

## El saber del cuerpo

### Una experiencia de modelado en niños.

Lic. Gabriela Pisano

Psicopedagoga – Arteterapeuta. Argentina

**H**ace unas semanas, en un encuentro con un grupo de chicos que asisten al taller de expresión sucedió lo siguiente.

Al llegar y luego de ponerse su camisa de trabajo y de sacarse las zapatillas, modo de predisponerse para la tarea (como dice Sara Paín, aquí el hábito hace al monje) les propuse acostarse “panza” arriba y respirar...

Registro y siento la respiración. Sólo observo el aire que entra y el aire que sale.

Siento el aire fresquito al inhalar, el aire tibio al exhalar.

Dejo que se cierren mis ojos, para poder sentir más, para mirar hacia adentro...

Trato de sentir cómo estoy, cómo está mi cuerpo, si hay algún lugar donde siento alguna molestia...

Intento soltar el peso del cuerpo al piso como si fuera muy pesado... Imagino que si estuviera en la arena quedaría la huella de mi cuerpo sobre el suelo.

Me aflojo como si fuese gotas de agua que al caer en el suelo dejan un charquito.

Trato de sentir cómo estoy... como están mis pies, mis piernas, mi cola, mi cintura, mi espalda...

Trato de percibir qué partes tienen más apoyo en el suelo... mis hombros, mis brazos, mis manos... mi cuello, mi cabeza...

Intento cada vez estar más y más flojito, como si fuese de gelatina...

Ahora que ya estoy más relajado y puedo sentir mejor cómo estoy, cómo me siento, les voy a proponer hacer un viaje, un viaje de exploración.

Voy a frotar mis manos unas con otras, para entrar en calor, para prepararlas para este viaje... ellas me van a llevar a recorrer este terreno, a investigarlo, a conocerlo y reconocerlo.

Una vez que froté mis manos y que me siento preparado para empezar este viaje, me lanzo a la aventura, me preparo para el descubrimiento...

- ¿Están listos?

¡Partimos!

Coloco las manos sobre mi cara, siento el calor... luego con la yema de los dedos, bien suave y en cámara lenta, comienzo a andar y a recorrer... encuentro los pómulos, esos huesitos que están por debajo de los ojos. La zona de los cachetes, siento cómo son, cómo están...

Luego muy despacio subo y sigo andando. Encuentro los ojos, es una zona muy sensible por lo que tengo que ir con más cuidado. Recorro todo el lugar y observo cómo es. Recorro las órbitas oculares, los ojos, los párpados y las pestañas... sigo andando y entre los ojos encuentro algo, más huesudo, más finito, que sube como una montaña: la nariz.

Camino por ese lugar, observo donde comienza, subo y hago todo el recorrido, como si fuese un tobogán, voy bien hasta el final, encuentro las fosas nasales... y descubro que, más hacia abajo hay un lugar más blandito y si sigo llego a los labios, la boca.

Recorro el labio superior, el labio inferior. Observo qué siento al tocarlo, cómo son, más finitos, más gorditos, más tiernos...

Adentro hay una gran cavidad donde están mis dientes y la lengua que puedo mover de un lado al otro para conocer y reconocer ese lugar.

Con todos los dedos recorro uno y otro lado de los labios y luego subo como en un ascensor por el borde de mi cara hasta las cejas.

Las peino hacia un lado y hacia el otro, observo cómo son.

Más rectas, más curvas, más largas, más cortitas... busco dónde comienzan y dónde terminan.

Sigo subiendo y llego a un gran lugar, un terreno más amplio. Es la frente, lo recorro y lo siento... voy hacia un lado y hacia el otro y me encuentro con el cuero cabelludo, el lugar donde nace el cabello... observo cómo es, qué forma tiene, qué sensaciones percibo... y desde el centro voy hacia los costados, y luego hacia abajo me encuentro con las orejas. Las toco, siento las partes más blanditas, zonas más duras, más cartilaginosas y me meto más adentro y recorro todas las curvitas, como un caracol, hay idas y vueltas... voy y vengo, camino y descubro, avanzo y encuentro.

