí una necesidad apremiante de rescatar la sexualidad. De repente me siento presa en conceptos, categorías, normas, deberes, moralidades: cajas, cajitas y cajones de comportamientos, acciones, gestos, palabras, emociones, sentimientos, todo, todo listo y preprogramado como si de una receta se tratara. La receta para “estar bien/ser bueno” en nuestra sociedad. Se olvida el individuo en su condición de “ser único”, se evitan las diferencias, se uniformiza el comportamiento, se crean sociedades de cuerpos congelados y subyugados.

Tan lejos estamos de nosotros y de nuestros cuerpos. Cuerpos de hombres y mujeres que no solo sostienen diferencias sexuales, sino que también soportan los fantasmas sociales que desde lo imaginario social se constituyen.

Nuestra sexualidad y la vivencia en nuestros cuerpos sexuados ha sido regulada por dispositivos de poder - sistemas de legitimación, enunciados, normativas, reglas y sanciones – todos con el objetivo de disciplinar los cuerpos. Un universo de significaciones que más que a la razón, interpela nuestras emociones, voluntades y sentimientos; produciendo (y encuadrando) comportamientos de agresión, de temor, de amor y de seducción. *“La función del imaginario social es fundir y cincelar las llaves de los cuerpos para el acceso a la ley, y la continuidad y reproducción del poder”* (Fernández, A., 1993, p.241).

Situados en la cultura cristiana se estableció un vínculo directo entre sexualidad, reproducción y conyugalidad. Empezó la prescripción de las relaciones sexuales entre hombres y mujeres y se creó la noción de “contra natura” para los amores entre personas de un mismo sexo. Los placeres se orientaron hacia una función social “la de tener hijos” y toda la práctica erótica, que no conducía a la

reproducción y/o no se desarrollaba en el matrimonio, empezó a ser vista como transgresora. Se consolidaba la moral heterosexual y conyugal y se mantenía la oposición actividad-pasividad vivida en el modelo grecolatino: dominador-activo, dominado-pasivo/a. Las nociones de hombre y mujer se organizaron según una lógica binaria: activo-pasivo, fuerte-débil, racional-emocional, etc., donde la diferencia perdió su especificación para ser inscrita en una jerarquización.

Los sistemas de poder siguen regulando las prácticas sexuales e instituyen normativas en cuanto a los placeres, los discursos, las verdades y los poderes. Donde el sexo y la seducción surgen como herramientas de poder.

En lo que respecta a las mujeres, en el privilegio de lo maternal se niega su erotismo. Por palabras de Ana María Fernández (1998, p.250), *“hombres y mujeres han imaginado el lugar del placer sexual de las mujeres más como acompañante que como protagonista del encuentro sexual. Esto es parte importantísima de la construcción de la “mujer de la ilusión”, esencia femenina, más madre que mujer, más objeto que sujeto erótico, más pasiva que activa, más partenaire que protagonista. Hombres y mujeres fundan sus prácticas eróticas en un perpetuo baile de disfraz. El uno, máscara ilusoria y complementaria del otro... Parece ser que este juego de ilusiones complementarias se funda desde un mito: la llave del erotismo de la mujer está “en manos” del hombre. Virilidad puesta en escena desde juegos de asalto y conquista. Virginidad que habrá que quebrar de una vez. Virilidad sostenida por una cierta distracción de la mujer respecto de sus signos corporales de excitación, de una cierta amnesia de sus juegos auto eróticos. La feminidad así fundada opera como garante de la virilidad en ese juego ilusorio que ambos reproducen cada vez que el deseo los convoca”*.

En mis apuntes del Máster encuentro algunos mitos trabajados en el módulo Psicología Evolutiva II. Mitos del sec. XIX y XX (2 antiguos y 2 contemporáneos):

- Pasividad erótica de la mujer;

- El amor romántico (especie de pertenencia, no cumplo mis deseos para responder a los demás, la mirada del otro confirma mi existencia – el deseo de reconocimiento es más fuerte que el reconocimiento del deseo);
- La mujer y el hombre son enemigos;
- Mi cuerpo es mío y hago con el lo que quiero.

Hemos pasado de una sociedad de castigo a una sociedad disciplinaria y de control, para una sociedad de producción que se caracteriza por el verbo “poder” que no conoce límites.

La función de los mitos es asegurar que nada cambia. Se construyen como fábulas que cuentan el origen de algo y no se discuten. Son una violencia simbólica que hace parte de lo instituido y legitiman conductas:

- Promueven el “nosotros”;
- Salen de una realidad para generalizar;
- Son conservadores por excelencia;
- Parten del punto de que “las cosas son así”;
- Provocan un deslizamiento de sentidos, eliminando las diferencias.
- Producen sistemas de significación – realidad creada y leída por el mito;
- Llevan a sociedades entrópicas (cerradas);
- Siempre tienen que ver con miedo – congelan algo que podría ser amenazante.

En esta “telaraña social” en que nos encontramos los mitos sociales se repiten y siguen en su violencia simbólica a través de su naturalización y atemporalidad.

En la búsqueda de intentar rescatar nuestra (y mi) sexualidad entiendo que es necesario cambiar el paradigma “sexo es malo” para “lo pasarás genial” y vivir la sexualidad de forma plena con refinamiento, complicidad, juego, placer. Pues los extremos se tocan y en el medio se pierde todo lo que es la sexualidad. Percibo que es necesario ver no solo lo que se visibiliza, pero también lo que

se intenta invisibilizar. Que lo invisible no es lo oculto, sino lo denegado. Que todos tenemos puntos ciegos y debemos estar atentos a nuestros procesos de autocensura. Intentar crear una teoría propia e interrogar cosas no interrogadas como, ¿A quién benefician los mitos? Hacer distinción entre el “*pensar la diferencia en su positividad*” o “*pensar la diferencia en positivo*”. Algunos movimientos femeninos colocan a “la mujer” en positivo y “al hombre” en negativo. Produciéndose meramente el “Episteme de lo Mismo” (lo Único)⁸ dando la vuelta. Tenemos el desafío de descubrir formas relacionales más igualitarias que redefinan las relaciones entre hombres y mujeres.

“Ambos géneros sexuales han comenzado un trastrocamiento de subjetividad, en tanto se ha abierto un proceso de modificación de la imagen de sí y del otro. Y de las formas de investimentos de otras prácticas de sí. Es este, por tanto, un momento de producción de nueva subjetividad” (Fernández, 1998, p.15).

Delante del paradigma social en que nos encontramos – de mayor autonomía económica y erótica de la mujer, muchas veces, despojada del deseo de “querer ser madre” – todas las esferas de la vida comienzan a modificarse e implican (y complican) a hombres y mujeres por igual. Este es también un momento de oportunidad (“*del caos nacen las estrellas*”, Charlie Chaplin).

“El amor con humor,

El sexo con humor,

La vida con humor.

¡Y lo digo con mucha seriedad!”

(Juana Valera, compañera del Máster 2019/2020)

⁸ *Al entronizarse lo mismo, se pierde el juego dialectico entre identidad y diferencia. Al cristalizarse lo uno en figura y el otro en fondo, no alcanzan su reversibilidad. Lo mismo será siempre eje de medida y positividad. Lo otro será siempre margen, negatividad, doble, sombra, reverso, complemento. Lo mismo, al no poder pensarse nunca como lo otro, se ha transformado en el único”* (Fernández, 1998, p.35).

Es necesario crear una nueva utopía, construir nuevos mitos y quien sabe si la realidad puede ser otra. Las utopías se pueden cumplir, ejemplo es el voto de las mujeres y los derechos de las personas de orientación homosexual.

Que lo tuyo y lo mío puedan construir otra verdad, que nos podamos escuchar (a nosotros y al otro) para no ser víctimas de juicios, que la diferencia no sirva para separarnos sino para complementarnos... y.... y....y.

“Bueno es reconocerlo, la imaginación se detiene muchas veces en los límites del paradigma en que nos ha tocado vivir. Tal vez, al decir de Celia Amorós, el drama del amor se parece bastante al de la ética. En una sociedad sin violencia en la que impera el reino kantiano del reconocimiento de los otros como fines, es decir, donde el otro en tanto humano-racional no fuera nunca degradado como medio, la ética sería posible, pero ya no necesaria; en cambio, en una sociedad como la nuestra sería necesario un amor en el cual la diferencia de sexo no implicara hegemonía, ni poder; pero no es posible. En una sociedad donde esto fuera posible, tal vez ya no sería necesario. No obstante, hay que ser éticos como se pueda, y de algún modo seguir amando”.

(Fernández, A. 1998, p.208)

6. EMPENZANDO VIAJE EN LAS PRÁCTICAS DE ARTETERAPIA

Mis prácticas en el máster de Arteterapia ocurrieran en el CAOMIO - Centro de Acogida y Orientación a Mujeres, en Lisboa. Un espacio en el centro de la ciudad donde toda la intervención es dirigida a la mujer en contexto de prostitución o de trata, desde el apoyo social, psicológico, de empleo, formativo, material preventivo y apoyo alimentario. Se presta apoyo y se hace la mediación entre las mujeres y los servicios e instituciones de la sociedad, con el propósito de que puedan ejercer sus derechos, ciudadanía y de participación social.

El inicio de las practicas coincidió con un cambio de trabajo. Estaba trabajando con niños en una escuela cuando apareció la oportunidad de empezar este proyecto con mujeres. Desde los niños hacia las mujeres...O en palabras de mi compañera Ayélen en supervisión...*casí como un cambio de piel...*

Ya había trabajado como psicóloga en proyectos comunitarios con personas sin techo y de gran vulnerabilidad, pero nunca había trabajado exclusiva y directamente con mujeres en prostitución. A la vez, siendo una temática para mi ajena, la prostitución también me era cercana. O en las palabras de Terencio por Yalom (p.49, 2002) "Soy humana y nada humano me es ajeno".

Antes de empezar o conocer el centro en verdad el tema de la prostitución me llevaba a diversas cuestiones personales: de mi misma como mujer, de mí como mujer en una sociedad, como mujer en un cuerpo de mujer, como mujer con un cuerpo que se relaciona con otros, con mi vivencia de la sexualidad y mi sexualidad. Conectaba con imágenes de cuerpos desnudos, con imágenes de piel. La piel como el órgano más grande del cuerpo y que oscila entre lo que cubre y lo que revela.

Como decía Paul Valéry, "*lo más profundo en el hombre, la piel*".



Imogen Cunningham
(1883-1976)

La posibilidad de hacer mis prácticas de Arteterapia en este contexto fue muy bien recibida por la administración que sentía la necesidad de nuevas herramientas y metodologías en la intervención con estas mujeres. Así que empecé a trabajar allá como psicóloga del centro y coordinadora del equipo de calle.

