



UNAM IZTACALA

Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Estudios Superiores Iztacala

“EL ARTE COMO SENTIDO DE VIDA”

T E S I S  
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE  
LICENCIADA EN PSICOLOGÍA  
P R E S E N T A ( N )  
TANIA ESCALANTE VALDEZ

Directora: **Dra. Ma. Antonieta Dorantes Gómez**

Dictaminadores: **Mtra. Margarita Martínez Rivera**

**Mtro. Jorge Guerra García**



Los Reyes Iztacala, Edo. de México

Junio 2009



Universidad Nacional  
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

**Biblioteca Central**



**UNAM – Dirección General de Bibliotecas**  
**Tesis Digitales**  
**Restricciones de uso**

**DERECHOS RESERVADOS ©**  
**PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL**

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

## **DEDICATORIAS**

### **A MI MAMI:**

*Por todo lo que ha sido capaz de darme, sin pedir nada a cambio. En usted conozco lo que es el verdadero amor incondicional. Me gustaría algún día estar a su nivel. Usted encarna también la alegría, la fe y la esperanza.*

### **A MI PAPÁ:**

*Su silencio siempre ha dicho más que mil palabras, lo entiendo. Admiro su voluntad de vivir como a usted le gusta. Lo quiero mucho.*

### **A MIS HERMANOS Y A MI HERMANA:**

*Gracias por su apoyo, aún en la distancia, y por considerarme siempre. ¡Esos sí que son hermanos! Los quiero.*

### **MAESTRA MA. ANTONIETA:**

*El apoyo y la confianza que me dio, y me hizo sentir, fue clave para poder seguir, aunque fuera lentamente, y terminar por fin lo comenzado. Siempre estuvo alumbrando el camino por donde debía ir. Le estaré agradecida eternamente por su paciencia y por ayudarme a valorar lo esencial en mí.*

### **MAESTRO ESPINOZA MICHEL**

Ojala que esto sea más que un ideal. Agradezco sus palabras, aquel e.mail, me hizo reflexionar

### **MAESTRA MARGARITA:**

*Sus comentarios terminaron por aclararme aún más mi propio trabajo. A veces no se está tan seguro de lo que se hace. ¡Gracias!*

*Al espíritu de **Víctor Frankl**, donde quiera que este, porque mucho de su espíritu ha sido enseñado al mundo. Sus experiencias lograron que reconociera lo verdaderamente valioso de la vida. El alma de cada uno es insustituible. Somos dueños de nuestro espíritu, de nuestras decisiones, y de nuestra libertad, ¿hacia falta algo más?*

*A aquellas personas queridas (especialmente Lou), que me alentaron, y que me hicieron ver lo valioso de esto que ¡por fin! termine. A quien me dictó (Toño), ¡gracias por tu amistad y por tu ayuda! ¡Eres un amigazo!*

*A todos aquellos que se niegan a descubrir el arte que llevan dentro, ¡atrévanse!, no dejen que el tiempo pase, aduéñense de su alma. A los “artistas frustrados” que se pasean por la vida, resignados, les digo: el arte es para todos, jóvenes y viejos, ricos y pobres, no es necesario ser un virtuoso, sino tan sólo vivir el arte siendo quién se es... está bien, los entiendo, eso es lo más difícil que un ser humano puede lograr: ser él mismo. Cómo sea, ¡inténtenlo!, nada pierden.*

*A mis maestros de la danza (Lino, Marcos, Jesús, maestra Graciela,) algo de ustedes está aquí, me han enseñado a expresar con mi cuerpo, lo que con palabras no puedo, y a intentar siempre vivir el arte sin falsedad, y sin máscaras.*

*Al arte mismo, por todo lo que das a los seres humanos y por recordarnos siempre quienes somos.*

*A mis amigos entrevistados, gracias por todo lo que tuve oportunidad de escuchar de ustedes, sus palabras me conmovieron, me llevaron y me ayudaron a abrir el alma y el corazón.*

*Y por último, y no por ello menos importante, a **Dios**, aquel que aún no conozco, ni entiendo bien, pero que de algún modo, me ha sostenido hasta ahora.*

## FRAGMENTOS: DE PROFUNDIS

*“En definitiva, es indispensable, como pedía el oráculo griego, conocerse a sí mismo. Este es el primer paso hacia la sabiduría. Pero la última etapa de la sabiduría es compenetrarse en lo insondable del alma humana. Somos nosotros mismos el misterio final, y aún tras haberse determinado el peso del sol, medido las fases de la luna y ubicado sobre el mapa, estrella por estrella, las siete constelaciones, todavía nos falta conocernos a nosotros mismos. ¿Quién podría calcular la órbita de su propia alma?”*

*“El dolor, la más grande emoción de la que es capaz el hombre, es también el modelo más original y el iniciador del gran arte. Pensando en lo que siempre busca el artista, esa es la forma de vida en la cual el cuerpo y el alma se hallan amalgamados e inseparables, en la que lo exterior simboliza lo interior exteriorizado por él”.*

*“En arte, la verdad consiste en la correspondencia que un objeto mantiene consigo mismo; en que lo externo es expresión de lo interno, el alma en carne, y en que al cuerpo anima el soplo del espíritu; por eso no hay verdad comparable a la del dolor...el universo está hecho con dolor, y sin dolor no puede ocurrir ni el nacimiento de un niño ni el de una estrella”.*

OSCAR WILDE

# ÍNDICE

<b>INTRODUCCIÓN</b>	1
<b>CAPÍTULO 1</b>	
<b>VIDA Y TEORÍA DE VIKTOR E. FRANK</b>	
1.1 BIOGRAFÍA: VIKTOR E. FRANKL	6
1.2 FUNDAMENTOS TEÓRICOS DE LA LOGOTERAPIA	13
1.3 EL VACÍO Y FRUSTRACIÓN EXISTENCIAL: NEUROSIS NOOGÉNA	17
1.4 AUTOTRASCENDENCIA Y VOLUNTAD DE SENTIDO	23
1.5 SUFRIMIENTO, CULPA Y MUERTE	31
1.6 VALORES	35
1.7 ESPIRITUALIDAD, RESPONSABILIDAD Y LIBERTAD	39
<b>CAPÍTULO 2</b>	
<b>DE LO QUE ES EL ARTE: EL SENTIDO DEL “SIN SENTIDO”</b>	
2.1 EL ARTE EN LA VIDA DEL SER HUMANO	50
2.2 TEORIAS ESTÉTICAS	52
2.3 EL ARTISTA COMO CREADOR	66
2.4 LAS ARTES ESCÉNICAS: DANZA, MÚSICA Y TEATRO	70
<b>CAPÍTULO 3</b>	
<b>EL ARTE EN LA TERAPIA Y LA EDUCACIÓN</b>	
3.1 LA DANZA, LA MÚSICA, Y LA TERAPIA	77
3.2 LA DANZA MOVIMIENTO TERAPIA	88
3.3 DANZA Y EDUCACIÓN	95
3.4 LA MUSICOTERAPIA	97
3.5 PSICODRAMA	107
3.6 ARTE Y EDUCACIÓN ESPECIAL	116
3.7 LA TERAPIA DE ARTE	120
3.8 ESTUDIO DE CASOS	127
<b>CONCLUSIONES</b>	167
<b>BIBLIOGRAFIA</b>	171
<b>ANEXOS</b>	173

## **RESUMEN**

El presente trabajo, tuvo por objetivo realizar una investigación sobre el significado de vida que tiene para los artistas -en específico los artistas entrevistados-, la práctica del arte, y hasta que punto es importante para su vida y de que manera encuentran sentido en ello.

El marco teórico que sustenta el trabajo fue la logoterapia. Se retomaron los temas de la voluntad de sentido, el vacío y la frustración existencial, así como la necesidad de autotranscendencia a través del cumplimiento de los valores de actitud, de vivencia y de creación. Así también los temas: sufrimiento, culpa y muerte, por su enorme relevancia en cuanto a experiencias que pueden propiciar el crecimiento espiritual. El aspecto central de la logoterapia, es precisamente la dimensión espiritual como fundamento de la vida humana, y del cual surgen otros temas como son la libertad y la responsabilidad.

Se hicieron entrevistas a personas que se dedican a actividades artísticas y se recabo información cualitativa con ayuda de una entrevista abierta cuyos resultados dieron una perspectiva de cómo es su experiencia en el arte y en qué grado es vital para ellos, lo cual responde a una vocación, es decir, lo hacen porque en realidad sustenta su existir en el mundo.

Se concluye entonces qué el arte tiene, para quiénes lo buscan –en muchos de los casos-, un significado muy importante de vida espiritual, en el cual se encuentra el cumplimiento de muchos de los sentidos propios de los valores, relacionados con el hecho de cumplir una tarea creativa(valores de creación), la invariable relación con los demás, en donde se cumplen sentidos como el conocimiento del otro, y la autotranscendencia a través de darse al otro (valores de actitud), por medio del trabajo escénico que da sentido a la existencia (valores de vivencia); y en donde la actitud de responsabilidad que toma el artista frente a los demás y ante sí mismo, cobra importancia debido a que el hombre puede verse a sí mismo como un ser que tiene la posibilidad de vivir en su libertad; libertad que lo obliga a responsabilizarse de cada acto de su vida, porque la vida y sus circunstancias, así como la persona misma, son únicas e irrepetibles. Como en la representación escénica, cada acto es el primero, el único y el último. Así la vida.

## INTRODUCCIÓN

El objetivo del presente trabajo es *identificar de que manera el arte puede dar sentido a la vida del ser humano*, o dicho de otro modo, pero desembocando en lo mismo, como el ser humano puede encontrar su sentido de vida, a través del arte.

¿Por qué hacer arte? Vamos a buscar pues el sentido del "sin sentido", que hay en el arte para que algunas personas hagan de este un estilo de vida.

El ser humano tiene en el arte una opción - en sus muchas formas - para encontrarse consigo mismo, y además de todo encontrar un sentido para sentirse satisfecho con su propia vida. Es importante que el ser humano se vincule con el arte a través de sus diferentes manifestaciones y encuentre en éstas, diversas opciones que le permitan desarrollar y contactar con su mundo interno. Así mismo, es posible ver en el arte no sólo una especie de espectáculo en el que el artista se muestra a un público, o es conocido por multitudes, sino algo que puede realizarse en soledad, llenando así esos pequeños o grandes vacíos existenciales.

La inquietud principal vino de una pregunta personal, al tratar de encontrar respuesta al comportamiento de las personas que se dedican a practicar danza, música, pintura, teatro, etc. ( sean profesionales o no), y que lo hacen con gusto , entrega, y hasta cierto punto devoción, que le dan un gran espacio de tiempo, viviéndolo como una necesidad comparable con la necesidad de satisfacer nuestra sed o apetito diarios.

Por supuesto, siempre habrá la persona que cuestione esa necesidad, y, que lo piense como un comportamiento absurdo y sin sentido: " ¿ Por que pierdes el tiempo en eso?", "Te vas a morir de hambre", " estudia algo de provecho", "eso no te va a dejar dinero", "no vas a salir de pobre"; esos y muchos más, son argumentos y reclamos a los que generalmente se enfrenta alguien que ama el arte y al cual dedica parte de su vida y que para ellos, los artistas, no es absurdo y si tiene sentido.

Es ahí donde encontré valiosa la concepción de Viktor Frankl, respecto a que el hombre necesita que en su existencia haya una razón o un sentido, por lo cual siempre habrá la necesidad de hacer una búsqueda, ya sea en las actividades que le guste realizar, como en su

relación con las demás personas y en la relación incluso, consigo mismo. Además, en esa búsqueda, habrá muchos obstáculos a los que el ser humano tendrá que enfrentarse para hacer lo que realmente quiere de su vida, encontrando de esa forma el verdadero sentido de ésta.

Para esto, fue importante ahondar en el primer capítulo sobre los conceptos de Víctor Frankl, primeramente abordando la parte que tiene que ver con la biografía de su vida y la manera como sus experiencias tanto profesionales como en los campos de concentración, lo llevaron a crear la llamada Logoterapia. Se retomaron los conceptos relativos a las bases teóricas de ésta y las influencias que tuvo de la corriente existencial. Posteriormente se revisaron los temas alusivos al vacío y la frustración existencial y como de ello surge la neurosis noogéna, síntoma de la carencia del sentido, los cuales de alguna manera truncan el cumplimiento de la voluntad de sentido que cada persona tiene, y por consiguiente, el sentido de la vida. Son importantes también desde mi punto de vista, los temas referentes al sufrimiento, la culpa y la muerte, puesto que son experiencias de las cuales -aunque complejas y difíciles- paradójicamente pueden incluso surgir aprendizajes que lleven a un enriquecimiento y fortaleza espiritual, en las que se vislumbre un significado de la vida. También adquieren relevancia los valores en la concepción de Víctor Frankl, como puntos de referencia importante para la conducta del hombre, es decir, de qué modo puede encontrar con ayuda de los valores de vivencia, de actitud y de creación, el cumplimiento del sentido de su vida. Como último punto se estudia el aspecto sobre el que se funda la Logoterapia, el sentido de lo espiritual, aquello que se considera como la sustancia y esencia del ser y la existencia del género humano. Sobre este tema nace también la idea de la responsabilidad y la libertad; se enfatiza con esto, la libertad interior del hombre, respecto a las decisiones o elecciones con las que se enfrenta en cada aspecto de su vivir y de cuyas consecuencias debe ser responsable.

Víctor Frankl, en su experiencia en el campo de concentración, logra conciliar con su parte espiritual, como un salvamento para no morir de desesperanza, encontrando en ello un refugio personal interno, que les brindaba la posibilidad de sobrellevar la pesada vida en los campos de concentración a pesar del hambre, el cansancio y el maltrato al que eran

sometidos. Sorprendentemente, en ocasiones los que parecían más débiles, tenían más poder de sobrevivencia que aquellos que se notaban más fuertes físicamente. La "intensificación de la vida interior ayudaba al prisionero a refugiarse contra el vacío, la desolación y la pobreza espiritual de su existencia..." (Frankl, 1996, pág. 47) El refugio interior podría entonces hacerlos recurrir a pequeños o enormes brotes de la imaginación, recreando su vida pasada, en sus detalles aparentemente menos relevantes, pero que se añoran cuando ya no se pueden vivir, o que quizá los llevaba a descubrimientos y formas de entender en carne propia cosas tan complejas como el amor mismo y encontrar que el espíritu va más allá del cuerpo palpable y lo trasciende, y que se puede estar en plena comunión con el espíritu de las personas amadas aunque estén ausentes, ya sea de forma definitiva, o en su caso, sin tener la más mínima idea de lo que habría pasado con ellos.

Frankl no comulga con las ideas de que el hombre es un ser condicionado por factores sociales, psicológicos, o biológicos, y de los que de alguna forma depende irremediamente, con lo cual se convierte en una especie de personaje que a manera de títere se deja conducir por todas esas circunstancias que influyen directamente en su vida, y ante las que al parecer no tiene forma de escapar. Así es, en la vida del hombre hay muchas circunstancias, dificultades que surgen de la propia vida que para todo ser humano siempre son inesperadas, puesto que la vida no se adivina ni siquiera como será al minuto siguiente; para esto hay una respuesta que conduce a la *libertad humana*, la libertad espiritual en aspecto comportamiento y reacciones frente a cualquier situación, sobretodo situaciones que generalmente creemos que no podemos manejar y en donde nos sentimos hasta cierto punto apabullados por la misma circunstancia y con un sentimiento de pequeñez humana, y ante lo cual la única defensa son las reacciones que surgen y que se tornan en miedo, tristeza, depresión, rabia, frustración, odio, apatía y que al mismo tiempo también nos inmovilizan, y nos llevan a resignarnos a quedarnos quietos ante las batallas y los retos que la vida propone. Frankl no habla más que de la capacidad del hombre para elegir con respecto solo a una cosa, a sí mismo: "al hombre se le puede arrebatar todo salvo una cosa: la última de las libertades humanas - la elección de la actitud personal ante un conjunto de circunstancias - para decidir su

propio camino" (Frankl, 1996, pág. 69). Esa libertad espiritual no la puede encontrar en cualquier lugar, ni siquiera en las personas con las que es afín o con quienes comulga, únicamente en sí mismo.

En el segundo capítulo, se trabajó sobre algunas de las ideas de lo que es el arte, y la importancia e influencia que éste tiene en la vida de los hombres tanto a nivel individual como en su relación con el mundo y la forma como lo percibe, lo cual hace que cambien incluso sus ideas y conceptos, y la manera en la que el individuo -involucrado directa o indirectamente- puede encontrarse con un modo para expresarse a sí mismo y frente a los demás, tarea de la cual es responsable, porque tiene el poder de decidir con su libertad como quiere manifestar su arte hacia el "afuera", en lo cual se ve que es necesario que haga uso de su propia voluntad, es decir: ¿qué es lo que quiere expresar o como lo quiere expresar?. Se revisaron también diversas teorías estéticas, que han surgido a lo largo de las épocas debido a los cambios que estas mismas propician, y que transforman las ideas y creencias de cada individuo, a través de las cuales el ser humano puede ver algunos de los significados del ser y devenir humano. Por otro lado, se toca el tema sobre el sujeto que surge de la práctica del arte: el artista, que como tal es el creador, que se mueve y se transforma en un círculo de búsqueda de nuevos significados de las experiencias, y que a su vez es influenciado por las creencias y actitudes del tiempo que vive. Del arte se derivan las expresiones artísticas que se encuentran dentro de lo que se ha llamado "artes escénicas"; la danza, la música y el teatro; todas ellas, formas de revelar y conocer al ser humano en toda su amplitud. Son expresiones, modos de decir y hacer, que les facilitan a algunas personas la comunicación y el entendimiento con los demás, además de que abarcan, tanto las dimensiones física, emocional e intelectual como la dimensión solo perteneciente al ser humano: el aspecto espiritual. Se hace notar de este modo, que el espíritu humano es alimentado en mucho, por el arte, ya sea de forma contemplativa o tomando parte activa en el desarrollo de cualquiera de sus manifestaciones.

El capítulo tres, trata el aspecto del arte en la terapia, es decir, la idea del arte como un medio para ayudar a restablecer, sanar, y beneficiar en lo referente a las áreas conductual, emocional y cognoscitiva. El arte en general, y en particular, la música, la danza y el teatro, como actividades humanas

importantes y necesarias para el restablecimiento y restauración de la salud mental y el mejoramiento del aprendizaje, la memoria, la socialización, la comunicación, el desarrollo y crecimiento personal, la autoestima, el reconocimiento de sí mismo - el caso de algunos enfermos mentales-, la educación formal e incluso la educación especial. Es como nacen los enfoques terapéuticos que se apoyan en la danza (danza movimiento terapia), la música (la musicoterapia), el teatro (el psicodrama), el dibujo, la pintura y la escultura (la terapia de arte), entre otros, que también tienen cabida dentro de la educación no sólo artística, sino en la educación para la vida. Es de esa manera como las manifestaciones del arte a través de la terapia pueden lograr que quien la recibe como tal, pueda tener en ello un uso para recibir beneficios y porque no, hasta ser una ayuda para sortear los “sin sentidos”, los obstáculos y los problemas habituales; el arte cumple una función mucho más amplia y con esto se da cuenta pues, de que realmente no se queda como sola influencia en un único individuo, sino que es útil y sirve a la humanidad entera.

Finalmente, en el último apartado se presentan algunos casos específicos de personas que practican actividades artísticas dentro de lo que es la danza, la música o el teatro y se hacen sus estudios de caso en general.

# **CAPÍTULO 1**

## ***VIDA Y TEORÍA DE VIKTOR E. FRANKL***

Es importante señalar aspectos de la vida de Frankl, debido a que es una manera en la que se entiende el porqué de su teoría y los ejes que la dirigen; su vida y sus experiencias son el hilo conductor del conocimiento que aportó, y que comprobó en carne propia. Puede ser el ejemplo de un hombre del cual no existen contradicciones entre su pensamiento y sus actos, de una o de otra manera, es siempre, la misma persona.

### **1.1 BIOGRAFÍA**

Víctor E. Frankl (1905-1997) fue un hombre que a pesar de aquella dura experiencia que lo hizo estar muy cerca de la muerte, en los campos de concentración nazi, vivió una larga vida. Nacido en Viena, en una familia de origen, religión y cultura judía. Vivió una infancia en un ambiente muy tranquilo y lleno de afecto, lo cual posteriormente influyó en la formación de una personalidad bastante equilibrada y armónica, que finalmente le ayudó a tener la suficiente fortaleza para sobrellevar esos años caóticos. Y aunque en su familia se vivía en paz y en un ambiente de tranquilidad y afecto, había acontecimientos que presagiaban la Iª Guerra Mundial, la cual también marco a la juventud de esa época.

En sus posterior formación como estudiante, Frankl se interesó en principio por la Psicología Experimental con orientación médica, aunque posteriormente conoció el Psicoanálisis, lo cual lo llevó a estudiar Psiquiatría. Se dice de él que fue un estudiante "aventajado y de una precoz iniciativa poco común para sus años jóvenes" (Freire, 2002), que estando en la universidad, a los 16 o 17 años, le escribió a Freud, - quien vivía en esos tiempos, sus mejores años en cuanto a producción y prestigio profesional, éste le contestó, y mantuvieron contacto de esa manera por algunos años, pero después tuvo la oportunidad de conocerlo y Freud recordó perfectamente su nombre y su dirección.

Desde su juventud (18 años), mostró interés por los problemas existenciales que padecían los jóvenes que crecieron después de esa Iª Guerra Mundial, y escribió cuatro artículos dados a conocer en un periódico vienés, para la sección de jóvenes; en esos artículos, incluso sugiere alternativas para resolver este tipo de problemas de la existencia. A los 19 años hace una colaboración para la Revista del Psicoanálisis con la recomendación directa del mismo Sigmund Freud. Dos años más tarde, un artículo suyo aparece en otra revista científica apoyada por la Psicología Individual y tiene intervención en varios congresos representando a la Juventud Obrera Socialista en donde aparecen los primeros bosquejos de sus ideas y su teoría sobre el sentido de la vida, en un Congreso de Francfort; en seguida otra participación en la Asociación Internacional de Psicología Individual y expuso otra ponencia sobre "La neurosis como expresión y medio" en el Congreso Internacional de Psicología Individual, celebrado en Düsseldorf en 1926.

Para 1936, ya había finalizado sus estudios como médico en Psiquiatría y Neurología. En 1940, lo hacen director de un hospital (Rothchild), que atendía únicamente a judíos, lo cual, para esos tiempos, en que ya había la vigilancia nazi, era auténticamente riesgoso y desafiante.

En 1942, se casa con Tilly Grossners, y aunque personal, familiar y profesionalmente, vivía una etapa incomparable, el ambiente social era tenso y difícil. La persecución de los nazis hacia los judíos, había comenzado y se convirtió en una situación cotidiana en la que se vivía en continua angustia, y se veía el futuro como algo no promisorio. Así, la única solución viable que encuentra la familia Frankl es huir. Su hermana Stella logró huir hacia Australia ; su hermano, al intentar refugiarse en Italia, es descubierto por la seguridad nazi, y es llevado junto con su esposa al campo de concentración de Auschwitz; sus padres, estaban ante la imposibilidad de obtener documentos que les ofrecieran una esperanza de evitar el riesgo casi insalvable de ser deportados o privados de su libertad. Viktor, en cambio, tuvo la suerte de que, tras varios años de esperar la visa para EE.UU, le es

concedida, teniendo la oportunidad así, de huir, y llegar a Estados Unidos para poder dar mayor difusión y desarrollo a sus teorías en Psiquiatría, en un país en donde científica y culturalmente había las condiciones propicias.

Sus padres, desgraciadamente en esos tiempos, ya eran ancianos, estaban solos y él era el único que todavía permanecía con ellos. Frankl confiesa haberse sentido confuso ante la decisión de permanecer con sus padres o aceptar emigrar a los EE.UU., en donde evidentemente estaría seguro; esta era una situación en la que dice, parecía necesaria una respuesta que viniera del cielo, respuesta que su padre le dio al encontrar un pedazo de mármol que contenía el escrito de uno de los 10 mandamientos: " honra a tu padre y a tu madre para que vivas por mucho tiempo en la tierra ". Esa señal lo ayudo a saber perfectamente en donde habría que permanecer, es decir, quedarse al lado de sus padres.

Esta decisión es muy parecida a otras que tuvo que tomar estando en los campos de concentración, situaciones en las que tuvo la oportunidad de salvarse a sí mismo, pero convencido de su responsabilidad de servir y ayudar a otros, decide quedarse junto a quienes lo necesitaban, aunque fuera corriendo el riesgo de morir.

*“el médico jefe, que me había tomado cierto apego, me dijo furtivamente una noche a las diez menos cuarto:*

*‘He hecho saber en el cuarto de mando que todavía se puede borrar su nombre de la lista, tiene tiempo hasta las diez’*

*Le dije que eso no iba conmigo, que **yo había aprendido a dejar que el destino siguiera su curso.***

*‘ **prefiero quedarme con mis amigos** ’, le conteste”.*

(Frankl, 1996, pág. 60).

Finalmente, Frankl, su esposa y sus padres fueron apresados y llevados a distintos campos de concentración, a fines de 1942.

Llego así, a los campos de concentración de Auschwitz y Kaufering, en donde su nombre fue borrado para convertirse en un número. En donde, en principio, había la esperanza de que tal vez no sería tan terrible su

destino, de que pronto serían liberados, hasta que llegó el momento en que la realidad les dijo, con el sólo movimiento de la mano de un hombre, que con una señal decidía si se iban a la vida o a la muerte, directamente, sin ningún preámbulo. Y cuando ella también le hizo borrar todo aquello que tuviera significado de su vida pasada, porque simple y llanamente ahora solo eran números, que como tal, no tienen vida, ni esperanza, ni humanidad siquiera, aún menos pertenencias, solo ellos mismos, su cuerpo, despojado de cualquier vestido (su "existencia desnuda").

Números sin ningún nexo afectivo, ni material. Nada. Sólo máquinas de trabajo que tenían que sobrevivir con un pequeño pedazo de pan, una mísera sopa aguada, al día, aunque tuvieran que desgastar su cuerpo un día entero en el clima helado, sin abrigo, ni siquiera zapatos adecuados, y después, dormir amontonados en un pequeño espacio.

Así, pronto tomaron conciencia de la realidad, y entendieron en donde estaban y que muy pocos tenían salvación. Su existencia estaba ubicada en otra realidad, estaban cada día muy cerca de la muerte, de muchas maneras. Los maltratos, los golpes, los insultos, lograron que se apoderara de ellos la insensibilidad, la apatía, la falta de conmoverse ante el dolor de otros y ante la misma muerte, lo cual terminaba siendo una protección necesaria (mecanismo de defensa), que los haría soportar un poco la vida terriblemente inhumana.

Llegó un momento en que lo único que realmente les importaba era salvar su vida, y estar atentos frente a cualquier indicio de peligro, porque un movimiento "fuera de lugar", un atreverse a detenerse un momento, en los duros trabajos, tan solo para tomar fuerzas, o para respirar y limpiarse el sudor, y en cuyo instante, casualmente, el capataz volteara y se diera cuenta, significaba una golpiza. Por ello, el sufrimiento, el dolor, los sentimientos de sus otros compañeros eran casi irrelevantes, a menos que entre ellos hubiera un amigo.

Pero, con todo y esas condiciones imperantes cada día, entendió que muchos de ellos, aún siendo débiles físicamente, endebles, podían soportar mejor esa vida, que otros físicamente fuertes; que si lo querían, podían buscar momentos de retirada hacia su vida interior, hacia su libertad

espiritual, y que gracias a eso, podían sobrevivir con un poco de menos dificultad.

En ese lugar fue donde comprendió lo que quizá había leído en muchos poemas y escritos sobre el ser humano: el amor como único ingrediente de salvación del hombre. Comprendió que el amor podía trascender el plano físico de una persona amada, que el verdadero significado, lo verdaderamente esencial, es su espíritu, que puede no estar la presencia física, pero permanecer, sí, cerca de su espíritu, aún ya no existiendo, aún estando lejos.

Se dio cuenta también que, quién recurría a su interior, lograba alejarse por breves instantes de la sensación de vacío, desolación y la falta de riqueza del espíritu que acarrea el hecho de tener que preocuparse únicamente por sobrevivir, puesto que lo realmente importante era salvarse de no morir de hambre, de frío, de no ser maltratado físicamente. Buscar refugio en su interior significaba, recordar los instantes de la vida feliz, donde todo lo que necesitaban materialmente estaba a su alcance.

El no poder tener un sueño tranquilo, el hambre, la falta de verdadero descanso, ocasionaban la irritabilidad, y el hecho casi diario de ser golpeados, hacia también que su ser se tornara hacia la violencia, que sus reacciones, como de un animal sin rienda, se detonaran sin control. Ante esto Frankl se preguntaba si es que el hombre no tiene la libertad interior, espiritual, para elegir sobre su conducta en cualquier situación, incluso, en la de vivir en esos campos de concentración.

Probablemente, no hubo muchos hombres, en esos lugares, que con sus actos pudieran probar que sí se podía elegir la actitud frente a las circunstancias de la vida, pero para él, unos cuantos fueron suficientes para probar, que aunque al ser humano le arrebaten todas sus posesiones, y hasta su vida pasada, tiene el privilegio de que nadie le puede arrebatar su libertad de decidir que actitud quiere tener ante la vida y en cualquier circunstancia.

A fin de cuentas, la actitud que cada individuo asumía ante las situaciones adversas era producto de una decisión íntima que los llevaba a vencerse y a dejarse dominar por esas circunstancias, permitiéndose quedar a merced de ellas, o siendo dueños de ellos mismos, tal vez no en

sentido físico, porque en ese aspecto no dejaban de ser esclavos, pero si en sentido mental y espiritual, ser verdaderos poseedores de sí mismos, de su pensamiento y de su espíritu.

Pero ante el sufrimiento, la agonía, las privaciones y la muerte, hubo quienes decidieron no hacer frente, y despreciaron la oportunidad de probar su propia fuerza interior, aunque estuvieran seguros de que iban a morir y de que tal vez ya no regresarían para vivir su vida anterior y para estar con las personas que amaban. Hubo también quienes, como él, creyeron que la vida estaba plagada no solo de experiencias bellas y sublimes, sino de sufrimiento, dolor, muerte, caos, y que todo ello formaba parte de lo que en un amplio sentido es la "vida humana", y de lo que da significado a la vida. No había razón para evadirlo, si es que se quería salir "crecido" al menos espiritualmente, que ya era bastante, y lo más importante.

El sufrimiento finalmente es una prueba de la vida que solo a algunos les toca vivir, en ese grado tan alto, y para darse cuenta de que sí hay algo o alguien, la persona misma, un para qué o por quién valía la pena aceptar ese sufrimiento. Hubo otros que pensaron que su vida había terminado en el momento en que pusieron un pie en el campo de concentración, por lo que prefirieron aceptar ser solo el número y/o el "instrumento" de trabajo que les asignaron ser.

Es fácil que ante el sufrimiento nazca una actitud de soberbia por la cual decimos: "yo no merezco esto", "porque yo", "yo no lo pedí", pero invariablemente, es parte de la vida, y aunque es difícil, la más de las veces es necesario aceptar el desafío para no morir por dentro y vivir la parte de sufrimiento que como un pequeño ser de la humanidad le es dado vivir, con la opción de adoptar la actitud más noble ante ello, en vez de el rencor, el odio o el resentimiento que muchos sintieron por la vida, por que, como dice Frankl, no somos nosotros quienes debemos esperar que nos da la vida, a modo de exigencia, sino, que respuesta somos capaces de darle, sobre todo, cuando la vida se torna difícil y parece poco soportable.

Frankl se dio cuenta de que era vital fortalecer interiormente a los prisioneros, para que encontraran esperanza en el futuro, o un algo que los

esperara, y que buscaran una razón que les hiciera querer seguir viviendo, aunque fuera en esa situación en que día a día eran envilecidos y reducidos a "despojos humanos". La vida en los campos de concentración minaba su propia autoestima, los que creyeron ser "alguien" se convirtieron en "nada", no más que seres inferiores. Aquel que ya no encontraba el porque de su vida, era quién, por decisión propia, se encaminaba hacia la muerte, con total abandono, a causa de padecer tristeza, depresión, por la pérdida de fe; lenta o apresuradamente, se ponían literalmente en frente de las cámaras de gas, sin voluntad, ésta, era nula.

*"Influido por un entorno que no reconocía el valor de la vida y la dignidad humanas, que había desposeído al hombre de su voluntad y le había convertido en objeto de exterminio (no sin utilizarle antes al máximo y extraerle hasta el último gramo de sus recursos físicos) el yo personal acababa perdiendo sus principios morales. Si en un último esfuerzo por mantener la propia autoestima, el prisionero de un campo de concentración no luchaba contra ello, terminaba por perder el sentimiento de su propia individualidad, de ser pensante, con una libertad interior y un valor personal. Acababa por considerarse solo una parte de la masa de gente: su existencia se rebajaba al nivel de la vida animal...un rebaño de ovejas sin voluntad ni pensamientos propios"*

(Frankl, 1996, pág. 56)

Frankl tuvo una oportunidad en que la vida lo desafió, la tuvo que aceptar, y, desde el momento en que cayó en cuenta de que ya no había forma de evadirse, decidió "decidir" sobre su vida y ser absoluto dueño de su libertad espiritual única, la libertad de elegir su propia actitud ante sus circunstancias. No hay duda de que habrá tenido muchas oportunidades también de convertirse en un ser olvidado de sí mismo, un ser violento a causa del maltrato y la violencia que les infringían, pero él sabía el ser humano que era y que quería seguir siendo. Decidió conservar su esencia, su espíritu, que nadie tenía el derecho de robarle a menos que se los entregara por voluntad propia. Ese era un secreto que él sabía que poseía, y no quiso ser el único en saberlo, y cuantas veces pudo lo

comunicó a aquellos que necesitaban saberlo, para que no se rindieran ante su destino.

Viktor Frankl no solo se limitó a escribir sobre su teoría o sobre su pensamiento, su conducta fue siempre coherente con dichos pensamientos. Su vida no ofrecía ninguna contradicción con respecto a lo que escribía y su manera de comportarse frente a la vida. En los campos de concentración pudo comprobar en carne propia lo que creía sobre la vida, y sobre el ser humano y su existencia. Él fue uno de los pocos que pudo trascender su sufrimiento, e ir más allá de éste, no rindiéndose, pero si luchando por rescatar el ser humano que no quería dejar de ser y que cada día le querían robar. En los campos de concentración se pudo probar a sí mismo, en infinidad de ocasiones, para saber si era quien creía ser. Pudo decidir si quería odiar, si quería amar o si quería perdonar, durante, y después de los campos de concentración; siempre consciente de que poseía la libertad de elegir quien quería ser. Decidió ser el hombre que tomara la misión que le encargó la vida, o Dios: recordarle a la humanidad, que al menos somos dueños de nuestros pensamientos, nuestro espíritu y nuestro interior y que tenemos la difícil libertad de ser y hacer lo que queramos que sea nuestra vida, aunque siempre sea en respuesta a lo que nos depara el destino, que, siempre también, se nos presenta como una sorpresa permanente.

## 1.2 FUNDAMENTOS TEÓRICOS DE LA LOGOTERAPIA

La teoría de Viktor Frankl nace por influencia del psicoanálisis, pero en el sentido de hacer una "crítica-superación" de éste, y en dos de sus vertientes: la ortodoxia freudiana y la psicología individual de Alfred Adler; para la primera, el hombre es impulsado por la pulsión libidinosa, dominado por su ser biológico (impulsos, instintos), por ciertos mecanismos que el psicoanalista maneja, de tal manera que puede darles "arreglo". En la segunda, el hombre es impulsado por la "voluntad de poder", por un sentimiento de inferioridad, en donde los impulsos psíquicos dan origen a la conducta, y para quienes, el comportamiento del hombre, ya sea biológico o espiritual, tiene su raíz en el aparato psíquico, por lo que sitúa los impulsos

biológicos a un nivel inferior, y aunque admite la existencia del comportamiento espiritual, lo coloca no como un fenómeno autónomo, sino como parte del fenómeno psíquico. El psicoanálisis freudiano reduce la conducta al resultado de la infraestructura biológica, mientras que la Psicología Individual, de Adler la reduce al aspecto psíquico, la conducta del hombre, significa pues: afectos, impulsos, instintos, placeres y ambiciones.

Frankl no niega ni la cuestión psíquica, ni la biológica, sino, las acepta como dos dimensiones que se entrelazan permanentemente como parte del ser y hacer del ser humano; no está de acuerdo en que expliquen total y absolutamente la conducta humana como factores únicos, la dimensión espiritual es incluida como parte de todo un ensamble psicológico, y como lo que permite explicar y perfeccionar la cuestión biológica y psicológica, es decir, lo espiritual es aún más elevado que lo psíquico y lo biológico, e influye en estas, teniendo la posibilidad de actuar sobre ellas a pesar de que puedan tener un carácter con pocas posibilidades de cambio en muchos de los casos.

Ahora bien, Frankl, en su acercamiento a la filosofía (obtuvo el grado de Doctor en Filosofía, posterior a sus estudios en Psiquiatría), dirigió su mirada hacia la Psicología Humanística, - también llamada Psicología Existencial -, lo cual dio un fundamento sólido a su teoría dentro de la Logoterapia.

Jaspers, Gebtsatell, Binswanger, Medard Boss, Weizsäcker, Caruso, fueron psiquiatras o psicólogos con quienes tuvo intercambio profesional o de quienes leyó sus obras, y que recibieron influencias de la Fenomenología (E. Husserl, M. Scheler) y el Existencialismo (M. Heidegger, Gabriel Marcel, Martin Buber), las dos escuelas filosóficas, y que llevaron el aspecto filosófico al plano de la práctica en el trabajo clínico.

De todo este bagaje surge el "análisis existencial", que da fundamento a la Logoterapia, y que trata de dar significación a la existencia, no en sentido abstracto, sino en el sentido concreto de la existencia de cada ser humano. Se utiliza por tanto, el aspecto metaclínico, que es una forma en la que el psicoterapeuta o médico se orienta hacia el entendimiento del ser humano en una forma que contemple la totalidad de este, ya que aún

siendo importantes lo biológico y lo mental no se puede evadir el plano existencial, por lo que es incluso más importante esa idea o definición de lo que es el hombre en sí mismo, que las técnicas o métodos que se utilicen en la psicoterapia, es decir, si tenemos una idea más clara de lo que es el ser humano, puede funcionar más que la misma técnica o el método, es aquí donde cobra importancia el punto que refiere a la filosofía del hombre:

*“Ignoro si están muy convencidos de esto los médicos del alma, que no quieren ligarse a una `filosofía´ ni adoptar posturas `metafísicas´, soñando con una neutralidad absoluta ante el enfermo y ante sí mismos. El intento es inútil. A poco que escarbásemos, encontraríamos que tras el cirujano más `químicamente puro´, necesariamente se esconde un filósofo. ¿Cuánto más será esto verdad, para quien ha de enfrentarse con los males del alma, para quien ha de resolver el problema del hombre mal situado frente a la orientación de la vida, de su vida?*

(Freire, 2002).

El **Análisis Existencial** significa tres cosas específicas:

- Lo existencial refiere a la existencia como una forma de ser, en donde el hombre tiene la posibilidad del ser.
- El hombre tiene la capacidad para ser la persona que quiera ser, y de buscar el sentido, no de la vida, sino de su vida específica.
- La existencia del hombre se explica primordialmente desde su dimensión espiritual.

Al respecto dice Freire (2002) "existir, según Frankl, quiere decir, salir de sí mismo y ponerse frente a sí mismo, de manera que el hombre trascienda el nivel de lo exclusivamente corporal-psíquico, y llegue hasta sí mismo en el interior de su dimensión espiritual, porque la existencia humana acontece esencialmente en el espíritu".

Ahora bien, el término Logos etimológicamente posee varios significados que dan mucho sentido a la Logoterapia en sí:

*Logos: **palabra, lógica.*** La acción terapéutica de la Logoterapia busca que se de un encuentro dialógico con el paciente, el cual propicia el encuentro humano, que es aún más importante que el diálogo mismo.

*Logos: **significado, propósito.*** La base principal de la Logoterapia es precisamente lograr el objetivo, a través del diálogo, de que el paciente se ponga en la búsqueda del sentido que ha de tener su existencia, lo cual se traduce en lo que se llama "voluntad de sentido", la voluntad del hombre para encontrar el sentido de su vida.

*Logos: **espiritual.*** Lo espiritual como algo que constituye y forma parte de lo mental o racional, y como opuesta a lo biológico, pero que conserva la relevancia de cada una de ellas. La parte espiritual, es una especie de instrumento propio del ser humano, que la Logoterapia, usa a su favor para actuar terapéuticamente, porque le hace tomar conciencia de que es, además de cuerpo y mente, espíritu.

Así pues, la Logoterapia es el tipo de psicoterapia que busca el renacimiento y el reconocimiento del ser humano desde la dimensión espiritual, y que toma de esta la fuerza para dirigirse al cambio que se supone habrá de suscitar la terapia, es decir, el aspecto espiritual puede ser el sostén fundamental de vida para una persona. Y a pesar de que lo espiritual es lo más significativo, no olvida de ningún modo las otras dimensiones psíquica y somática.

La Logoterapia comienza por afianzarse de la dimensión espiritual, utilizando el poder que esta tiene para influir terapéuticamente en el individuo. Utiliza el diálogo paciente-logoterapeuta para dirigir y ubicar al primero en la búsqueda del sentido de su existencia individual concreta.

Así que, Logoterapia y/o análisis existencial guían al hombre al contacto con su dimensión espiritual, haciendo también que tome conciencia de su existir y del sentido que tiene su existencia para que llegue a un nivel que vaya más allá del ser biológico o psíquico, y en donde pueda encontrar muchas respuestas con respecto a las interrogantes del porque de la vida.

El ser humano es ese ente biológico, psicológico y espiritual; cada uno de estos aspectos se entrelazan a un mismo tiempo e indudablemente se afectan mutuamente, así, aquella persona que sufra de algún trastorno

mental, conductual, o emocional, tendrá que ser considerada en todas sus dimensiones.

Ser además espíritu, implica que muchos de sus "traumas" los tiene que "curar" desde y para esa parte de "su" ser humano. Paracelso dice:

*"Las enfermedades se originan en el ámbito de la naturaleza, y la curación procede del ámbito del espíritu".*

( Frankl, 1984, pág. 20).

### 1.3 VACIO Y FRUSTRACIÓN EXISTENCIAL: NEUROSIS NOOGENA.

Para explicar la cuestión del vacío y la frustración existencial, empecemos refiriéndonos a la *autotrascendencia*, que señala la existencia humana no en sí misma sino como algo más que esa existencia tiene como fin, " el hombre no llega a ser realmente hombre y no llega a ser plenamente el mismo sino cuando se entrega a una tarea, cuando no hace caso de sí mismo o se olvida de sí mismo al ponerse al servicio de una causa o al entregarse al amor de otra persona." (Frankl, 1992, pág. 17).

De alguna manera el ser humano no únicamente llega al mundo solo para existir con y para sí mismo, sino que, esa existencia le da la posibilidad u oportunidad de llegar al mundo a entregar su propia existencia a otros seres humanos, o a algo más que sí mismo.

La *autotrascendencia* es un punto importante en el pensamiento de Viktor Frankl y que permite entender al ser humano en sus frustraciones y/o vacíos. La frustración del hombre se da a nivel existencial, es mucho más fuerte el sentimiento del absurdo, que un sentimiento de inferioridad. El sentimiento del absurdo lleva en sí, aquella sensación de que falta algo, por eso se llama *vacío existencial*, el cual desdibuja la vida de hombres y mujeres, de tal manera que se encuentran en su existir con la carencia del significado verdadero de su vida.

Tal vacío existencial, ¿debido a que podría originarse? Hay varias respuestas, la primera es que el hombre ya no está comandado por sus instintos o pulsiones como sucede con los animales que a través de estos conducen su sobrevivencia; el hombre en cambio va perdiendo la noción de lo que quiere hacer en y con su vida, porque las tradiciones

que en épocas pasadas guiaban su existencia, se van poco a poco difuminando, son cada vez menos fuertes y pareciera que cada vez son menos útiles, así es que, en la búsqueda de mayor autonomía o libertad para pensar y actuar, se aleja de ellas.

Como resultado también del *vacío existencial*, surge la llamada *neurosis noogéna*, causada por el sentimiento del absurdo, el cual nace a partir de no encontrar respuesta a la pregunta de si su vida tiene un verdadero sentido. Cuando el ser humano se plantea esa pregunta, se deduce entonces que se encuentra con serias dudas con respecto a lo que debiera ser la respuesta, y que, en más de las ocasiones no encuentra, y que por tanto le genera el sentimiento de desesperación, tal vez desesperanza, de no toparse en algún momento de su vida con ese supuesto sentido. Dicho sentimiento de desesperación puede crecer cuando llega a creer que en realidad no existe tal sentido o es imposible encontrarlo. Tal desesperación podría considerarse una patología pero "preguntar por el sentido de la existencia, más aún, cuestionar en general ese sentido, es un acto humano más bien que un padecimiento neurótico" (Frankl, 1992, pág. 18).

Al hacerse la pregunta sobre el sentido de la vida, cuestiona también las tradiciones, las cuales se ponen a su disposición, para, de alguna manera "facilitarle" la existencia, sirviéndole como hilo conductor de sus propias decisiones. Ahora bien, el hecho mismo de cuestionarse, de reflexionar, o de hacer una crítica significa que el hombre está dotado del raciocinio que lo hace diferente a cualquier otro ser vivo, y que le permite pensar respecto de lo que es y de lo que quiere ser.

Por otro lado, existen también las *neurosis sociogénas*, y puede entenderse cuando hablamos de sociedades, masas, grupos, que viven dentro de su ámbito la "*neurosis de masas*" llamada "*sentimiento de carencia de sentido*", el vacío existencial, la frustración existencial como síntomas de la época tanto de Viktor Frankl como la actual Frankl, 1984).

Así mismo, hay relación entre situaciones como la drogadicción, el alcoholismo, el suicidio, e incluso, la delincuencia, con la *frustración existencial*. Mediante diversos estudios respecto a estos temas, Frankl encontró - a través de Test de Logoterapia, que tratan de cuantificar el

grado de frustración existencial- que en muchos casos las personas con estas problemáticas, padecían la carencia del sentido en sus vidas (sentido del absurdo), aún con buenas condiciones de salud o sociales, viviendo en armonía familiar, e incluso, buenas condiciones económicas.

Por la falta de un sentido es que se puede fácilmente llegar a la vivencia de la siguiente tríada: depresión, agresión o adicción (Frankl, 1994). El suicidio generalmente es efecto de una depresión que en muchos de los casos proviene de esa ausencia de sentido; el suicida no encuentra el sentido en nada, si al fin lo encontrara, no tendría motivo de suicidio. Frankl, siendo muy joven trabajo en un hospital psiquiátrico atendiendo infinidad de casos de intento de suicidio. La experiencia le hizo ver que siempre había un qué, un a donde ir, a corto o largo plazo, aún cuando aparentemente no había tal posibilidad, tenía que encontrarse una posibilidad futura.

La agresión se genera en el deporte, donde supuestamente se le da salida de una manera sana, pero surge negativa e invariablemente en el momento de la competencia, cuando hay uno que gana y otro que pierde, hay una división en donde unos parecen ser mejores que los otros, saberse menos que el otro, hace que nazca la necesidad de agredir para mostrar que se es mejor.

En cuanto a las adicciones, se encuentra que en la mayoría de los casos hay una amplia influencia en ello por la falta de sentido. Esa falta de sentido, ¿a qué responde? Si observamos con profundidad al ser humano, la frustración existencial no tiene otra explicación más que en su propia existencia interna, la cual tendría que estar acompañada del gusto por la vida, dándole una vestidura humana a todas sus circunstancias, apropiándose del mundo y la naturaleza, y aún en las situaciones dolorosas, encontrar un algo que lo mueva a vivir desde los deseos más profundos de su ser, es decir, una motivación que parta de su ser interno, y que si no la hay, llevara hacia un camino que conducirá al "*sentimiento del absurdo*", ya que, el hombre en el fondo esta penetrado de una 'voluntad de sentido', "... aquello que se frustra en el hombre siempre que este cae en el sentimiento del absurdo y del vacío" (Frankl, 1992, pág. 23-24). Por tanto, "*frustración existencial*" significa lo mismo que "*frustración de la voluntad de sentido*".

El vacío que se vive en estos tiempos, es un poco consecuencia de la libertad que tenemos, día a día hay que inventar que hacer con ella, pues el no saber que hacer trae consigo aburrimiento (Fizzotti, 1994). Que hacer con el tiempo libre que nos dejan los avances tecnológicos que buscan por todos los medios disminuir las horas de trabajo, que hacer con el tiempo de las vacaciones, los días de descanso, que generan aburrimiento, angustia y soledad. Buscamos alcohol, drogas, sexo, sensaciones diferentes a las habituales, como si siempre fuera necesario "hacer algo" para huir del silencio.