Una vez que siento haber conocido ese lugar continúo el viaje hacia abajo. Estoy en el borde la cara, recorro las mandíbulas... y hacia el centro encuentro la pera. Siento bien cómo es. Continúo más hacia abajo, tal vez necesite usar toda la mano, encuentro el cuello, observo dónde nace... mandíbulas, orejas, nuca... lo camino por delante y por detrás... lo recorro en toda su dimensión.

Ahora que siento que ya sé como es este lugar, este territorio que acabamos de explorar, me voy despidiendo, dejando que mis manos se alejen del lugar, bajando los brazos y abriendo muy lentamente los ojos. Respiro tranquilo y siento en todo el cuerpo los recuerdos de este lugar.

Luego los invito a trabajar con otra “masa”, con la tierra y les propongo que modelen un rostro.

Estos mismos chicos el año anterior habían trabajado ya el tema del rostro y de las máscaras en el plano. Con diferentes materiales: tierra, papel maché, pinturas.

Les muestro un libro sobre esculturas de Rodin y vemos juntos, cómo hacer un busto, una estatuilla.

Ellos mismos comienzan a hablar de las tres D, aludiendo a las tres dimensiones y de las diferencias con trabajos anteriormente realizados. Con muchísimo entusiasmo se ponen a trabajar.

Fue interesante observar la seguridad y la celeridad con la que abordaban la tarea.

Sentí que esta “velocidad” no tenía que ver con un apurarse para terminar la actividad o con una ansiedad frente a la situación que les movilizara a trabajar en ese “ritmo”.

Tenía la sensación que esta “velocidad” hablaba de otras cuestiones. Parecía más ligada a la seguridad y a la certeza que a otra cosa.

Permanecí observando hasta que la palabra de Juan Pablo, me confirmó lo que sentía.

Juan Pablo dice en un momento: Es re fácil, ahora ya sé el camino !!!

Esa misma noche recibo un e-mail de Patricia Riverti, del ATEPP-CEFAT (atelier d' expression plastique "Les Pinceaux" – Centre de formation en art-thérapie. Paris, Francia) , con la propuesta de reflexionar acerca del interés en arteterapia de la inclusión del trabajo corporal previo al lenguaje plástico.

Simplemente me maravilló. Me propuse ahora yo, andar este camino y tratar de dar cuenta con otro lenguaje, con palabras, lo que sentía y había recibido a través de otros registros.

Comparto entonces con ustedes estas humildes reflexiones en voz alta, y no dudo que sólo serán el comienzo de nuevos caminos a explorar y a seguir redescubriendo.

Siento muy importante ese tiempo inicial de sensibilización corporal.

Si bien al llegar al taller, me predispongo al trabajo poniéndome la blusa o camisa, llegando a un horario determinado, a un mismo lugar y demás nociones del encuadre que dan marco y sostén a la actividad... la propuesta de trabajo corporal, este tiempo de hacer contacto conmigo mismo, habilita, facilita y dispone a la totalidad de mi ser.

El propósito es entrar en contacto, hacer contacto con mis sensaciones y emociones. Exagerar las sensaciones para amplificarlas y poder descubrirlas.

Parto del registro sensorio-perceptivo. Primero registro la sensación para recién luego poder ponerle nombre. A partir de este primer registro de sensaciones es que podré hablar en otro lenguaje de lo que me pasa. Le podré poner nombre a lo que me pasa, a lo que siento, a lo que necesito.

Es intentar recuperar el cuerpo como lenguaje, desbloquear la expresión para abrir caminos a otras actividades y propuestas.

Ponernos en situación de búsqueda a partir del encuentro con nuestro propio cuerpo, con nosotros mismos, para luego y desde allí ir al encuentro del objeto, del espacio y de los otros.

Me aparece de modo fuerte y reiterado el concepto y la noción de disponibilidad.

Voy al diccionario, busco y encuentro.

Disponer: colocar las cosas en orden y en situación adecuada.

Disponibilidad: estar disponible, en espera de destino.

Actitud para algún fin. Facilidad en la preparación y despacho de las cosas que uno tiene a su cargo.

Dispuesto: apuesto, despejado, hábil.

La disponibilidad del ser va a permitir la liberación del deseo y la verdadera adquisición de conocimientos.

Por eso es que considero importante en tanto terapeutas, estar nosotros disponibles. Crear y preparar un ámbito de disponibilidad para que luego algo suceda. Preparar el terreno, hacerlo propicio.

