

The background of the image is a photograph of a paved road that curves through a dense forest. The trees are tall and leafy, with sunlight filtering through the canopy. A semi-transparent blue rectangular box is centered over the middle of the image, containing white text. The text is arranged in three lines: a subtitle, a main title, and an author name.

NIÑOS, NIÑAS, CREATIVIDAD Y ENTORNO SOCIAL

ENTRE DOS CIUDADES

JAIME ZARDOYA. ARTETERAPEUTA

Contenido

I. Prólogo	3
II. Érase una vez... ARTETERAPIA	5
III. Sobre mi	9
IV. Arteterapia Transdisciplinar	15
V. El colectivo: Niños y Niñas nos desafían	53
VI. Mis prácticas como arteterapeuta: Entre dos ciudades	69
VII. Epílogo	103
VIII. Bibliografía	105



"Imagination is the source of
every form of human
achievement."

SIR KEN ROBINSON

I. Prólogo

No se muy bien por dónde empezar.

Retomo la tesina después de unos meses de desconexión del máster, la retomo con una cierta pereza y también con ganas de poder cerrar y avanzar. La retomo también sabiendo que en este proceso voy a aprender algo importante sobre mí, me gusta retarme a mí mismo, me ayuda a conocerme mejor y a descubrir algo nuevo en mí. Me he dado cuenta de que al hacer las cosas bien y con calidad tengo un disfrute que antes no me permitía. Así que afronto esta tarea con el espíritu de hacer la mejor tesina que pueda hacer y dedicarle el tiempo y el cariño que merece.

Hoy he venido de nuevo al IATBA, después de 6 meses, desde Julio cuando presentamos los trabajos finales de segundo año. Ha sido una desconexión necesaria y también me doy cuenta de que tenía ganas de volver a conectar. He llamado al timbre, me ha abierto Carmen con un abrazo y he entrado en la sala de tesinas.

Me ha llamado la atención una, me la recomendó Aude Planck en mi última supervisión: Arte que humaniza de Katie Annice Carr. En esto aparece Anna Buxaderas y me da un beso... la última vez que nos vimos fue en el cierre del master, recuerdo sus resonancias corporales, inspiradoras, potentes, reveladoras. Sigo trabajando un rato y aparece Chari Muñoz, un beso y un abrazo y hablamos de la tesina de Katie, muy bonita me dice. Le cuento que tengo que dedicarle más tiempo a la tesina y me recomienda empezar por la estructura. A por ello entonces..Empiezo a retomar la tesina con ganas y de repente mi vida entra en un torbellino de actividad y de estrés. Alquilamos un local para nuestro negocio, empezamos las reformas, compramos los muebles, lo estrenamos con nuestros clientes, buscamos una empresa de catering, buscamos una persona para limpiarlo,... nos empezamos a adaptar con muchas dificultades y cuando empezamos a ver la luz... el COVID-19, le pido a Aude Planck poder retrasar la entrega de la tesina, me convence de que vale la pena intentarlo y me vuelve a retar. Acepto el reto encantado. En el mes de Abril, aprovechando y enfrentando el confinamiento, afronto la tarea de compartir mis aprendizajes, mis resistencias, mis dificultades, mis disfrutes. Afronto la tarea de escribir la mejor tesina de la que sea capaz, una tesina de la que me pueda sentir orgulloso.

Así pues empezamos....

“El ser humano como especie
necesita crear; su aptitud para
inventar, producir,
transformar es su condición
natural. Es así como el ser
humano crea su mundo en el
mundo. No hay pues ser
humano carente de
creatividad”

MERCEDES GYSIN

Obra propia



II. Érase una vez... ARTETERAPIA

Era una noche con una luna enorme y brillante, un cielo plagado de estrellas. Un grupo de hombres y mujeres jóvenes habían dejado la aldea y eran guiados por las ancianas de la tribu. Era una noche cálida, cerca del solsticio de verano, la atmósfera olía dulce, a pino, a tierra seca. Los grillos nos daban la bienvenida, los animales salvajes rugían a lo lejos, la luna mostraba el camino. Había una sensación de excitación, de miedo, era un día importante para la comunidad, un día de celebración y de rituales. Después de un rato caminando ante ellos se abría una gruta en la pared de la montaña, encendieron unas antorchas y empezaron a bajar. La cueva cada vez más estrecha, las sombras alargadas se dibujaban en las paredes, como unos acompañantes sinuosos, intrigantes, vaporosos. Ya no podían ir erguidos, el techo de la cueva seguía bajando y ahora todos curvados, unos detrás de otros seguían caminando. Olía a humedad y a aventura. Seguían bajando, cada vez con mayor dificultad, hasta que de repente, se abre una gran cueva y la pared se viste de colores, de trazos, de texturas, de imágenes de caza, de personas y animales en danza. Los jóvenes se quedan extasiados, la primera vez que estaban expuestos al arte, sintiendo con todo su cuerpo, con una mezcla de miedo, de sensualidad, de sorpresa, un torbellino de sensaciones. Las ancianas empiezan a cantar resonando con la obra pictórica, toda la aldea se les une, la cueva amplifica la vibración y genera resonancias en todos los ángulos, se genera una experiencia colectiva que los más jóvenes no olvidarán nunca. Érase una vezarteterapia!

Una escena parecida bien se pudo producir hace más de 60.000 años en alguno de los asentamientos de seres humanos en el planeta, mucho antes de que el lenguaje hablado existiera.

“El ser humano aprendió a bailar y pintar antes de hablar. Supo encontrar la forma de expresar sus sentimientos: tristeza, duelo, alegría,..” (Mercedes Gysin, El arte y la persona. Arteterapia: Esa hierbita verde).

La necesidad de expresar lo que nos sucede y de compartirlo es una necesidad básica en el ser humano, y antes de disponer de la palabra, las artes expresivas eran su canal natural. En la Grecia clásica no existía una división tan marcada entre las diferentes formas de conocimiento y expresión, el arte, la filosofía y la ciencia se entrelazaban, había una mirada mucho más integrada del ser humano, del cuerpo alma.

"El mundo, y la vida, de los que formamos parte magmática, nos rodean con su permanente caos, con eternas incertidumbres. Gracias a ese caos, ...frente al caos - para protegernos de él - el pensamiento humano engendra las Caoideas, tres maneras diferentes de creación:

- La filosofía, que crea conceptos o nuevas formas de pensar**
- La ciencia, que crea nuevas maneras de conocer**
- El arte, que crea perceptos y afectos, nuevas maneras de ver y oír, nuevos modos de sentir.**

Por eso al mismo tiempo, ciencia, arte y filosofía son indiscernibles de alguna manera" (Mónica Sorín, El arte y la persona. Arteterapia: Esa hierbita verde.)

Y hacemos un salto enorme en el tiempo y nos situamos en 1945, en Francia, terminada la Segunda Guerra Mundial, en una Europa destruida por el miedo y por el odio, millones de muertos, economías destrozadas, con el impacto del Nazismo aún por descubrir en la totalidad de su horror, aún en shock al descubrir la capacidad del ser humano de destruir de forma masiva con la tecnología y la ciencia. También un momento de celebración, de celebración por una guerra que finalmente ha terminado, celebración de volver a vivir, de volver a crear un mundo que se quería diferente.

Y es en ese momento histórico en el que surge una propuesta artística innovadora, el Art Brut, concepto creado por Jean Dubuffet, surgiendo primero en una Francia exhausta y derrotada y volando luego a una Suiza neutral. Esta expresión artística, que empezó a generarse en los años 20, un momento de gran libertad y explosión creativa (cubismo, surrealismo), fue considerado como degenerado por la cultura totalitarista que finalmente desencadenó la Segunda Guerra Mundial.

"A menudo se define el Art Brut como un arte psicopatológico o arte de locos." (Mercedes Gysin, El arte y la persona. Arteterapia: Esa hierbita verde).



Aunque es cierto que una gran parte de la creación correspondía a personas ingresadas en centros psiquiátricos (manicomios en aquella época) en realidad los artistas de esta corriente eran creadores libres que no seguían ninguna escuela o tendencia, que no estaban tan preocupados por el receptor del arte, que se permitían una gran libertad en la exploración y expresión artística, y que utilizaban materiales que la sociedad desechaba.

“Art Brut es una forma de resistencia frente a la institucionalización cultural. Una manera de expresar lo que caracteriza a los maximalistas que deniegan la cultura.” (Mercedes Gysin, El arte y la persona. Arteterapia: Esa hierbita verde).

El Art Brut es el resultado de la creación de personas que por motivos distintos se ven apartados de lo que la sociedad considera como normal, y como resultado su arte es libre y contracultural. La sociedad de esa época y la actual aún sigue diferenciando entre lo que está bien y lo que está mal, entre lo normal y lo enfermo, entre lo moral y lo inmoral. El Art Brut surgió seguramente para empezar a cuestionar todo esto desde una perspectiva artística, abrir nuevos horizontes, ampliar nuestra conciencia.

El arte y la expresión artística han seguido ocupando un lugar fundamental en la historia, no obstante, no es hasta bien entrado el siglo XX cuando la expresión artística vuelve a ocupar un lugar importante como herramienta terapéutica. En 1973 Paolo Knill, Shaun Mc. Niff, Norma Canner, Elizabeth McKim y otros desarrollaron la Terapia Expresiva Intermodal “Expressive Arts Therapy” de manera simultánea en Europa y Estados Unidos.

Esta es la base de la arteterapia multidisciplinar que se enseña en el master del IATBA.



LIFE IS EITHER A
DARING ADVENTURE
OR NOTHING AT ALL.

HELEN KELLER



III. Sobre mí

Mi historia con el arte empieza también hace unos años... unos 50 aproximadamente...

Hace 50 años estaba en la escuela Garbí de Badalona, una escuela magnífica, adelantada a su tiempo, en un entorno natural precioso, con un sistema educativo audaz, valiente, inspirador.

Aunque al principio yo no lo vivía así. Para mí ir a la escuela era como una película de terror. Recuerdo coger el autobús del colegio cerca de casa, en la calle Bori Fontestà de Barcelona. Hacía frío, el autobús tardaba en llegar, abría las puertas y yo entraba en un mundo hostil, sentía que todas las miradas estaban en mí, me sentía pequeño, insignificante, quería desaparecer... El autobús llegaba a la escuela, se abrían las puertas, entraba el frío del invierno de golpe y empezaba a caminar entre los árboles en dirección al edificio principal. Era aún de noche y en mí había un miedo atroz, el miedo a los otros niños, el miedo a estar fuera de casa, de la protección, de la seguridad de mi familia, de mi madre.

Era un niño especial, me gustaba jugar con las niñas más que con los niños (sus juegos eran muy violentos), y con las niñas me sentía querido, amado, aceptado. Era un buen estudiante, con los profesores y las profesoras me llevaba muy bien... con todas menos con la profesora de arte.

Recuerdo un día dibujando en clase nos dicen dibujo libre... BIEN! Me encantaba no tener reglas, sentirme libre expresando aquello que quería expresar... cojo los dacs de colores, el azul y el negro me llaman, empiezo a dibujar de manera libre, sin saber muy bien qué es lo que quería representar, y de repente empieza a surgir una figura no muy clara al principio. Poco a poco va surgiendo algo que empieza a tener sentido para mí, una imagen oscura que me generaba miedo y atracción a la vez, me estaba permitiendo explorar algo de mí a lo que no tenía acceso de manera espontánea.. aunque era un viejo conocido....



De repente, viene la profesora y me dice, el azul y el negro no pegan y además son colores muy oscuros... me sentí juzgado, rechazado, había algo que estaba mal en mi dibujo, había algo que estaba mal en mí. No se muy bien qué ocurrió después, lo siguiente que recuerdo es una entrevista de mi madre con la profesora, no recuerdo la conversación, no se ni si quiera si yo estaba en esa conversación, lo que sí recuerdo es esa sensación de que he sido malo, de que hay algo negro dentro de mí, algo que tengo que esconder. Creo que ese fue el momento exacto en el que bloquee mi relación con los colores.

Unos años más tarde, cantando con la coral de música (me encantaba cantar, tenía una voz aguda, casi femenina) la profesora de canto me dice, Jaime tienes una voz preciosa... Y sólo me faltaba eso para ser el rarito número 1 de la escuela, el afeminado, el que juega con las niñas, el que tiene miedo de todo, el de la voz... No obstante, ese niño escucha, hay algo que está mal en ti, eres raro, eres poco masculino... Ese día bloquee mi relación con la música y el canto.

Unos años después, en clase de manualidades, con Karina, mi novieta, mi amiga, mi amor de niñez, .. nos toca hacer un trabajo juntos, una figura de barro, con el torno. Nos estaba saliendo un jarrón chulísimo, nos lo estábamos pasando genial, era mi compañera de aventuras, de juegos, me hacía descubrir la vida y poco a poco abrirme al mundo,... y de repente, sin saber muy bien porqué se nos cae la figura y se rompe. Recuerdo el disgusto en ese momento de los dos, recuerdo la sensación de que fui yo quien lo tiró, que fue mi culpa, pero no recuerdo muy bien si fue así, son sólo sensaciones.... Después de clase, nos encontramos en las escaleras y ella me dice.. no pasa nada Jaime y nos reímos. No obstante ese día bloquee mi relación con la escultura.

Recuerdo que de pequeño me atraía mucho el mundo del circo. Recuerdo una película, Trapecio de Burt Lancaster que me encantaba! Me parecía un mundo libre, físico, sensual, de aventura y riesgo, itinerante. Yo quería trabajar en el circo y además quería ser ... payaso! Recuerdo una conversación con mi padre y ya os podéis imaginar como acabó esa conversación... Tu dedícate a estudiar y dejate de chorradas.. o al menos es así como la recuerdo. Ese día bloqueé mi relación con el clown...

Me quedaba la escritura! Me encantaba leer y mi padre tenía una biblioteca con un montón de libros en casa. Recuerdo que me aconsejaba libros, recuerdo mirando las portadas, conectando con que libro me llama ahora, en este momento? Lo tenía clarísimo, lo cogía y me encerraba en mi habitación a leer, por la noche habitualmente. Me encantaba la novela de aventuras (Vázquez Figueroa), la ciencia ficción (Asimov), y sobre todo las novelas de Tarzán. Pero leía de todo, todo libro que caía cerca de mí lo devoraba, me sumergía, me hacía protagonista de la novela, volaba mi imaginación, visitaba todos esos lugares, los sentía reales en todo mi cuerpo, sentía el sol y la lluvia en mi piel, el agua del mar, olía a selva, a desierto, a mujer, bebía néctares deliciosos, besaba en la boca a mujeres preciosas, escuchaba todos los sonidos de los animales salvajes.. Así que decidí escribir mi primera novela, una novela de aventuras y ciencia ficción... recuerdo llevar mi cuaderno conmigo en los viajes con mi familia, cuando íbamos a esquiar, por las tardes en el hotel, yo me ponía a escribir y dejaba volar mi imaginación y mi mano sobre las páginas de la libreta. Un día lo compartí con mi padre y lo que yo escuché fue frialdad, desinterés.. Yo pensé, no tienes tampoco talento para esto, quién te has creído que eres, un escritor famoso? Ese día bloqueé mi relación con la escritura (afortunadamente no con la lectura).



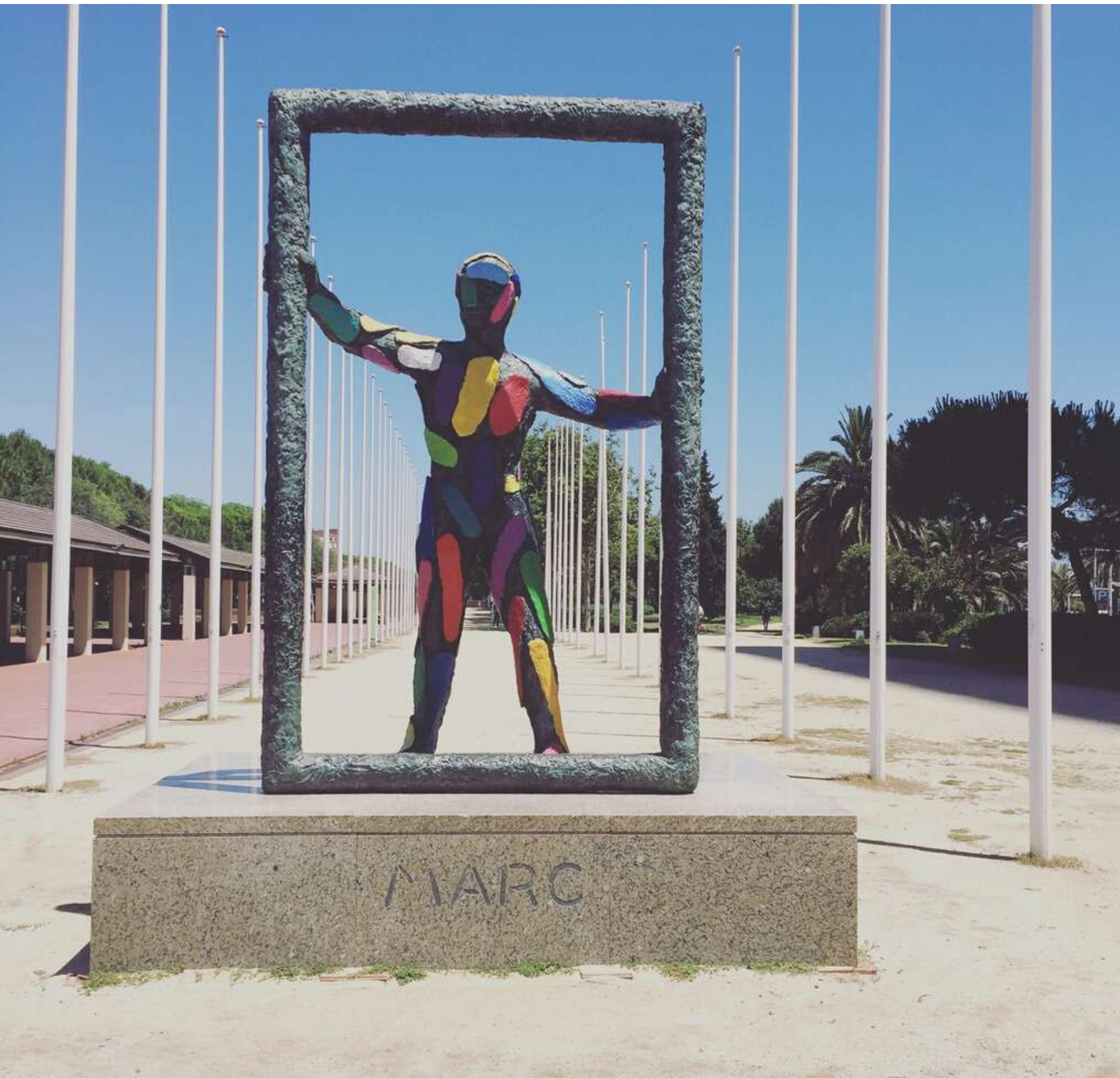
Escribiendo ahora mi historia con el arte, me doy cuenta de que mi bloqueo es fundamentalmente con el arte expresivo, con mi creación, no tanto con el arte receptivo, con mi sensibilidad hacia el arte creado por otros.