Ante nuestros tiempos de libertad, de no tener, de no saber que hacer, encontramos la solución más rápida: fugarnos. La fuga que significa neurosis por desocupación, que trae consigo apatía. Una persona sin ocupación pierde iniciativa, su tiempo vacío se define como un vacío íntimo y de su conciencia, padece un sentimiento de inutilidad y la vida carece de algún sentido.

Existe una manifestación de vacío existencial a la que Frankl llama "*la neurosis dominical*". Después de trabajar la semana completa, tener en que ocuparse y con su sensación aparente de que la vida está llena, llega el día de descanso, el día de completa libertad que pone enfrente los problemas escondidos en algún lugar de la conciencia.

Es entonces cuando es difícil encontrar en sí mismo algo que llene el vacío que nos recuerda nuestra soledad y la falta de un sentido. Huimos de la conciencia que nos dice que no tenemos un fin, no sabemos de un objetivo en la vida. El intento es sólo uno: huir de sí mismo. Lo logramos y llegamos a un lugar que nos aleje de ese contacto con uno mismo, un lugar para bailar, tomar, divertirse, el deporte de domingo, todo para olvidar el sin sentido y escuchar el ruido más potente que evite que escuchemos la voz del alma o de la conciencia.

Otra manifestación del vacío existencial es la llamada "*enfermedad del ejecutivo*". El avance del progreso es veloz y atrapa al hombre en su velocidad. El trabajo por el trabajo hace su aparición como para apaciguar la frustración y huir del vacío interior. Muchas personas no quieren tener tiempo libre, lo evitan, buscan estar siempre ocupados en el trabajo, con la excusa de tener dinero y honor, por la voluntad de poder. Vivir aceleradamente es un acto que ayuda a escapar del vacío de la existencia. Alguien que no sabe el objetivo de su vida,

acelera el ritmo de esta para liberarse, aparentemente, de la frustración de su existencia.

El “*Insomnio existencial*”, es otra más de las manifestaciones del sin sentido. De día, nuestro tiempo está ocupado en miles de actividades, ni un minuto de calma, solo distracciones por todos lados, no hay tiempo parece, "afortunadamente", para pensar en nada. Llega la noche y lo que evitamos durante el día llega a la mente, los problemas sin resolver de la vida interior, los más significativos, no permiten dormir tranquilamente, y es difícil enfrentarse a uno mismo, sin saber que hacer, entonces, es mejor alejarse al siguiente día, y huir nuevamente.

El arte, como el deporte, también puede ser un instrumento de abuso neurótico. A través de el, es posible buscar y encontrar sensaciones nuevas. Cuando se encuentran, y una y otra vez se buscan, el no poder dejar de hacerlo quiere decir también alienación. Nos convertimos en esclavos del éxtasis y del placer que provoca, porque sentimos que nos llena, quizá nos apacigua, nos eleva. El peligro es querer vivir siempre en ese estado y por tanto, evadir lo cotidiano, lo real, los problemas de la vida, la soledad. El arte puede, pues, convertirse sutilmente en un modo de alienación, para evadir. Las experiencias que nos proporciona nos enriquecen, y es benéfico para el ser humano, siempre que no lo utilicemos como vehículo de olvido de los conflictos con nosotros mismos, con la vida, con los demás, y cuando no se usa para evadirnos de nuestro ser verdadero, y escapar de la realidad y sus malos momentos.

*"Todos aquellos que huyen de sí mismos dedicándose a una forma de pasatiempo que llamaré centrífugo, que opondré a esa otra forma que trata de ofrecer al hombre no solamente ocasiones de distracción, sino también ocasiones de concentración interior. Tenemos necesidad de otros tipos de actividad, que permitan la contemplación y la meditación. **Para hacer esto el hombre necesita de mucho valor para estar solo. El hombre tiene necesidad de un pedazo de desierto en el cual refugiarse para encontrarse a sí mismo. Él, debe redescubrir las tareas a las que ha sido llamado a realizar. Sólo respondiendo a las invocaciones que le vienen de más partes podrá redescubrir el sentido más verdadero de su existencia"***

(Fizzotti, 1994, pág. 51, 52).

Esperemos pues, y con valor, el silencio que nos guiará al encuentro de uno mismo, el desierto silencioso necesario para hurgar en el interior y preguntarnos hacia donde ir y como dar respuesta a nuestra vida.

El tiempo libre da la oportunidad para ejercer nuestra libertad con responsabilidad. Buscar esa tarea implica tres componentes, tiene que ser "específica, concreta e individual" y es indispensable que de sentido a la vida.

La libertad no es una cuestión simple, es difícil saber para que usarla, para que la necesitamos, que hacer con ella. Podemos encontrarnos ante ella, y en ocasiones, será comparable a estar frente a un abismo. La libertad es un vacío que pide ser llenado, un espacio en blanco que puede enmudecernos, dejarnos ciegos y sordos, llenos de miedo, por el impacto que nos causa. Las maneras más sencillas de huir de ello son las que nos llevan lo más lejos posible de nuestro interior; de cualquier modo continua quedando un espacio en blanco que no tiene transformaciones, ni a nuestro ser impreso con su individualidad y singularidad, sin nuestra imaginación, sin nuestra intervención en las circunstancias que deben estar llenas de sentido y que hagan que nos acerquemos más a nuestro propio ser interno. Tal vez la costumbre de tener una agenda o itinerario de nuestra vida desde que somos pequeños, la costumbre de que está dictado lo que hay que hacer desde la más temprana edad, borra la capacidad que podríamos tener de autodeterminarnos, de decidir por donde guiarnos. Los mayores deciden por los niños y después, cuando crecen y se hacen más adultos, se les exige que tomen sus propias decisiones, cuando siempre se decidió en su lugar. ¿Serán pocas o muchas las veces en que elegimos desde el fondo de nuestro verdadero ser? Oscar Wilde, en *De Profundis*, alude al hecho de que muchas personas son diferentes o ajenas a sí mismas, pensando los pensamientos de otros, creamos involuntariamente, una caricatura de nosotros, pocos son los que se apoderan de su propia alma; se puede morir sin nunca ser los dueños legítimos, en cambio, morir en la infelicidad de no haber encontrado la esencia individual y haber sido enemigos de ella; cita a Emerson quien dice, no sin errar: "*nada hay más raro en un hombre que una acción de su propia voluntad*".

Como respuesta a esto, la responsabilidad es, fundamentalmente parte de la vida del ser humano. La vida es una larga tarea que tiene que realizarse, y la manera de responder a esto tiene que ser personal y como tal, única, nadie

tendría porque adueñarse de nuestra voluntad; y ser conformado no por la esclavitud sino del ser libre y responsable de las propias decisiones, mejor aún cuando dichas decisiones involucran el beneficio para una pequeña o gran parte de la humanidad. Existe la libertad para decidir solo para nuestro único beneficio, pero el egoísmo nos enferma de nosotros mismos, y vamos siendo nosotros nuestra propia enfermedad. Tiene un valor más humano aquella decisión que desprende de sí un regalo para otros. No estamos solos, nacemos, vivimos y moriremos siempre en la humanidad; cabe preguntarse si es verdad que la amamos y si tenemos la disposición necesaria de hacer algo por ella, para salvarla, y por añadidura, salvarnos.

El experimento de la "tela blanca", iniciativa de un profesor de arte que tuvo la idea de dar a sus alumnos una tela totalmente limpia, sin una gota de pintura, sin una sola línea; les pidió dibujar sobre ella con total libertad; esto le permitió observar en la mayoría de los alumnos una respuesta de desconcierto, se mostraban incapaces de dibujar nada. No se les dio un modelo, ninguna indicación de estilo, no se les dijo que siguieran alguna regla específica. La tela blanca, vacía, estaba frente a ellos, quizá pidiendo que expresaran su libertad de ser lo que eran, pero no supieron que hacer. Sin saberlo ese pedazo de tela blanca los estaba retando, provocando, violentando su comodidad, sus hábitos, rompiendo con sus costumbres, y con el cúmulo de valores aprendidos. En cambio, lo que la tela blanca les reclamaba era que la transformaran con su libertad, su autonomía, su singularidad y con reglas escritas por ellos mismos.

*"La tela blanca es un reto para el hombre, porque le pide poner en movimiento la fantasía, dar vida a su carga de humanidad, inventar nuevas formas de existencia que puedan ser para todos garantía de dignidad, de crecimiento, de maduración"*

(Fizzotti, 1994, pág. 59).

#### 1.4 AUTOTRASCENDENCIA, Y VOLUNTAD DE SENTIDO.

Frankl llama "males de una época como la nuestra" ( que siguen siendo los mismos de la actualidad), a la "*carencia de sentido, la despersonalización y deshumanización*". Enfrentarse a estos solo es posible

a través de "la inclusión en la concepción del hombre de los fenómenos humanos... ya sean conscientes o inconscientes" (Frankl, 1984).

En la dimensión humana se encuentran recursos implícitos únicamente en ella, como la autotranscendencia (mencionada en el anterior punto), y el autodesprendimiento. Entre uno de los aspectos de la *autotranscendencia*, está la *voluntad de sentido*, la cual si se frustra su cumplimiento se convierte en una *neurosis noogenica*. Cabe aclarar que, las neurosis, no aparecen siempre como reacción a la falta de sentido, aunque si es verdad que, aquella frustración resultante del fracaso en la búsqueda del sentido puede causarnos la neurosis (Frankl, 1984, pág. 20).

Existen investigaciones estadísticas citadas por Frankl, que comprueban que la "*voluntad de sentido*", posee un evidente "*valor de supervivencia*" (Frankl, 1984, pág. 149). Lo mismo sucede con el *autodesprendimiento* el cual se genera como "mecanismo de enfrentamiento dispuesto en la psique humana".

En la dimensión humana, el hombre no solo es el que, en primera instancia debe dar satisfacción a sus impulsos y "gratificación" o cumplimiento a sus instintos, tampoco es sólo ese ser inmerso en sus luchas entre el ello, el yo, o el super yo, o el ser que vive una realidad resultante de condicionamientos reflejos condicionados; es además, un alguien, es decir, persona, que va en busca de vivencias que brinden significados especiales y personales, que nutran en sentido, quizá espiritual, su vida, y con lo cual, va un paso más allá de sus propios instintos y conductas condicionadas (Frankl, 1984, pág.16).

La Logoterapia está interesada en una cosa, en la búsqueda de sentido humano individual, así es que, si Freud hablaba de la "curación por la palabra", Frankl habla de "la curación a través del sentido".

Los psicoanalistas buscan suprimir la neurosis, pero en caso de no hacerlo, se genera la falta de sentido, lo cual se convertía y se veía como un fenómeno que era un resultado secundario de la dinámica inconsciente, sin tomar en cuenta que en realidad es algo que siempre ha pertenecido a la dinámica vivencial humana y siendo una parte muy importante para que un hombre pueda enfrentar la vida y se atreva a realmente vivirla, con todos los sufrimientos y sus luchas, y a padecerlos,

y aún así darse cuenta que dichas vivencias tienen un significado de vida importante, que esos sufrimientos no son "castigos divinos" ganados por el sólo hecho de cometer errores o pecados.

Es tan necesaria y urgente la satisfacción del sentido de vida, que aún cuando una persona posea todo lo que quiera poseer, - logre todas sus metas, sea exitoso, es decir, tenga todas sus necesidades plenamente satisfechas - si en todo eso, no encuentra "*su propio sentido*", tendrá la tendencia a suicidarse o a sentirse vacío a pesar de todas sus posesiones y los reconocimientos que otros le otorguen.

*"Esto acontece en plena sociedad de la abundancia y del bienestar. Hemos estado soñando durante demasiado tiempo un sueño del cual estamos ahora despertando: el sueño relativo a que basta mejorar la situación socioeconómica de la gentes, para que todo marche perfectamente y todos sean felices. Más lo cierto es que una vez apaciguada la lucha por la supervivencia ha surgido la pregunta siguiente: ¿sobrevivir, para qué?"*

(Frankl, 1984, pág.).

Existen personas que poseen todo lo materialmente posible, que viven sin preocupaciones, (como que comer, en donde dormir, que vestir), y para quienes *sobrevivencia* es una palabra aparentemente inexistente, por que no implica dificultad alguna, pero que, contradictoriamente, su vida es un "sin sentido", mientras más poseen, más vacíos se sienten; otras que viviendo en condiciones difíciles, padeciendo enfermedades, padeciendo pérdidas, viviendo en terribles pobreza o con carencias materiales, encuentran el significado y el sentido a "su vivir doloroso", aquellos seres que viviendo sus tragedias, a pesar de todo, no les hace falta la respuesta respecto a cual es su propio sentido de vida, ya que teniéndolo, o encontrándolo en esas experiencias, la vida valdrá la pena ser experimentada. Quizá en Frankl podamos encontrar a alguien que nos enseñe a no sufrir nuestros "sufrimientos absurdos", nuestras propias tragedias, grandes o pequeñas, según la visión del ser humano que las sufre, y desgraciadamente se tendrán que vivir, aunque dolorosas, como algo que, como un guión de nuestra vida, fue escrito para vivirse con felicidad

y sin ella, como un arco iris no de colores vivos y relucientes, sino de colores oscuros, o como noches alumbradas por el más pequeño destello. El ser humano, habrá de comprender que es la moneda que tendrá que dar en pago por representar, al orgulloso ser que se jacta de ya no parecerse siquiera, a un pequeño animal que se conduce por sus instintos.

El encontrar en la vida, una "razón para la vida", es ahora una necesidad apremiante en cada ser humano, porque, aunque vivimos en grandes ciudades en donde encontramos todo lo materialmente necesario para sobrevivir, - en donde se crean necesidades falsas, por lo que, incluso hasta el sentido de nuestra propia vida lo quieren vender o imponer - , "la necesidad de sentido permanece insatisfecha en medio de nuestra abundancia y a pesar de ella" (Frankl, 1984, pág. 23); hace falta en el fondo de cada ser humano, cumplir con la necesidad de satisfacer nuestra vida plenamente, no a través de posesiones o de deseos frenéticos sino a través de un sentido verdaderamente nutritivo para el alma y el cuerpo, que sólo él puede saber.

El hombre ya no sobrevive por sí mismo, con sus capacidades, hay miles de cosas que lo hacen por él. Supongamos que un remoto día tuviera que sobrevivir con la ayuda de sus propias habilidades, sin tener que recurrir a aquello que las suple, quizá de ese modo encontraría más justificación a su vivir, se sentiría más útil creando por sí mismo a través de sus capacidades naturales para sobrevivir, que tomando de lo que ya está hecho y que lo hace permanecer en un estado totalmente confortable. Dicha situación imaginaria, actualmente es prácticamente imposible, ¿quién quiere renunciar a las comodidades?, ¿quién está dispuesto a renunciar al control de la televisión la cual le permite "vivir" realidades ajenas, ficción - pretexto puro de la no realidad - a cambio de tomar el control de su vida y analizar si esta tiene sentido, o de que manera nos agobia la falta de éste, y si no lo hay, como buscarlo en la propia realidad personal? La realidad es a veces devastadora, cruel, infeliz y desafortunada, ¿Por qué no huir, si hay tantas oportunidades para ello? Lo que hagamos o no hagamos, es una decisión personal, y ante esto no se puede culpar a nadie.

La pérdida de las tradiciones puede ser un factor facilitador para que las personas jóvenes vivan en el *vacío existencial*. Hay una ausencia de guía, a falta de las tradiciones, que hacen menos fuertes los valores, y ellos son víctimas desafortunadas de esto, por que ya no saben como plantearse su vida, y cuando lo hacen se alejan de lo que en realidad puede dar sustento a sus vidas. El uso de las drogas y la delincuencia son situaciones en las que ya no es importante su integridad personal, su salud física o emocional, ni la de su familia, porque padecen de todo ello, ya que pareciera que ni su propia vida ni la de los otros tuvieran ningún valor, aún menos un sentido, porque si la vida no es valorada, entonces la búsqueda de sentido se diluye y el sentido no tiene sentido, se extravía en medio de tanto desperdicio y chatarra.

Por tanto, si bien el sentido de la vida de cada uno no puede ser dado por nadie más que nosotros mismos, sí se puede enseñar que la vida puede tener un sentido, aunque eso esta a consideración de cada persona, porque si no puede decirse al otro "este es tu sentido de vida, tómalo y haz con el lo que quieras", en cambio habrá que hacerle saber, a quien no lo sepa, que puede buscar y encontrar el sentido de su vida, que tiene que buscarlo o descubrirlo con la conciencia de que es vital, y al encontrarlo va a descubrir un tesoro invaluable.

*"Aquel que se preocupa acerca del sentido de la vida, esta demostrando su esencia humana. No es preciso ser un neurótico para preocuparse por la cuestión relativa al sentido que tiene la vida, más si que es necesario para ello, ser auténticamente un ser humano . La búsqueda de sentido es una característica distintiva de que se es ser humano"*

(Frankl, 1984, pág. 28-29).

Por un lado, la constante necesidad del ser humano de dar o encontrar sentido a sus vivencias o a sus circunstancias, lo llevan a poner en movimiento *"su búsqueda de sentido"*, a esto se le llama *"voluntad de sentido"*, en donde el hombre actúa ante las circunstancias en las que la vida lo coloca, mediante una respuesta que implica dar sentido a cada circunstancia.

Kotchen (en Frankl, 1988), menciona que la voluntad de sentido es como un termómetro que puede medir confiablemente nuestra "normalidad psíquica", y Lukas, por otro lado, ve en la frustración de la voluntad de sentido una forma de encontrar la "anormalidad psíquica" referente a la frustración existencial.

La voluntad de poder (de Adler) y la búsqueda de placer o principio del placer (de Freud), aparecen en todo caso como resultado de que la voluntad de sentido esta frustrada.

La búsqueda de placer, como la idea de un fin por sí mismo, es opuesta a la autotranscendencia y también es una manera de no encontrar dicho placer, ya que, entre más lo busca, más se aleja. Entre los jóvenes, el consumir drogas, por ejemplo, puede hacerles sentir de pronto, que el mundo está lleno de sentidos plenos, pero eso más bien son "sensaciones de sentido", sensaciones irreales, la voluntad de sentido se haya en realidad frustrada y no hay otro camino que buscar en el mundo de la mera sensación. El hombre no solo debe buscar el placer o la felicidad por sí solos, sino tener una verdadera razón o causa para ello, la felicidad o el placer serían entonces una consecuencia.

Sería importante educar a los seres humanos para la responsabilidad. En una sociedad de la abundancia no sólo material, sino de información, de estimulación para satisfacer muchas necesidades, es necesario saber discernir sobre lo que es verdaderamente importante y lo que no, es decir, hay la necesidad de descubrir lo que si tiene sentido y lo que no lo tiene, y es una tarea complicada, pues a veces lo que no es importante, parece indispensable, y lo esencial comienza a perderse entre tanto escombros y desperdicio; nos conformamos con simplemente hacer -y sin reflexionar- lo que hace todo el mundo, sólo porque lo hace todo el mundo y no hay razón para que no sea de ese modo.

Cuando la vida, nuestra vida, esta orientada hacia algo específico y concreto, existen entonces, posibilidades y oportunidades para sobrevivir. El hombre debe orientarse y prepararse hacia un algo que no sea su propia persona solamente, incluso hacia el futuro, una meta, algo que nos obligue de buena manera a vivir por un motivo o una razón justificada.

La *voluntad de sentido* dice Frankl, tiene "*valor de supervivencia*". La vida, la supervivencia, necesitan de un "*para qué*" y un "*para quién*",

esto quiere decir, que el solo existir amerita nuestra "autotrascendencia", al dedicar el transcurrir de nuestras vidas hacia personas, actividades, causas, ideales, que signifiquen algo. Se autotrasciende entonces cuando nos entendemos como seres creados para hacernos grandes e importantes en tanto que servimos o ayudamos a otros, cuando dejamos de convertirnos en alguien demasiado importante para nosotros mismos, situándonos en otro lugar, no el individual o egoísta, sino aquel lugar, cosa, o aquella persona que nos despoje de nuestros deseos egoístas, en los que el ser humano suele sumergirse, por tanto, no se ocupara "por la realización de sí mismo, sino olvidándose de sí mismo, concentrándose en algo o alguien situado fuera de sí mismo" (Frankl, 1984, pág. 37).

En este caso, la autorrealización llega a partir de que la persona se "autotrasciende", deja de ser ese alguien egoísta preocupado sólo por satisfacer sus propias necesidades reales o falsas, y presta o regala parte de su ser y su existir ( amor, tiempo, ayuda ) a alguien o algo que en un momento clamará por ello. La vida puede estar dotada de sentido, de nuestro sentido.

*"El sentido, siendo único, ha de ser objeto de descubrimiento personal.  
Ha de ser buscado y hallado por uno mismo"*

(Frankl, 1984, pág. 38).

En el diario vivir, en nuestra realidad, hay implícitas un sinnúmero de vivencias, "*situaciones específicas concretas*" que de ninguna manera llegan a ser repetibles y que muestran que cada una puede tener su propio sentido. Es decir, tenemos la posibilidad de hacer algo específico con respecto a una situación. Las experiencias ocurren, y pueden no ser "vistas", lo cual obliga a la necesidad de estar completamente "despiertos" en cada pequeño instante de nuestra vida, en la que solemos decir: "hay más tiempo que vida", y con esa excusa, la vida pasa, y cuando creemos que pudimos hacer algo, es imposible regresar atrás.

Las formas a través de las cuales se encuentra el sentido y se fortalece la vida son múltiples, se pueden señalar entre las más importantes: el desarrollar determinados actos (el trabajo y las actividades que nos gustan),

en el amor, en la comunión con alguien, involucrándose en la creación de obras artísticas, las experiencias, en general, que pueden ser valiosas para cada individuo, es decir, observando que cada acto y cada persona son en sí mismas únicas, diferentes e irrepetibles, y aunque todo este en constante cambio, siempre se podrá encontrar un sentido. Pero también se encuentra sentido en casos en los que nos topamos con situaciones muy complicadas, situaciones irreversibles e imposibles de cambiar, es decir, experiencias dolorosas, en donde se hace posible que dichas experiencias nos obliguen a ver la vida de manera distinta, nos hacen cambiar y encontrar mucho más fuerza interior de la que creemos tener:

Nuestra condición social, sexo, religión, edad, educación, el medio en el que nacimos y/o vivimos, todo aquello que pudiéramos creer que nos aleja del sentido de la vida, tienen una influencia no determinante respecto a las situaciones, cada una de ellas será diferente, y eso nos hace más fácil o más difícil encontrar su sentido, incluso, la misma sociedad en la que nos toca vivir, propicia o no que se cumpla el sentido de una situación concreta, y aún cuando las condiciones no sean las mejores se puede encontrar ese sentido.

La vida en sí misma nos ofrece infinidad de situaciones con sentido, independientemente de las condiciones o circunstancias; sea cual sea la situación que vivimos, cada ser humano sabrá si confrontar su existencia en todos sus colores, aun en los más oscuros, hallando en ello una razón o sentido que enriquezca su propia humanidad; o bien, aprenderá a rehuir de su vida negándose a buscar el sentido a sus experiencias, incluso las difíciles, limitándose a ser dominado por ellas.

*"Cambiar a sí mismo supone con frecuencia elevarse por encima de sí mismo, crecer más allá de uno mismo"*

(Frankl, 1984, pág. 42).

Así que, nadie tiene el poder de dar sentido a la vida de cada ser humano, este se encuentra solo buscando en su propio camino interno, que es guiado por el sí mismo personal, a través de lo que Frankl llama el *"órgano de sentido"*, es decir, la *conciencia moral*, adherente a todo ser humano, que le lleva por el camino de la búsqueda y que le ayuda a ver su realidad de maneras distintas, le da matices, adquiere

otras apariencias, le hace denotar los verdaderos significados de la vida. Por ello, para el ser humano sería importante observar cual es su propia realidad, para encontrar el sentido a partir de ella; la realidad se transforma a partir de nuestro encuentro con el sentido de vida propio, y con ello, nada vuelve a ser igual, todo adquiere otro sentido.

Lo verdaderamente trascendente para un ser humano, y para confrontar su existencia, sería entonces, la actitud y postura asumidas para probar los múltiples sabores, entre amargos y dulces que la vida le da a probar, en el entendido de que la vida no esta sujeta a nuestros caprichos, y de que, en cierta forma, la vida es el patrón a quien habrá que obedecer, según el destino que nos ofrezca y con la única libertad, - difícil quizá - de adoptar la actitud que nos eleve, o bien, nos hunda.

*"Al hombre le ha sido dado y permitido, arrancarle y ganarle a la vida un sentido... hasta su último aliento"*

(Frankl, 1992, pág. 26).

### 1.5 SUFRIMIENTO, CULPA Y MUERTE.

La búsqueda del sentido (Frankl, 1994), se vuelve casi imposible cuando la vida se ve envuelta en situaciones trágicas o difíciles, y pareciera ser por ello, una búsqueda que, en la falta de ese encuentro se frustra. Esto nos hace volver los ojos hacia la *"tríada trágica"*: sufrimiento, culpa y muerte, encuentros con los que estamos obligados, por que no los buscamos pero invariablemente los encontramos a veces, inesperadamente.

¿Y con todo esto, hay todavía buenas razones para decirle a la vida: "si, quiero vivirte"?; es decir, ¿tiene la vida sentido, y lo mantiene aún cuando nos muestra esos sus rostros negativos? Estos componentes trágicos de la vida, a pesar de no parecerlo, poseen una parte positiva, y es que de ellos es de donde casi exclusivamente, se puede comprender o escarbar un verdadero sentido. El sufrimiento puede derivar en servicio; la culpa en cambio; la muerte en un empuje hacia la responsabilidad, el acto responsable; es decir, la persona tiene la posibilidad de buscar en las tragedias la experiencia que le ayude a fortalecer su espíritu, en la resignación y la aceptación de que la vida

siempre se vive en los polos opuestos, se gana y se pierde, un día se esta en el resplandor de la alegría, y otro, en la oscuridad del sufrimiento.

De este modo, el "*optimismo trágico*" es un hecho existente, no es un optimismo sin fundamento, para evadirnos de la realidad, es un ejemplo que muestran muchas personas (el mismo Frankl, por supuesto) que han vivido sus propias tragedias y que han sacado de ello un poco de optimismo, del cual otros pueden aprender, para convertirlas en "vivencias modelo" de reciclamiento. Quiere esto decir que, si unos lo han logrado, pueden venir otros que también lo logren; el sufrimiento cuando es verdadero, es fuerte, y se ha de vivir, como quiera que sea, pero no se puede quedar anclado en el, ni afirmar que ya no puede encontrarse la belleza de la vida.

Claro que el pequeño optimismo en la tragedia, no puede tampoco simplemente ordenarse como una obligación natural, no es así. Si hay optimismo es porque se encuentra al menos una mínima esperanza que no surge tampoco de la nada. La tríada *amor, fe y esperanza*, son tres actitudes que deben dejarse surgir por sí mismas, lo mismo que la felicidad, deben estar motivadas por buenas razones para poder realizarse y sentirse, pues habiendo una buena razón surgen por sí solas. Y si nos damos cuenta, estos sentimientos solo pueden ir dirigidos hacia algo afuera de uno mismo, hay algo o alguien que lo merece, por ello es que la persona de alguna manera se hace a un lado, se hace sujeto de su propio olvido, se da en el otro o un algo, pero no con la idea de la autorrealización, es decir, como medios para conseguir tal autorrealización. La idea es más, realizarse en el otro, en lo otro, en eso que hay en el mundo; de no ser así, muy fácilmente podemos volcarnos en nosotros mismos y enfermarnos en nuestro egoísmo, con lo que es fácil saber que, posiblemente hayamos muchos enfermos.

Así que, perseguir un sentido, da bocados de felicidad, calma, tranquilidad, y nos hace fuertes ante el sufrimiento. En los campos de concentración se podía sobrevivir, si - luego de sortear con su propia suerte -, se hallaba una razón por la cual vivir, algo o alguien que esperará por ellos; una meta, algo que terminar, el futuro por el cual aceptar la lucha y el sufrimiento. En el caso de no haberlo, la vida simplemente se iba apagando, en ese estado todo suceso terminaba siendo intrascendente, aunque significara mantener su vida; el abandono a la enfermedad surgía de la falta de una esperanza.

Nos preguntamos si es indispensable el sufrimiento para encontrar sentido (Frankl, 1987). La respuesta es *NO*. Es cierto que el sentido puede estar aún en el sufrimiento, pero el primer paso es hacer todo lo posible por evitarlo o eliminar las causas cuando surgen por ejemplo, del cuerpo, de la psique, e incluso de la convivencia social. Me refiero al sufrimiento real, de cuando las causas no pueden eliminarse por más que se quiera, y es ahí en donde podría encontrarse una esperanza o una enseñanza, y no el sufrimiento que sirve para manipular, martirizarse, autoflagelarse, o victimizarse. Lo que más admiración causa en una persona, no es su riqueza, su belleza, su fama, su dinero, su inteligencia, su astucia, sino la virtud que tienen de enfrentar su "mal destino", al no permitirse ser derrumbados por éste, si es que trae consigo crueldad; también están los que poseen la otra virtud de sacrificarse a sí mismos para ayudar a otros, los que se olvidan de sí mismos y dan su vida en muchas maneras para el otro que lo necesita. Saben que amando a otros tendrán amor para ellos en constante regreso.

La culpa, por su parte, que proviene de nuestros llamados "malos actos", los actos castigados por la sociedad, lastre para quienes los cometen porque pierden la oportunidad de convertirse en otro ser humano distinto, superando la culpa y haciendo frente a la responsabilidad, haciendo uso de su libertad.

La sociedad se siente culpable por los delincuentes y asesinos que nacen en ella. Los castiga y los culpa, pero les niega generalmente la oportunidad de ayudarlos a repararse interiormente. Un delincuente que en su libertad de decidir comete un delito, puede ser ayudado a superar su propia culpa, para convertirse en otro ser responsable de sus actos. A quien está en una cárcel "pagando" por sus delitos, le vendría bien la visita de un Víctor Frankl o alguien parecido, que les dijera: "ustedes cometieron un acto ilícito, pero tienen la oportunidad de no repetirlo, ¿ustedes quieren ser esa persona que se perdona a sí misma y se permite la elección de ya no ser ese delincuente sin escrúpulos y sin remedio, que actúa como movido por un mecanismo autónomo que lo obliga a tener esa conducta?". Podemos cargar sobre nuestras espaldas muchas culpas, pero eso no nos va a redimir, nos convertirá quizá en seres amargados y enfurecidos con la vida, a quien le reprocharemos por nuestro destino, y por ello nos justificaremos y seguiremos cometiendo fechorías y atrocidades, pero lo único que nos redimirá de nuestras culpas será por la vía

de las posibilidades que la vida sugiere en cada minuto de la vida. El destino no nos dice que hacer o que decidir, sólo nos da posibilidades entre las cuales elegir. A veces elegimos ir por rutas cuyo sendero es equivocado, falso y dañino para nosotros, lo cual no quiere decir, que una vez elegido ese sendero, ya no hay posibilidades distintas y mejores. Esa es una equivocación constante en nuestro andar por la vida: "si cometí un mal, no tengo más remedio que seguir actuando igual porque no hay otra salida, no hay otra elección". La vida es un constante elegir entre sentirse culpable eternamente o preferir remediar o reparar el acto que nos lleva en dirección a la culpa. Constantemente, y sin excepción elegimos entre ser grandes imitadores del amor o del odio, de la culpa o la responsabilidad de cada acto, de un Dios amoroso, generoso, o su opuesto, un ser que vive entre el odio, el rencor, y el castigo.

La muerte, tercer elemento de la tríada, es el límite donde la vida termina, por tanto es una parte de ella. La vida esta muriendo en cada instante que efímeramente sucede y se aleja. Por lo mismo, esos instantes percederos, reclaman un sentido que realizar. Al realizarse quedan resguardados en nuestro pasado, y ahí jamás dejarán de ser lo que fueron. Los amores, los sufrimientos soportados, los actos realizados para bien o para mal, nuestras experiencias todas, son irremplazables.

En nuestra época se elogia a los jóvenes y la belleza de sus rostros rozagantes, que parecieran prometer una juventud eterna, pero se desprecia a su opuesto, la vejez, con sus años, sus arrugas y sus rostros fatigados, pero que llevan en cambio un gran pasado, una realidad concreta. La vejez es el recordatorio constante de que somos seres finitos y que tenemos la mala fortuna de no encontrar un "invento" que nos haga vivir eternamente. La muerte es incomprensible, trágica, dolorosa, muchas veces inesperada a pesar de que sabemos que es una realidad a diario latente. Con la muerte el cuerpo muere, pero no se termina absolutamente todo con ella, queda el espíritu de la persona que se va, queda su pasado, con sus actos, quedan sus recuerdos en las personas que lo amaron. Dicho amor logrará que ese ser permanezca vivo, ya no en cuerpo, pero sí en espíritu. Estas son solo frases que una persona que vive una experiencia de perder a un ser querido, únicamente puede comprender con el paso del tiempo, pues jamás será fácil comprenderlo en el momento en que se vive.

No es un pecado cuestionarnos respecto a sí realmente debemos tener la capacidad para dar respuesta a nuestras tragedias. Pero, aún de este modo, el sentido puede encontrar lugar y respuesta en esas tragedias, estas nos hacen ver y darnos cuenta de lo que en verdad es esencial y lo que no lo es, permitiéndonos resurgir en situaciones desesperadas. El componente trágico esta irremediabilmente en nuestra creación, y ante ello, no hay más que sugerir -dando esperanza- a quienes viven tragedias personales, respuestas con sentido. La logoterapia no espera que una persona satisfaga sus necesidades, le interesa la paz de la persona consigo misma, con lo que traemos del pasado, con los demás, y para quien le ha falta, con Dios. El amor es por mucho un aliciente que nos permite hacer menos el dolor que en ocasiones –no pocas- puede significar vivir en el mundo. Y cada vez que hay oportunidad de atender un sentido, aún en el sufrimiento, la culpa o la muerte, el mundo puede ser aquel lugar en donde podremos vivir como los humanos que somos, con más humanismo, y en donde podremos aceptar la vida con más entereza y más aceptación de que es un lugar digno de ser habitado por todos. Se puede intentar extraer del dolor algo que no lo haga vano, pues quizá trascendiendo ese dolor y sufrimiento se evite el sufrimiento y dolor de otros (Lukas, 2004).

Encontrar entonces, sentido en el sufrimiento y en la muerte, aspectos inherentes a la existencia, son formas de entender la vida de una manera hasta cierto punto más natural, y de reconciliarse con ella y con el mundo, para no estar en pugna contra la vida, por que vida y ser humano, por eso "ser vivo", van juntos... hasta la muerte; estamos muriendo cada día, en cada acto, en cada instante que pasa.

## 1.6 VALORES

En el sentido, hay un "sentido último" (Frankl, 1994), que requiere del paso por varias situaciones concretas, que por ende, tienen también su sentido concreto. La vida, a su final, cumple un sentido, pero para llegar a este, a lo largo de la vida se vivieron experiencias que dieron forma a ese final. En cada vivencia se va descubriendo la posibilidad situada en lo concreto y real, de

cambiar la misma realidad hasta cierto punto permitido, y en donde se hace necesario lograr un cambio que nos posibilite a llevar una vida mejor.

Para esto, se debe apoyar en un cierto criterio: los *valores*, provenientes de las creencias personales, y que nos guían a la realización o no realización de un acto. Es un modo de observar un comportamiento congruente entre nuestras creencias y nuestros actos, y una especie de fidelidad a nuestro ser, al hacer lo que nos gusta y siendo lo que somos.

Para que la vida tenga sentido, aún y a pesar de la tríada trágica: sufrimiento, culpa y muerte, como aspectos ciertos e invariablemente inevitables, hay tres formas de conducirnos hacia el sentido en todo momento de la vida: los valores de creación, de vivencia y de actitud, con los cuales la vida se justifica aún más, en cada una de sus situaciones específicas.

*VALORES DE CREACIÓN:* estos valores se realizan en el trabajo, en la creación de una obra. Logramos encontrar un sentido a través del trabajo, en una profesión, en alguna actividad concreta.

*VALORES DE VIVENCIA:* está relacionado en mucho con el amor, con el contacto con el otro, en el amar y permitirse ser amado, con la naturaleza, el arte, la contemplación del mundo y la belleza de estos. El amor que se tiene a otra persona es el que surge de conocer a otro ser único y diferente, y apreciar su irrepitibilidad.

Se puede apreciar una experiencia, y esta tiene sentido tanto activa como contemplativamente. En una experiencia persona-persona, por ejemplo, se esta en contacto con el otro, hay un encuentro de comunicación, de conocimiento mutuo, de ahondar en el otro.

En el arte se puede ser contemplativo, observando la creación del artista, desentrañando quizá, buscando el sentido que tiene para el artista y el que podría tener para el mismo observador, o sencillamente contemplando sin necesidad de preguntas o cuestionamientos. Se puede vivir el arte siendo el mismo creador, hacedor de obras, creando mundos distintos o plasmando el mundo en una pintura, una escultura, una melodía, una poesía, una danza, un diálogo teatral, etc., y lo mismo con la experiencia en y con la naturaleza, solo prestar los sentidos a la experiencia, dar oídos, dar ojos, dar corazón, dar disposición a recibir, permitiéndose que una sensación o sensaciones lleguen al cuerpo, y estas a su vez, hagan despertar el alma.

Los valores de vivencia implican permitirse disfrutar de lo que de por sí trae consigo disfrute, de lo que siempre está, pero muchas veces se pasa por alto: un cielo azul, un viento suave, un sol brillante, el cielo nublado formando figuras, hasta una lluvia pertinaz, la compañía de un ser querido de quien se cree que existirá para toda la vida y no se valora, en la escucha de su voz, de sus palabras, en su contemplación, acariciando un rostro, incluso viendo la mirada que dice algo, de un desconocido.

*VALORES DE ACTITUD:* Si el sentido está en el trabajo y en el amor, también puede estar en nuestras vivencias trágicas. ¿Cómo?, cuando frente a los sufrimientos insalvables de la vida adoptamos un comportamiento fuerte y valeroso, y enfrentamos lo que parece ser insostenible de la vida, lo cual termina siendo un triunfo después de los sucesos trágicos.

Hay tres vertientes dentro de lo que es el Homo Sapiens: Homo Faber (valores de creación), Homo Amans (valores de vivencia), y Homo Patiens (valores de actitud). El primero, Homo Faber, se mueve entre el éxito y el fracaso, es decir es el que quiere ser un triunfador. El tercero, Homo Patiens, se mueve entre la plenitud y la desesperación; supera al primero dimensionalmente, porque este puede sentirse trascendido o realizado aún en el fracaso, en tanto que el Homo Faber puede estar en desesperación, en el mejor de los éxitos, y para ellos no tiene objeto el triunfo del Homo Patiens, cuando este encuentra sentido en el sufrimiento, o en la desesperanza.

*"Sólo la apertura al sentido y al valor hace posible al hombre orientar la propia intencionalidad hacia la participación en la plenitud del ser al que aspira. La existencia humana se proyecta entonces como tensión incesante, renuncia a todo equilibrio físico, disponibilidad a reconocer y a acoger las posibilidades concretas de realización de valores"*

(Fizzotti, 1989).

Es interesante lo que dice Elisabeth Lukas (2004), y que se relaciona con los valores de los que habla Viktor Frankl, respecto a los vínculos emocionales. Al hablar de valores, estamos hablando también de compromisos y vínculos. En nuestra vida nos vinculamos siempre con algo, lo busquemos o no, y con ello también adquirimos un compromiso, ya sea en el trabajo, en la creación de algo, en la relación personal con otros, y ante nosotros mismos:

*"Todo lo que vinculamos a nuestra "vida terrenal" será nuestra inclusión en una existencia que superará nuestra presencia en el mundo y constituirá la cualidad de nuestra vida y la identidad de nuestra persona. Todo lo que nos llega nos toca, y dejamos que nos rodee, se combinará con lo que algún día será nuestra historia personal, con su inicio, su final, su verdad"*

(Lukas, 2002, pág. 47).

Por lo que en el presente, contamos siempre con la libertad de elegir entre uno y otro aspecto, cual sea, pero que tienen una característica de vincularse con algo o alguien, pues no podemos vivir desvinculados; quizá nuestra libertad nos da la opción de actuar desvinculadamente, pero significa que al final de la vida estaríamos vacíos y preguntándonos ¿qué fue de nuestra vida y porque quise que fuera así? No nos quedaría nada.

Hay una relación estrecha entre libertad y compromiso, y esto influye en nuestra salud mental con respecto a nuestra existencia y su significado, y se relaciona con nuestros vínculos, que pueden ser; un lugar (la patria), un proyecto, una persona. El primero, significa la pertenencia a un lugar, del cual nos formamos una ideología y adoptamos costumbres. El vínculo con un proyecto está relacionado con la existencia provisional o el anticiparse hacia el futuro; no significa vivir al día, sino también pensar en lo que nos gustaría vivir en el futuro y hacer lo necesario en el presente para llegar ahí. Un punto importante respecto a los proyectos, es que estos terminan, los objetivos se alcanzan, lo que puede llevar al encuentro con una falta de sentido; es importante entonces, tomar el proceso como una vivencia total de principio a fin. En otras ocasiones los objetivos se truncan y dejan la idea de que se hizo un esfuerzo sin ningún sentido; en otros casos, se persiguen obcecadamente objetivos equivocados, en los cuales se hacen sacrificios aún sabiendo que no se va a lograr nada. Estas son rectas finales que debieran tener también, un sentido, para lo cual es necesario que nuestros proyectos estén repletos de este, claro que, valiéndonos de medios razonables, que beneficien no sólo a quien lo realiza, sino por las cosas en el mundo que merecen tener un lugar en la realidad concreta. El vínculo con las personas, es uno de los más importantes por el nivel de compromiso que lleva en sí mismo. Esos vínculos

pueden ser negativos o de excesivo apego, y generadores de dependencia; por el contrario, cuando no se busca tener vínculos, nace una soledad obligada que no siempre es sana. El vínculo con otra persona debiera ser constructivo, protector y enriquecedor para cada persona y no tener base en querer satisfacer un deseo propio, como el de ser amado. Se puede renunciar a la exigencia del amor, ya que exigir amor puede alejar a los seres queridos, puesto que propicia que ciertos mecanismos de defensa se desencadenen (Lukas, 2002, pág. 68).

*"El fruto del verdadero esfuerzo, el amor dado y correspondido, la participación en la grandeza humana, la entrega a un ideal o a un gran acontecimiento, todo señala una dirección inequívoca: no tiene sentido por que hace feliz, sino que hace feliz porque tiene sentido"*

Nicolai Hartman (Lukas, 2002, pág. 64).

## 1.7 ESPIRITUALIDAD, RESPONSABILIDAD Y LIBERTAD.

La Logoterapia usa en su trabajo, la herramienta espiritual para dar soporte a la lucha espiritual que un paciente vive y tiene que responder al problema humano siendo simplemente el humano que es, e implica cuestionarse hasta donde se puede hacer, pues hay el riesgo de imponer la idea personal del propio logoterapeuta. La obligación, en todo caso es guiarlo de manera que él paciente por sí mismo encuentre su visión personal y específica sobre él y sobre la vida. Esto quiere decir, tomar su responsabilidad y ponerse en el camino que lo lleve a encontrar su ruta espiritual para manejar su propia vida.

La responsabilidad en el caso del médico o logoterapeuta es intervenir en el drama espiritual que vive el paciente, y a la vez renunciar a ello, porque su tarea es ante todo darle aquella educación que lo ayude a autorresponsabilizarse y concientizarse en cuanto a la importancia de la responsabilidad humana que surge de su libertad.

Menciono la relación logoterapeuta-paciente y la obligación que aquel tiene para guiar al segundo a responsabilizarse de su vida, porque precisamente el tema "responsabilidad y libertad", son ideas importantes para Frankl en la Logoterapia. Generalmente, tanto el hombre común como el que padece neurosis, constantemente evitan sus responsabilidades, no las asumen y la

vida se convierte en un continuo disculparse ante el determinismo del medio ambiente (lo material, lo económico, lo familiar), su mundo interior (lo anímico, lo biológico), o de la relación con los otros, frente a los cuales cree no tener el más mínimo poder de libertad de acción. Evita así su responsabilidad y niega su libertad, lo cual es opuesto a la tendencia de su destino, porque en su existencia no tiene más que la libertad de decidir que pasos quiere dar en su vida.

Ahora bien, existir es una cosa, pero esta también el devenir, evolucionar y perecer. La existencia es *transitoria*, así que vale decir, será necesario hacer de la responsabilidad el cimiento de nuestras vidas, puesto que perecen algún día.

La Filosofía contemporánea dice: " la nobleza y la grandeza de la persona reside en lo que llama 'trágico heroísmo' al hecho de que el hombre viene de la nada y vuelve a la nada y a pesar de eso dice 'sí' a su existencia" (Frankl, 1988, pág. 50). El futuro no existe, el pasado ya sucedió, pero esto mismo lo hace una verdad porque puede conservarse, aunque sea en el pasado. Lo transitorio en la vida es cada una esas oportunidades y posibilidades, que dejan de serlo cuando se concretan y se agregan al acervo del pasado que permanece por siempre en nuestra vida, pensemos incluso en el dolor que no doblega, lo trágico, lo que no puede cambiar y que permanecerá.

La Logoterapia busca no ser pesimista frente al pasado, porque este implique el paso y el continuo terminar de la vida, sino, que ve cada momento pasado como una vivencia marcada en el tiempo, que es imposible borrar, lo tengamos presente o no, ahí esta, sigue existiendo, y se convierte en lo eterno. La eternidad no es, dice Frankl, de ninguna manera infinita, el punto hasta el que llega es el presente, en el cual decidiremos que de lo que vamos a hacer va a pasar a la eternidad.

Por otro lado, hay un momento en que el tiempo de nuestra existencia se detiene. Eso significa la muerte, en esta, el cuerpo y la mente ya no nos pertenecen, el "yo-psíquico" se pierde totalmente, lo que permanece solamente, es el espíritu (el "si mismo espiritual"). Al morir deja de poseer su yo, tan solo "es" su "si mismo". El haber existido es una manera de saberse seguro de ser. El ser del hombre "es" en su totalidad hasta que llega la muerte, por que hasta ahí cumple todos sus cometidos.

Así pues, la responsabilidad es el cimiento más significativo en la existencia humana, no deja de ser importante a pesar de lo transitoria que es la vida, y más bien, se crea a partir del propio pasado. Si sabemos que el pasado existe y es por ello, totalmente permanente, la responsabilidad es lograr que sea algo digno de ser eternizado, esto a través de nuestras acciones responsables.

Bazzi y Fizziotti (1989) mencionan que la libertad constituye parte del aspecto esencial del ser humano. Y Frankl, irremediablemente une la libertad junto a la responsabilidad, y esto significa, el *poder-ser* relacionado con el *deber-ser*. Este último implica concretamente, el significado de la existencia y la responsabilidad que genera el hecho del *deber-ser* asumido en su libertad. Lo cual quiere decir que la existencia del hombre tiene sentido en tanto que acepta la responsabilidad, su temporalidad en el mundo, y la hace trascenderse.

La existencia es pues, "*una tensión continua hacia el futuro*", en tanto que se proyecta continuamente; el acto de voluntad es desarrollar las posibilidades que le da su existencia, la libertad es aquella posibilidad de elegir, y en el acto de elegir se toma una decisión de tomar de entre una u otra posibilidad, entre las cuales solo se puede asir y realizar una nada más, por lo tanto, a través de una decisión, se elige que algo sea convertido en realidad y con ello mantenerlo en el pasado para siempre.

Cada vez que se toma una decisión de elegir una posibilidad, hay muchas otras que quedan anuladas y no concretizadas, por lo que también el hombre vive el riesgo de hacer a un lado otras posibilidades futuras, que podrían poseer un significado potencial para su existencia, por lo tanto, cada decisión tomada es fundamental, ya que cada situación es singular y jamás se volverá a repetir, por ello es que la existencia nunca esta libre de las problemáticas que el vivir genera, en tanto a las decisiones que habrá que tomar.

La temporalidad trae consigo un carácter precario e inestable, con lo que, a pesar de que una decisión y su acto correspondiente son incambiables (irrevocables), no son por ello definitivos. Frankl menciona por esto:

*"Vive como si tuvieses que empezar a vivir por segunda vez, y te hubieses equivocado la primera vez tal como precisamente estas a punto de hacer"*

(Bazzi, 1989).

