

"Teatro Terapéutico Gestáltico."

Lic. Alejandro Segovia, alex@escenarioinvisible.com.ar

Orígenes, importancia y práctica dentro de la Psicoterapia Gestalt.

En su primer manifiesto A. Artaud (1926) dice:

"La ilusión no versará sobre la verosimilitud o la inverosimilitud de la acción, sino sobre la fuerza comunicativa y la realidad de esta fuerza... No es al espíritu o a los sentidos de los espectadores a los que nos dirigimos, sino a toda su existencia. A la de ellos y a la nuestra. Arriesgamos nuestra vida en el espectáculo que se desarrolla sobre la escena... El espectador que viene a nosotros sabe que viene a ofrecerse a una verdadera operación donde no sólo su espíritu sino también sus sentidos y su carne están en juego. En adelante irá al teatro como va al cirujano o al dentista. Con el mismo estado de espíritu, con el pensamiento, evidentemente, de que no va a morir, pero de que es algo grave y de que no saldrá de allí intacto".

El teatro puede ser intrínsecamente es de por sí transformador, tal como apasionadamente lo describe A. Artaud (1896 – 1948). Nos transformamos con solo acceder a él, esto es inevitable, sólo hace falta estar ahí presentes. El acto teatral –si nos implicamos en él- es un acto sagrado. Decir esto no alcanza para enhebrar las redes conceptuales que nos acerquen al fenómeno de unir, tramar y amalgamar el teatro y la Psicoterapia Gestalt. Para una fundamentación teórica de un Teatro Terapéutico Gestáltico intentaré ir más allá de una simple adición, pues si así lo hiciera lo reduciría a un axioma, hartamente recitado acerca de que **todo teatro es terapéutico, y por ende mezclado con la gestalt también.**

Por ejemplo desde el aspecto del humor, ligado a la risa, se ha podido comprobar que ésta, mejora la circulación, dilata los vasos, relaja los músculos, oxigena los pulmones, elimina las toxinas, tiene una notoria influencia en la química del cerebro y del sistema inmunitario; con una sonrisa segregamos endorfinas. Pero ésta sería una simplificación exagerada, ya que la risa o el humor es sólo un aspecto del hecho teatral, nos quedaríamos con una parte del todo, solo con la vivencia motivada por la alegría, perdiéndose la existencia de otras experiencias suscitadas por el hecho teatral. Además – si se tratara sólo de la risa y el humor- habría otra multiplicidad de recursos para lograrlas.

El teatro: La palabra "teatro" proviene del griego theatrón, que significa "lugar para contemplar". Se trata de un arte que busca representar historias frente a una audiencia, combinando actuación, discurso, gestos, escenografía, música y sonido. El teatro en sus diversas formas (ópera, pantomima, ballet, etc.), suele estar constituido por una diversidad de elementos que son necesarios a su naturaleza. El teatro nace en Grecia, pero antes de su nacimiento ya existían manifestaciones teatrales en el mundo: las danzas, las más antiguas formas del arte escénico. Estas primeras manifestaciones dramáticas son las prehistóricas danzas mímicas que ejecutaban los magos de las tribus, acompañándose de música y de masas corales en sus conjuros con objeto de ahuyentar los espíritus malignos, y otras pantomimas y

mascaradas, así como las danzas córicas en honor de Dionisio, renovación del culto de Príapo, que se celebraba al pie de la Acrópolis de Atenas.

Psicoterapia Gestalt: En los orígenes de la Psicoterapia Gestalt es muy reconocida la importancia del teatro como una de sus fuentes (Erving y Miriam Polster (1973), Joseph Zinker (1977), Serge Ginger (1987), Paco Peñarrubia (1998), etc.). Como así también el amor de **Fritz Perls, por y hacia el teatro**. Él tejió una intensa ligazón entre el teatro, lo estético y la psicoterapia.

Fritz antes de conocer a un Goodman conoció mucho antes a un Goldman; este último produjo una profunda hendidura en su personalidad. Maximilian Goldman (1873-1943), hijo de un comerciante judío, se hizo llamar Max Reinhardt y estudió Economía en Salzburgo y Arte Dramático en Viena. Adquirió y reconstituyó la compañía teatral "Deutsches Theater", dirigiéndola en una primera etapa que abarcó desde 1905 hasta 1919.

La figura de Max Reinhardt representa un auténtico mito dentro del mundo del teatro por sus cruciales aportaciones a esa disciplina artística. Reinhardt tuvo una importancia vital en la renovación del teatro moderno. Opuesto al naturalismo, produjo y dirigió obras teatrales y más tarde películas con decorados espectaculares, escenas de masas y música. Impulsó el expresionismo tanto en el teatro como en el cine germano, creando formas impresionistas mediante el uso de la luz. El juego de luces y sombras, tamizadas por cortinas, así como unos imaginativos decorados, le sirvieron para crear una continua sensación de movimiento que expresaría las tensiones internas de la obra dramática. Ese contraste violento de tinieblas y claridad posibilitaría también la creación de una atmósfera densa, donde los actores se expresarían mediante la mímica y la gestualidad del cuerpo. Personajes y escenarios se presentaron de una manera distorsionada, con la intención de producir un gran impacto emocional.

El encuentro de Max y Fritz, aconteció en la adolescencia de éste último, cuando Max Reinhardt era director del "Deutsches Theater". Allí es dónde Fritz tomó sus primeras clases, y más tarde lo reconoce como uno de sus auténticos maestros.