Y mi historia con el arte da un salto de muchos años... Estamos en 2015 en mi formación de Liderazgo en Turquía, un momento de gran transformación personal. Recuerdo perfectamente una conversación con Cara, una mujer muy mágica y especial, y me dice.... yo en ti veo un artista... y yo la miro completamente sorprendido y le digo, que va, nada más lejos de la realidad, soy un completo inútil para el arte... y me pregunta..y no cantas? Y algo se remueve en mí. Unos meses más tarde, en una noche en la que nos retaban a hacer una creación artística (open mic night), me atrevo a cantar (Come That Way, Moulin Rouge)... y me hace sentir algo muy profundo. Ese día empecé a cambiar mi relación con el arte.

Un año después, empiezo a buscar información sobre formación artística. Mi pareja me sugiere que hable con Raquel Calvo, con quien había coincidido en mi formación de coach, y me habla del máster de Arteterapia del IATBA, y me dice, no creo que sea para ti... Y no tuvo que decir mucho más, me apunté al introductorio que acababa el 17 de Septiembre 2017, la 17 edición. Demasiadas coincidencias numéricas para poder ignorarlas.

Recuerdo ir caminando por la calle Regomir, entrar por el portal, coger el ascensor y entrar en la escuela, y Anna Serra me dice, hola tu debes de ser Jaume... y yo sorprendido, cómo sabe quien soy? Abro la puerta de la sala y entonces lo entiendo.. el único hombre en el curso! Caperucito y las lobas! Estaba muerto de miedo... Este fue mi principio en el master, el principio de reconciliarme con el arte, de empezar a sanar mis heridas de niño. Menos mal que no era para mí....





“El diálogo con la obra supone
un cambio entre hablar acerca
de las figuras de la
imaginación y hablar con
ellas”

SHAUN MCNIFF

Foto propia

IV. Arteterapia Trans Disciplinar

Una de las características fundamentales en el master del IATBA es su enfoque transdisciplinario, en el que se integran las diferentes formas artísticas en un proceso terapéutico o de aprendizaje.

Su enfoque transdisciplinar es fundamental y responde a una manera de entender el ser humano, la creencia de que la mirada múltiple nos permite explorarnos y explorar la realidad de una manera mucho más amplia. Va mucho más allá de poder utilizar diferentes herramientas en un proceso terapéutico o de aprendizaje, es confiar que lo múltiple nos permite estar más cerca de la verdad.

La propuesta transdisciplinar surgió en el año 1973 cuando Paolo Knill fue convocado como profesor invitado en la Universidad Tufts en Estados Unidos para introducir las artes en la pedagogía. Al mismo tiempo una iniciativa parecida estaba surgiendo en la Universidad Lesley de la mano de Shaun McNiff. Ambas universidades aplicaron para un programa de ayudas que finalmente ganó la Universidad de Lesley. El programa tenía el objetivo de formar terapeutas en las artes expresivas. Shaun McNiff contactó con el equipo de la universidad de Tufts y empezaron a trabajar juntos en el proyecto.

Hasta ese momento la introducción de las artes expresivas en los procesos terapéuticos había sido de manera separada (dance therapy, music therapy,) y es gracias a la visión multidisciplinar de Paolo Knill y Shaun McNiff que se empiezan a integrar diferentes disciplinas artísticas.

Paolo Knill comenta en la entrevista que Mercedes Gysin publicó en El arte y la persona. Arteterapia: esa hierbita verde, “Es interesante que lo menciones porque cuando trabajaba con Shaun McNiff yo tenía un libro sobre la obra completa de la música y él tenía un libro sobre la Bauhaus. No venimos de la psicología. En el fondo venimos de la Bauhaus y de la obra completa de arte”.

LA EXPRESIÓN ARTÍSTICA INTERMODAL

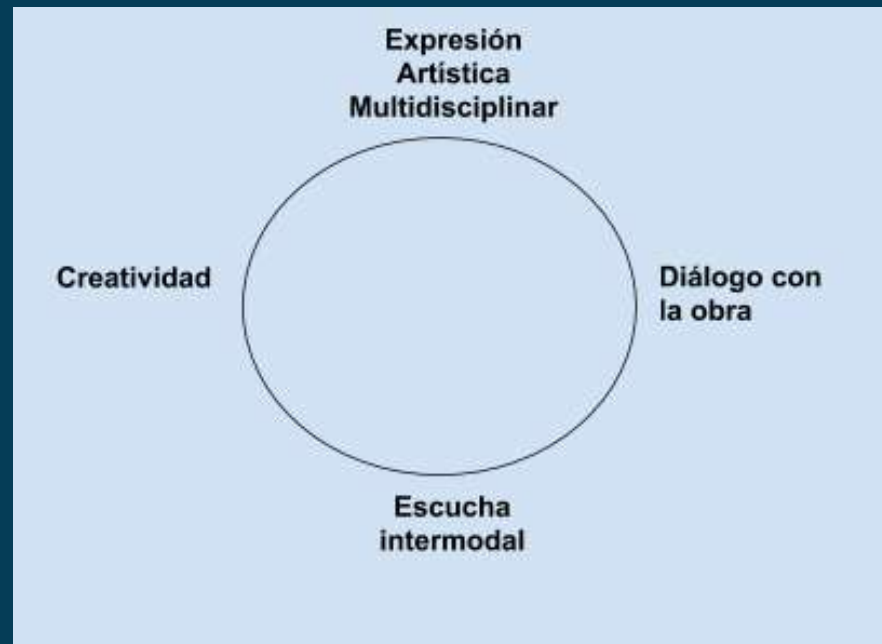
Como resultado de la colaboración de Paolo Knill y Shaum McNiff surge la Intermodal Art Therapy o Expressive Art Therapy, en el que todas las artes expresivas tienen cabida. Se habla de Intermodal para diferenciar de multidisciplinar, ya que el concepto de intermodal va más allá de la integración de varias disciplinas, responde a un concepto filosófico. La intermodalidad responde más a la mirada múltiple sobre la expresión artística, sobre el ser humano. La intermodalidad responde también a la multiplicidad de los sentidos.

Cuando somos capaces de **“Saborear con los ojos, ver con los oídos, escuchar con el tacto, oler o sentir con la mirada”**. (Mónica Sorín, El arte y la persona. Arteterapia: esa hierbita verde). Así con el arteterapia transdisciplinar lo que se nos abre es saborear una escultura, tocar una música, escribir una escultura, mirar un silencio, oler un libro, cantar un poema, bailar un dibujo.

La arteterapia nace pues del arte primero para desde el arte explorar la psicología y el ser humano. Tiene una base psicológica humanista.

“Lo que diferencia la terapia de artes expresivas de otras terapias artísticas no es sólo su método sino también su marco filosófico. EXA está basada en un enfoque estético de la terapia. Sitúa las artes en el centro de su teoría y práctica. “Los terapeutas de artes expresivas son formados en el uso intermodal de las artes en la terapia. Ellos aprenden a acompañar a los pacientes para que pasen de un modo de expresión a otro (“el transfer intermodal”) cuando es apropiado, y ellos utilizan diferentes formas de expresión en respuesta al trabajo del paciente (“la respuesta estética”). (Mercedes Gysin , El arte y la persona. Arteterapia: esa hierbita verde).

Me surge en este momento dibujar un modelo esquemático de lo que estoy aprendiendo..... tengo la sensación de que se irá completando en cuando vaya avanzando en mi comprensión del arteterapia.



Un primer modelo sobre el arteterapia y algunos conceptos clave.

EL DIÁLOGO CON LA OBRA

“El diálogo con la obra supone un cambio entre hablar acerca de las figuras de la imaginación y hablar con ellas” (Entrevista a Shaun McNiff, Mercedes Gysin , El arte y la persona. Arteterapia: esa hierbita verde).

Me parece fundamental esta distinción, es distinto hablar sobre las cosas o tener una experiencia sobre ellas. Es distinto hablar y teorizar sobre el amor, que vivir la experiencia del amor. La experiencia, la vivencia estética es lo que nos permite acceder a una manera distinta de ver la realidad, nos permite conversar con la multiplicidad de realidades y personajes que hay en nosotros.

“Los poetas hablan a las piedras y a los árboles todo el tiempo y estos elementos a su vez hablan a través de los poetas y escritores. Me inclino hacia tipos de expresiones que desafíen nuestros juicios habituales acerca de la naturaleza de la realidad y encuentro gran valor en mantener una cierta tensión creativa al operar cerca de los límites de lo dado por supuesto sobre lo que podemos o no podemos hacer” (Entrevista a Shaun McNiff, Mercedes Gysin , El arte y la persona. Arteterapia: esa hierbita verde).

El diálogo con la obra nos permite acceder a la realidad (interna y externa) desde un lugar distinto, abre posibilidades que de otra manera estaría ocultas, nos amplía nuestra percepción de nosotros mismo y de lo que nos rodea, nos hace cuestionar lo que es real. Habla Shaun McNiff de la dificultad de diálogo con la obra de arte, la dificultad de entablar una conversación con algo inanimado. ¿Qué le digo? y sobre todo ¿Cómo escucho lo que me dice la obra? Propone empezar a hablar a la obra desde mi yo, decir que es lo que veo en la obra, haciendo afirmaciones sencillas a la obra. Si empezamos a explicar lo que observamos, como nos hace sentir, que es lo que no entendemos, qué es lo que descubrimos. Comenta también la importancia no sólo de lo que digo, sino de cómo lo digo. El tono de la voz, la intención, hace que la experiencia se convierta en algo mucho más íntimo y favorece que ese diálogo empiece a brotar. La importancia de los silencios, el menos es más, no entrar en una dinámica de intentar ocupar los silencios, dejar espacio para que ese diálogo íntimo ocurra.

Es posible que en esa creación de ese espacio íntimo seamos capaces de pedir a la obra que nos responda. Le podemos empezar a pedir que nos diga cómo le hace sentir lo que le hemos dicho, que es lo que no sabemos sobre ella, que es lo que sabe sobre nosotros que nosotros mismos no conocemos,... Al darle vida a la obra y ser capaces de tener un diálogo con ella, nuestra capacidad de ampliar nuestra percepción de la realidad y de mirar la vida desde una mirada estética.

La obra de arte crea espacios de diálogo entre el artista y su creación y también entre el artista y el espectador. Recuerdo de manera muy viva un ejercicio en el master, dos personas sentadas frente a frente, una hoja de papel, unos colores y un diálogo a través de la obra. Uno empieza a dibujar en la hoja hasta que considera que tiene que pausar su dibujo, deja delicadamente el color al lado y da paso a la otra persona para que continúe la creación, la obra de arte abriendo un espacio de diálogo íntimo y revelador sin que las dos personas si quiera se miraran directamente.

El diálogo puede ser del artista con su obra, de dos artistas co-creando una obra, de un artista y un público receptivo, o de un grupo de artistas co-creando de manera simultánea.

En el ámbito terapéutico, la existencia de un tercer elemento (la obra) amplía y abre nuevas posibilidades en el diálogo terapeuta-paciente. **“Nadie es a priori experto, los dos están frente a un tercero que para los dos es nuevo y desconocido. Mi terapeuta es una persona como yo y compartimos lo que vemos y sentimos.”** (Mercedes Gysin, El arte y la persona. Arteterapia: esa hierbita verde).

En el introductorio del máster, un momento especialmente emotivo de diálogo con la obra a muchos niveles, cuando para finalizar el último día creamos todas las cuerpaldas un dibujo colectivo que explicara nuestra experiencia en el módulo.

Empezamos cada uno en una parte del papel de estraza tendido en el suelo, un diálogo personal con mi obra. A continuación, empezamos a dialogar y a completar las obras de las personas que teníamos al lado, y para terminar abriendo un diálogo y co creación colectivos con toda la obra, en un proceso bellísimo y profundo.

Esa obra de arte que luego quedó expuesta en la Rambla, unos días después del atropellamiento criminal con una furgoneta, que acabó con la vida de varias personas. Desconocemos qué ocurrió con nuestra obra, vimos algunos paseantes haciéndose fotos, no obstante desconocemos si alguien cogió la obra y se la llevó, si diferentes personas recortaron un trozo, si acabó expuesta en un museo, o si los elementos simplemente la deshicieron, ... y no importa. La obra de arte había abierto un diálogo a muchos niveles.



EL CUERPO VIBRÁTIL

Dice Mónica Sorín que lo específico de la actividad artística es su función estética. Contrapone lo bello a lo estético. Lo estético entendido como una vivencia estética, vivir desde los sentidos, la experiencia sentida.

Creo que la capacidad de vibrar con el arte es algo intrínseco al ser humano, no obstante es necesario eliminar todo aquello que nos impide abrirnos a la experiencia, permitir que nuestro cuerpo vibre con lo que nuestros sentidos nos están ofreciendo.

Recuerdo la visita a la exposición de Rodin, recuerdo la consigna de Anna Buxaderas, salir del edificio del IATBA, cada uno en silencio y empezar a observar el mundo con otros ojos. Me puse mis cascos con música y empecé a caminar, subiendo por el Paseo de Gracia, en una mañana luminosa. Recuerdo el impacto de parar el ritmo, de empezar a observar todo aquello que está ahí y que no nos permitimos sentir.

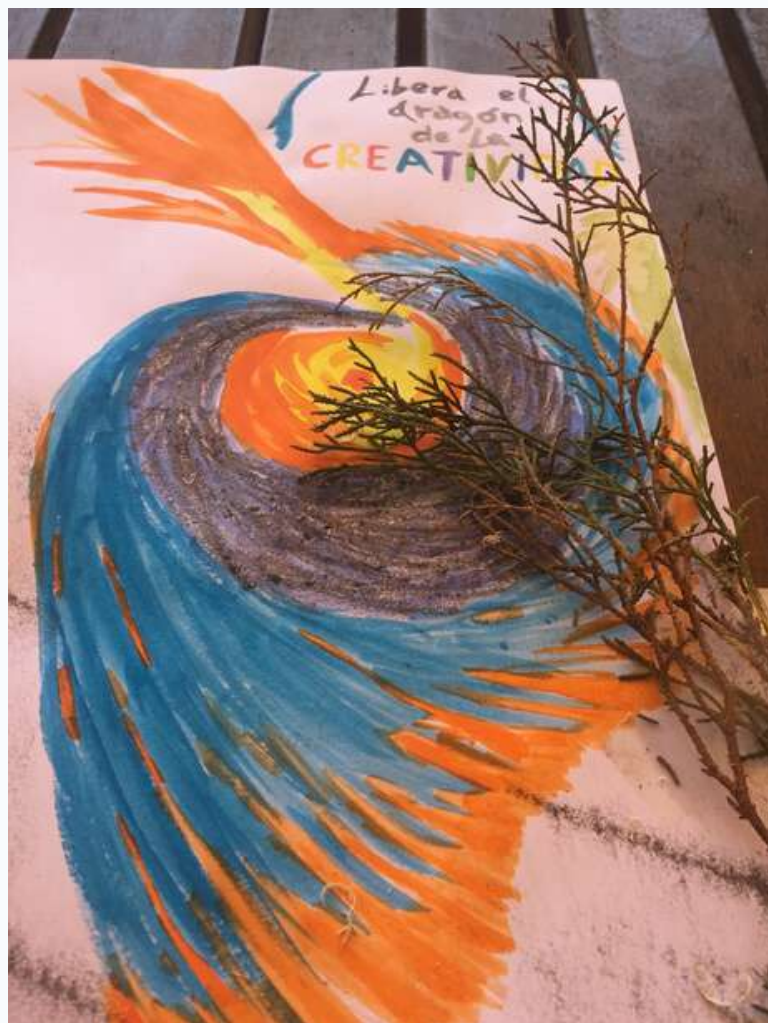
La consigna era entrar en el museo, en silencio, buscar una obra de arte con la que resonáramos y simplemente observar. Me conecté con dos obras, El pensador y los amantes, y empecé a tener un diálogo con El pensador, un diálogo sin palabras. Recuerdo la sensación al entrar en la sala, la obra me llamó. Recuerdo las trampas que nos hacemos para no permitir tener una experiencia estética (esto no tiene sentido, como la obra va a hablarme, se me está haciendo largo, miro a los demás a ver que hacen, una persona de seguridad que me indica que no me apoye en la pared,...), y no obstante sigo simplemente observando, abriendo mis sentidos.

Y voy fijándome en los detalles, y me conecto con las manos, con mis manos. Y empiezo a ser consciente de mis manos, de lo escondidas que tengo mis manos siempre, en los bolsillos, debajo de la mesa, ... Escribo sobre mi experiencia, expreso en palabras mis sensaciones, mis descubrimientos. Y en el trayecto de vuelta al máster muestro mis manos al mundo, bailo y juego con mis manos, expreso mis sentimientos con mis manos, empiezo a vibrar con mis manos y con todo mi cuerpo.

“La vivencia estética produce, pues, un impacto sensible, una representación interna que suscita afectos múltiples y que puede tener efectos liberadores, terapéuticos, cognitivos, re-significadores, expresivos, comunicativos.” (El arte y la persona. Arteterapia: esa hierbita verde, Mercedes Gysin y Mónica Sorín).



En el esquema he puesto el Cuerpo Vibrátil en el centro, me da la sensación que la capacidad de vibrar es lo que es central en el arteterapia, y para ello es necesario darse cuenta de todo aquello que nos limita nuestra capacidad natural de vibrar.



Aude Planck me sugiere resonar con el esquema, así que dejo a mi cuerpo vibrar con el esquema.

Busco los materiales que tengo en casa, tenía pendiente crear mi taller de arte así que es una oportunidad fantástica para empezar. Me conecto con las ceras y con pinturas de agua. Cojo una hoja DINA4 y empiezo con la idea de hacer un borrador para luego crear la obra en un formato más grande, pero tal y como empiezo me surge continuar.

El color negro da paso a un color azul claro que lo rodea. Poco a poco va surgiendo una figura conocida, un pájaro dragón que expande su energía, que no la puede contener en su interior. Hay una rendija y por ese lugar escapa una lengua de luz y de fuego.

