

EXTRACTO



**Metodología de resolución de conflictos a partir de
imágenes corporales**

Convertir los conflictos en oportunidades

Moisés Mato. Teatro de la Escucha



PRIMERA SESIÓN: PRESUPUESTOS METODOLÓGICOS, FILOSÓFICOS Y TÉCNICOS

Esta primera sesión sirve de introducción al método de trabajo que vamos a plantear. Después de un breve calentamiento corporal, se explican de forma práctica y teórica los elementos en los que se apoya esta metodología: Una técnica corporal, dos claves metodológicas y una forma de mirar la violencia que incluya tres dimensiones: La violencia directa, la violencia estructural y la posición de cada uno en esa violencia. En esta sesión todavía no se afronta el conflicto concreto sobre el que se va a trabajar pero se establecen las bases para ello.

1: Calentamiento

Ejercicio 1:

Vamos a practicar diferentes deportes. Cada 10 segundos cambiaremos de deporte. Todos los participantes practicarán el deporte que se enuncie e irán pasando de uno a otro de la forma más rápida posible: Maratón, 100 metros, marcha, ciclismo, natación espaldas, hípica, lanzamiento de disco, 1500 metros, salto de pértiga, boxeo, esgrima, natación mariposa, lanzamiento de jabalina, carrera de obstáculos,...

Al finalizar, el grupo recupera la respiración y realiza algún estiramiento.

Ejercicio 2:

Ponemos una música con mucho ritmo y pedimos a los participantes que se muevan libremente por el espacio implicando al máximo todo el cuerpo. Cada cierto tiempo pondremos la música en pausa y en ese momento todos deben de quedarse en estatua. Al volver a poner la música vuelve el movimiento. Repetimos la acción varias veces cambiando los tiempos.

2. Proceso técnico para trabajar con estatuas.

Trabajaremos con estatuas humanas. Una técnica que permite a cualquier persona explicar sus ideas de forma concreta y a todo el grupo “*dialogar con imágenes*”. Todos podemos hacer estatuas. Sin embargo, necesitamos desarrollar tres principios para conseguir que la técnica que proponemos pueda ser protagonizada con criterio por todos los participantes.

a) Estatua es estatua

Parece que estamos diciendo una perogrullada y sin embargo, algo tan elemental, no puede reducirse al simple hecho de mostrar la quietud del cuerpo. Requiere tres elementos que vamos a comprender a medida que los vamos practicando:

1. **Tensión externa:** Cada persona realiza una estatua y les proponemos que se concentren exclusivamente en la tensión corporal. Al quedarnos en estatua todo el cuerpo se “convierte” en piedra, hierro o mármol. Hacemos la experiencia de sentir conscientemente la rigidez de esos materiales en nuestro cuerpo.
2. **Respiración orgánica:** A continuación les proponemos que realicen una nueva estatua. En ella, a la tensión corporal, ahora le añadimos la conciencia de la respiración. Por fuera sentimos la tensión y por dentro nuestra respiración fluye orgánicamente.
3. **Raíces:** Añadimos un tercer elemento que explicamos con una nueva estatua. A la tensión externa y a la respiración orgánica añadimos ahora el concepto de raíz. ¿Qué son las raíces? ¿Qué hacen? Nos anclan al suelo. Vamos a presionar como si nuestros pies tuvieran raíces, como si estuvieran alimentando de savia todo nuestro cuerpo. Al hacer esa presión ligera facilitamos que la estatua tenga una cierta energía, que transmita vida.

b) Estatua expresa

En el primer paso sólo hemos pretendido que la estatua fuera realmente una estatua y a la vez que de alguna forma transmitiera vida. El segundo paso busca que la estatua pueda transmitir un mensaje. Expresar significa sacar de la prisión (Un ex preso es alguien que estuvo prisionero) Planteamos realizar estatuas en dos universos diferentes y a la vez complementarios. El universo de lo concreto y el universo de lo abstracto.

Concreto

Cada uno de los participantes piensa una acción cotidiana concreta (levantarse, desayunar, estudiar, hacer la cama, barrer, tender la ropa, ...) Le ponemos un título, también concreto, en nuestra cabeza y la representamos en forma de estatua. Una vez tenemos todas las estatuas los participantes las valoran una en una. Los que observan dicen el título y el que la realiza confirma o no si coincide con el título que le había puesto.