Psicoterapia gestalt y teatro. Su integración: La síntesis de la técnica del teatro y la Psicoterapia Gestalt, da lugar al Teatro Terapéutico Gestáltico (TTG) (A. Segovia, 2006). La concepción de TTG incluye todas las herramientas técnicas del teatro, y los fundamentos y conceptualizaciones de la Psicoterapia Gestalt (concepto del self, interrupciones del contacto, trabajo acerca de las defensas, concepto de campo, etc). **La propuesta es efectuar un viaje dramático que recorre en extensión, elevación y profundidad el sí mismo.**

Este viaje; se realiza sobre cinco territorios (Jacques Lecoq, 1997), que constituyen una genuina hoja de ruta:

- Melodrama: Los grandes sentimientos
- Comedia del arte: Comedia Humana
- Bufones: De lo grotesco al misterio
- Lo Trágico: Coro y héroe en una misma empresa.
- Clown: Lo Burlesco Y Lo Absurdo

Teniendo en cuenta que toda organización viviente es autopoética, -lo cual implica que procede del movimiento que crece, disminuye y conserva cierto orden interno-, en cada escena teatral, improvisación o tramo de vida se puede reconocer dicha organización. Ésta se hace visible en el cuerpo humano en acción, a través de los movimientos y en relación con otros. Todo movimiento externo posee una entramada analogía a los movimientos internos. Existen ciertos principios o leyes del movimiento:

- Equilibrio
- Desequilibrio
- Oposición
- Alternancia
- Compensación
- Acción y reacción

Estos observables forman parte de un todo, que invita a una mirada fenomenológica y posibilita el acceso a un proceso dialógico entre el personaje y los elementos del territorio que habita.

De la articulación teórica a su práctica: Para el TTG, y en la mismísima vida, es de destacar la importancia, en saber colocarse en relación a un punto fijo, en una situación dada, en una relación con respecto a otro (Relación yo – tu). Si todo se mueve sin punto fijo, y al mismo tiempo, todo se torna incomprensible, genera confusión y desorganización. Lo que marca un pensamiento creativo es justamente proceder a saltos, a través de una desorientación imprevista que lo obliga a reorganizarse de forma nueva, abandonando la cáscara bien ordenada. Este proceso incluye el concepto de Autorregulación Creativa (A. Buneta y A. Segovia, 2008) que es la integración de la autorregulación orgánica y el ajuste creativo.

El trabajo creativo sobre el actor tiene tres modalidades: Peripecia, desorientación y precisión. Peripecia es una trama de acontecimientos que hacen desarrollar una acción de manera imprevista, o la hacen concluir del modo opuesto al que se ha empezado. La precisión corresponde a la eliminación de la redundancia. Des - orientación no es confusión. Sócrates en los diálogos con Platón, lo acosa, lo inquiere con continuas preguntas, a fin de que la idea salga del alumno como algo que allí estaba y que necesitaba la fuerza mayéutica del dialogo para salir a la luz. En esto se une a las ideas de Heidegger, cuando habla del arte, que produce un efecto de des-ocultación, hacer acontecer el ser – obra. Reclamar presencia de lo oculto.

La mayéutica significa el arte de la partera, es el arte de traer a la luz, y por consiguiente hacer respirar al pensamiento. Voy a ilustrar esto con la práctica: Escena: esposa descubre la infidelidad de su esposo con su mucama, la cual está presente en esta escena; se desarrolla el conflicto, que fácilmente cae en un clisé. Entonces se introduce la peripecia siguiente: se le pide a la esposa que a su vez actúe una diarrea explosiva, lo cual produce unos instantes de desorientación, para dar luego paso a la acción precisa, eliminando la redundancia del clisé.

Existe una regla muy conocida por los actores: empezar una acción partiendo de la dirección opuesta a aquella hacia la cual está dirigida. Reproduce un carácter esencial de todas aquellas acciones que en la vida cotidiana requiere cierta energía; así antes de golpear, echamos el brazo hacia atrás, antes de saltar hacia arriba doblamos las rodillas, antes de saltar hacia delante nos movemos hacia atrás **“Reculer pour Vieux sauter”**. El

actor antes de realizar su acción ejecuta su opuesto complementario. Ésta es una puesta en práctica del concepto de polaridades.

La búsqueda a través del TTG nos otorga un posible fértil encuentro de potencialidades dormidas, a partir de juegos de luces y sombras, agitando los velos de la conciencia. El recorrido que planteo es del Juego a la celebración, deviniendo en una gran fiesta. El juego porque exige siempre un “jugar-con”, esto nos prepara para todo trabajo en relación, y en este juego todos somos co-jugadores.

.....

Bibliografía

-Antonin Artaud, *Textos 1923-1946* (1972), *Ediciones Calden* 13 (1976).

-A. Buneta y A. Segovia. *Acerca de diferentes maneras de visible lo invisible* (2008) *Enfoque Gestáltico* N° 36, 2008.

-Jaques Lecoq, *Le corps poétique* (1997), *Editorial Cuarto Propio, Chile*, 2001.

-M. Heidegger, *Arte y Poesía* (1937). *Biblioteca de Filosofía, Ed. Nacional, Madrid*, 2002.

-Eugenio Barba- Nicola Savarese, *El arte secreto del actor*. *Editorial Portico, Mexico*, 1990.

-Hans-Georg Gadamer, *La actualidad de lo bello*. *Biblioteca de Filosofía, Ed. Nacional, Madrid*, 2002. .