Libera el dragón de la Creatividad, escribo en una caligrafía que me conecta con la escritura artesanal de culturas más antiguas, con los ideogramas chinos también. Me surge escribir C R E A T I V I D A D en multitud de colores, cuidando cada letra.

En el máster he sido consciente de la congelación de mi cuerpo. Creo haber descubierto que surge simplemente de una necesidad de protección hacia los demás, especialmente con los grupos. Creo que surge de una extrema sensibilidad en mí, no aceptada de niño ya que me originó multitud de problemas.

Ese niño que se sintió de alguna manera agredido y que tuvo la necesidad de protegerse, de crearse una gran armadura, de subirse al pedestal y mirar al mundo con distancia, con arrogancia incluso. **Yo sé más que nadie**, es una frase que resuena mucho en mí.

Quizás mi mayor darme cuenta y el que sin duda ha tenido un mayor impacto en mí ocurrió en el módulo de psicodrama con Mónica Sorín, en el que de manera descarnada tuve la oportunidad de sentir cómo soy cuando no siento, cuando soy incapaz de conectar con las emociones de los demás. En el sharing del grupo, yo era de los últimos por compartir, iba escuchando cada una de las cuerpaldas explicando con emoción profunda todo lo que habían descubierto y yo incapaz de sentir absolutamente nada... total frialdad. Creo que por primera vez en mi vida me enfrenté a mi monstruo de verdad, lo vi con total claridad... y no me escapé... estuve sintiendo en cada sharing mi total incapacidad de vibrar con lo que estaba sucediendo en la sala... me atreví a transitar ese espacio de insensibilidad y a mostrarlo al grupo... y tal y como lo estaba compartiendo notaba como mi cuerpo se descongelaba y empezaba a sentir de nuevo...

Fue un momento inolvidable para mí, un grandísimo darme cuenta de cómo de importante es atravesar lo que está pasando, aunque pueda parecer insoportable y de todo lo que surge cuando nos atrevemos. Ese día aprendí qué significa el cuerpo vibrátil.

Para que la vivencia estética ocurra **“hace falta un cuerpo vibrátil, donde los diferentes sentidos se confundan, se complementen, se pierdan, para convertirse en el otro.la lógica de los sentidos, que me hace saborear con los ojos, ver con los oídos, escuchar con el tacto, oler o sentir con la mirada”** (El arte y la persona. Arteterapia: esa hierbita verde”, Mercedes Gysin y Mónica Sorín).

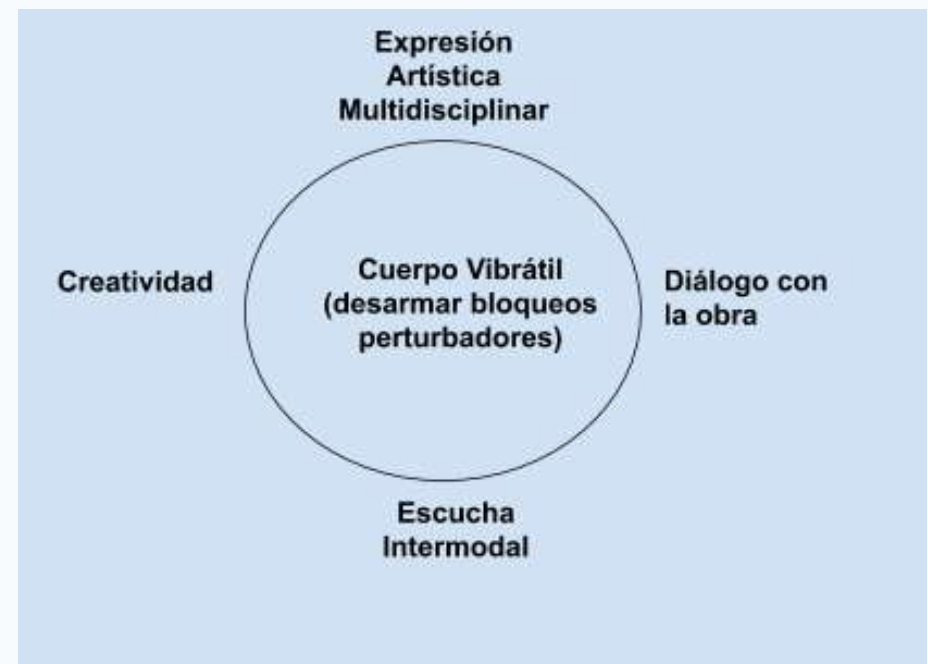
La tarea quizás consiste en interrogarse continuamente, en darse cuenta de todo aquello que limita nuestra capacidad de sentir y también entrenar esa capacidad de percibir y sentir todo aquello que el arte me proporciona.

“No podemos enseñar a crear, porque crear es una capacidad constitutiva; no se enseña cómo crear (porque las conexiones son siempre singulares e intransferibles); pero si es posible estimular el proceso que conduce a la creación. Para ello es necesario una acción dirigida simultáneamente a:

- 1) Desarmar los bloqueos perturbadores
- 2) alimentar experiencias de entrenamiento sensorial, imaginativo, lúdico,..
- 3) enseñar lenguajes con los que el sujeto pueda desplegar su capacidad de idear y construir realidades nuevas....

(El arte y la persona. Arteterapia: esa hierbita verde”, Mercedes Gysin y Mónica Sorín).

Se me ocurre añadir una nota a mi esquema...la importancia de desarmar los bloqueos perturbadores.



Me conecto de nuevo con la obra, veo que ha surgido en la parte baja del dibujo el color negro, la sombra. Y parece que quiere continuar.

Desde el principio me daba la sensación de que el papel era pequeño, que la obra pedía más espacio, ahora me doy cuenta de que necesito añadir una segunda hoja. Una hoja que explique una parte que no es visible aún, quizás inspirada por la necesidad de desarmar los bloqueos perturbadores.

Me voy al jardín y empiezo a recoger elementos de la naturaleza que me llaman la atención, me surge sólo recoger objetos sin vida. Recojo unas hojas, una pequeña rama de ciprés, un trozo de castaña.

Al volver a casa empiezo a buscar carboncillos, pero no encuentro. Encuentro un palosanto, lo enciendo y con el carbón que se genera empiezo a dibujar en el papel. Cojo la rama del ciprés y me surge quemarla. Va tomando forma la obra, pego la rama del ciprés en la hoja, y me conecto con el libro de kaikus que Mónica Sorín nos regalo. Abro la primera página y aparece:

Aunque muerta
La rama de junco
Lleva una flor de oro
Kyokusui

Parecía escrito para mi obra, así que lo incorporo, lo escribo con cariño, como si fueran caracteres infográficos chinos. La castaña seca y rota parece que busca su espacio en el centro, como un corazón sin vida.. me surge dibujar las llamas del ciprés, rojo y amarillo, mezclados con el carbón. Un principio de vida, un principio de calor que apunta hacia arriba. La vida surge de la muerte?



Naturaleza muerta
Las llamas brotan
el dragón de oro resurge

LA CREATIVIDAD

“El ser humano como especie necesita crear; su aptitud para inventar, producir, transformar es su condición natural. Es así como el ser humano crea su mundo en el mundo. No hay pues ser humano carente de creatividad” (Mercedes Gysin, El arte y la persona. Arteterapia: Esa hierbita verde).

Todos los seres humanos tienen capacidad de crear, todos los seres humanos son en potencia artistas. Lo que nos limita nuestra capacidad de crear son nuestras creencias internas (yo no sé dibujar, no me gusta mi voz, no tengo gusto, no tengo sonido musical), nuestros prejuicios (el arte es un conocimiento/habilidad de jerarquía inferior a la ciencia), nuestras expectativas (me gustaría dibujar como....) nuestra historia personal, nuestros traumas. Lo que Mercedes Gysin llama bloqueos perturbadores.

Enfrentar estos bloqueos no es tarea fácil, normalmente vienen relacionados con episodios en nuestra infancia que hemos vivido como traumáticos y que bien de manera consciente o en la mayoría de ocasiones de manera inconsciente nos limita nuestra capacidad de sentir y de expresar nuestra creatividad.

¿Soy yo creativo? ¿Soy yo un artista? ¿Soy capaz de crear arte? Hace unos años hubiera respondido de manera rotunda que no... Y ahora en cambio he experimentado que si que soy capaz, con enormes dificultades en ocasiones, con facilidad en otras, con más trabas en algunas disciplinas, con mayor soltura en otras.

¿Y qué ha cambiado en mi paso por el máster?

Mi primer año con el oficio de resistente, en el que no me dejé atravesar por la experiencia, al menos no en un grado elevado. Recuerdo intentando “encuadrar” el arteterapia en mi esquema mental, en los aprendizajes que ya poseía y que había asumido como ciertos, como válidos. Mi formación en coaching y liderazgo, mi formación en psicología, mi aprendizaje emocional, mis lecturas sobre filosofía, historia,... Recuerdo la dificultad para simplemente expresar lo que me estaba ocurriendo, la vergüenza de mostrarme tal y como soy, el perfeccionismo, el compararme a las compañeras, los modelos externos, la sensación de que las profesoras me están evaluando y lo hago mal.... Recuerdo cada uno de los módulos como un reto enorme.. el viernes con miedos y resistencias, el sábado entrando en las profundidades y el domingo con liberación y aprendizaje. Recuerdo cada módulo, cada disciplina como me enfrentaba a retos distintos.

“Lo estético suele ser asociado a lo bello... Sin embargo, lo bello - si entendemos como bello lo bonito - no es la categoría central del arte ni de la Estética; si lo es, en cambio, la vivencia estética. Etimológicamente, la expresión vivencia estética deriva del latín, vivens (hecho, experiencia del sujeto). Estético: del griego aisthetikos, deriva del aisthanomai, sentir. La definición podría ser, pues: experiencia sentida” (Mónica Sorín, El arte y la persona. Arteterapia: Esa hierbita verde).

La vivencia, la experiencia sentida es lo que nos permite desarrollar nuestra sensibilidad, entrenar nuestro cuerpo vibrátil, enfrentar nuestras resistencias. Es un ciclo sin fin,Tengo una necesidad de crear, escucho el exterior con todos los sentidos, escojo una medio/disciplina para crear una obra, inicio mi creación y abro un diálogo con la obra y alimenta mi necesidad de seguir creando, todo ello habilitado por un cuerpo vibrátil. Y me surge una pregunta fundamental... ¿de dónde surge la necesidad de crear? ¿de dónde surge ese impulso inicial de crear arte?

"The word soul suggests the essential nature of persons and other phenomena.(....) It is also an inner movement or stirring, the force of creative animation and vitality. Rather than attempting to explain the artistic emanations of soul, our psychology desires to activate and move the soul by striving to speak its own language."

"La palabra alma sugiere la naturaleza esencial de las personas y otros fenómenos. (...) También es un movimiento interno o agitación, la fuerza de la animación creativa y la vitalidad. En lugar de intentar explicar las emanaciones artísticas del alma, nuestra psicología desea activar y mover el alma esforzándose por hablar su propio idioma ".

(Shaun McNiff , Art as medicine)

¿Quizás la necesidad de crear surge del alma queriendo expresar su unicidad y su propósito en este mundo? Me surge añadir añadir una nota en mi esquema, la palabra alma quiere estar presente. La noción de libertad me surge de la capacidad del alma de expresar su voz única sin trabas (bloqueos perturbadores).



Y vuelvo a mi obra, mi alma quiere seguir expresándose, mi cuerpo ha vuelto a vibrar con el arte de nuevo.

Mi alma libre quiere hablar sus verdades, sin importarle el qué dirán, si gustará o no, si estará bien o si será suficiente. Mi alma es suficiente, ser libre en vez de rebelde, libertad para ser uno mismo, para expresar todo aquello que tengo dentro y que quiere salir. Dejo salir el dragón de la creatividad que quiere expresarse de mil maneras, desde todas las disciplinas.

Dos maderas que encajan perfectamente en las dos hojas, espera aún no. La madera quiere hablar también, unas herramientas para esculpir y empiezo a dibujar la madera con surcos poco profundos. Nunca había dibujado con la madera, surgen virutas de los surcos, un ciprés toma forma, un junco, un águila y un sol esplendoroso. Libertad para volar, por el puro disfrute de volar, sin dirección. El Sol me acompaña, no es un destino, me da calor y confort. Vuelo por encima del junco, notando la humedad de la tierra. Soy libre. Ahora que miro la obra en su conjunto, veo un pájaro multicolor que quiere cantar.. quizás sea mi alma que quiere ser escuchada...



LA ESCUCHA INTERMODAL

“Percibir activamente es coger, agarrar: yo veo, oigo, huelo, toco por lo menos una pequeña parte del mundo en su infinitud, centrado en algo con un sentido específico (...). La percepción receptiva quiere decir acoger: lo que acontece ante mis ojos, lo que penetra en mi oído, en mi olfato, lo que me hace sentir. (.....) El mundo vive en mi y es así como sé de donde vengo, donde estuve. Acojo la belleza del mundo con sus cosas y sus seres, pertenezco a ese orden que se llama cosmos”. (Mercedes Gysin, El arte y la persona. Arteterapia: Esa hierbita verde).

La escucha, la percepción del mundo que nos rodea con todos los sentidos constituye quizás una de las habilidades fundamentales del arteterapeuta. De alguna manera es lo que conecta nuestra alma y su necesidad de crear, con el cuerpo físico y el mundo que nos rodea. “Saborear con los ojos, ver con los oídos, escuchar con el tacto, oler o sentir con la mirada” (Mónica Sorín, El arte y la persona. Arteterapia: Esa hierbita verde). Esta frase de Mónica Sorín me parece una manera poética y profunda de describir la intermodalidad del arteterapia, del ser humano.

EL ENCUADRE

El encuadre es quizás uno de los conceptos al que me he resistido más y que más me ha costado en las prácticas. Al principio lo relacioné con un concepto que es muy habitual en el coaching: la alianza. La alianza es un conjunto de acuerdos que se establecen de mutuo acuerdo entre las partes, habitualmente el coach y el cliente o paciente en procesos individuales, o entre el coach y el grupo, en procesos colectivos. Quizás intentar encajar conceptos arteterapeúticos en construcciones ya existentes me limitó ver más allá.

Ha sido un proceso de aprendizaje duro para mí. Me he dado cuenta de que el concepto de encuadre tiene un significado más amplio... y ha sido un proceso de prueba y error, he necesitado darme cuenta por mí mismo de qué es lo que no funcionaba, qué es lo que no era suficiente.

El encuadre como concepto quizás viene de la fotografía o de la pintura, establece los límites de lo que vamos a capturar, qué está dentro y que está fuera, y me surge añadirlo a mi esquema por su relevancia en todo el proceso. De hecho, me da la sensación de que ha estado presente todo el rato, el cuadro que marca los límites, el cuadro que permite que el cuerpo vibre y el alma se libere.



Imaginemos la siguiente situación. Estamos facilitando un grupo, hemos puesto una música, hemos pedido al grupo cerrar los ojos y abrir la escucha, dejar volar la imaginación, la música lleva a cada persona del grupo a una escena distinta. De repente una persona del grupo se levanta para ir al lavabo y se oye la puerta abrirse y cerrarse... ¿Cuál sería el impacto en el grupo? La experiencia ya no sería la misma, la experiencia ha sido interrumpida. La tarea no ha podido realizarse tal y como se preparó.

La tarea es el líder, repite en multitud de ocasiones Mónica Sorín en el master. Nos cuenta historias sobre alguna sesión en zonas rurales donde de repente entra un animal en la sala, y permite continuar el ejercicio. La pregunta siempre es... afecta esta interrupción a la tarea o no? El encuadre debe de estar al servicio de la tarea.

“El encuadre en arteterapia es el conjunto de normas, una especie de contrato, en el que se pautan las reglas del juego, para garantizar la pertinencia y la operatividad en la tarea, así como a contención psicológica (que implica seguridad y libertad psicológica)” (El arte y la persona. Arteterapia: esa hierbita verde, Mercedes Gysin y Mónica Sorín).

No existe libertad si no se ponen límites, ese es el rol del encuadre. Me costó sudor y lágrimas llegar a entenderlo de verdad, no por casualidad uno de mis mayores retos como arteterapeuta (y como persona) fue poner límites. Siendo consciente de la importancia de establecer acuerdos y normas de funcionamiento, mi actitud en realidad era en exceso permisiva. Ante una situación que quedara fuera del encuadre definido, mi mirada era siempre hacia ¿Qué es lo que se abre? y muy pocas veces hacia ¿Qué es lo que se cierra?.

“El encuadre es una herramienta utilísima: protege al paciente y también al terapeuta de la confusión de roles y de la pérdida de pertinencia. Se trata de establecer normas precisas de funcionamiento, que sitúan la tarea y sus condiciones de tiempo y lugar, así como las reglas básicas del vínculo.” (El arte y la persona. Arteterapia: esa hierbita verde, Mercedes Gysin y Mónica Sorín).

Claro, surge en mí un personaje, el rebelde sin causa, al que no le gusta que le pongan límites. Quizás no enfrenta de manera directa su discrepancia con el encuadre, pero lo reta continuamente, con la argumentación racional. Soy un maestro en justificar mi rebeldía, no porque tenga un talento especial para ello, sino porque he practicado mucho!

En mis prácticas he tenido que lidiar con multitud de situaciones de encuadre mal definido o no sostenido, algunos ejemplos con la intención de poner un poco de humor a la tragedia. En la primera sesión que facilitaba como arteterapeuta, empiezo con un grupo de 40 (!!!) niños y niñas, de edades comprendidas entre 4 y 6 años. En un momento de la sesión se produjo un caos tal que tuvieron que intervenir las monitoras para salvar mi vida.

Aprendí de mis errores y poco a poco fui dándome cuenta de la importancia de establecer un encuadre que permita la tarea, y a protegerlo con aplomo si hacía falta.

También en una ocasión me di cuenta de que se puede ser flexible y que a veces eso aumenta el impacto de la tarea y el aprendizaje.

El encuadre no es un corsé, el encuadre tiene que estar al servicio de la tarea, y en ocasiones es necesario abrirse a la posibilidad de cambiarlo, siempre y cuando ayude a la tarea y no sea una escapatoria ni afecte a la dinámica del grupo.

En palabras de Mónica Sorín, la diferencia entre trabajar para el encuadre o que el encuadre trabaje para ti.

Y conecto de nuevo con la obra. Dónde está el encuadre en la obra?
Con qué material me conecto? Madera, un marco de madera. Lo tengo que construir o es algo que ya está ahí esperándome.

De repente me fijo en una escultura que compré hace unos meses en Ibiza. Un marco y una cara, madera. La cara esculpida en madera está anclada en el marco con un hierro, clavado en la parte baja del marco. Pruebo a quitarla, primero con fuerza, luego con delicadeza. Finalmente cede.