En mi primero día, al llegar al Centro, toqué el timbre y una compañera abrió la puerta y dijo: cuando se trata de alguien que trabaja aquí, siempre ponemos nuestra mano sobre el vidrio, así que adentro podemos ver que es alguien del equipo y abrir. De inmediato me sentí movilizada al hacer este pequeño (tan grande) gesto. Al poner mi mano en el vidrio, me atravesaban imágenes y sentires. El tocar, el ser tocado, el acariciar, la ternura, el cuidado. Volví a la imagen de la piel, piel como camada protectora y como lugar de encuentro y de comienzo en el yo y en el mundo.

Me recordaba de Luís Restrepo y de la simbología de las manos – “de la caricia a la garra, de la ternura a la violencia” y de que “para llenar la vida cotidiana de ternura sería necesaria una inversión sensorial”. Aún no había entrado y ya sentía mi cuerpoalma vibrátil.

“Dar la mano a alguien ha sido siempre lo que esperé de la alegría. Muchas veces, antes de dormirme — en esa pequeña lucha por no perder la conciencia y entrar en un mundo más vasto—, muchas veces, antes de tener el valor de embarcarme en el gran viaje del sueño, finjo que alguien me tiende la mano y entonces avanzo, avanzo hacia la enorme ausencia de forma que es el sueño. E incluso cuando, así acompañada, me falta la valentía, entonces sueño”.

(Clarice Lispector, 2013, p.18)

El CAOMIO esta dividido en dos pisos, el de abajo con salas para los diversos técnicos y una para la acogida de la mujer; y en el piso de arriba un espacio amplio destinado a las actividades grupales y otras salas de trabajo.

Me sentía rara en el espacio como si fuera acogedor y simultáneamente inconfortable. No había privacidad para las actividades siendo que tendríamos obligatoriamente que cruzar el espacio de las actividades de grupo para ir a las oficinas o al baño. A su vez, el gabinete destinado a las sesiones individuales era pequeño, sin ventana o luz natural. Pero sentía y veía el vínculo de las mujeres con el equipo y con el centro, había una historia construida, veía la manera con que las mujeres miraban y eran miradas - por la disposición y actitud de sus cuerpos - de cómo se relajaban cuando llegaban, de cómo hablaban y compartían sus dificultades y situaciones, pero también sus logros, de como buscaban apoyo siempre que lo necesitaban. Sentí que había una relación autentica entre técnicos y mujeres de empatía y proximidad. Así que me cuestioné, ¿dónde vas a poner tu mirada? ¡Y el vínculo era la llave! La respuesta estaba en el vínculo creado; el confort que no había en el espacio existía en las relaciones humanas.

Me he propuesto a hacer poco a poco, a dar paso a paso, a mantener la escucha, el cuerpo vibrátil y a conocer las mujeres.

6.1. LA MUJER EN PROSTITUCIÓN

Tiendo por base todo lo ya expuesto, aunque la prostitución pueda ser una actividad de lucro, está esta sujeta a múltiples estigmas y desvalorizaciones sociales, de donde las mujeres prostitutas también se ubican.

Como dice
la portavoz de las prostitutas inglesas Nina López Jones (James,
1985, p. 118):

La prostitución es una pequeña transgresión en el sentido que no hace daño a nadie (...). Después de todo nosotras no vendemos el cuerpo de otras personas, sino nuestro propio cuerpo,³ y por considerar este hecho como un gran delito pagamos un precio muy, muy elevado (...), sobre todo transformarnos en excluidas sociales, lo que significa que nadie quiere relacionarse con nosotras, para no ser sancionado también. Y éste es un precio muy alto por una pequeña falta.

(Dionisio, 2002, p.34)

Por todo esto, las mujeres que ejercen prostitución se encuentran en una situación marginalizada y de mayores riesgos. En la prostitución existen más posibilidades de explotación por falta de marco legal, por el estigma y por la complicidad social que prevalece.

Hay también una elevada correlación entre la prostitución y lo económico. No solo por el trabajo en si, que implica un cambio de dinero, sino por el impacto que lo económico puede tener en la decisión primaria de la mujer de empezar el trabajo sexual y en su mantenimiento en esta actividad profesional.

Para algunos autores, hay una correlación clara: cuanto menores son las posibilidades de las mujeres en obtener trabajos bien pagados⁹, mayor es la posibilidad que se dediquen a tareas de alto costo social y considerable riesgo personal, como la del trabajo sexual. Por otra parte, cuanto mayores son las presiones sociales que encuadran las mujeres dentro de conductas correctas (esposas y madres) y desviadas (madres solteras, divorciadas, lesbianas y otras) más posible es que estas últimas vean cerrados los caminos a las profesiones consideradas honorables y se encaminen a las discriminadas.

Factores externos que no explican por sí mismos la opción por el trabajo sexual en la medida que no todas las mujeres que están en vulnerabilidad social optan por el trabajo sexual y, en cambio, hay mujeres con posibilidades financieras y laborales que lo hacen. La prostitución está construida socialmente y, cuando es voluntaria, implica una valoración de las alternativas posibles determinada por los significados que se atribuyan a cada opción. Deben ser tenidas en cuenta también las historias individuales, los mecanismos a partir de los cuales cada persona construye su identidad y autoestima y los condicionamientos de sus subculturas específicas.

6.1.1. CARACTERIZACIÓN DE LAS MUJERES ACOMPAÑADAS EN CAOMIO

En el CAOMIO (Centro de Orientación y Acogida de Mujeres) se abordan todos los aspectos psicosociales de la vida de las mujeres y esto interviene activamente en la definición de sus necesidades y en una estrategia para lograr respuestas. La intervención que se realiza actúa como un elemento facilitador del cambio a través del fortalecimiento de las oportunidades, recursos y capacidades de la persona.

En 2020, fueron acompañadas en el CAOMIO 227 mujeres, 118 de ellas de

⁹ Por bajo nivel educativo o de formación profesional, situación de ilegalidad, escasa retribución de los trabajos considerados femeninos, barreras sociales, otras.

primera vez, de un total de 2039 contactos hechos.

Las mujeres que encontré vivían en gran vulnerabilidad, no solamente social y en límites de pobreza[®] como de salud física, psicológica y emocional.

Las dificultades económicas; el estigma; la falta de acceso a una habitación (un lugar seguro); los pocos recursos para procurar un trabajo formal o buscar cualificaciones; las dificultades en salir de los ciclos de apoyo social – que las estrangulan y, a la vez, su único oxígeno (por la falta de un encuadramiento legal para el trabajo sexual); el aislamiento en que vivían – social, familiar y personal; la comorbilidad de sus cuerposalmas (enfermedades ginecológicas, infecciones sexualmente transmisibles, perturbaciones del sueño, perturbaciones del humor, perturbaciones al nivel del placer, abuso de sustancias y adicciones); el establecimiento de relaciones de violencia (con sus parejas, clientes, pares o consigo mismas); la desconfianza en los demás y en sí; la expresión de sentimientos de tristeza, de desaliento, de desesperanza, de falta de amor, de soledad.

Mujeres fragmentadas, dolidas, enfermas, bloqueadas, agresivas, rencorosas, disociadas...Mujeres presas a sus historias. Profecías auto cumplidas.

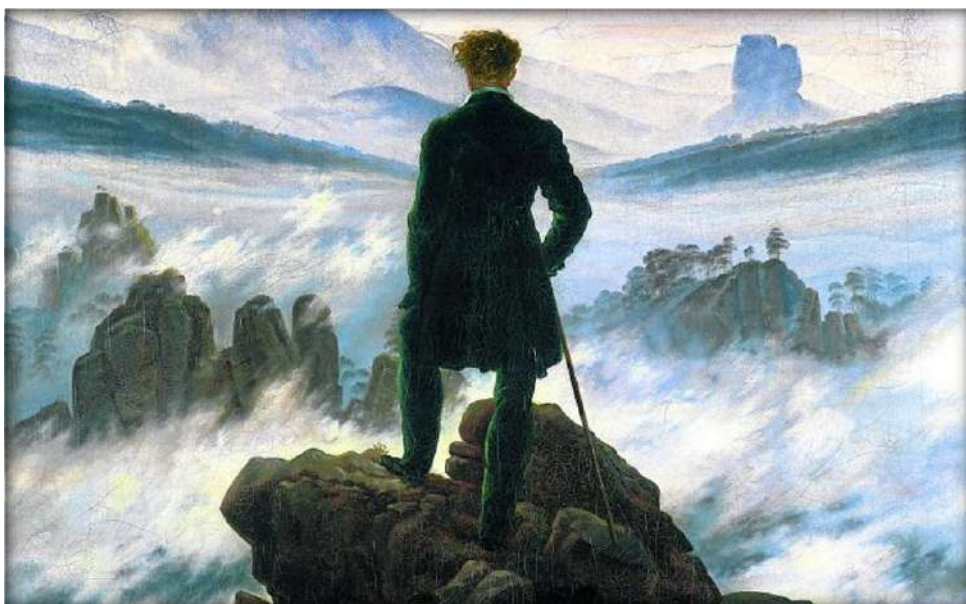
En todas esas historias tuve que sostenerme. Sostener mi desasosiego. Me sentía desconcertada mientras las escuchaba y muchas veces aún traía sus historias (en mi piel) para casa. Me cuestionaba... ¿Cómo lograr la distancia perfecta, manteniendo mi cuerpo vibrátil y presente sin dañarlo? Encontré la respuesta en el trabajo con las artes expresivas donde recordé que soy humana, que ser humana es mi mayor cualidad y que, por lo tanto, reconocer que sí! Que sí, sería atravesada muchas veces por el caos, por la duda, por lo desconocido; Que sí, muchas veces no iba a saber que decir o como actuar; Que sí, que iba a cometer errores; Que sí, iba a sentirme desconcertada con tanto sufrimiento. Pero lo más importante era: ¿lo que Yo iba a hacer con eso que estaba sintiendo? Y entender que todo este “sentirme desconcertada”, era solamente el destacado de “estar vivo”.

Reconocer la importancia de las mujeres de confiar, de reconocer el espacio de nuestras sesiones como un lugar seguro, donde podían compartir sus historias de vida. Recordar que por detrás de las historias estaba una persona, un ser humano en su Todo y que era en este ser total y único que tendría que me enfocar.

Comparto con vosotros una resonancia de mi proceso de supervisión donde Anna Buxaderas nos ha invitado, partiendo de un ejercicio de conexión y exploración con nuestras manos y entre manos-cuerpo – a conectar con las prácticas, con el momento presente y con las personas que estábamos acompañando. Dejarnos llevar por la imagen de la obra, el caminante sobre un mar de nubes de Friederick. Situaros y, en el lugar del caminante, observando el espacio delante dejar el paisaje acoger nuestra proyección, nuestros sentires.