La libertad implica también una carga de "angustia", puesto que cada instante de su vida reclama la responsabilidad u obligación que tiene de elegir, entre una u otra posibilidad, y cada vez existe la incertidumbre de lo incierto, de lo desconocido, lo riesgoso quizá, respecto a lo que resulte después del acto de elegir, como acto de voluntad y como acto de libertad. Habrá decisiones que conlleven consecuencias inmediatas, pero hay más incertidumbre sobretodo cuando las consecuencias vienen al paso de mucho tiempo, e incluso, después de la muerte, no sabremos sobre las consecuencias de muchos de nuestras actos.

Aquello que caracteriza al ser humano por la finitud de su existencia, es la temporalidad, y representa el camino en el cual toda opción se coloca. El tiempo significa destrucción y negación, remite a la idea concreta de reducir a nada una posibilidad, pero a la vez a renovar lo ya concretizado por medio del acto de elegir. Para Frankl, el presente es un instante que través del acto de elección, concretiza una posibilidad en la realidad y es marcada en el tiempo, lo temporal se convierte en algo eterno, y deja de ser entonces, transitorio y caduco.

El porvenir pues, se conecta con el pasado para convertir en real la posibilidad del presente. La existencia humana con el paso del tiempo se transforma en algo que es significativo en su totalidad, ya que la vida se compone de todos esos instantes específicos que adquieren un sentido pero con respecto a esa totalidad. Así que, una experiencia es significativa cuando pertenece al valor total de la existencia y tiene un significado real en esta. Y aunque la vida sea transitoria y temporal, tiene significado y valor aún; el ser humano esta ligado al tiempo, como realidad que se define por la posibilidad y como tal, su existencia se dirige hacia un hecho, tarea o vocación, que le permitan autotranscenderse. Lo que se concretiza por medio de las decisiones tomadas, se salva y se guarda en una especie de contenedor llamado "para siempre".

El aspecto temporal de la vida, incluye en sí misma, a la muerte. En la Filosofía de la existencia, es vista no como una cuestión objetiva: situación común, sino como un hecho perteneciente a la existencia. Es un no-ser y no-poder, en donde hay una renuncia total a sí mismo, y por lo tanto, la única posibilidad futura del todo imposible de no hacerse realidad. La muerte es:

*"como estructura originaria de la existencia humana...la disolución total del ser-en-el-mundo"*

(Bazzi, 1989, pág. 42).

Así que, sí la vida humana finaliza, forma parte del significado de la existencia; no por ser el fin esta fuera de la existencia. Dicho hecho es irreversible, por lo que al mismo tiempo, la esencia de la vida y el significado de ella, son resultado de la conexión irrefutable con la muerte y está, dice Frankl, es el momento en que se diluye el poder-ser, por lo que obliga a que el hombre se haga responsable de ser "un creador" dentro del mundo.

Nacimiento y muerte, límites propios de la vida, llevan a la problemática de hacer de la posibilidad del futuro, una realidad en la realidad, y de lograr que un momento se transforme en eterno, con lo cual, se mantiene en el tiempo, y se hace duradero.

En la muerte, la libertad ya no existe, porque destruye la posibilidad del poder-ser, ya no hay futuro, el cual se sujeta de lo posible. Lo único que permanece inmutable es el pasado, pues es irreversible e intocable por la muerte y el tiempo, y es ahí donde para la libertad es imposible sugerir un acto de elección. La vida acoge el ser, y con ello se sumerge en la inmensidad de la realidad, y aunque la muerte implica un "haber sido", no deja por ello de ser.

Debido a estos argumentos, Frankl enfatiza la importancia de la responsabilidad como parte fundamental de toda decisión, porque una vez que se realiza, no existe una sola posibilidad de regresar la página; lleva implícito un sentido de la vida que el mismo ser humano le asignó.

*"La existencia se constituye como el encuentro entre la determinación finita de la situación y la infinita apertura originaria a la trascendencia"*

(Bazzi, 1989, pág. 37).

En lo que se refiere a lo espiritual, Frankl lo define, fenomenológicamente, como personalidad, y en lo ontológico como existencialidad. Lo espiritual es la esencia principal del ser, por eso mismo, el significado de la existencia es también espiritual, de esa manera se realiza y tiene también un sentido.

Lersch (Bazzi, 1989) dice que la existencia (en toda la extensión de la palabra) se hace posible en donde la propia vida atiende aquellos valores que

poseen el significado espiritual que la realidad trae consigo; y cuando el hombre es consciente de dichos valores, hace frente a la decisión de estar o no al servicio de dichos valores, esto, a través de sus actos. Frankl cree en la idea de Max Scheler del "*sentimiento intencional*", componente principal de la espiritualidad. Con esto acepta que ni la razón ni el intelecto son en ningún caso el aspecto principal de la existencia humana.

En esencia, el hombre tiene la exigencia en su vida, de un significado, y es ahí donde el pensamiento del espíritu le da la oportunidad de hacerse cierta idea del mundo, en donde los significados con su respectivo contenido adquieren forma a través de los valores, que se entienden como aquellas acciones o tareas a realizar, es decir, los deberes, o hechos vivenciales que son particulares, singulares e irrepetibles, por lo tanto cada situación particular reclama una tarea a realizar (concretización de valores), con lo cual el hombre se autotrasciende, y la vida se convierte en una continua tarea, si se aceptan dichas tareas, sino, en simples hechos sin significado alguno.

Entonces, la libertad que lleva su dirección hacia buscar y descubrir los "*valores de sentido existencial*", hace nula la posibilidad de "*carencia del ser*", y da significado a nuestros actos de elección. Así que, el hombre que busca el sentido y los valores, puede estar seguro de que la vida tiene un buen cauce, por que de esta manera puede vivir una existencia que retoma la profundidad como ser humano que parte del espíritu y que lo obliga a comprometer esa existencia no consigo únicamente, pero sí con algo o alguien, concretizando así, por medio de sus actos, los valores en cada situación particular.

La libertad implica pues, de manera objetiva, los valores puestos en una "lista de opciones" a elegir. Hay una evidente relación entre libertad y responsabilidad; la libertad del hombre es una libertad responsable, y puede lograr que su deber-hacer se convierta en la misión de su vida. Y al mismo tiempo que la autotrascendencia sea la obligación que le confiere su ser espiritual, debe tener la conciencia de ser responsable de su estancia en el mundo, y así también asumir sus actos de elección, frente a sí mismo o frente a los demás.

Otro aspecto es la idea de Dios que tiene Frankl, su idea es existencial, y la cuestión divina se refiere a un Ser personal, no tiene pues importancia comprobar la existencia de Dios, lo importante es reconocer al Dios que el

mismo hombre encuentra a través de "actos de fe y amor"; es un "otro yo" más profundo, su ser interno, más íntimo, una fuente en la que realiza su esencia personal. Para Frankl, Dios es el Tú primero, originario y Supremo.

Así que, en lo que se refiere al sentido y el valor, estos los vive el ser humano y los asume en su modo de existir, como cuestiones dirigidas hacia Dios o que tienen relación con Dios, que sería en tal caso, " la raíz originaria y absoluta de la autenticidad de todo ser personal" (Bazzi, 1989, pág. 53).

El hombre es pues considerado en todas sus dimensiones y en conexión con el mundo, con los otros seres humanos y con Dios. Un ser que se despliega, frente a ese mundo, con sus otros y su absoluto. El hombre es un yo o persona, cuya existencia es particular y distinta a la de otro ser y en quien cada parte de su "todo" forma un ser singular, irrepetible y finito y que esta en relación con otros seres de iguales características. Es también un ser que forma una unidad, a pesar de contener en sí todas sus características biológicas y psíquicas. Un ser espiritual, que por lo tanto vive actos espirituales que solo propicia el mismo, porque ningún otro ser viviente puede vivirse de esa manera.

La dimensión espiritual que fundamenta "*la libertad de la voluntad*", también dimensión primordial y esencial, no excluye cuerpo o mente por sus características material y racional respectivamente. Pero, la dimensión espiritual tiene supremacía, sobre lo físico y lo psíquico, asume la realidad de estas y no les niega las posibles condicionantes que imposibiliten al ser humano, pero el ser espiritual puede ir más allá de esas condicionantes y superarlas, porque su esencia esta en lo espiritual. El hombre no es más que una totalidad física, psíquica y espiritual, ante todo.

Y aunque parece que espiritual tiene un significado religioso, Frankl aclara que la dimensión espiritual (noética) no es exclusiva de las personas con una fe religiosa, es también parte de los no-religiosos. "El *nous* es el núcleo más interno del hombre, su *sí mismo*, lo que para Descartes es el *sum*, para santo Tomás el *anima*, para los existencialistas el yo en la relación *yo-tú*". (Bazzi, 1989, pág. 57) Lo espiritual alude a la dimensión más bien antropológica, la dimensión humana, y no refiere necesariamente a algo religioso o divino; la espiritualidad es un aspecto que tiene un valor fundamental en la vivencia humana y sólo humana.

Mencionamos antes, la fe y el amor; por la fe se camina hacia una dimensión ultrahumana, y ese caminar tiene fundamento en el amor. Estas dos manifestaciones propias del hombre, dan significado a la dimensión espiritual, que no necesariamente está ligada a lo religioso, porque para Frankl, es simplemente parte de los fenómenos pertenecientes a la vida humana.

Logos significa "sentido", y este abarca lo puramente humano, y una parte que lo define es el fenómeno de autotranscendencia de la existencia al cumplimiento del sentido. Su existencia no sólo significa la búsqueda del placer o del poder, aún menos la autorrealización; en contraposición, lo que existe es la *voluntad de sentido*.

Si el ser humano en su definición es un "ser responsable", diríamos que su responsabilidad es cumplir con un sentido, y no importa tanto "para qué", sino responsabilidad "ante quién". La persona elige su "ante quién", es decir, puede ser que hablemos de la sociedad entera, la humanidad, su conciencia, lo divino, lo ultrahumano.

Ahora bien, la fe puede estar fijada no sólo hacia Dios, sino hacia algo con significación universal, con lo que la fe adquiere un rango importante en la vida humana; la fe, es la creencia en un sentido, el hombre se dirige hacia un sentido, este aparece en toda su vida, y quizá a veces no lo advierte, pero es necesario creer en algo o alguien, porque significa también que se tiene un motivo o una esperanza para vivir. Por lo tanto, si el hombre se encuentra con su sentido del vivir, puede decirse que así manifiesta su religiosidad. Paul Tillich señala: "Ser religioso significa plantearse apasionadamente la pregunta del sentido de nuestra existencia" (Frankl, 1987, pág. 114).

Frankl menciona la "*religiosidad personal*", en cuanto a la creencia en un Ser Supremo, y en cuyo caso cada persona busca su lenguaje y su modo de comunicarse con Dios, el cual será un camino de comunicación personal, y no será mejor ni peor que la de los demás, sino sólo una forma de conversación o comunión con Dios.

La fe y el amor como fenómenos sujetos de una intención humana, surgen cuando hay contenido en la experiencia. Ninguno puede surgir de la nada, ni obligarse a aparecer en cualquier momento arbitrariamente escogido, aparecen solo con un motivo o una razón que justifica esa aparición.

Para Frankl, en el amor hay una intención, puesto que parte del aspecto de la esencia dialógica como característica humana. El ser humano como tal, es alguien que su ser está en el mundo (ser-en-el-mundo), por esto, está en relación con otro ser humano, frente a quién deja de ser egocéntrico y a la vez es distinto: "Ser el uno con el otro y el uno por el otro" (Fizziotti, 1989, pág. 43). El yo solamente puede serlo en relación con el otro. La existencia del ser humano, como *ser dialógico*, se da a conocer en toda su amplitud, sólo cuando se está con el otro a un nivel de comunión interna. El yo y el tú se trascienden en una unidad llamada "nosotros", es decir, viviéndose como único destino en un sentido interior. Esto último no significa que el ser singular de la persona desaparezca, sino que, precisamente como seres individuales, que viven su propio destino, se revelan mutuamente su unicidad, que trasciende posteriormente en el "nosotros".

El amor no tiene ningún valor material, es un regalo, un ofrecimiento, un encuentro que no puede serlo si no hay la relación persona a persona y como resultado la comunicación, que en este caso quiere decir dejar de ver en el otro un ser extraño, valorar la libertad de su existir y admitir también lo que tiene de incognoscible e irrevelable.

La confianza que implica el amor es una audacia (Guardini; Fizziotti, 1989, pág.46), cuando se da, se convierte después en fidelidad permanente. No nace a partir de un razonamiento, crece desde sí misma y en cercanía con un ser viviente, presente, en el aceptar con humildad y devoción al otro, igual y distinto a la vez.

Así pues, el amor del que habla Frankl persiste por sí mismo en el tiempo; este no tiene el poder de destruirlo, ya que el ser que es sujeto del amor queda permanentemente como "presencia existencial", que aunque forma parte de un enigma, pues no puede conocerse absolutamente todo de él, es un ser que bajo ninguna circunstancia está sujeto al no ser, al olvido; existe, aún sin estar vivo biológicamente, en tanto que ha sido receptor del amor del otro ser, para quien persistirá eternamente.

*"Amar a un ser significa decir: tú no morirás"*

Gabriel Marcel.

El hombre como ser en existencia ha de disponer esta hacia un fin determinado (intencionalidad), algo o alguien, que no pertenece a sí mismo, sino, que esté fuera de él; ese algo o alguien, la persona buscada y encontrada, representado por la realización de un sentido. Esta es la única manera en que el hombre puede en verdad autorrealizarse, cuando se autotrasciende en el servicio a algo, en el amor que le regala a otro ser humano, esto es: "la esencia de la existencia se encuentra en la propia autotrascendencia" (Bazzi, 1989). Así también, es esencial la intencionalidad de la *"condición humana"*, y como tal expresa el rompimiento original entre esencia y existencia, en donde el significado cobra importancia ante el ser, por lo que el significado del significado se muestra como conductor de la existencia del ser. El ser humano se ve obligado a trascender su propio límite como ser que algún día llegará al fin de su vida. En el momento en que no realiza su tarea de autotrascenderse, se vive insatisfecho, en desasosiego, pues la trascendencia lo urge a transformarse en lo que puede y debe hacer.

## CAPÍTULO 2

### **DE LO QUE ES EL ARTE: EL SENTIDO DEL “SIN SENTIDO”.**

*"El arte no es un pasatiempo sino un sacerdocio"*

(Jean Cocteau).

*"El arte es algo que reside en el margen más débil entre lo real y lo irreal"*

(Chikamatsu Monzaemon).

*"La función estética del arte es -además de recrear el universo- establecer una concordancia emocional entre el individuo y las leyes universales manifestadas a través de la música, el teatro, la pintura, la danza y la poesía"*

(Silvia Nakkach).

La vida esta llena de angustias, fracasos, y ansiedades. Es ahí donde perdemos nuestra libertad como seres humanos y la capacidad creadora. La luz interna que existe en cada ser humano se apaga o se va diluyendo, entonces, la vida no tiene sentido, se forma un enorme vacío en la vida, la existencia sin sentido, el tedio, el aburrimiento, la idea de que todo es absurdo. El hombre se mueve en muchos ámbitos en los que tiene que convivir, juega el juego que significa la vida del ser humano, se vincula de manera creadora a las realidades, que le permiten posibilidades de acción, ocurriendo las cosas así, es capaz de sentirse pleno. Pero hay ocasiones en las que se enfrenta a situaciones-límite que lo obligan a encontrarse con la parte dura de la vida, con lo cual su mundo se desmorona. El hombre quiere aferrarse a todo lo que conoce, lo seguro, lo que no cambia, quisiera que el fin de las cosas y las personas no existiera. De ese modo, su vida se vuelve vacía, porque pierde su seguridad, pierde el sentido (López, 1997) Es pues el vacío existencial al que alude Víctor Frankl, el de no encontrar sentido a ninguna vivencia, sean cuales sean sus circunstancias. Es posible encontrar sentido en cada situación específica de la vida, incluso en las más difíciles. El arte es una de esas opciones que tenemos en la vida para encontrar un poco de alivio, para hallar en la vida y sus circunstancias situaciones esenciales, y por tanto, con sentido. Como sabemos, el hombre se vive en las tres dimensiones: biológica, psíquica

y también espiritual, el arte hace que tome conciencia de estas. Es un alimento del espíritu, que generalmente nos puede guiar hacia la calma y la libertad, y en donde como creadores de arte u observadores de éste, podemos encontrar una vivencia de un sentido elevado.

## 2.1 EL ARTE EN LA VIDA DEL SER HUMANO.

El arte tiene una función principal que es la de articular modos para poder percibir el mundo y con lo cual se representan a través de la imaginación posibles respuestas hacia dicho mundo. Por medio de esas representaciones se realiza un distanciamiento del mundo que es necesario puesto que sin ellas no sería posible que aparecieran o fueran percibidas. Además el mundo, debido a que se va haciendo de una imagen cada vez más estrecha de sí misma necesita de ese tipo de distanciamiento para ver más allá de lo que aparenta ser. El arte es dueño de una autonomía que va en contra de cualquier congruencia satisfecha en cuanto a lo que podría ser la perfección del mundo y del arte mismo, rompiendo quizá con esquemas habituales. Cuando el arte es un buen arte logra con sus representaciones, que el presente del mundo se tope con las fronteras de su autosuficiencia y se de cuenta de que necesita algo más que lo que cree tener (Jauss, 1972).

El arte está cambiando todo el tiempo, siempre hay un arte distinto por venir. Una de sus primeras razones para existir es que da al mundo las imágenes de sí mismo, para que influya en su actuar y llegue a cambiar los modos de explicarse algo, de buscar, de conocer. El arte como un ente independiente, observa, analiza, asienta, aprueba; es manifestación viva, sus obras son el arte mismo. En el arte se encuentra la propia experiencia del artista, al igual que en sus representaciones plasmadas sobre su obra; muestra la vida tal cual es en su realidad, así como las contradicciones en que se mueven los grupos humanos y cada individuo en su naturaleza única (Dallal, 1990).

Las obras de arte sólo existen ahí en donde son objeto de recepción ya que son susceptibles de ser interpretadas a través del tiempo. La recepción así, encierra un proceso abierto en el cual se plantean y corrigen nuestras propias experiencias. Estéticamente enfatiza lo que el arte tiene de historicidad y de

carácter público, debido a que pone en la posición central al individuo que percibe, así como el contexto en el que las obras en su modo concreto son percibidas o recibidas (Innerarity, en Jauss, 1972).

Al respecto, justamente el espectador le da valor y belleza a la obra de arte, y no es tan simple aplicar ciertas normas y criterios a toda obra (Sorell, 1987). Cada persona significa un mundo diferente, por lo tanto, a cada uno le puede conmover algo igualmente distinto, y las opiniones sobre una obra específica de arte pueden diferir entre sí.

Una tarea principal del arte es lograr en el hombre más conciencia con respecto a sí mismo y de los demás; de esa manera recibe la inspiración propia de los sentimientos nobles; hace que sus pensamientos se vuelvan más agudizados, y le sea posible tener perspectivas mucho más abiertas. Del arte se puede decir, mucho y haber muchas definiciones o críticas a ese respecto, pero quizá no son tan importantes ni persisten en nuestros pensamientos y emociones como cuando somos testigos de una realización del arte, una frase, una imagen, una fealdad que provoca asombro. Por otro lado, no está de más recordar que las artes generalmente tienen un desarrollo cuyo proceso se sale de la naturalidad de un crecimiento constante y lógico. Bajo la dialéctica de Hegel, parece necesario que, a la forma de arte que se nos ocurra, le hiciera falta su antítesis siempre que se mantenga a la altura de su misma expresión. Puede haber dos posibilidades para un artista: el cambio de los tiempos que lo provea de medios distintos que le sirvan para con ello crear expresiones con contenidos diferentes o bien, en una expresión de rebeldía de su espíritu hacia el mundo en el que vive, se atreve a forzar la creación de algo nuevo para su época. En fin, en el arte hay muchas perspectivas y posibilidades infinitas e impensables aún, que el ser humano puede encontrar para expresarse y expresar la creación. En esencia, el arte busca dar un significado diferente a lo que en la vida tiene ya un significado (Sorell, 1987).

Jauss dice que el goce que provoca y posibilita el arte, es en primera instancia, la experiencia sustancial de éste. La experiencia estética, el comportamiento o actitud que desencadena el arte, es gozar de la belleza, ya sea un tema de tragedia o de comedia, y que además genera a través de la conmoción trágica cierta disposición de ánimo con el que se logra comprender el comportamiento del ser humano.

Gracias a que en el siglo XVIII, surgió la idea de la sensación y la sensibilidad, se desprendió otro pensamiento: que el arte es una forma de expresar el mundo. Podría retomarse como una idea general de lo que significa el arte y del artista, diferente a la política y la filosofía (Aumont, 1998).

En general, el arte debe tener como camino no solo la imitación de la naturaleza, sino dirigir su objetivo a provocar determinados efectos ( lo cual es una de las características particulares del arte), pero más aún y más importante y vital es provocar un rompimiento con la cotidianidad (lo habitual), un apartarse de lo que nos es "normal", y familiar ("desfamiliarización") y que logre que el corazón salga "del espacio de adormecimiento en que lo dejan los objetos a los que esta acostumbrado" (Aumont, 1998, pág. 85).

## 2. 2 TEORÍAS ESTÉTICAS

El término "*estética*", es un término al cual es muy difícil encontrarle un único significado, pero generalmente tiene dos usos: el primero se aplica a lo bello, y el otro, se aplica al arte. Hay otro, una especie de continuación del último, es decir, cuando se refiere de manera singular a una "estética" de algo en particular, concerniente al arte o a un arte específico, esto es, estética de la pintura, de la música de la danza, etc., estéticas de lo clásico, lo romántico, lo moderno, etc. Todas en común dan una definición, regulan la forma de hacer un arte y la apreciación de éste.

Anterior a estos significados, la palabra "estética" era utilizada para referirse a "la sensación". Baumgarten utilizó e invento el término en un libro escrito entre 1750 y 1758 (Aumont, 1998).

Ahora bien, antes de que se creara este término, existieron muchos pensadores que hablaron de la belleza, aspecto importante para la Estética (Carrera, 1973) En la Edad Antigua, Hesíodo creía que había relación entre lo bello y el bien, pero había un punto que los diferenciaba; lo bueno tenía utilidad y lo bello no, y la belleza provenía de la mujer, mientras que para Homero se encontraba en la naturaleza.

La primera escuela que como tal sistematizó los problemas de la Estética fue Pitágoras, quien más que tener un pensamiento referente a las ideas estéticas, creyó necesario que se podía crear una manera de vivir cercana a lo hermoso (el comportamiento hermoso): su idea es que el Ser está en los

números y que el mundo es armonía en un nivel matemático, por eso alcanza la belleza.

En relación con las ideas de Sócrates, la Mayéutica (sistema de investigación y enseñanza) y la Kalokagathia (ideal griego de la perfecta personalidad humana) son las bases principales de su filosofía. La segunda, es un concepto prácticamente usado solo por los antiguos griegos, y liga a la belleza y el bien y los hace presentes en la "*personalidad del hombre*". Para Sócrates lo bello tiene utilidad, por lo tanto pertenece a lo bueno, incluso las cosas que pueden considerarse feas, si son útiles son también buenas; aunque este pensamiento difícilmente puede ser pensado para el arte, ya que en este no todo es siempre útil o busca alcanzar ese fin.

Para los filósofos de la Grecia Antigua la belleza natural estaba mucho más arriba que la belleza en el arte. Bayer (Carrera, 1973) hace una definición de las ideas de Platón cercanas a la idea de lo estético, aunque no menciona algo sobre el arte, si habla de la belleza, pero refiriéndose a una belleza superior. Este autor dice que para Platón lo bello es autónomo tanto en su esencia como en su fin. Es una estética que aún siendo objetiva permanece dentro de lo sensual y sensualista. Jerarquiza tres tipos de belleza: 1.- La de los cuerpos (en el Hippias): aunque dicha belleza es inferior, colocada junto con la salud, la fuerza y la riqueza, igualmente inferiores. 2.- La belleza de las almas: la que sufre una transformación para convertirse en virtud, y que por lo tanto, y por ello, es la belleza real y verdadera, que solo puede aparecer ahí, en la virtud. 3.- La belleza que solo pueden conocer los sabios: la belleza en sí misma. Posiblemente sea la que se relaciona con Dios, quien posee la belleza más alta y suprema, que es a su vez la idea que representa lo verdadero y el bien.

Aristóteles al igual que los anteriores, no tiene una estética propiamente definida. Pero en su Metafísica hace un estudio de las formas en las que se manifiesta el ser, el arte es una de esas manifestaciones. El arte imita a la naturaleza (Mimesis) y como consecuencia es tanto técnica como ciencia; y por otro lado, lo caracteriza como algo que da forma completa a la naturaleza que no está totalmente acabada sino inconclusa. El arte no está a un nivel más alto que la naturaleza, pues esta es capaz de crearlo todo.

Posteriormente, Plotino, retoma varias de las ideas de Sócrates, Platón y Aristóteles. Se interesa por la Estética en sus Tratados de lo bello y de la

belleza inteligible, Tratados de la multiplicidad y Tratados de las ideas y del bien. En sus ideas, Dios es la representación de la belleza, la cual sólo puede ser alcanzada a través de un acto místico que llega casi al grado de trance. De algún modo empieza a tocar el tema de la intuición como una forma de conocimiento ligado a la belleza, lo cual finalmente no deja de ser útil para el arte, aunque Plotino en realidad no se refería al arte en sí (Carrera, 1973)

En el pensamiento de la Edad Media, influenciado por el cristianismo, llegan a referirse a la Estética, pero en modo alguno aseguran que la belleza puede llegar a ser una "*fuentes de placer*". La cuestión estética tiene cabida pero solo éticamente hablando, con lo cual podría afirmarse que tanto el arte como la belleza estaban por completo al servicio de la religión. Por lo mismo, demerita lo que tenga relación con las valoraciones de lo que es el cuerpo y la sensualidad en el ser humano para dar valor únicamente al aspecto espiritual.

Un representante importante de esta época fue San Agustín, quién tenía el gusto por la armonía y la belleza; todo desembocaba en la idea de Dios, todo emana de El, y cualquier fuente se dirige a El, así que, si existe la belleza de las cosas es precisamente porque Dios las "produce". El arte por lo tanto es el máximo nivel de lo bello; puede entrar en el plano de la belleza, pero por su condición como creación de Dios, aunque producido a manos del ser humano, que finalmente es un ser que proviene de Dios.

Santo Tomás de Aquino, se concentra menos en la idea de Dios. Cree en que la forma puede ser autónoma. Tiene ideas en torno a cual puede ser el sentido que permite percibir la belleza. No deja de importarle la relación belleza-bien que siempre tiende hacia lo ético. Por otro lado concede mucho valor al aspecto racional como forma de acercarse a lo bello. Una particularidad de su pensamiento es que observa una característica especial en la belleza: su lado que tiene de desinterés, lo cual significa que carece de practicidad. Esta, es una característica verdaderamente esencial del arte, y que lo convierte en algo muy semejante a la práctica del juego. Bayer menciona que para Santo Tomás había tres características muy importantes para crear algo poseedor de belleza: la perfección (o integridad), la armonía (o proporción justa) y la claridad, aunque también agrega un elemento divino: el resplandor que sólo puede provenir de Dios.

A la siguiente época, del Renacimiento, pertenece Alberti (Carrera, 1973) quien da raíces al pensamiento estético de dicha época (precursor de Leonardo) y lo separa de la estética medieval. Su idea de la estética es la de la perfección de la forma (perfección formal). Es la primera característica para él importante en cuanto al arte y de lo cual el medioevo trato de alejarse por el temor de la relación con lo sensorial-sensual. Liga lo bello a la perfección formal. Según su concepción, la perfección no es en realidad Dios, sino la obra de arte como tal; totalmente opuesto al pensamiento medieval. El arte debe ser una creación que mantenga armonía y equilibrio al mismo tiempo, lo que no siempre esta en la naturaleza y que el hombre en su rol de artista le proporciona, debido al temperamento especial del que es dueño. De este modo Alberti, comienza a dar cuenta de otra característica importante del arte: su otra esencia que nace en lo emotivo (emotividad). Además, la obra de arte esta organizada de cierta forma y se somete a leyes que la organizan propiamente, lo cual permite y/o conduce a una definición también de la estética, y que se forma con un elemento vital, la imitación (Mimesis) y otro elemento que es ordenador, a cargo del hombre, su mente.

Es en esta época cuando el arte comienza a tomar vuelo propio, a volverse autónomo, es decir, aunque sigue siendo Dios el creador de la belleza, las ideas se vuelven más abstractas y despersonalizadas (Carrera, 1973).

Baumgarten, fue retomado posteriormente por Kant; quería demostrar que había relación entre el arte, lo bello y la sensibilidad humana. Introduce precisamente el término "sensibilidad", el cual fue tema principal de debate filosófico del siglo XVIII; esto durante una época crítica de la Ilustración que va de Descartes a Kant.

Descartes da existencia paralela a dos tipos de pensamiento en el espíritu: "las ideas claras y distintas" y las sensaciones (también las pasiones) que define como percepciones confusas y oscuras; es decir, las ideas forman parte del pensamiento, mientras que las sensaciones son el resultado o el punto de encuentro entre el individuo y el mundo objetivo. Para Descartes, como para sus sucesores, es dudosa porque no es clara, cuestiona lo que los sentidos nos dicen sobre el mundo, porque lo que nos dicen puede llegar a ser erróneo, por lo cual se busca una manera filosófica con un principio de corrección. Para ello Descartes utiliza, la "duda metódica".

La dualidad ideas-sensaciones ha existido siempre. Los "empiristas" ingleses por ejemplo, están en posición contraria a la del dominio de las ideas. David Hume escribía haciendo una división entre las percepciones del espíritu, de dos clases diferentes por sus grados de fuerza y vivacidad. Los pensamientos o las ideas se clasifican como menos fuertes y vivaces. Las otras, a las que llama "impresiones", son las percepciones más vivas en los momentos en que oímos, vemos, tocamos, amamos odiamos, deseamos, y queremos.

Este pensamiento da entonces más importancia a la experiencia sensible, al relacionarnos con el mundo real, y minoriza el de las ideas. Sea que unos filósofos apoyen una u otra tendencia, la de las ideas o la de las sensaciones, desde Descartes a Kant existe esa dualidad.

Retomando a Baumgarten, con respecto a la sensación, esta tiene que ver con la belleza, pero no como cualidad de una cosa sino como forma de intuición sensible, la sensibilidad que es propia del ser humano. Se puede conocer al mundo a través de lo intuitivo, así como se da el conocimiento por la razón. La belleza es exactamente igual a la verdad. La sensación es igual en importancia que la razón, esto es, la capacidad que hay de sentir la belleza, tiene el mismo valor que la capacidad para lograr el conocimiento de lo verdadero. En esto, la intuición de lo bello, tanto en Baumgarten como en los empiristas, es superior a la razón porque es más inmediata (en lo cual insistió también el romanticismo). Por ello para demostrar el valor de la intuición de lo bello dice:

*"Se puede ser un gran general, gran legislador, sin ninguna sensibilidad. Pero en las bellas artes, llamadas así porque procuran el placer por medio de lo bello, hace falta un alma, incluso para imitar los objetos más fríos"*

(Carrera, 1973, pág. 64).

Esta última idea es sumamente importante ya que ha perdurado en el tiempo. La relación sensible que tenemos con el mundo es similar a la racionalización, una capacidad humana, y la completa o complementa, o incluso da posibilidad a su existencia; es un pensamiento alrededor del cual se mueve buena parte de la reflexión de la filosofía y de la ciencia del siglo XX.

En cuanto a la fenomenología, es uno de sus fundamentos principales, el cual significa que no hay pensamiento si no es gracias al *ser-en-el-mundo*. Nuestras percepciones y sensaciones son manifestaciones de nuestro ser en el mundo. Esto lo prueban la fisiología, la medicina, la psicología, para las cuales es muy relevante la sensación para el pensamiento, así como la importancia del mismo cuerpo que da lugar a dichas sensaciones (Aumont, 1998).

La Estética Moderna inicia en el siglo XVIII, ubicada en Alemania. Enfocan a la estética hacia la afectividad y el sentimiento, y ven que en la cuestión estética más que haber un conocimiento, el arte implica en gran medida una reacción que se refiere a lo afectivo.

Kant, tiene en sus ideas una gran influencia para el pensamiento de nuestro tiempo, con respecto a lo estético y lo bello. Fundamentalmente en lo estético sobresale el desinterés, lo bello es lo que tiene la capacidad o característica para agradar universalmente y sin ninguna conceptualización. Para Kant el placer y lo bello son independientes de cualquier interés. El placer puede también, ser vivido por los animales, pero la belleza solo la vive el ser humano. Uno de sus pensamientos fundamentales es que lo bello tiene un carácter personal, es autónomo y junto con lo verdadero y lo bueno forman la trinidad ideal correspondiente también a tres modos de actividad humana: el sentimiento, el entendimiento y la voluntad.

Kant es quien primeramente menciona, el sentimiento y la afectividad como parte del hombre, que tiene un papel independiente y es mediador entre la razón y la voluntad, términos por demás aceptados. De esta forma logra aclarar la idea que venía formándose tiempo atrás, la del aspecto afectivo del hombre, identificándolo así con la belleza y el arte.

Otro autor, Taine, hacia énfasis en lo que podría ser determinante en la creación de las obras de arte. Se puede conocer la naturaleza de una obra de arte, conociendo el ambiente moral en el que fue creada, es decir, el espíritu y las costumbres están marcados por el ambiente moral de determinada época, que a su vez determina a la obra, de ahí nace su naturaleza, hay estrecho apego entre un artista y la época en la que vive.

En el siglo XIX surge Schiller, su obra además de estética es sociológica. Cree que los sentidos y la razón pueden dar lugar a un equilibrio, pues apegados a solo vivir de los sentidos significaría que solo conoceríamos las leyes que hay en la

naturaleza, pero. si nos desarrolláramos únicamente con la razón, la naturaleza desaparecería para nosotros. Por ello, el juego sería el punto de enlace entre estos dos, puesto que no es inferior como actividad humana, al contrario, es lo que lo realiza en el punto más alto. Si el hombre no juega, deja de ser un hombre entero, porque en el juego puede realizarse tanto con la razón y sus sentidos como con su afectividad.

Otro de los pensadores principales es Hegel, que tiene interesantes concepciones sobre el arte; a este lo coloca en un punto realmente elevado respecto al quehacer humano; como tal, es sumamente importante en el sistema que forma a la cultura. Al arte lo definen las ideas y es además: "manifestación o apariencia sensible de la Idea" (Carrera, 1973, pág. 74), Para él la belleza que hay en el arte nace gracias al espíritu, puesto que lo bello necesita de la libertad, que es una cualidad propia solo del espíritu del hombre. El arte es igual que la filosofía y la religión porque de algún modo expresa la divinidad y manifiesta en sensibilidad el "*espíritu absoluto*". No hay lugar en donde el interés más enraizado de un hombre y su parte espiritual son mejor manifestados, que en el arte. Su concepción pues, del arte se concentra en tres aspectos: 1.- La obra de arte es de creación solo humana, producto de su esfuerzo y no producto de la naturaleza. 2.- La obra de arte se crea para los sentidos del hombre. 3.- Las obras de arte se caracterizan por su fin en sí mismas.

Tolstoi, es otro autor que revela puntos de vista diferentes con respecto al arte. Se opone a las estéticas de Schiller respecto al juego, tanto como a los formalismos. Por ello no cree en el fin en sí mismo del arte, más bien, como el anteriormente mencionado, Taine, busca su causa en el ambiente exterior. Separa a lo bello del arte y cree que la belleza y el placer son solo una especie de accesorios del arte, y no tienen más relevancia; es decir, que una obra de arte cause placer, no define al arte verdadero, sino el papel que juega en la existencia de la humanidad. El arte para él sirve como medio de comunicación entre los hombres. El arte implica no solo placer o una forma de entretenimiento, es algo más, es "*un órgano vital de la humanidad*" (Carrera, 1973, pág. 76).

Con todo, en la estética, la idea del placer ha sido pues, ampliamente aceptada. Placer indica una sensación, que se entiende como aquello que es factible de ser percibido y leído por la mente. Para saber acerca del placer, de lo que realmente puede significar, no es necesario describirlo verbalmente, ya

que dicha palabra se refiere a algo simple que no puede ser analizado y que la única forma de conocerlo es únicamente en el sentir a través de la experiencia vivencial (Charlton, 1976).

Aumont (1998) dice respecto al *placer estético*, que a lo sensible pertenece el sentido, la percepción, y la sensorialidad; aunque, también el pensamiento, en la utilidad, el efecto o el valor que tiene la sensación. Las sensaciones nos ayudan en cuanto a hacernos de un cierto conocimiento del mundo, que se acumulan en experiencias, que pueden repetirse y que al mismo tiempo permiten ver lo que hay detrás del mundo y ofrece algo distinto a lo que ofrece la razón: placer, gusto y gracia. Involucra un sentimiento; una obra simplemente puede agradarnos o no, sentimos placer por ella, o no; muchos "*juicios estéticos*", no se basan más que en el gusto o la impresión inicial que una obra nos suscita, y puede ser simpatía o empatía. Es decir, en el placer, no hay ningún tipo de argumentación, solo sentimiento ("*simpatía, antipatía*"). Frente a una obra, está bien no negarse a la reacción que provoca un sentimiento, pero propone no quedarse únicamente en la cuestión del placer de los sentidos, como único objetivo del arte sino que el intelecto tiene que ser un mediador. Menciona en la música, por ejemplo, un Beethoven o un Mozart que son capaces de hacer sentir el placer por una vía realmente sencilla y sin atajos, que puede ser incluso ingenua, y que se agrupa en un orden perteneciente tanto al cuerpo como al espíritu; contrariamente, hay música que también puede conducir a un placer no del que estremece el cuerpo, sino de tipo intelectual.

Respecto a que *la sensación es una vía de acceso al mundo*, Aumont indica que el arte es un vehículo del artista para develar la existencia del ser humano en el.

*"A las regiones del ser solo se puede acceder mediante una reflexión sobre el ser en el mundo, el estar inmerso en el mundo, el existir. El arte, verdad de lo sensible, parte de esa situación concreta del artista en el mundo, que medita sobre la actividad artística como conocimiento del ser del mundo"*

(Aumont, 1998, pág. 78).

En lo que toca al pensamiento, ocurre incluso cuando estamos solos con nosotros mismos, y al contrario del arte, para expresarlo es necesario estar en compañía de los demás y con el mundo en toda la extensión de la palabra.

En cuanto al *juicio de gusto como intuición*, cabe mencionar primero que, cuando la estética se volvió importante, se constituyó a partir del valor que se dio al placer, amén de que en el momento que aparece, está comenzando el capitalismo, el cual logra una transformación industrial; el nacimiento de la estética se debió a la relevancia que se dio al placer y que surgió del contacto con el espectáculo que significa el arte, con la naturaleza, con lo bello, lo expresivo, incluso con la fealdad que en algún momento puede ser expresiva; ese placer brotaba de algo más espiritual y noble, también innato y socializado: el gusto. Dicha palabra tiene una connotación subjetiva, porque el gusto varía de persona a persona, es un término principal que permite gran parte de la base y la justificación de la estética.

*"Me gusta, no me gusta: esto no tiene ninguna importancia para nadie; esto, aparentemente, no tiene sentido, Y sin embargo todo esto quiere decir: mi cuerpo no es el mismo que el vuestro... Aquí comienza la intimidación del cuerpo que obliga al otro a soportarme con tolerancia, a permanecer en silencio y en actitud cortés ante goces o rechazos que no comparte"*

(Barthes; Aumont, 1998).

Nos permitimos a todas horas el ejercicio del gusto, y en esas opiniones desinteresadas, decimos algo que compete tanto a los otros como al mundo.

En el gusto es imposible sobrepasar lo individual y los caprichos que surgen de él, y que de alguna forma regula la relación que tenemos con el mundo y su gente. Este hecho es y ha sido reconocido tiempo ha, por las éticas y las estéticas en dos sentidos distintos y hasta contradictorios u opuestos: a) La intuición que nace del juicio del gusto, conlleva e indica la relación existente con el mundo, b) El gusto ya no es tan personal y tan subjetivo, ya que de algún modo también se hace posible a partir de la influencia de la regulación del orden social, que el sujeto no puede controlar, es decir, nuestro "gustar", es también influencia y consecuencia de los demás y de la sociedad en sí; en cierta medida "nuestros " gustos no son tan radicalmente "nuestros".

Inicialmente, la palabra "*gusto*" se uso para llamar así a uno de los cinco sentidos, pero existen otras significaciones:

- La capacidad de los alimentos para estimular el gusto.
- Señala el placer que nace al probar algo o el deseo de hacerlo.
- Como metáfora, "gusto" da cuenta de la capacidad de "degustar" algo que no son los alimentos y los sabores, poniendo en circulación un órgano del gusto, pero en sentido abstracto, por ejemplo, gustar de una obra de arte, del espíritu, la pintura de un paisaje, aunque su origen sea la naturaleza.

Expresar un juicio de gusto significa también, la expresión de uno mismo, pero con la idea posible de que aquello que se juzga es dueño de la capacidad para provocar nuestras emociones, y que tienen una especie de "*sabor*", que lleva a ese "gustar". El juicio de gusto nos posibilita a tener participación en lo estético, en lo cual interviene la sensibilidad; esto quiere decir, que el juicio de gusto permite que participemos en aquello que "probamos" o degustamos. Por ello es que, el juicio estético tiene su valor más que en encontrar las cualidades de los objetos u obras de arte, en denotar las cualidades que implica nuestra propia intuición. Cada persona tiene la capacidad o facilidad de hacer su propia construcción de un gusto personal, así mismo, sistematizarlo aunque sea de la manera más rudimentaria, como el "*me gusta, no me gusta*" de Barthes.

Según Jauss (1972), el concepto de la experiencia estética del goce se expone a ser catalogado como algo insustancial, o el resultado de la satisfacción de la necesidad del consumismo o de la simple distracción. Pero tiene otros significados más antiguos: "*tener uso o provecho de una cosa*", "*alegrarse de una cosa*", en la poesía religiosa gozar significaba "*participar en Dios*". Con Goethe en el Fausto, goce se amplía a todos los niveles de experiencia, al anhelo de conocimiento más alto (el goce vital de la persona, el goce de la acción, el goce consciente y el goce de la creación). Goce era un modo de apropiarse del mundo, y también, una forma de autoconciencia, con lo cual obtuvo valor la importancia de estar vinculado con el arte. Posteriormente, nace la idea de que la experiencia estética solo es genuina, si se deja atrás cualquier placer y después se busca la reflexión estética. Al respecto, Theodor W. Adorno es uno de los críticos más importantes con respecto a la experiencia placentera y dice que el individuo que busca en una

obra de arte, el placer, es, como consecuencia, banal. Esto se dio como respuesta contra la idea de que el placer artístico era un modo burgués que se oponía a la espiritualización del arte, y que serviría como base de la industria de la cultura que esta en función de los intereses de los dominantes. De esta manera el arte ascético y la estética de la negatividad, toman lugar a partir de su postura de oposición al arte de consumo que generan los medios de masas. Aún así, Adorno, como precursor de la estética de la negatividad, reconoce que si se borrara toda huella placentera, no se podría responder al para qué, de la existencia de las obras de arte.

Para Jauss, en la experiencia estética, el goce estético es diferente al simple placer de los sentidos, en lo cual están de acuerdo casi todas las teorías estéticas, desde Kant con la "satisfacción desinteresada", debida al distanciamiento entre el yo y el objeto. Quien es contemplador se desvincula de lo cotidiano usando como instrumento "lo imaginario", lo cual no se define como un objeto sino, según Jean-Paul Sartre como un "*acto de distanciamiento y formalización de la conciencia representativa*" (Jauss, 1972, pág. 40).

La conciencia imaginativa niega el mundo de los objetos, con lo que obtiene la posibilidad de crear autónomamente, por medio de signos estéticos del texto que se comunica por la palabra, u óptica o musicalmente, sonidos, imágenes, etc.; separa al ser humano también de costumbres e intereses y como consecuencia lo libera de sus vivencias cotidianas, lo cual le permite vivir otras experiencias.

A través de la experiencia estética es que se da la liberación en tres niveles: el primero, *la conciencia productiva*: en donde el mundo es en sí mismo la obra; el segundo, *la conciencia receptiva*: que da la posibilidad de percibir el mundo de modo distinto; y tercero, *el juicio que exige la obra*: las normas utilizadas que necesitan ser determinadas, con lo cual la subjetividad permite la entrada de la experiencia intersubjetiva.

En relación a estos tres puntos, hay tres conceptos protagonistas de la tradición estética: *poiesis*, *aisthesis* y *catharsis*.

*POIESIS*: se centra en la experiencia estética en la que el ser humano, por medio de la producción de arte, satisface la importante necesidad de reconocer en el mundo su casa, el lugar que habita, quitando al mundo lo que se encuentra en el de extraño, apropiándose de el, con lo que al mismo tiempo

obtiene una forma de conocimiento que no es conceptual como el de la ciencia ni propia del de la práctica del oficio mecánico.

La capacidad poética es un mediador entre la razón teórica (conocimiento conceptual) y lo práctico. La actividad artística lleva en sí misma su propio conocimiento, un conocimiento que se lleva a cabo en el hacer.

Jauss cita a Paul Valery, quien dice que el objeto, resultado del hacer tiene una "*apariencia de perfección*". Lo que al espectador le parece la forma perfecta o la proporcionalidad de la forma en el contenido, para el artista es solo uno de los posibles desenlaces de una tarea infinita. Por eso el espectador tampoco debe recibir lo bello simplemente como el ideal platónico de la pacífica contemplación, sino que se ha de introducir en aquello que la obra despierta en él, para de ese modo hacer uso de su libertad frente a la obra que tiene frente a sí.

*AISTHESIS*: Se refiere al hecho de que una obra de arte puede tener la capacidad de renovar nuestra percepción respecto del mundo y de las cosas, y que se vuelven parte de la costumbre, de la repetición. En este caso, esta el pensamiento intuitivo como opuesto al conocimiento conceptual que es tradicionalmente mas aceptado.

En cuanto al concepto *Aisthesis*, encontramos a algunos autores con ideas semejantes. La teoría de Fiedler, sobre el "*arte como pura visibilidad*", que se explica en la idea o el convencimiento de que el hombre alcanza el dominio del espíritu, no solo conceptualmente, sino por medio de la intuición. Esto significa que existe una forma de ver que esta libre de un saber preexistente; el "*principio del ver autónomo*" -opuesto a propósito del platonismo que separa el conocimiento del acto artístico- no tiene que ver con la imitación de la naturaleza (Mimesis), ni con reconocer lo ya conocido (Anamnesis). Es, mejor dicho, una idea que surge de la desconceptualización del mundo.

Para Valery, la función cognoscitiva inherente a la percepción estética se traduce en un proceso de aprendizaje. La percepción nos deja ver solo lo que esperamos, pero una obra de arte puede brindarnos la enseñanza de que podemos ver mucho más allá de lo que en apariencia vemos. La percepción estética en dicho caso no necesitaría alguna "*capacidad especial de intuición*", sino, por medio del arte, nuestro propio mirar se liberaría de ideas o conceptos previos, es decir de lo que llamamos hábitos, lo cual, como dice Valery,

construye límites alrededor de nuestra percepción. En Valery y Fiedler el *"principio de la pura mirada"* niega el mundo de los conceptos y sus significados conocidos; de este modo, es posible que el conocimiento respecto al mundo de lo sensible, se haga más extenso, y pueda estar abierto a la percepción estética con todos sus múltiples significados.

La experiencia estética, en cuanto a la llamada *Aisthesis*, sugiere:

*"una tarea contra el mundo de la vida cada vez más instrumentalizado que no se había planteado hasta ahora en la historia de las artes: oponer a la experiencia atrofiada y el lenguaje servil de la sociedad de consumo, una función crítica y creativa de la percepción estética, y, a la vista de la pluralidad de funciones sociales y de las versiones científicas del mundo, hacer presente el horizonte del mundo común a todos y que el arte puede visualizar como un todo posible y realizable"*

(Jauss, 1972, pág. 73).

**CATHARSIS:** La tercera de las experiencias estéticas fundamentales. Es aquella en la que la persona que contempla, es decir, el contemplador, en el momento de ser receptor del arte, es liberado de la actividad del mundo práctico por medio de la satisfacción estética y es llevado a la identificación comunicativa que orienta a su vez al cumplimiento de una acción.

La estética de la negatividad busca liberar al placer que surge por el arte, de cualquier tipo de identificación emocional y llevar al pensamiento estético reflexivo, a la percepción sensibilizada y a la conciencia liberada. Sería pues una liberación que el espectador dejara de identificarse con lo representado, así que, sentir admiración, compasión, estremecerse, emocionarse, reír, son hechos considerados banales, por la estética de la negación. Opuesto a este concepto, el arte tiene la capacidad -a través de dichas identificaciones por la reflexión que puede suscitar y otros efectos- de conducir a determinadas "normas de acción". Mantiene un espacio abierto en el que el ser humano puede jugar con su libertad.