Y busco otro elemento para encuadrar mi obra, necesita un sostén. Busco en los elementos de la naturaleza que recogí en el jardín y me conecto con una rama seca, parece delicado, sin la fuerza del hierro, pero me da la sensación de que puede sostener bien la obra. Lo recorto un poco por la base, lo coloco en el agujero y con mucha delicadeza apoyo la obra en la rama seca. Busco el equilibrio en la obra y creo la instalación.

Siento como la obra se va construyendo en paralelo a la elaboración de mi tesina. ¿Está acabada la obra o aún quiere contarme más cosas?



DESARMAR BLOQUEOS PERTURBADORES: ESCENAS TEMIDAS Y CAPTURAS

Y qué necesitamos enfrentar para ser capaces de vibrar con el arte, para ser capaces de acompañar a personas y grupos como arteterapeutas?

Dice Mónica Sorín que “Nuestro trabajo supone importantes riesgos: trabajamos con el dolor, con la enfermedad, con conflictos, con duelos de todo tipo, con el sufrimiento; estamos transversalizados por múltiples atravesamientos institucionales, políticos, éticos, por todo un imaginario social del que formamos parte magmática. Sin auto-cuidado y sin auto-interrogación, nos ponemos en riesgo y ponemos en riesgo a las personas y a la tarea” (El arte y la persona. Arteterapia: esa hierbita verde, Mercedes Gysin y Mónica Sorín).

Si no miramos hacia dentro primero y nos interrogamos, el exterior nos puede llegar a confundir, ver monstruos donde no los hay y ser una víctima de transferencias y contratransferencias por parte del grupo con el que estamos trabajando.

Entendemos transferencias por **“asociaciones inconscientes (desplazando, transfiriendo) hacia una persona, identificada con otra muy significativa: el paciente por ejemplo podría ver al terapeuta como su padre o su madre, y comportarse en consecuencia, actuando una compulsión a la repetición, resistencias, fantasías infantiles, actitudes de rechazo o de seducción, dependencia entre otras muchas manifestaciones. Su contraparte es la contratransferencia: lo que la otra parte del encuentro experimenta”** (Mónica Sorín, El arte y la persona. Arteterapia: esa hierbita verde).

La importancia de la auto-interrogación para ser conscientes de hasta qué punto una situación nos captura y condiciona nuestro trabajo como arteterapeutas. No se trata de ser distantes, fríos, objetivos, racionales para no vernos arrastrados por una escena temida, sino desde nuestra humanidad y subjetividad ser capaces de enfrentar situaciones que nos conectan con nuestras heridas.

“Cuando una situación profesional actualiza una escena temida, el profesional, por hábil y experto que sea, puede quedar capturado.” (El arte y la persona. Arteterapia: esa hierbita verde, Mercedes Gysin y Mónica Sorín).

La importancia de indagar en las escenas temidas, bien sea mediante terapia, supervisión / covisión grupal o mediante el uso de dispositivos grupales más elaborados (psicodrama y la multiplicación dramática). Las escenas temidas son un método creado por Pavlosky, Kesselman y Frydlewsky. A diferencia de lo temible (que es objetivamente peligroso) lo temido es subjetivamente peligroso, lo es para mí pero no lo es para otra persona, ya que conecta con mis miedos, mis creencias, mi historia personal, mis traumas, construcciones sociales y morales,...

Una escena temida puede provocar una captura, cuando nos quedamos en blanco, nos bloqueamos, cuando nuestra reacción no parece lógica. Las escenas temidas siempre existirán, siempre habrán situaciones en las que nos sintamos superados, no obstante, si es una escena que ha sido interrogada y de la que somos conscientes, es más probable que tengamos recursos para no quedarnos capturados y poder seguir con la tarea.

Una reflexión que me surge es quizás el trabajo arte-terapéutico con niños es especialmente sensible a las escenas temidas y las capturas, ya que una gran mayoría de escenas temidas tienen un origen en nuestra infancia, y por otro lado los niños con su espontaneidad y sinceridad nos hacen reflejo de manera cruda y directa.

PROCESO DE CREACIÓN. YO Y LA OBRA

En el último módulo del máster Marta Cañellas nos propuso responder a dos preguntas:

1- ¿Qué es para vosotros lo más importante en el proceso de creación?

Yo apunté:

Encuadre
Entrega a la tarea
Sostener el silencio
Confianza en el proceso
Mirada curiosa, dejarse sorprender
Confiar en el otro
Aceptar al otro
Quitar exigencias, expectativas
Alejarse para mirar
Conectar con el cuerpo
Estar conmigo y estar con el otro. presente, aquí y ahora
vínculo
dejarse atravesar por lo que está pasando

sostener el vacío y el silencio
no pensar mientras creo... sentir!
dejar que los materiales te elijan a ti/alejarme
hacia ti (o hacia la obra)
el grupo: sostener, espejo, resonancias
multidisciplinar, donde no llega una disciplina
llega otra
incorporar resonancias a la creación artística
Y en vez del O
Seguridad grupal y el compromiso (yo quiero
estar aquí)
crear rituales (centro, como empezar, como
despedirse)
disfrute

2- ¿Qué crees que es importante en el diálogo con la obra?

Yo apunté:

La escucha	respeto
Diferentes perspectivas	acontecimiento / vivencia
multiplicación	estética
Dar tiempo al proceso creativo	Interrogación desde lo
No censura, espontaneidad	fenomenológico
no interpretar	Dejar sorprenderse por lo
no juzgar	inesperado
utilizar metáforas	Dialogar con el cuerpo
resonancia	Dejarse impactar
	Transformar / Resignificar
	Quieres transformar algo?
	Resonancia externa
	No censura

Quizás fue el momento en que me di cuenta de que ya éramos arteterapeutas, que ya habíamos integrado los aprendizajes de estos dos increíbles años. También fue tomar consciencia de que el aprendizaje del arteterapia es una experiencia, una vivencia en el que compartimos conceptos comunes.

La creación artística y el diálogo con la obra puede ocurrir a muchos niveles. El primer nivel es el artista y la obra (Yo).

“Para el artista (la obra) es como un espejo que refleja al niño que existe en ella o en él, es así como el artista refleja en su arte su propio reconocimiento, sobre todo si se trata de su propia actuación, y hace que ese yo pueda ser leído y comprendido” (El arte y la persona. Arteterapia: esa hierbita verde, Mercedes Gysin y Mónica Sorín).

Hay algo que me parece fascinante que es la capacidad expresiva que tiene el arte. Un punto y una raya pueden abrir posibilidades pictóricas, musicales, danza, coge dos elementos simples y la capacidad de crear es enorme. Y ahora despliega todas las posibilidades. En la pintura los colores, las texturas, los materiales, los espacios, los formatos. En la música, los instrumentos, el ritmo, el tono, el silencio, ... Y cuando combinamos la música, con el canto, el teatro, la pintura, la narración... Las posibilidades creativas son infinitas en la expresión artística. Y sin embargo no es lo más fascinante de la creación artística, lo que encuentro más fascinante es la posibilidad de establecer un diálogo con la obra. Que la obra vaya tomando vida, que la podamos interrogar, que nos hable de sus necesidades, que nos hable de nosotros. Ahora sí, para que esto suceda hay que abandonarse a la creación artística, hay que dejarse sorprender por lo inesperado, hay que dar tiempo a que la obra surja, hay que soltar expectativas,... La obra nos abre la posibilidad de entrar en nosotros, en toda nuestra riqueza interna, en todas nuestras vivencias, creencias, en aquello que es visible y especialmente en aquello que es invisible.

En el máster me he sorprendido en algunas ocasiones empezando a crear la obra sin un rumbo claro, sin certezas, dejando que el trazo tome vida, dejando que la obra empiece a guiarme hacia donde quiere ir, hacia lo que me quiere contar sobre mí y sobre el mundo. Es en esos momentos de absoluta presencia, de mirada amplia, de total permiso, cuando la obra empieza a tomar forma por sí misma.

Dame un papel y un par de ceras y crearé la obra más bella. La simplicidad, no en contraposición a lo sofisticado, a lo elaborado, sino como receta para no añadir nada superfluo.

"How do you make a painting better? How do you perfect the discipline? Through immersion in it. "

"¿Cómo hacer una pintura mejor? ¿Cómo perfeccionar la disciplina? Por inmersión en ella."

(Art as a medicine, Shaun McNiff)

"El arte tiene que contarnos algo, y lo que el arte nos dice no debe ser ignorado." (El arte y la persona. Arteterapia: esa hierbita verde, Mercedes Gysin y Mónica Sorín).

PROCESO DE CREACIÓN. TÚ Y YO Y LA OBRA

Dos personas sentadas en el suelo, espalda contra espalda. Una empieza un sonido, la otra persona lo copia. Resuenan las cajas torácicas, se nota el calor en la espalda. Ahora es la otra persona que empieza un sonido desde una parte del cuerpo, la otra lo imita... y en un momento determinado ya no sabemos quién es quién, la música surge de dos cuerpos vibrátiles unidos, una sensación de intimidad profunda difícil de explicar.

Esta es una de las muchas vivencias estéticas compartidas que hemos tenido la oportunidad de experimentar en el máster. Ésta en concreto la pude experimentar con una de mi compañera Sheila, una mujer fuerte y luchadora, de grandes convicciones y con una enorme sensibilidad.

Dos personas creando juntos una obra artística es una experiencia única, mágica, espiritual. Si hay una apertura real al otro, si dejo que el otro entre en mi y yo me atrevo a entrar en el otro, la capacidad de creación no únicamente suma, es exponencial.

"Creativity is a contagious force. History affirms the value of collaboration in the artistic process. Our stereotypic fantasy of the individual artist, creating alone and outside society, ignores art's history of cooperation and communal influences"

"La creatividad es una fuerza contagiosa. La historia afirma el valor de la colaboración en el proceso artístico. Nuestra fantasía estereotípica del artista individual, creando en soledad y fuera de la sociedad, ignora la historia del arte de la cooperación y las influencias comunitarias "

(Art as Medicine, Shaun McNiff)

La fuerza de la creación colectiva va mucho más allá de la suma de talentos individuales, estamos realmente ante algo superior. No obstante cuando pensamos en un artista, habitualmente estamos pensando en un individuo.

En el encuentro terapéutico ocurre también una creación conjunta, con unas reglas distintas, con un encuadre diferente. La tarea es acompañar al paciente en su proceso de desarrollo humano, en la resolución de traumas o bloqueos. Terapeuta y paciente tienen dos roles distintos, más son dos personas interrogando una obra de arte. La obra ayuda al diálogo indirecto, la obra crea un triángulo, la obra amplía y profundiza en el diálogo entre dos seres humanos. Ante la obra, terapeuta y paciente están en igualdad.

“All of us, in the varied roles we play both as helpers and as receivers of care, are involved in a common purpose” (Art as medicine, Shaun McNiff)

"Todos nosotros, en los variados roles que desempeñamos tanto como ayudantes como receptores de atención, estamos involucrados en un propósito común"

El encuentro entre terapeuta y paciente es ante todo un encuentro entre seres humanos. Tanto el terapeuta como el paciente aprenden en el encuentro.

Habla Mónica Sorín de dos ejes fundamentales en el acompañamiento terapéutico: **Intimidad-Distancia, Ternura-Crueldad.**

La importancia de la distancia óptima, la **organicidad de la distancia** (Mónica Sorín) frente a la distancia fría y objetiva, o la cercanía de "amistad" poco efectiva con la trabajo terapéutico.

Dice Irvin Yalom "Tomarla de la mano me hacía sentir incómodo a veces, no por las proscripciones legalistas contra tocar al paciente.... más bien me sentía incómodo porque tomarla de la mano era siempre efectivo: me hacía sentir como un mago, alguien con poderes extraordinarios que yo mismo no alcanzaba a comprender"

Quizás es reconocer que no hay recetas, cuando somos capaces de establecer el vínculo con el paciente y escuchar de manera amplia que es lo que necesita para seguir avanzando en su tarea.

El eje ternura-crueldad, o **suavidad y desafío**. Escuchar en todo momento qué es lo que necesita el paciente, puede ser una palabra reconfortante, un abrazo cálido, o por el contrario enfrentar al paciente con la verdad desnuda, aunque duela en un primer momento, pero necesaria para que pueda seguir avanzando en su proceso.

Otro eje que me parece especialmente relevante y que desarrolla Shaun McNiff en Arts as medicine, es el eje **observador-participante**. Comenta que en ocasiones es efectivo participar en la creación artística con el paciente, para ayudar al paciente a dar un primer paso, para ponerse en un plano de igualdad, para ofrecer su vulnerabilidad. Sin embargo en otras ocasiones (la mayoría?) es recomendable asumir un rol de observación y que la creación artística sea una tarea exclusiva del paciente.

PROCESO DE CREACIÓN: EL GRUPO Y LA OBRA

El dispositivo grupal es fundamental en el método de enseñanza del Máster. Mónica Sorín habla de la diferencia de entre el **trabajo en grupo y el trabajo de grupo**. No por trabajar con un grupo de personas se consigue un trabajo de grupo, el trabajo de grupo existe cuando hay una intención de que el grupo tenga una entidad, cuando se diseñan dispositivos grupales que generen experiencias colectivas.

Un ejemplo de dispositivo grupal sería el ejercicio en el introductorio del master, cuando de manera colectiva resonamos con nuestra experiencia y lo plasmamos en una obra pictórica. La experiencia empieza de manera individual: yo dibujando en mi trozo de papel. No obstante rápidamente se traslada a mis “vecinos” (cómo puedo sumar a la obra de mis compañeros de izquierda a derecha), y por último teniendo la libertad de crear con la obra en conjunto. La manera como nuestros cuerpalmas vibraron al finalizar la obra es un ejemplo de experiencia artística grupal.

Lo grupal también tiene que ver con lo múltiple, con la **lógica del Y**, en vez de la **lógica del O**. La lógica del O surge cuando nos vemos obligados a escoger, a dar veracidad a algo enfrente de lo contrario. Escoge la ciencia O el arte para encontrar respuestas, escoge la pintura O la música, escoge lo grupal O lo individual. La lógica del O surge cuando pensamos que estamos en la posesión de la verdad y que el otro está equivocado, O yo tengo razón O la tiene el otro.

La lógica del Y no obstante nos permite ver más allá, acceder a la complejidad del mundo desde todas las perspectivas posibles. La resonancia (expreso lo que una obra significa para mí), es un gran antídoto contra la interpretación, contra el juicio. La resonancia me permite acceder a todos los impactos que una obra está teniendo en el grupo, amplía mi mirada, da nuevos significados a la obra.

Dos consignas que desde el introductorio permiten crear un espacio de creatividad para el grupo:

- 1) hálame de ti, de qué te has dado cuenta, que impacto ha tenido en ti (**Interrogación**)
- 2) No interpretes, no juzgues la obra del otro, únicamente **resuena**

Cuando hemos conseguido crear un espacio en el que todas las miradas caben, donde ningún punto de vista es descartado, donde todos sumamos desde nuestra autenticidad, estamos creando un **espacio de resistencia** (Mónica Sorín), un **espacio de creatividad colectiva** desde una nueva manera de ser y de relacionarnos entre nosotros.

“El espacio grupal ... instituye las dudas frente a las certezas invisibilizadoras, por tan deslumbrantes; lo creativo, frente a lo conformista; allí aprendes a contener y a ser contenido, a abrir tu escucha; a desafiar y a ser desafiado, en una permanente espiral de interrogación y autointerrogación” (Mónica Sorín, El arte y la persona. Arteterapia: Esa hierbita verde)

No es casualidad que lo grupal es donde las escenas temidas se actualizan, lo grupal reta. Sin embargo, si somos capaces de abrirnos de verdad a la multiplicidad de miradas que el grupo nos ofrece, tenemos un acceso inigualable a nuestra propia realidad interna. Me veo en ti, te ves en mí.

Y vuelvo a mirar mi obra, ahora ya expuesta en el salón de casa. Mi pareja y mi hija empiezan a resonar con ella, ven un pájaro agarrándose a un árbol, un pájaro azul con una cresta naranja. La parte de atrás no se ve, y sin embargo creo que tiene mucha importancia. Tal y como está no parece que esté acabada, que pasaría si se pudiera mirar desde atrás? Qué es lo que me quiere contar? Me surge coger pintura blanca y negra...

La luz y la sombra, unas espigas que crecen. El cielo oscuro que permite que surjan las estrellas, lo primero en el Universo fue la oscuridad.



Y creo que ahora sí que la obra está acabada, y empiezo a mirarla desde todos los ángulos, desde todas las perspectivas.



El pájaro está feliz en la terraza, sale el sol y empieza a cantar una melodía muy antigua, una melodía que aprendió en una tierra muy lejana, hace miles de años. El pájaro está libre y feliz.



Obra de M. en el Casal dels
Infants, un homenaje a la
rebeldía y al amor.

V. El colectivo: Niños y niñas nos desafían

Parafraseando al título del libro de Mónica Sorín (Niñas y Niños nos interpelan) me he conectado sobretodo con el desafío que al menos para mí, es trabajar con niños y niñas.

La decisión de trabajar con este colectivo no fue inmediata ni clara. De hecho mi intención al principio era trabajar con adultos, y con un colectivo muy concreto, los trabajadores en las empresas. Es un colectivo con el que ya estoy familiarizado, mi trabajo como consultor, coach y facilitador en empresas me daba fácil acceso a este colectivo. Es entorno conocido, realizar las 300 horas de prácticas hubiera sido relativamente sencillo, podía estar acompañado por mi socia y pareja en los talleres (siempre co-lideramos en nuestro trabajo en empresas). Lo tenía todo a favor. No obstante, al iniciar esta discusión con mi pareja y en la supervisión empecé a darme cuenta de que esta decisión lógica y racional, en realidad podría ser una escapatoria, un **como si** hiciera las prácticas, sin ser realmente un desafío para mí, sin tener la capacidad de desaprender lo ya conocido y aprender y profundizar en el nuevo, el arteterapia.

Así que al abrirme a nuevos colectivos y nuevos formatos, lo primero que me surgió fue trabajar con hombres, algo que desde hace un tiempo me está asaltando y me parecía una buena oportunidad. Así que pedí la lista a Anna Serra, información sobre centros penitenciarios de hombres. Me comentó Anna que los centros penitenciarios son algo complicados para las prácticas y a cambio me envió una lista de centros que trabajan con hombres. Contacté con un par de ellos, con uno incluso hice una entrevista pero no acabamos de conectar, me daba la sensación que era un espacio en el que no podría hacer mi trabajo y el contexto era más contra la mujer que a favor del hombre. Estábamos en septiembre y me daba la sensación que ya iba tarde.