“¿Qué veo? ¿Qué siento frente a este paisaje? ¿Cómo percibo mi vínculo con aquellos que tengo lejos, pero con los que estoy conectados? ¿Cómo percibo lo que veo y lo que no puedo ver? ¿Qué vislumbro y que no? ¿Qué proyecto en el paisaje debajo de las nubes? ¿Qué paisaje siento que se abrirá cuando se vayan las nubes?”

Al final, elegir una frase significativa del texto que pudiera ser su título.



La permanencia del impermanente

Miro desde arriba, desde lejos, un acto de autoaislamiento para poder ver realmente. Aquí puedo tener otra perspectiva.

El día está nublado, pero mis ojos viajan al horizonte, a las montañas, a las posibilidades. Lo que no sé, puede asustarme, me concentro en lo que puedo ver.

Las montañas me hablan. Me conecto con la grandeza, con el aire e imagino sus historias a través del tiempo ... La permanencia del impermanente. Cuanta vida pasada y cuanta vida hacia adelante.

Las rocas allí altas, enraizadas y fuertes, mediando el cielo y la tierra. En medio del paisaje, veo valles, posibles casas (que no me llaman la atención) y, más cerca, otro pasaje, en un lado rocas en, el otro, rocas con árboles.

En las rocas puedo mirar imágenes de manos unidas hacia el cielo, a veces pidiendo ayuda y otras agradeciendo. En el otro lado veo árboles en gargantas altas, difíciles de alcanzar. Que me dicen que mismo en entornos difíciles la vida puede llegar.

Soy espectadora, personaje y autora de todo este paisaje. Me pregunto: ¿cuánto puedo escribir? ¿Cuánto puede salir de mí? ¿Y cuánto está pasando sin que yo sepa o pueda interferir?

Desde este lugar elijo, manteniendo toda la perspectiva de la imagen, enfocar mi mirada en la distancia - en esas montañas. Como si todo fuera un camino desde lo que ya veo y sé, hasta mi abrazo con lo desconocido.

Cuando pasen las nubes, imagino prados verdes, ríos, lagos, animales que viven y corren por el verde. Imagino pura naturaleza con el sol penetrando todos sus espacios y calentando todos los cuerpos.

Me gusta estar aquí donde puedo ver. Pero si tengo que volver, que pueda tomar esta imagen: que sobre las nubes hay cielo, hay espacios para explorar,

hay árboles, hay belleza. Solo con esta idea de que hay belleza puedo volver a la niebla de la vida.

Aquí entiendo que hay mucho más de lo que veo. Que la naturaleza también vive procesos de transformación y cambio, incluso si a primera vista estos son imperceptibles. Y que soy un reflejo de sí misma. De que soy parte y de que soy, simultáneamente, yo misma. Solo en ese equilibrio puedo encontrarme y ser.

A través del diálogo con la obra pude tranquilizar mis ansiedades y dar espacio, desde lo sensorial, al entendimiento de lo que podría ser mi papel como arteterapeuta. Accedí a distintos aportes:

- La necesaria *distancia-empática* (no aséptica) con el paciente;
- Que lugar ocupo y donde quiero estar - en la posibilidad o en la imposibilidad;
- Que el único que permanece es el cambio, los eternos “vivires y morires” de la vida;
- De que debemos ser los protagonistas de nuestras historias;
- De que incluso en condiciones *áridas* la vida siempre subsiste;
- Que donde hay luz hay sombras, de donde hay carencia hay abundancia.
- Que todo tiene su tiempo (el florecimiento de una flor, la transformación de oruga en mariposa,...) y que ese tiempo debe ser respetado;
- La necesidad de lograr ver belleza en la vida. Y de nuestra capacidad de ir a buscarla.

Refiero este trabajo pues fue una tarea que calmó mi confusión y incertidumbre, que me habló del desasosiego que, como arteterapeuta, muchas veces atravesamos; de la necesidad de auto cuestionar y de encontrar maneras

creativas de resignificar las vivencias y experiencias; del deber ético de saber que “somos nuestra mejor herramienta” y de que debemos cuidarnos para acompañar saludablemente el otro.

“Una ética en la terapia de artes expresivas requiere que el terapeuta se entrene a sí mismo para ser altamente sensible en varios niveles: emocional, mental y físico. Para lograr esa alta sensibilidad, es necesario trabajar con uno mismo, hacer arte, entenderse, sentir la conexión de uno con el material, con otras personas y con el mundo. La sensibilidad que predomina en el trabajo de la terapia de artes expresivas es el conocimiento corporal.”

(Levine, 2019, p.226).

7. ARTETERAPIA CON MUJERES EN PROSTITUCIÓN

“Cuando el espíritu del regalo toca, el pesar es transformado en alegría. No es la felicidad, alegría de evitar el dolor, una condición que es superficial, transitoria e irreal. Es el profundo acatamiento y encuentro autentico del alma consigo misma.”

(Levine, en Gysin y Sorín, 2001)

Desde mi sentir y por base en las narrativas escuchadas – impresionantes, dolorosas y trágicas – me he propuesto a proporcionar un espacio para la vitalidad, belleza y potencialidad. Con una actitud de mucho cuidado y respeto, un tono acogedor y una escucha presente. Valorar los acontecimientos y darles merecimiento.

El **objetivo** era el de trascender las historias para encontrarnos con la persona. Desafiar las mujeres a abrir lentamente su sensorialidad, desde la observación, el contacto y el hecho de permanecer en lo fenomenológico del arte. ¡Dejarse sorprender! Despertar la sensorialidad, la imaginación y la capacidad de juego. Ayudarlas a descentrar y a tener una experiencia alternativa del mundo. A viajar por lugares sanos. A encontrar placer. A valorar las cosas sencillas. A celebrar las pequeñas cosas.

Desde las artes expresivas ir de la impotencia a la potencia y a través del juego devolver el campo de lo posible. Ayudarlas a crear columna vertebral. Un trabajo que es lento, minucioso y muy delicado.

Tendría de partir desde el entendimiento de que una de las características de las personas con historias de violencia, abuso, trauma y de dolor es la repetición.

Que esas historias, que se desarrollan después en narrativas, siguen alimentando una cadena de dolor y sufrimiento psíquico que se extiende con rapidez, facilidad y se repiten, manifestándose en otras relaciones a través de actos de violencia

o, en su omisión, generando cuerpos callados y debilitados.

Que “el trauma experimentado en el cuerpo cierra nuestros sentidos o, por el contrario, los deja quebrados y a flor de piel. Un sinsabor de nuestro sistema biológico limita el cuerpo solo a sus funciones operativas, alejándose del disfrute” (Vélez y Calderón, 2009, p. 231).

Invitar las mujeres a despertar su imaginación podría ser una puerta de salida para ellas que tantas veces se sentían en un callejón “sin salida”. Partir del juego y del mundo imaginario para ponerlas en contacto con nuevos pedazos recreados por ellas mismas. Saber que el arte en cualquiera de sus expresiones es una plataforma que puede albergar las posibilidades de un dialogo creativo con nuestra sexualidad.

Saber que las mujeres iban a sentir resistencias, a tener reveses y a vivir contratiempos. Que en los “cuerpos sufrientes donde se ha instalado el dolor y la incomodidad son también cuerpos donde habita el no: el no quiero, el no puedo” (Matoso, 2003 en Gysin y Sorín, 2011, p.155).

Así que sería natural que el cuerpo en sufrimiento quedase insensible, congelado y que la sensibilidad que proviene de la sensorialidad estuviese bloqueada. Si la capacidad de juego de la persona está relacionada con su posibilidad de goce, de flexibilidad y de acceso a lo simbólico tendría que hacerse un camino corporal hasta que las mujeres pudiesen percibir sus sensaciones, donde mi papel como arteterapeuta sería el de trabajar desde el potencial de *habitar*.

Por ultimo, recurrir a la descentralización de la vida cotidiana para ayudar las mujeres a ingresar en el mundo “imaginal” y, desde aquí, construir un distanciamiento de su destino y narrativa propia. Sabiendo que el arte también permite expresar situaciones difíciles de recordar, ya que distancia y a la vez permite aproximar con seguridad, y que la experiencia de hacer arte resulta en un enfrentamiento exitoso donde la persona se sorprende de recursos no reconocidos.

Para desarrollar las prácticas de Arteterapia en el CAOMIO presenté una propuesta de trabajo a dos niveles - al nivel individual en contexto terapéutico

por demanda de las mujeres y al nivel grupal con sesiones semanales de grupo, de 2 horas, todos los jueves. Haré una pequeña perspectiva de cada una de las intervenciones: las dificultades, los sentires, los logros y las alegrías de esos encuentros de personas.

7.1. TERAPIA INDIVIDUAL - ENCUENTROS DE PERSONAS

*“De todo, quedaron tres cosas:
La certeza de que estaba siempre comenzando,
La certeza de que había que seguir
Y la certeza de que sería interrumpido antes de terminar.
Hacer de la interrupción un camino nuevo,
Hacer de la caída un paso de danza,
Del miedo una escalera,
Del sueño un puente,
De la búsqueda un encuentro.”*
(Fernando Sabino)

- Un Encuentro con C.

C. es una mujer de 41 años. Llega a la sesión con una historia antigua de abusos sexuales con elevados sentimientos de culpa y abandono. Una situación que la había llevado a años de consumo de cocaína y a la prostitución. Lloraba mucho mientras contaba sus historias que casi siempre terminaban en más abusos. En las primeras sesiones hablaba mucho de sus traumas, sentía su necesidad de poner palabra a lo que le ocurriera, pero mientras la escuchaba sentía mi cuerpo disminuir como si no hubiera espacio para él. En mi cuerpo sentía la necesidad de “llevar” esta mujer hasta otro lugar, un lugar que fuera sano y seguro.

Con el inicio de la pandemia por el covid-19, las sesiones siguieron en formato online. Sin soporte material la invité a que tuviese una libreta y un bolígrafo consigo en cada sesión. Propuse que pudiese, entre sesiones, registrar imágenes, situaciones, olores, sonidos, cosas que le gustaban. Una tarea que, al principio, le parecía difícil, pues no veía nada bonito en su vida. Aprovechaba y celebraba situaciones que le iban ocurriendo para que pudiese cambiar la mirada desde lo que “no tenía y no podía” a lo que “sí le era posible hacer”.