La catharsis pasa a formar parte esencial de la experiencia estética y explica porque la mediación de normas sociales a través de las imágenes que brinda el arte, genera la posibilidad de lograr un distanciamiento ante el imperativo de las leyes sociales y la influencia de las instituciones. Así, crea un

lugar en el que hay la oportunidad de jugar en la libertad, es decir, se da una experiencia de comunicación, antecedida por la experiencia que libera al espectador de los objetos reales del mundo con ayuda de la imaginación. En la medida en que el espectador de una tragedia niega los intereses reales de su mundo y adquiere la *"instalación estética"* para la acción de la tragedia, se ponen en juego, según Aristóteles, la compasión y el temor, las condiciones de identificación de espectador y héroe. La catharsis como antítesis del mundo práctico no contradice en absoluto la identificación estética, sino que más bien la presupone en tanto que marco de despliegue comunicativo de la conciencia imaginativa. La identificación emocional del espectador con el "héroe" como espacio comunicativo puede tramitar modos de comportamiento, configurarlos nuevamente o quebrar normas acostumbradas en beneficio de nuevas orientaciones para la acción. Pero el espectador también puede encontrar un placer puramente individual en la liberación solitaria del sentimiento, o quedarse en el mero placer del espectáculo. El espectador liberado por el "placer en los objetos trágicos", puede -más allá de la mera identificación, la cual puede llegar a ser enajenación- hacerse consciente de eso y después liberarse.

### 2.3. EL ARTISTA COMO CREADOR.

*"La función del artista es por siempre ser la voz y la conciencia de su tiempo"*

(José Limón, bailarín y coreógrafo).

Aumont (1998) se refiere a la filosofía crítica de Kant, que lo llevó a la fundación de la estética y cuya remodelación condujo a colocar en primer lugar al sujeto, como destinatario y receptor de la obra de arte, así como, de sujeto "hacedor", productor de arte que obedece a las reglas que el mismo artista como "genio" dicta para sí mismo. Existe, precisamente, esta idea de que el artista es un genio, aquel ser que posee una inmensa fuerza interior, más allá de sí mismo; hay demasiados artistas del siglo XX (los "artistas malditos") en quienes se asocia la creatividad con la falta de reglas, la infelicidad y la inadaptación social. Un ser del que se enfatiza, se exagera, y se le da un poder que viene de lo divino. Esta es la descripción de un artista del romanticismo: aquel que es un vidente, que se

inspira, que puede conformarse con ver a su alrededor, pero que alcanza a descifrar mucho más que la apariencia. Posee una inspiración que le da el permiso de entrar o llegar al encuentro con una *"verdad esencialmente religiosa del mundo"*.

En cuanto a la inspiración que necesita un artista para crear, puede ser simplemente algo que sucede, decía Nietzsche: *"Uno debe aceptarla sin preguntar de donde viene."* A lo que podría contestar Martin Buber: *"Quizá uno no debería preguntar, pero por lo menos debería de decir ¡gracias!"* (Sorell, 1987). Así es, la inspiración es algo que simple y llanamente sucede, pero que puede ser provocado por lo externo: ver, escuchar, sentir, oler, gustar algo, vivir en el mundo y observar la realidad humana.

En lo que hace referencia a una intencionalidad en el arte, evidentemente, el arte, en su forma de actividad puede iniciarse a partir de determinada premeditación, el pensamiento reflexivo anterior a la acción creacional, que posteriormente implicara una toma de decisión en relación a llevar a cabo el acto de crear. En todo arte encontramos que nace de una intención artística especial, el artista decide que quiere representar y porqué.

La intencionalidad puede nacer desde el momento en el que se es ignorante de algo, el conocimiento es mínimo y hay una espera de algo que no se sabe que es. Bresson (Aumont, 1998) lo llama "improvisación", el artista a propósito se pone a sí mismo y se quiere o necesita ignorante y curioso, llegando casi a la exageración, pero aún en esos estados esta consciente de *"ver"* aquello que necesita para poner en su obra; de esta manera es como el artista de algún modo, puede encontrar lo que necesita para su obra, y no siempre es necesario dirigirse hacia una búsqueda, que también es posible. En ese encontrar se sabe qué se quiere y qué no, son los simples *"golpes de vista"*, la primer mirada que le hará saber hacia donde ir y hacia donde no. El aspecto racional tendrá cabida después, cuando posiblemente el razonamiento tenga que aprobar esos primeros vistazos. El desarrollo creativo tiene algunas cualidades primordiales, como estos golpes de vista y la capacidad intelectual para encontrar la relación entre los datos observados o *"datos sensibles"*. En el acto de crear no hay deformación o invención del mundo, de sus personas y sus objetos, más bien dicho, lo que sí existe y se trata de lograr, es una nueva conexión entre las personas y las cosas así como existen en el mundo.

El creador es concebido como alguien, no que extrae de sí mismo una obra (de su propia imaginación, de su experiencia, de su memoria), sino como testigo que tiene la idea de un acontecimiento, lo organiza y luego lo registra como existe, a partir de ese momento, independientemente de él.

Solo puede haber intención artística si el arte es socialmente identificable, además, si la forma que adopta la intencionalidad depende de la concepción socialmente determinada del arte. El artista clásico tiene como intención artística la imitación de la naturaleza bella, y de ese modo se afirma como artista a través de la creación; la intención artística del artista romántico se relaciona con la expresión que de verdadero tiene el mundo, o la simple intención de ser partícipe de la naturaleza; claro que hay intenciones mucho más específicas como tener la idea de hacer una obra que contenga en sí misma la belleza, crear algo cuyo interés exclusivo sea lo novedoso, diferente, original, etc.; aunque dichas intenciones solo lo serán si sus valores forman parte de lo que en su momento se piensa o se acepta como arte.

El artista se desenvuelve en un campo ideológico, por lo tanto, el arte mismo también existe ahí y es el individuo responsable del hacer. Es el autor de una obra de arte original o no, pone su firma en su obra, no para decir que es suya, sino para hacerse responsable de ella.

El ideal modernista, en el que se busca la expresión que nace del artista, lo que le es propio, se extendió a todas las artes, incluso, socialmente, por ejemplo, en la educación, en donde adquiere importancia que el individuo se exprese a sí mismo. Posteriormente, en el postmodernismo, la idea de la autoexpresión por el arte queda atrás para dar lugar a la responsabilidad del artista; este, es alguien que se vive con la libertad para decidir con respecto a lo que será "su" manera de hacer arte; es además, una obligación practicarse (y ejercerse) en esa libertad, que por otro lado, puede llegar a ser una libertad que atemorice, porque, ¿qué hacer?, la pregunta refiere al uso de la propia voluntad, en donde se puede decidir que se quiere hacer, lo cual, no siempre es fácil de definir

Pauline Koner (Blom, 1996) en cuanto a la misión del artista, menciona que es necesario que el artista no solo se enfrasque en mostrar las características de su época, de esa manera no está haciendo lo que es su deber: convertirse en un catalizador de la sociedad. Debe trascender lo que hay en su momento,

es decir, lo aparente, preguntarse de que manera puede enfrentarlo, y con ello, alcanzar una forma de vida más significativa. La obra del artista puede también implicar puntos de vista respecto a una problemática y dar a la sociedad otras posibilidades de reflexión y análisis.

Kandinsky (1994), se refiere a la *necesidad interior*, aquella que en general el ser humano tiende a negar, ya que comúnmente se conduce hacia lo externo. La necesidad interior es un principio que implica una manera en la que el artista se puede conectar más adecuadamente con otro ser humano a través de lo que crea, comunicándose así, no con el exterior del espectador, sino con su alma. La determinan tres necesidades que el autor llama “*místicas*”:

- el artista cuando crea, se expresa a sí mismo, mediante formas con las que espiritualmente encuentra afinidad, esto se relaciona con su propia personalidad (Personal-subjetivo).
- El artista expresa lo que sucede en su época (estilo, lenguaje). (Temporal-subjetivo).
- El artista sirve al arte para expresar lo que pertenece al arte como tal, y que permanece a través de los años, que no tiene espacio ni tiempo, puede ser eterno (Se manifiesta con apoyo de lo subjetivo y se hace un elemento objetivo latente).

En el principio de la necesidad interior, no puede haber ningún tipo de limitación (como el retomar elementos únicamente de la naturaleza); es posible la expresión por medio del uso de cualquier forma, siempre fundamentado en el aspecto interior actual, pero sin permitir la influencia de las limitantes provenientes del exterior, no dando cuenta únicamente de lo ya reconocido en el arte y no siendo fácil seguidor de las enseñanzas y necesidades de su época. Su único deber es ir hacia su interior y la vida que surge de éste, y ser capaz sólo de escuchar su necesidad interior, de esa forma es posible que pueda utilizar con mayor libertad los medios que le son permitidos y los que no. Es por eso que, la necesidad interior se tiene que valer de un número inconmensurable de formas de expresión.

*“Todos los medios son sagrados, si son interiormente necesarios, y todos son sacrílegos si no brotan de la fuente de la necesidad interior”*

(Kandinsky, 1994, pág. 63)

En el arte, lo primero es la práctica y después la teoría. El arte se vale de la intuición del artista, lo que en verdad se puede nombrar artístico se logra a través de esta, con mayor razón cuando comienza algo nuevo, por medio de ella es posible que se de el acto de crear. La libertad que logre tener el artista depende de hasta donde llegue su intuición, para ello es necesario cultivarla, desarrollarla, o simplemente hacer uso de ella.

El arte y el alma del ser humano están eternamente conectados, el lenguaje del arte es el que con más facilidad puede entender el alma humana. El artista como tal tiene tareas que cumplir en pro del arte y consigo mismo, debe dejar de sentirse una especie de “dueño” de los destinos del arte, y en cambio servir a las intenciones o propósitos más elevados de éste, por lo cual sus deberes como artista tienen que ser *“precisos, grandes y sagrados”*. Para esto, necesita educarse en ese sentido, ir a lo más profundo de su alma, tenerle cuidados, ser capaz de desarrollarla, para que el talento que se observe en el exterior sea una expresión de algo que existe en el interior. El artista tiene una sola posibilidad que es, la de tener la capacidad para expresar algo, porque entre sus principales deberes no está el dominio de las formas, sino adecuar éstas a los significados o contenidos de las obras, es decir, a lo que se quiere decir. El verdadero artista no puede gozar de ningún privilegio, en todo caso, es responsable de muchos deberes como tal, porque cualquiera de sus acciones, pensamientos o sentimientos forman parte de sus obras artísticas. Tiene como responsabilidades, el hecho de que debe dar de sí mismo a cambio del talento recibido; en lo que toca a sus actos, sentimientos y pensamientos y al igual que sucede con todo ser humano, van a darle forma a la *“atmósfera espiritual”*, ya sea, aclarándola o, enfermándola; actos, pensamientos o sentimientos como materia prima de lo que crea, son también, elementos útiles para esa misma atmósfera.

El artista como buscador de la belleza, debe buscarla basándose, no sólo en su cualidad de lo bello, sino que tenga un valor interior. Lo bello existe sólo cuando nace de la necesidad interior.

*“No hay nada sobre la tierra que tienda con tanta fuerza a la belleza y se embellezca con mayor facilidad que el alma...Por eso muy pocas almas resisten en la tierra a un alma que se entregue a la belleza.*

(Maeterlink; kandinsky, 1994, pág. 109).

En general, las artes tienen la capacidad de retomar elementos unas de otras (Kandinsky, 1994), en el momento en que el artista toma conciencia de los elementos que le es necesario utilizar, lo obliga también a compararlos con los de otras artes, así como usarlos, adaptándolos a su modo artístico; la música, por ejemplo, es por excelencia, el arte que con más exactitud a podido utilizar sus medios particulares para que el artista pueda expresarse interiormente.

En otro aspecto y para finalizar, cabe mencionar lo que Jauss (1972), dice respecto a lo que significa trabajar y disfrutar: socialmente, se definen como opuestos y pone el ejemplo del investigador de arte del que se puede tener el concepto de una persona extraña que tiene un modo de vida de holgazán, que se dedica a su ocupación primordial, y al que además, le pagan por hacer algo que los integrantes buenos y trabajadores de la sociedad solo tienen posibilidad de disfrutar en su tiempo libre, (nada más lejos de la idea que se tiene del arte y del artista). Un día a Leo Spritzer (fundador de la estilística) un amigo lo encontró trabajando en su escritorio y le pregunto: "¿Estas trabajando?", a lo cual contesta: "¿Trabajar? No, ¡yo disfruto!". En esta oposición se interesa el autor: el goce que provoca y posibilita el arte, es en primera instancia, la experiencia sustancial de este.

#### 2.4. LAS ARTES ESCÉNICAS: TEATRO, MUSICA, Y DANZA.

El teatro, al igual que la danza implican la expresión corporal, el cuerpo se convierte en un instrumento. Este es un medio de comunicación, muy rápido de descifrar, el mejor ejemplo es observar las acciones de un animal, el modo en que se expresa corporalmente, indica que lo hace obedeciendo únicamente a sus necesidades vitales, a impulsos de los que depende su sobrevivencia, la vida o la muerte; los movimientos que realiza son solo los indispensables, para mostrar un cambio de intención, son precisos, están en un estado de alerta, contienen una energía (estado de tensión) y después la liberan para lograr la meta deseada; su mirada esta fija en el punto y el lugar exacto, sin distracción, y lo más importante, es que no dudan, (en un escenario, el bailarín- actor no puede tener tampoco dudas), su cuerpo es decidido, y seguro de la tarea que va a realizar, porque conoce y siente su necesidad. A partir de esa observación

es que han nacido técnicas para formar el lenguaje escénico, en la danza o el teatro, a través de un entrenamiento específico. Esto quiere decir que en el cuerpo hay una gama de impulsos que sirven para la representación escénica. Esto es, el impulso se entiende como un estímulo nervioso que guía a realizar determinada acción con el fin de satisfacer una necesidad que puede ser de tipo biológico, mental, o emocional. Así, también la emoción tanto en la danza como en el teatro, es una característica que tiene que ser visible para ser entendida por el observador, quien a través de las acciones concretas del bailarín-actor, puede más fácilmente recibir dichos estímulos para a su vez vivir una reacción afectiva, como respuesta. En el teatro, más claramente que en la danza, se maneja el uso de las acciones para provocar una reacción de tipo corporal que después se convertirá o manifestará en emoción. La reacción es algo que nace desde dentro del cuerpo. La vida afectiva, nuestras emociones, son por un lado físicas, y por otro, racionales. Un actor para hacer su trabajo, busca en su propia vida, en su cuerpo-memoria, el cuerpo tiene recuerdos de sus propias reacciones ante los sucesos de la vida, el actor de ellos se aferra. El artista, actor, bailarín, músico, tiene que vivirse y alcanzar un estado de excitación, en el que su sistema nervioso este enteramente comprometido, para que de esa manera, sea factible que sus espectadores sientan la misma experiencia; la gestualidad propia del hombre, es signo de sus reacciones y de sus intenciones, las cuales llevan a una lectura mucho mas fácil de su hacer.

El ser humano es una unidad integral, se manejan en el, tres grados de operatividad: la del cuerpo (instinto también), la emocional y la intelectual. En cualquier tipo de acto creativo o forma de expresión deben considerarse sin excepción.

En alguna forma, el trabajo del bailarín-actor implica vivir el mismo acto de supervivencia de una animal que interacciona con la naturaleza; para sobrevivir en el escenario, es necesario saber cual es el propósito de nuestra presencia ahí, cual es la necesidad vital que exige en el momento una danza o un acto teatral, para que el espectador pueda descifrarlo con más claridad. También implica que el artista debe tener un cierto dominio de quienes reciben "su hacer" en el escenario, a través de su presencia, por medio del manejo de su propia energía interior, lo cual, no es fácil lograr, y sólo lo propicia una experiencia continúa en el escenario (Cardona, 1993).

Personalmente, creo que en la expresión de las artes, en el trabajo del artista propiamente, lo importante es autotrascenderse, olvidarse de sí mismo, para así dejar que lo que del interior quiere salir, salga, sin ser enjuiciado ni criticado por uno mismo, quitar la propia mirada, la inhibición que dice: "esto no debes hacerlo". Sorell (1987) se refiere a Alwin Nikolais, un coreógrafo de los años setentas, para quien la principal preocupación no era que sus bailarines tuvieran una especial presencia física, en lugar de eso, prefería que fueran capaces de la autotrascendencia, que estuvieran libres de sí mismos, e ir más allá del egoísmo y la vanidad, para explorar en la libertad, que es de lo que se trata el arte, para ello, estar libre de sí mismo, de las propias cadenas, es un requisito.

*"Liberarse de la propia carne es realmente el atributo más maravilloso del hombre porque le permite identificarse y llegar a ser algo más, algo más allá"*

(Sorell, 1987, pág.132).

La danza expresa en el movimiento, a la humanidad, lo que le duele, lo que le abruma, probablemente porque el movimiento en sí, remite a la alegría, así que como tal posee una cualidad que libera y permite escapar juntos hasta cierto punto, y por momentos, de lo que se quiere olvidar del mundo que se habita.

Si se compara con la música, la literatura, o las artes visuales, tiene una desventaja frente a ellas. ¿Porqué?, por su carácter efímero y fuertemente evasivo, cada movimiento, es como cada segundo de la vida que ya no regresa; aún así, el movimiento es también una experiencia estética, la danza puede ser algo cercano a una satisfacción espiritual, algo que se asemeja en mucho a la belleza de la poesía, o a una ilusión realizada. Aunque la palabra, el lenguaje verbal o escrito, puede ser un medio para descubrir los misterios que tiene la vida, la danza puede llegar a ser el foco de una experiencia central; ahí en donde la palabra falla o traiciona, o es insuficiente, el solo movimiento puede ser una forma de expresar lo inexpresable. El movimiento implica silenciar a veces la voz, el silencio puede llegar a ser la expresión más fuerte y con mayor articulación jamás habida.

Debido al uso de determinadas técnicas, es decir, al trabajo con el cuerpo, y el cuidado de las posturas, la danza corre el peligro de hacer demasiado énfasis en lo técnico, muchas veces con el fin de deslumbrar, con lo que la parte creativa-emotiva tiende a perder fuerza e importancia. Obviamente, no se puede negar, ni dejar de hacer alusión a la "tendencia narcisista" de todo artista, que en el bailarín-bailarina, quizá se agudiza por lo que implica la relación con el instrumento que es su propio cuerpo, el cual se refleja cada día de trabajo frente al espejo, y en el cual tiene que observar las formas y figuras (Sorell, 1987). El cuerpo como ese único instrumento del bailarín, es totalmente partícipe en cada momento de ejercicio, en cada ensayo, en cada improvisación, en el aprendizaje de una técnica; en todo tipo de danza, el cuerpo participa enteramente, cada parte del cuerpo se pertenece una a la otra, y aunque aparentemente solo una parte del cuerpo se este moviendo, la otra le sirve de apoyo o de equilibrio (Blom, 1996).

Es ahí, en el uso de su cuerpo y las consecuencias de esto, donde tal vez encontraría el punto débil del bailarín-bailarina, la vanidad del cuerpo que no le permitirá ir más allá de sí mismo y que lo hace permanecer en la superficie de las formas, sin ahondar en sus verdaderas emociones. A veces la forma es un pretexto para esconder lo que hay en el interior, o la mejor justificación para no acercarse a la realidad de lo que somos en nuestras profundidades, y se convierte en algo muy frío y lejano, que construye una barrera entre el artista, su sí mismo, y su público receptor.

*"El movimiento se abstrae para expresar, en forma estética, los impulsos, deseos y reacciones, de los seres humanos vivos"*

Louis Horst (Sorell, 1987).

Basta decir que la danza es específica y universal, hace un recorrido entre lo conocido y lo desconocido, profundiza en aquellas cosas que parecen comprendidas ya, y aunque su lenguaje a veces sea difícil de descifrar, suele provocar algo que lleva a la conmoción, tan sólo por el hecho de ver un cuerpo moverse, que recuerda, por lo mismo, a la vida, movimiento y ritmo constante (Blom, 1996).

En cuanto a la música, digamos que mucho más que el teatro y la danza -y es su enorme ventaja-, esta al alcance de todo el mundo, en sus muchos

ritmos, nos acompaña desde nuestra más corta edad, cada familia tiene sus gustos y su propia historia musical. Cada país tiene su propia música que lo caracteriza. No hay un lugar en donde no haga falta escuchar la armonía de cada instrumento musical convertido en música. Es incluso un modo de terapia (Musicoterapia) usada casi siempre efectivamente, para liberar emociones o sentimientos dañinos para el individuo; en general estas tres opciones artísticas entre otras más, tienen la posibilidad de ser útiles a modo de terapia para aliviar las tensiones y emociones internas.

Para Silvia Nakkach (Almendro, 2006), la música tiene la cualidad de remover nuestras emociones, la memoria de éstas; por si misma es capaz de provocar un sentimiento específico aún y que no lo deseemos. Tiene el poder en sí misma de liberar al espíritu y permite pasar con facilidad de una realidad a otra. Sí, tiene una virtud: transformar la disposición de nuestros estados de ánimo. Se dice que es el medio de comunicación que con más facilidad nos hace contactar con nosotros mismos. Es posible también, que al escuchar una buena obra musical, la música además de provocar emoción, provoque el deleite intelectual. Peter Hamel (op. cit.) se refiere a la manera individual en que escuchamos música, al igual que pasa con otras artes y como respondemos ante ellas, escuchamos música siendo poseedores de un gusto particular, relacionándola con ciertas emociones, ideas o asociaciones no conscientes, y en el momento en que nos identificamos con alguna música en especial, un idioma musical, podemos conocer también nuestro estado interior. Steckel (op. cit.) menciona la idea del alma o el espíritu; por las obras musicales es posible que encontremos un camino que nos ayude a llegar a ese lugar que esta en nosotros y en el que habitan el alma y el espíritu.

Esta no es la idea de un autoconocimiento limitado por la intelectualidad, y si el conocimiento que parte del conocer que en realidad implica la transformación de uno mismo a través de la música.

Mc Carthy (2003), cree en la capacidad de la música para desencadenar distintas experiencias en cada uno de nosotros, una sola música puede hacer sentir cosas diferentes a dos personas. Los estados de ánimo son pues desencadenados por la música, por ejemplo, la melancolía es uno de esos estados de ánimo, comúnmente rechazados en nuestra cultura, aunque por otro lado, es una constante inspiración entre los artistas, poetas, músicos, y en

el arte en general. Este autor se pregunta si existirá al menos un aspecto de la vida, en la experiencia humana, que no pueda aflorar por medio de la música. Marcel Proust (op.cit.) de algún modo contesta a la pregunta diciendo que el músico no tiene frente a sí únicamente su pentágono de siete notas, hay aún más por descubrir, y solo unos cuantos artistas genio han logrado descubrir unas pocas de esas notas del teclado, pero notas que han sido capaces de llevar al ser humano hacia la ternura, la pasión, el coraje, la calma, y un sinfín de emociones.

Esto es con respecto a la experiencia del escucha, aunque en el músico sucede casi de manera semejante. Ellos, los creadores de música, pueden construir un mundo diferente a través de cada una de sus piezas, es decir, música que nos conduce hacia emociones particulares, ellos saben lo quieren hacer sentir a la gente que los escucha, pero no están ajenos, porque sus manos reciben las emociones que están en su interior, para después transmitirla al oyente.

Como conclusión respecto al tema puede decirse que el arte termina siendo una opción vital para quien lo busca, ya sea estando inmerso en él, o tan solo como su receptor- contemplador.

Cuando la vida se siente incompleta, se puede encontrar un remedio alentador siendo partícipe de la creación del arte. Cómo seres humanos no podemos negar que aunque no estemos relacionados directamente con el arte, este nos toca con sus muchas formas de expresión, y que cada ser en el mundo aunque sea muy adentro de sí mismo, es dueño de una faceta de artista que necesita manifestarse.

Para Frankl, es posible encontrar sentido en cada situación de la vida, en cada vivencia. El arte es una de esas vivencias que lo logra. Cuando un ser humano esta deseoso por cantar, por bailar, por pintar, por hacer poesía o música, por ser actor, por crear una escultura, puedo decir que ahí hay un sentido, en el amar lo que se hace, y ser feliz por hacerlo. El arte es pues un juego, es lúdico, es una actividad creadora en la que el ser humano alcanza a sentirse "más a gusto", en su elemento. El juego significa estar en una situación de desinterés *"liberación de todo apego a fines egoístas"* (Kant; López, 1977).

El juego que se da en el arte es un acto en el que se es capaz de crear; para ello se necesita a la persona en su ser completo: alma, corazón y cuerpo entero; es entonces cuando, en su voluntad de creación se pone frente a él un enorme campo de acción que posibilita el arte mismo, y a través de su cumplimiento se encuentra con su propia libertad, esa que a veces pierde en la cotidianidad de la vida, y con las reglas de su sociedad y su cultura, y que el arte tiene la obligación de romper para abrir otros horizontes. El arte no puede ser otra cosa que la encarnación de la libertad humana.

Esos son los horizontes que ofrece el arte. Horizontes llenos de sentido para quien en verdad quiere entregarse a ellos y que afortunadamente es así también, para quien solo quiere darse el placer de contemplarlo, ya sea en el movimiento de la danza, observando una escultura, una pintura, leyendo una poesía, amando escuchar cierta música. El arte es una opción siempre abierta para todo ser humano.

*"El arte es fuente de placer, de un placer sensorial-afectivo que eventualmente se prolonga en un placer intelectual o en beneficio espiritual; correlativamente, la apreciación estética de las obras de arte se funda en la sensibilidad, en el sentimiento que las mismas proporcionan"*

(Jacques Aumont).

## CAPÍTULO 3

### EL ARTE EN LA TERAPIA Y EN LA EDUCACIÓN

Antiguamente la danza y la música eran reconocidas como algo que de su práctica derivaba un don para curar, y que ha sido acompañante incluso de la medicina. En Brasil y África, algunos psiquiatras intentaron usar las danzas y músicas rituales y religiosas, para tratar algunas enfermedades de tipo mental. Según muchos musicólogos, originalmente la función principal de la música, que no puede apartarse de la danza, es definitivamente la “forma psicológica y mágica, porque tanto la danza como la música pueden hechizar, es por eso que de ahí nace el papel terapéutico que pueden tener” (Gaetner, 1979). E aquí la muestra de cómo el arte tiene un valor no sólo estético, y que puede convertirse en una forma de vida, sino que tiene una utilidad además, terapéutica, que aporta beneficios a la salud física, mental, emocional y espiritual, lo cual, es absolutamente necesario en la vida del ser humano.

#### 3.1 LA DANZA, LA MÚSICA Y LA TERAPIA

Rosa Gaetner a finales de los setenta, ya proponía una técnica que pudiera lograr un “objetivo terapéutico” pero con el soporte de algunas reglas importantes, y aunque la música y la danza puedan haber surgido en el mismo instante, para ella, la música es quien sostiene a la danza, sobretodo cuando lo aplica hacia niños psicóticos. La música carece de definiciones:

*“Es un sistema de símbolos inacabados que no reciben por lo tanto informaciones definidas, codificadas y analizables según un modelo estructural preestablecido. Esta especificidad le permite traducir formas que el lenguaje no puede producir, y ello acarrea un desencadenamiento de efectos“*

(Gaetner, pág. 53).

La forma como se percibe una obra musical y las sensaciones que esta acarrea son genuinamente personales, pero hay algunas características de reacción o de integración que suceden en toda persona y que se presentan con constancia, o que tienen una variación casi imperceptible, con lo cual, de

cualquier forma, se puede hacer un análisis para descubrir y comprender que hay mucho más allá del simple hecho de escuchar música, que involucra pues, una cuestión mental.

La música cuenta con tres elementos importantes: la *melodía* que ésta ligada especialmente con el aspecto afectivo, y que reparte cada sonido en el tiempo musical; el *ritmo*, que comprende la periodicidad y estructura dentro de una generalidad, y mantiene su organización a partir de esquemas que se repiten continuamente y que poseen un dinamismo, ligado a elementos que se conectan con la motricidad, por ello relacionado con el aspecto fisiológico; la *armonía*, se encarga de organizar los sonidos simultáneos es decir, los acordes, que pueden ser consonantes y disonantes, los primeros podrían lograr una sensación de “estabilidad y calma”, y los disonantes inquietud, tormento, agitación y estados de tensión.

Hay también un *tempo*, que es importante para la forma en que se va a interpretar la música, así como las reacciones que genera en la persona que escucha. También se encarga de definir el tipo de velocidad de la música porque influye en la duración de cada nota. Igualmente, las *formas musicales*, que dan a cada pieza musical homogeneidad, cohesión, y lo que permite que haya unidad y estructura.

Auron (Gaetner, 1979), menciona que la música, tiene que sistemas en los que se esta moviendo una energía; una energía dinámica, pero constante, pues sus cambios hacen que el equilibrio se pierda continuamente. La energía del escucha depende de dichos cambios, y lo conduce a la producción de tensiones; tiene cabida y participación durante la formación, elaboración o movilización de lo relacionado con los afectos, y que posteriormente podrá transformar y dar un nuevo ordenamiento que depende del proceso único y particular de cada individuo. La danza se presenta también como resultado de dicha energía, sólo que en un sentido en que tiene supremacía lo corporal.

La música ayuda a que una persona (el paciente) logre una forma de estructuración en el espacio y el tiempo, que se construye a partir de la persona misma; tiene además, el poder de llegar a nuestras emociones.

*“La música apacigua, calma, excita los sentidos, transporta, hace soñar, fatiga, enerva, embrutece”*

(Gaetner, pág. 59)

La música llega al sentir de la gente, sea o no sea conocedor, esté involucrado en ella, o no; por sí misma, y por ser de todas las artes la que está más al alcance de la gente, en cualquiera de sus estilos, se ayuda de su melodía (que alcanza a lo afectivo), su ritmo (que llega a lo corporal), y su armonía (que incide en lo mental). Y a nivel de sonoridad, es algo de lo que uno no puede separarse, porque no es controlable, nadie puede decir “jamás he escuchado música”, imposible, podemos no haber visto jamás algo, pero imposible no haber escuchado alguna nota musical. En un niño, por ejemplo, su vivencia con la música depende mucho del entorno familiar, de su educación, de sus costumbres, pero a veces, y más importante, de las condiciones tanto materiales como económicas. Existen desde las familias en las que sus integrantes son artistas y por ello el arte tiene un lugar en su vida; familias ricas, que por la misma razón, es necesario que eduquen artísticamente a sus hijos; otras en las que el contacto con lo artístico es irrelevante o indiferente, o definitivamente sus condiciones económicas no les permiten acercarse, y otras familias, que a pesar de esa misma condición tienen una *“lucidez espiritual”* que los hace buscar el contacto con el arte.

La música es pues, para todos, debe ofrecerse no solo a la gente culta o de alcurnia; los enfermos mentales también son sensibles a esta, los sensibiliza aun más, aunque sus emociones no sean tan lúcidas, pero es de cualquier forma posible, que a partir del sentimiento que les desencadene alguna música, se de el caso de que surja de ellos la *“participación afectiva”*. Es por esa idea que Gaetner se enfocó a pacientes psicóticos y comenzó un trabajo muy serio y con fundamentos muy precisos.

Respecto a la danza, ha ido sufriendo transformaciones a lo largo de los siglos, es parte de la “historia humana”, el cuerpo estremecido, la unión de la parte biológica humana con el universo. Nettl dice:

*“La danza en tanto que movimiento ordenado de los cuerpos, hunde sus raíces en las condiciones biológicas del organismo humano y animal. La inspiración y la espiración del aire, los latidos del corazón, la estructura dualista del cuerpo humano constituyen el fundamento original del movimiento de los hombres y de los animales”*

(Gaetner, pág. 72).

La danza es un espectáculo que sirve al enriquecimiento de los sentidos (crea placer) y del espíritu, y al que la música -las dos, inseparables- y la totalidad de las artes llevan hacia el ser humano, al interior de su alma y su corazón, lenguajes que solo de esa manera y en esos lugares se entiende y que crea fantasías, historias, y nuevas memorias.

A finales del siglo XX se conocen tres manifestaciones de la danza: la danza folklórica o popular, la danza de parejas y la danza de ballet. La primera es sumamente cercana a la cultura particular de cada país y sus tradiciones, son totalmente sociales, existen en los grupos y para ellos, no puede ser individual, y tiene que haber interacción entre el grupo, se forman rondas en la que cada participante está conectado con el otro, y por lo tanto, es necesaria la armonía y una cohesión que haga que el grupo se convierta en una comunidad, lo cual para un niño psicótico es difícil, puesto que debido a su comportamiento llamado pulsional es complicado dirigirlo por medio de este estilo de danza.

La segunda, posee un elemento muy importante y primordial, se enfoca hacia un aspecto erótico, por lo que implica la pareja en sí, por el deseo erótico que puede surgir entre ambos, y en donde el detalle relevante es la forma como la pareja se acopla, que tiene que ver también con la simpatía o el gusto de uno por el otro, por lo mismo es también difícil de retomar en trabajo con los psicóticos puesto que puede agravar sus problemas, precisamente por el miedo a la compañía del otro, ya que un poco de contacto provoca angustia; esta danza tiene un valor terapéutico pero sólo cuando hay apertura para todos, no como una forma que se trabaje continuamente con los pacientes.

En la danza de ballet, las reglas se llevan a cabo con rigurosidad, la ejecutan solo profesionales, está unida a la música constantemente, vincula a todas las artes: la música, la danza, el canto, la pintura, el dibujo, pues también se utiliza vestuario, escenografía, etc. Además, la técnica que se enseña en una academia es utilizada tanto en los grupos de danza clásica como en los de danza moderna o contemporánea, en la cual ya no hay uso de zapatillas, por ejemplo, los ballet son llamados clásicos y modernos y las coreografías pueden hacerse en el piso, se hace uso de movimientos relajados y movimientos simples, que no por ello no tienen estructura, y los pies generalmente están en posición natural, y menos forzada; en ambos casos hay muchas libertades en

relación con la investigación coreográfica: música, participantes, uso del espacio, el número de participantes ya sea en grupo, por parejas o solista.

En esto mismo se apoyaba la terapia de Gaetner, aunque tomando en cuentas las características de cada paciente, los niños se convertían no sólo en bailarines sino también en espectadores, con lo que había la oportunidad de llegar a una situación en la que se entraba en catarsis, al modo de pensar aristotélico, es decir, llegar al punto en que las emociones se pudieran externar debido a la excitación mental y corporal, a un nivel casi extremo de exaltar afectos y pasiones (llegar al paroxismo).

La importancia que adquiere la danza en cuanto al uso que se hace del cuerpo, por el movimiento del bailarín, es comparable con el deporte, ya que en las dos situaciones hay una emoción provocada, la diferencia es el mensaje de cada cuerpo tanto en uno como en otro, pues es distinto. En el deporte no existe la intención de hacerlo, en el bailarín, sí, por que su deseo es justamente provocar una o muchas emociones, así que cuando nosotros observamos en el bailarín, solo su forma de ejecutar, se le está negando a la danza su poder de expresar, mostrar, describir, representar los sentimientos y las pasiones humanas. Esto significa que si hay algo que forme parte de lo que es el arte, por ejemplo, la danza, la pantomima, y la comedia, es que recrean las pasiones humanas a través del cuerpo en movimiento, las expresiones faciales, el diálogo, etc.; en la pantomima participa todo el cuerpo, no hay palabra, no hay música, es el teatro que se sumerge en el silencio "del silencio"; el teatro como arte, va unido al texto, los actores como tal, utilizan la acción que les da su cuerpo y su lenguaje verbal, hay entonces una emoción que logra arrancarse en el espectador, porque utilizan su voz, la matizan y hacen uso de un sinnúmero de actitudes y de la mímica.

Tiene caso explicar esto debido a su utilidad, puesto que está dentro del campo de lo corporal, son susceptibles de ser adaptadas en el trabajo terapéutico, por supuesto, debe existir dominio en la cuestión respecto a quién lo aplica, en lo que refiere a la danza y la música, esto es, tener el conocimiento a fondo respecto a la técnica a utilizar, así como el mismo entendimiento en cuanto a la situación de salud-enfermedad del paciente y capacidades reales o limitaciones.

Como forma de terapia, la danza en sí misma manifiesta la mayor expresión corporal posible, esto debido a que requiere del uso del espacio y el tiempo, lo cual es, a su vez, propiciado por la música y el trabajo coreográfico, con ayuda de pocos medios y un único instrumento que muestra en toda su magnitud emociones y sensaciones en movimientos que simbolizan significados.

La danza esta provista de un erotismo que es parte de su esencia, el cuerpo del bailarín es *“un instrumento de placer”*. El lenguaje de que hecha mano la danza es totalmente simbólico, cualquier movimiento, la colocación del cuerpo, los desplazamientos significan algo, cuando el cuerpo se mueve utiliza todas sus posibilidades, que son muchas, así que, puede doblarse, alargarse, ir hacia adelante, atrás, abajo, arriba, etc. La gravedad es desafiada por el bailarín, cuya cualidad de hacer arte se percibe precisamente en la trascendencia del movimiento difícil y que posee poca armonía; todos estos argumentos pueden contribuir al usarse como una técnica -realmente sin comparación con otras-, pues podría ayudar a dar forma al aspecto mental de las personas que padecen enfermedades justamente de éste tipo y que por lo mismo su ejercicio mental es casi nula, logrando así la expresión a través del cuerpo, siendo éste un instrumento único e incomparable que permite que salga o se libere una angustia, un trauma, una emoción no transmitida o contenida.

Al respecto, cómo se acerca la danza a los enfermos mentales es el embrollo, sobretodo cuando estos no tienen ningún aprendizaje relativo a ésta, pues para eso es necesario tener visual y auditivamente atención sostenida y fina; así como la facilidad de poder recordar el o los movimientos mostrados por el maestro, además del ritmo utilizado, lo cual tiene relación con la imagen corporal, a modo de interiorización, con la coordinación de cada parte del cuerpo, incluso, la idea de tener la motivación de lograr un aprendizaje y por lo mismo también salir triunfante en conocimiento y/o dominio de alguna habilidad o capacidad. En los psicóticos, todas esas capacidades son casi inexistentes, por lo tanto, en el caso del trabajo de Gaetner, era necesario comenzar con el mejoramiento de la habilidad auditiva musical, y cuando ya se reconocía cierto progreso, se comenzaba a hacer movimiento, ya sea en grupo o individual, se improvisaba, y al mismo tiempo se exigía al paciente que reprodujera el movimiento en espejo, esto significa que debía imitar, y saber que el movimiento que otro hacía podía repetirlo con su propio cuerpo; estas son

situaciones clave en esta actividad: que el adulto cree movimiento, que lo baile en armonía con la música y que el niño imite los movimientos. Se trabajaba en grupos pequeños (de 6 a 10), formando rondas y la educadora estaba apoyada por dos o tres ayudantes que debían llevar a cabo el mismo imperativo, es decir, hacer lo que indique el educador, y el adulto siempre como referencia, colocado estratégicamente al frente para estar a la vista de todos los pacientes.

Para esto, es pues necesario que quien educa en este menester, realmente tenga el conocimiento y la formación indispensables a nivel artístico y técnico con el fin de ser capaz y tener la habilidad para la creación del movimiento encaminado al trabajo individual o de grupo, y que sirvan para la duración de cada audición musical; es importante la preparación en la comprensión de cada situación particular de los niños, ya sea motriz o psíquicamente hablando, adaptando la danza de acuerdo a dicha situación en el momento preciso.

Como vemos, el educador tiene en su cuerpo, dice Gaetner, su "*instrumento terapéutico*", así que, su propio conocimiento corporal es muy importante, puesto que debe conocer sus límites y sus posibilidades y en esa medida trabajar en el mejoramiento de las posibles dificultades que representa el trabajo con el cuerpo, que en tanto se hacen conscientes, posibilitan que mejore la técnica del educador, pero, además, nuestro cuerpo nace ya con algunas posibilidades innatas y provenientes del instinto, que sólo es necesario estimular o desarrollar. Gaetner retoma ideas de Dalcroze, quien cree que el cuerpo como organismo puede ser un resonador de la música, capaz de lograr que las emociones se traduzcan en gestos y actitudes, gracias al ritmo de los sonidos. El conocimiento de su cuerpo da al educador facilidad para realizar movimientos que nacen de la escucha de la música, esto sería la improvisación como tal y para ello es indispensable ayudarse con el conocimiento musical, tener buen oído y no sólo ser sensible al ritmo de la música, que es verdaderamente importante, sino también, evitar relegar el lado de la melodía, así como de la armonía, puesto que esto ayuda al bailarín a traducir sus emociones y luego transmitir las a quienes están con él como público o como compañero(a). Siendo bailarín, hay una característica especial en el movimiento: es gradual, va de la flojedad a la tensión o viceversa, hace sentir o notar un estremecimiento, posee una gracia muchas veces natural, y se observa que viene desde el interior.

Lo que expresa el rostro, también es relevante (la seriedad, la sonrisa, la forma de mirar, etc.). Estas cualidades las tienen quizá pocos bailarines, pero de cualquier forma hay en las personas practicantes de la danza aún así, un “aire de triunfo” que proviene del sólo placer de bailar, de la armonía sentida, esto es, claramente dicho, del placer narcisista, que es importante que los pacientes perciban; todo esto sirve para contagiar de alguna manera al paciente, si el educador siente que disfruta la danza, es posible que aquel también lo haga; si le muestra estar a gusto con su cuerpo y con su movimiento, posiblemente el paciente también lo imite, y esto lleve a un cumplimiento de uno de los objetivos de la terapia que es reconocer a su Narciso, reconocer su yo, reconocer que existe por medio de la observación de su cuerpo y el de los demás. Juega también un papel fundamental la empatía que pueda mostrarle el “educador-bailarín”, que le sonría, que lo mire atentamente para con ello hacer nacer en ese niño la simpatía; es necesaria una actitud tendiente a lo maternal por parte de la educadora-bailarina, para brindar su ayuda al niño, y que este realmente se sienta confiado y así, la deje entrar en su vida, al menos en los momentos de trabajo.

Cabe mencionar otro aspecto: el del erotismo que implica la danza, el cual puede suscitar suspicacias por el trabajo directo y de cercanía con los niños psicóticos, ya que se les tiene que tocar y manipular, pero dejando a un lado la angustia, con el fin de bailar con ellos, sintiendo un verdadero placer. El erotismo no sólo es sexualidad, se refiere también al amor humano en general y en todas sus manifestaciones, del amor surge el deleite o beneplácito físico, ya sea generalizado o especialmente localizado, que es diferente en cada persona, pues depende de la elección derivada de el significado intelectual o la “*elaboración mental*” que se da a este placer.

En la transmisión del erotismo, no hay algo mejor elección dentro del arte, que pueda hacerlo con más éxito que la danza, el cuerpo se mueve, se desplaza, se vuelve flexible o tenso, los cuerpos en conjunto están en constante contacto, se separan pero se vuelven a encontrar, lo cual es parecido a lo que sucede en las relaciones entre padres e hijos y entre parejas o amigos. El erotismo que proviene de la danza no es planeado, es natural, espontáneo, es algo que aparece por que la única intención del bailarín es expresar -sin dejar un solo rezago dentro de sí- todo lo que siente. El cuerpo

inevitablemente es sensual y es imposible esconder esa cualidad, puesto que brota naturalmente, en el contacto con los demás y por la comunicación con la música y lo que esta le transmite.

*“Y si el erotismo es como nosotros pensamos, la evocación de la voluptuosidad de los juegos del amor, evocación que nace de imágenes sensoriales u oníricas, pero también invención y delirio, entonces el erotismo es una de las facultades humanas más elaboradas. Y si esta facultad puede abrirse paso en los pacientes que están extrañados de sí mismos, enquistados en dificultades innombrables, desexualizados, no podemos dejar de regocijarnos por ello”*

(Gaetner, pág. 85).

Es por ello que, el valor de la danza por el erotismo natural que desencadena, es enorme, pues logra llevar al paciente psicótico a un encuentro inicial consigo mismo, que naturalmente no tiene, puesto que esta hasta tal punto alejado de sí mismo, que la oportunidad que tiene en la danza le permite poco a poco, y quizá, por primera vez reconocerse a sí mismo.

La danza y la música son capaces de remover o activar nuestros afectos, es decir, provocan muchas reacciones en el sentido emocional, siendo las dos, causantes de los lenguajes no hablados, que provienen del cuerpo: el sentir, el percibir, el ver, y el tocar y que en última instancia evocan o convocan, por la memoria del cuerpo, nuestra historia personal.

Otros aspectos importantes que surgen de la danza, usada como terapia en pacientes psicóticos, es el ya mencionado narcisismo y la mirada, por el uso de los espejos. El primero, como una parte netamente propia de la danza, el narciso, mito, contemplación de sí mismo, y amor a sí mismo, que entendido negativamente, se piensa como un término peyorativo, relacionado con características humanas de egoísmo y vanidad; pero en psicoanálisis es uno de los estadios de la evolución sexual y desde esta perspectiva, el niño psicótico no vive esa etapa, o quizá la vive sólo parcialmente. La mirada logra que de alguna forma se empiece a formar el narcisismo en el paciente hasta llegar a un punto en el que después de perder el temor a mirarse o ser mirado, le guste ser observado, y que se observe, el espejo es fundamental, observa

su reflejo, así que al hacerlo, puede ocurrir que quiera ver a los otros, con lo cual nace una relación con los demás que normalmente no existe en su caso.

El uso del espejo por parte de los bailarines profesionales es fundamental antes de salir a escena, puesto que lo ayuda a lograr una imagen o un movimiento perfecto, para después mostrarlo al espectador, buscando de este modo complacerlo, y con lo que finalmente, es inevitable que, como en ningún otro arte, el artista-bailarín se ame a sí mismo; esto no sucede en el caso de los niños psicóticos -el deseo de amarse- por ello, se intenta hacer que nazca dicho deseo en él, con apoyo del espejo, haciendo que crezca poco a poco "*la conciencia y el placer de existir*", pero también para ello es de vital importancia la presencia del educador o educadora como referencia visual-corporal, y así es como, al ver y conocer al otro, observando su corporalidad (partes de un todo que forman el cuerpo) concluirá que el/ella es igual. Así, cuando se baila frente al espejo, se empieza por *la imitación en primer grado*, con esto el niño se descubre a sí mismo frente al espejo y sigue los movimientos de la educadora y los imita. Después, *la imitación en segundo grado*, en la que el niño hace improvisación de movimientos bailados, y en donde la educadora solamente observa. Por último, *la imitación de tercer grado*, que se le llama también identificación primaria, en donde el niño está solo frente al espejo aún improvisando movimientos de baile.

Es importante recalcar el hecho de que no hay ni un solo objeto a manipular, el cuerpo se convierte en el único instrumento a través del cual, el sujeto, en este caso el niño, se descubre en el cuerpo del otro.

En lo que toca a los progresos, nace poco a poco la conciencia de sí mismo del niño psicótico, al ser mirado por los otros, al mirarse el mismo en el espejo, al observar al otro que se mueve y que es como un reflejo de sí mismo.

En cuanto a la música, los niños pueden aportar la de su gusto y se respeta aunque no sea del gusto de la educadora, quién además al bailar lo hace siempre respetando el tiempo de la música, sin tomar en cuenta cuales sean las posibilidades de movimiento que tenga el paciente, por lo cual se propicia que este tenga un mayor trabajo de la musculatura, que vuelve ligero el movimiento, que a su vez, y poco a poco va organizando y ordenando, después de que son en principio, totalmente incoherentes, y en donde gradualmente toma conciencia del movimiento en la totalidad de su cuerpo, así como del

sonido. En un niño autista, por ejemplo, la danza les facilita abrirse al contacto físico -lo cual es difícil- con adultos o iguales, dando lugar a ciertas demostraciones afectivas que generalmente no tienen.

Intelectualmente, también pueden darse progresos respecto a la conceptualización, porque la danza y la música tienen el poder de crear ciertas estructuras referentes a la formación del “*esquema corporal*” y de “*nociones espacio temporales*”, útiles en las situaciones escolares y de búsqueda de conocimiento, incluso, pueden llegar a dibujar un cuerpo humano con cierta complejidad. Se desarrolla más independencia para desplazarse, lo cual está conectado con la estructuración del espacio. Auditiva y visualmente hay mucho avance, así como, les hace estar más tranquilos y quietos. Hay una conexión pues, entre cuerpo y mente, ya que la experimentación a través del cuerpo, trae como consecuencia la misma “*experiencia intelectual*” lo cual se evidencia en el avance escolar. La danza y la música se convierten en medios que no sólo contribuyen en el aspecto intelectual, sino en el emocional, ya que logran que los pacientes se expresen más libremente y sin imposiciones; puede darse el caso, además, de que la violencia y la agresividad se manifiesten en el movimiento bailado.