Un adecuado clima en el taller, distendido y sin exigencias invita al trabajo.

Una propuesta de trabajo corporal facilita y predispone... "es un estar disponible, en espera de destino".

Es una invitación a volver al origen, volver al cuerpo, encontrar nuevamente el placer de mover el cuerpo, de proyectarlo en el espacio y en el volumen.

Es la libertad del gesto, la ampliación del gesto, de los sentidos para entrar más en contacto y desde allí conectarme

con la totalidad de mi ser.

Cuando los niños e incluso los adultos se lanzan al placer de esta búsqueda, son mucho más creativos de lo que pueda ser la intelectualización laboriosa. Aquí no hay esfuerzo. Es suficiente con aceptar, animar y comprender lo que está en plan de vivenciarse.

Al placer muy primitivo de actuar, se superpondrá luego el deseo de actuar, naciendo poco a poco la intención y el proyecto.

Volvamos a la experiencia del grupo, estoy convencida que este trabajo de modelado no hubiera sido lo mismo si antes no hubiera estado esa invitación de contacto corporal.

Y esas palabras de Juan Pablo: "ahora ya sé el camino", confirman y nos reafirman en esta creencia.

Recién ahora, y luego de esa vivencia, sé, conozco. Aparece el conocimiento en otro registro y puedo traducirlo a otro lenguaje.

Está habilitado el camino y fluye más fácilmente la posibilidad de expresar lo que siento, lo que deseo.

Desde muy chiquito, el niño descubre que su gesto puede dejar una huella, huella que modifica la estructura del espacio. Si nosotros pretendemos dejar vía libre a su creatividad, sería bueno no limitarlo solamente en la consecución de la huella gráfica sino permitirle este despliegue ofreciéndole otras materias.

Las diferentes materias permiten y presentan en sí mismas diversas posibilidades de manipulación, distintos lenguajes y diferentes maneras de decir. Algunas son más maleables, permiten borrarse, modificarse, destruirse, otras reconstruirse sin cesar.

La arcilla es un material fundamentalmente maleable, cambia al tacto su temperatura, su humedad, su flexibilidad. Bajo la presión de la mano se transforma, respondiendo fielmente a la manera en que es tocado, al modo, al cuánto... respondiendo al gesto de todo mi cuerpo de una manera inmediata y global.

"La arcilla promueve el trabajo a través de los procesos internos más primarios. Permite el flujo entre ella y el usuario que no es igualado por ningún otro material. Es fácil identificarse con ella. Ofrece experiencias táctiles y kinestésicas. Acerca a las personas a sus sentimientos... Las personas que están muy distanciadas de sus sentimientos y que continuamente bloquean su expresión, por lo general, están desconectadas de sus sentidos. A menudo la sensualidad de la arcilla les tiende un puente entre sus sentidos y sus sentimientos. Es un material que se puede "borrar" y que no tiene normas claras y específicas para su uso. Es muy difícil cometer un "error" con la arcilla.

Es el material más gráfico de todos para que el terapeuta pueda observar el proceso de un niño. El terapeuta puede realmente ver lo que está ocurriendo con el niño con sólo observar cómo trabaja la arcilla".<sup>1</sup>

Más que en la pintura, el modelado se vincula directamente al cuerpo. Las sensaciones vivenciadas, la posibilidad de traducirlo y transmitirlo a través de las manos, el modo

particular en que ejerzo la presión y la tensión muscular, la diferenciación profunda de los gestos... en definitiva remite a un compromiso global de toda la postura y de la dinámica del cuerpo que modela.

"El recorrido interiorizado del esquema sensorio-motor se convierte entonces en un recorrido de la visión, deslizándose sobre la superficie. La masa no se dibuja, se la sostiene con las manos, se la sugiere, se la siente.

Cuando la imagen del contorno se impone, el sujeto trabaja

sobre la superficie, cuando siente la arcilla, hace surgir la forma de la profundidad de la masa.

Las sensaciones kinestésicas son en este caso tan importantes como las sensaciones visuales. La participación simultánea de las dos sensaciones es necesaria para la construcción del volumen". 2

En esta propuesta de trabajo partiendo de la sensibilización corporal se abre un abanico de posibilidades donde poder encontrar diferentes maneras de decir, de decirse. Diferentes caminos para expresar sus deseos. Diferentes accesos de búsqueda a sus preguntas.