Uno día me dijo, “*mira, ya sé porque has pedido que tuviera una libreta conmigo*” ...Me sorprendí con su comentario, yo misma no tenía bien la idea del objetivo – lo había dicho como una oportunidad para alguna cosa que podríamos hacer o empezar. Proseguía – “*sí, mientras estamos en la sesión voy dibujando y escribiendo cosas que hablas*”. Le pregunté si podría mostrarme. A lo que respondió que sí, que en la primera sesión había dibujado algo muy negro, como una montaña difícil de alcanzar “todo está negro y sin esperanza”. ¿Y que necesita? – pregunté. Tal vez un poco de color. Le dije que si quería podría juntar lápiz pastel de colores para que ella pudiera hacer algo más con su dibujo. Se mostró muy contenta. Y continuó. “*Sí, y también escribí algo que me hablaste, ¿Dónde quiero poner mi mirada?*”. “Que bien, respondí, eso me parece importante”. “*Sí, por ejemplo, en la última sesión estaba aquí cerrada sin luz, hoy tengo la ventana abierta, puedo ver el sol en mi habitación*”. Le pregunté si quería hacer algo con eso. Me respondió que sí, así que hicimos un ejercicio para conectar con su respiración en el intento de llegar a una imagen de cómo eso le hacía sentir: “*Veo mucha luz, veo un arcoíris*”. Sonreía con esa imagen. Acordamos que iba a dibujar ese arcoíris para la próxima sesión y que registrase el proceso del dibujo y tal vez otras imágenes. Así empezamos su diario artístico. Poco a poco salíamos del trauma para acoger nuevas imágenes para su vida. Antes de terminar, y para que yo no lo olvidara, me dijo: “*No te olvides de los lápices de colores, el martes voy a buscarlos*”.

Este es un pequeño acontecimiento que celebro mucho en el proceso de terapia con C. Cuando trabajamos con traumas no siempre es fácil el sostener. Escuchar los daños y las profecías auto cumplidas de sufrimiento.

El diario tomó un valor por sorpresa, así como los lápices pastel por todo su valor simbólico. Un momento de cambio en nuestras sesiones, solo posible desde el acoger de la incertidumbre y de un cuerpo vibrátil que confía en el proceso y no intenta controlarlo o tener prisa – “a veces tener el cuerpo congelado es necesario” – aún escucho Anna Buxaderas en supervisión.

En las sesiones siguientes C. conectaba con otras imágenes más, de momentos pasados con su familia (hermana y sobrino), de veranos, de risa. Casi siempre llegaba cansada y con poca vitalidad. Mantenía el trabajo de calle y por la noche dormía en una habitación de uno de sus clientes a cambio de sexo. Era una situación que la dejaba agotada. *¡No puedo más!* Me decía. Y, a la vez, *¿Para dónde ir?* Siendo que la alternativa residía en estar en la calle o quedarse en un albergue o centro de acogida, lugares no siempre seguros, limpios o vigilados. Así que se resignaba a aceptar las alternativas y seguía viviendo en estas condiciones, con el objetivo de ganar algún dinero y, sumándolo al apoyo social, poder alquilar su propia habitación. Poder sostener mi propia urgencia delante de su situación tan frágil fue muy importante para la creación de nuestro vínculo terapéutico. No tener respuestas o soluciones prontas, pero invitarla a cuestionarse y desafiarla a encontrar sus propias respuestas. Ayudarla a saber: lo que quiero, lo que necesito, lo que es posible, lo que hay entre. Acoger sus historias con la debida ternura, pero no atraparme en ellas y seguir con la propuesta de quedarnos en el fenomenológico de hacer arte – confiando en el proceso. Intentando rescatar su capacidad de imaginar y de reconectarse con su lado sano y con su valentía. Si todo en su vida era hecho del “no” este sería el espacio para el “sí”, “sí aquí tienes tu espacio”.

Siempre empezábamos con un pequeño calentamiento para llegar al aquí y ahora. Una propuesta que le gustaba mucho, cuando íbamos a empezar, siempre sonría, cerraba los ojos y se hacía disponible para lo que iba pasar. Sentía que mi voz, era para ella como una caricia, así que le daba tiempo para despacito poder llegar al cuerpo mientras le daba las indicaciones.

Trabajábamos con diversos materiales, pintura, barro, imágenes. Quería despertar toda su sensorialidad sabiendo que la imaginación también es intermodal. En un

rato encontró un trabajo, se sentía feliz, esta era la oportunidad que tenía para cambiar la historia de su vida, y en este trabajo depositaba todos sus sueños. Cuando fue despedida al final de 1 mes y medio, fue como la confirmación de que su vida no tenía solución, a pesar de todas las señales: no tenía celebrado contrato y le habían dicho que iba a cumplir las vacaciones de otra persona. Pero, para ella, esto era indiscutiblemente la confirmación de su triste destino. Se sentía desesperanzada. Y, en un tiempo, dejó de venir a las sesiones.

Cuando me veía en el centro, se multiplicaba en disculpas, la escuchaba y decía: “mira, sabes que tienes tu espacio aquí, cuando puedas y quieras nos encontramos.” En todo su comportamiento yo sentía que ella no estaba bien, cuando llamaba anunciaba disculpas para sus atrasos y faltas sin nadie cuestionarla y yo estaba casi segura de que había retomado los consumos. Una vez más, tener de sostenerme sin entrar en un diálogo directo fue difícil, pues a mí también me pasaban cosas. También yo me sentía frustrada y enfadada. Pero lo que pasaba en mí era también el espejo de como ella misma se sentía. Entenderlo y mantenerme con confianza en mi trabajo, sin ponerlo en duda, era mi tarea.

Y así pasó. Casi tres meses después de interrumpir su proceso terapéutico C. volvió.

Esta fue la oportunidad de hablar sobre el no hablado. Sin prisa, sin obligaciones. C. empezó hablando de lo que le ocurrió en ese tiempo y de todas las mentiras y engaños a que se había expuesto, incluso con nosotros de la institución. La escuché y desde mí necesidad de ser auténtica y verdadera, le agradecí la confianza de compartir y celebré su valentía en volver a su proceso y en asumir para sí misma lo que había pasado y que decisiones había tomado (no desresponsabilizar). Desde una relación auténtica, donde prevalecía la verdad, fue posible seguir con la terapia. Y aprovechar el tiempo ausente y los desvíos para la terapia en sí misma. Retomamos el juego con la imaginación. En el diálogo con imágenes, al largo del tiempo, C. logró conectarse con otros lugares en sí y otros sentimientos la empezaron a habitar.

C. sigue la terapia. Está sin consumos aditivos y cuidando de su salud física – citas de ginecología, dentista y oftalmología. Ha logrado alquilar una habitación en un piso y está empezando ahora en busca de trabajo formal. En este cuidado con su salud va ahora recibir apoyo para unas gafas. Empezó contándome de que había encontrado unas gafas rojas de cuando era niña. *“En esa altura, nadie sabía que yo usaba gafas. Antes de entrar en la escuela siempre las quitaba. Ya me llamaban la “escurinha” (término diminutivo portugués que anuncia mujer de piel oscura) no quería sufrir por otras cosas más. Como ser también la “caja de gafas.” Estábamos terminando la sesión, pero le cuestioné si podría traer sus gafas de niña para la próxima sesión. Ella aceptó.*

En la siguiente sesión, trajo sus gafas, se las puso y se quedó mirándome cara a cara con las gafas y sonriendo. *¿Cómo me quedan?* me preguntaba. *Mira como quedan chulas,* le respondí. Sonrió y agregó, *sí, ahora también me gustan, pero en aquellos tiempos...* y las quitó. Le pregunté si tenía ganas de hacer algo con ellas. Ella se contuvo. *No sé si quiero. Me conectan con muchas cosas que tengo miedo en recordar.* - *¿Qué te da ganas de hacer?* Pregunté. - *No lo sé...* respondió. Sentía que memorias la atravesaban. Su cuerpo ganó peso, los hombros y la mirada cayeron. Tendríamos que intentar atravesar esto, pensé. Propuse empezar con un viaje de “Llegada”, calentar y “dar aire” al cuerpo. Después trabajamos con imágenes.

- Resonancias hacia el juego de imágenes con postales:

“Paz y sosiego. Satisfacción. Serenidad. Sentirse bien. Estar bien (la invité a hablar desde el yo). Algo que me alegra. No estoy sola. Nuevas amistades. Nadie me ve. Muchas cosas. Vida, alegría, satisfacción. Aire puro. Respirar. Andar. Saltar. Playa, mar, agua. Tener mi centro, mi paz, mi sosiego. No tener que prestar satisfacciones a nadie. Un perro, un gato, una compañía animal. Una Flor. Siempre es bueno recibir un regalo. Trabajo. Ir a la lucha. Correr, andar, ser yo

y yo. Viajen bonita. Un lugar bonito. Vida. Color. Luz. Navío. Arder. Arder por dentro.”

- Historia construida:

Admiración y Sensibilidad (título dado a la historia)

“Era una vez una casita pequeña, pero muy linda y acogedora donde había una bella niña, muy relajada y en paz. La niña estaba en su casa y decidió salir para una caminata. Caminando ha encontrado un gato, pequeño y indefenso. Lo recogió. Él se sintió acogido y ella, feliz y contenta, lo llevó a su casa para ser su compañía. Hasta que encontró un trabajo que la realizaba y, de la noche a la mañana, el dolor y lagrimas se convirtieron en alegría. Era todo tan satisfactorio, estaba encantada. Y los días malos se rompieron.”

- Resonancia hacia la historia construida:

“Tener calma. Estar entera. Tener paciencia.”

Este estar en el arte ha permitido a C. salir de lo insoportable y ingresar en el juego. La imagen que tengo es de ella totalmente enfocada y comprometida en la tarea (ya alejada de las memorias del pasado). Para mí era como si la imaginación la tomara de la mano, llevándola a bailar, *“El arte del trauma no es una imitación del pasado sino una apertura al futuro, un intento de encontrar más allá de la recurrencia eterna de lo mismo”* (Levine, 2009, p.42).



créditos imagen Guy Tal

- Un Encuentro con G.

G. llega a la primera sesión, tiene 47 años. Se siente desesperada, lleva 28 años consumiendo alcohol, algo que ha empezado como anestesia para la prostitución y que ahora es el centro de todas sus decisiones. Su hija está embarazada, G. quiere participar en la vida de su futuro nieto, pero, para eso, necesita de cambiar las cosas. Su cuerpo no puede más, le grita – en sus palabras - “*no quiero más*”.

Continuamos las sesiones vía online – en una de las sesiones cuando la llamo por video llamada – ella estaba dormida, había bebido mucho, no se sentía bien. Le propongo posponer, y ella responde que necesita mucho hablar conmigo, que tiene mucho miedo por su vida si continúa bebiendo así. La sensación que tengo, de todas las sesiones, es que las palabras salen de su boca sin pasar por su cuerpo, que habla sin sentirlas, que ella no ocupaba un lugar en sí.