En los pacientes adolescentes, y ya que estos viven situaciones propias de su adolescencia, es importante no generarles angustia con la prohibición o reprimenda, tratando de no expresar juicios morales, ya que ellos, por efecto de la danza (con su poder erótico) y la música comienzan a relacionarse con los otros, a manifestar su sexualidad o sensualidad, para muestra el siguiente relato:

*“Un adolescente de catorce años, exhibicionista, se muestra desnudo, de sopetón, en la sala de danza, y nos dice: ‘mírenme’. Nosotros le decimos ‘que nosotros podemos saber en nuestra mente como es el desnudo, que puede vestirse y tratar de mostrarnos bailando lo que sabe hacer y el placer que experimenta con ello’. Y agregamos que ‘puede mirar como bailamos’, sorprendido por no haber sido una víctima, de una reprimenda, ni echado de la sala (algo que sin duda esperaba), pero escéptico, termino por bailar imitándonos (después de haberse vestido de nuevo)”*

(Gaetner, pág, 113).

El trabajo con adultos, una vez deshechas las resistencias, el rechazo, y la idea de que quieran burlarse de ellos, al ponerlos a bailar con música clásica, y con la ayuda de un mensaje en el que se insistía en que no era necesario un aprendizaje previo de la danza, dándoles la oportunidad de ver a los educadores bailar, con lo que al sentir placer al verlos, nació en ellos también el mismo gusto y deseo por bailar, llegando posteriormente hasta el punto de no querer dejar el espacio, y al irse hacerlo diciendo frases agresivas o lamentándose. Con los adultos se llevó un trabajo similar al de los niños: reproducir en espejo la imitación del movimiento. Es importante la simetría y los beneficios que aporta, trabajar el lado izquierdo y lado derecho, uno es más hábil que el otro, otro es más débil e incluso torpe, los dos tienen que trabajar, el débil más que el lado fuerte, así es como el cuerpo trabaja en toda su dimensión, en su completud, de ahí nace también la armonía, convirtiendo al paciente hacia la conciencia de que su cuerpo es un todo no segmentado.

Los beneficios obtenidos no fueron pocos, se redujo la angustia, la excitación emocional sin una finalidad, incluso la actitud de indiferencia que les inspiraba la gente y los lugares, y resurgió el deseo de volver a estar relacionado con la familia o los amigos.

En esto vemos la muestra de lo valiosos que son la danza, la música, y el teatro, no solo permiten expresar sentimientos, sino que, tiene otros beneficios relacionados con la vida, con la independencia de una persona, con su autonomía, y el deseo de llevar a cabo una tarea sintiéndose motivado, dejando atrás la apatía, el aburrimiento o la indiferencia

### 3.2 LA DANZA MOVIMIENTO TERAPIA

La llamada DMT, aparece en España y surge debido a la necesidad humana de ser un creador, para rehumanizar y apoyar en su crecimiento. Panhufer y Rodríguez (2005) citan a varios autores en su estudio, entre ellos a Pillaro, quien habla de que la propia urgencia de la persona por crear y descubrirse a sí misma será la primera iniciativa de creación, es decir, el primer proceso creativo es el que uno mismo hace en relación con su propio crecimiento como persona, y de ahí vendrán o se desprenderán las demás creaciones. En la sociedad actual los cambios se suceden con mayor rapidez,

la competitividad hace de la exigencia a uno mismo una experiencia casi ineludible e intensa y lo material prima sobre lo abstracto y lo emocional.

El movimiento en sí mismo además de que mejora la salud, tiene otras posibilidades como la de que, a través de él podemos también proveernos de muchos datos importantes, se conecta además, con el aspecto de la salud mental, utilizando canales diferentes de la comunicación que van a ser soporte de la vivencia de un proceso psicoterapéutico que en ocasiones el ser humano podría llegar a necesitar.

En DMT se da valor a la idea de que nacemos y partimos de un "yo corporal", y la psicoterapia implica el enfocarse en emociones, pensamientos, y el movimiento que surge de estos sea consciente o inconsciente. DMT es una especialidad que trabaja con el movimiento para tratar de integrar tanto las emociones, como lo cognoscitivo y lo referente a lo físico, y forma parte de las llamadas "*artes creativas*" usadas en la psicoterapia tales como Arte Terapia, Musicoterapia y Psicodrama. Tiene su base principal en la relación que hace entre el movimiento y las emociones, sirviéndose para ello de un medio expresivo bastante antiguo, terapéutico y artísticamente hablando: la danza. El movimiento significa que algo o alguien están vivos, por ello se hace un trabajo que se enfoca en el cuerpo y el lenguaje o la manera como este se comunica. El movimiento como modo de expresión y la danza en sí son usados como modos de enfrentamiento, para apoyar el crecimiento y la integración, de manera que la persona, en un modo creativo, va sumergiéndose y a la vez entrando en un compromiso con un proceso que busca que se integren sus tres características humanas: lo emocional, lo cognoscitivo y lo social, a través de lo físico o corporal.

Teóricamente y en cuanto a sus métodos, se basan a su vez en la teoría y el método terapéutico, en investigaciones y teorías sobre comunicación no verbal, en psicología del desarrollo humano y sistemas de análisis del movimiento, lo cual llevó a la exploración de aspectos de comunicación y creación observables en el movimiento improvisado. La danza y el movimiento sirven por que hacen más evidente como es el aspecto interior de una persona, hay un simbolismo propio sólo del individuo, e incluso es posible conocer como se relaciona con los demás, además de que hay también significación en el movimiento corporal y sus cualidades, así como gestos y posturas.

Son tres las fuentes importantes de la DMT: la terapia en sí misma, punto de apoyo desde hace ya mucho tiempo; la parte que tiene que ver con la explotación de la creatividad y del trabajo de improvisación de que se ayuda la danza moderna, y su énfasis en las cuestiones de expresión y comunicación; por último, el análisis psicológico del movimiento en su significado.

La historia de la danza como forma de expresión del hombre, se relacionaba con la búsqueda de un ritmo común; danzaban antes de cosechar o cazar, y antes de ir a la guerra; en épocas que significaban transición o cambio: nacimientos, adolescencia, virilidad y muerte. Además, era también una forma en la que se podía compartir lo sensitivo y lo emocional. La DMT hace uso de este tipo de antecedentes (raíces y conocimientos), mezclándolo con las tradiciones occidentales modernas, y el conocimiento psicológico y terapéutico. Nace en Estados Unidos, en los años cuarenta y surge poco a poco de la fusión entre la Psicología y la Danza Moderna.

Al iniciar el siglo XX, (época expresionista) hubo una búsqueda del bailarín de sus posibilidades naturales de expresión corporal, ya que se venía de una época del movimiento formal y estandarizado, es decir, de la Danza Clásica, por lo que se quería enfatizar otra vez lo que podría ser el modo de expresión personal de un individuo respecto a deseos, emociones, necesidades, motivaciones, etc., tomándolas como columna vertebral de la creatividad, y como aquello que permitiría que existiera el acto creativo. Con esto la danza moderna (ahora llamada danza contemporánea) se enfocó en dos aspectos relevantes, según Bartenieff (Panhofer, 2005): *"la espontaneidad y autenticidad de la expresión, y la conciencia del cuerpo"*.

La forma en la que se iba desarrollando la danza moderna influenciaba a los psicoterapeutas de esas épocas, ya que las ideas coreográficas y artísticas se apoyaban en el intento de expresarse a través de las emociones y olvidando un tanto el hecho de la técnica y la forma de la danza. Isadora Duncan, por ejemplo, quien se reconoce en muchos casos como la creadora de la Danza Moderna en Norteamérica, reconocía en su modo de bailar la falta de artífices, y el surgir de los ritmos de la vida por medio de un instrumento: su cuerpo.

Los bailarines de la danza moderna, comenzaron a buscar formas diferentes de expresión: Ted Denis y Ruth Shawn retomaron elementos de la cultura oriental y la mitología griega con el fin de mostrar sus ideas de lo

espiritual, e inspiraron a Martha Graham y Doris Humphrey, y estas a su vez a Marian Chace, quien se conoce como la pionera y fundadora de la DMT.

En Europa, Mary Wigman fue muestra viva de que la expresión a través del cuerpo y el rebelarse contra lo establecido podían ser genuinamente auténticos. Estudio con Rudolf Laban, quien era un coreógrafo austro-húngaro que se interesó y fue iniciador de las investigaciones sobre movimiento y quien acertadamente decía:

*“El cuerpo es una unidad que consta de tres partes: cuerpo, mente y espíritu. Cada uno de ellos está relacionado con el movimiento y son independientes. En todo existe un proceso dual: sentimos y pensamos, y ello afecta al movimiento del cuerpo. Nos movemos de una cierta manera y eso afecta a nuestra visión y a nuestro pensamiento. Es simplemente imposible caminar de manera ‘recta y abierta’ y sentirnos ‘decaídos-bajos’, o movernos ‘con descuido y con los hombros descolgados’, y al mismo tiempo tener una visión sana y positiva de uno mismo”.*

Hodson y Preston-Dunlop (Panhofer, 2005, pág. 54).

De este modo se constató respecto a la conexión que había entre lo físico y lo psicológico teniendo como mediador el movimiento, capaz de ser un medio de expresión de sentimientos, emociones y conflictos, logrando que esta expresión se diera de un modo consciente o inconsciente.

En lo relacionado con el rubro del movimiento y el significado que este pueda tener en la psicoterapia, es decir, los aspectos psicológicos del movimiento, existe gran influencia por parte de la teoría psicoanalítica, fundamentada en el conocimiento de la mente y el inconsciente, y con lo cual es más sencillo denotar el lenguaje, precisamente inconsciente, que el cuerpo revela. Freud reconoció que había un primer yo, el *"yo corporal"*; Jung tuvo influencia en la DMT gracias a su *proceso de la imaginación activa*, encontrando que si se integraban los procesos referentes a lo creativo, podrían servir como elementos de sanación; Adler pensó en las emociones como agentes de motivación, en la mente como responsable de la organización, y el cuerpo como dirigente de la acción, es decir, el movimiento. Reich y Löwen (maestro-alumno) buscaron la creación de métodos que prescindieran del uso

de las palabras, así como, una forma en que el trabajo corporal tuviera una estructuración mucho más compleja, para que por medio de ciertos movimientos bien estudiados se llegara a un cambio psíquico; por lo que el movimiento en sí toma el lugar importante que en realidad merece, debido a que sirve como medio de expresión del sentir y el pensar.

Los más importantes iniciadores de la DMT son Marian Chace y Mary Whitehouse. Chace era bailarina y maestra de danza, y enseñaba a personas de todas las edades. Por su propia experiencia como maestra se dio cuenta de que los alumnos no solo acudían para mejorar técnicamente, sino que encontraban una forma de aumentar confianza y autoestima. Gracias a esa toma de conciencia se dedicó posteriormente a hacer un trabajo clínico, trabajando con pacientes esquizofrénicos. Su modo de terapia implicaba el acercamiento y comunicación con sus pacientes por medio de la danza y el movimiento, y trataba de ponerse a la altura, en la misma sintonía de cada persona, ya fuera emocional o cognoscitivamente, y si alguno de ellos no usaba la comunicación verbal, el movimiento adquiría gran importancia y se convertía en una forma de comunicación que tenía un sinnúmero de posibilidades. Así que, a través de su propio movimiento empatado y sincronizado al del paciente, le enviaba un mensaje de aceptarlo como era y de estar con él en el nivel en el que estuviera, en palabras de Levy (Panhofer, 2005): *"te acepto como tu eres y quiero estar contigo donde tu estas"*.

Esencialmente, Chace encontró que la terapia en cuanto a danza y movimiento se refiere, hace uso de una forma de comunicación básica, dando a la persona un modo de relacionarse consigo mismo y con lo que lo rodea, sirviendo también para personas que debido a enfermedades o discapacidades tienen menos posibilidad para utilizar otras formas de comunicación o relación. Enfatiza pues, el movimiento corporal y la danza como algo que lleva y que facilita que la persona exprese sus emociones, es decir, las acciones corporales pueden lograr estados de relajación o incluso de nerviosismo. Un cambio en una persona ocurrirá cuando esta se mantenga abierta a experimentar el movimiento que su cuerpo le da o le quiera transmitir. Da espacio al simbolismo proveniente del movimiento y de como este hace que surjan emociones, necesidades, motivaciones y deseos, así como le da a la persona un modo de volver a experimentar vivencias y emociones del pasado,

por lo que es posible, a través de ello, introducir otros contenidos o significados a esas experiencias anteriores.

Por otro lado, más o menos por los mismos años (1950), surge Mary Whitehouse con una formación en danza moderna. Como maestra denotó que lo importante, más que la forma, era "*el contenido y el sentido*" que pudiera tener el movimiento individual de sus discípulos. Así, mientras Chace se dedicaba a trabajar con pacientes de hospitales "*con estructura del yo `frágil*", Whitehouse trabajaba con sus alumnos, (personas llamadas "neuróticos normales"), quiénes se podrían sentir en un estado de desequilibrio o que no lograban un nivel personal de comprensión física o emocional y con la necesidad de introducirse en una forma de terapia en la que pudieran trabajar con ellos mismos y con su cuerpo, para alcanzar cierta entendimiento que los ayudara a integrar sus conflictos de un modo altamente exitoso. Su trabajo con la danza era más libre, mientras que Chace requería de armar y proporcionar al paciente la estructura necesaria para "*contener*" el mundo emocional que surgía a través del movimiento, Whitehouse buscaba que sus alumnos se autodescubrieran con el uso de movimiento que significara espontaneidad, expresividad y libertad. Dio conceptos para la DMT como:

- *Conciencia cinestésica*. Una habilidad de conexión subjetiva con el sentimiento de desear moverse de un modo particular.
- *Polaridad del movimiento*. Presente en todas las emociones, así como en el cuerpo y su movimiento; tendemos a elegir uno de los polos, y el no elegido queda en el inconsciente, lo que ejerce, fuerza y provoca conflictos en el interior de la persona. La danza como intermediaría, digámoslo así, permite que los dos polos se manifiesten de modo liberado y espontáneo.
- *Imaginación activa*. Término propio de Jung, se refiere a la fluidez de las ideas y los pensamientos provenientes de cualquier nivel consciente o inconsciente, permitido por la asociación libre. Partiendo del cuerpo, es por medio de su acción, que es posible que los movimientos, las ideas, emociones o sentimientos fluyan si es que están de algún modo reprimidos, logrando que los mecanismos de defensa cedan y dejen que la persona se pueda mover espontáneamente.

- *Movimiento auténtico.* Se le llama así al movimiento libre y espontáneo, haciendo la diferencia entre el “yo me muevo” y “yo estoy siendo movido”, el cual vendría siendo el movimiento auténtico, aunque las dos formas de moverse existen por igual, según esto, el inconsciente tiene libertad de expresarse (“yo estoy siendo movido”), y el consciente es sólo un observador (“yo me muevo”).
- *Relación terapéutica-intuición.* Whitehouse contribuye además a la DMT con ideas respecto a la relación con el paciente, la cual estaba ampliamente basada en el uso de la intuición, y en el animar a los pacientes a que también se permitieran ser llevados por ésta, confiando en sí mismos y en su propia capacidad de ser intuitivos. Por eso, era muy importante para ella que el psicoterapeuta pudiera desarrollar dicha habilidad, para comenzar enfocando su trabajo en el punto en el que cada paciente se encontrara, en cuanto a los aspectos cognoscitivo, emocional y físico, teniendo una mejor referencia en lo que toca a cuando intervenir psicoterapéuticamente o cuando esperar.
- *Relación terapéutica por medio del movimiento:* Que surge a partir del movimiento que el paciente comparte con el/la terapeuta. Promovía la actividad rítmica en grupo, es decir, usaba el ritmo como medio para adquirir conciencia, del uso del tiempo en el espacio, y con esto, alcanzar no sólo la conciencia corporal, sino, cierto nivel de comunicación grupal.

Su estilo de intervención, es decir, centrada en el cliente, fue clave en el trabajo de DMT. Iniciaba generalmente sus sesiones enseñando técnicas de danza o de movimientos sencillos, con lo cual buscaba que el paciente comenzara a confiar en él mismo y sus posibilidades de movimiento, así como, lograr una mayor *conciencia cenestésica*, teniendo la oportunidad con esto, de encontrar una conexión con la forma especial que cada persona tiene de moverse, esto, en un aspecto subjetivo. Entonces, enfatiza el hecho de permitir que la persona tenga la libertad para moverse de acuerdo a sus posibilidades y espontáneamente, de manera que propicie la confianza en el propio cuerpo, y por lo mismo, en sí mismo.

### 3.3 DANZA Y EDUCACIÓN

*“La danza supone y propone una toma de posición, un estilo de ser y de hacer, lleva y devuelve una imagen del hombre”*

(Robinson, 1992, pág. 54).

Para Robinson (1992), la danza no es sólo una cuestión que implica el aspecto de la estética y de la cultura en sí o un arte escénico, es más que educación artística, va más allá, realmente puede ser imprescindible, porque humanamente puede lograr que las personas se conviertan en mejores seres humanos: *“to make better people”* (Congreso de DaCI, “La danza y el niño” – UNESCO, Estocolmo, 1982), es decir, que el objetivo de la danza no únicamente sea formar bailarines virtuosos, sino seres sensibles y conscientes de su entorno.

La danza inevitablemente ha sido relacionada con el deporte, pero va mucho más lejos pues, no sólo es una disciplina, implica también, una parte artística. La danza esconde muchos significados en sí misma y su lenguaje hace uso de las características físicas, afectivas y cognoscitivas inherentes al ser humano. Hace más fácil la expresión por medio del lenguaje simbólico, con lo que da un sentido diferente y especial a la vida y a su aspecto humano.

Como educación, podría jugar un papel muy importante para que pudiera ser usado en el mejoramiento del desarrollo del infante, puesto que le permite inmiscuirse en el conocimiento de un tipo diferente de expresividad y de formas de simbolizar su mundo.

Aquí la cuestión es, a que tipo de danza debe o puede ser acercado el niño para que en realidad le aporte muchos beneficios y permita que sus potencialidades se desarrollen al máximo.

Myriam Skjörten (Robinson, 1992), pedagoga noruega, menciona respecto a la importancia de que en el desarrollo personal y el crecimiento de un niño exista una enseñanza que le permita movilizar las funciones físicas que incluye los aspectos sensorial, motriz, perceptivo, es decir, mucho de lo corporal, así como los aspectos afectivo, intelectual y social. La danza es un ejercicio que tiene la capacidad de proveer de todo esto, lo cual significa que abarca todas las dimensiones humanas, necesita de todas ellas para completar su tarea,

además de que obliga al individuo a asociarse, y lo hace vivir en el mundo en donde existen todos y no el solo, además, hace que se abra una puerta a sus sentimientos, y que estos logren ser concientizados, concretizados, puestos en libertad, vueltos materia abstracta, y quizá, menos inexplicables.

En su forma educativa tendría que estar totalmente adaptada a las necesidades del niño, y de acuerdo al punto en el que se encuentra en su desarrollo, pues toda aquella vivencia que la danza le aporte a nivel físico (*vivir*), afectivo (*sentir*) e intelectual (*conocer*), puede organizarse de tal manera que se adapte a sus verdaderas necesidades y que además, con la ayuda de sus sensorialidad, de su capacidad reflexiva y de su nivel madurativo, sea capaz de asimilar todas aquellas experiencias, aprendizajes y conocimientos que la danza le puede aportar.

Un niño no debe ser introducido a la danza demasiado codificada, que reprima o de un giro diferente a las características particulares de su motricidad, o que, cuya enseñanza le conduzca a algún daño o problema en el plano físico o mental. Además, y respecto a las experiencias y el acto de pensar, si se le imparte danza clásica, por ejemplo, no hay mucha posibilidad de que tenga autonomía o libertad de acción, ya que es muy estilizada, se centra demasiado en la forma, significa cierto tipo de gestos ya establecidos y no da lugar a la improvisación; un estilo como el jazz, también tiene cierto grado de codificación o gestualidad premeditada; la danza contemporánea, en algunos de sus estilos es demasiado rígida y formal (por ejemplo, la técnica Graham); las danzas populares, tienen un lugar especial, porque son parte de un pueblo o de un país, están representando una cultura particularmente específica, y este hecho hace que haya posibilidades para dar una formación.

Lo importante en esto es que, cuando el niño tenga la oportunidad de acercarse por primera vez a la danza, su experiencia sea neutral, tanto en los estilos como en el aspecto estético, lo cual será propicio únicamente en el momento en que ya se haya hecho una conciencia de sí mismo, tanto en el terreno físico como en el afectivo, y muy importante, que tenga el verdadero deseo y la motivación para buscar el contacto y la experiencia con la disciplina de la danza; no hay mejor educación que en la que se permite a alguien, en este caso al niño(a), a decidir por sí mismo sin que se imponga la práctica de alguna disciplina, cualquiera que sea.

### 3.4 LA MUSICOTERAPIA

*“Platón y Aristóteles bien podrían ser considerados los precursores de la musicoterapia: el primero recetaba música y danza para los terrores y angustias fóbicas: ‘... la música no ha sido dada al hombre para halagar sus sentidos, sino más bien para calmar los trastornos de su alma y los movimientos que experimenta un cuerpo lleno de imperfecciones...’. Y Aristóteles hablaba del verdadero valor médico de la música, cuando afirmaba que la gente que sufre de emociones no dominables ‘después de oír melodías que elevan el alma hasta el éxtasis, retorna a su estado normal como si hubiera experimentado un tratamiento médico o depurativo’”*

(Sainz, 2003, pág. 40).

Sainz (2003), hace mención de la tendencia natural de la música, a evocarnos un sinfín de emociones, y que influye, tanto en nuestro organismo completo como en el aspecto mental. Encontramos rasgos de la música en los elementos de la naturaleza, los sonidos de las cascadas, los ríos, el viento, el canto de los pájaros. Desde el inicio de la existencia del hombre, éste ha vivido en un espacio invadido de sonidos, armoniosos, naturales, que estimula especialmente al cuerpo, en su psique y de manera emocional, lo cual, le induce a la relajación y a la estimulación, así como, le ayuda a crear un ajuste armónico de su energía vital, esto, en un nivel que alcanza a tener una connotación universal y que une a todo ser humano.

En cuanto al aspecto netamente individual, hemos sido objeto de la influencia musical, incluso, desde antes de nacer, ya que en el vientre materno somos receptores de los sonidos generados por el cuerpo de la madre (sonidos que llegan por medio de los líquidos amnióticos, los latidos del corazón, el de la madre y el del bebé), y de ese modo es que, inconsciente e innatamente, llevamos la música y el ritmo en el interior; además de eso, es un estímulo muy fuerte para nuestro intelecto y nuestras emociones.

Pitágoras, por ejemplo, quien fue creador de la octava musical, quiso demostrar que existía conexión entre la música, sus notas y los principios matemáticos en el universo; desde él hasta Platón y Aristóteles, reconocieron la importancia y el poder de la música; Beethoven decía que la música era más

elevada que cualquier filosofía, ya que con su ayuda podíamos encontrarnos con un mundo nuevo y distinto, a lo que estamos acostumbrados a sentir por reacción natural de los sentidos.

*"La música es una revelación más alta que ninguna filosofía, pues nos abre un mundo desconocido que nada tiene que ver con el que percibimos, a través de los sentidos"*

(Sainz, 2003, pág. 14).

Una de las épocas con mucho mayor dinamismo y creatividad fue el Renacimiento, y gracias a éste, el ser humano vivió un profundo proceso de descubrimiento interior, reconociendo la belleza y una parte de ella, como *"experiencias sensuales"*; de esta manera, la música comenzó a adquirir importancia, convirtiéndose en un modo de *"expresión individual"* en el que los elementos humanos fueron haciéndose cada vez más significativos, y desempeño además una influencia civilizadora, ya que lograba reunir a la gente de cualquier clase social.

La música es un lenguaje universal, lenguaje de sonido, también proveniente de la naturaleza, que tuvo y tiene un gran poder sobre el ser humano. En la vida de mundo actual se vive en un ritmo muy rápido que nos llena de tensiones, falta de tiempo, o tiempo que se acorta, por lo mismo, hay menos comunicación, todo se realiza a una velocidad vertiginosa, y se crea un estado de no satisfacción; con todo esto, nos invaden las enfermedades que provienen de este modo de vida, por lo que son casos comunes el estrés, la depresión, la neurosis, la agresividad, la ansiedad, la angustia, la dependencia a las drogas, el insomnio, el alcoholismo, el tabaquismo, que nacen debido a la falta de equilibrio entre nuestros aspectos físico y mental, lo que propicia que nuestra vida no sea precisamente una vida confortable, tranquila, armoniosa, cercana a la felicidad plena. Es así como el ser humano se va alejando cada vez más de sí mismo, de su interior y de la oportunidad que tiene de lograr esos estados, lo cual favorece aún más la aparición de emociones negativas y conflictos del mismo orden. De esto se desprende la existencia de un ser privado de armonía tanto física como mental, y en donde el equilibrio inexistente da lugar a la falta de realización personal en su esencia o naturaleza. Si hace falta armonía, se tiene que buscar, si hace falta equilibrio

también se debe ir en su búsqueda; la música es una herramienta muy útil para que la persona vuelva a encontrar la armonía y tome conciencia de lo vital que es vivir con ella; participa en el restablecimiento de un orden físico y mental cuando es inexistente, y ayuda porque de ella precisamente forma parte la armonía, como una característica propia y natural, y es donde, oportunamente, influye creando ese estado en el cual el individuo puede sentirse realizado, seguro y en un estado de felicidad. La música posee un carácter y produce ciertos efectos, que son resultado de sus elementos sonoros, y de cómo estos se interrelacionan. Dichos elementos son:

- *Frecuencia.* Altura del sonido o número de vibraciones; tiene influencia sobre un nivel físico, e influye en modo racional. Con las vibraciones rápidas hacen que el estímulo nervioso sea intenso, al contrario, las vibraciones lentas, llevan a la relajación.
- *Intensidad.* Tiene que ver con la amplitud de vibraciones, que influye en volumen y potencia, puede ser poco audible o ensordecedor; el efecto que tenga una música, depende mucho de este elemento.
- *Timbre o color tonal.* Depende de los armónicos presentes en cualquier sonido particular; como elemento, es uno de los más sugerentes, por que no posee ritmo y llega a lo sensual, logrando impresiones placenteras, que nada tienen que ver con lo intelectual, y que además evita que se formen mecanismos de defensa.
- *Intervalo.* Se basa en la distancia que existe entre dos notas, y se relaciona con la altura o frecuencia, en sí, es la relación entre dos sonidos musicales de una serie, con la que en consecuencia surgen melodía y armonía.
- *Duración, origen del ritmo y del tiempo.* El ritmo posee más dinamismo y es el más reconocible, combina con frecuencia y timbre, alterna entre tensión y relajación, por los acentos, las pausas, los golpes fuertes o débiles, y se conecta también con la duración de los diferentes sonidos. Algunos de los efectos, por ejemplo, de una pieza en particular pueden ser opuestos, y provocar calma, enojo, o la necesidad de movimiento. Se llega a relacionar con la voluntad y el autodomínio, por ello, posee un orden, es fuerte físicamente hablando y es vigorizante.

Ahora bien, el sonido tiene principios básicos propios uso de la música y la voz humana, y que son importantes para reconocer la influencia que tienen hacia nuestro organismo. Uno de esos principios es el de la *resonancia*, y como tal, tiene total importancia como característica del sonido:

*"Designa la capacidad que tiene la vibración de llegar más allá, a través de las ondas vibratorias y provocar una oscilación similar en otro cuerpo"*

(Sainz, 2003, pág. 21)

Tiene que ver con las vibraciones del sonido que se conectan con las vibraciones de los átomos y las moléculas que hay en el ambiente, y que generan movimiento, lo cual también sería un tema extenso, pero se desprende de esto; nuestro cuerpo esta formado por células y estas a su vez forman nuestros órganos, que dan sustancia y forma a nuestro cuerpo, el cual pues, es una *"caja de resonancia"*, que como tal puede responder a cualquier cantidad de vibraciones y sonidos externos; teniendo características de bioelectricidad, genera una energía (a través del movimiento muscular), que varia, se fortalece o se equilibra por medio del uso de sonidos y la forma en que pueden tener resonancia. A esto se agregan los aspectos eléctrico y magnético, en la primera, se emite energía, y en la segunda se absorbe, lo cual se relaciona con la llamada caja de resonancia: nuestro organismo.

Ahora bien, volviendo al *ritmo* significa también, pulso vital e influye en todo aquello que le suceda a nuestro cuerpo (estados físicos), por lo mismo, es factible utilizarlo para nivelar nuestro pulso agitado, por ejemplo, debido a las resonancias, por las cuales, el cuerpo responde a los sonidos. La *melodía* es apaciguante, puede calmar o alterar los estados tanto mentales como emocionales, logrando también que las tensiones descendan e incide en el dolor, haciendo que se alcance un estado de relajación. La *armonía*, tiene la cualidad de influir tanto en la energía, como en todas nuestras capacidades, ya sea, físicas, mentales y emocionales, haciendo que se incrementen, que decrezcan e incluso que se adapten y que puedan transformarse.

La música pues, no sólo causa efectos en el organismo, nos afecta emocional y mentalmente, y a través de sus elementos consigue liberar emociones con mucha facilidad, que se externen problemas, necesidades, que se equilibren las emociones, y que haya un mejor desarrollo emocional y

afectivo, nos vuelve más vivaces en un nivel perceptual y sensorial: promueve la búsqueda y el encuentro de mejores formas de comunicación sea verbal o no verbal, así como, la interacción social; nos brinda apoyo en cuestiones de desarrollo y formación personal, con problemas de aprendizaje, y en la resolución de problemáticas psicológicas, y además, es útil en el logro del cambio de comportamientos, puede sostener psicológicamente a pacientes que viven situaciones de enfermedades terminales, ayuda en el aumento de la autoestima, la sociabilidad y mejora la capacidad de relacionarse, así como de orientación en la realidad de los adultos mayores, permite mantener en buen estado la memoria, tiene posibilidades de que personas con problemas de déficit mental puedan desarrollar conductas necesarias para su desarrollo, así como, posibilita el aprendizaje y desarrollo de las habilidades sociales, todo esto, además del elemento de entretención que significa.

Tenemos, consecuentemente, que la musicoterapia usa a la música como un medio para generar mejores estados de las funciones física, psicológica, intelectual, y social, en individuos en situaciones problema en cuanto a su salud o su proceso educativo. Y más aún, no sólo se utiliza con personas enfermas, sino con personas que están conscientes de que es necesario tanto el bienestar personal, como explotar nuestra capacidad creativa, así como, aumentar el control del manejo de nuestras tensiones o propiamente, el estrés y hacer que disminuya al igual que en el caso de la ansiedad. Da lugar además, al conocimiento y exploración de los sentimientos, y a que los estados anímicos sean positivos. Permite incluso un desarrollo que implica saberse dueño de la propia vida, con la capacidad de controlarla y llevarla por un camino exitoso, debido a que se propician las *experiencias de éxito*. Algo también muy importante, la musicoterapia combina dos artes: la música y la danza, que en la práctica son aplicadas terapéutica y preventivamente.

Serafina Poch (Sainz, 2003), musicoterapeuta, ve en la musicoterapia una forma del lenguaje que representa la cuestión afectiva, además de un lenguaje no verbal, que puede incluso, en el caso de una mujer embarazada, comunicarse hacia el feto; esto, debido a que la música como forma de comunicación posee en sí misma un lenguaje emotivo, por lo cual puede aplicarse, así como beneficiar a todo ser humano, en situaciones diferentes, llevando por supuesto un tratamiento personalizado. Para esto, se utilizan

cuatro técnicas básicas: audición musical, canto, improvisación musical libre (con instrumentos simples o complejos), y la música con el movimiento, o la danza en sí misma. La musicoterapia, se basa en la importancia de las interacciones musicoterapeuta-paciente, ayudándose del sonido, ya sea musical o no, así como el uso de técnicas que sean acordes al paciente y su patología en particular y su estado psicológico al momento; es muy relevante que la meta u objetivo que se trace deben plantear su objetivo no en lo musical, sino en lo terapéutico, es decir, lo importante no es que el paciente se vuelva diestro en el uso de un instrumento musical, o que sea necesaria cierta calidad artística, sino que esto le sirva como un medio para reajustarse física, mental y emocionalmente.

*“Volviendo a la naturaleza de la musicoterapia como fusión de música o terapia es, a la vez, un arte, una ciencia y un proceso interpersonal. Como arte tiene que ver con las características de la subjetividad, la individualidad, la creatividad y la belleza. Como ciencia, con objetividad, el colectivo, la demostración y la replica. Y como proceso interpersonal, con la empatía, la intimidad, la comunicación, la influencia recíproca y la relación terapéutica-paciente. Podríamos decir, como resumen, que es un proceso facilitado por el arte, pero guiado por la ciencia”*

*(Sainz, pág. 40).*

Según una definición muy concreta de Ducorneau (1988), la musicoterapia es un medio para abrir nuestros canales de comunicación, para esto se sirve únicamente de tres cosas: el sonido, el ritmo y el movimiento.

La música en este caso, puede definirse no por su técnica, virtuosismo o por la emoción estética que desencadene, sino por ser un lenguaje que ayuda a expresar emociones, sentimientos, percepciones, sensaciones, por ello, es que permite que nazca o renazca la comunicación. Al respecto, la comunicación se lleva a cabo con ayuda del lenguaje, y se adquiere antes de asistir por primera vez a la escuela. Cuando la musicoterapia es aplicada hacia los niños, utilizada para una re-educación, es importante tener en cuenta que un niño innatamente es capaz de crear sonidos (al igual que lo hacen los animales), antes de aprender el lenguaje con el que después se comunicara, y puede, al parejo de cualquier niño en cualquier parte del mundo, comunicarse

usando sonidos universales, de esa misma manera es que comienza a tener el conocimiento del mundo, por los sonidos que se emiten de él, sonidos que son recibidos por su órgano auditivo y por el cual también reconoce la forma de comunicar de los otros a través del lenguaje, así como más adelante lo ayudará a comunicarse de una manera consciente con el medio que lo circunda, además de dirigir el diálogo consigo mismo. El lenguaje crea la comunicación y forma el pensamiento que es su lenguaje dentro de sí mismo, el pensamiento empieza a existir a partir de que se da el aprendizaje del lenguaje hablado. Agreguemos a esto, que al utilizar el lenguaje hacemos uso también del cuerpo, como medio de formación de nuestro mundo, porque a través de éste el niño se relaciona con lo que existe fuera de él, podríamos decir entonces, que lenguaje y cuerpo significan comunicarse con el mundo.

En el niño, su entorno tiene una connotación afectiva, su audición es un canal que le proporciona un conocimiento afectivo proveniente del medio externo, por lo que es sustancial que la información o las impresiones que reciba del exterior sean de características fieles y exactas. Para ello es importante tener un buen oído, esto tiene que ver con algunos conceptos que Edgar Willems (Ducourneau, 1988), que habla de una "*actividad orgánica*" definida como "*sensibilidad auditiva*" ligada al hecho de oír. Se puede percibir un sonido involuntariamente, y tomar parte de ese acto con ayuda de la atención voluntaria. Escuchar, significa además, una "*reacción emotiva*": lo que proviene del exterior acarrea reacciones de afecto, con lo cual se está en disposición o no de recibir lo que llega al sentido auditivo, es decir, se siente agrado o desagrado respecto a un sonido. Como último término está: entender, que refiere al darse cuenta, ser consciente de lo que se está percibiendo, que también puede ser llamado como inteligencia auditiva.

Si se llegan a encontrar dificultades pues, en relación con la capacidad auditiva, hay posibilidades de reeducar y-o desarrollar el sentido auditivo. Si se escucha, entonces se entiende, pero es necesario -cuando el escuchar no llega a su consecuencia lógica que es recibir y reconocer ciertos datos auditivos-, detectar los problemas que estén evitando una buena escucha, los cuales pueden provenir de factores ya sea, fisiológicos o afectivos.

La música puede ayudar a desarrollar el verdadero potencial auditivo, logrando que se llegue a denotar y a diferenciar las cualidades del sonido en

términos de intensidad, altura, o timbre, lo cual es indispensable en la eficacia de los otros tipos de aprendizaje. La música por sí misma, y con la dirección correcta es capaz de dar enseñanza a un niño, ayudándole a entender y escuchar activamente, siendo reflexivo, y además, si es utilizada para provocar su imaginación, entonces, es factible que haga crecer el espacio necesario en sí mismo para así potencializar, descubrir y dar rienda suelta a la capacidad creativa inherente a todo ser humano.

La misión en este sentido, no es la formación de artistas, sino, del simple uso de la música para educar o reeducar a los niños, y que adquieran todos los aprendizajes que necesitan; para ello se hace uso de tres elementos: *ritmo* (que incluye tiempo y medida), la *melodía* (sonido, intervalos melódicos, escalas, modos), y *armonía* (intervalos armónicos, acordes). El ritmo esta en el cuerpo, se siente, es parte de la vida, sobretodo cuando se habla de que en el cuerpo hay ciertos elementos que remiten precisamente al ritmo, como los latidos del corazón y la respiración; el cuerpo representa la vida fisiológica a través del ritmo, movimientos como la marcha, la respiración, o el latido del pulso se derivan del instinto. La *melodía* se relaciona directamente con los afectos, porque abre espacios para que las emociones en toda su magnitud sean liberadas. Cuando escuchamos (que en este caso es llamado la “escucha musical”), en primer lugar, se da una reacción por instinto, hacia el impacto que proviene del exterior -los impactos de este tipo provocan reacciones afectivas- y puede ser de aceptación, si el sonido es agradable o bien, una conducta de defensa. A partir de ahí, es que se da el paso hacia *oír-escuchar*, el acto de escuchar se efectúa por ánimo, motivación de deseos o emociones. La *armonía* requiere de la inteligencia para ordenar, sintetizar, y la organización de los elementos de la música es debida al trabajo del propio cerebro.

Los tres elementos fundamentales de la condición humana: vida fisiológica, vida afectiva, y vida mental, se asocian directamente con el ritmo, la melodía y la armonía, elementos propios de la música. Así pues, el trabajo consciente con el oído y los sentidos, permite contener esos mismos elementos:

*“La audición, desarrolla la atención y la memoria; la afectividad: un sonido entraña una emoción; el dominio mental: hay que comparar, juzgar, analizar, sintetizar”*

(Ducorneau, 1988, pág. 60).

Con estos elementos se puede hacer un buen trabajo en la educación, donde precisamente se ha descuidado el aspecto relacionado con la cuestión auditiva que deviene importante, porque gracias a nuestro órgano auditivo tenemos acercamiento a los sonidos y a sus fenómenos. Si el niño se hace sensible al sonido, con esto podrá encontrar sus propias cualidades. Un niño en edad de tres a siete años, en cuyo caso sus experiencias sobre todo, son sensoriales, podría recibir justamente una educación o disciplina de la audición que fomente su atención y su memoria las cuales se relacionan con los datos del mundo externo, haciéndolo además sensible a los sonidos, cumpliendo de esta manera con algunos de los objetivos de que tenga un fin pedagógico. Se trabaja con el ritmo, en cuyo caso tiene que ser vivido en carne propia, siempre retomando las posibilidades, del ritmo individual o personal, así como, que el niño tome conciencia de la duración, espacio e intensidad, y finalmente, la etapa de creación, que en dicho caso se comienza por los movimientos naturales del niño como la marcha (lenta, enérgica, pesada, cansada, firme, alegre, grotesca, etc.), en seguida un caminar acelerado y después el regreso lento a la marcha, se incluyen saltos, galope y balanceo. Todo esto se desprende por supuesto, de la educación corporal y se tiene que alcanzar un punto en donde se vuelva más complejo y que se propicie la movilización del niño en todos los niveles, y en donde todo su cuerpo sea partícipe.

*“La percepción del cuerpo, del espacio vivido, ayudan a la aparición del lenguaje y recíprocamente, el esquema corporal y el espacio se estructuran gracias al lenguaje. El niño vive toda reeducación en su cuerpo. Por medio de esta comunicación con el medio, las experiencias corporales se viven intelectual y afectivamente, esta implicada la persona en su totalidad”*

(Ducorneau, 1988, pág. 77)

Es así como vemos que no puede evitarse una relación entre la música y la danza, ya que gracias a esta es posible un sinfín de variaciones, hasta alcanzar incluso una liberación y creación fuera de lo habitual, pero siempre es necesario ir poco a poco, sin omitir pasos, llevando a cabo, también ejercicios de desarrollo de la motricidad.

Al respecto, se destaca en este caso la parte activa de la musicoterapia en oposición a la musicoterapia receptiva, puesto que hace participar activamente a los niños, y les da la libertad de expresarse de manera individual, también, dando valor a la participación en grupo y a las reglas que esto implica, así como la manera en que se propicia la creación grupal, creación común que lleva forzosamente a escuchar a los otros.

La música adquiere, un papel aún más relevante, en tanto que, nunca va a tener una influencia segmentada, ya que hace que el cuerpo y sus sensaciones cambien, que las emociones salgan a la superficie, y puede lograr que incluso el intelecto se active, soltando y liberando su capacidad analítica, porque tiene influencia en el individuo íntegramente y es también donde se confirma que cada aspecto en el ser humano (mental, corporal, emocional, espiritual) forman una unidad indivisible.

La educación que se lleva a cabo con la musicoterapia, debe permitir alcanzar un nivel de *toma de conciencia de sí mismo*, lo cual se logra a través del uso del cuerpo como instrumento de búsqueda de conocimiento del mundo y del individuo mismo, siendo un apoyo para el desarrollo de la personalidad, ya que ayuda a liberar al verdadero ser humano que se esconde tras las fobias, los miedos, los traumas, las angustias. Teniendo en cuenta que es también un camino que lleva a encontrar nuevas formas de comunicación, y que esto depende de las características individuales, por ello es que principalmente va orientado hacia las personas que padecen precisamente de algún problema relativo a la comunicación o bien, de socialización.

La música, por su relación con el tiempo, puede usarse en desordenes espacio-temporales, y como un lenguaje que permite el acceso de toda persona, ayuda en trastornos de pensamiento; por su conexión con el aspecto humano afectivo puede curar "*trastornos de la afectividad*" y abrir canales para que las emociones puedan encontrar salidas que sanen a las personas en ese terreno que es tan importante para cualquier ser humano, pues como tal, su estado anímico depende siempre de sus emociones, por lo tanto, depende aún más de como las controla o como las maneja, lo cual también tiene un efecto inevitable sobre los otros aspectos.

Obviamente, se entiende que no es un remedio capaz de curarlo todo, y aún cuando es posible que restablezca el contacto con el mundo, dando lugar

otra vez a la comunicación, en otras ocasiones debe planear objetivos más humildes, y/o ser únicamente una técnica de apoyo en las terapias; por otro lado, tiene mayores posibilidades de éxito en el trabajo con autistas, ya que por medio de ésta, se sensibilizará al niño alejado del mundo, para que nazca de él, el deseo de comunicarse. Pero, lo importante aquí, es que hay una participación de todo un equipo: educadores, maestros, psiquiatras, psicólogos, y la misma familia, puesto que, sólo de esa manera, habrá verdadero éxito en las intervenciones con apoyo de la musicoterapia.

*“Se dice que el primer episodio de musicoterapia es efectuado por David con su arpa frente al rey Saúl. En la Biblia, (Samuel 16:23), encontramos: `cuando el mal espíritu de Dios se apoderaba de Saúl, David tomaba el arpa, la tocaba, y Saúl se calmaba y se sentía mejor, y el espíritu malo se alejaba de él...’”.*

(Ducorneau, 1988)

### 3.5 PSICODRAMA

El psicodrama fue creado por Jacobo Levy-Moreno, un médico rumano, quién buscaba que el hombre lograra ser un ser humano *“íntegro, creativo, espontáneo, y sin ataduras”*. Su primer búsqueda se dio en el *“juego de Dios y los Ángeles”*, y se trataba de jugar a ser Dios, pero aquel que yace en nuestro interior y no el que es juez implacable de nuestra conducta y que la premia o castiga. El juego en sí mismo, sirve para resignificar experiencias traumáticas pero también permite inventar, imaginar y crear. Dios es un creador también, y el acto creativo como tal, es algo que nos lleva al contacto con Dios. La mejor forma para crear es cuando hacemos uso de nuestra espontaneidad, la cual unida a la creatividad, son conceptos importantes para el concepto de psicodrama de Moreno (Bello, 2002).

El psicodrama es pues entendido como una forma de jugar, haciéndolo de dos maneras: en modo de psicoterapia, que logra que un conflicto vivido se vuelva a elaborar y obtenga un nuevo significado, con el uso de un juego que no siempre puede ser agradable, pero que sí genera emociones, representándose personajes, escenas en donde se busca que una historia ya

escrita en la vida de una persona termine con una nueva solución o un final diferente (*“respuestas nuevas a situaciones viejas”*).

El segundo antecedente, cuando siendo estudiante, en sus paseos por Viena, juntaba a los niños que estaban en el parque para contarles cuentos, los motivaba a que los representaran, y a que crearan cuentos propios, naciendo de esta forma un modo diferente de enseñanza y aprendizaje: el psicodrama pedagógico, por el cual se aprende a través de la acción y se fundamenta entonces en el acto creador, es el arte que se sirve de lo espontáneo para crear un método de enseñanza-aprendizaje que se encarga de educar el intelecto, pero que también integra el trabajar con cuerpo y emociones, lo cual indica que más que preocuparse en principio por la creación de conceptos específicos respecto a un hecho, es importante experimentar, y sobretodo aprender a través del hacer.

El tercer antecedente, proviene del momento en el que se dice, nace el sociodrama: una sesión en un teatro de Viena, en la época de la posguerra, cuando políticamente existe una situación de caos, sin líderes y sin futuro. Moreno, casi sintiéndose un Mesías, exhibicionistamente, cree que salvará al mundo. En un escenario ante más de cien personas, en donde lo único que hay es un sillón rojo y encima de este una corona de cartón, invita a la audiencia a subir al escenario para ocupar el sillón y hacer de este un trono, para así convertirse en su propio líder; todo fracasa porque su objetivo era totalmente excedido en ambición, el psicodrama no sirve para salvar ni a los países, ni a la humanidad, aunque quizá, sí, con su ayuda, se pueda llevar a la reflexión y debido a eso, ocasionar un cambio, nada más.

El sociodrama es anterior al psicodrama, Moreno lo define como un método que va a servir para la elaboración de temas relacionados con aspectos grupales y comunitarios, con el cual cada elemento humano se representa a sí mismo. Tanto el sociodrama como el psicodrama hacen uso de las mismas técnicas y a la vez se complementan.

El cuarto antecedente viene de la época del *“teatro de la espontaneidad”*. Moreno aún no estaba en la búsqueda de la técnica terapéutica, le interesaba más bien un teatro en el que no existiera lo rígido del texto, la atadura a los argumentos y la repetición diaria de las mismas palabras. El teatro espontáneo usaba como una forma de trabajo *“el periódico viviente”*, con lo cual, se

retomaba una noticia del periódico del día, representándose con el apoyo de actores entrenados, y buscando a otros de entre el público. Una de sus actrices entrenadas, Bárbara, gustaba de representar roles románticos y de mujer ingenua, estaba casada con George, un admirador de ese estilo de teatro. Al poco tiempo de casados cambiaron las cosas, el matrimonio ya no era tan feliz; el hombre pidió a Moreno que lo ayudara, su esposa en su vida cotidiana era totalmente lo contrario a los personajes que representaba, lo insultaba, lo agredía físicamente. Moreno pidió a Bárbara cambiar de sus personajes ingenuos y románticos a otros que representaran la naturaleza del ser humano en su lado crudo, vulgar, estúpido, agresivo; la idea la entusiasmó, y actuando de esta manera le sirvió como catarsis, su comportamiento en el hogar empezó a cambiar. George mientras tanto observaba y daba reportes a Moreno. De esta anécdota es que nace el *"teatro terapéutico"*. Después, da otro paso con el que tiene nacimiento el psicodrama: le pide a Bárbara actuar junto a George, su esposo, comenzando a representar escenas de su vida verdadera, pasando así, a la representación. De este modo es como toman lugar los elementos del psicodrama: protagonista, yo-auxiliar, director, espacio dramático y audiencia. Así, en un análisis posterior, estos protagonistas que representaban su propia vida, a través del psicodrama naciente, logran reencontrarse a sí mismos, y uno con el otro, de alguna forma se "curan". Aquí es en donde Moreno se coloca por primera vez en su rol de terapeuta.

El psicodrama da ayuda al ser humano en el sentido de que este no tiene un papel secundario, al contrario, lo convierte en protagonista de su vida, esto por medio de representar escenas con el juego como instrumento, y de la búsqueda de desarrollar su lado espontáneo y creativo, poniéndolo en la exploración del lugar que ocupa *"el otro"* en las experiencias reales, más aún haciendo una recreación de estas en un espacio dramático, donde el protagonista juega representando sus propias vivencias.