Así que al cerrarse una puerta, se empezó a abrir una nueva: trabajar con niños y niñas. Creo que tiene mucho que ver con mi proceso personal en el máster, estaba sanando mi herida con el arte de infancia, y hacerlo trabajando con los niños tenía todo el sentido del mundo... aunque en ese momento no creo que fuera muy consciente, creo que simplemente me dejé guiar por mi intuición. El primer centro que contacté (Casal dels Infants) me respondieron con rapidez y dos días después ya estaba haciendo la entrevista para empezar mis prácticas.

NIÑOS Y NIÑAS

Trabajar con niños/as ha sido sin duda un desafío para mí, ha sido como volver a revivir mis años en la Escuela, y en este proceso he actualizado más de una escena temida sin duda.

Si mi proceso en el Máster tenía que ver con mi herida con el arte en la infancia, y especialmente en el ámbito escolar, hacer las prácticas en una escuela con niños entre 3-12 años era realmente un reto importante para mí. Iba a revivir sin duda muchos de los momentos que marcaron mi infancia, iba a estar atravesado por transferencias y contratransferencias de manera constante. Realmente no era muy consciente en el momento de decidir trabajar con niños de las dificultades que para mí iba a significar estas prácticas.

La infancia es una etapa delicada en el desarrollo humano, se unen aspectos externos (sociales) e internos (personales).

Mónica Sorín en su libro “Niñas y Niños nos interpelan” habla de la tremenda violencia que impacta a nuestros niños y niñas, ahora y durante milenios.

“Pero millones de niños no están expuestos directamente a la guerra ni a otras violencias tan explícitas. Sin embargo, operan sobre ellos múltiples violencias simbólicas. De ellas, en este momento sólo mencionaré dos grandes fuentes: la llamada “televisión basura” y la compulsión al consumo con su correspondiente parafernalia publicitaria”.

Evidentemente estas agresiones externas, estas violencias reales y simbólicas nos afectan a todos, no obstante en la infancia tienen un impacto mayor. La infancia está más desprotegida.

“Aunque nuestra especie sea la más racional de todas, aquella que se diferencia de las demás por haber desarrollado el neocórtex, también es la que nace con el cerebro más inacabado de entre todos los primates. Al nacer, nuestro cerebro tiene sólo un 25 por ciento de su peso final, mientras que los monos, por ejemplo, nacen con el 60 por ciento de su cerebro ya formado” (Evânia Reichert, Infancia, la edad sagrada).

Tres cuartas partes del desarrollo del cerebro ocurren fuera del útero materno, es por ello que la autora habla de la existencia de un útero psicológico, es decir, un contexto familiar y social que nos transmita cuidado, afecto y respeto. El proceso de formación del cerebro no se completa aproximadamente hasta el sexto año.

La influencia del adulto (y del medio social) en estas fases que la autora llama preciosas, es especialmente crítico, pudiendo bloquear o dificultar mucho el desarrollo previsto en cada una de las fases.

“Fruto amargo de la ignorancia adulta, la realidad que nos rodea está punteada de castigos que llevan el sello del abuso de la posición adulta sobre la infantil” (Evânia Reichert).

La importancia del entorno familiar es especialmente relevante en esta etapa del desarrollo, no obstante no es el único. El contacto con el mundo exterior en estas etapas, especialmente en un momento en la historia en el que los padres y madres tienen muchas dificultades para estar con sus hijos. Guarderías, escuelas, cuidadores, son varios de los entornos en los que los niños y niñas están expuestos.

En Finlandia, con uno de los modelos educativos más admirados, los niños empiezan la escolarización obligatoria a los 6 años, es organizada por los municipios y no cuesta nada a las familias. Los educadores en todas las etapas además de una formación universitaria tienen una elevada consideración social. (<https://www.infofinland.fi/es/vida-en-finlandia/educaci-n/sistema-educativo-finlandes>)

Desde el punto de vista neuronal las recientes investigaciones en neurociencia aportan también un punto de vista científico en el estudio de la infancia y del impacto del mundo exterior en el desarrollo del niño.

“Shore (2000) explica que, en el momento del nacimiento, la mayoría de los cien billones de neuronas del cerebro humano aún no están conectadas en redes. La formación y el refuerzo de estas conexiones son la tarea principal del desarrollo inicial” (Évania Reichert).

“Shore cita una investigación realizada por la Universidad de Minnesota por el neurocientífico Megan R. Gunnar sobre las tasas de cortisol en niños estresados que revela que los acontecimientos adversos y traumáticos pueden elevar la tasa de esta conocida hormona de la tensión en el individuo”

“El cortisol altera el cerebro, volviéndolo vulnerable a los procesos que destruyen las neuronas y, lo que no es menos importante, reduciendo el número de sinapsis en ciertas regiones cerebrales. De esta manera, las experiencias traumáticas o estresantes pueden realmente minar el desarrollo neurológico y deteriorar el funcionamiento del cerebro” Gunnar citado por Shore (2000).

Es por ello que la autora Evânia Reicher habla de la infancia como la edad sagrada. Es un momento en el que se está construyendo nuestra psique, millones de neuronas se están empezando a conectar, creando los caminos posibles y los no posibles, creando las heridas que de adultos necesitaremos enfrentar.

“La mayoría de las veces el bebé atraviesa las fases cruciales de su desarrollo en brazos de personas ajenas a la familia que no siempre son afectivas y cuidadosas. Con frecuencia hay mucha rotación en los cuidadores, algo negativo para la vinculación segura del bebé” (Evania Reichert).

En algún momento en la historia (probablemente en el mundo Romano) perdimos el sostén de la comunidad a los hijos. Creamos las familias nucleares, nos inventamos el patriarcado y nos encerramos en viviendas unifamiliares, quedando la madre al cuidado de la casa y los hijos (y el pater familias con la autoridad de hacer lo que quisiera con ellos). Cuando la mujer empezó a adoptar un rol de igualdad al hombre (años 60), el rol del cuidado de los hijos en la mayoría de los casos se externaliza (cuidadores, guarderías).

La cultura de trabajo en la que estamos inmersos, en las que padre y madre trabaja, las viviendas donde únicamente hay un progenitor, hace que el tiempo con nuestros hijos sea muy limitado. En algunos países como España, las largas jornadas laborales hacen este problema aún más evidente. Entonces apuntamos a actividades extraescolares a nuestros hijos y hijas (les gusté o no), y añadimos unas cuantas horas más a su ya larga jornada laboral. Así ponemos a trabajar a nuestros hijos de 9 a 21, como sus padres. Todos contentos. Cuando llegamos a casa, estamos todos tan agotados y estresados que nos hacemos la cena y nos ponemos a ver la tele para desconectar, como si no estuviéramos ya completamente desconectados.

Algo huele a podrido en nuestra sociedad. Evidentemente en este panorama hay elementos de esperanza, en algunos países los permisos de maternidad más amplios, incluso los permisos de paternidad parecen ir en la dirección correcta, más únicamente cubren unos meses, un año en el mejor de los casos. Y qué ocurre con los otros 6 años en los que el niño y la niña sigue necesitando ese cuidado, ese cariño, ese útero psicológico?

Curiosamente escribo este párrafo en un momento absolutamente disruptivo, hace 45 días que se inició un giro inesperado en la historia, anunciado por algunos (https://www.ted.com/talks/bill_gates_the_next_outbreak_we_re_not_ready?language=es) y muy poco escuchado. Hace unos 2 meses que empezó en la provincia de Wuhan en China una de los cambios más increíbles de comportamiento humano y social, del que aún no empezamos ni a esbozar las consecuencias.

De repente padres y madres (juntos o por separado) están con sus hijos todo el día, algunos ancianos (los más afortunados) han regresado a su casa desde las residencias, palabras que estaban en desuso han vuelto a tomar un significado nuevo: Barrio y vecino. Se multiplican las iniciativas solidarias, de empresas, de particulares., nos hemos dado cuenta de que podemos teletrabajar y que las empresas pueden seguir funcionando, que se puede confiar en la responsabilidad de los trabajadores. El personal sanitario está haciendo una demostración increíble de generosidad y de estar al servicio, de valentía y responsabilidad con su tarea, los trabajadores de supermercados, los transportistas, los farmacéuticos, las empresas de telecomunicaciones, una larga lista de colectivos que han estado haciendo su trabajo en estas circunstancias extraordinarias. El planeta parece que respira y se vuelve más azul.

También hay una cara oscura, comportamientos egoístas, agresivos. Vecinos que no quieren a los médicos en su comunidad, los policías de balcón, líderes políticos que ignoran la gravedad de la pandemia y apuestan por la economía ante la salud. En cualquier proceso de cambio disruptivo como el que estamos viviendo, los dos extremos se hacen mucho más visibles, para que como individuos y comunidades escojamos de manera clara.

Estamos pagando un precio muy alto. Los millares de muertes en todo el mundo, el dolor enorme de no poder siquiera despedirse de nuestros seres queridos, el no poder abrazar a nuestros padres por temor a matarlos, los millares de personas que han perdido o pueden perder su trabajo, el estrés y la ansiedad que ha generado en todos nosotros.

¿No hay realmente otra manera menos dolorosa de cambiar una sociedad? ¿Realmente tenemos que esperar que una guerra o una pandemia nos ayuden a cambiar?

Si lo social atraviesa con mayor fiereza a los niños y niñas, tenemos la responsabilidad como adultos de cambiar (primero en nosotros) esta sociedad tan insana y desequilibrada.

“En tiempos de vacilamiento de sentidos, de avance de la insignificancia, de incremento de las violencias físicas y simbólicas, de evidente disminución de conductas y acciones solidarias, el cultivo de la prosocialidad hace a la sobrevivencia de nuestro planeta y por ello el asunto resulta, hoy, estratégico” (Mónica Sorín).

La frase de Mónica Sorín en este momento me parece especialmente relevante: El cultivo de la prosocialidad hace a la sobrevivencia de nuestro planeta.

“El concepto de Prosocialidad fue acuñado por la Psicología Social norteamericana en la década de los sesenta. Surge a partir de los estudios que genera un periodista, Rosenthal, quien investigaría lo que se llamaría el efecto espectador, a partir de la conducta de no ayuda de los testigos del asesinato de una joven” (Mónica Sorín).

LOS CENTROS: CASAL DELS INFANTS Y ESCUELA AKUA

Así que las casualidades de la vida me llevaron a trabajar en dos centros, en dos úteros psicológicos con una concepción bien distinta, aparentemente en el extremo uno de otro.

El **Casal dels Infants** es una organización enfocada a ayudar a niños y jóvenes en situación de exclusión social y con pocos recursos económicos. Los centros del Casal son espacios cedidos por los ayuntamientos en barrios con índices de pobreza o de marginalidad altos.

Su propósito como organización conectaba mucho con mis valores, mis ideales, mi ética. Una sociedad más justa y equilibrada, una sociedad responsable que no deja a nadie de lado, una sociedad con una mirada crítica que no acepte las injusticias, una sociedad que no acepte que la pobreza sea hereditaria.

Trabajamos para construir entre todas y todos...

- Una sociedad más justa y equilibrada, basada en la igualdad de oportunidades, para que todas las niñas, niños, jóvenes y sus familias, puedan salir adelante para construirse una vida digna.
- Una sociedad que facilite el camino a quienes lo tienen más difícil, que no juzgue ni estigmatice a nadie por ser diferente.
- Una sociedad formada por personas de mirada crítica, que identifiquen la injusticia y actúen con una visión participativa y transformadora.
- Una sociedad responsable, en la que ciudadanas y ciudadanos, escuelas, empresas y organizaciones privadas, instituciones públicas y medios de comunicación, nos comprometamos a construir conjuntamente entornos promotores para niñas, niños y jóvenes.
- Una sociedad que no acepte que la pobreza sea hereditaria.

(Fuente: <https://www.casaldelsinfants.org/es/quienes-somos>).

En el Casal dels infants tienen multitud de programas para atender a distintos colectivos. El programa que me llamó la atención fue el Casal obert infantil, un programa en horario extraescolar, orientado a niños y niñas de 3 a 12 años, desde la infancia a la pre-adolescencia, en espacios separados para los 3 grupos de edad: los petits (3-6 años), los mitjans (7-9) y los grans (10-12).

El centro que escogí y fui escogido es el centro que tienen en Badalona, La Betsaida. Es un centro bonito, modesto, sin grandes lujos, en el barrio de Sant Roc de Badalona, que desprende cariño y dedicación al barrio. Los monitores son la mayoría gente joven, trabajando para el Casal o realizando sus prácticas como yo. Las familias dejan a sus hijos a las 17:00 y los recogen a las 20:30. Los trabajadores del centro reciben a los niños y niñas, conversan con las familias, se nota que son parte del tejido social, se nota que tejen esta pequeña parte de la sociedad. Conocen a los padres y madres por su nombre, hablan sobre los progresos y las dificultades que tienen los niños y niñas.

Durante las prácticas, y ante las dificultades de encajar en el Casal, me planteé trabajar en otro centro, la Escuela Akua, en Santa Coloma de Cervelló.

La **Escuela AKUA** está (aparentemente) en el otro extremo. Una escuela privada, en un entorno natural privilegiado, con familias con una situación económica desahogada, ..

La escuela AKUA tiene un programa de educación innovador, basado en la educación personalizada (Pedagogía del Talento), que se nutre de las enseñanzas y los métodos de Maria Montessori, Reggio Emilia, Pestalozzi, los oficios y las profesiones, así como las inteligencias múltiples y el acompañamiento emocional a nivel transversal, respetando los procesos de aprendizaje. (fuente: <https://www.colegioakua.com/>).

Las prácticas en la Escuela AKUA las realizaba en horario escolar, el método educativo en la escuela prevé espacios en los que se trabajan propuestas no estrictamente curriculares (relacionadas con el arte, la danza, la música, ..) y la propuesta de incluir el arteterapia en esta franja horaria encajaba muy bien. Decidimos crear dos grupos (de 8-10 niños/as cada grupo), y trabajar un grupo después del otro (a las 11:30 el primer grupo y a las 13:00 el segundo).

Si la escuela forma parte de ese útero psicológico, me parece interesante ver cómo lo público y lo privado instituyen ese útero.

EL CONTEXTO SOCIAL: LA INFANCIA COMO CONSTRUCCIÓN SOCIAL, LA APARICIÓN DE LO PÚBLICO Y LO PRIVADO

“Hasta el siglo XVIII se veía a los niños como adultos en miniatura, unos seres que tenían que crecer para ponerse a trabajar y a guerrear” (Evânia Reichert).

Esta afirmación es posiblemente cierta para la sociedad occidental, en otras sociedades actuales e históricas, el rol de los niños y niñas en la sociedad, en la tribu, podía haber sido muy distinto.

“En la Edad Media, estaba permitido abandonar a los hijos, así como su entrega a padres adoptivos o a la nodriza. El Renacimiento veía a los niños como un pedazo de cera que tenía que ser moldeado primero. A principios de la Edad Moderna (siglo XVIII), era común tener el control total de las necesidades y deseos de un niño. Las amenazas y los sentimientos de culpa comportaban la obediencia inmediata” REICH, 1998.

“Hasta finales del XIX no se supo que gran parte de las numerosas enfermedades mentales son fruto de problemas psíquicos ocasionados por la interacción traumática de los niños con sus padres y demás familiares, amén del medio social” (Evânia Reichert).

“Hasta finales del siglo XX aún se desconocía que el cerebro humano nace tan inacabado y poco se hablaba de que el momento del parto es importante para la salud psíquica del bebé.” (Evânia Reichert).

Si miramos el concepto de Infancia como construcción social y la importancia de esta fase en la construcción del psiquismo y de la salud (viéndola de manera amplia), podríamos decir que estamos realmente en el inicio. Seguramente vamos a ver en los próximos años un rol completamente distinto de la infancia, de igual manera que ha sucedido (o está sucediendo) con el rol de la mujer. El Padre (lo masculino) ha tenido una autoridad excesiva, ha habido un completo desequilibrio con lo femenino y con el fruto de ambos, los niños y niñas.

Me conecto con el rol que están teniendo algunos niños y niñas especialmente en la concienciación medio-ambiental, el ejemplo de Greta Thunberg como paradigmático de la influencia y la relevancia de la infancia y la juventud pueden tener en este mundo que se está transformando de manera acelerada. Me conecto también con la sorprendente resistencia de la infancia al COVID-19.

“Se está gestando un cambio profundo en las formas de relación entre adultos, niños y adolescentes que desestabiliza a padres y educadores, quienes confunden continuamente el respeto con el miedo y buscan reconquistar su autoridad, a la antigua usanza, sobre la base de la letra con sangre entra” (Evânia Reichert).

“El proceso de trascender el patriarcalismo, según (Claudio) Naranjo, puede agilizarse con la armonización de las energías del padre, la madre y el hijo (a), sustituyendo la educación jerárquica por la heterárquica, en la que todos participan en las decisiones” (Evânia Reichert).

Es posible que estemos en el inicio de una nueva era. Ya no es suficiente equilibrar lo masculino y lo femenino (hombre y mujer), es imprescindible incorporar a la infancia como tercer eje integrador. Tenemos que aprender de nuestros niños y niñas, tenemos que dejar que nos desafíen.

Más allá del ámbito familiar, en el que se están produciendo cambios importantes, en lo social podríamos hablar de dos espacios diferenciados: lo público y lo privado.

Lo público asociado al espacio de protección que los Estados proporcionan a sus ciudadanos es un concepto muy reciente, en la forma actual surgió debido a los cambios en los ámbitos político, social y económicos que se dieron en el siglo XIX. La Institución de la escuela pública como proyecto social para extender la educación a toda la población, es un concepto muy reciente. Si bien hubo alguna iniciativa particular para crear escuelas abiertas a todos los niños (José de Calasanz, 1617), no fue hasta los principios del siglo XX cuando el tercer presidente de los Estados Unidos, Thomas Jefferson, decidió que la educación debía de ser pagada en común por la sociedad para que todas las personas tuvieran acceso a una educación laica y gratuita. (Fuente wikipedia https://es.wikipedia.org/wiki/Educación_Pública)

Si bien fue un gran avance para crear un espacio seguro y de cuidado para todos los niños y niñas, los niños de escasos recursos en la mayoría de los casos les sigue faltando la alimentación adecuada, precisan llevar dinero a casa, algunos trabajando durante desde bien temprano, otros pidiendo limosna, y aún otros robando (Evânia Reichert).

Los niños de clase social y privilegiada, aún disfrutando de un espacio físico protegido y de mejores condiciones materiales, a menudo tampoco experimentan la infancia como un tiempo idílico y afectivamente protegido. Cada vez es más frecuente que vivan de manera solitaria, desarrollando pseudo valores éticos y materiales, siempre con la agenda saturada de actividades y falta de calidad en el contacto con sus padres. (Evânia Reichert).