En un momento de esta sesión, me pregunta si las cosas van a salir bien. ¡Con todo mi cuerpoalma le respondo – *no lo sé!* Por primera vez escucho un breve silencio: - *¡Doctora pensaba que iba a decir que sí!* Y yo le dije, “*G. esa es una decisión que solo puede ser tuya, si quieres o no vivir*”.

Confieso que decir algo así a alguien no fue fácil. Me conecté con algo que para mí también era una dificultad “ser cruel hacia la crueldad del otro”. Tuve miedo, pero sentía en mi cuerpo que había dicho la verdad, que nada más podría decirle sin llevarla a un engaño más. En verdad, dos sesiones después, me contó que desde ese día que se levantaba y hablaba a sí misma: “Yo G. quiero vivir”.

Hemos trabajado desde lo vital. G. ama las flores y jardines y está ahora construyendo su jardín con imágenes que encuentra en la calle y que fotografía para enviarme después. Esta semana volvemos a las sesiones presenciales. Hoy recibí un mensaje suyo de voz, que decía: “*Doctora, por favor, no se olvide de la foto que le envié de mi sobrino, es una foto que me gusta mucho, que me trae alegría y paz. Quiero mucho poner esta foto en mi jardín. Me faltan también unos bolígrafos para escribir en grande MI JARDIN, cuando llegue nuestra sesión voy a escribirlo para que quede bien visible. Ese trabajo me ha dado mucha*

paz. Fue una hora en que estuve allí, escuchando música, una hora maravillosa. Aquellos papeles y cintas que me ha enviado me he hecho recordar de mi hermana que murió hace 2 años con mi edad. Fue bueno, como si ella estuviera conmigo, sentada a mí lado. Me gustó mucho hacerlo”.

Cuando llegó a la sesión no se podía contener. Tenía una propuesta que hacerme. Quería hacer un vídeo presentando el trabajo del jardín a su familia. *“Usted no sabe doctora es que a nuestra madre le gustaban mucho las flores y jardines y yo tengo muchas ganas de mostrar a mi familia lo que he hecho.”* Le dije que sí, que la idea era genial y le pregunté como podría ayudar. Empezamos por hacer los últimos retoques al trabajo. Ella eligió a donde quería ponerlo en la pared, se arregló el pelo y me dio indicaciones para que comenzáramos. La veía nerviosa pero muy contenta. Quería estar bien, quería ser vista bien. Dos intentos fueron suficientes para aprobar el video. Presentaba su trabajo como si estuviera delante de una audiencia, intentando tener alguna formalidad. Como si de una maestra se tratara, anunciando lo que allí estaba y porque lo había echo. Al final, mientras veía el vídeo, la expresión de su rostro iba cambiando: ojos bien abiertos, sonrisa fácil, me parecía una niña muy orgullosa de sí, *“Estoy muy feliz, ¡me gusta mucho!”* decía.

Poder valorarse, valorar algo que es suyo - que había sido hecho por sí misma -el haber hecho algo tan bonito y poder mostrar esa belleza (y tan autentica) a los demás, fue algo muy importante para G (*“La belleza aparece en la representación autentica”* Levine, 2015). Al final de la sesión, pregunté que quería hacer con su jardín. Me ha dicho que como no estaba en su casa y como ni tampoco se sentía en casa (estaba viviendo con un hombre más viejo que le daba acogida, pero siempre avanzaba que no tenía nada con él, *“no me gustan hombres tan viejos”*) – quiso que yo lo guardara. Cuando venía siempre preguntaba si yo tenía su jardín, yo decía que sí y preguntaba si ella quería verlo. Ella simplemente sonría y decía que no era necesario, solo quería saber si todavía lo tenía.

Las sesiones siguientes fueran más difíciles para G.. Tuvo una discusión con su hija y la hija le había dicho que ella nunca haría parte de la vida de su nieta. Escuchar eso fue algo muy difícil para G. que había puesto toda su motivación de estar y sentirse bien en esta esperanza de participar del crecimiento de su nieta. Intentamos trabajar su sentimiento de tristeza desde las artes. G. se sintonizó con la imagen de un pájaro. *“Me gustan mucho las águilas. Las águilas son pájaros de Dios. Quiero hacer algo sobre águilas. No tengo más ganas de hablar de mí familia”*, añadió.

G. es evangelista. Encuentra en Dios algún confort, pero esa misma relación le provoca aún más angustia y la lleva a más “no verdades”, pues nadie en su iglesia sabe que ejerce prostitución y, casi todos piensan que está sin consumir alcohol. La disociación de si misma se seguía repitiendo.

Quiso escribir sobre las águilas con frases de la biblia. En su texto recogía cosas como *“Aquellos que esperan en el Señor renovarán sus fuerzas, levantarán alas como águilas, correrán y no se cansarán, caminarán y no se fatigarán”*; *“el águila controla el viento, renueva sus fuerzas y trata con las enfermedades y la muerte. Todos sabemos que las águilas no viven en los lugares bajos como lo hacen los otros pájaros. Ellas fueron creadas para volar en los lugares altos.”*

G. encontraba confort en estas palabras, tal vez quisiera ser pájaro, ser un pájaro iluminado por la luz de Dios. En todo esto me asaltaba una sensación de peligro, de no lugar, de no existencia plena, de confusión y desintegración. En la sesión siguiente G. no apareció. Llamó media hora después para decir que no estaba sintiéndose bien, que había bebido pero que quería tener sus últimos minutos de la sesión por llamada. Lo necesitaba mucho. Hablamos por un rato pues la sentía muy fragilizada. Pero ella hablaba, hablaba, hablaba sin querer sentir(se) o escuchar(se). Como si yo fuera un recipiente, algo para poner cosas y así aliviarla. Intenté devolverle mi sentir, pero sin éxito. Ella no podía escuchar. Tal como un pájaro, G. no volvió más a las sesiones. Intenta mantener el contacto conmigo. Siempre llama, quiere hablar conmigo, me quiere contar de su vida, historias, dificultades, logros, tristezas...Recibo sus llamadas y la desafío a venir al centro, a las sesiones.

G. sigue consumiendo y envuelta en enredos ficticios sobre quien es y lo que está haciendo. Intenta concertar citas que no cumple. Después llama por teléfono. Se justifica por mala salud o otros compromisos, pero siempre asegura que yo me mantengo como su psicóloga, *“no quiero nadie más solo a ti. Me recuerdo de nuestros momentos felices, de cuando yo estaba contigo haciendo cosas bellas”*. La escucho y algo adentro de mí pasa: valoro que ella tenga ganas de compartir cosas conmigo pero me siento en un juego, el de que “te quiero mucho pero hoy no puedo”. Sé que tengo que volver al encuadre de nuestra relación terapéutica, que es de intimidad sí, pero no de amistad. Le devuelvo que, si no está viniendo y si no hay compromiso de su parte, no estamos trabajando terapéuticamente. Que me quedo disponible para estar con ella cuando ella se sienta capaz pero que, de momento, ella no puede decir que está recibiendo apoyo psicológico conmigo, una vez que ya hace meses que no viene a las sesiones. Si no hay compromiso, no hay terapia.

Mientras tanto, la situación se mantiene. G. sigue en su vida, llamando, pidiendo atención, pero no comprometiéndose. Desde mí lugar como terapeuta sé que solamente ella puede ser la protagonista de su vida y solamente ella puede elegir lo que quiere para sí. Yo permanezco en mi papel de escucha, presencia y desafío, pero la decisión de querer o no ayuda, es solamente de ella. *“Yo no soy lo que me sucedió, yo soy lo que elegí ser” (Jung)*.



créditos imagen Guy Tal

7.1.1. TERAPIA INDIVIDUAL – REFLEXIONES FINALES

Estés dos casos que presento son dos ejemplos de casos que pude acompañar al largo del tiempo. Por todo lo ya expuesto, no siempre fue fácil reconocer avances o abrazar tanta incertidumbre. Para eso tuve que aprender a ver desde lo sencillo y pequeño. En todo el proceso comprendí:

- La persona dicta el momento;
- Que no puedo tener prisa. Que cada uno tiene su tiempo y ritmo. Y que hay que confiar en el proceso;
- Que los cuerpos congelados tienen su función y que es necesario tiempo para descongelar;
- Que asumir que se puede hacer algo distinto también es ver que se han tomado muchas malas decisiones y para eso es necesario crear columna vertebral;
- Que no podría sentirme responsable por el mundo o por las cosas que pasaban en la vida de esas mujeres. Que asumir las responsabilidades de sus decisiones era ponerme en un lugar de anulación del otro, sería igual a no verlas;
- Que para sanar no es necesario ir al lugar del dolor;
- Que el arte puede generar el espacio de estar conectada y estar bien;
- Que es necesario valorar lo que pasa, no buscar las cosas, pero dejarnos sorprender por lo que pasa en el momento y acogerlo;
- Que la terapia está llena de avances, pausas, retrocesos y a veces interrupciones, que es necesario dar tiempo y respetar los tiempos de cada uno.

Al final, yo no sé qué va a pasar con estas mujeres, pero les confío sus vidas y decisiones sabiendo que solamente ellas podrán hacer su camino.

7.2. TRABAJANDO LAS ARTES EXPRESIVAS EN GRUPO

Para el trabajo de grupo empecé la divulgación de que iban a comenzar sesiones de desarrollo personal a través de las artes expresivas. Compartí mi preocupación de la poca privacidad del espacio con el equipo y elegimos los jueves para las sesiones, por ser el día con menos movimiento en el Centro. Siendo que todo el equipo estaba de sobre aviso para, dentro de lo posible, no hacer interrupciones.

Recibí un total de 9 inscripciones. Era un grupo de mujeres con edades comprendidas entre los 32 y los 70 años, ocho portuguesas y una nigeriana. Todas mujeres que habían trabajado o aún trabajaban en la prostitución. Muchas se conocían de las actividades del centro y también del trabajo de calle. Existían así historias compartidas, de alegría, de tristeza, de logros y sufrimiento.

Conociendo sus situaciones de gran vulnerabilidad y reconociendo la existencia de relaciones personales previas al grupo, no siempre positivas, estaba decidida a proporcionar un espacio distinto al conocido, un espacio alternativo a sus realidades, un espacio para resignificar.

En esta perspectiva de crear mundos alternativos, de traer belleza, de dar espacio a la diferencia y a lo nuevo, tuve por base objetivos y conceptos que ahora presento, en asociación a imágenes y sentires que tuve a lo largo de las sesiones de grupo.