Abstracto

Realizamos el mismo ejercicio pero a partir de propuestas abstractas. Aquí partimos del mundo de las ideas, las emociones, las grandes experiencias humanas (la felicidad, la angustia, la utopía, la muerte,...) Al igual que en el ejercicio anterior, todos ponen un título y realizan la estatua. Los demás proponen títulos y valoran los resultados.

En los dos ejercicios tenemos en cuenta las siguientes recomendaciones metodológicas:

- Todos hacen propuesta personal y todos valoran la de los demás.
- Antes de opinar sobre una estatua se deja unos segundos para que todos puedan pensar su propuesta. Deben decirse todas las propuestas que se han pensado.
- Hay tres posibilidades: Qué todos digan más o menos lo mismo, que haya disparidad de propuestas o que todos o algunos no sepan poner un título. Sólo la primera objetiva que está bien hecha la estatua ya que todos ven lo mismo. En el segundo y en el tercer caso es necesario revisarla y detectar los elementos que han podido inducir a confusión. Una vez que el que ha hecho la propuesta revela el título se procede a señalar los elementos que han podido conducir a error.

c) Estatua es universal.

Proponemos trabajar por parejas y mostrar nuevamente otras estatuas. Al igual que en los ejercicios anteriores les indicamos que pongan un título y que cada pareja realice una estatua de tema libre. Todos propondrán títulos. A partir de una de las propuestas en las que no haya acuerdo en el título, se realiza un nuevo ejercicio que nos servirá de base para plantear el tercero de nuestros principios: la universalidad.

Partiendo de una estatua donde los que la han realizado plantean un título diferente a los que la han observado, el grupo trabajará con el fin de ayudar a esa pareja a que su estatua se acerque más a su título. Para ello han de aplicar el principio de universalidad. Deben fijarse en aquellos elementos de la estatua que son susceptibles de ser modificados para acercarse más a la idea propuesta. El ejercicio debe hacerse en silencio y con aportaciones individuales. A partir de la estatua presentada, cualquier persona, como si fuera un escultor, puede modificar algunos elementos de la estatua para intentar acercarlo a lo que sugiere el título. Cuando termine su propuesta, otra persona puede hacer su aportación, y luego otra, y otra... Hasta que nadie decida salir a hacer nuevas propuestas porque consideran que lo que están viendo responde al título propuesto.

En esta dinámica cada persona es un escultor que mueve las dos piezas hasta modificar sus posiciones. Para ello hay que tener en cuenta tres cuestiones:

- Es necesario implicar el máximo del cuerpo para modificar una estatua. Se trata de moldear con energía como si fuera barro.
- Para orientar los ojos, el escultor coloca dos dedos delante de los ojos de la estatua y los orienta al lugar al que se quiere dirigir la mirada.
- Para modificar el rostro, el escultor utiliza su propia cara como espejo para proponer una determinada expresión.

3. Claves de la metodología que proponemos

En el trabajo que vamos a realizar buscaremos soluciones conjuntas a los conflictos que queremos afrontar. Para garantizar esa búsqueda colectiva tendremos en cuenta dos claves sobre las que orientaremos nuestro proyecto:

- Construir una **cosmovisión**:

Si queremos transformar una determinada realidad debemos aspirar a tener la misma visión. Para conseguirla más fácilmente, trabajaremos con estatuas. Las estatuas traducen imágenes de la realidad. Pueden ser más eficaces que las ideas. Normalmente las ideas nos remiten a imágenes difíciles de compartir ya que cada persona tiende a subjetivizarlas. Sin embargo las imágenes corporales que construiremos en este trabajo serán visibles para todos de la misma forma. Permitirán que el grupo objetive una misma visión y que puedan remitirse a ella cuando sea necesario.

- Partimos de una filosofía de la **noviolencia**:

La noviolencia aspira a superar un conflicto utilizando, como nos recordaba Gandhi, la fuerza del amor, la fuerza de la verdad. La historia de la noviolencia es muy rica en experiencias que han demostrado que se puede resolver un conflicto sin generar otro. La noviolencia busca romper la espiral de la violencia. Para ello vamos a manejar un principio fundamental que nos ha aportado esta corriente en la historia: la noviolencia pretende liberar al oprimido y al opresor. A los dos a la vez. Esto supone que en nuestro trabajo vamos a operar sobre todos aquellos que están implicados en el conflicto procurando que todos puedan liberarse de aquello que les hace partícipes del conflicto.