Para el psicodrama es sumamente importante, el trabajo con los grupos, puesto que, es donde el ser humano está inmerso toda su vida, porque en ellos interactúa, comparte, se conecta, juega, trabaja, etc.; además de tener un campo importante en la cuestión clínica, también puede usarse para coordinar grupos en general, docencia, capacitación, además de formación de actores.

Ahora bien, el método psicodramático tiene como objetivo hacer una coordinación de grupos con el apoyo de la misma acción, además de que la sociometría (ciencia de las relaciones interpersonales) le da forma como teoría básica. Sus bases filosóficas son tres:

- *La filosofía del momento.* Cada momento en la vida proviene del entrecruzamiento de nuestra historia personal y lo que sucede en el presente (las acciones), por lo tanto, todo lo que ocurre acontece en el aquí y ahora, desde ahí observamos la existencia. Las acciones tienen su origen (matriz), su desarrollo (status nascendi), y su lugar (locus).
- *El encuentro yo-tu.* El psicodrama se fundamenta como una filosofía que se enfoca hacia las relaciones humanas, las cuales nacen no a partir de un “yo” que tiene relación con los demás, sino en el encuentro que se da entre una o más personas, que viven experiencias de amor o enfrentamiento. Así que, lo importante no es la persona en sí misma, sino el encuentro y lo que implica la vivencia grupal, los diversos encuentros humanos que genera y el encuentro que provoca del ser individual consigo mismo y que es tan vivificante.
- *Recuperación de la espontaneidad y la creatividad.* La espontaneidad es aquí una respuesta adecuada a una situación nueva, se necesita responder dando nuevas respuestas, de manera espontánea y creativa, un niño, por ejemplo, es espontáneo naturalmente, la espontaneidad esta conectada con la creatividad, ésta última no puede existir antes de la espontaneidad, porque con ella se potencia a su máximo alcance.

*“La espontaneidad es el catalizador de la creatividad; ambos conceptos son también una filosofía del aprendizaje. El ser humano se mueve siempre entre el automatismo y la reflexión, entre reproducir y crear, entre el acto creativo y la conserva cultural (cultura enlatada); Son también la base de la simplísima concepción psicopatológica moreniana: un hombre espontáneo y creativo es un hombre sano”*

(Bello, pág. 172).

Los núcleos teóricos básicos del psicodrama son:

*1.-Teoría de los roles.* Son las llamadas unidades de conducta, de la más pequeña a la más grande, de lo simple a lo complejo, y en permanente interacción, y en donde los roles encuentran su complemento, esto es, por

ejemplo: madre-hijo, maestro alumno, etc.; y según Moreno, de los roles es de donde nace el "yo". En el momento en que la espontaneidad no es libre, digámoslo así, los roles se muestran en un papel inflexible, duro, perteneciente a los estereotipos, un rol encajonado, inamovible, por otro lado, cuando nuestro aspecto espontáneo va llevando un buen desarrollo, de libertad, somos capaces de crear roles diferentes a los habituales y mostrar mucha más creatividad en los roles que desempeñamos y en la sociedad, además de que hay más flexibilidad para los cambios. Los roles son pues, una especie de personajes distintos que utilizamos en diversas situaciones en la vida cotidiana, y que el psicodrama se encarga de liberar o dejar salir -sobre todo aquellos roles que tiene complementos patológicos-, para lograr el reconocimiento de la capacidad del ser humano de dar vida no a un solo rol, sino a varios bullendo en su interior, que le permitirían ver la vida de otras maneras posibles y también usándolo en el aspecto creativo, que además deja que fluyan los aspectos negativos de manera más suelta.

2.- *Tele y transferencia*. Es también una unidad, unidad de sentimiento, que se dirige de un individuo a su semejante. Las personas suelen elegirse a partir de ciertos criterios que los llevan a realizar o compartir pequeñas o grandes tareas o actuaciones, por ejemplo, la formación de una familia. Dichas elecciones se pueden manifestar con los siguientes signos: positivo, negativo y neutro. Cuando se elige mutuamente se puede también llamar encuentro, incluso el rechazo de uno u otro y viceversa, es también un encuentro, aunque negativo. En el primer instante en el que sucede el encuentro, se da también la comunicación, así, aunque la comunicación sea mínima, sí ocasiona encuentros positivos o negativos, desde ese momento existe "el factor tele" y para ello, a partir de esa comunicación y su transmisión, cada uno se convierte en receptor y emisor al mismo tiempo. De cierto mensaje, que se percibe y se emite adecuadamente, los encuentros suceden en el tiempo del aquí y ahora, y cuando hay sentimientos transmitidos se le llama "*momento de encuentro*"; la historia personal se involucra en esos momentos, sea consecuente o no, lo que conlleva a la comprensión de sí mismo dentro de tales hechos, y a partir de su perspectiva individual. Cuando la comunicación se distorsiona, no hay encuentro, tendemos a interpretar lo que sucede en la realidad, a partir de las experiencias pasadas, cuando sería más fácil, simplemente limitarse a la tarea

de percibir el momento presente a manera de observar vínculos; al interpretar el presente a partir de las experiencias del pasado, se pierde la espontaneidad, no hay vivencia del presente y se propicia en todo caso un *des-encuentro*; de este modo “*el factor tele*” distorsionado, aparece como una incongruencia y se llama transferencia. Terapéuticamente, se busca hacer “arreglos” a este factor, para que ya no exista la distorsión, y se hace con ayuda del análisis de la transferencia, a través de las acciones que origina el psicodrama, con lo cual, los “*fantasmas personales*” son buscados para que se manifiesten en el drama, así puede verse, por ejemplo, cuando la comunicación en un grupo se muestra distorsionada por la aparición de esos fantasmas.

3.- *Teoría del desarrollo del niño*. De esta teoría nace también la técnica psicodramática. Para Moreno el nacimiento de un niño es la mayor muestra del significado de la espontaneidad. Al estar el niño en un estado de indefensión, es sacado de la placenta materna para ser llevado a la placenta social, y en consecuencia, hacer de él un ser totalmente socializado, por la interrelación tanto social como cultural en la que está inmerso desde que nace. Esta llamada placenta social, se convierte en el universo entero del niño, un universo inicial en el que el niño no es más que un candidato para llegar a ser protagonista de su vida. La madre es el primer “*yo auxiliar*”, prolongación de su cuerpo, pues hace por el niño lo que este no puede, es como otro yo, existen y experimentan juntos. El niño pasa por varias etapas, cuando se da cuenta que hay otra parte (la madre), reconoce la separación que puede haber entre las partes y que lo ayuda a saberse diferente al otro, posteriormente, puede darse cuenta también de las diferencias existentes en el mundo, a saber el significado de la fantasía y la realidad, la diferencia entre él (yo), los demás, y las cosas, y una vez que concientiza tales diferencias hay posibilidad de invertir roles.

Es así como a partir de esta teoría se recrea la vida a través del psicodrama, tomando elementos de la propia vida: el protagonista, en quien se concentra el acto dramático; el yo auxiliar, a través de sus representaciones, muestra escenas que involucran a todos los elementos del grupo, pueden ser personas entrenadas, o sencillamente los compañeros pertenecientes al grupo; el director, que se encarga de dirigir la representación dramática y el manejo de técnicas y recursos utilizados en el psicodrama, además de que es la conexión entre grupo y protagonista, coordinando el lugar en el que se da la situación de

compartir (sharing); el espacio dramático, lugar, espacio físico para la representación de la acción (dramatización) o mejor dicho “*el lugar del como sí*” dramático, el *como sí* representa a la vida real; y por último, la audiencia, que se diría son los observadores, porque no se involucran dentro de las escenas, es decir, se mantienen en un lugar aparte del que se usa para la dramatización, la participación es en el silencio, ya que posteriormente llega el momento de compartir impresiones.

Los pasos a seguir en el psicodrama son:

1.- *Caldeamiento: calentamiento, atemperación o warming up*: la preparación para la acción, como la que tenemos en la vida real, tanto física como emocionalmente, y que se facilita por medio de ciertos recursos y técnicas como los juegos dramáticos, las fantasías dirigidas (o psicodrama interno), y auxiliares como la música, y la expresión corporal o verbal.

2.- *Dramatización o acción*: propiamente dicha: centrada en el grupo, el individuo o varios protagonistas.

3.- *Compartir o sharing*: dar palabras a los sentimientos y/o recuerdos, que hayan surgido mientras se efectuaba el acto de dramatización. El protagonista se pone en el papel de recibir, y el grupo es el protagonista. Lo importante aquí, es hablar de las experiencias y los sentimientos en ambos casos.

4.- *Procesamiento y conceptualización*: este paso es útil únicamente en los grupos en los que se está llevando el aprendizaje del psicodrama, se hace revisando las vivencias que surgen de la dramatización y relacionándolo con las teorías y técnicas psicodramáticas.

Tenemos tres técnicas básicas del psicodrama derivadas de las funciones de la madre en su rol de yo auxiliar. Las implementa el director, pero se dirigen básicamente al yo auxiliar:

*Doble*: el auxiliar hace o dice aquello que el protagonista no puede por sí mismo (la misma función inicial de la madre para con el bebé)

*Espejo*: El yo auxiliar hace que el protagonista vea una imagen de sí mismo, su función es devolverle su propia imagen al protagonista.

*Cambio o inversión de roles*: el mismo yo auxiliar representando un rol de un personaje significativo para el protagonista, intercambia esos roles y le da oportunidad de sentirse en el lugar del otro.

Las técnicas secundarias, las utiliza el director cuando interviene en la dramatización y son las siguientes:

*Soliloquio*: El protagonista habla de lo que piensa pero que no dice, bajo la premisa de que los otros no oyen.

*Entrevista o interview*: El director hace una especie de reportaje al protagonista, ya sea en su propio rol o en otro, y se obtiene información respecto a los personajes y sus ideas.

*Maximización*: Un gesto, frase o acción son elegidos por el director, y por ser relevante se recrea con mucha más elocuencia, para que sea mejor comprendido o para hacer que la historia cambie o “de un giro”.

*Cámara lenta*: Con esto se logra que la atención se enfoque en un momento específico de alguna escena, para con lograr que se recupere algo que en la escena real no pudo percibirse.

*Interpretación desde el rol*: El director puede hacer una interpretación en el momento de la acción, lo cual lo diferencia de una solitaria y posterior verbalización.

*Concretización*: Se hace una representación que se sirve de alguna imagen, sentimiento o situación específica, externados por el protagonista, lo cual ayuda a apoyar en los momentos importantes o que pueden influir en la resolución dramática con el fin de encontrar escenas del pasado que permitan dar un sentido a las escenas del presente, o bien para lograr que el protagonista decida lo que desea hacer respecto a sus circunstancias.

Entre los recursos del psicodrama se encuentran:

*Dramatización de escenas*: recrear las experiencias del protagonista en el espacio dramático.

*Dramatización completa*: Se llama así cuando las dramatizaciones (clínicas o terapéuticas) ponen a trabajar el “*mecanismo de catarsis de integración*”, llevando un proceso desde la periferia al centro y de lo superfluo al punto donde se encuentra el núcleo del conflicto.

*Viñeta*: Se condensa la dramatización completa y se retoman elementos importantes del pasado, y que son determinantes en el proceder actual del protagonista, y se evita el “*recorrido regresivo*” hacia varias escenas.

*Dramatización de sueños*: Se hace una exploración dramática de escenas oníricas.

*Dramatización de duelos:* El psicodrama permite una recreación de lo no presente, en el espacio dramático, para hacer un “*trabajo de duelo*”, concepto proveniente de Freud. Se puede entonces, vivir un proceso de duelo en menor magnitud, y en todas sus partes, como la negación, la rebeldía, el enojo, la aceptación, la gratitud, la despedida, y finalmente, la incorporación de lo vivido.

*Dramatización de imágenes:* Las imágenes se vuelven simbólicas, no tienen tiempo, lugar o acción, (ejemplo: esculturas, fotos, etc.)

*Juegos dramáticos:* El psicodrama deja de serlo, si no hace uso de lo lúdico. El juego en este caso va dirigido hacia el grupo, se puede jugar a hacer, o ser lo que sea, o bien, hacer dinámicas con juegos totalmente estructurados.

*El teatro espontáneo:* De este surgió el psicodrama, y se diferencia en que, el protagonista queda fuera de la escena y se limita a relatar una historia que representan actores y yo auxiliares. Puede tener variaciones con el uso de películas (cinedramas) y noticias del periódico (periódico viviente) que sirven como pretexto para una representación.

*Psicodrama interno:* O fantasías dirigidas. Se usa la imaginación a modo de espacio dramático y en calentamiento en trabajo con grupos grandes, a manera de sustitución del psicodrama activo, en casos de protagonistas que carecen de la habilidad de movilizarse.

*Role playing o desempeño de roles:* Se dramatiza dentro de un grupo, y se enfoca en un rol en particular.

*Trabajo de encuentro:* Se trata de buscar una conexión entre personajes protagónicos, pueden utilizarse un buen número de técnicas psicodramáticas, como el espejo, cambio de roles, entre otras, con lo que el interés particular es reconstruir “el factor tele” en una relación, y permite, entre otras cosas dramatizar las situaciones en sus diversas versiones que provocaron el conflicto o malentendido.

Los mecanismos de acción son los siguientes:

*Catarsis de integración:* catarsis significa limpiar, purificar. Hipócrates lo definió como “*vomitara o purgar la enfermedad*”; poco a poco, va tomando un sentido psicológico: la purga de las emociones o una forma de expresar. Para Aristóteles, era útil para nombrar al resultado, efecto que la tragedia provocaba en el auditorio. Según Freud, era una manera de descargar las emociones que

surgen debido a determinados recuerdos relacionados con situaciones-trauma, que son verbalmente expresadas.

Moreno utiliza la idea de Aristóteles, ampliándola y dice: *“es un proceso que no solo apacigua y descarga al sujeto, sino que también le suministra equilibrio y paz interna”* (Bello, pág. 177). La catarsis no solo se limita a descargar una emoción, logra además que el pasado se convierta realmente en pasado y que la tragedia adquiera tintes de drama e incluso de comedia.

*La dramatización completa:* es la que produce el cambio para que suceda *“la catarsis de integración”*, ya que aquella logra recrear un proceso terapéutico aunque a baja escala.

*Insight dramático:* Insight *“significa mirada hacia el interior”*, implica un conocimiento nuevo de sí mismo, que influye en el crecimiento personal, ese conocimiento puede proceder del uso de alguna técnica del psicodrama, que actúa como forma de intervención que moviliza al cambio.

*Elaboración mental:* es también un mecanismo de acción y se refiere al proceso en el que se hace la simbolización y en el cual el protagonista suele expresar con palabras el aprendizaje que tuvo al término de una sesión, lo que recuperó de su historia pasada o actual, y que sucedió mientras ocurría la dramatización. Hay diferencia entre interpretación y elaboración verbal, la primera la lleva a cabo únicamente el terapeuta, y la segunda el protagonista.

### 3.6 ARTE Y EDUCACION ESPECIAL

*“El arte es placer; el arte significa el instinto creativo básico presente en cada uno de nosotros”.*

*“En primer lugar, y por encima de cualquier otra consideración, el arte es un acto lúdico de la imaginación creadora”*

(Tilley, 1981, pág. 15).

Tilley (1981), menciona que el arte tiene la capacidad para incluso ayudar en la mejora de niños con retraso respecto a su capacidad mental y física, incrementando su autoestima y autoconfianza entretanto va adquiriendo habilidad en la práctica del arte.

Los niños con problemas físicos, a la larga se benefician, ya que debido a la necesidad propia de la misma actividad, de llevar a cabo, con el tiempo movimientos más complejos y finos con sus manos, pueden llegar a un control en un nivel motor, lo cual repercute en el control de sí mismos.

En este caso, se habla del arte de la pintura, y en esto deben tener la mayor libertad, permitirles manipular objetos, pintar, y jugar con formas y colores. El maestro debe darles posibilidades y diversos estímulos que le den a su vez diferentes niveles de experiencia, de manera que las técnicas con las que se les enseña, les deben ayudar a sentirse gradualmente confiados. De este modo se podrán concentrar y expresar sus ideas y emociones, en lugar de distraerse pensando en el “como” trabajar.

El arte a través de la pintura puede ayudar a aquellos niños que tienen alguna dificultad mental, y que no pueden compartir ideas o emociones, a entenderse ellos mismos, debido a que tiene menor dificultad pintar que usar el lenguaje verbal y a través del acto de pintar tienen un medio para expresar sus ideas, reacciones o sentimientos que aparecen en torno a ciertos sucesos o experiencias propias. Un niño debe comunicarse primero, transmitiendo información a los demás, respecto a sus necesidades, sean físicas o emocionales, y segundo, con ellos mismos. El lenguaje hacia los demás y hacia sí mismo le permite expresarse, y si no hay ese lenguaje, su mente será un conjunto confuso de respuestas hacia los estímulos del entorno y ante los cuales pueden reaccionar no sólo emocionalmente sino también con cierto nivel de frustración. Esos niños con dificultades en la expresión del lenguaje oral, por medio de la pintura dicen a los demás sobre los sentimientos que también, como los otros, tienen, pero que no pueden expresar de la manera convencional, y además, les ayuda a crear “*estados mentales concretos y permanentes*”, con lo que sus emociones descontroladas pierden intensidad y se controlan con mayor facilidad. El arte en su modalidad de interpretación y escenificación logra que el niño regule sus emociones y reacciones, cuando se recrean en situaciones controladas.

Justo en el momento en que se comunica, y que se expresa el pensamiento, también crece un sentimiento de autoidentificación, lo cual es útil para estos niños que necesitan ayuda en la formación de una idea de ellos mismos, así como el sentimiento de tener una identidad propia. El arte como

actividad tiene la facilidad de hacer sentir un estado de realización, en particular en niños que por su condición no han podido experimentarlo en otros aspectos de su vida, esto es, la sensación de tener éxito, así que las actividades artísticas pueden en un momento dado, ir encaminados precisamente hacia la necesidad del desarrollo de autoconfianza, poniendo especial atención en la necesidad individual de cada niño, así como dándole valor a su desempeño artístico, para que sientan orgullo por su trabajo.

Los niños en su desarrollo normal, son diferentes, esto depende de su inteligencia, de las experiencias que pueden tener, de la influencia de su mundo circundante, y si estamos hablando de arte, de que tanta posibilidad tiene de acercarse a este y a su vez, experimentarlo por sí mismos. En un niño con retraso, depende además, de la gravedad de su problema mental, de su problema motor, y de sí, en el aspecto emocional hay estabilidad o no. La forma en la que va evolucionando el trabajo artístico, será igual al de un niño "normal", sólo que con lentitud, aunque no alcanzan los últimos niveles o estadios, por lo que es indispensable que se sean receptores de experiencias diversas y completas, para enriquecerlos hasta las fases que puedan alcanzar.

Partiendo de la idea de que cada niño tiene en particular sus propias características, las cuales deben tomarse en cuenta, hay niños o adolescentes que no han tenido ningún tipo de experiencia artística, y mucho menos en lo que toca a la pintura, por ello, deben tener la oportunidad de experimentar con el garabateo y el simbolismo, usando simplemente sus dedos formando estructuras con apoyo de garabatos y formas libres. Asimismo, si se trabaja con el modelado de arcilla, es necesario que los niños vayan evolucionando en la actividad artística a su ritmo. Un aspecto relevante, es que no debe dársele valor al trabajo o "producto final" de la elaboración del niño o adolescente, sino a la importancia del propio acto o proceso creativo, y la influencia de este en el niño, como se siente al hacerlo, como recurre a sus propias habilidades, o en que manera las va formando; el trabajo final es sólo la culminación de todo un proceso por sí mismo valioso.

Vemos que es importante no sólo preocuparse por la enseñanza del arte, sino conectarlo con el reconocimiento de las necesidades e intereses individuales de cada niño, ya que sólo de esa manera el arte deja de ser arte en sí mismo, se transforma en un medio a través del cual el niño o cualquier

adulto puede comunicarse y ser un apoyo para *construirse a sí mismo* respecto a su identidad, y llegar a sentirse realizado gracias a esas vivencias que le enriquecen, convirtiéndose en un medio para lograr confianza en sí mismo, así como sirviendo para aumentar, mejorar, e incluso adquirir habilidades físicas y de autocontrol, que, además y antes que todo, proporciona placer y acerca a la exploración y conocimiento de su lado creativo.

La experiencia nueva, así como el conocimiento que puede implicar, deben vincularse de un modo en que los niños tienen que ver las cosas a través de sí mismos, no se les puede enseñar la técnica de hacer cierto dibujo, sino dejarlos hacer las cosas como puedan o como perciban, para que sea más significativo y permanezca como experiencia, e instándoles a descubrir el ambiente en el que viven, así como a notar características de objetos como la forma, el color y el tamaño. En caso de que se utilicen objetos, estos deben ser observados desde todas las perspectivas, y si tienen oportunidad, también deben manipularlos, agregando el hecho de que sean expuestos a estas experiencias continuamente para que obtengan el mayor aprendizaje y una mejor adquisición de la habilidad. No sólo importa el aspecto visual de la experiencia, sino que se refuerce describiendo lo que se ve, pues de esto también se derivan otras imágenes, además, poniéndolos en contacto con otras experiencias que refuercen cada aprendizaje. Es necesario también, tener la flexibilidad suficiente para ayudarlos en el momento justo en que aparezcan ideas o motivaciones propias durante su proceso de aprendizaje.

El arte contribuye pues, a engrandecer los campos de experiencia del niño, pero si se tiene como base de apoyo los aspectos relacionados con su nivel de desarrollo físico y mental, y su historial (antecedentes o experiencias previas), esta información sirve para saber si tiene dificultades que pueden obstaculizarle. Por ello, inicialmente lo más útil es hacerlo experimentar con situaciones vinculadas a la misma dificultad o "privación" que vive, y/o con su vida cotidiana; niños de hospitales pueden padecer rechazo familiar, limitaciones de la misma institución, por lo cual deben buscarse formas adecuadas para acercarlo a experiencias externas.

### 3.7 TERAPIA DE ARTE (ART THERAPY)

*“Se dice que el arte es -y puede ser usado como- el mapa externalizado de nuestro yo interior”*

(Peter London).

La terapia de arte, está incluida dentro de lo que se ha llamado, *Terapia de arte creativa o terapia de arte expresiva*, la cual se enfoca a ayudar a las personas respecto a la expresión y el entendimiento de sus emociones con apoyo de algún tipo de expresión del arte, de sus procesos creativos y los significados que tengan.

Esta terapia se interesa en el hecho de que los pacientes vivan un proceso con posibilidades de descubrir a su propio yo, además, propiciando el crecimiento personal. Dicho proceso consta de dos partes importantes: el hecho de tener que crear arte y, descubrir o reconocer que significado tienen determinadas emociones para una persona.

Tiene relación con los significados de los *“símbolos visuales e imágenes”*, que implican modos de comunicarse más sencillos y naturales dentro de lo que es la vivencia humana.

Así pues, se anima a las personas a que concreten o que visualicen, y posteriormente den forma a pensamientos y emociones que no pueden expresarse por medio de la palabra (las imágenes toman forma antes que las palabras que las puedan describir), y después se hace una revisión del significado personal, para posteriormente, dar una nueva interpretación con el apoyo del terapeuta. De esta manera, el análisis que se lleva a cabo del trabajo artístico, permite que la persona llegue a un conocimiento muy elevado respecto a sus sentimientos, y que una vez teniendo ese conocimiento haya manera de enfocarse en dichas situaciones resolviéndolas constructivamente.

La terapia de arte se aplica comúnmente en grupo, individual o incluso en familias, y es mucho más efectiva cuando el mismo paciente-artista hace la interpretación de su propio trabajo artístico, sin que el terapeuta influya en esto, por lo que debe ser realmente cuidadoso para dejar que se de por parte del mismo paciente sin siquiera sugerir nada.

También se utiliza en trabajo con niños cuya problemática sea relativa al lenguaje, por medio de la práctica del dibujo, de las artes visuales, la música y la danza, a través de los cuales, se puede dar la expresión de sentimientos cuya no manifestación sea causante de conflictos. En casos de pacientes jóvenes, puede incluso ser capaz de detectar problemas específicos en cuestión de emociones difíciles de concretizar en palabras. Esta terapia también es sumamente útil para adolescentes y adultos que tienen dificultades en torno a la falta de un sentimiento de confianza respecto a la expresión de *“deseos, pensamientos o sentimientos”*, en lo cual, posee la ventaja de crear poco a poco tal sentimiento.

Por otro lado, otra ventaja de la terapia de arte es que esta conectada con el tratamiento de *“enfermedades y/o condiciones orgánicas”*, es decir, además, influye en aspectos de salud tanto física como mental, en donde se hace hincapié en el cuidado de la salud relativa al alivio o la disminución del stress, generando el desarrollo de determinadas habilidades necesarias para *“traducir”* sus propias emociones o sentimientos a través de la práctica o el involucramiento con la música, la pintura o la danza.

Las opciones en la práctica de la terapia de arte son pues basadas en lo *“medios visuales”*, es decir, pintura, escultura, dibujo, aunque se han ido agregando con el tiempo la música, las películas, la danza, la escritura y varias formas de expresión artística.

Se utiliza también, con pacientes de hospitales en terapia de grupo o individual, y haciendo programas dentro de comunidades, con lo cual se agrega una ventaja más que es, precisamente, que el paciente se relaciona socialmente de una manera positiva, en donde probablemente pueda sentir cierta empatía por sus compañeros, y además, recibir el apoyo de otras personas, quizá, en su misma condición.

El arte tiene poder para hacer que nuestro autoconocimiento o el *“conocimiento profundo de nuestro ser”* (self-understanding), de entendimiento y aclare pensamientos de una manera que la persona se de cuenta de aspectos que no son fáciles de reconocer por otros medios, y dándole posibilidades o habilidades diferentes, o no convencionales para mejorar la facultad de comunicarse.

Lo relevante es que, el arte tiene formas diferentes para influir en el ser humano, primero, es un medio para adquirir conocimiento relacionado con el propio artista, porque le ayuda a comprender su forma de expresión artística, y segundo, el propio proceso de la creación del arte, y el potencial del que se acompaña para lograr que quien vive ese proceso obtenga cierto crecimiento personal, se rehabilite, y se involucre en esos procesos que lo llevan a la sanación, ya que tiene la capacidad de reparar y transformar, y de explorar pensamientos, sentimientos y comportamientos.

No esta de más agregar que las experiencias relacionadas con los actos creativos con capaces de permitir alcanzar un nivel alto de funcionamiento en cuanto a las estructuras cerebrales, lo cual es útil también para personas en la etapa de la vejez. Quienes llegan a estar inmersos en actividades creativas, tienen frente a sí retos que provocan el incremento de habilidades o capacidades, aportando también posibilidades para que la vida sea más larga. Las actividades artísticas dan un visión más amplia de la vida y permite ver mucho más allá, generando también más energía, y haciendo que el sistema inmune este en mejores condiciones, y logrando que la depresión y los desordenes en el sueño, disminuyan o se eliminen.

La terapia de arte, es usada también en el trabajo con la familia (Family art therapy), con la cual se obtienen beneficios, de acuerdo a lo que dice Kerr (2008), que se refieren en primer lugar al proceso artístico, el cual facilita la vivencia de experiencias enriquecedoras, así como que las intervenciones en donde se hace uso del arte logran que las defensas psicológicas se reduzcan y que se abran algunos niveles de comprensión de las experiencias en los tratamientos tanto individuales como familiares. Se dice además, que los problemas provenientes del ámbito familiar ofrecen mucha resistencia en el sentido de que se oponen al cambio, debido a que están anclados en ciertas estructuras muy poderosas aunque no visibles. Es aquí donde el proceso artístico a menudo es capaz de derribar en cierta forma las defensas bien atrincheradas y que se manifiestan como obstáculos para la comprensión interpersonal de cada uno de los miembros de la familia. Además, permite que quienes forman parte de la familia puedan crear una conexión entre sus emociones y pensamientos, en tanto les da un significado visual, lo cual es

diferente al diálogo verbal, y permite la autoexpresión individual, haciéndola más duradera por medio del mismo resultado del proceso del arte.

En lo que respecta a la terapia en sí, son importantes estos dos aspectos:

*La preparación:* al comienzo de la terapia es necesario hacer una introducción al paciente-artista respecto a lo que implica la terapia de arte, para resolverle las dudas que le surjan acerca del proceso de la terapia. Es indispensable que el paciente adquiera la confianza necesaria que le permita sentirse a gusto durante el desarrollo del “*proceso de la exploración creativa*”.

*El espacio y material:* deben ser los necesarios y adecuados para cada paciente, ya que de alguno de estos aspectos depende que ocurra una experiencia creativa de la cual se desprendan varios beneficios hacia el paciente; los materiales son ilimitados, el terapeuta puede dar rienda suelta a su imaginación y creatividad. Los recursos deben ser los que se necesiten según el tipo de actividad artística que se lleve a cabo sea pintura, dibujo, danza, etc., lo cual sobretodo, influye en aquellas personas que no se ven o que no se aceptan a sí mismas como artistas, y que puede hacer que se sientan incómodos viviendo la experiencia del trabajo con el arte.

Los beneficios de la terapia de Arte:

- Proporciona al paciente conocimiento más profundo de emociones, sentimientos y pensamientos.
- Permite que se de el autodescubrimiento (self-discovery).
- Genera también llegar a una “*catarsis emocional*” en la que se exacerban y se liberan las emociones.
- La formación de confianza (confidence) y un sentimiento de autoestima.

Para Malchiodi (2007), cuando experimentamos experiencias traumáticas, la mente puede tomar imágenes de estas experiencias casi como si fuera una cámara fotográfica, por eso, la manera más lógica en que pueden salir a la luz, es precisamente en forma de imágenes, por ello, las artes visuales son una manera única para expresar esas imágenes traumáticas que en un momento particular fueron captadas, y que además de hacerlas llegar a la conciencia, lo hacen del modo menos amenazante. En la terapia de arte, la gente es animada para que exteriorice experiencias que no puede expresar por la palabra, por medio de dibujos, pinturas e incluso otras formas de arte; además, se vuelve más fácil por el hecho de

que, la expresión por el arte no responde a procesos lineales, y por lo mismo, tampoco obedece a las reglas particulares del lenguaje como la sintaxis, la gramática, la lógica, la forma correcta de deletrear una palabra, así que, puede, por lo mismo, expresar situaciones de más complejidad.

En cuanto a ciertos conflictos emocionales, pérdidas o abuso, esta terapia permite que las emociones con más complejidad se reintegren al individuo y que se expresen por medio del uso de los sentidos, así es que, cuando el sentido del tacto, es utilizado en el manejo de ciertos materiales propios de la pintura y la escultura, a través de la manipulación que hacen las manos, se logran efectos de tranquilidad y relajación. Las emociones también pueden ser liberadas, es decir, se puede hablar de una catarsis, la cual tiene un significado de *"hacer una limpieza"* o de purificar o depurar; refiere entonces, en lo relacionado con la terapia, al hecho de que, en la catarsis hay una *"descarga"* o expresión de las emociones más fuertes, contenidas interiormente; es por eso que, realizar un dibujo, hacer una pintura o una escultura, tienen ese poder, con lo que permite el alivio del dolor, la angustia y los sentimientos provenientes de una situación de conflicto; así que, llevar a cabo estos procesos artísticos, puede calificarse como una experiencia que acarrea sencillamente, resultados positivos, o bien, describir o hablar respecto a lo hecho, tiene efectos catárticos, es decir, libera emociones que a su vez, generan un alivio que puede sanar el estrés y la ansiedad, y que incluso, en el caso de algunas personas, lo pueden ver como una manera en la que se logra un estado de meditación, y una actividad en la que encuentran paz y calma interior, por la experiencia artística misma.

Por otro lado, el hecho de hacer arte, tiene otros efectos psicológicos sobre el individuo, y esto refiere a la idea de un logro por medio del uso de nuestras manos, con lo que se puede crear algo diferente y especial, que también, puede ser duradero, y que alude a ciertos significados, así como, experiencias y sentimientos. Algo que es creado en un tiempo específico, puede después ser analizado, de lo cual se extraen y se denotan cambios, e incluso patrones de comportamiento en cuanto a pensamientos, situaciones, y emociones.

Además de involucrar un proceso creativo y de hacer uso de la comunicación simbólica, aspectos verdaderamente básicos, y a los que debe mucha de su efectividad, hay otras cualidades inherentes a la terapia de arte,

como el lograr que florezca un sentimiento de autoestima (la realización de la tarea artística genera un sentido de orgullo y realización), y que surja una actitud de atreverse a tomar riesgos y a experimentar, llevando también al aprendizaje de nuevas habilidades y mejorando el modo de vida habitual. Hay una parte de esta terapia que es meramente recreativa, pero el proceso de la creatividad, implica también, “*crear*” con nuestras propias manos y con nuestra imaginación, y eso se convierte en algo muy significativo, puesto que, proviene de la propia personalidad, y no hay nada más gratificante que alguna actividad nos permita expresar algo de nosotros mismos, en este caso, el arte lo permite porque logra comunicarse con muchos aspectos de nuestro ser.

La historia da cuenta de como los artistas en la creación de sus obras, tienen un medio para conocer más hondamente a los seres humanos respecto a sus tragedias y sufrimientos, encontrando explicación de sus propias luchas internas, así como, la búsqueda de la trascendencia; a través de esas creaciones, incluso los conflictos internos se exteriorizan y pueden tener una transformación positiva; muchos artistas, a través de sus creaciones, entre ellos pintores o músicos, muestran esta tendencia.

Abraham Maslow (Malchiodi, 2007), refiere al hecho de que, cuando el ser humano satisface todas sus necesidades básicas, nace un enorme impulso por la necesidad de expresión de sí mismo; y aún cuando esas necesidades no estén satisfechas, hay seres humanos que por cualquier camino buscan la forma de expresarse con el arte. Esta necesidad se observa aún en situaciones de guerra, como la de Sarajevo, a principios de 1990; la gente buscaba su autoexpresión con ayuda del arte, se hacían conciertos, había coros y orquestas, y los teatros que habían sido destruidos, eran usados para exhibir el arte creado con material de la ciudad en ruinas.

*“El arte expresa y contacta partes de nosotros mismos que otras actividades e interacciones no lo hacen. La historia de la gente de Sarajevo es un ejemplo conmovedor de cómo el arte nos ayuda a trascender la vida diaria y trae consigo satisfacción personal y total a nuestras vidas, incluso cuando falte satisfacer las necesidades básicas y de seguridad, y se esté rodeado de destrucción y devastación”*

(Malchiodi, 2007, pág. 16).

Mientras que la experiencia con la familia, el trabajo y diferentes aspectos de la vida nos pueden brindar satisfacción, la experiencia en procesos creativos tiene muchas posibilidades de experiencia. El arte, además de ayudarnos a expresar emociones en todas sus manifestaciones, regala al ser humano la fortuna de llegar a su alma o a su espíritu.

La terapia de arte, ayuda en la búsqueda de sentido y propósito de la vida, venciendo muchas veces la sensación de una existencia vacía, y de falta de contacto con el alma. Es además, una manera más sencilla en la que una persona adopta una actitud espontánea de "viveza" o alegría, mientras se está en el papel de creador, y después de realizada la actividad, crea una necesidad de comunicarse más ampliamente con los demás; la persona puede convertirse también, en alguien que se muestra más flexible ante las situaciones de la vida, y más realista respecto a sí mismo, y se pueden entender o encontrar otras formas de comunicarse y de ver la existencia.

*"Se viven experiencias que producen felicidad, se puede jugar, crear, y comunicar de una forma que es significativa y necesaria para la salud psicológica, física y espiritual, y hacer arte provee de estas experiencias."*

(Malchiodi, 2007, pág. 17).

### 3.8 ESTUDIO DE CASOS

En este apartado se presenta la descripción del tipo de población, el instrumento elegido y se describen las condiciones de la entrevista. Posteriormente, se hace el análisis de la información que se obtuvo de las entrevistas, retomando fragmentos de cada una de estas, respecto a lo más relevante de sus comentarios, y relacionándolo con los conceptos importantes de la logoterapia.

#### **Descripción de la población**

La población se eligió de entre personas que se dedican a la danza, el teatro y la música. Siendo 4 hombres y 2 mujeres de entre los 20 y los 45 años, y cuyos nombres fueron modificados.

Dichas personas tenemos cierta relación directa, ya que practican o enseñan danza, o bien son compañeros que se dedican a la música o al teatro, y además, porque frecuentemente se hace trabajo de intercambio entre estas tres áreas. Dichas personas son profesionales y no profesionales, y dedican a estas actividades tres o cuatro días, o un mínimo de 10 horas a la semana. Sus actividades las dividen algunos de ellos entre los estudios que todavía llevan sobre su área, los cuales son formales y no formales, o continúan tomando clases o entrenándose, otras además de eso, dan clases y/o pertenecen e incluso dirigen a grupos ya formados, de teatro, música o danza.

#### **Instrumento**

Se realizó una entrevista abierta, con el fin de investigar sobre su experiencia dentro del arte y al mismo tiempo tratando de investigar el “*porque*” y “*para qué*” de su dedicación a las actividades artísticas, extrayendo además los diferentes significados que les ha enseñado a lo largo de su experiencia, así como el conocimiento de determinadas *creencias* con respecto al *sentido de vida* que podría entretenerse en torno a ciertas disciplinas artísticas como la danza, el teatro y la música. Esto es, el instrumento servirá para identificar creencias con respecto al arte y el significado o el posible sentido que da a sus vidas el hecho de que se dediquen a tales actividades.

## **Descripción de entrevista**

La entrevista se llevó a cabo, como primera opción, en los lugares en donde dichas personas realizaban su actividad artística, es decir, salón de clase de danza, teatro o música, y como segunda opción, en caso de no disponer de estos lugares, la entrevista se realizó en un lugar, ya sea, abierto o cerrado, en donde no haya distracciones como ruido, interrupciones, falta de luz, etc.

Se solicitó la anuencia de los entrevistados para grabarlos en cinta de audio. En cuanto a la duración, no hubo un tiempo límite, tuvo una variación de entre 45 minutos a incluso 90 minutos, ya que, debido al uso de la entrevista abierta, dio lugar a que el entrevistado ampliara sus respuestas, en cuanto a sus creencias o modos de pensar e incluso propiciaría, debido a ellas, aún más preguntas que responder y sobre las cuales se llevó a cabo el análisis de resultados, al que a continuación damos paso.

## **Resultados**

**A partir de las entrevistas realizadas se observa que a partir del *sentido de vida* que encuentran las personas dedicadas al arte - profesional o no profesionalmente-, es por lo que deciden dedicarse a una actividad artística como el teatro, la música, la danza, etc., y se da en el hecho del encuentro de un significado que tiene que ver con sentir gusto, con sentirse bien, satisfecho, disfrutando de lo que se hace y con *una forma que se encuentra de “desarrollo y de comunicación”* (Félix), que además *“atrae como un imán”*. Mario lo compara con *“una especie de nutrimento vital”, que satisface como si fuera un alimento.***

**En quien se dedica a la danza, hay la necesidad de hacerlo, porque solo hay una posibilidad, la de su instrumento, la que su cuerpo le da, porque este envejece y pierde habilidad, por lo tanto, *“si no lo haces cuando tienes posibilidad, no lo vas a hacer jamás”* (Mario); es aquí en donde se toma la decisión de hacerlo porque es una vivencia que depende del paso del tiempo (*temporalidad*), esto tiene que ver, con la *responsabilidad* a la que se refiere Frankl, tomar la decisión de hacerlo es elegir lo que se quiere vivir en el momento necesario, porque no hay marcha atrás, y por ello ese**

acto toma sentido como circunstancia, pues también, cuando ya se mire hacia atrás, quizá se sabrá que se tomó la decisión adecuada. Esto quizá no lo viva así un actor, un músico, un pintor, etc., el límite de edad es más amplio, a menos que surja una enfermedad o algún impedimento realmente insalvable. Así pues, son actividades que demandan mucho de sí mismos, pero que igualmente pueden ser gratificantes en la misma magnitud, la experiencia de simplemente hacer lo que les gusta y como resultado de esto, ser feliz, al menos en el momento en que se realiza. Creo que pensándolo en ese sentido, el artista es muy egoísta, porque quiere hacer lo que le gusta y se lo permite, pero en contrapunto implica también compartir, transmitir o comunicar sus propios sentimientos, lo cual encaja con los *valores de vivencia en el arte*, que invariablemente hace que se tenga que dar una relacionan con los otros. Para el artista, su vivencia llena de sentido está en el arte, pero además, no lo hace de una manera aislada, y es en donde el arte adquiere aún más sentido, porque forzosamente y repitiendo lo ya dicho, lo comparte, lo transmite, comunica sus sentimientos, de alguna forma se pone en comunión con quienes reciben ese mensaje, y ese puede ser un acto de amor, permitir ser conocido, para que de algún modo el otro se vea reflejado, y es ahí donde el artista va más allá de sí mismo, sobrepasa su egoísmo natural, es decir, se autotrasciende. La *autotrascendencia* significa ir más allá de sí mismo, es valioso salir de sí mismo para ir al encuentro del otro.

La persona que decide dedicarse al arte se va a encontrar en su historia personal con obstáculos familiares, sociales, económicos, entre otros, ya que este tipo de actitudes son conocidas o vistas como no bien remuneradas. Un artista generalmente es concebido como alguien que remotamente (a menos que sea un artista auspiciado por grandes apoyos comerciales, que a su vez lo comercializan y lo venden como una mercancía más en el mercado) puede vivir holgadamente y con lujos. Además, el músico, se enfrenta al prejuicio social de ser visto como un drogadicto, por ejemplo, que ciertamente los hay pero no puede de ninguna manera generalizarse. El bailarín es catalogado como homosexual, amanerado, etc. Si se tiene fortuna y se nace en una familia de artistas, se tiene una gran suerte porque tendrán todo el apoyo y la

comprensión. Carlos (Músico) con suma tranquilidad dice: *"no tuve obstáculos familiares porque todos son músicos", "siempre he estado rodeado de música"*, además de que una de las figuras más importantes, el padre es o fue músico. Si no, dedicarse a ser actor, cantante, músico, pintor, bailarín significa una pérdida de tiempo o es una soberana estupidez, con ello se tiene que lidiar, así que se acepta, se vive con eso, y aún así hace lo que le gusta, o lo aceptas, pero te *"cuadras"* a lo que la familia (grupo importante para el individuo) cree que es más conveniente. De esa manera muchos artistas renuncian, y quizá por eso, sean infelices. La decisión de hacerlo aún cuando se tengan que sortear todos estos obstáculos, denota aún más su relevancia, puesto que se hace porque en realidad tiene un significado y se quiere vivir el sentido que se encuentra en esa vivencia particular de *"moverse en el arte"*

Continuando con la idea y la disposición de sortear los obstáculos Julien, el actor, habla de una *"cierta represión social por debajo del agua"*, la presión por llevarlo a hacer otra cosa que sí sea reconocida, tal vez, ingeniero, médico, maestro, psicólogo, abogado, etc., en lugar de formar parte de la gente *"distinta" o "rara"*. Esa es una lucha interna que, todo artista que tiene la mala fortuna de no ser comprendido en su círculo familiar o social, tiene que sufrir a veces, (y no me atrevo a decir que las más de las veces la gana) y si lo logra puede encontrar una parte de felicidad en su vida, un sentido, pero cuando la pierde, entierra al artista que pudo haber nacido en él, de él, y queda solo un recuerdo sepultado en la nostalgia, una sensación de pérdida e insatisfacción y más probablemente un sentimiento de sin sentido, y la culpabilidad y el arrepentimiento por no haber tomado la *responsabilidad* de asumir la *libertad de decidir* por lo que se quería hacer en un momento dado y que no se hizo. El vivir el presente propicia constantes *"actos de elección"*, que hacen que aquellas elecciones se conviertan en realidad y que después, en consecuencia se vuelven parte de la eternidad y dejan de ser transitorios, prevaleciendo en la vida de cada uno.

Así que, muchas veces es difícil asumir, lo que se quiere frente a los demás, y cuando se alcanza, vienen adelante otros obstáculos, como el darse cuenta que no son actividades realmente valoradas en todo lo que

significan por lo que implica el trabajo del artista. Hay obstáculos externos, pero también los obstáculos internos que halla el artista en el camino como tal, el encuentro con su espiritualidad (sostén y base de la logoterapia); el arte, por las dinámicas que lleva a cabo, está siempre escarbando en las vivencias y en la existencia de los seres humanos, lo hace representando, muchas veces las realidades humanas, crudas y tal cual son, de alguna forma hace que se enfrente a sí mismo, a sus vacíos y a sus frustraciones existenciales y eso es algo de lo que generalmente, el grueso de la gente, incluidos los artistas, tratan de escapar. El arte pues, obliga y hace necesario el *autoconocimiento* parte fundamental para vivir y entenderse en su propia existencia y lograr un modo de vivir mejor y porque justamente es en esa parte espiritual donde su vida adquiere verdadero significado.

Los primeros acercamientos al arte se viven en la infancia, por lo general, directa o indirectamente, en la escuela, en algún caso por necesidad de terapia, e incluso ya más adultos. Es eso que les llama la atención, para lo que tienen facilidad, lo que hace sentir una pasión, porque se encuentra en ello una manera diferente y a veces más fácil de expresarse; es aquello que logra suavizar nuestro vivir, dice Carlos (músico): *"si yo estoy tenso, estoy enojado o triste, me pongo a tocar y me relajo"*. Ese algo que se encuentra en el camino y que a lo largo del tiempo va construyendo una prodigiosa "relación de amor", en la que se tiene un diálogo con el arte, lo que en otras palabras dice Julien. Es decir, provoca un sentimiento de felicidad plena, como la sensación del novio o la novia que tiembla nerviosamente y se emociona, en el momento en que se acerca la persona querida. Se ve que la vivencia en el arte abarca además de la dimensión espiritual, también por suerte, y por ello su relevancia, la dimensión psíquica y física, las cuáles no dejan de ser importantes para Frankl, aunque siempre esté como base principal la espiritualidad.

Lo que hace a los artistas permanecer realizando su actividad es la experiencia de la fascinación, con la experiencia de vivir el arte y la oportunidad que significa porque implica también la otra experiencia de *"sentirse a sí mismo"*, conocerse hasta de un modo exaltado, además de la relación que genera con los otros. El hecho de que *"cambie la vida, mi*

*forma de entender mi vida misma... buscar más respuestas sobre mi vida*" (Graciela): **el arte deja de ser superficial y encamina hacia el fondo del ser humano hasta el grado de cambiar la vida y hacer que se tomen decisiones diferentes a las que se habrían tomado; un sencillo instrumento de madera y cuerdas, una guitarra que permite "ir más profundo en ti...para poder llegar a conocerte un poco más... el medio para conocerme"** (Quetzalli): **el oído que escucha unas notas musicales que surgen por el movimiento de los dedos, y la creación de melodías que tienen el poder de abrir el alma y que así hacen que se pueda conocer lo que hay adentro.**

**¿Por qué les gusta hacerlo? Las personas entrevistadas dan respuestas que refieren al sentirse libre: "da más libertad para el ser humano" (Félix). El arte permite una sensación de libertad que en la vida común generalmente ya no se tiene, obligaciones por aquí y por allá, el "tener qué" de la vida diaria, en la actividad creativa que se lleva a cabo se convierte en calma, sosiego, en la sensación de respirar profundamente y en ese aliento encontrar el alma. La idea de hacer algo nuevo, diferente, algo que te guste primeramente a ti que a los demás, deseo egoísta propio de todo ser humano, que me hace pensar no en el egoísmo en sí, sino en las decisiones que este mismo lleva a tomar, es decir, hacer lo que se quiere realmente y no a lo que se está obligado; además de esto, para Carlos la música es un reto muy difícil, pues la música posee sólo siete notas ¿cómo logras así hacer algo diferente?**

**¿Y qué es lo que te da? Le pregunte a Mario (bailarín) "Una especie de nueva otra humanidad, yo no se si el ser humano sea motivo de vergüenza o de orgullo, pero me permite acercarme a la gente de una forma que otras actividades no lo propician o hasta lo prohíben", esto es, permite el acercamiento a la gente, se puede en este caso hablar de danza, pero también del teatro o de la música, nos hacen socializar y nos hace volver al ser interno en nosotros, que conoce la generosidad y el amor, que sólo pueden existir en el contacto con el otro. Es entonces una relación triangular. El arte, el individuo, y los otros, o el mundo: ser en el mundo, en una comunión interna, en esa relación yo-tú, yo y el mundo. El**

primero se conecta con el segundo o viceversa, y a su vez hace que se conecte con los otros (el mundo).