Estar en el aquí y ahora – La propuesta de rituales: el ritual de tener siempre un centro. Un nuevo centro todas las semanas que celebraba nuestro encuentro y nos ayudaba a llegar poco a poco a la sesión (“el alma llega después” recordaba las palabras de Anna Buxaderas en supervisión). Colocar una palabra semilla (intención) al centro en el principio de cada sesión y estar en el momento, disponibles para la sorpresa y para el juego. Plantear ejercicios que ayudasen a descentrarnos de la vida afuera por la vivencia a través de los sentidos. El mirar, el

conectar con nuestro cuerpo, la exploración del espacio desde otra mirada (que no he visto, que me llama la atención, que me sorprende, que me gusta o no) sin olvidar el trabajo inicial con los cuerpos. El salir de la palabra trabajando desde la resonancia. Todos ejercicios que ayudaban a estar presentes, en escucha y en relación con el cuerpoalma.

- **Promover el silencio como acto de escucha** – Enfocarse en la tarea, estar en el hacer arte. Cuantas veces mi cuerpo acogió el silencio del grupo, un silencio placentero que llenaba el espacio mientras las mujeres estaban creando. Sentía a través del silencio, el respeto y cuidado que dedicaban al trabajo y, por su vez, a sí. Un silencio que atravesaba mi cuerpoalma y que no pasó desapercibido a los otros compañeros de trabajo, “¿Tânia no se escuchaban las mujeres, ¿cómo lo has logrado?”. Y en mi corazón las palabras de Mónica Sorín: “¡No te preocupes, ocúpate! La cuestión no es lo que ha pasado, sino lo que haces con lo que pasó”.

“Presence requires atención, appreciative curiosity, multileveled awareness, trust and openness to the senses and to the imagination”.

(Atkins, 2014 en Atkins & Snyder, 2018, p.50)

- **Acoger el nuevo, el caos y la incertidumbre/conectar con lo potencial** - Trabajar desde el juego, no poner límites a las propuestas que presentaba o partir de pre-ideas en relación con estas mujeres - promover la participación de todas desde sus propios recursos. “Confiar en el proceso”. Estar lista para dejarme atravesar por sus dificultades, por sus historias sin querer resolverlas de inmediato o “reparar en vano” y poder sostener lo que pasaba dando espacio para que ellas pudiesen, o no, generar otras respuestas.

- **La Mujer, la protagonista de su vida** – Recorrer a prácticas integradoras y de estímulo para la autonomía y responsabilidad de las mujeres, tan acostumbradas a sentirse sin control en sus vidas como si todo lo que les ocurriera fuera obra del destino y poco por su elección. Poner las mujeres en el centro de las decisiones: que quiero hacer, que material quiero utilizar, que espacio elijo para la tarea, que quiero hacer con mis creaciones, donde las voy a poner en el espacio, o si hoy estaré, o no, en la sesión, y...y...y...

Promover momentos para compartir y momentos para resonar – tengo algo que decir, puedo traer algo nuevo al grupo, hago parte de y soy única.

- **El familiar en lo extraño y lo extraño en lo familiar** – Promover experiencias distintas desde elementos conocidos, por ejemplo, conectar con elementos de la naturaleza desde la sensorialidad, imaginación y juego: qué huele?, qué sonido tiene?, cómo lo siento en mi piel?, qué quiere decirme?...; promover momentos de juego y de masaje entre sí - algo que les provocaba mucha risa y alegría – el cuerpo en su potencial de dar y recibir, de poder ser lugar de placer y de alegría; Invitar a la escucha del espacio – que necesita? ¿Qué le hace falta? ¿Qué nos gusta más? E invitar las mujeres a traer cosas suyas para este espacio común – donde recibimos pañuelos, cojines, mantas y velas.

- **Celebrar acontecimientos** – ¿vivir en prosa o poesía? Una cuestión que me ha acompañado en las prácticas. Poder celebrar lo sano, lo vital, crear espacio de seguridad. Dar espacio para compartir alegrías y dolores. Acogerlo todo en grupo, sostenerlo y convertirlo en obra artística. Una obra que se expone, que se valoriza, que se nombra, que es vista por los demás y que resuena en ellos; presentar un bello centro para recibir el grupo; aportar pequeños detalles al espacio para que fuera más confortable; entregar un libro a cada una para que registrasen lo que les pasaba – me recuerdo de cómo lo recibirán: cejas arriba y manos ávidas.

La mayoría lo dejó después – para que yo lo guardara – pero I., una mujer de cuerpo congelado que le costaba nombrar sus sentires recogió el libro, lo acercó a su pecho y lo llevó a su casa.

Y en la base de todas estas propuestas promover **la pertenencia**. La importancia de crear tejido social y humano. De promover la creación de lazos, de memorias, el sentido de comunidad, de hacer parte, de construir cosas, de compartir momentos.

1ª sesión

En nuestro primer encuentro estuvieron 5 mujeres. En el medio del espacio destinado a la actividad había dispuesto sillas en círculo y en el medio un bello centro. Estaba comprometida en celebrar la belleza de nuestros encuentros y trabajar con este centro me conectaba mucho con mi experiencia del Máster. Juntos alrededor de algo que nos unía, que nos conectaba al aquí y ahora. Lo simbólico y lo ritual como herramientas arte terapéuticas que podrían ayudarme en la tarea de promover encuentros.

Para la primera sesión pedí que trajeran un objeto personal que les fuera querido. Sabía que las mujeres ya se conocían, o por las actividades en CAOMIO o por su trabajo de calle. Quería que tuviesen la posibilidad de conocerse desde otras narrativas. Que las mujeres pudieran verse con otros ojos y miradas.

Llegaron a la sesión, pasos cortos, miradas entrecruzadas, cuerpos abrazados a maletas, sorpresa por lo que encontraban. Me presenté y presenté el objetivo de las sesiones, el desafío era simplemente “dejarnos llevar por la imaginación”, dejarnos sorprender. Hablé del centro y su significado, construyéndose al final una pequeña poesía:

“Un centro seis mujeres
Seis mujeres al centro
Seis mujeres en el centro
Un centro en cada mujer.”



Espacio de las Actividades de Grupo

Como grupo tendríamos que crear nuestras reglas, pero había algo que sería esencial en todas las sesiones: la confidencialidad de lo que íbamos a escuchar y que cada una pudiera hablar desde sí misma, desde el yo.

No todas habían traído su objeto, así que invité a que pudieran coger algo de sus pertenencias. Una a una, a su vez y por su voluntad, decían su nombre y presentaban el objeto mientras lo ponían al centro.

“Un anillo de plata que me fue regalado por mi papá, el único que no he vendido para los consumos” decía la más joven;

“Un móvil, lo que me permite hablar y estar más cerca de mi familia” decía la mujer nigeriana;

“un ratón de peluche – siempre me encantaron los ratones, soy parecida a un ratón, miren – mientras hacía boca y orillas de ratón – y ahora a mi hija también le gusta los ratones”;

“una imagen de Nuestra Señora de Fátima – siempre me acompaña esta imagen, desde la muerte de mi hijo la traigo conmigo, me da fuerza, me siento acompañada”;

“una foto mía de cuando era más joven – me gusta mucho esta foto, la tomé cuando fui a un paseo con vosotros, me gusta mucho la foto”.

Me sentí movilizada con el compartir, agradecí y las invité a que pudiesen mirar nuevamente el centro, dejándose atravesar por las palabras escuchadas, que cada una pudiese dejar una palabra-semilla para lo que estaba empezando (unión, compartir, ternura, paz, diversidad).

La sesión continuaba. Caminaron por el espacio en silencio, conectando con su cuerpo y forma de caminar – las invitaba a despertar sus sentidos - a sentir como sus pies contactaban con el suelo, a la velocidad de su marcha, a experimentar distintos ritmos y pasos. Propuse que encontrasen una mujer y, manteniendo el silencio, que mirasen su rostro con pormenor, como si fuera la primera vez que veían un rostro; elegían una característica, agradecían con su mirada y volvían a caminar por el espacio. Repetimos el ejercicio para que todas pudiesen encontrarse con todas y quedar con algo de cada una.

Mientras hacían el ejercicio sentía una mezcla de incomodidad con curiosidad. Caminaban despacio como pisoteando huevos y cuando se cruzaban con otra mujer una seriedad en la mirada – en el ver y dejarse ver.

Desde aquí pasamos para el transfer artístico - un trabajo plástico con lo que habían visto, sentido y lo que se habían quedado de cada persona. Y al final, una exposición de los trabajos - en que cada una era invitada a resonar (por escrito o dibujo). De donde emergían palabras como “amigos, amistad, amor,

belleza, esperanza, danza, cultura, diversidad, diversión, ventana de la libertad, alfombra, paciencia y patio”.

Me sentí muy movilizada con la primera sesión, con su entrega a la tarea y con el silencio posible mientras la realizaban. Dada la heterogeneidad del grupo tuve que adaptarme a lo largo de la sesión para que todas estuviesen integradas, traducir las indicaciones en inglés, proponer algo que todas pudiesen comprender y hacer. Algo que fue valorado por las mujeres: “me gustó que tuvieras la preocupación de que todas entendíamos las propuestas, así pude estar más concentrada en mí”.

Antes del término de la sesión, algunas palabras y sentires: “tomé tiempo para mí”, “confianza”, “tranquilidad”, “dentro de un tiempo y el espacio quedará muy lindo” - decía una mujer mientras miraba la exposición.

2ª sesión

En la segunda sesión conté con 6 mujeres (unas nuevas otras de la primera sesión). Una vez más iniciamos la sesión alrededor del centro y pusimos nuestras semillas para la sesión. En esta sesión mi propuesta era que se transformaran en Mujeres-Árbol. Una propuesta que surgió de la necesidad que he sentido de que las mujeres pudiesen estar más conectadas con sus cuerpos. ¡Que los ocupasen, que se pudiesen sentir!

Empezamos calentando el cuerpo, poniendo la escucha en como era su movimiento, peso, ritmo y sus interrelaciones. Desde este trabajo, recurriendo a la imaginación, cada una fue imaginando que se transformaba en un árbol, los pies en raíces, los cuerpos en tronco, ramas y copa. A la medida que se conectaban con el árbol, hacían una estatua: el grupo se transformaba en Mujeres-Árbol.

Las invité después a explorar ese cuerpo árbol – como caminaba, como se sentía, que observaba y como era cuando se cruzaba con otra mujer-árbol.

En cada sesión estimulaba el compartir así que invité el grupo a juntarse en pares y a despertar su curiosidad. Podían preguntar cosas a su compañera, a descubrir otras cosas más de su árbol: ¿qué miraba?, ¿cómo era su forma?, ¿dónde estaba?, ¿tenía hojas o frutos, ¿qué escuchaba? Al principio siempre encontraba algunas resistencias, intentaba no alimentarlas mientras decía cosas como “en el mundo de la imaginación todo es posible y todo está bien”. Al final de un rato, ya todas compartían, todas habían entrado en el juego de la imaginación. Las mujeres iban describiendo la experiencia a su tiempo. Unas con respuestas más prontas; otras las veía cerrando los ojos en cada respuesta como si estuviesen haciendo un camino de pasos cortos hasta su árbol, construyendo la narrativa imaginaria de ese encuentro con cuidado y atención.