Me da la sensación que lo público y lo privado responde a dos encuadres distintos:

Lo público acoge, vive con todo lo que hay. La expulsión del grupo no existe en realidad, si alguien infringe las normas tiene un castigo y también un lugar proporcionado por la misma sociedad (aunque pueda sea duro y cruel, como las prisiones). La pena de muerte o la deportación son excepcionales en nuestras sociedades. La manera de mantener la sociedad en “orden” es mediante la norma y el castigo, si inclumplo la norma, las reglas, tengo mi castigo. Cuando he cumplido mi castigo, me puedo reincorporar a la sociedad.

Lo privado selecciona, es exclusivo, y ante comportamientos que no encajan expulsa, sin preocuparse mucho de donde van a ir esos niños. Los límites son tan duros y estrictos que pueden llegar a ahogar...La manera de mantener la sociedad en orden es seleccionar quien puede entrar (intentamos que el encaje con el grupo existente sea máximo) y si hay comportamientos que van en contra del acuerdo, avisar, castigar y si el comportamiento no cambia, expulsar. Lo privado intenta que el acuerdo social existente no se rompa.

En mis prácticas en las escuelas he podido experimentar los dos extremos, yo mismo he intentado navegar entre las dos realidades, entre los dos encuadres, buscando cómo es mi manera, ya que en ninguna de las dos me encontraba a gusto.



VI. Mis prácticas como arte-terapeuta: Entre Dos ciudades

"Eran los mejores tiempos, eran los peores tiempos, era el siglo de la locura, era el siglo de la razón, era la edad de la fe, era la edad de la incredulidad, era la época de la luz, era la época de las tinieblas, era la primavera de la esperanza, era el invierno de la desesperación, lo teníamos todo, no teníamos nada, íbamos directos al Cielo, íbamos de cabeza al Infierno; era, en una palabra, un siglo tan diferente del nuestro que, en opinión de autoridades muy respetables, solo se puede hablar de él en superlativo, tanto para bien como para mal».

Charles Dickens, A tale of two cities

Hay una frase en el libro de Mónica Sorín que parece que me esté hablando a mi directamente: "Pienso en nuestros alumnos. Ninguno de ellos podría decir que no atravesó múltiples ansiedades y resistencias a lo largo del Máster. Pero autodesafías tus resistencias y creces, o te acomodas en ellas y ejerces el "oficio de resistente", en el que pierdes tanta energía que no te da tiempo de enterarte...hasta que el master termina." Este fui yo en el primer año del Máster, menos mal que cambié a tiempo!



Se unen dos comportamientos en mí que definitivamente no me ayudan ni en mi vida ni en mi trabajo como arteterapeuta: la superficialidad y la mirada constante hacia el futuro (en muchas ocasiones desde la ansiedad y el miedo). Este año y gracias al trabajo que he podido realizar en el máster he podido descubrir que tiene raíces profundas: el miedo a la intimidad y a la vulnerabilidad, una necesidad de dar y recibir amor que no ha sido expresada. Para huir de este dolor me he focalizado en mi parte más racional y me he dedicado continuamente a imaginar proyectos, especialmente proyectos extraordinarios. Tiene que ver mucho con las ganas de proyectar una imagen de éxito, de alguien admirable... pero es solo eso, una imagen. Lo que me pierdo es el vínculo, conmigo, con los demás, con el mundo.... Cuando estoy ahí vivo en mi pedestal, solo y distante.

Parece además que el entorno social que nos atraviesa no me ayuda en demasía, conecta directamente con mi parte neurótica: la preocupación social por transmitir una imagen determinada (habitualmente de éxito, de bienestar), el multi-tasking, ir de una tarea a otra de manera rápida y sin tener tiempo para profundizar, donde lo racional sigue teniendo una clara predominancia. No es de extrañar que la soledad sea una de las epidemias de este siglo. Quizás mi tarea en este mundo sea precisamente esta, profundizar y sentir, hacer de las pequeñas cosas grandes acontecimientos.



El Máster para mí también ha sido una sanación: sanar la herida de mi niño con el arte, con la escuela, con mis compañeras, con las profesoras, con la directora... y desde ese lugar, dejar salir el artista que hay en mí.

Necesito soltar toda la rabia que tengo contenida, abrirme a mi sensibilidad, bajar de mi pedestal y desde ese lugar mostrarme al mundo. Esta va a ser mi aventura, este es mi viaje.

Rebelde sin patas
Crece alas
mójate de ti mismo
eres ternura
eres niño
eres humor
eres calidez

LA LLAMADA A LA AVENTURA



Auto Resonancia

Esta es la historia de dos ciudades, separadas no por un río, sino por dos. Esta es también la historia de mi viaje personal, de una búsqueda de sentido, atravesando territorios inexplorados, un recorrido entre dos ciudades que me ha permitido abrirme a lo nuevo, cuestionar ideas preconcebidas, hacer maravillosos descubrimientos.

Y nuestra historia ocurre en dos escuelas, una en Buda y otra en Pest.

Buda es una ciudad rica, con generosos recursos, nivel educativo alto, en medio de bosques y naturaleza, un lugar donde se vive muy bien. Buda simboliza de algún modo la paz la tranquilidad, la vida sencilla y ordenada, la espiritualidad.

Pest es una ciudad con pocos recursos, gris, sin prácticamente zonas verdes, con mucha agresividad social. Pest simboliza la agitación, el desafío y el caos.

O al menos era eso lo que yo creía al principio, esos eran mis prejuicios. Conforme mi viaje iba avanzando y mi sensibilidad se iba abriendo paso, Buda y Pest empezaron a mezclarse, a confundirse, a cuestionarse, a resignificarse.

En mis prácticas tenía un objetivo fundamental: Crear un espacio seguro para los niños y niñas en el que puedan ser ellos mismos y al mismo tiempo pertenecer, donde puedan dar rienda suelta a toda su creatividad y sensibilidad sin juicios y con la seguridad de que el colectivo las va a aceptar y enriquecer. No obstante la mirada social fue algo que fue surgiendo poco a poco, la construcción de otras realidades sociales posibles.

Y nuestra historia empieza en El Casal dels Infants.

EMPIEZA EL VIAJE: LOS PETITS DEL CASAL



Fotos publicadas por El Casal dels Infants

Mi primer día en el Casal y ya empecé a romper algunos prejuicios. Era un precioso día de Octubre, el sol lo iluminaba todo. Llegué un poco antes de la hora, aparqué el coche cerca del río y me fui a dar un paseo por el precioso parque del Besós. Es uno de los proyectos urbanísticos de mayor impacto en Barcelona, la recuperación del un río que era una cloaca en un precioso pedazo de naturaleza viva, de risas, de paseos,... Mis prejuicios empezaban a caerse a trocitos.

Me parece una metáfora preciosa de cómo transformar la sociedad, crear un espacio distinto que irradie a su alrededor. Eso es precisamente el Casal dels Infants.

El Casal es un centro de acogida social. Es un centro donde hacen una labor mayúscula al proporcionar un espacio para niños de familias con pocos recursos, niños de todas las edades. Es un espacio sencillo, en el que trabaja mucha gente joven y tiene una energía muy bonita.

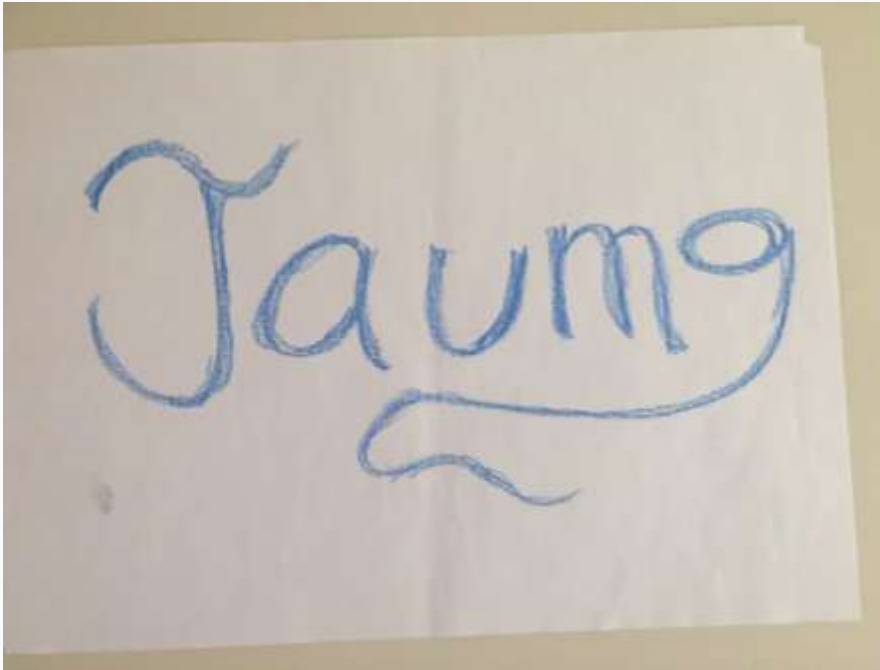
Mi camino en el Casal empezó con los petits (3-5 años), me conecté mucho con mi niño, con ese niño que tenía pavor de ir a la escuela, a enfrentar el mundo de fuera. Cuando iba en el coche hacia el Casal a veces me imaginaba mi niño a mi lado, y le decía ... todo está bien, tranquilo. Y me sonreía.

Trabajar con los petits me permitió conocer el Casal y el equipo y me enamoré de esos niños y niñas tiernos, dulces, rebeldes, callados, ausentes,... Mi niño no paraba de jugar y a veces se portaba mal y las monitoras se enfadaban conmigo...

Como ese día que estaba con M. ayudándole a lavarse los dientes y yo empiezo a jugar con el secador de manos... y M., un niño callado y ausente que casi no tenía expresión en su cara, empieza a reírse a carcajadas, todos los demás niños le siguen y las monitoras me llaman la atención, estáis haciendo mucho ruido y se está descontrolando... Mi reto era (y sigue siendo) crear esos espacios de permiso sin que se desmadre... ahora sí, la carcajada de M. y su mirada tierna me la llevo sí o sí..



Dibujo de P. en el grupo dels petits, mi cara alegre y mi cara triste.



Resonancia con mi nombre en el introductorio del Máster

Dice Mónica Sorín respecto al caos..."Para evitar el terror que el caos genera, el ser humano mata la potencia de vida y de creación que lo caótico le ofrece"...Un tema para reflexionar muy relevante para mí: la diferencia entre el desmadre y el caos creativo.

Bailar entre el orden y el caos, crear un círculo seguro y dejar que en el centro surja toda la creatividad y la sensibilidad.

Muchos momentos para recordar, en que me sentí muy querido por esos pequeñajos y pequeñajas. Un día en el autobús en el casal de hivern, de repente una niña empieza a decir mi nombre ..Jaumeeee... y otro niño se une... y otro... que bien sienta que digan tu nombre en voz alta desde el amor.. Creo que creé mucha complicidad con ellos, realmente me dejé ver y tocar por sus corazones.

Con N. creé un vínculo importante. N. es un niño rebelde, con problemas de visión, se ve que le hace falta simplemente cariño. Con N. conecté desde el primer día, ahora eso sí, amor y odio. En ocasiones era un niño adorable, cariñoso, que reía y que se dejaba ver, teníamos mucha complicidad. En otras, un niño agresivo, retador, con una falta absoluta de respeto hacia mí o hacia otros niños. En esos momentos se le veía desaliñado, las gafas medio rotas o caídas, un gesto contraído en la cara, solo contra el mundo. Normal que conectara con él, me veía reflejado en su comportamiento. Creo que mi presencia le hizo estar más veces en su bella que en su bestia, él a cambio me ayudó a verme con total claridad. Es muy doloroso, y a la vez muy sanador verse reflejado en el otro, es un espejo brutalmente honesto...eso sí, si nos atrevemos a verlo.

Me doy cuenta que con los petits me permití crear un vínculo profundo con ellos, desde el primer día. No creo que me pusiera ninguna coraza, no creo que creara ninguna protección. Quizás el hecho de ir como un niño me ayudó....

Dice Yalom en Mamá y el sentido de la vida hablando sobre el Dr. Whitehorn... **"Escuchen a sus pacientes, dejen que ellos les enseñen. Para adquirir sabiduría deben seguir siendo estudiantes....Al permitir que el paciente le enseñara, el Dr. Whitehorn entablaba una relación con la persona, y no con su patología. "**



Dibujo de N. en el grupo de Petits, mi cara contenta y mi cara triste.

El vínculo se crea (entre otras cosas) cuando nos permitimos ponernos de igual a igual con nuestros pacientes/estudiantes... Quizás era eso lo que estaba experimentando con los petits.

Ahora si, ponerse de igual a igual no es suficiente, incluso puede ser contraproducente para la tarea.

Lo experimenté claramente uno de los primeros días, todos los niños sentados en el suelo esperando a sus padres y madres para marchar a casa.. y de repente un niño se me tira en la espalda..y otro...y otro...y otro...hasta 20 niños encima mío. Algunos empezaban a hacerse daño, también me estaban haciendo daño a mi... les digo que paren pero ni caso..

Algo le falta a mi receta para generar el vínculo... ¿Cómo poner límites? ¿Dónde escondo mi autoridad? Claro si no acepto la autoridad de los demás, ¿como voy a aceptar la propia? Muchos, muchos aprendizajes..

Recordándolo ahora creo que esta fase de las prácticas me ayudó simplemente a llevar a mi Jaimito de 4 años al colegio, a decirle: ves este es un sitio seguro, es un lugar donde te quieren y quieres. En el tiempo de juego libre, me tiraba por el suelo como un niño más y me ponía a jugar con los juguetes, sólo o con otros niños y niñas. Es normal que mi (adulto) arteterapeuta tuviera dificultades para salir!!! No era el momento aún, tenía una tarea previa.

Mi niño se lo pasó genial en esos dos meses con los petits, ahora si, mi relación con las monitoras (2 mujeres con mucha autoridad y con tendencia al control) no fue la que me hubiera gustado, me sentía controlado y atado. En estas situaciones en vez de Jaume el arteterapeuta, al Casal había ido Jaimito el tremendo...

Empiezo a darme cuenta de una captura importante que me surge ante la autoridad, y especialmente cuando la autoridad se ejerce por una mujer, una escena temida que tengo que explorar. Empiezo a ver la diferencia entre la autoridad, los límites y el control.

LOS GRANS DEL CASAL

“Un rabino mantuvo una conversación con Dios acerca del Cielo y del Infierno. Te mostraré el Infierno, dijo Dios, y llevó al rabino a un cuarto donde había una gran mesa redonda. Las personas sentadas alrededor de la mesa se veían famélicas y desesperadas. En el medio de la mesa había una enorme cacerola de guiso con un olor tan delicioso que al rabino se le hizo agua la boca. Cada persona sentada alrededor de la mesa tenía una cuchara con una manija muy larga. Aunque las cucharas llegaban a la cacerola, las manijas eran más largas que sus brazos. Cómo no podían llevarse la comida a la boca, nadie podía comer. El rabino vio que su sufrimiento era en verdad terrible.

Ahora te mostraré el Cielo, dijo Dios, y entraron en otro cuarto, exactamente igual que el primero: la misma gran mesa, la misma cacerola de guiso. Como en el otro, las personas tenían cucharas de asa larga, pero todos estaban bien alimentados y saludables. Reían y charlaban. El rabino no entendía lo que pasaba. Es simple, le dijo Dios. En este cuarto, como ves, han aprendido a alimentarse los unos a los otros.”

Irvin D. Yalom, Mamá y el sentido de la vida



Resonancia en el grupo de supervisión (Irene Rodríguez)

En Enero 2019 empecé a trabajar con los grans, niños de 9 a 12, preadolescentes o simplemente adolescentes., sentía que ese era mi lugar, ese era mi grupo, el más complicado del casal, me decían.. Mi siguiente parada en mi formación como arteterapeuta.

En el grupo había mucha agresividad, peleas entre ellos, sillas que volaban, patadas en la pared, portazos... maltrataban el material, a sus compañeros y a ellos mismos ... Veía al monitor principal, intentar poner límites con muy pocos resultados, con una calma increíble. Era agotador, muy duro. Yo preguntaba... si algún niño se porta realmente mal, podéis expulsarlo?... No, sólo en casos muy muy extremos..

Este grupo era el contrapunto del de los petits. Si en los petits veía muchos límites y excesivo control, en éste la sensación era totalmente la contraria.

Yo perdí los nervios en alguna ocasión, me vi con comportamientos agresivos hacia los niños, me vi cogiendo a R. y sacándola de la sala con una fuerza excesiva.

“No es sencillo aceptar una amarga revelación que toda persona debe elaborar y desafiar: en todos nosotros hay una Bella y una Bestia” dice Mónica Sorín en el libro Arteterapia: Esa hierbita verde”.. yo estaba enfrentando a mi bestia, sin duda...



Resonancia del grupo de supervisión (Chari Muñoz)

El 22 de Enero fue mi primer día como arteterapeuta con los grans. Acordamos con los monitores seleccionar juntos un grupo de 5-10 niños y trabajar con ellos en un espacio separado... Estaba muy ilusionado, preparé un ejercicio de dibujar en un mural cómo es vuestro lugar seguro.. empezó bien... No obstante toda mi ilusión se vino abajo muy rápido, la primera sesión fue bastante caótica, P. y M. (algunos de los rebeldes del grupo) no ayudaron en nada, peleas entre ellos, rompiendo el material, faltando al respeto... Me vi desbordado, intentando poner límites sin demasiado éxito. Hicimos la actividad más o menos, no obstante el espacio generado no era un espacio seguro, de confianza para que los niños se abrieran, para que yo me abriera.

Sin ser muy consciente me había escondido en una coraza muy conocida: el rebelde o el chulo-piscinas. Cómo era el más grande y fuerte del grupo, difícilmente me podían hacer daño desde ese lugar y me sentía seguro. Me subí al pedestal, soy mejor (o más fuerte, o más listo, ...) que ellos. Es una manera de poner límites que conozco muy bien, me aislo, me protejo,... Está bien para sobrevivir (seguramente por esa razón surgió este personaje en mi infancia), pero muy difícil para ser arteterapeuta. Me cuesta aceptar que hay algo que estoy haciendo mal, me enfrento a otra de mis creencias: no soy capaz (de ser arteterapeuta).