*"Puedes llegar a crear la belleza en el mejor de los casos, y ser partícipe de la creación o construcción consciente, voluntaria, que al final de cuentas dicen que es el arte":* (Mario). **En esto se nota el hecho de la *intencionalidad*, es decir, que es lo que quiero y la decisión sobre la finalidad de la existencia, un "para que" a la vida y la oportunidad que tiene cada ser humano de decidir que persona desea ser a través de sus actos (*análisis existencial*)**

**¿Qué si parte de un deseo realmente interior? Si, porque en ellos nació el deseo desde que eran niños, y desde entonces, en su mayoría quisieron hacerlo. Una "necesidad vital" y además una forma de vivir, un trabajo, para Graciela. "¿Para que te sirve la Quinta Sinfonía de Bethoven, la Gioconda, el Quijote? No sirve para nada, pero vivir en un mundo en donde no estuviera eso, no quisiera vivirlo"** (Mario). **No esta lejos de la verdad, porque en realidad no tiene ninguna utilidad material, una experiencia puede parecernos insignificante, pero tiene valor porque forma parte de los valores de vivencia, y de los valores de creación por el cúmulo de obras artísticas que puede generar, el arte pertenece a este rubro, pero precisamente es una actividad importante que da la oportunidad de acercarse a la fantasía, a la imaginación, a lo onírico, y crea nuevas realidades al menos internas, que también pueden ser la ocasión para reflexionar sobre la vida y así, verla de manera distinta.**

Hay a quien le fue difícil, y le costo asumir la decisión de vivir del arte, porque se puede hacer lo que uno quiera, sí, y porque ahí se encuentra la libertad esperada, pero, por otro lado está la realidad, y el miedo, por el riesgo que también significa dicha decisión, así que después de preguntarle a muchos: *"¿Crees que puedo hacerlo?"* (Julien), buscando la aprobación de las personas importantes, la pregunta se vuelve a él mismo, porque ya no hay nadie más, y se responde lo que en el fondo ya se sabía, y no se permitía ver: *"La decisión tenía que ser mía", "finalmente, al querer llevarlo al exterior, en quién tenía confianza, pues ese exterior volvió a preguntármelo a mí, en lo profundo: ¿qué quieres verdaderamente en tu vida? En ese momento estaba rechazando y posponiendo la decisión, y llego un momento en que ya no tenía nada que preguntar, y entonces tuve que*

*preguntármelo a mí. La respuesta la tenía desde el principio*"; otra muestra más de que el sentido que logre tener la vida depende de una decisión individual, nadie por más que sea una persona en la que se crea y se tenga confianza, puede decirnos por que rumbo llevar nuestra vida, el sentido es individual y único, así que, para saber lo que se quiere realmente hacer en la vida o de la propia vida, hace falta preguntárselo a sí mismo y hacer el tan ansiado o rechazado viaje hasta el interior.

Uno de los puntos que aporta un poco más de entendimiento respecto al que quiere ser o es artista, está en el descifrar lo que se vive justo en el momento de estar en el escenario, antes, durante y después. Ahí, me parece, se encuentran muchas razones del porque se está en el arte; que además implica muchas complejidades y contradicciones como esas que se encuentran a diario en la vida, opuestos como el día y la noche, el sol o la luna, luz-oscuridad, blanco y negro.

El "antes", implica concentración, olvidarse de *"lo de afuera"*, y estar así *"adentro, pensar en la emoción, en la intención que se desea tener en el escenario y que se quiere interpretar y comunicar (Mario). Es una "preparación para un combate"*, preparación para la vida, pero en el escenario, implica también el olvidar la vida personal en ese momento y entregarse a él casi totalmente, vivirlo *"vaciarde de todas las escorias de mi vida personal que no tienen porque estar aquí y encontrar un silencio externo"* (Julien). Esto creo es necesario (lo que hace el actor) y útil para todo bailarín o músico, porque a final de cuentas tiene que haber una preparación para lo que puede pasar, estar atento, (como se tiene que estar en la vida, que en el escenario no deja de serlo), lo que permite estar listo para vivir ese momento, que es, como bien decía Julien, una especie de guerra a librar, y esa guerra es, más que con el público, con él mismo, porque significa un necesario "olvido de sí mismo", lo cual puede parecer contradictorio, porque finalmente, lo que el artista quiere, es ser visto, que su trabajo sea observado y apreciado; lo significativo aquí es, la idea de que se va a habitar un mundo distinto, que quizá dure solo cinco minutos o una hora, pero para ello es necesario prepararse y concentrarse, calmar los nervios, el miedo, los pensamientos que dicen: "y si me equivoco", "si se me olvida" y prepararse para lo que no se sabe que va a suceder, e ahí la

tensión principal, porque queremos que ocurra algo, pero no se esta seguro de qué va a suceder, porque no se puede controlar "lo de afuera", el único consuelo es creer que al menos en uno mismo va a haber control, y ese control quiere decir: *hacerse responsable de realizar las tareas necesarias* para tener el resultado que se quiere del momento en el escenario, aunque no por eso deja de existir el miedo de que no sea así; curiosamente, como decía anteriormente, el artista quiere ser visto, pero justo en el momento de entrar o estar en el escenario tiene que olvidar ese deseo para poder hacer de ese instante algo que pueda disfrutarse, en lugar de sufrirse, porque además "tiene que disfrutarse", es un imperativo, porque el público interpreta lo que ve, puede perfectamente darse cuenta cuando el actor, bailarín, músico está sufriendo más que gozando y viviendo en el escenario. ¿No es esto complicado? Si, lo es, olvidarse de sí mismo y de los demás, y en la medida que "me olvido" y "los olvido", la experiencia "me" va a pertenecer y "nos" va a pertenecer, va a tener significado para uno (artista), para los otros (espectadores) creando así el significado del "nosotros" (todos) como un "uno" indivisible; esto al fin y al cabo no deja de ser una experiencia espiritual, sentirse en comunión con los demás, sentir a los demás, salir de la guarida propia para conocer quizá un pequeño fragmento de lo que es el otro, en cuanto a esencia se refiere.

¿Qué emociones pueden surgir entonces, antes de un evento en el escenario?: *"La primera vez que entre en el escenario era una mezcla muy compleja de sentimientos muy fuertes. Había evidentemente mucha excitación, que no había tenido nunca en mi vida. Un miedo enorme. Nunca tuve el deseo de decir no, siempre tuve miedo pero nunca me llevo a entrever la posibilidad de irme, de huir."* (Julien) Esta frase encierra mucho de lo que un artista siente antes de entrar al escenario, no dudo que muchos se identifiquen o se vean reflejados; en ese momento están moviéndose en una dinámica constante e imparable la explosión de emociones, los sentimientos, las sensaciones, los pensamientos.

¿Y qué más hay? Una preocupación constante, por esto o por aquello, pero *"hay días en los que sientes la vibra pesada y eso hace que te preocupes más, sobre todo cuando ves más gente, ves poquitas y te vale, pero ves un*

*buen y entonces ¡ahí sí!, que no debería ser así, uno o muchos es público", pero entre las palabras y la práctica hay mucha diferencia, se siente más emoción cuando hay mucho público, y una especie de desencanto cuando hay poca gente, pues siendo francos no se siente la necesidad de esforzarse porque no son muchos los ojos encima de uno. Y algo más: "querer que le guste al público, querer que el personaje sea perfecto, no se puede evidentemente; querer hacer lo que podía, tan baratas que pueden sonar esas palabras. Era eso lo que me daba mucho miedo, y hasta me congelaba a veces" (Julien)*

**Recuerdo mi propia experiencia, una semana antes de una presentación importante. En la noche, al momento de querer ir a dormir, el sobresalto, el corazón palpitando rápidamente, nervios, tensión, ansiedad al instante de recordar el evento: "¿y si bailo sola y se me olvida todo? ¿Y si me resbalo y caigo? ¿Y si se me rompe el vestuario?", el corazón sigue palpitando fuertemente, y quisiera que todo fuera más sencillo y estar fuera del embrollo. Ante esto la respuesta es, otra vez del actor: "Todavía es muy difícil para mi superar esa presión que tengo, que es muy fuerte. Creo que ahora lo puedo superar sabiendo que para hacerlo mejor, justamente, no tengo que pensarlo, y activar procesos y herramientas, técnicas que aprendí a lo largo de los años, para justamente ser verdadero, ser yo, quien está expresando a través de un personaje a través de mi, que soy yo, y que no tengo porque querer ser más o menos. Hay que asumir lo que estas haciendo." (Julien):**

**Asumir lo que estas haciendo, vivir el presente, conciente de lo que significan cada momento de la vida, y del sentido que posee, ¿que hacer para que el pasado sea el recuerdo que yo quiero tener? El antes se convierte en presente y después en pasado, asumir cada experiencia significa estar conciente de lo que se espera que sea nuestra vida. Estar en el escenario, se relaciona con esto mismo. Lo que se vive en el *estar en el escenario* alude al compromiso de hacer bien las cosas, estar atento y conciente en ese momento, el pensamiento no puede estar en otro lado, más bien no se puede pensar ni analizar, se actúa, simplemente se esta inmerso en el "*hacer*" lo que se ha de hacer, dejando que las emociones que son necesarias y que surgen en el acto lo hagan**

**espontáneamente, y después, que simplemente fluyan:** *“Estar ocupado en hacerlo bien... y eso involucra, si hay emociones, sensaciones, algún sentimiento, nada más los dejo que fluyan”* *“trato de que la sensación fluya, pero sobretodo, si hay algún movimiento que me hace sentir muy bien, dejo esa sensación de bienestar”* (Félix); *“No estoy pensando en nada -con respecto a lo externo- cuando logro hacer bien mi trabajo, lo que intento sentir es nada”,* *“Qué estés donde debes estar”:* (Julien) **Importa el que las cosas salgan bien, perfectas.** (Carlos): *“Ya no piensas, ya estas ahí, más bien es hacer; “es como una cosa mágica también, porque se cambia todo, el tiempo y el espacio en ese momento... se transforma en una cosa que quizá tu no esperabas que fuera... siempre es diferente”:* (Graciela). **La irrepetibilidad de cada segundo de la vida y otra vez la temporalidad, lo transitorio y sumergirse por ello en el instante mágico:** *“empiezas a tocar y ya, es el disfrute”* (Carlos); *“en el escenario es sólo tocar, que cada nota que pueda dar sea desde mi interior, llega un momento en que a veces es tanta energía...a mi me pasa que hay piezas que me mueven tanto, que siento que se me sale el corazón... una marea de emociones muy fuertes que trato de tampoco retener...hay diferentes emociones, y trato de vincular cada pieza con algún estado emotivo”,* *“hay una pieza que toco, que es contemporánea, que es como un orgasmo... si, trato como de darlo a entender como... adrenalina, a veces lo puedo mezclar un poco con entusiasmo”,* *“ para mi la responsabilidad es poder transmitir esa emoción, sentimiento”:* (Quetzalli). **Responsabilidad, la misión del instante asumida en el querer y estar dispuesto a transmitir sus emociones y sentimientos, porque existe el contacto humano, el contacto con los espectadores, cada uno distinto irrepetible y único, al igual que el artista y al igual que el pedazo de instante.** *“Tienes que decir algo más que verte bello”,* *“Si subes la pierna hasta arriba, que bien, pero creo que es más valioso, más capital, el poder decir algo”* (Mario). **Es aquí donde se podría trascender el propio yo para ir más allá de deseos y demandas egoístas y entregarse en el hacer y el sentir, a otros seres:** *“Normalmente trato de olvidarme, y no pocas veces lo he conseguido, pero creo que la mejor forma de hacer algo es `disolverte´, olvidar que soy Mario”,* **y en ello es en donde se podría vivir la realización de los valores de vivencia, de creación y de actitud con los cuales se encuentra un sentido en la experiencia.**

*“La gente no quiere ver a alguien que este estresado, viene para ver a una persona que va a actuar y que va a hacer algo, y necesitas estar muy calmo y muy relajado, muy preciso, con todo tu control”:* **una actitud siempre necesaria y deseable para todo acto en la vida, sobretodo cuando se trata de aquellos *actos de elección*, fundamentales para determinar hacia donde va nuestra vida, y también reconociendo que en la existencia no hay más que la *libertad* en la *responsabilidad* de decidir respecto al deber ser de esa existencia.** *“Todos tus sentidos están muy dilatados y al mismo tiempo tienes una ecualización de eso que es como el plan de trabajo. Tienes una percepción muy grande de lo que recibes y de lo que haces, y cuando creo que logras hacer eso, estas tocando creo que un poco, lo que un actor –o un músico, un bailarín o artista de la escena- tiene que hacer sobre el escenario”, “cuando no me siento contento es porque antes del escenario no logre `hacer vacío y (estar) preparado para actuar” “adentro del foro es un cosmos particular, en un tiempo y un espacio muy precisos, preciosos también”* (Julien). **Representa esto, la conciencia viva del ser y del existir, estar listo para actuar es estar listo también para hacer frente a la vida, consciente de quien se es, de lo que se quiere hacer de la vida y de las consecuencias que trae consigo cada acto, para el cual es necesario estar en el estado de alerta necesario, y preparado para tomar las decisiones y las elecciones más apropiadas para el individuo.**

**En todo este acontecer en el escenario, antes, durante y después, no hay nada más representativo de lo que es la vida y la responsabilidad que significa vivir y tener la capacidad de darse cuenta de muchas cosas y a la vez vivirlas conscientemente buscando y encontrando posibilidades y tomando riesgos ante los pequeños instantes de la vida y porque no, hablemos de los *valores de actitud* nuevamente, el buscar *autotrascender* su egoísmo y su necesidad ególatra, para poder entonces realmente comunicar algo a los espectadores, porque ellos no quieren ver a un ser regodeándose y enorgullecido de sí mismo, sino a un ser que en un momento dado les puede mostrar o dar una prueba de algún sentido (*valores de vivencia, de creación, de actitud*) que puede tener la vida; yo que tengo la experiencia de saber lo que se siente estar en el escenario, también he tenido la experiencia de ser un espectador, y sé cuando lo que**

vi, tuvo sentido para mí y que pudo conectarse con mi vida, y cuando me alejo de ese recinto, agradecida con la vida y con el artista por el hecho de que logró transmitir algo que conmovió mi ser y que me hizo recordar el ser humano que soy, porque son experiencias que en verdad revitalizan y que provocan que el alma reviva, y con las cuales se adquiere aún más conciencia de que la vida y el acto de vivir tienen un significado valioso. Eso que tiene de valioso está en las cosas sencillas y simples de la vida, se toma conciencia de lo que sí es importante, por eso conmueve, porque el verdadero arte según mi concepto no es el que permanece en lo superficial o aparente sino el que va a las profundidades del ser, y ahí precisamente es donde el ser humano en realidad se deja “*tocar y sentir*”, es decir, el alma no puede fingirse ni negarse a sí misma, quizá a veces el propio ser humano la omite o la guarda en la bodega de lo inservible, pero ella está ahí, agazapada, oculta, esperando aquello que la hace despertar y salir del escondite al que a veces es obligada a irse, pero cuando puede y se da la ocasión sale gustosamente para estar en su lugar y su espacio y esto es únicamente cuando encuentra lo que es parecido a su esencia, y en el arte innegablemente encuentra mucho de eso.

En cuanto a los *valores de creación en el arte*, es claro que se encuentra también sentido en el hecho de crear, lo cual sucede generalmente, antes de la llegada al escenario, no hay una forma más exacta de describirlos, hablando del proceso creativo, de la invención, del estar para aprender. Subirse a una especie de cuerda del equilibrista, eso es en el escenario, no hay protección, en un ensayo, en la preparación si la hay, se asumen riesgos, pero no llega al nivel de ponerse sobre el escenario, se necesita trabajar en cada aspecto necesario para la función, de alguna manera hay tranquilidad todavía, es un largo proceso para llegar a la función, por lo mismo existe la posibilidad de cometer errores, de tener dudas, hay muchas posibilidades y oportunidades de corregir (ojala así fuera la vida), entonces, se puede detener para resolver, para preguntar, se puede seguir explorando un tema, una idea, e ir construyendo con la cooperación del grupo entero, y al paso del tiempo eso que se trabaja en un momento dado, puede ir cambiando, renovándose, nunca es exactamente lo mismo, tal cual como

la vida y cada una de sus situaciones. La disposición es diferente, la entrega emocional no se da al máximo, en el ensayo se trata de perfeccionar, y no existe la energía intercambiándose entre el artista y el público, lo que tal vez sí suceda entre los participantes. Para ellos el aspecto creativo no se pierde por el hecho de aprender un movimiento, una pieza musical, un diálogo, porque en realidad siempre se está construyendo en el lenguaje artístico, porque cada vez se hace una interpretación y siempre esta es diferente, ese es precisamente el *“proceso creativo”* que aborda o que tiene que abordar el artista, transformar siempre, y para ello es importante también *“crear vínculos”* podríamos llamarlo *“afectivos”*, con eso que se está abordando, a través de la memoria, del análisis, del contacto y el entendimiento con eso con lo que se va a trabajar, con lo que después es más fácil entrar en un *“moldeamiento”*, es decir, de algún modo adaptarlo a quien se es y donde sale la personalidad de cada quien, una sola cosa puede ser dicha o expresada de distintas maneras, es: *“encontrar la propia voz”*, por eso es diferente, *“cuando yo podría decir que estoy creando algo de verdad, es cuando estoy sorprendido... tienes ese ruido de cigarras en la cabeza, estrellitas que comienzan a bailar en los ojos, una sonrisita interna, el corazón que empieza a danzar, no sé, signos que voy poetizando, pero que sabemos todos de que estoy hablando”*; en esto no importa que lo que se hace sea aprendido, se puede renovar, y cuando se siente esa sensación que describe Julien, hay al menos la idea de ser parte de una creación y eso no deja de tener significado, la persona llega a sentirse útil y se convierte en parte de algo concreto. La mayoría están de acuerdo en que se puede hacer algo nuevo de lo ya aprendido, puesto que son y sirven como herramientas para el trabajo creativo, el ser humano no siempre puede crear de la nada, hace falta la idea, el concepto, muchas veces crear significa hacer algo nuevo de lo ya conocido.

La creatividad surge de *“generar algo con el conocimiento que ya tienes, sino nuevo, distinto o por lo menos propositivo; lo encuentras en donde te interesa, en la poesía, en la pintura, incluso dentro de uno mismo, los recuerdos”* (Félix); *“es la habilidad de modificar las cosas a tu gusto, para hacer algo nuevo, algo diferente. Es una habilidad, no todos la traemos”* (Carlos); *“es*

*como un deseo que nos lleva a transformar, hacer cosas...(que) a veces no nos podemos atrever a hacer cotidianamente, o con nuestros papás o amigos, yo siento que cuando una persona puede pasar a esa creatividad, es un deseo de poder decir su visión de la vida, o su visión de un momento, puede ser del amor, del miedo, como buscan decirlo, y entonces llevar, con su creatividad a poderlo plasmar.”: (Graciela); “para mí, (es) el lenguaje de un artista... como utilizas ese lenguaje, ya eso depende de cada uno”:* (Quetzalli). **En esto vemos que surge el yo individual, la personalidad propia, es decir, que recursos tiene y quiere usar cada persona para sacar adelante un trabajo, en que forma o con que lenguaje se elige comunicar lo que se quiere comunicar, puesto que va a ser una forma de mostrar al mundo el modo de conducirse en la vida, el modo de pensar que nos guía a un modo de ser, un comportamiento que finalmente nos define como personas y como un ser único y diferente al otro a pesar de que existan las mismas emociones y las mismas reacciones, cada uno responde a un grado y a una intensidad diferente, incluso la misma situación estimula a diversas reacciones en una u otra persona, lo cual se relaciona con los modelos personales de percepción del mundo.**

**Para algunos de ellos el ser creativo no es exclusivo de quién hace arte, y se habla de compromiso, de una disposición individual porque en este caso se está frente a una tarea en la que es importante dar algo a quien tiene el rol como público, regalarle algo que quizás en ese momento este necesitando, o que si no necesita, le hará probablemente reflexionar o retomar algún aspecto que le será útil. Viene al caso lo relativo a la *responsabilidad y la libertad* de decidir ante un trabajo o tarea, pues no implica sólo la palabra, decir: “si, me comprometo a hacer todo lo que sea necesario”, sino realmente responder con compromiso y con disposición a llevar a cabo un trabajo, relacionado con cualquier tema, no sólo el que implica el arte.**

**En el mismo rubro, en cuanto a si lo creativo es sólo lo espontáneo, o si lo aprendido puede hacerse creativo, algunos de ellos consideran que las cosas que se aprenden pueden servir para que se trabaje creativamente, el aprendizaje da herramientas, por ello es que de lo aprendido se puede volver a crear cada vez; lo espontáneo está**

ocurriendo todo el tiempo, siempre hay un sinfín de posibilidades y alguna de ellas se da en el ensayo o en el escenario. En el escenario existe también la espontaneidad a pesar de que se presenta algo ya muy ensayado y revisado en todos sus detalles, aunque a pesar de ello, las cosas pueden cambiar, jamás sale justamente como se esperaba, de pronto la emoción de estar ahí, frente al público, lo cambia todo, hace que suceda alguna equivocación, es cuando se recurre a la improvisación y nace algo espontáneo, que no se tenía pensado; también sucede que la preparación minutos o segundos antes de estar en el escenario, influye mucho en este aspecto, el “vaciar”, para simplemente dejar que las cosas sucedan espontáneamente como si tuvieran voluntad propia, lo cual proviene de el *“estar atento y abierto, concentrado y con valor”*: (Julien), para enfrentar lo que va a suceder, es decir, estar completamente abierto para recibir la experiencia, dejar que las “puertas” se abran de par en par, y es donde el miedo no tiene cabida, aún, y que en realidad no hay certeza de lo que va a ocurrir. Además, de esto se deriva que al estar ahí, se vuelve irremediabilmente vulnerable, y el artista ha de estar completamente consciente de ello, es como quitarse un abrigo, una protección, tal vez una máscara, se va a estar parado en medio de muchos riesgos, es como estar en una cuerda de equilibrista, en cuyo fondo encontramos el vacío, o en una pequeña isla desierta que corre el riesgo de inundarse, y uno está ahí, arriba, siendo, siempre que se puede, uno mismo, diferente, irrepetible, singular, y lo que va propiciar la relación artista-espectador, que en sí misma puede llegar a ser una relación en la que sería necesaria, la honestidad y la humildad en lugar de la soberbia, y el fanatismo, porque si hay eso, entonces no hay una verdadera relación, al menos no íntima ni de mutua comunión.

En el escenario no sólo hay trabajo físico, el trabajo emocional tiene que estar al mismo nivel, hay un agotamiento físico, pero muchas veces producto del flujo de energía. Creativamente, aunque ya todo esté exacto y preciso, hay la posibilidad de que estén surgiendo siempre cosas diferentes. Estar en el escenario implica *“estar absoluta y completamente - si eres honesto-, desnudo y abierto, sobretudo si eres coreógrafo, porque dices: `yo soy esto, yo soy así... hay un montón de presiones, cuestiones y*

situaciones que te llevan a una suerte de vulnerabilidad muy particular. Eres un ser particularmente indefenso en ese momento, pero al mismo tiempo esa sensación es fascinante... en el escenario tienes que ser riguroso contigo mismo también" (Mario); "sobre el escenario...estas proyectando y tomas muchos más riesgos", "en una obra voy a actuar, y claro que vas a aprender (como en el ensayo), es una consecuencia directa, pero no es tu objetivo, no estas aquí para ti, estas para los demás, para dar, durante una función": (Julien). **Es por eso que es importante subir al escenario, porque debiera ser el objetivo final de un proceso creativo, la conclusión, presentarlo ante el público:** "creo que todos los que estamos ahí tenemos un tremendo ego, sino, no estaríamos aquí, los que nos hemos dedicado a las artes escénicas o al pararnos frente a alguien, por lo que sea, tenemos un ego muy grande": (Mario).

**¿Porqué subir al escenario?:** "es en donde `te paras´, donde la gente te ve, donde le proyectas a la gente, y la gente te proyecta a ti" (Carlos); "para poder llegar a un escenario necesitas tu proceso de ensayos...y que lo haces real en una función... para consolidar uno, necesitas del otro": (Graciela); "hay muchas cosas previas... es parte de tu entrenamiento, y puedes llevarlo como un medio, no tanto volverlo como un fin (**llegar a un escenario**), porque entonces tu trabajo previo no tendría un valor... no puede haber en el escenario lo que no has entrenado": (Quetzalli). **Es totalmente importante todo el proceso, así como la conclusión de éste, es como el proceso de la vida, tiene un principio, un desarrollo en el que se pasa por diferentes etapas, y un final, pero ninguno es más importante que el otro, todos hacen al ser humano lo que fue, lo que es y lo que será en la posteridad.**

**En una presentación en escena, las cosas cambian, es donde se hace más evidente la comparación con la vida, la oportunidad es única, el error si se comete, ya no puede corregirse, quizá pueda resarcirse y solucionarse con la improvisación, otra vez como en la vida, aunque la más de las veces los errores ya no tienen remedio y hay que asumir consecuencias.**

**¿Les gusta sentir todo eso que sienten?:** Los entrevistados responden: "todo, aunque sienta ese vacío, yo sé que es parte, no todo el momento va a ser perfecto, es lo ideal, pero no siempre va a ser así, va a

*haber una equivocación, algo va a faltar, va a haber una falla, y finalmente termino sintiéndome a gusto... se que puedo aprender de ello” (Félix): **decisión y actitud** sabía el no quedarse anclado en el vacío y la sensación de fracaso que deja el descontento de una mala función, ante esto se define la actitud que puede tomarse frente a las situaciones difíciles de la vida. “No creo que me agrade, pero tampoco le temo, simplemente es algo que existe, haré lo que tenga que hacer para hacer lo que tenga que hacer” (Mario); “no es desagradable... el día que yo no sienta nervios va a ser desagradable, porque entonces ya esta demasiado dado como normal, como ya más cotidiano”, **los nervios indican que** “sabes que va a volver a pasar algo, esta cosa mágica de nuevo... si es ese nervio de miedo, pienso que ahí si ya te debes cuestionar si lo que estas haciendo es lo correcto” (Graciela): **a pesar de esas sensaciones no tan deseables pero necesarias se quiere estar en el escenario, y se sabe por ellas que se esta en el lugar correcto y que se eligió la opción correcta. Dice Quetzalli: “es algo con lo que todavía no estoy muy de acuerdo (ríe)... lo único que si sé, la tranquilidad con la que llegue es la clave para todo, en todos sentidos”, y esa tranquilidad ¿de que depende?, depende de haber trabajado “lo suficiente” o más aún, haciendo el esfuerzo físico, de práctica y por ende de aprendizaje; como cualquier responsabilidad que se asume, trae consigo compromisos, unos requerirán más esfuerzo y sacrificios que otros, pero todas son experiencias propias de la vida; esa tranquilidad depende también de un trabajo espiritual, tranquilizar las emociones a través de este procedimiento de análisis, reflexión y concienciación que permite saber porqué y para qué se esta actuando de una manera o de otra, y de ese modo propiciar un cambio positivo en el proceder de la persona.***

*¿Qué necesidad o razón lleva a los artistas a hacerlo a pesar de esas sensaciones no tan agradables a veces? E aquí algunas respuestas que dan luz sobre el fondo del asunto de estar involucrado en el arte: vale la pena si se va “a sentir que se esta en movimiento, la danza es vivir, el teatro es vivir. Todo ese juego de emociones, de energías del cuerpo, te recuerda siempre que estas viviendo, y si lo disfrutas, quiere decir que estas viviendo bien, una muy buena vida” (Félix); “yo creo que es una necesidad tal vez un poco patológica, por lo menos adicciones químicas no tengo. Creo que si hay*

*una necesidad como ahora dicen: 'la descarga de adrenalina', que ahora lo usan como slogan. Creo que si hay cierta necesidad en nosotros, los que estamos en esto, de sentir esa palpitaciones, esas maripositas, esos como hormigueos, esa tensión, que a lo mejor algún portal químico te lo puede proporcionar, a mi creo que esto –la danza- me lo proporciona”, “no es exclusivo del foro, en el foro en cierta forma hay control... en la vida no, en la vida pasa, lo manejas de la manera más saludable, lógica y digna que puedas. En el foro esperas un resultado, puedes derivar la energía hacia ciertos derroteros, anticipando ciertos efectos, en la vida no” (Mario); “porque me siento plenamente vivo. Tal vez sea un proceso que se pueda parecer a la adicción, me parece muy vulgar hablar así, pero quiero contemplar esa posibilidad. Me siento más vivo en cuanto a la libertad que puedo tener. Es un espacio cuadrado, muy chiquito, un tiempo muy cuadrado, pero adentro de ésta cárcel me siento vivo” (Julien); “obviamente no es lo mismo que hace 10 años, si, 'yo mejor no toco'... esta difícil el aprender a que ¡ni modo!, estas ahí, o es lo que quieres hacer y ¡te chingas! Pero vamos, te acostumbras a ese nivel de nervios y los puedes manejar, como que los encaminas hacia ciertas cosas, como cuando te enojas, lo desquitas de una forma, los nervios es igual”, “cuando ya no lo sienta es porque ya no me importa, ya no lo disfruto”.*

**Estas son algunas de las razones de la necesidad del arte, la necesidad de satisfacer un deseo personal, una necesidad personal, no sé si patológica o no, no sé si como forma de sustituir una droga. Frankl, así como menciona que el arte es un aspecto, una vivencia en la que se puede buscar un sentido dentro de los valores de creación, de vivencia, e incluso de actitud, también dice que en la búsqueda del arte se puede manifestar el *vacío existencial*, habla de una alienación cuando se quieren encontrar sensaciones diferentes, vivencias diferentes, uno de los entrevistados dice que puede ser como una adicción y esta es dada según nuestro autor porque en muchos de los casos viven la falta de sentido, otro entrevistado la compara con una “*necesidad patológica*”, pero tal vez a la necesidad de sentirse más vivo que nunca, porque se encuentra la libertad; quizás la necesidad de sentirse diferente. Pero ¿porque sentirse vivo cuando se esta simplemente recreando o representando un pasaje de la vida, o una idea o visión sobre la vida?, se**

supone que no es la vida real, es algo a lo que todavía no le encuentro una respuesta adecuada. Los artistas están llenos de una necesidad de salir de lo cotidiano, de fantasear, de imaginar, de jugar, eso no se si llamarlo patológico, tal vez en un momento dado lo puedan hacer por huir de la realidad, pero a la vez esa realidad en que se sumergen es también la de la vida real, lo cual es contradictorio; el artista tiene la necesidad de seguir siendo niño todavía, por su espontaneidad, su alegría, su creatividad: *“de repente estas como un niño –ese en el que está jugando de verdad-, pero con todas las armas de un adulto, y es muy distinto, porque yo se que estoy jugando, cuando estoy en ese estado, creo que debe acercarse a la creación”*: (Julien); quizá sería necesario o interesante ahondarse en un psicoanálisis que en este caso no es oportuno, porque es como la sensación de estar en el vientre materno, en un estado de bienestar total. Creo que no puede simplemente llamarse vacío existencial, va más allá. El artista no deja, por el hecho de serlo, de sentir *vacíos y frustraciones existenciales o la carencia de sentido*; probablemente en el momento en que no encuentra ese sentido en su vida normal, quiere encontrarlo en el arte. Quien es artista pone pues, a trabajar su voluntad en búsqueda de un sentido (*voluntad de sentido*), y en la vivencia del arte puede estar seguro de que va a encontrar un significado si es que verdaderamente lo atrae como un imán, al menos porque se parte de que hay un gusto, es algo que en el momento de hacerlo, lo prueba y siente un sabor agradable. La vida tiene que saborearse, cuando se dan las oportunidades, no hay nada mejor que hacer lo que nos gusta y no lo que ha sido de algún modo impuesto. He caído en la cuenta que si uno quiere capturar instantes efímeros de felicidad, hay que hacer siempre lo que nos gusta, o hacer lo que se ama o aprender a amar lo que se hace, de otra manera vivir es una pesadilla, o se asemeja a una enorme roca en la espalda que se cargará toda la vida.

Creo por experiencia propia que los que nos dedicamos al arte tenemos una necesidad de sentirnos diferentes, de dejar de ser la misma persona de todos los días, y convertirnos –así sea por pequeños instantes-, en alguien que en su hacer, en su decir, en su pensar, sufre una transformación hacia lo extracotidiano, y sí, precisamente, hay que

transformarse, pues desgraciadamente no tenemos la suerte de ser como un camaleón, pero podemos parecerlo. El bailarín o la bailarina, el actor, la actriz, el músico hombre o mujer se transforman, dejan de ser la persona común y corriente que camina por la calle.

En lo que toca a la dimensión psíquica, los cambios que el arte provoca, en el aspecto emocional, denotan una consecuencia positiva porque es generador de cambios, *“recuerda tu posición de ser viviente”*(Félix), incluso llevando a ese vacío de cuando las cosas no salen bien en el escenario, aunque para Mario hay algunas emociones *“no muy agradables como la tristeza, la rabia, la soledad o desesperación”* pero aún así es de ayuda porque lleva a *“resolver encrucijadas personales... en algún montaje... puedes darle, sino respuesta, al menos esperanza o ilusión a alguien que esta viviendo algo similar”*; genera en ese cambio un conocimiento que lleva al crecimiento personal; en el teatro llega a ser incluso peligroso, cuando se están descubriendo ciertas situaciones, que son difíciles de entender, y que ocasionarían la locura, porque no se esta listo para esas vivencias o no son parte de la persona. A través de ese contacto con las emociones y con el autoconocimiento que este provoca, se logra el entendimiento de los otros, la demás gente con lo cual *“es más fácil vivir en la humanidad, más fácil encontrar tu lugar, y sí, vivir en este mundo”*: (Julien). Para Graciela, es positivo porque nace del mismo desarrollo creativo, porque se da un *“enfrentamiento o reconocimiento emocional”* y en ese *“fin productivo”* se transforma en el *“algo”* que se convierte en movimiento o en emoción dentro del trabajo artístico, de esa manera es como se canaliza, y eso beneficia al bailarín como ser humano y al artista que surge de este. Para Quetzalli las emociones son una especie de herramienta para conocer mejor la obra o para entenderla y tener referencias sobre sus particularidades, pero por otro lado pueden estar a favor o en contra del artista, en primera instancia a favor porque apoya lo que se esta haciendo, lo que quiere expresar o comunicar, en el segundo caso, porque si no se controlan llega el momento en que causan un bloqueo (shock), en cuya situación se vuelve negativo por la simple razón de que afectando al artista, afecta también a los espectadores, así es que se debe tratar de controlarlas y *“enfocarlas o manejarlas”*. Puede

generar, para Carlos simple y sencillamente un estado de felicidad, a lo mejor se esta triste, y al momento de entrar en ese mundo distinto, no hace sentir más que alegría, como cuando era niño y se adueñaba del juguete que más le gustaba.

Pasando a la dimensión espiritual, respecto a la importancia que reviste para el artista, hay una relación entre el trabajo emocional o el estado emocional con la espiritualidad según Carlos, ya que, en términos de *“energía”*, se proyectan emociones recíprocamente entre público y artista, lo cual *“aumenta esa energía”*, además de que, es importante *“cómo se está emocionalmente”*, pues es una forma de rastrear el estado del espíritu. Lo enriquece, porque, en la medida en que, como músico encuentra satisfacción, gusto y la energía que necesita, *“se entrega en cuerpo y espíritu”* En el caso de Quetzalli es fundamental y esencial trabajar su aspecto espiritual, *“trabajar”* consigo misma, es decir, con sus emociones, es así como crea con más facilidad el vínculo con su instrumento (guitarra) pero que se deriva también de darse cuenta de sus *“tendencias (emocionales) en su vida cotidiana”*, y que no dejan de hacerse presentes en su trabajo artístico. Espiritualmente, el arte para ella es como un guía que le hace saber qué debe solucionar en cuanto a sus emociones, para que a su vez incidan en lo espiritual y en su relación con su instrumento de trabajo.

Graciela también alude a la energía, y al aspecto espiritual, pero no en el sentido tradicional, sino *“llevado al proceso creativo”* y al nivel de tener *“una visión humana”* para alcanzar un entendimiento del propio ser y su *“presencia” (ser-en-el-mundo)*, de la energía que proviene de este como tal, también para entender el entorno y la conexión con los demás, en todos esos aspectos es que su vida ha mejorado a partir del estar en el arte. En esto último (la relación con los otros), coinciden Mario y Julien, en el primer caso, si se el vuelve la *“voz”* de otra persona, logra la posibilidad de conocer el *“porque, para qué y cómo”* de ésta; en el caso de Julien, el enriquecimiento espiritual parte de que un *“otro”*, que aún siendo un *“personaje”* lo lleva a cuestionarse cosas nuevas, desconocidas, que lo obligan a voltear hacia sí mismo.

Respecto a este necesario encuentro consigo mismo, es posible disfrutar la práctica del arte en soledad, en algunos casos -enriqueciendo de ese modo el área espiritual- específicamente refiriéndose al bailarín(a) o siendo músico, porque se debe *“detener un poco el trabajo físico , y pensar, imaginar, soñar”*: (Félix); **puede ayudar a “resarcir la soledad”, dice Mario, “no va a desaparecer ese sentimiento, pero si va a reconfortar, volverse una medicina que haga más llevadera la vida; esos momentos de soledad a veces se buscan, siempre hacen falta, pues dan la oportunidad de poder crear aún más, es el momento en que la mirada del otro no esta encima, pues ésta ocasiona que la propia mirada en uno mismo, en algunos casos sea severa y juzgue el trabajo más críticamente, así es que, no habiendo la mirada del otro (el público, el director, los compañeros), por lo tanto, tampoco la propia mirada en uno mismo, por lo que sale a la luz todo lo que de verdadero hay en el ser humano, el espíritu sale por sí solo, desaparecen las mascararas que lo recubren, a veces con demasiadas capas de apariencias diferentes y no genuinas: “es cuando más disfrutas, cuando más creas, cuando más sientes las cosas, y a lo mejor al otro día, lo que tu creaste o sentiste, hiciste en ese momento se te va, ya no te gusta, pero es porque ya no estas en el mismo nivel de concentración, en esa emoción de soledad”: (Carlos); **otra vez aparece la mirada del otro y la propia, el sentirse visto, el sentirse criticado, juzgado, porque se puede ser objeto de risa o de burla, por lo mismo, a veces cuesta mucho ser uno mismo: el ser real que suele surgir cuando se esta solo.****

Para Graciela el arte deja de ser una concreción cuando no se hace para la gente, en el escenario, lo cual implica *“un acto de comunidad”*. En el mismo aspecto para Julien, el teatro es imposible de disfrutarse en soledad, porque su esencia esta en la gente y es para la gente, se representa al ser humano y tiene que hacerse frente a ellos, *“no puedes hacer teatro sólo”*; es posible que cuando se esté sólo se haga una reflexión al respecto, se reconozca la vivencia, pero no se puede llevar a cabo el acto de *“actuar”* frente a sí mismo, forzosamente alguien, así sea una persona, lo debe recibir para que tenga eco.

Se adquiere el compromiso no sólo de satisfacerse a sí mismo, haciendo lo que les gusta, incluso se puede gozar de su actividad

estando sólo, pero necesaria e invariablemente, se deriva el contacto con los demás, es donde se encuentra un *“para que”* y un *“para quién”* hacerlo, el arte encuentra una razón de ser únicamente cuando se presenta ante los demás.

Félix hace un planteamiento importante, cuando se le pregunta sobre como le ha enriquecido espiritualmente el arte, inmediatamente cita lo relativo al vacío, y es el único que se refiere a este tan directamente, el vacío que nace de salir insatisfecho de una función, y que se tiene que *“complementar con algo más que es encontrar lo que no esta llenando ese hueco; y es una cuestión espiritual porque se encuentra no en el mismo hecho de bailar, sino en mis pensamientos; es encontrar un cierto carácter de ti mismo, y es ahí donde lo complementas, es donde te eleva humanamente”*, por ese camino de reflexión que le da el pensamiento, es que concientiza su experiencia, trascendiéndose así, física y psíquicamente, al hacer uso de su conciencia, propia sólo del espíritu humano, y cuyo existir se vuelve importante en tanto lo hace desde su espíritu. Ese vacío para él tiene o debe de pasar de largo, pues permanecer en ese estado haría que la vida se tornará difícil, por el hecho de vivir en la constante frustración de que la experiencia en el escenario no sea gratificante y no cumpla con las expectativas personales.

Por otro lado, el enriquecimiento espiritual no sólo proviene del arte, hay la necesidad de buscar otras cosas o actividades que tienen que ver con el cuerpo, con la meditación, las terapias corporales, en el caso de Quetzalli, que necesita adentrarse en cosas diferentes para encontrar después algo en su trabajo con la música; hay otros para quienes, como Félix y Mario, podrían encontrar ese enriquecimiento también en escribir, cantar, en la ciencia (Física, Matemáticas, etc.) que les permiten entender y expresar la vida, de un modo diferente al que tiene el arte. Para todos, pero en particular, en casos como los de Graciela, Julien y Carlos, aunque no dejan de tener otro tipo de experiencias espirituales, en las que encuentran un sentido de valor vivencial, por ejemplo, con la escucha de la música, con el disfrute de otras artes (pintura, poesía, lecturas espirituales), el arte es fundamental en su vida, porque se dedican en cuerpo y alma, quizá en unos casos *“tendrán”* que trabajar en otra cosa

para sobrevivir, sólo por eso, pues si se quiere vivir del arte es casi imposible; así, se ha convertido en su modo de vida, es su acto de vida, un modo de pensar, de ser, *“para mi el teatro no es nada más una práctica, es un modo de vida, entonces no me puedo ya dissociar de eso”*: (Julien); es algo que esta siempre ahí en su vida y de lo que difícilmente se pueden desconectar, por lo mismo no puede haber otra cosa más trascendental, por que se ama y provee de algo que su alma o su espíritu necesitan, y porque el arte los seduce a conocer algo nuevo de la vida.

De esta manera es que adquiere significado en su vida, al convertirse en su hacer cotidiano, una especie de rutina en la que la práctica del arte debe estar presente, y que, aunque definitivamente no se puede decir que sin ello no se puede vivir, hace mucha falta, y es prioritario; es además significativo porque es un modo de justificar la propia existencia, la misión en la vida y frente a la sociedad, pero en un plano creativo que se vuelve semejante a cualquier trabajo. El arte se convierte pues, en su estilo y su modo de comunicar y expresar pensamientos, sentimientos, ideas, que nacen de la sensación de libertad al que éste lleva. Además, para Mario tiene solo significado en tanto que lo sobrepasa a él mismo y logra que adquiriera significado para los demás, es decir, su *voluntad de sentido* le dice que es lo que en verdad va a hacer significativa esa experiencia de pararse en el escenario.

El arte es pues significativo porque descubre su verdadera vocación, pues incluso a partir de ese encuentro se puede decir que se *“empezó a vivir”*, y no se podría ser o hacer otra cosa: *“cualitativamente no se puede reemplazar con otra cosa. Ese placer involucra todos mis sentidos, toda mi alma diría, toda mi fe, toda mi mente. Me involucra totalmente como ser y todo lo que soy...me siento pleno, vivo, en mi lugar y mi espacio”*... (Julien).

Esa significación que el arte les permite descubrir, da sentido a sus vidas, porque estuvo y está entre sus objetivos, siempre se ha tenido el deseo de hacerlo. Pero eso no quiere decir que no encuentren otros sentidos también en la convivencia con sus amigos, en la comunión con su familia, éste último factor muy importante para ellos, ya que es un grupo que permite tener la sensación de que se tiene apoyo, seguridad, desahogo, felicidad, y que dan el ánimo para seguir adelante en la

proyección de sus objetivos; ciertamente el ser humano es un ser social, no podría vivir alejado de los suyos, de eso crea –al igual que lo hace con el arte-, sus vínculos afectivos que le permiten reconocerse como un ser que vive en y para el mundo, no existe para sí solo, el mundo lo forman los demás, tanto su familia, sus amigos, o las personas con las que de una u otra forma se relaciona; por otro lado, en el aspecto individual, Quetzalli ve pleno de otro sentido fundamental, el hecho de que es necesario *“mantenerse firme”* en la búsqueda de autoconocimiento que la obliga a voltear hacia su espiritualidad, teniendo con esto, algo con lo que encuentra seguridad, calma y fortaleza para ayudar a sostener la vida tanto cotidiana como en el arte.

Vemos pues que el arte es substancial en sus vidas, y que casi siempre ocupa el primer lugar en cuanto a sus prioridades, estando únicamente después del aspecto familiar o el conocimiento espiritual. Por lo mismo, es esencial preguntarles si podrían dejar de dedicarse a ello y aún así encontrar otros sentidos, o si algún día ya no pueden hacer esta actividad definitivamente ¿que pasaría?, porque menos drástico que eso es el hecho de tomarse recesos (en los cuales invariablemente se sigue pensando, imaginando nuevas cosas), tener que descansar por alguna lesión, enfermedad, u otra razón, que pensar que se va a dejar porque no se encuentra una manera de tener mejores resultados; si el sólo hecho de pensar que se va a dejar -aún sabiendo que hay la posibilidad de regresar- provoca tristeza, depresión, frustración, enojo, ¿que pasa entonces con la posibilidad de abandonarlo definitivamente?. Viendo a futuro, en el caso de los bailarines, Graciela, Mario, Félix, la encrucijada es más difícil debido a que, como dice éste último *“se que va a llegar el momento en que se va a acabar; el cuerpo se acaba...”*, es pues, el invariable pasar del tiempo, los años afectan al cuerpo y su rendimiento, o simplemente existe el miedo de lastimarse y definitivamente ya no poder hacerlo, enfrentarse a ese miedo, y a la realidad es muy fuerte, porque llevaría a un cambio bastante dramático. Mario es aún más drástico al decir: *“voy a dejar de sentir todos los dolores y las molestias, pero me va e empezar a doler el alma”*; el problema se vuelve más complicado porque en este caso se habla de una necesidad que si no se satisface

puede llevar a una suerte de desencanto, depresión, el vacío, que en muchas ocasiones, en otros casos, no se sabe de donde viene, en éste caso sí, porque se sabe que ya no se puede tener lo que se tuvo antes y se quisiera volver a tener; obviamente responde a una situación de apego, pero, ¿que ser humano no ha sido enseñado a sentir apego por las cosas, o por la gente, por sus seres amados, y por lo que le hace feliz y que no le ocasiona ningún daño, tiene lógica que por tanto se sienta ese vacío, esa falta, la añoranza, la nostalgia, un *“no hallarse”*, un *“no te mueres pero como que te sientes incompleto, algo te falta”*, dice Carlos, y estar ante la extrañeza de dejar de hacer lo que cómo humanos los define en gran medida en una parte de su ser; ante esta situación Mario mismo se da la respuesta, *¿qué habrá que hacer?*, habrá que *“ser lo suficientemente inteligente para encontrar algo que le de significado a mi vida”*, la **voluntad de sentido** siempre presente que indica que se es una persona sana y normal, porque aún se preocupa por ello y quiere saber en donde podrá encontrar otro sentido de vida, otro *“para qué”* vivir.

Hay muchas opciones para buscar sentidos a la vida, se pierden unas cosas, pero quizás se puedan retomar o recuperar otras, pudiendo buscar en esos otros aspectos otro tipo de satisfacción; desde luego no se va a buscar una cosa para sustituir a otra, porque la vivencia en el arte es incomparable. Se encuentra que los entrevistados dicen que no tienen que dejarlo completamente, seguirían en contacto y comunicación con lo mismo, tratando de estar vinculados, dando clases, siendo coreógrafos (relativo a bailarines y bailarinas) siendo técnico, administrativo, en producción, componiendo, interpretando (en lo que toca a los músicos), en difusión, o introduciéndose en otras artes, en la ciencia, etc., pero no se podría cortar de tajo con la relación entre ellos y el arte.

Ahora bien, frente a la posibilidad real de ya no hacerlo algún día, y una vez aceptado el hecho, se deriva otro aspecto, el relacionado con lo que se va a dejar en el pasado, el verse a sí mismo en el futuro, sintiéndose satisfecho con lo hecho, por actuar haciendo lo que se quería hacer, lo proyectado, lo soñado, sin haber sido obligado por nadie, sino llevado por su propia voluntad de sentido a hacer lo que nacía de ellos, que fue importante y una buena influencia para otras personas, por ello

es que es vital compartirlo con los compañeros de la misma actividad, con alumnos, con la gente que lo ve, para que produzca algo, una emoción, un sentimiento, una reflexión, un cambio de actitud. Se nota en esto, la importancia que tiene tomar las decisiones en su momento, la libertad, que da el sentido a nuestros actos de elección, de esa manera se llegan a concretizar los valores relativos a la vivencia que se desea tener, para que una vez en el pasado, forme después un nuevo presente en el que se vivan las consecuencias satisfactorias, que beneficien no sólo a un individuo sino a muchos otros que se vieron inmersos o afectados positivamente, por este acto de elección que, por lo mismo, valió la pena. El dejar de hacer algo que nos gusta, me remite un tanto al tema del sufrimiento y/o la muerte; es comparable a cuando se pierde algo o a alguien importante, entonces, parece que se pierde toda esperanza y toda fe en el futuro, ante las pérdidas se tiene la posibilidad de buscar el significado de dicha vivencia, porque aún en esas situaciones se puede hurgar el significado ¿para que es útil?, para entender o darse cuenta de algo, para cambiar, para soltar apegos, para ser mejor, para plantearse de lo esencial de la vida, para renovarse.