“Soy un castaño, pero sin castañas. No alimento”, Soy un árbol con raíces desnudas, de fuera. “Soy un castaño, un árbol resistente”, “Mi árbol no está muy bien, está muy débil, lo veo por sus hojas” - fueron algunos de sus sentires.

Dejo mi resonancia de ese momento...



créditos imagen Imogen Cunningham, “Dream Walking”, 1968

Quería que cada una tuviese su espacio-tiempo, quería dar protagonismo a cada mujer-árbol, así se creó un espacio escénico para la presentación de cada una. La idea era de atravesar el escenario de un lado al otro, presentando el árbol al grupo, mientras las demás acompañábamos con los sonidos de su paisaje a través de diversos materiales dispuestos en la sala, de nuestro cuerpo y voz. Al final siempre preguntábamos si le había gustado y si quería cambiar algo. Comparto algunos de sus soliloquios: me siento...” en las nubes / agradecida / ligera / capaz / en paz / bien por tener un espacio así donde me pueda expresar”.

3ª sesión

En la tercera sesión la propuesta residió en trabajar desde nuestras raíces, “bajar la mirada para ver las raíces”, la potencia. En el centro había dispuesto diversas imágenes de cuadros famosos de árboles y naturaleza. Las invité a que se dejaran atravesar por esas imágenes, a conectar con el aquí y ahora, sintiendo la respiración, el inspirar y expirar. Las llevé en una viaje de regreso a sus raíces, invitando a que se conectasen con memorias y sentires.

Quería que tuviesen sus cuerpos despiertos y sus sentidos también. Había dispuesto en la sala diversas conchas que yo había recurrido al largo de los años, cada una con su forma, tamaño, textura y olor. Mi propósito era de traer el familiar al extraño y el extraño al familiar. Las conchas también nos conectaban al paso del tiempo y al ciclo de la naturaleza. Deseaba despertarles para el sentido de la lógica y la lógica de los sentidos.

La idea era de caminar por la sala al son de música y cuando sonaba la campana, las mujeres se encontraban con una concha y establecían un diálogo con el elemento – lo sentían en su piel, lo podían escuchar, oler, hablar con él, saber que historias contaba y se traía algún mensaje. Todo era posible. Invitando que mantuviesen la escucha en lo que pasaba en sus cuerpos-almas. Agradecíamos y nos despedíamos al encuentro de una nueva concha. Al final

nos encontramos al centro y dejamos nuestra palabra-semilla: “saudades¹⁰”, inspiración, silencio, respecto.

Seguimos para el transfer artístico de la experiencia: que habíamos encontrado, recordado, descubierto y que queríamos traer a nuestras raíces. Al final, regalé un bloc de notas a cada una y las invité a dialogar con la obra: que me gusta más/menos; que llama mi atención, que necesita, que le falta, que título tiene, etc. En sus obras historias de niñez, de juegos, de amistad, de familia.

En el encuentro del grupo, al final de la sesión cuando compartían, sentí como las mujeres estaban emocionadas. También yo me sentía atravesada por la energía de esta sesión y por su compromiso en la tarea. Tenía una sorpresa para el grupo, una poesía que había hecho mientras las observaba. Mi resonancia a su trabajo en la sesión:

Raíces penetrantes
Raíces profundas
Raíces que nos tocan
Raíces que atraviesan.
Tierra mojada
Tierra Húmeda
Tierra amiga
Tierra conocida
¿Quién soy yo?
Pregunto al viento
Qué pasa con prisa
Y pronto pasó
Queda el eco de la pregunta: ¿Quién soy yo?
Soy yo, soy yo, yo, yooo...
Y con el eco,
La respuesta.

¹⁰ Palabra portuguesa que enuncia que se siente falta de algo. Es una palabra que se refiere a un sentimiento.

Todas estábamos con nuestros cuerpoalmas despiertos y de mano dada con nuestra vulnerabilidad. Antes de salir cada mujer eligió una imagen del centro y la llevó, compartiendo con el grupo el haiku que estaba escrito en su imagen. Mientras lo hacían, sus ojos se encendían con el regalo, lo llevaban al pecho y consigo. “Que bueno recibir un regalo”.

Dejo mi resonancia de ese momento...



créditos imagen Anjali Vishwakarma sin cita

4ª e 5 sesión

Las 2 ultimas sesiones fueran destinadas a trabajar el “Ser Mujer”. El desafío era descentrarnos de conceptos o juicios, pues el social también nos atraviesa, y partiendo desde el sentir hacer un camino desde el unísono – un grupo de mujeres - a la multiplicidad – cada mujer, una mujer. ¿Qué es para mí ser mujer?

Para desconectar la mente hice la propuesta de un círculo de masaje. Esta fue una propuesta que les encantó. Veía sonrisas, miradas cómplices, el cuidado para no dañar. Sus cuerpos relajaban, ellas relajaban, estaban disfrutando y poco a poco llegaban a la sesión. Las veía felices en estos cuerpos que podían dar y recibir. Repetimos la propuesta en la sesión siguiente. Si les hacía sentir bien y las llevaba al vital, entonces era para repetir la experiencia.

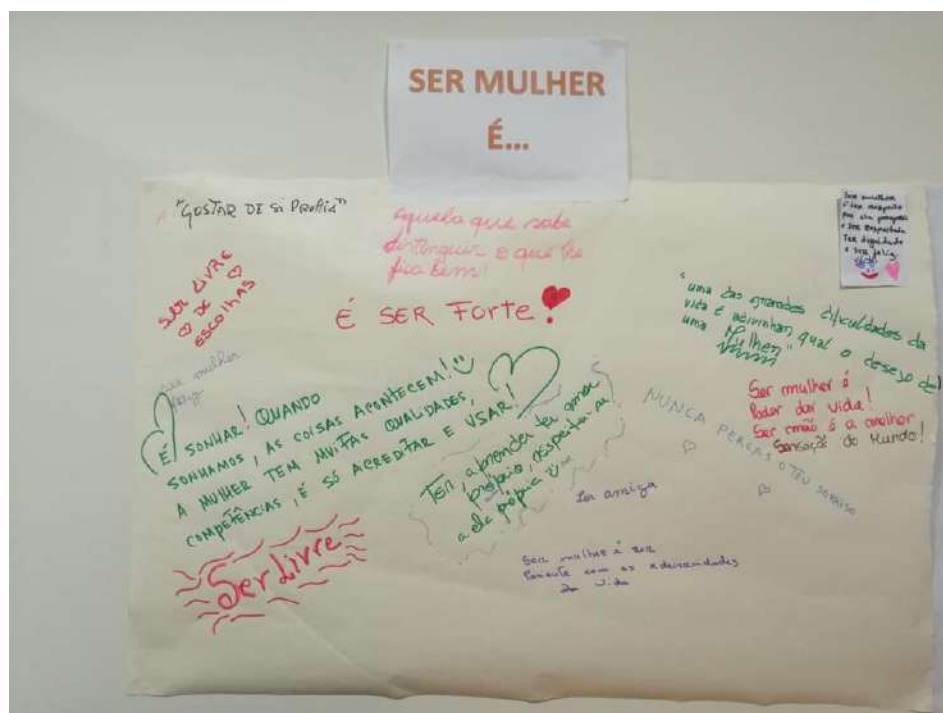
Después nos reunimos en el centro, nos miramos entre mujeres y miramos las imágenes dispuestas al centro de otras mujeres, algunas conocidas otras imágenes abstractas. La idea era dejarnos atravesar por las imágenes, por nuestra historia, nuestro cuerpo de mujer, nuestro sentir y desde aquí partir para la creación de una obra trabajando con collage (*de las partes a lo uno; un uno hecho de partes*).

La mayoría de los trabajos estaba orientada al que lo social presenta como “la norma” con representaciones de maternidad, de matrimonio y de vida familiar. Pero cuando desafiadas: *¿Qué necesita tu obra?* Aparecían también deseos, sueños y logros.

“La alegría de ser madre”; “Una historia de amor”; “Humanidad, coraje y orgullo”; “Amor, caminar siempre adelante. Lo que no pasa muchas veces – estar bien en la vida”; “Ser mujer, gustarte a ti misma”; “Solas somos pétalos, juntas rosas.”

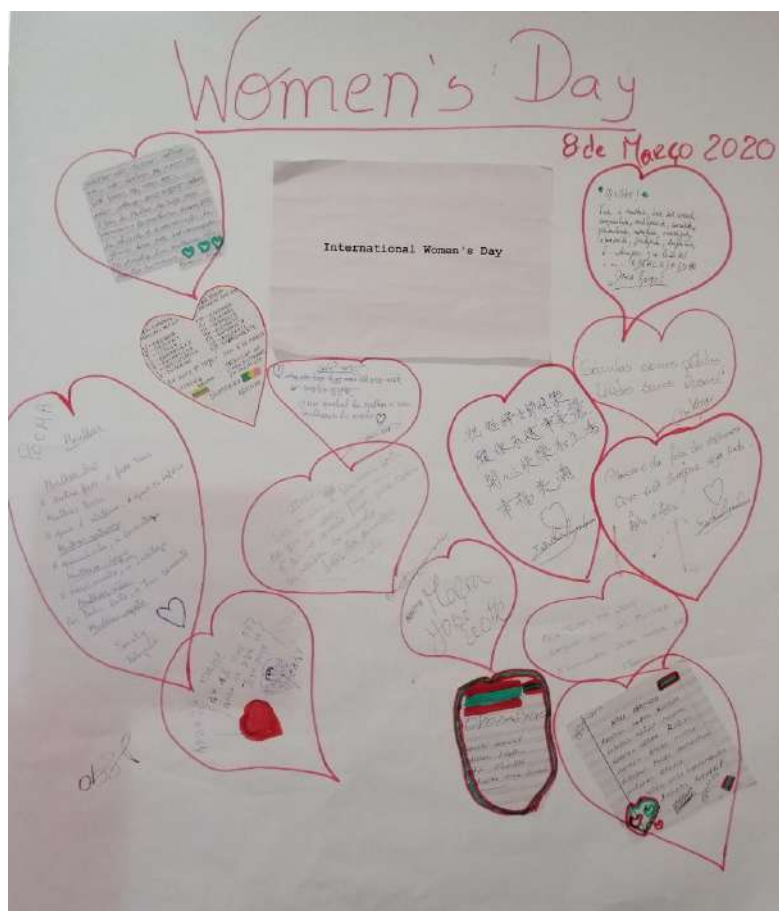
Cartulina hecha por las mujeres

“Ser mujer es”



Con el inicio de la pandemia por el coronavirus se tornó más difícil juntar el grupo y tuvimos de interrumpir esta intervención. Al final, y aproximándonos del “Día de la Mujer”, el grupo decidió compartir sus mensajes y exponer una cartulina más, invitando otras mujeres a participar en el diálogo “Ser Mujer”.