¿Porqué no puede ser posible modelar con el cuerpo?

¿Sentir que el cuerpo es una "masa" y producir vibraciones en otras "masas"?

Se podría proponer también construir un cuadro viviente, a partir de gestos inmovilizados, congelados, siendo cada participante del grupo parte de un todo, situando su cuerpo e integrando su gesto entre los demás.

Si bien estas estructuras son efímeras, podremos conservarlas en una fotografía.

Podremos también proponer el pasaje a otro lenguaje, ofreciéndoles pintar lo que se representó, modelar lo que se vivenció, escribir lo que se sintió siendo parte de un cuadro viviente.

Ofrecer este despliegue, este abanico de posibilidades, va a generar mayores posibilidades de exploración y mejores condiciones para intentar responder a las preguntas.

Cuanto más abro, más puedo focalizar.

Esto exige de parte nuestra, en tanto terapeutas que trabajamos con mediación artística, una gran imaginación. El permiso para andar en la búsqueda con muchísima disponibilidad, sin miedo y con ausencia de prejuicios, de ideas preconcebidas. Poseer una paciencia serena para saber esperar el tiempo necesario.

Intentar comprender lo que el otro hace, lo que pretende hacer y ayudarlo a hacerlo consciente.

Acompañarlo a profundizar su propia búsqueda, proporcionándole modificaciones en la situación creada.

Ofrecer, proponer, sugerir, brindarle posibilidades a través de otras materias, continuar en esa búsqueda de significación, en esa búsqueda de sentido.

El arteterapeuta no interpreta la expresión artística simbólica de su paciente, sino que lo alienta a que descubra por sí mismo el resultado de sus producciones artísticas. Lo acompaña en este "darse cuenta".

Una manera de ayudarlo es acompañarlo a que levante los obstáculos que le impiden crear, facilitando que entre en contacto con la totalidad de su ser.

Mi cuerpo no es algo extraño a mí, aunque a veces lo desconozca y lo niegue. Es parte mía integral, ser de mi ser y unidad indescartable con todo lo que soy, vivo, pienso y respiro. La división siempre duele y siempre daña, es importante recobrar la unidad.

Nuestro trabajo nos da la posibilidad de preparar el campo para que el otro despliegue lo que quiere comunicar y comprender acerca de sí mismo y del mundo que lo rodea.

Podemos propiciar y crear condiciones de juego con las cosas, con los diversos materiales que están a nuestro alcance y sobre los cuales ejercemos, no solamente habilidades, sino que probamos hasta dónde podemos proyectarnos y llegar a conocer versiones inéditas de nosotros mismos.

Esta actividad es un medio para desarrollar la capacidad expresiva y un medio para la recuperación de la misma.

Recupero lo proyectado y lo integro, apropiándome de mi creación.

La materia es el vehículo para poder expresar algo. Luego lo reconozco, lo apropio, lo hago mío y lo integro a mi vida.

Darle la posibilidad de pasar de un lenguaje a otro, de devenir de una materia a otra tiene como finalidad otorgar más posibilidades para lograr esta búsqueda de significación, este proceso de decir en distintos idiomas, este abanico de recursos para hablar, para decir, para conocerme cuando digo, para escucharme cuando hablo, para verme cuando pinto, para sentirme en la totalidad de mi ser.

1. V. Oaklander, "Ventanas a nuestros niños". Cuatro Vientos, Chile, 1992

2. S. Paín - G. Jarreau, "Una psicoterapia por el arte". Nueva Visión, Bs.As. 1995

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Sara PAIN, Gladys JARREAU, (1995). "Una psicoterapia por el arte. Teoría y técnica". Nueva Visión, Buenos Aires, Argentina.

Violet OAKLANDER, (1992). "Ventanas a nuestros niños. Terapia gúestáltica para niños y adolescente". Cuatro Vientos, Chile.

Fidel MOCCIO, (1990). "El taller de terapias expresivas". Paidós, México.

D. W. WINNICOTT, (1972). "Realidad y juego". Ed. Gedisa, Barcelona, España.