Pero también se puede encontrar respuesta en lo ya mencionado por Quetzalli, estar firme en la búsqueda espiritual, que si el arte en un momento dado -aunque satisfactor también del espíritu-, no da el enriquecimiento espiritual completamente, o definitivamente no lo da, por ya encontrarse fuera del alcance de sus posibilidades, entonces se deberá tratar de enriquecer la vida espiritual, porque finalmente lo que nos define es el espíritu y la vivencia en él, así que se puede buscar el significado espiritual en muchas vivencias, concentrándose para esto en el interior, preguntándole que es lo que le hace falta y buscando los caminos para que lo encuentre. Buscar también en los aspectos de la tríada amor, fe, esperanza, tres formas de actitud que enriquecen la vida; queda en la persona buscar que es lo que le motivará a propiciar esas actitudes útiles para conocer otros significados en su vida.

Hurgando un poco más en cuanto a las cualidades del artista, y de la opinión que estos pueden tener de sí mismos o de los demás artistas, se descubre también que en realidad en muchos aspectos ellos no se

sienten ni se ven diferentes al grueso de la gente, eso sí, coinciden en que en cierta forma sí hay diferencias, pero relacionadas consigo mismos, entre lo que es la vida cotidiana y el escenario; en el segundo, descubren cosas, tanto positivas como negativas, que tal vez no conocían de ellos, y que les ayuda a entenderse un poco más, resolviendo sus encrucijadas, incluso reconociendo que cosas no les pertenecen y aclarando con esto lo que son verdaderamente, viviéndose también en el hecho de sólo permitirse sentir, concentrándose en el momento que no tiene cabida para lo demasiado cotidiano (lo cotidiano puede usarse en el arte, pero deja de serlo cuando está inmerso en este), es decir, no es que en el escenario dejen de ser ellos mismos, sino que ese mismo ser se desenvuelve en un mundo extracotidiano que tiene sus propias reglas y al que se tiene que enfrentar, y que por ende, le permite descubrir sus formas de proceder ante ese mundo diferente, del cual puede desprenderse hasta una sensación de tranquilidad porque como dice Quetzalli, no se vive el *“estrés constante de sobrevivencia”* de la vida habitual. En el escenario *“es exaltar la personalidad, llevarla al máximo, engrandecerla”* (Félix), *“aflora más lo que eres”*: (Carlos); puede incluso que los defectos o las virtudes sean más evidentes, por lo mismo, se es diferente a como se es normalmente, por ello se convierte en esos momentos en un ser extracotidiano que no por ello, deja de ser parte de sí mismo, es una faceta más porque ocurre una transformación de la persona, deja de ser la que siempre es, la persona que la gente coloca dentro de esquemas o estereotipos, pero eso no quiere decir que lo que se ve en el escenario no sea verdadero. A Mario, lo hace ser diferente a sí mismo porque le ayuda a dosificar y a canalizar su carácter agresivo.

Los artistas no son diferentes y ellos dan sus razones. Para Félix, lo único que los puede diferenciar es su interés en el arte lo cual los hizo tomar la decisión y tener el atrevimiento de subirse al escenario, a lo que una gran mayoría no se atreve, por el miedo que provoca. Julien menciona que el artista es diferente pero en tanto todos somos diferentes los unos y los otros, y porque no sólo los artistas pueden lograr que salga a la superficie su sensibilidad. Para Carlos el artista es igual que cualquier persona, padecen las mismas enfermedades y tienen las

mismas necesidades físicas; para Mario posiblemente sean diferentes en que tienen un poco de más sensibilidad por que en cierta forma son constructores de la belleza, pero nada más, y como todo ser humano, en su mayoría buscamos ser diferentes a los demás teniendo *“un cierto rasgo de individualidad que nos caracterice... no puedo ser igual a nadie, no me interesa, tampoco quisiera ser un fenómeno: señalado”*. Para Graciela se es diferente por la simple cuestión de que al arte en su práctica produce el enfrentarse a sí mismo y a través de esto se da la autocomprensión y el autoentendimiento, además de que el trabajo en el proceso creativo posibilita el que la vida se vea y se lleve a cabo desde perspectivas diferentes, lo que ayuda también al conocimiento de otras posibles significaciones. En cuanto a Quetzalli solo es que cada quien busca su forma individual y natural de expresarse, las emociones se expresan de maneras distintas, unos quieren expresarlas en el arte, otros a través de la ciencia u otras opciones. Es en donde parece incuestionable la idea de que cada persona es igual a todas como parte del género humano, pero a la vez única, diferente e irrepetible

Respecto a si un artista es más sensible o perceptivo, sus opiniones son diversas. Graciela dice que depende de las situaciones porque hay sensibilidad en el trabajo que desarrolla, pero no esta segura de que esto lo extrapole a la vida cotidiana; se es más perceptivo porque se trabaja con el espacio-tiempo o la imaginación, por ello se tiene más agilidad, se reacciona en algunos casos más rápidamente. Quetzalli dice que *“en teoría”* son más sensibles o perceptivos, porque sus experiencias la han hecho notar que a algunos de sus colegas les falta la sensibilidad que se dice parte del artista y en su lugar llegan a ser personas muy arrogantes en su trabajo artístico, por lo que no le provocan ningún sentimiento ni la hacen sentir la inspiración que en otros casos si le ha sucedido, por el trabajo en el arte de la música y por el factor conocimiento que esto implica, los artistas pueden ser más perceptivos con respecto a la otra gente, cuando se ponen en el rol de espectador. Para Félix no hay diferencia, artista y público tienen la sensibilidad, pero el que aflore en los dos casos depende de la capacidad del artista para que, lo que quiere proyectar, sea visible ante los ojos del espectador, habiendo de esta

manera una respuesta sensible, es decir, es como el emisor y el receptor, estímulo respuesta, acción-reacción, el que cada quien tome su lugar para hacer y recibir; perceptivamente, el artista debe tener totalmente “abiertos” sus sentidos, en un estado de alerta que permita darse cuenta de todo lo que hay alrededor, con el fin de no quedarse anclado en sólo un aspecto. Para Mario sencillamente es un ser valeroso porque decide hacer del arte su voz para expresar sus emociones. Julián dice que por estar en el teatro, es necesario que desarrolle la capacidad sensible, por lo que se deduce que entonces también lo podrían hacer otras personas que no se dediquen al arte; ahora, el ser más perceptivo, nace de la sensibilidad, se tiene más claridad de percepción de lo que un ser humano puede transmitir o proyectar, y de que es lo que los hace actuar de una manera u otra. Carlos dice que si se es artista es por la sensibilidad precisamente, porque se deja sentir y eso lo comunica a los demás (sentimientos, sensaciones), su trabajo es lograr que la gente sienta algo, aunque tenga poca sensibilidad; para él la sensibilidad del artista lo hace ser más propenso al llanto, a la alegría, es decir, se deja llevar por las situaciones y lo que estas le provocan; y el hecho de tener sensibilidad proviene de que se es perceptivo.

En lo que tiene relación con las reacciones positivas o negativas que el público tiene ante ellos como artistas y frente a su trabajo, y que a su vez les genera emociones; van desde el incomodarse por que se siente condescendencia del público, el sentirse bien o conmovido, avergonzado ante el halago, *“no me gusta alimentar la vanidad, el ser egocéntrico”* (Félix), ahora que, cuando la gente le ha dicho *“no me gusto, estuvo feo, fue horrible”*, es como un golpe y causa frustración por el trabajo que se llevo con anticipación, y en ese instante ha sentido que tuvo afectación en su autoestima, y no es que haya resentimiento hacia quien lo dijo, sino porque la molestia la dirige hacia sí mismo. Lo mismo sucede con Quetzalli, cuando en ocasiones ha sentido que su trabajo no fue bueno y por lo tanto la gente no reacciono, *“siempre estas juzgando tu propio trabajo”*, sintiéndose enojada, pero con ella misma, por no hacer el trabajo como *“tenía que hacerlo”*, realmente el artista muchas veces llega a ser el juez más implacable con su propio trabajo, porque se esta siempre en

busca de la mayor perfección posible; por su parte, no le preocupan ciertas reacciones del público, como el aburrimiento, por escuchar música diferente a la que comúnmente acostumbran -es una responsabilidad de ellos si se comprometen o no- sino más bien le importa que se den a la tarea que tienen en ese momento simplemente de escuchar, que se dejen disfrutar, y que se permiten hacer contacto con sus emociones: *“sea lo que sea que tengan que sacar, que lo saquen, un enojo, lo que sea, a mi no me molesta, más bien me da gusto saber que la gente todavía puede hurgar un poquito sus emociones”*. En Graciela, la danza de Bali, Indonesia, aún cuando no es muy conocida en México, le ha traído experiencias muy especiales, porque tal vez mucha gente no entiende (racionalmente hablando) lo que están viendo, pero se emocionan quizá porque lo que ella comunica con su cuerpo (su instrumento) a través de la danza, llega también a sus cuerpos y estos reaccionan; aunque en algunas ocasiones se le han acercado personas que han tenido reacciones de cierto miedo, por la expresividad de los ojos, la misma danza de Bali, el maquillaje, el vestuario, pero es un miedo por haber visto algo extraño, diferente, desconocido, entonces, la perciben como un *“ser extracotidiano”* que no ven todos los días; en cuanto a las reacciones negativas del público: que se pare, que se distraiga, y por lo tanto tengan una falta de respeto hacia el trabajo del artista y hacia el propio público que si esta atento, lo cual a su vez puede distraerla a ella -lo que no debería suceder- pues puede pensar si eso que ésta sucediendo es por lo que ella misma esta haciendo o dejando de hacer; con respecto a como juzga su propio trabajo, esto se deriva de no haberse concentrado lo suficiente, no estar en lo que le corresponde estar y preocuparse por situaciones externas, lo que la hizo sentirse disgustada con ella misma, pues le parece que va contra la ética del artista, es como no responsabilizarse del aquí y ahora de esos momentos, puesto que en el escenario se está y se vive sólo ahí, sí hay factores externos pero se debe estar lo suficientemente concentrado como para que no influyan ya sea, en el estado de ánimo (creando inseguridad), o en lo que se tiene que hacer.

Las reacciones llegan a ser importantes, porque es el modo de darse cuenta de lo que paso en el escenario, porque uno mismo no puede verse, no se puede registrar lo que sucedió en el interior, así que importa mucho lo que digan al respecto, los sentimientos que les inspiro, la manera en que se ponen a analizarlo, dice Julien: *“cuando no hay reacciones es imposible continuar”*, la gente de alguna manera es un medidor de lo que se esta haciendo y de lo que esta sucediendo allá arriba, retroalimenta, y en la medida que retroalimenta empieza a influir en el trabajo, va hacia adelante, como también opina Mario, pero para él no ha sido tan importante el hecho de ser adulado, o aceptado por la gente que lo va a ver, como el hecho de *“tocarla, hacerlos pensar, causar conmoción y lograr que ríen, que se alegren”*. Carlos en cambio, se siente gustoso ante las reacciones de apoyo, y al saber que su trabajo gusta, por lo tanto, esas personas que lo valoran, merecen su agradecimiento.

El aspecto de la vanidad o el egoísmo esta por supuesto presente en quienes se dedican a las artes escénicas y puede ser una de las causas por las que se esta ahí y ellos lo aceptan como tal, a todos les gusta agrandar a los demás, y que los admiren, lucirse finalmente ante la gente, mostrar el talento. Félix cree que si hay vanidad, pero en cierta forma se debe a que se tiene el privilegio de estar en un escenario, aunque es preferible que no la haya, es útil como *“herramienta”*, porque ayuda a *“elevarse”* para decir: *“yo soy este que esta aquí”*, creer que se hace y se es el mejor allá arriba, pero sólo es útil en ese momento, porque después es necesario volver a ser una persona como todas, pues no le gusta que el artista quiera estar siempre en primer plano, exhibiéndose: en esto encuentro el ánimo de estar seguro de lo que se quiere y no se quiere ser. Julien no niega el que le guste ser halagado y cree que es importante; el querer agrandarle a la gente es algo que forma parte del ser humano, al igual que el egoísmo forma *“parte de la personalidad, pero en el teatro no es útil, se tiene que dar para recibir. La vanidad tiene relación con el valor que se tiene por llevar a cabo el acto de subir al escenario, parecido a la soberbia de creer que se tienen las cualidades como para estar ahí, en cuyo caso ya sería “un pecado mayor”* (Julien). Para Carlos hay egoísmo ciertamente, porque existe la razón principal que es hacerlo porque lo quieres hacer *“para ti, y*

*tienes que hacer lo que te gusta*"; en primer lugar importa que le guste a él porque de ese modo lo satisface; la vanidad, existe también, porque siempre es importante el verse bien y el que lo que haces guste y sentirse ¿porqué no? halagado y ser visto encima del escenario, esto último, es para el una razón que hace que los artistas lo sean: *"sino, no seríamos artistas"*. Mario ve en los halagos o en que a la gente le guste su trabajo, como un resultado para *"enriquecer la egoteca"*, y no está seguro si lo beneficie o no, pero no le da importancia; por otro lado, el hecho de que haya cierta diferenciación del artista o del bailarín como tal, en algunos casos, satisface el ego, y esto, junto con los beneficios que le trae la danza como la búsqueda y la conciencia de sentimientos y pensamientos, son esas cosas que surgen alrededor y dentro de la práctica, por ello se esta ahí y no deja de ser placentero. En Graciela la vanidad no es el principal motor que la mueve, le interesa que los demás también muestren su trabajo, *"que se luzcan igual"*, porque no le interesa *"ser única"*, en eso ella misma denota un rasgo de humanidad, el querer y estar dispuesto a darle un lugar al otro y estar, un tanto libre, de egoísmo. Quetzalli cree que hay un poco de vanidad, porque finalmente se va a mostrar quien se es, pero por lo mismo debe manejarse de una manera en que no se convierta en un acto sólo de vanidad, en eso intenta ponerse límites, para tampoco llegar al extremo de que tampoco exista vanidad; los halagos son alimento para el ego, *"palmaditas al ego"*, pero sobretodo cuando se esta consciente que se hizo un trabajo bueno o excelente, que se sabe que salio lo mejor de ella y que por lo tanto, la posibilidad de transmitir algo al público tuvo lugar; siempre hace falta saber la opinión de la gente, es necesario saber o sentir que en verdad sucedió algo que fue perfecto, y aunque se sepa de antemano que hubo mucha preparación, siempre hay cierta inseguridad, porque de pronto uno puede creer que el trabajo estuvo bien y las personas no lo percibieron así o viceversa. Pero, estar sobre el escenario también tiene que ver con el trabajo y la investigación, el estudio, la observación, la preparación, la voluntad de hacer algo (mi maestra de danza clásica decía justamente que para ser artista, más importante que el talento, es la voluntad, la voluntad

de hacer todo lo necesario para alcanzar lo que se desea, porque se puede tener talento, pero se desperdicia, si no hay la voluntad necesaria).

¿Qué es lo que desprende de todo esto? Que los artistas son seres humanos como cualquiera, a ellos pertenecen también todas las virtudes y los pecados humanos, ni más ni menos, lo único que lo puede diferenciar es que en determinado momento deciden salirse del mundo cotidiano y enfrentarse a otro mundo totalmente distinto en el que encuentran algo nuevo, desde sensaciones hasta emociones y experiencias espirituales. El arte le permite cumplir fantasías, lo obliga a usar su imaginación, le hace ser libre, le da permiso de jugar aunque con compromiso y seriedad, le enseña a ser otro.

Para quién es más importante hacer arte, ¿para ellos mismos (artistas) o para los demás (espectadores)? Tiene muchos puntos de coincidencia. Para Quetzalli y Graciela, son importantes las dos cosas, no es sólo disfrutarlo uno mismo o hacerlo para sí mismo, sino también para los demás, sería absurdo nada más para unos o nadamos para otros, es necesaria la otra parte, se trabaja para sí mismo y en esa medida se regala algo también a sí mismo y por ende a los otros, tiene que haber un equilibrio entre ambas partes. Félix dice que primero, parte de un compromiso consigo mismo, hacerlo para sí y de esa manera es más fácil transmitirlo a la gente. Mario lo explica de otra manera, al decir que uno tiene que voltear hacia sus propias necesidades y *“escuchar la propia voz interna”* que tiene el deseo de comunicar algo, lo cual sale primero de él y después *“viaja”* al público, no puede permanecer en él todo ese caudal de expresiones, tiene que darse a los demás, sino, se pierde o es como si no existiera. El teatro específicamente es el arte que con más razón tiene que hacerse para las demás, dice Julien, sin la presencia de los otros el teatro es inexistente. Carlos hace el arte para sí mismo, por una sencilla razón: por que es el quien se siente bien haciéndolo, que le guste o no le guste a la gente, en principio no es tan importante; sencillamente, el hecho de hacerlo para sí mismo, por gusto, hace que la gente tenga la posibilidad de verlo, sino, no existiría para ellos, y al existir para ellos, también les pertenece.

De lo efímero del arte Graciela plantea que precisamente eso es lo que hace que uno vuelva a *“aterrizar como ser humano”* por la vulnerabilidad que representa el serlo, entonces, el arte es efímero lo mismo que el ser humano es finito, toda su vida, lo que hace, cada instante es perecedero. El arte para ella hace que recuerde el carácter efímero, pero de la vida humana. Quetzalli piensa que es algo que vive, y que *“se va en un instante”*, algo que en un momento está y desaparece, pero mientras sucede, son los momentos que más le satisfacen. Para Mario es una característica de la danza, *“condición deplorable”*, lo efímero obliga a entender que el momento en el que sucede es *“único e irrepetible y es la única vez y quizá, la última vez que se podrá hacer (uno no sabe), por lo tanto tiene que ser como tal, valorado y atesorado; por esa misma condición se hace necesario tener la conciencia clara respecto a ello, para, por lo mismo, tomar cartas en el asunto, pues si es importante, debe ser tratado como tal, como instantes de vida trascendentes. Para Julián lo efímero del teatro es parte de su esencia y naturaleza, dicha condición lo define: “la primera vez, la última vez y la única vez presentado”. “Carlos encuentra que el hecho de que el arte sea efímero “hace que valga la pena” a pesar de que consigo traiga dificultades u obstáculos, pues lo que tiene real valor es lo que él puede sentir en esos momentos de estar en conexión consigo mismo, con el arte y con los otros.*

Y bien, no es que el arte sea efímero, el arte forma parte de la vida, la vida tiene esa condición, en cada una de sus situaciones y sus instantes, por ello es que es importante valorar cada experiencia como única, especial, específica y diferente, reconociendo en ella un valor (de vivencia, de actitud o de creación) que se puede concretar por medio de una acción plena de un significado. El instante que pasa de largo sin que uno logre descifrar su contenido, es un instante que probablemente quedará en el olvido.

En cuanto a las opiniones que los entrevistados tienen respecto a si el arte es sólo una cuestión estética o contemplativa, Graciela menciona que no es meramente contemplativo, siendo sólo contemplativo no lo habría hecho trascender a través del tiempo, es un hecho perteneciente a la actividad humana, significa *“acción y movimiento”*, no sólo

contemplación, sino algo que es renovable por las manos del ser humano en cada época. El teatro para Julien no se trata sólo de algo relativo a lo estético y lo contemplativo, está relacionado con cómo lo vive el público, y el actor no puede darse el lujo de la contemplación. En el momento en que está enfrentándose al escenario. Para Carlos tiene que ver sencillamente con el uso de todos los sentidos: ver, sentir, escuchar, etc., que se proyectan, pero del lado de los espectadores como del lado del artista, todos están provistos de sus sentidos y por medio de ellos se puede entender una obra artística.

El compromiso que pueda tener el artista, o la responsabilidad que trae consigo al estar dedicado al arte tiene distintas opiniones. Graciela ve en las artes escénicas algo en lo que forzosamente participa toda una comunidad, siempre debe haber un *“vínculo social”*, ahí es en donde nace o recae *la responsabilidad*, en el compromiso que se tiene al intentar hacer un buen trabajo y darlo a los demás, y si este trabajo se hace honestamente, se puede tener una pequeña influencia positiva en el aspecto social. Quetzalli está consciente de que el trabajo artístico requiere de un compromiso, institucionalmente, porque tiene que responder con su trabajo ante una institución, para quien probablemente en dicho caso sea sólo *“parte de una masa”* (a la que ni siquiera proveen de herramientas, pues ella sola tiene que darse a la tarea de buscarlas); por el otro lado, está la responsabilidad que tiene ante el público, pero en lo que se refiere a conmover a la gente, transmitirle, hacerle sentir *“llegar hasta su corazón”*, como ella menciona; socialmente, es muy importante, porque forma parte de la tradición, por eso es que es mucho más relevante hacer un buen trabajo, porque se va a poner a disposición de alguien, lo cual facilita más la forma de dirigir el trabajo. Para Mario el compromiso o la responsabilidad no tiene nada que ver con dejar *“herencias, ni patrimonios culturales, o fundaciones”*, todos ellos con cierta tendencia a la *“egolatría”*, sino, que sea algo que -no importa si en pequeña o gran magnitud- le deje cierta satisfacción, tal vez no total, pero si relativa a la tranquilidad de haber hecho lo que le gustaba o lo que quería en la manera en que lo deseaba, diciendo lo que quería en un lenguaje claro, que conmoviera, que fuera empático a la gente y además

bello, en eso el compromiso y la responsabilidad; le preocupa lo que quede para la posteridad, y el mensaje que dejara a la gente, mensaje que le gustaría que la gente entendiera por la claridad de su lenguaje.

A Julien no le interesa una responsabilidad frente a alguien que no conoce, es más le disgusta la responsabilidad que pudiera tener frente a la sociedad, desconocida para él, porque algunos quizás *“proyecten sus fantasmas o sus fantasías”* en él y eso ya no es su problema; responsabilidad y compromiso sí, pero con él mismo; si le pudiera llamar sociedad a alguien sería al público que lo llega a ver a un foro, pero únicamente ahí, porque fuera de este, es una persona mas; reconoce como verdadera responsabilidad lo que tenga que ver con *“la verdad”* de lo que quiere enviar o proyectar hacia el público, no mentirle, no engañarle haciéndolo creer -con ayuda de las herramientas que ha ido aprendiendo- algo que en realidad no esta sintiendo, y en la medida en que va en búsqueda de esa verdad, es cuando se siente *“honesto y honrado”*, de ese modo es que siente que sí, puede ser responsable. El compromiso al que se refiere Carlos, es el que se adquiere cuando se tiene la intención de hacer algo; compromiso consigo mismo, con sus compañeros y con el público, y en el sentido de la proyección que se le va a hacer a estos últimos a través del escenario, haciéndoles sentir lo que el siente al tener en sus manos el instrumento que propicia el desencadenamiento de las emociones que quiere proyectar; pero ese compromiso viene del interior, quizá no se hable de el, pero se sabe que existe y se lleva a cabo.

Estas son formas de mostrar de que manera se puede estar claro sobre el sentido que se quiere que tenga una experiencia o la vida misma: ahí esta el *“órgano de sentido”* que como *“conciencia moral”* permite definir con toda claridad lo que en realidad se quiere retomar de una experiencia; qué interesa y qué no, hacia quién o hacia qué se va a dirigir el cumplimiento del acto para que así no le falte el sentido. Se logra entonces, que la realidad se transforme, a partir de reconocer la posibilidad que se tiene de elegir entre un sentido u otro, lo cual, se convierte en los actos de elección a los que el ser humano constantemente se enfrenta, pero que si viaja a su interior y se cuestiona

desde ahí, no será complicado saber que elegir: sabiendo lo que se quiere, se sabe entonces lo que se va a buscar. La búsqueda de sentido se hace más simple y sencilla.

El valor que tiene el arte para ellos es infinitamente profundo y amplio, desde una justificación como ser ante la vida, hasta una forma de realización de sus metas, ser útil, alcanzando niveles profesionales, espirituales, de energía, en la transformación de las relaciones con los demás (familia, amigos): *“para mi, eso es justamente el arte: un hecho de vida que te puede transformar y que te puede dar la posibilidad de entenderte vivo, útil, para ti y para la sociedad”*: (Graciela). El arte para Quetzalli, y todas sus manifestaciones, es una forma de ver la vida desde diferentes perspectivas, lo cual permite reconocer otras formas de emocionarse (ahí el valor, nos hace ser más flexibles a aceptar los cambios), diferente a la rigidez que pueda haber en los modos de vida que le inculcaron, todo esto abre la posibilidad para que ella alcance un modo de conocerse mejor, porque se encontrará con cosas que ya conoce de sí misma, pero también aprenderá muchas otras, todo esto le hace querer mantenerse en el lugar que el arte le ha dado o que en el ha encontrado; además, tiene la particularidad de que esta presente en todos lados, (pareciera que no, pero es cotidiano), por donde quiera que la gente vaya lo encuentra, y *“es algo que mantiene viva a la gente”*. Para Carlos tiene valor porque es una forma de expresión en su sentido más amplio, todo ser humano necesita hacer que salgan a la superficie los sentimientos, las emociones, la vivencia interna, y el arte en eso tiene poder, porque lo logra de una manera más sencilla, natural y espontánea, y por eso mismo llega a ser trascendente; el arte de esa manera permite ir más allá, es pues trascendente. Para Julien, el arte *“nos salva de la barbarie”* es algo *“elevado”*, que nos permite sacar lo más humano de la raza humana, *“tiene el valor de darnos flores”*. Su valor esta en que provoca la unión de dos almas que de esa manera se entienden, genera *entonces “comunicación y comunión”*. El arte es un modo de hacer que las almas estén en resonancia en modo intenso, se puede estar *“pleno o vacío”*, *“pero la experiencia de ver a otro ser humano hacer arte crea una especie de conexiones muy hondas y llenas de significado, ese es el valor fundamental para Julián,*

que se genera una forma especial y diferente de comunicación, lo que provoca la vivencia de *“catarsis y empatía”*, esta última en el sentido de que esa comunicación toca lo que hay adentro de uno mismo, esto es, el arte sirve para lograr *“un contacto humano, más allá de proyecciones o estados, sino, su cosmos, su cosmogonía, su mundo interno, su mito personal; la posibilidad de borrar las fronteras entre los seres humanos”*: (Julien); es decir, logra llegar hasta el ser trascendente que es cada ser humano, más allá de sus superficialidades, sus vanidades y egoísmos, llega al fondo de la esencia humana, y es a lo único a lo que debe servir.

El arte, y el ser humano inmerso en el, son una prueba de que las dimensiones biológica, psíquica y espiritual son inseparables.

## CONCLUSIONES

La pregunta inicial que guió este trabajo hacia referencia a sí se podía encontrar un sentido en el arte, en la definición que le da Víctor Frankl, en cuanto a la voluntad de sentido que el hombre como tal se ve impulsado a buscar para darle significado a su vida. En el arte los entrevistados encuentran un sentido espiritual y vivencial; se encuentran muchos sentidos de los que habla el autor, sobretodo en lo que respecta a las situaciones que se dan dentro de aquel, primero, vivencias que queriéndolo o no, obligan al conocimiento tanto individual como de los demás, y este conocimiento puede suscitarse en dos direcciones, del sujeto-artista a los espectadores o viceversa. Pero como muchos de los sentidos de vida que se encuentran, no la abarcan totalmente, es necesario ahondar en otros aspectos, sobretodo en el espiritual, o en las situaciones que necesariamente involucran la relación con los demás, la cual se da en el arte como en las situaciones cotidianas.

El arte como se ve, les ha servido para propiciar su autoconocimiento, y de esta manera han podido profundizar y hacer cambios en su vida para darse cuenta de que es necesario hacer lo que les gusta, porque el paso por la vida es corto y debe ser un poco más gratificante y satisfactorio al realizar las tareas que nos permiten disfrutarla.

La vida tiene en sí misma muchos sentidos o significados, uno de ellos pertenece al arte, que es en donde los artistas buscan y encuentran un refugio para su ser. El hecho de involucrarse de lleno en estas actividades, en muchos aspectos también tiene razones vanas como la autosatisfacción, el ego que -como sea- es parte del ser humano, aunque lo paradójico es que, en la terapia con danza para niños psicóticos, justamente se trataba de que ellos reconocieran ese lado narcisista para reencontrarse a sí mismos, lo cual indica que en cierto modo, la vanidad o el egoísmo - en grados no excesivos-, son normales, naturales e incluso benéficos para la salud mental. Este aspecto se compensa en gran manera, porque hay una gran dosis de contacto humano -es que no puede separarse de los otros- y en contrapunto, conocimiento también interno, que hace que el ser "yoico" aterrice en un terreno en donde se da cuenta que no sólo existe él, sino todo el género humano representado por los

espectadores y las personas con las que trabaja su actividad hombro a hombro, esa gente, la de *“afuera”* o la de *“adentro”* a la que regala (razón no egoísta) su alma de artista ávida de comunicarse, de jugar, de volver a ser otra vez un niño, de dejar de ser, por que no, la persona de la vida cotidiana y salir de lo que suelen llamar la “zona de confort”.

¿Qué si el arte es útil?, no hay manera de comprobar que no, de ello hablan no sólo los seres humanos involucrados en éste, en cuerpo y alma, sino las terapias que intentan hacer una “curación del alma” a través de la música, la danza, el teatro, la pintura, el dibujo, la escultura, escritura, poesía, literatura, etc., y que logran que al haber contacto con una melodía, un ritmo, un movimiento, unas palabras surgidas gracias a las dinámicas artísticas, algo suceda con lo que *“adentro”* guarda el ser humano, que por medio de estas son capaces de expresarse emociones, pensamientos, memorias de traumas contenidos en el cuerpo, y se hace lo inconcebible, se borran cadenas, se rompen ataduras y *“sale”* -de una manera natural, sin forzar nada- aquello que de otros modos más cotidianos no lo hace, pues el alma que a veces se resiste a salir a la luz, encuentra en ello un medio de ser libre en su expresión, entonces, se dice lo que no se podía decir, se hace lo que no se podía hacer, se piensa lo que no se quería pensar. El arte hace que al menos quién lo usa y quién tiene el deseo de acercarse a él para usarlo en su beneficio, muestre la desnudez de todo su ser, por eso quien se dedica a éste, debe estar consciente de porqué y para qué lo va a hacer, porque aunque no se tenga esa intención, el arte desnuda, sobretodo si se logra estar arriba del escenario, muestra a las personas que son, quizá hasta cierto punto exaltadas, pero que no por ello. dejan de ser ciertas.

Para quienes se entregan a las tareas artísticas, el hacerlo está muy lejos de ser un pasatiempo, es ciertamente, *“una cosa seria”*, no basta sólo con que se disfrute es semejante al trabajo de cualquiera, porque se ocupa mucho tiempo en ello, hay mucho esfuerzo, disciplina, se adquieren compromisos con los demás, como consigo mismos; y cuando la gente con todo y eso quiere hacerlo, lo hace porque tiene un significado cercano a la *“verdad”* que cada quien (en este caso, el artista) busca –no sólo en el arte sino en su vida- por lo tanto, valdrá la pena cualquier sacrificio y sobrepasar cualquier obstáculo.

El arte termina por ser una tarea a la que el artista se entrega en el ser creativo, y a través del cumplimiento de esta tarea, su vida en esos momentos tiene significado; la entrega a la tarea misma lo convierte en un verdadero ser humano, porque está presente no sólo para sí mismo (por el gusto de hacerlo), sino para otros. La idea del arte es que sea para todos, sino, se quedaría plasmado sólo en la misma persona, por lo cual dejaría de ser trascendente. Trascender significa que el hombre como las cosas (el arte) vayan más allá de sí mismos, puesto que si no es para los demás no existe, tiene que comunicárseles. El artista como tal, sí tiene una responsabilidad y es la de hacer que los efectos del arte se extiendan al mundo, creando con esto, consecuencias que impliquen un cambio de ideas, que, insten a la reflexión, y, sino que hagan cambiar, que hagan pensar y tener conciencia sobre la tarea de vivir. El arte tiene sentido para quien se lo da, habrá para quienes seguramente pasará casi desapercibido, pero de cualquier manera sabrá que tiene un lugar particular en el mundo.

El artista como tal, también se cuestiona respecto a lo que quiere y lo que no quiere como resultado del arte, de esto se deriva o se forma, “su querer ser” quien desea ser como una verdad únicamente perteneciente a él, lo que quiere decir, que su voluntad lo ayuda a moldear las situaciones, en el momento en que retoma de ellas lo que necesita para sí, y que enriquecerá su vida y su crecimiento personal, con lo cual hace uso de su conciencia, que lo lleva a decidir sobre los senderos de su vida..

Por supuesto, el arte y sus manifestaciones, no son una panacea para curarlo todo ni para expresar todo lo que hay en un ser humano. El arte sólo es para quien lo busca, para quien lo necesita, se da y se abre para quienes tienen abiertas las puertas del corazón de par en par para él, de esa manera cumple un sentido y un cometido. Es importante porque es integral, todas las dimensiones humanas (biológica, emocional, intelectual, y espiritual) están involucradas, no se podría decir, trabajan nada más, con su cuerpo o con su intelecto, o se entregan a las emociones solamente, o toda la experiencia es absolutamente espiritual, no, por el contrario, logra que el individuo se use en todas sus dimensiones, es más, lo obliga a ello; practicar el arte está remotamente lejos de ser *“una cosa sencilla”*.

El vacío y la frustración existencial, que en el sentimiento del absurdo, generan la neurosis noogéna, son hechos reales en cada situación de la vida humana. El artista, como todo ser humano (y es cualquier ser humano), también las padece; no dudo que alguien que se busca en la compañía del arte, lo pueda hacer como una forma para llenar sus vacíos y para vaciar sus frustraciones. El artista se siente sólo, se siente vacío, se siente egoísta, se siente poderoso, vanidoso, torpe en su egoísmo, conflictuado en sus emociones y en sus relaciones, se siente estúpido en su proceder, no sabe también, que hacer con la vida entera, se pregunta muchas veces si es que lo que hace realmente vale la pena, se atormenta por eso, duda de sí mismo, le duele el dolor suyo y el de los demás, busca y huye de la soledad, quiere evadir todo, es sensible ante los otros y a la vez, padece de todo, es el más enfermo y el que goza de la mejor salud mental, la más de las ocasiones, arriba del escenario - a veces sin darse cuenta-, se hace vulnerable –es vulnerable- no sabe, y al mismo tiempo sabe muy bien -porque tiene la osadía de creer en el fondo- que es especial, y que al estar en el escenario, se va a convertir en un ser frágil, y el blanco de muchas miradas, que lo observaran con crueldad o admiración, que lo criticaran golpeándolo hasta adentro del ser; tiene miedo de los demás, de sí mismo, los ama y los odia; evade la realidad, otras veces tiene el valor de enfrentarla, de sufrirla, de vivirla. Sí, el artista, no cabe duda, es uno de esos hermosos habitantes de la hermosa tierra, igual y diferente, a cada uno de esos seres vivientes que van deambulando por cualquier lugar.

El ser humano, no deja de serlo en ninguna circunstancia, menos aún en la vivencia del arte, y más porque éste representa el dolor y las pasiones humanas, la vulnerabilidad, el poder, el egoísmo, el amor, el odio, la crueldad; todos los defectos y las cualidades humanas. Arriba del escenario las recrea, pero lo hace porque sabe que todo esto está vivo y presente, no inventa nada, todo se lo roba, o se lo pide prestado a la sabia, inteligente y cruel maestra que es la vida.

El dedicarse al arte, significa adquirir un compromiso, no solo con un arte determinado, sino con la vida y sus significados. A ese mismo compromiso está llamada toda persona, en cualquier acto de su vida. Por ello, es rescatable también observar lo que un ser humano puede hacer para lograr lo que quiere y lo que le gusta en la vida: para un artista, lo más importante no es superar la crítica

constante a la que está expuesto, sino el hecho de que muchas veces la actividad artística sea rechazada por los demás como una actividad profesional, y que esto no influya para que desista de hacerlo; los demás seres humanos, muchas veces, los más cercanos (la familia, los amigos), en muchas ocasiones nos hacen dudar de lo que pensamos o creemos que nos gustaría hacer de nuestra vida, lo importante es que no nos lo quiten, o que no dejemos que nos lo quiten, pues sería como permitir que se roben una parte de uno mismo. Si el arte hace feliz al artista, le gusta, y nadie lo obliga a hacerlo, son creencias que llevan a la formación de un sentido de la existencia. Esto puede servir como ejemplo de vida para los psicólogos, quienes en muchas ocasiones son buscados por personas que no encuentran una dirección a su vida, él, como psicólogo, puede orientar a la gente para que luche por encontrar un porqué y un para qué de su vida, no sólo en el arte, sino en aquellas cosas en las que su ser se siente motivado. Es posible sortear todos los obstáculos y las dificultades por una ideal o una creencia, y se puede estar firme en esa decisión de hacer lo que realmente llena nuestra vida; no importa lo que los demás digan, si esta bien o esta mal, sino lo que uno en el fondo desea tener como creencia o ideal personal y hasta que punto decide defenderlo y apropiarse de ello, es ahí donde se nota que hay un compromiso.

Por otro lado, el arte como tal, puede ser usado por el psicólogo, es una herramienta de grandes proporciones, que puede servirle para ayudar a la gente a expresar con menos dificultad sus problemáticas, simplemente porque se ha probado que logra que el ser humano quiebre sus defensas, y porque permite que las emociones fluyan por sí solas. No creo que se necesite dominar estas artes, sino, tener la intuición para saber en que momento le puede ser útil al paciente, para expresar lo que le es urgente expresar, haciéndolo de las maneras más sencillas; nosotros en la vida cotidiana lo hacemos, nos gusta escuchar cierta música en particular, leer determinada poesía, ver una película y no otra, incluso escribir un verso, o hacer un dibujo, y todo esto, por una decisión o un gusto personal, de esa manera sentimos que expresamos algo de nosotros, lo cual, es reconfortante y tranquilizador.

El arte resume la vida en pequeños o grandes fragmentos impresos de valor existencial. No es un pasatiempo, porque en cada día de trabajo creativo, se entrega el alma, la mente y el espíritu, lo cual, como actitud, se puede retomar para aplicarlo a nuestra vida cotidiana, y si es así, entonces el arte tiene un verdadero sentido y un uso, total y profundamente humano.

## BIBLIOGRAFIA

- Aumont, J. (1998) **La estética de hoy**. Madrid. Ediciones Cátedra.
- Bazzi, T., y Fizzotti, E. (1989) **Guía de Logoterapia. Humanización de la psicoterapia**. España. Editorial Herder.
- Bello, María Carmen (2002) **Jugando en serio. El psicodrama en la enseñanza, el trabajo y la comunidad**. México. Editorial Pax México.
- Blom, L. Y Tarin, L., (1996) **El acto íntimo de la coreografía. Serie Investigación y Documentación de las artes**. México. Instituto Nacional de bellas Artes.
- Cardona, P., (1993) "La percepción del espectador". **Serie de investigación y Documentación**. México. INBA.
- Carrera, M. A. (1973) **Cuando el arte muera**. Guatemala. Centro América. Editorial "José de Pineda Ibarra".
- Charlton, W. (1976) **Historia de la estética**. México. Fondo de Cultura Económica.
- Dallal, A., (1990) **La mujer en la danza**. México. Panorama Editorial.
- Ducourneau, Gerard, (1988) **Musicoterapia. La comunicación musical: su función y sus métodos en terapia y reeducación**. España. Editorial EDAF.
- Fizzotti E. (1994) **Para ser libre. Logoterapia cotidiana**. México. Ediciones Centenario.
- Frankl, V. (1978) **Psicoanálisis y existencialismo. De la psicoterapia a la logoterapia**. México. Fondo de Cultura Económica.
- (1979) **El hombre en busca de sentido**. Barcelona. Editorial Herder.
- (1984) **El hombre doliente**. Barcelona. Editorial Herder.
- (1984) **Psicoterapia y humanismo ¿Tiene un sentido la vida?** México. Fondo de Cultura Económica.
- (1987) **Ante el vacío existencial**. Barcelona. Editorial Herder.
- (1988) **La voluntad de sentido**. Barcelona. Editorial Herder.
- (1992) **Teoría y terapia de la neurosis**. España. Herder.

Freire, J. B. **Acerca del hombre en Viktor Frankl.** Barcelona. Editorial Herder

Gaetner, R. (1979) **Terapia psicomotriz y psicosis.** Barcelona. Edic. Paidós

Jauss, H. R., (1972) **Pequeña apología de la experiencia estética.** Barcelona. Ediciones Paidós. (Traducción en 2002)

Kandinsky, W. (1994), **De lo espiritual en el arte.** México. Ediciones Coyoacán.

Kerr, Ch. (2008) **Family Art Therapy.** Estados Unidos de América. Taylor & Francis Group, LLC.

López, A. (1977) **Estética de la creatividad. Juego, Arte, Literatura.** Madrid. Ediciones Cátedra.

Lukas, E. (2002), **Ganar y perder. La logoterapia y los vínculos emocionales.** Barcelona. Edit. Ibérica.

---- (2004), **Equilibrio y curación a través de la Logoterapia.** Barcelona. Ediciones Paidós.

Malchiodi, C.A., (2007) **The Art therapy sourcebook.** Estados Unidos de América. McGraw-Hill.

McCarthy, M. (2003), **La naturaleza de la música.** México. Edit. Paidós.

Nakkach, S. (2006), La música y las emociones. En Almendro, M. **La conciencia transpersonal.** (pág.497-512). España. Kairós.

Panhofer, H., Rodríguez, S. (2005) La Danza Movimiento Terapia. En Panhofer, H. **El cuerpo en psicoterapia: Teoría y práctica de la Danza Movimiento Terapia.** (49-62.) España. Gedisa editorial.

Robinson, J., (1992) **El niño y la danza.** Barcelona. Ediciones Mirador.

Sainz de la Maza, A. (2003), **Cómo cura la musicoterapia.** Barcelona. RBA Libros.

Sorell, W. (1987), **Reflexiones sobre una maravilla. Diario de un crítico de danza.** México. Editores México.

Tilley, P., (1981) **El arte en la educación especial.** Barcelona. Ediciones CEAC,

Wilde, O. (2005), **De Profundis.** Buenos Aires. Ediciones Dradifco. (Traducción 2005)

## ANEXO

### ENTREVISTA

#### DATOS DEL ENTREVISTADO (Datos preliminares necesarios)

Nombre:

Edad:                  Sexo:                  estado civil:                  hijos:

Actividad artística que practicas (Profesional o amateur):

¿Recibes un salario por dedicarte a dicha actividad?

¿Cuánto tiempo hace que te dedicas a dicha actividad?

¿Desde qué edad?

¿ Te dedicas a esta actividad artística de tiempo completo, o solo determinadas horas a la semana ?, ¿Cuántas horas?

¿Tienes alguna otra ocupación o profesión a la que te dediques?

#### PUNTOS A CONSIDERAR EN LA ENTREVISTA:

- Si eres alguien que se ocupa en esta actividad de tiempo completo, ¿Por qué razón lo decidiste?
- ¿Se puede vivir de tu actividad (en sentido económico)?
- ¿ Si eres alguien que tiene otra ocupación ( trabajo de tiempo completo, que incluso no este relacionado con lo artístico ) ¿porque te parece importante dedicar una parte de tu tiempo a la actividad artística ?
- ¿ Haz enfrentado algún tipo de obstáculo (oposición familiar, de amigos, económica, social ) por el hecho de querer dedicarte a la danza, el teatro o la música ?
- ¿Cómo lo haz sobrellevado o solucionado? ¿Haz estado dispuesto (a) a sobrellevar cualquier obstáculo con tal de dedicarte al arte?
- ¿ Cómo o por qué fue tu primer acercamiento a esta actividad del arte?
- ¿Por qué te llamo la atención o te gusto? ¿Qué fue lo primero que te hizo pensar o creer que querías hacerlo?

- ¿Podrías decir, que es lo mismo que actualmente te hace permanecer en esta actividad artística?, ¿por qué te gusta bailar, hacer música o practicarla, hacer teatro?
- ¿Crees que el dedicarte a una actividad artística, parte de un deseo realmente interior, es decir, de ti mismo? (Si es una decisión personal, o una necesidad que como tal parte de ti mismo, la pregunta es porque muchas personas actuamos por imitación o por complacer a otros)
- Ubiquémonos en una presentación, es importante el antes, el ahora y el después de la actividad. Antes, durante y después de la actividad ¿que sientes, que piensas?, ¿Qué te gusta o no te gusta sentir o pensar?, ¿cuáles son tus emociones?, ¿cuáles son tus sensaciones? Describe cada uno de los momentos.
- ¿Hay diferencias entre el desarrollo de tu actividad en un escenario y en una clase o ensayo, en cuanto a sensaciones, pensamientos, emociones, y el aspecto creativo?
- ¿Es importante presentar la disciplina que practicas, en un escenario?, ¿porqué?
- ¿Te gusta sentir todo eso que sientes o puede llegar a ser desagradable? ¿Te gusta pagar ese precio, los nervios, el miedo, antes de tu presentación en escena? ¿Qué necesidad o razón te lleva a hacerlo?
- ¿Crees que el aprender variaciones de movimiento (Danza), aprender un dialogo (Teatro) aprender una pieza (Música) te permite seguir siendo creativo?
- ¿Lo creativo es solamente lo espontáneo, o lo aprendido puedes hacerlo creativo?
- ¿Entonces, las personas que hacen arte son creativas?
- ¿Qué es la creatividad para ti?
- El arte (tu actividad) como ya vimos, provoca algún cambio emocional en ti, ¿crees que es positivo o negativo?
- ¿Es importante para ti el aspecto espiritual?
- ¿Crees que el arte te ha enriquecido de alguna manera, espiritualmente? ¿Te sientes tranquilo contigo, con tu vida?
- Si es así, ¿crees que es lo único que te puede enriquecer espiritualmente, o necesitas buscar algo más, crees que hay algo más?

- ¿Es posible disfrutar el arte, (específicamente tu actividad) en tus momentos de soledad?
- ¿Crees o podrías decir entonces, que el arte (danza, teatro, música) da algún significado a tu vida? De que manera:
- Supongamos que el arte da sentido a tu vida, ¿en que otras situaciones o cosas encuentras sentido a tu vida?
- De todas esas opciones, ¿en que lugar quedaría la danza, el teatro, la música?
- ¿Es algo que podrías dejar de hacer, y aún así, encontrar otros sentidos en tu vida?
- En algún momento de tu vida ¿haz dejado de dedicarte a esta actividad? ¿Qué ha pasado al respecto? ¿Fue fácil o difícil?
- ¿Qué pasa cuando tienes algún receso (largo o corto) en tu actividad?, ¿Te genera ansiedad, no sabes que hacer?
- Si por alguna razón, algún día ya no puedes hacer esta actividad,
- Si algún día ya no te pudieras dedicar al arte, ¿qué te imaginas haciendo?, ¿cómo te sentirías?, ¿qué pensarías?
- ¿Crees que el hacerlo te hace sentir diferente o ser diferente a como eres normalmente? ¿Eso te gusta o no te gusta? ¿Por qué?
- ¿Podrías decir que un artista tiene algo de diferente a los demás? ¿Qué podría ser?
- ¿Un artista es más sensible que los demás?
- ¿Un artista es más perceptivo que los demás?
- ¿Qué hay de la forma como reaccionan ante ti, las personas que ven tu trabajo? ¿Te gustan esas reacciones o te incomodan? ¿Qué tipo de reacciones ves en esas personas?
- ¿Puedes describir alguna reacción, emoción o comentario, que te agrade o te disguste y que consideres importante?
- ¿Qué es más importante para ti: hacer arte por ti o para ti mismo, o hacerlo para los demás, digamos, los espectadores?
- ¿Crees que hay algo de vanidad o egoísmo al dedicarte a esta actividad?
- ¿Qué piensas de lo efímero del arte, realmente lo es? ¿a pesar de eso, haz querido hacerlo?

- ¿Crees que el hecho de ser artista te haga tener un compromiso o responsabilidad tanto contigo mismo como con los demás, o en general con la sociedad? ¿Qué tipo de compromiso o responsabilidad?

- ¿Crees que el arte sea solo una cuestión estética o contemplativa?

- ¿Qué valor tiene el arte, para ti?

- ¿Crees que hizo falta preguntarte algo más?

- ¿Tienes algún comentario?