Cartulina puesta en el centro para otras mujeres participaren
pos-inicio de la pandemia



Poesía “Mujer” (Por una usuaria)

Mujer-Luna

La otra cara, la cara desnuda.

Mujer-Tierra

Lo que es misterio, lo que se espera.

Mujer-Naturaleza,

La gravedad, la corriente

Mujer-Agua

El nacimiento, la incertidumbre.

Mujer-Vida

Por toda parte, tu semilla.

¡Mujer-Gente!

7.2.1. PROCESO DE GRUPO– REFLEXIONES FINALES

Desde la primera sesión me sentí conmovida y sorprendida con la entrega de las mujeres a las tareas propuestas, lo que me conectaba con la importancia de confiar en el proceso y ver la potencia de cada uno/a.

La intención era de abrir un espacio donde pudiesen verse y encontrarse y reconocerse; donde pudiesen jugar, reír y crear; donde pudiesen habitar los cuerpos. ¡No tenía por objetivo cerrar los ojos al dolor, pero sí sentía ganas de promover el contacto con la potencia! Con la vitalidad, la autonomía, la responsabilidad, la valorización y la aceptación. Un espacio seguro para “Serse”.

Si, en verdad, encontré resistencias: “no sé dibujar, no sé qué hacer, no hay borrador”; siempre acogí sus (y mis) ansiedades diciendo que estábamos en un espacio para experimentar, que nos habíamos propuesto a dejarnos sorprender, que la vida en si no tenía borrador y que la invitación siempre era de experimentar y ver que ocurría. Y que viajé hicimos, desde nuestra vulnerabilidad, humanidad y belleza.

En las cinco sesiones que tuvimos, antes del principio de la pandemia, siempre comenzábamos alrededor del centro, nos conectábamos con el aquí y ahora y dejábamos una palabra semilla para la sesión. La idea era estar presentes, celebrando nuestro encuentro y la vida. Por sus situaciones de vida – algunas incontrolables otras consecuencias de sus decisiones – intenté que pudiesen tomar y participar en las decisiones de grupo, promoviendo el resonar como forma de crear vínculos y de dar espacio a la multiplicidad. Sentía que era importante para las mujeres estar en un espacio de escucha y de sentir, partiendo del concepto “*low skill, high sensibility*” ayudar a crear una experiencia alternativa a sus mundos por el recurso a la imaginación. Que no era necesario volver al lugar del dolor para sanar.

A lo largo del proceso entendí que también yo tendría que hacer todo un trabajo interno de evaluación de expectativas y de cuestionamiento. Como diría Yalom

“ver a través de sus ventanas”. Comprender que cada mujer estaba en su proceso y que no siempre podría contar con todas en las sesiones, que unas iban a seguir, otras no. Intentar enfocarme en su compromiso mientras estaban en la sesión y en tarea, al revés de estar mirando para lo que no era posible hacer. Pues si quería trabajar desde la potencia tendría que ver para donde yo misma estaba mirando. Que no podría, desde toda la humanidad que siento en la intervención por las artes expresivas, aprisionarnos (a ellas y a mi) a una idea rígida – sabía que si lo hiciera estaría generando violencia, iba a dejar de verlas. Recordé que el encuadre tendría que estar al servicio “de” y no al revés. Así que me liberé de cualquier pre-idea y juntas acogemos el caos y la incertidumbre en cada sesión –confiando en el proceso y poniendo la mirada en lo sano y vital.

Poder cometer errores... tal vez lo más difícil para mí, que en mi sentido de responsabilidad tenía mucho miedo de provocarles daño con alguna propuesta y en este confiar y dar espacio para el error, encontrarme con lo potencial y la vitalidad de estas mujeres. Me recuerdo de M., con sus dificultades cognitivas – de en algún momento dudar si ella estaría entendiendo mi propuesta - y al terminar la sesión, después del ejercicio de ser un árbol, en su compartir escucharla decir: “Siento que he estado jugando conmigo”.

Por fin, hablar de la importancia del autocuidado. Si la propuesta era dejarse sorprender también yo fui atravesada por momentos no previsibles, por la confianza con que aceptaban las propuestas y desafíos. Aún guardo la imagen de cada una cruzando el espacio como mujer-árbol, mientras la regalábamos con los sonidos de su paisaje. Momentos de pura belleza que tanto me conmovían como me dejaban herida. ¿Cómo sostener tanta belleza y dolor? Entendí que en este proceso tenía que cuidar también de mi piel. Tener un espacio para mi propio autocuidado. Cuan importante fue el espacio de supervisión, terapia y la creación artística para integrar y resignificar lo que también yo vivía y sentía en las sesiones.

“Tenga paciencia con todo lo no resuelto y trate de amar las preguntas en sí mismas. Trate de amar también a quienes las formulan” Yalom.

8. CONCLUSIONES

Tener la oportunidad de trabajar con mujeres que ejercen o han ejercido la prostitución es una experiencia práctica que valoro mucho. Es algo que me habla muy de cerca como mujer, como ser sexual, como persona y como ser humano. Algo que me habla desde muchos lugares. Aún mayor tiene que ser mi atención y autocuidado en esta tarea.

Imagino el cuerpo femenino como un instrumento musical, algo muy delicado y sensible. Cuando recibo estas mujeres y las veo tan frágiles, “tan mal tocadas” y abusadas no siempre es fácil sostener mis propias emociones como ser humano y mujer que soy. Sin embargo, mi voluntad de ayudarlas a estar en un lado más sano y vital de la vida es grande, me fortalezco y sigo en mi tarea. No con el propósito de cambiarlas, pero con el propósito de que ellas se puedan ver desde otras miradas. Me encantaría que ellas se pudiesen ver como yo las veo: mujeres poderosas, valientes, fuertes, decididas y de tanta resiliencia. Es aquí, en este lugar que me quedo, en sus fuerzas y potencialidades. Ponerlas en el papel de víctimas es no cambiar nada. Es ponerlas en el mismo lugar de invisibilidad. Ponerlas en contacto con otros lugares, mundos, juegos, sentimientos, colores, sabores y en sus propios cuerpos, eso es el camino para proporcionar un verdadero encuentro con ellas mismas.

En estas prácticas entendí:

- la necesidad de respetar el tiempo: el tiempo para “llegar”, el tiempo para entrar en tarea, el tiempo terapéutico, el tiempo de cada uno.
- que más que dar soluciones o respuestas prontas hay que sostener y abrir espacios creativos para el entendimiento y la resignificación (con todo el cuerpoalma).
- que todos somos atravesados por construcciones sociales las cuales debemos cuestionar y reflexionar, creando espacios de resistencia. Que las artes expresivas

pueden ayudar en esa tarea de crear mundos alternativos y nuevas respuestas por el contacto con la imaginación y la creatividad.

- que el cuerpo siempre reclama vida, si lo escuchamos. Que un cuerpo despierto, es un cuerpo sano.

- que no hay dolor sin alegría; desaliento sin esperanza; desamor sin amor. Que el camino de la vida se hace caminando entre los polos. ¿Dónde quiero estar? ¿De dónde vengo? ¿Dónde estoy? ¿A dónde voy? ¿Dónde pongo mi mirada y energía?

- que solo podemos provocar cambios en el mundo cuando nos permitimos a cambiar.

- que debemos ser los protagonistas de nuestras vidas. Y que la debemos celebrar en las cosas pequeñas y sencillas.

- que el arte al descentrarnos de la “vida”, nos conecta a la VIDA! Nos conecta a la vitalidad, a la ternura, al placer, a la salud, a la potencia creadora, a la vulnerabilidad y a la belleza. Nos conecta a nuestra esencia humana.

- que la vida es hecha de “vivires... y de morires” ... Y, en ese entendimiento, poder soltar la ilusión creada, quitar las mascarillas y abrazar nuestra vulnerabilidad con honestidad, ternura, cuidado y amor.

El desafío es grande, pero sigo sin miedo. No voy sola. Llevo mis experiencias, llevo mis aprendizajes, llevo mis maestros y compañeros. Llevo también mi coraje, vitalidad, esperanza y amor hacia el mundo. Llevo el arte de vivir.

¡Seguimos viajé!



créditos imagen Guy Tal

9. BIBLIOGRAFÍA

ATKINS, S. y SNYDER, M. (2018). *Nature-Based Expressive Arts Therapy*. London: Jessica Kingsley Publishers.

FERNÁNDEZ, A. (1993). *La mujer de la ilusión. Pactos y contratos entre hombres y mujeres*. Barcelona: Paidós.

GIRON, M. (2007). *Psicanálise e Arte. A busca do latente*. Porto Alegre: Editora Rígel.

GYSIN, M. y SORÍN, M. (2011). *El arte y la persona. Arteterapia: esa hierbita verde*. Barcelona: ISPA.

HAN, B. (2014). *A Sociedade do Cansaço*. Lisboa: Relógio D' Água.

HESS, C. y HESS, A. (2008). *Medicina Humana. Un arte inteligente de curar*. Barcelona: ISPA.

JULIANO, D. (2002). *La Prostitución: El Espejo Oscuro*. Barcelona: Icaria.

KNILL, P., LEVINE, G. y LEVINE S. (2005). *Principles and Practice of Expressive Arts Therapy. Toward a Therapeutic Aesthetics*. London: Jessica Kingsley Publishers.

LEVINE, S. (2009). *Trauma, Tragedy, Therapy. The Arts and Human Suffering*. London: Jessica Kingsley Publishers.

PESSOA, F. (2015). *Citações e Pensamentos de Fernando Pessoa*. Alfragide: Casa das Letras.

PLUDERMACHER, I. (2015). *The Beautiful in the Horrible. Prostitution and modernity en Splendours & Miseries. Images of prostitution in France, 1850-1910*. París: Musée d'Orsay – Flammarion, p. 230-283.

REDDEMANN, L. (2003). *La imaginación como fuerza creativa*. Barcelona: Herder.

RESTREPO, L. (1997). *El derecho a la ternura*. Barcelona: Península.

SORÍN, M. (1992). *Creatividad*. Barcelona: Labor.

VÉLEZ O. y CALDERÓN, J. (2019). *Dolor y Belleza*. Lima: TAE Perú.

YALOM, I. (2018). *El don de la Terapia*. Barcelona: Editorial Planeta S.A.

*“Lo que embellece al desierto es que en alguna parte esconde un pozo de
agua”*

(Antoine de Saint-Exupery, 2004)