Pasé por una crisis importante en mis prácticas. Llevaba ya 3 meses en el Casal y aún no había tenido ni una sola sesión en la que sintiera que el arteterapia estaba ocurriendo. Empecé a juzgar duramente el centro y la labor que hacían, empecé a juzgar duramente a los monitores, empecé a juzgarme y dudar si podía ser arte-terapeuta.

Y hice lo que habitualmente hago en estas situaciones: me fui. Me busqué otro centro, un lugar en el que me sintiera más seguro.

¿Cómo navegar en aguas en calma?

¿Cómo navegar en la tormenta?

Encontrar la rendija

descubrir motivos

Crear burbujas

llevarlas conmigo

ME ESCONDO EN MI PARAÍSO



La escuela AKUA es una escuela privada. Está en una antigua masía catalana, reconvertida primero en restaurante y desde hace 3 años alberga esta escuela.

Acordamos rápidamente los grupos, íbamos a trabajar con niños de 9-12 años, en dos grupos de 10 niños, cada martes, el primero a las 11:30 y el segundo a las 13:30. El mismo día que por la tarde iba a Casal... (inconsciente de mi...).

Y vuelve un tema que ha estado muy presente en todas mis prácticas: qué es lo que yo realmente quiero y cómo desde ahí poner límites. Hay un disfrutón y un castigador en mí... el disfrutón me lleva a tomarme las cosas con filosofía, la vida es para disfrutarla... y cuando me lo permito surge el castigador, el torturador, tienes que hacer más, nunca es suficiente, tu puedes con todo... 3 grupos distintos en un mismo día, 3 horas por la mañana y 5 por la tarde, 2 escuelas / entornos distintos, enfrentando muchas escenas temidas (el colegio, dirigir un grupo y que me hagan caso, permitir mi sensibilidad y vulnerabilidad), trabajando desde un lugar desconocido (arteterapia), trabajando con niños y niñas,... que locura, vaya reto que me había autoimpuesto sin ninguna necesidad.

Me doy cuenta de la necesidad de encontrar ese entre, entre el disfrutón y el castigador hay un lugar sano para mí. Me doy cuenta de que he aprendido a gestionar estas situaciones de stress desconectando de mi cuerpo, me voy a lo mental y desde ahí se sufre menos... Eso sí, la vivencia estética que pueda conseguir será bastante limitada...

Empiezo a comprender algún concepto que en su momento no me decía nada: **el cuerpo vibrátil**. Para generar una vivencia estética, necesito vibrar primero yo con todo mi cuerpo y mi alma con el arte.

Sin embargo los principios fueron muy buenos, era como ir a un parque de atracciones! Me sentía superbien recibido por la escuela, por los educadores y por los niños...era como esas películas de terror para adolescentes... todo felicidad y diversión... pero se huele la tragedia... (y yo sin enterarme...)



Me acompañaba mi hija Txell a las sesiones. Txell es una mujer fuerte, sensible y de grandes convicciones..

Por razones que no vienen al caso este año había parado sus estudios. Se me ocurrió proponerle si quería venir conmigo a los talleres, pensé que podría ser bueno para ella, y vino encantada. Me ayudaba a preparar la sala, ella se ponía en un segundo plano y estaba super atenta a lo que necesitaba yo y el grupo en cada momento. A veces nos poníamos en la sala a jugar mientras esperábamos a los niños... y nos miraban con caras divertidas..

Creo que en realidad le pedí que viniera porque la quería tener más cerca, quería reforzar nuestro vínculo, sentía que habíamos estado un poco alejados. Quería hacerlo desde la **vulnerabilidad**, desde la sensibilidad, que pudiera ver que un padre no siempre tiene todas las respuestas y en muchas ocasiones se equivoca, tiene dudas, miedos e incertidumbre.

Hicimos juntos unas 6 sesiones, a veces me decía hoy no me apetece y no venía, a mi eso me relajaba, no venía por obligación, venía cuando realmente le apeteecía.



Explorando los materiales en AKUA

Empecé con el grupo sin haber hecho nada de observación (era importante, más adelante me di cuenta de porqué)... las primeras sesiones funcionaron bastante bien. Nos ponemos en círculo, cerramos los ojos y nos conectamos con las sensaciones ahora mismo. Cuando os toco decís vuestro nombre y como estáis ahora mismo... M. dice, Soy M. y estoy.... de pie! Risas, bueno parece un buen comienzo... He pensado en la primera sesión definir el encuadre con ellos de manera artística....

Cerrar los ojos y conectar con ese lugar en el que os sentís seguros... despliego un papel mural, dejo unas revistas y cada uno va recortando las imágenes que le conectan con ese lugar... Ahora que lo pienso, fui un poco arriesgado siendo la primera sesión! No era muy consciente de que lo grupal les cuesta!

Me doy cuenta de cómo la fase de observación nos ayuda a conocer el grupo. Si bien parece que tengamos un rol pasivo, están ocurriendo muchísimas cosas. Podemos observar como es el grupo, podemos empezar a conocer a los participantes, podemos empezar a dejar que nos conozcan, podemos observar la manera de trabajar de los monitores o educadores, nos permite empezar a probar alguna pequeña dinámica y ver cómo el grupo responde,... todo eso me lo perdí en AKUA, ala Jaume directo a la tarea, que tenemos mucha prisa por llegar...

En AKUA me atrevo a probar con los materiales. En una sesión preparamos slime (una especie de plastelina que se hace con cola, bicarbonato, líquido de lentillas y colorante), preparé el ejercicio el día anterior.

En el aula puse un espacio para cada niño por la sala... L. un chico agresivo que los primeros días no quería ni entrar en el taller, me pide ayuda porque no le sale... lo hacemos juntos y veo toda la ternura en él, me pide si le puede poner purpurina y baña su slime de un color violeta precioso... Con L. llegué tarde, si bien empezó a hacer cambios importantes de comportamiento, la escuela tomó la decisión de expulsarlo. Me dolió, lo vi incluso cruel, estos niños que parece que lo tienen todo y no tienen lo más fundamental de todo.. el cariño y el sostén del grupo.

Me encuentro con dos encuadres extremos, **el público y el privado**. Me parece interesante explorar el entre...

Otro día probamos con barro, el grupo de las 13:30 trabajó de maravilla, cerrando los ojos, sintiendo el barro y esculpiendo un personaje favorito (podría ser el personaje de la obra de teatro). E. un niño con una creatividad artística extraordinaria, esculpe una figura de un personaje de ficción que él mismo se ha creado, abre los ojos y mira con cara de sorpresa lo que ha sido capaz de hacer, casi no se atreve a retocar la obra, está perfecta. E. tiene un talentazo artístico y una personalidad arrolladora, en cada taller me sorprende, se sorprende de todo lo que es capaz de crear.

Les propongo un proyecto... ¿y qué es necesario para crear una obra de teatro les pregunto? Los personajes, la historia, el decorado, los vestidos, la música, el director, el guionista, ... Los niños aportan su punto de vista y construimos los elementos del proyecto juntos... pinta bien, pienso...



Trabajando con los personajes en AKUA



Explorando los personajes de la obra en AKUA

Recordando esos momentos me conecto con una frase del master... **Mirar la rosa sin ignorar la alcantarilla...** Y yo mirando qué bonita es la rosa...

Hacemos un ejercicio de dibujar en círculo y otro de dibujar personajes...El grupo de las 11:30 me sigue costando, empiezo a comparar...será que como es el primero estoy más tenso? será la monitora? será la hora del día? En el grupo de las 13:30 todo es fácil..., los dibujos son preciosos y muy creativos... La monitora y yo participamos en la dinámica y nos lo pasamos genial, los niños muy presentes, el tiempo pasa volando..

Hubo momentos preciosos en mi trabajo en AKUA. Recuerdo especialmente un día en el que P. un niño muy muy sensible, vino enfadado porque había perdido su chaqueta y me pidió sentarse aparte en una silla y no participar.. Estábamos haciendo un juego de crear estatuas en grupo.. yo les daba la consigna.. ir caminando de manera ordenada y ahora juntaros en grupos de...5! Y los 4 niños van a buscar a P. y le dicen vaaaa ven que te necesitamos!! Y P. de repente saca una sonrisa y se une al grupo... el poder de lo colectivo en acción! Un gran acontecimiento!

Poco a poco mi experiencia en la escuela fue cambiando. Las educadoras que al principio participaban en la sesión como uno más, de repente empezaron a dejar de hacerlo. Con los niños, especialmente en el grupo complicado cada vez llegaban más tarde y sin disculparse, ni ellos ni la educadora. Algunos niños se sentaban en las sillas y no venían al círculo. Me costaba mucho que siguieran mis consignas. Me fui haciendo consciente de que lo que empezaba a haber era una falta de respeto hacia mi trabajo y hacia ellos mismos... Intentaba poner límites durante las sesiones pero no acababa de funcionar.

En una sesión propongo hacer una obra de teatro improvisada con los personajes y nos pasamos una hora simplemente construyendo los grupos, mucha violencia entre ellos, V. se queda sin grupo, nadie le quiere...

La gota que colmó el vaso fue el día que la escuela cambió la composición de los grupos sin avisarme... me lo encontré en la misma sesión. Su intención era cambiar una dinámica que no estaba ayudando, no obstante lo que pasó fue que lo que antes era fácil ahora era conflictivo, y al revés.

Pedí parar.. me di cuenta de que estaba siendo un abuso y que tenía que poner límites.

Me empecé a dar cuenta de que con el arteterapia estaba enfrentando un reto tremendo, ser capaz de poner límites y sostenerlos con fuerza y sin agresividad, y desde ese círculo seguro exponerme al grupo desde mi vulnerabilidad.

ME ADENTRO EN LA CUEVA

En mi sesiones de terapia con Marta Cañellas empecé a trabajar el abuso y la mirada del otro sobre mi. Mi niño se sintió abusado en algún momento y tuvo que protegerse, tuvo que aislarse, tuvo que crear su bestia. Me he conectado con algo profundo, una escena temida que condiciona mi capacidad de abrirme al grupo, hay miedo a no saber poner límites o a ponerlos con dureza,... Me di cuenta de que si no era capaz de superar este bloqueo era muy difícil permitir mi sensibilidad, dejar que mi cuerpo vibrara con lo que estaba ocurriendo.. Me sería difícil ser arte-terapeuta.

En este momento no sólo el arteterapia sino toda mi vida estaba patas arriba..

Mi madre cumpliendo sus 92 años en navidad había enfermado y a consecuencia de la enfermedad había perdido completamente su movilidad. La tuvimos que ingresar en una Residencia después de haber intentado recuperarla en casa sin éxito. Fueron momentos muy duros, me enfrenté con la enfermedad y con la muerte, me enfrenté a la locura cuando ni siquiera me reconocía, me enfrenté a la tristeza enorme de mi madre al dejarla el primer día en la residencia, me enfrenté con mis ascos, me enfrenté a condicionar mi vida a ella, a que alguien dependa completamente de ti.

Por otro lado mi hija Txell había decidido este año dejar sus estudios. Mi hija es una mujer de grandes convicciones, a veces un poco radical, y sentía que estar en la escuela sin saber muy bien a dónde iba no tenía sentido para ella. Sabía que era una decisión que no sería fácil de aceptar, no obstante tuvo el coraje y la valentía de enfrentar a todos los que estaban en contra y escuchar su necesidad. A consecuencia de toda la tensión y el stress de este proceso, tuvo una irritación en la piel y le salieron manchas por todo el cuerpo. Lo viví con sufrimiento de no poder hacer nada por ayudarla.

La relación con mi pareja pasaba por momentos delicados también. Esas navidades me di cuenta que me aburro con la rutina y que busco la adrenalina de la caza. Pasamos por momentos difíciles, de separación emocional. Mi amor por ella es incondicional y no entendía porque nunca nada era suficiente para mí...



Me sentía en el centro de un torbellino sin saber muy bien qué hacer. Mi manera habitual de resolver las cosas era enfrentar cada situación por separado y buscar soluciones una por una... sin embargo esto ya no era posible.

Necesitaba conectar con mi sensibilidad. Las sesiones con Marta fueron reveladoras y de alguna manera inexplicables para mí. Simplemente empecé a abrirme de verdad a mi sensibilidad y a explorar en profundidad y sin escaparme todo aquello que me estaba sucediendo.

Si saber muy bien como, sin tampoco tener la intención de, empecé a hacer cosas distintas. Recuerdo especialmente la mirada de mi madre cómo fue cambiando, su mirada y mi mirada, de la dureza a la ternura. Recuerdo cómo una vez, en momentos en los que perdía un poco la razón, nos hablaba de los pepinos de montjuic... y cómo en vez de interrogarla y hacerle ver que no tenía sentido, le seguí la corriente... mis hermanas no entendían nada y de repente mi madre se pone a reír y me dice... estoy desvariando no? y todos riendo. Esas risas eran absolutamente terapéuticas, arte-terapéuticas!

Conectar con mi vulnerabilidad y mi sensibilidad fue suficiente para que todo volviera a su cauce. Aún no entiendo muy bien cómo ni porqué, solo sé que era exactamente esto lo que tenía que enfrentar en la vida, y lo hice.

VUELVO AL CASAL



Autoresonancia en el grupo de supervisión

Había parado en AKUA, estaba a punto de dejar el Casal, estaba a punto de dejarlo todo...Una conversación con Aude me ayudó a darle una oportunidad al Casal, a darme una oportunidad a mi! Me conecté con una metáfora que trabajé en una sesión de supervisión.. Soy una telaraña de colores...

Necesitaba flexibilizar el encuadre de alguna manera. Me di cuenta que estaba trabajando en los extremos, o total flexibilidad o total rigidez. Así que buscamos un encuadre en el entre. Ibamos a proponer a los niños dos actividades, una que coordinarían dos monitores y otra actividad que coordinaría yo con el acompañamiento de un monitor. Si eramos 4 monitores, el trabajo lo haríamos en espacios separados, si eramos 3, el trabajo lo haríamos en la misma aula, con dos grupos.

Curiosamente después de haber decidido esto, siempre fuimos 4...

Y fue como un volver a empezar... el primer día vine simplemente para observar y reconectar con ellos, hacía unas semanas que no había estado y también me apetecía cuidarme un poco. Ese día la propuesta de los monitores fue un juego competitivo inspirado en un programa de televisión...

Cada monitor estábamos en una mesa con un grupo de niños que iban rotando. En mi mesa el juego era apilar unos 40 vasos de plástico haciendo una torre y lo tenían que hacer en menos de 1 minuto.... Empezó R. y no lo consiguió, luego le tocó a A.... y de repente me pregunta.. puedo pedir ayuda a los demás? Y yo sin pensarlo le digo Sí claro.... y de repente lo que era un juego competitivo se convirtió en un juego colaborativo... todos los demás niños ayudando a A. a hacer la torre.. fue precioso, divertido, muy tierno. se lo pasaron genial, pero se quedaron sin premio. La monitora que estaba dando los puntos me dice.. No, si colaboran no vale, la regla era hacerlo solos...A. se enfadó, yo me disculpé con ella, fue mi error no el tuyo... y A. dice, bueno tampoco era tan importante.. una sonrisa.

Y ese momento fue clave para el trabajo en grupo. Sin saberlo, sin darme cuenta quizás, sin ni siquiera tener la intención de, había introducido un gran cambio. A partir de ese día empezaron a introducir juegos colaborativos, en vez de juegos competitivos, y la dinámica cambió radicalmente

Bajó muchísimo la agresividad, los monitores estaban mucho más relajados y los niños también, se cohesionó mucho el grupo. Me di cuenta de que no hice nada e hice mucho, me permití escuchar lo que estaba ocurriendo y simplemente ser yo mismo.

La siguiente semana decidimos con los monitores que ya era el momento de poner en marcha el nuevo encuadre. En la rotllana proponemos 2 actividades (juego colaborativo o taller de expresión artística), el monitor dice... Quien quiere ir con Jaume?... Nadie dice nada, nadie levanta la mano..yo respirando aunque bastante tranquilo... y de repente uno levanta la mano, y otro, y otro.....

Un grupo de 8 niños se han apuntado, lo vivo como un gran éxito!!! He decidido hacer un back to basics.. ceras y un papel... Me conecto con una frase del master... **"Menos es más"**..

Les he explicado que es arteterapia, todos mirando con ojos abiertos.... les gusta que les trate como adultos...

Simplificar
Construir desde el arte

Hicimos el ejercicio de dibujar colectivamente en círculo. Yo participo, les ayuda ver que el adulto es parte del juego, que también se expone... La primera ronda va bastante bien.. de repente M. empieza a tachar con color negro todos los dibujos que le van llegando



Creación grupal, dibujando en círculo

Al principio le dejo hacer... no obstante al acabar le hago ver que lo que hace estaría perfecto si trabajara solo, en este ejercicio no se puede hacer... Me mira con una cara de "he sido malo".. ese fue un momento importante para M., ese día cambió algo en él. Ese día cambió algo en mí, había puesto límites desde la firmeza y el cariño.

En la siguiente ronda ya es distinto, empieza a participar con sus trazos, ahora ya está sumando. Cambia la agresividad por creatividad... Se sorprende a sí mismo del resultado...

N. ha escrito frases en cada hoja que no tienen desperdicio... pura poesía! "No es Trump ni Obama, es ella que no te ama"

Hacemos un sharing final!!! J., un adulto en un cuerpo de niño dice "Yo vine sin saber si esta actividad me gustaría y la verdad es que me ha encantado, me lo he pasado muy bien y he aprendido algo nuevo" Todos nos reímos, este J. es un personaje... Nos avisan los monitores... es el momento de volver a la sala para marchar... el tiempo ha pasado volando!

Dice Mónica Sorín en el libro Arteterapia: esa hierbita verde **"Y en esa multiplicidad de miradas, la vida recupera todos sus colores, todos sus fractales. Y allí se constituye el acontecimiento, un tiempo no cronológico de intensidades, para el cual el cuerpo vibrátil debe estar disponible"**

Un día redondo, yo salí eufórico! Pensaba para mí....que he hecho que ha funcionado tan bien? La potencia del encuadre como herramienta fundamental para crear un espacio seguro, y no solo su definición, sino el protegerlo, poner límites firmes cada vez que se puede desbordar. La sensibilidad y la creatividad surgen en un espacio entre el caos y el orden. Me doy cuenta de la diferencia entre encuadrar la tarea y encorsetar un grupo.

Y yo que pensaba que ese día sería difícil de superar... el siguiente fue incluso mejor!!