3: Las dimensiones de la violencia.

La noviolencia se enfrenta a la violencia. Proponemos un ejercicio para comprender de forma práctica las dimensiones de la violencia y desde ahí descubrir cuál puede ser el punto de partida para enfrentarse a ella desde la noviolencia.

1. Violencia directa

Dos voluntarios se colocan en el centro del grupo. Se les pide que realicen una estatua entre los dos. El primero representa el rol de opresor y el segundo asume el rol de oprimido. La escena resultante mostrará a los asistentes una situación en la que un ser humano ejerce violencia sobre otro ser humano. Pueden participar otros asistentes modificando la propuesta hasta que esta sea clara para todos. A continuación se propone a los asistentes que pongan un título a esa imagen. Las propuestas pueden ir en dos direcciones: real o simbólica. Por ejemplo, si la imagen presenta una persona que da una patada a otra que está en el suelo, el título puede hacer referencia a una escena de acoso (En ese caso será real) o puede significar el hambre en el mundo (En ese supuesto será simbólico). En cualquiera de las dos posibilidades, con esta escena queremos representar la violencia directa. El agresor en el acoso, también tiene un nombre concreto en la imagen del hambre. Puede ser el director de una multinacional, del Fondo Monetario

Internacional o presidente de un país que interviene el país del agredido. La víctima en el acoso también puede ser una víctima concreta que, en ese caso, está muriendo de hambre.

2. Violencia estructural

Dejamos en escena la imagen del agresor y del agredido en la violencia directa. A continuación, pedimos a los asistentes que piensen cómo completar esta imagen añadiendo personajes que están implicados también en esa violencia. Deberán salir de uno en uno, colocarse en una determinada posición y asumir un gesto acorde con lo que desea plantear. El moderador, después de cada aportación, pregunta a los asistentes qué representa esta nueva imagen. Si hay acuerdo seguimos, y si no, damos a la persona que ha realizado la acción la oportunidad de que pueda explicar sus intenciones. Si es necesario, todos pueden participar cambiando el gesto propuesto por otro que se acerque más a lo dialogado. Una vez decidida y aprobada por todos los asistentes esa primera aportación, una segunda persona podrá incluirse en la imagen y hacer una nueva propuesta que también será debatida y aprobada por todos. Podrán salir todas las personas que lo deseen respetando el proceso planteado. Finalmente, tendremos un cuadro más amplio. Ahora, además de agresor y agredido, han aparecido otros personajes: el indiferente, el director del banco, el periodista, el jefe del gobierno, ... Esta nueva imagen, más completa, en la que aparecen diferentes roles que inciden en esa violencia, será el cuadro de la violencia estructural. Explica que la violencia en el mundo actual en gran medida tiene muchos personajes que la explican. Si queremos afrontar una respuesta a esa violencia no podemos quedarnos sólo en los personajes de la violencia directa. También debemos operar sobre el cuadro de la violencia estructural, sobre los demás roles y las relaciones entre ellos.

3. Mi posición en la violencia.

Pero aún queda un paso importante. El cuadro resultante no estará completo si nosotros, los participantes en ese encuentro, no nos incluimos como personas concretas que participamos también de la violencia. Para realizar la siguiente imagen se sustituyen los dos personajes iniciales por dos sillas para que podamos recordar su posición en el plano. A continuación, se pide a los asistentes que salgan de nuevo, todos a la vez, para representar su posición habitual y personal ante el tema que ha sido elegido. Es importante recordar que no se trata de mostrar la postura que desearíamos tener sino la que tenemos habitualmente. El cuadro resultante nos muestra otras imágenes, las nuestras personales, las del grupo que realizamos esta experiencia. Esas imágenes, esas posiciones también están influyendo en esa violencia.

La no violencia, en el siglo XXI, analiza la violencia desde esas tres dimensiones: vemos la violencia directa y podemos reconocer los rostros concretos, vemos la violencia estructural y podemos comprender las fuerzas que operan en esa violencia y, por último, nos vemos a nosotros en una determinada posición y descubrimos en qué medida colaboramos o no a perpetuar esa violencia. Las tres miradas son convergentes y necesarias. Las tres nos preparan para enfrentarnos a la violencia desde una visión global.

Conviene terminar el ejercicio con una valoración de todos los asistentes y la redacción de una conclusión breve asumida por todos los asistentes.