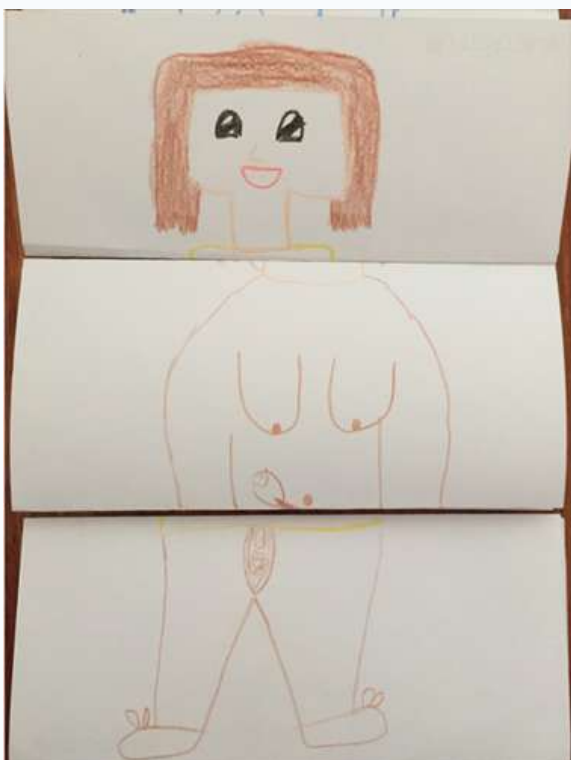
Y antes de seguir, me gustaría hablar de M. Con M. conecté desde el primer día, aunque nuestra relación al principio no era nada sana... quería ayudar a M. creo que me veía en él, veía la incapacidad de sentir, veía tendencias auto-destructivas, búsqueda de adrenalina...veía un niño que podía ser abusado porque él mismo se ofrecía a ello, porque no sabía poner límites..



Dibujo de M.

M. se me enganchaba, de manera literal, es como si me quisiera solo para él, a la que tenía que trabajar con otros niños, se agarraba a mis piernas y no me dejaba mover. Era incómodo para mí, le decía con suavidad que necesitaba que me soltara. En una ocasión me contó que cerró los ojos y empezó a correr como un loco y se abrió la cabeza con una farola...Conmigo a veces también tenía tendencias de auto-lesionarse, se me colgaba al cuerpo y se dejaba caer... yo con dificultad le cogía y evitaba que se lastimara...

Un día en el Casal de Nadal me contó que yo le recordaba a su abuelo, que vivía en Egipto. Me contó que su abuelo le enseñaba a boxear, y se ve que tenía una relación muy especial con él. Ese día quería estar todo el rato conmigo, me estaba agobiando... Hablamos seriamente, le expliqué que teníamos que llegar a un acuerdo, que yo jugaría con él pero no desde la exigencia sino cuando yo pudiera.. él me decía que no lo haría. No obstante cuando vió que si que le iba a buscar, empezó a relajarse....



Dibujo de M.

A M. le gusta provocar, se nota que la sexualidad está muy presente. En los dibujos en los talleres siempre dibujaba penes....el monitor que me acompañaba le decía que eso no... yo no lo tenía tan claro... Un día le digo, hoy solo vas a dibujar penes todo el rato.. y empieza a sacar toda su creatividad.. penes pequeños, penes grandes, penes multicolores... le digo: lo puedes colgar en tu habitación! Y me dice, no que mi padre me mata! Explorando su sexualidad y dándose permiso desde el arte para hablar de lo que en otros entornos no puede hablar. En otra ocasión empieza a dibujar vulvas y pechos, empieza a curiosear también con el cuerpo de una mujer.

M. me ha enfrentado a la necesidad de poner límites de manera firme pero suave. Nuestra relación ha ido cambiando, cuando me ve ahora me da un gran abrazo, y luego sigue con lo que está haciendo, está menos agresivo en clase y no he visto comportamientos auto-destructivos. Viene siempre a las sesiones, no se ha perdido ninguna y desde la rebeldía inicial ha ido cambiando su comportamiento. Un día que no quería participar en el taller pidió salir del aula, y el y 3 amigos (los más rebeldes del grupo) se pusieron a dibujar en la sala contigua..... A veces no somos muy conscientes del impacto que estamos generando, es como dejar una pequeña semilla y esperar a ver cómo es la flor que va a surgir...

Y llegó la siguiente sesión.. Era un día de fuerte tormenta y de lluvia, la propuesta: dibujar cadáveres exquisitos. Se apuntan nueve niños y niñas al taller, algunos repetían, otros venían por primera vez. Les propongo el cadáver exquisito y les encanta! Les cuento los orígenes de este juego.. 3 pintores surrealistas en un café de Zurich confiando en el inconsciente colectivo y en el azar...



Dibujando el cadáver exquisito en el Casal

Ese día creamos magia entre todos. Les conté que es un juego que permite hacer lo invisible visible, acceder a nuestro inconsciente y explorar los monstruos que están presentes en nosotros.... De repente en ese mismo momento un trueno, la luz parpadea y parece que nos vamos a quedar a oscuras. Empezamos a dibujar cada uno en la primera sección del papel, la cabeza.... Al cabo de un rato cuando veo que casi todos han acabado les doy la consigna para doblar el papel, alargar un poco el trazo de la cabeza a la siguiente sección para que el siguiente empiece a construir el tronco.. Finalmente pasamos a la última sección y acabamos el dibujo. Cada uno recibe el suyo y lo desvela, caras de sorpresa,..

Y se me ocurre.. queréis ahora descubrir cómo es vuestro monstruo?... y cada uno va juntando sus tres partes del monstruo... N. mira su monstruo con una cara de miedo, de rechazo, como si no quisiera ver un personaje conocido... M. se sorprende de la coherencia del dibujo, y de su belleza, y hace una sonrisa pícaro, mirando las vulvas y los pechos... Ma. lo mira con ternura.

De repente uno de los niños explica... Dice una leyenda que en la base de la escuela está enterrado un asesino y que alguna vez se ha visto su fantasma paseando por el centro... Un trueno, Ma. pega un grito y P. que estaba fuera de la sala de repente apaga la luz... Más gritos!

J. dice.. que va, esa historia la he escuchado yo de todas las escuelas de Badalona! Jajajaa, risas...

Y mirando a los monstruos les pregunto...y cuál es la historia del monstruo que estamos viendo... y empezamos a construir una historia juntos, sin ningún orden, todos queriendo añadir algo a la historia...Ma. se sienta en mi falda, M. me abraza por detrás, con los ojos muy abiertos... Un momento para no olvidar.

Subidón, creo que es la mejor sesión que he hecho hasta ahora! Y sólo con unas ceras, unos papeles, mucha sensibilidad e imaginación! Dice Luise Redelman sobre la imaginación, que las imágenes nunca vienen para hacernos daño...

Siento que el grupo ya está abierto para hacer lo que sea, hemos creado el vínculo.



Juego y metáfora
Oportunidades
Para ser y dar sentido

Resonancia del grupo de supervision

Y empiezo a pensar la siguiente sesión... y de repente me doy cuenta que nunca he mirado mis apuntes de arteterapia... tengo un montón de dinámicas y ejercicios que nunca he probado. Así que miro el introductorio que hicimos en Septiembre con Mónica y Marta y me conecto con un ejercicio: crear una pequeña obra de teatro cada uno con personajes inventados. Recuerdo mi ejercicio en el módulo, haciendo de Donald Trump, muy incómodo (y no solo por hacer de Trump) y sin saber muy bien como estar... Puede ser interesante ver que es lo que ha cambiado en mí...

Así que propongo la actividad del teatro y se apuntan de nuevo 8 niños. Pido al centro si tienen disfraces y me dan un par de cajas con disfraces chulísimos... Les propongo esta vez hacer la actividad en el patio, hace ya buen tiempo y nos irá bien tener espacio para poder crear la obra.

Una ronda de presentaciones con el cuerpo (soy xxx y mi gesto es xxxx)... y la persona del lado repite y luego hace el suyo. N. hace una postura imposible de repetir, se pone de cabeza al suelo y arquea completamente la espalda para pasar los pies por encima y levantarse... a ver quien es el guapo o la guapa que lo repite... Hay muy buen ambiente, parecen preparados para lo siguiente.. Les cuento la dinámica, cada uno piensa un personaje conocido... contamos 1,2,1,2,... los 1s juntos y los 2s juntos. M. el monitor y yo nos ponemos cada uno en un grupo.

En nuestro grupo surgen papa pitufo, el caballero oscuro, un cantante del que no puedo acordarme del nombre y E. que quiere hacer de sí misma. En el otro grupo, Cristiano Ronaldo, Bugs bunny, Michael Jordan y un policía. Nuestro grupo decide disfrazarse primero y luego construir la obra... Yo como papá pitufo encuentro un vestido azul y un gorro de mago... empezamos a preparar la escena pero como se nos está acabando el tiempo la dejamos a medio preparar... tendremos que improvisar...

Empezamos, estamos en una clase en la escuela de magia Hogwarts (la escuela de Harry Potter), la escena va avanzando y hay un momento de bloqueo, nos quedamos todos en blanco... decido sostener el silencio y de repente el caballero oscuro decide levantarse e irse, dice que se aburre y que esta clase de magia es un rollo, se marea, se tira al suelo y le hacemos un gran entierro... que bien poder sostener esos momentos y dejar que la magia ocurra.

Dice Peter Brook en su libro El Teatro Sagrado... **"en el silencio existen muchas cosas en potencia: caos u orden, confusión o modelo, todo en estado inculto: lo invisible hecho visible es de naturaleza sagrada"**

El caballero oscuro es K., es un niño mulato casi tan grande como yo. Cuando le vi por primera vez casi ni hablaba, estaba completamente callado. Con su gran tamaño y era casi invisible. Conecté con él ayudándole a hacer los deberes, me pedía ayuda constantemente, le costaba acabarlos, se encallaba mucho sobre todo con el inglés. Fue un proceso lento de apertura y ese día en la obra de teatro se soltó completamente, lo bordó. En la preparación de la escena le tenía que hacer callar para poder escuchar el resto de niños... en la escena fue el absoluto protagonista de la obra, se atrevió, jugó, tuvo una grandísima presencia. Era otro K.

Después de la representación hacemos un sharing final y les propongo hacer resonancias... una palabra... aplausos para cada grupo... Les cuento lo que hemos hecho a los otros monitores y no se lo creen, me dicen que han probado hacer teatro y que nunca lo habían conseguido...

De repente me doy cuenta de que ya he hecho la obra de teatro que tanto quería hacer... y que ha surgido gracias al encuadre y el vínculo, los límites y la sensibilidad que permiten que la creatividad surja en todo su esplendor!

Esta ha sido de momento mi última sesión con este grupo, si es la última será un gran cierre.

**La muralla se dejó tocar por la dulzura, de la brisa que susurra.
De las heridas aceptadas brotan bellísimas flores que abren la puerta del corazón**

LA VUELTA A CASA



Foto propia de la calle Regomir

Volví a Akua unos meses después y la directora de la escuela, me dice... hemos empezado a trabajar lo grupal, les hemos propuesto un proyecto de diseñar la nueva biblioteca y los niños están super-excitados con el proyecto. Quizás si que he tenido impacto si...

Este ha sido mi viaje, un recorrido entre las dos ciudades, entre dos centros, llevarme un aprendizaje en una ciudad y explorarlo en la otra, en un continuo juego de desaprender lo aprendido y volverme a cuestionar absolutamente todo. También ha sido mi viaje interno, un recorrido entre mi fuerza y mi sensibilidad, entre mi Buda y mi Pest.

Ha habido muchos momentos en que ya no sabía exactamente dónde estaba, porque quizás ese era exactamente mi trabajo... estar en la carretera que unía Buda y Pest, cruzando los puentes, atravesando los ríos

Bajando por la calle Regomir para una sesión con Marta reflexiono dónde quiero llevar mi arte? Es el trabajo con niños lo que realmente me llena o era simplemente una etapa hacia algo distinto?

Creo que trabajar con niños me ha permitido sobre todo conectar con mi niño y acompañarlo en este proceso. Necesitaba realmente sanar una herida profunda, sanar la herida de ese niño al que le aterrorizaba ir a la escuela, que veía monstruos por todas partes, que se asustaba de la agresividad de los demás, ese niño con una sensibilidad extraordinaria. Ese niño que iba a jugar con las niñas porque se sentía acogido, porque no le hacían daño, porque podía ser emocional y no ser juzgado como débil.

Sanar la herida con el arte, con esa profesora que en un comentario poco afortunado me dijo “estos colores son demasiado oscuros, no pegan”, seguramente en ese preciso momento se creó mi rebelde, porque era demasiado doloroso no sentirse reconocido y valorado. Ah si? pues ahora voy a dibujar con colores oscuros siempre!

Sanar la herida con la música, con ese momento en el colegio en el que la profesora del coro me dice “Jaime, que voz más bonita”... y ese niño que pensaba que sólo me faltaba eso con mi curriculum de afeminado y de raro. Ese niño que cortó la voz y que nunca más cantó en público, ese niño al que le avergonzaba su voz y no se atrevía a sacarla, ni con las personas que más le querían.

Todo esto ha cambiado con el máster. Mi niño ya se siente seguro para incluso cantar en público. He bajado de mi pedestal, me he abierto a mi sensibilidad y he cantado para mi grupo, para mi pareja, para mis queridas cuerpaldas, para las profesoras del máster, para muchas otras personas que han venido a verme, conocidos y desconocidos.

Y ahora que mi niño ya puede dar rienda suelta a toda su creatividad, ahora que mi adulto ya le entiende y le acoge, ahora que ya he acabado el máster, me pregunto y qué voy a hacer ahora con mi arte?

Dice Alain Vigneau en su libro El Clown esencial: **“Ese desesperado intento de ser nosotros mismos y de encontrarle un sentido tangible a nuestra corta e insignificante presencia personal sobre la faz de la tierra”..** En eso estoy...



ERASE UNA VEZ...
ARTETERAPIA

MARTA CAÑELLAS

VII.

Epílogo

Dice Mónica Sorín en el libro “Arteterapia: Esa hierbita verde”, que uno de los principios del arteterapia es “Sumergirse en el desasosiego, en la inclemencia de las verdades sin red, en el desamparo de sabernos desnudos, para transitar los múltiples morires que conducen a nuevos renaceres”

Y en estos momentos extraños que estamos viviendo, necesitamos sumergirnos en el desasosiego, necesitamos morir para nacer de nuevo, necesitamos dejar atrás todo aquello que ya no nos sirve.

Y yo, ¿Qué necesito dejar atrás? ¿A qué necesito abrirme?

Y el mundo, ¿Qué necesita dejar atrás? ¿A que necesita abrirse?

Y si estamos en un debate permanente entre lo público y lo privado, entre el individualismo y el comunismo, entre lo masculino y lo femenino, entre la jerarquía y el consenso, entre el patriarcado y el matriarcado,...

Me pregunto... ¿Y cómo sería un entre? ¿Cómo sería ese nuevo mundo que todos ansiamos?

Me da la sensación que ese entre no lo vamos a diseñar los adultos. Los niños y niñas van a tener un papel fundamental en la construcción de esa nueva realidad. Nuestra labor como adultos es darles el encuadre más perfecto posible para esa tarea, crear úteros psicológicos lo más sanos posible.

El arte seguramente nos va a dar muchas claves.

“Nothing happens in the creation of a poem until the person starts to write” (Shaun McNiff).

Manos a la obra, es el momento de la acción.

¿Dónde le llevará sus alas?
¿Dónde le llevará sus alas?
El viaje no termina aquí

VIII.

Bibliografía

Mercedes Gysin Capdevila, Mónica Sorín Zocolsky (2011). El arte y la persona. Arteterapia: esa hierbita verde. ISPA Ediciones.

Mónica Sorín (2004). Niñas y niños nos interpelan. Icaria Editorial

Irvin D.Yalom (1995). Mamá y el sentido de la vida. Epublibre

Shaun McNiff (1992) Art as Medicine. Shambhala Publications

Charles Dickens (1859). Historia de dos ciudades. Alianza editorial

Luise Reddemann (2001). La imaginación como fuerza curativa. Herder Editorial

Alain Vigneau (2016). Clown esencial. Ediciones La Llave

Peter Brook (1969). El espacio vacío. Ediciones Península.

Evânia Reichert (2008). Infancia, la Edad Sagrada. Ediciones La LLave.



Había una vez una abejita que vivía feliz en su enjambre.

Un día decidió salir a volar hasta que por el cansancio se tuvo que parar en una piedra. La abejita disfrutaba del sol mientras se preguntaba cuando encontraría una bella flor.

De repente se acerca un animal muy grande y ella se asusta mucho.

Para evitar que le hiciera algo, voló más alto hasta posarse en una rama alta de un árbol desde dónde pudo ver que había más animales iguales detrás del otro.

Y siguió volando, más alto y más alto hasta que esos animales se volvieron tan pequeños como la flor que ella quería alcanzar.

Pero estaba tan lejos que no la podía tocar. Se parecía a la flor pero no podía saborear el polen.

Entonces se puso a pensar y siguió volando pensando en por qué le tocó a ella o a su especie esa tarea tan importante que es la de repartir la vida a través del polen.

Seguía volando a lo alto, lejos de la flor y lejos del polen. Comenzó a llover, vino una tormenta y ella no tenía dónde esconderse.

Las gotas de agua, tan grandes como ella, la empapaban. Con su cuerpo tan pesado, sus alitas perdían fuerza y rápidamente se cayó hacia el piso.

Cuando la abejita se despertó, vio que estaba rodeada de los mismos animales de los que había huido antes pero que estos no parecían querer hacerle daño.

Uno de ellos era un zorro, y le preguntó si quería ir a jugar debajo del pino mojado, ya que el olor de la lluvia y de los pinos la iba a reconfortar.

La abejita se lo pensó. Y pensó si estaba dispuesta a convivir y a jugar con todos esos animales a cambio del aroma de las flores. Así que dio un primer paso hacia el zorro.

Sentía mucho miedo y la voz le temblaba pero sabía que tenía que tener coraje y entonces le dijo: ¡Vamos a jugar! ¿Por qué no?

Empezaron a jugar y dejó de pensar y entonces algo increíble sucedió: porque detrás de los pinos, escondida, estaba....

...la flor más bonita que nunca había visto. Se acercó a ella, fascinada, oliendo sus pétalos y poniendo toda su atención en los colores de la flor.

Llamó al zorro y se la enseñó. Había anochecido y le preguntó: ¿te sientas conmigo a ver el cielo? El zorro le contestó que "sí", que "¡por supuesto!" y justos se sentaron a ver las estrellas.

La abejita entonces, dijo: ¿sabes de qué me doy cuenta, zorro? De que cuando dejo de huir y me enfrento al zorro, ¡es cuando saboreo la vida!"

Cuento de las Cuerpalmas

Título: Entre Dos Ciudades
Autor: Jaime Zardoya
Tesina Arteterapia IATBA
8 Junio 2020