

ISSN: 2340-9096

DOI: <https://dx.doi.org/10.17561/rtc>.

www.terciocreciente.com
<http://revistaselectronicas.ujaen.es/index.php/RTC>

Investigación

<https://dx.doi.org/10.17561/rtc.n15.1>

La investigación educativa desde el cuerpo

Educational research from the body

**Magdalena Alejandra Romero
Hernández**

m.alejandra.romero.h@gmail.com
Universidad Nacional Autónoma de
México
Universidad de Guanajuato, México

Recibido 13/09/2018

Aceptado 15/12/2018

Revisado 12/12/2018

Publicado 01/01/2019

Resumen

En el presente artículo abordo algunos puntos clave sobre mi tesis de Maestría en Investigación Educativa: “La investigación educativa desde el cuerpo. Un estudio de caso sobre la expresión simbólica en niñas de cuatro a seis años”. En este artículo presento una narrativa en primera persona sobre la experiencia con el cuerpo durante la impartición de un taller de teatro y danza en un internado para niñas, del cual obtuve

Abstract

In the present article, I address some key points about my thesis of Master in Educational Research: “La investigación educativa desde el cuerpo. Un estudio de caso sobre la expresión simbólica en niñas de cuatro a seis años” (Educational research from the body. A case study on symbolic expression in girls aged four to six). I present a narrative in the first person about the experience with the body during the teaching of a theater and dance

Sugerencias para citar este artículo

Romero Hernández, Magdalena Alejandra (2019). La investigación educativa desde el cuerpo. Tercio Creciente, 15, págs.7-20. <https://dx.doi.org/10.17561/rtc.n15.1>

ROMERO HERNÁNDEZ, MAGDALENA ALEJANDRA. La investigación educativa desde el cuerpo. Tercio Creciente, enero 2019. n° 15, pp. 7-20. <https://dx.doi.org/10.17561/rtc.n15.1>

ISSN: 2340-9096

DOI: <https://dx.doi.org/10.17561/rtc>.

www.terciocreciente.com

<http://revistaselectronicas.ujaen.es/index.php/RTC>

Investigación

<https://dx.doi.org/10.17561/rtc.n15.1>

los datos de investigación que posteriormente analicé también a través del cuerpo en movimiento a la luz de dos conceptualizaciones fundamentales: emoción e intuición.

workshop in a boarding school for girls, from which I obtained the research data that I later analyzed also through the body in movement based on two fundamental conceptualizations: emotion and intuition.

Palabras clave / Keywords

Cuerpo, emoción, intuición, investigación educativa, movimiento.

Body, emotion, intuition, educational research, movement.

Sugerencias para citar este artículo

Romero Hernández, Magdalena Alejandra (2019). La investigación educativa desde el cuerpo. Tercio Creciente, 15, págs.7-20. <https://dx.doi.org/10.17561/rtc.n15.1>

ROMERO HERNÁNDEZ, MAGDALENA ALEJANDRA. La investigación educativa desde el cuerpo. Tercio Creciente, enero 2019. n° 15, pp. 7-20. <https://dx.doi.org/10.17561/rtc.n15.1>

Introducción.

Cuando se habla de investigar existe una tendencia a pensar en procesos documentales, etnográficos, experimentales y, en general, en procesos cualitativos o cuantitativos: lo que no es muy común es que se piense en la investigación como un proceso corporal.

“La investigación educativa desde el cuerpo. Un estudio de caso sobre la expresión simbólica en niñas de cuatro a seis años”, es el título de mi tesis de Maestría en Investigación Educativa en la Universidad de Guanajuato, la cual consiste en la descripción de los procesos de investigación llevados a cabo en un taller que desarrollé en un internado para niñas. Dicho taller tuvo una duración de seis meses, estuvo basado en juegos que provienen de técnicas y teorías propias de la pedagogía dancística y teatral, y tuvo como propósito general: la apropiación y socialización de los medios de producción artística por parte de las niñas. Este taller fue el espacio temporal y geográfico en el que obtuve los datos para realizar mi trabajo de investigación sobre la educación a partir del cuerpo.

En el presente artículo se desglosan las nociones de cuerpo, emoción e intuición, conceptos fundamentales para comprender cómo interpreté los datos a partir del movimiento corporal. El marco teórico de estas nociones conceptuales fue definido durante mi estancia en el Seminario de emociones: una perspectiva desde la pedagogía Gestalt, impartido por la Doctora Patricia Mar, dentro del Posgrado de

Pedagogía de la Universidad Nacional Autónoma de México, así como en la estancia que simultáneamente realicé en la cátedra de Expresión Corporal para Actores que imparte el profesor Juan Gabriel Moreno Salazar en el Colegio de Literatura Dramática y Teatro de la Facultad de Filosofía y Letras, de la misma casa de estudios.

Descripción del Método.

La metodología fue cualitativa, en específico un estudio de caso.

Lo presento como interpretación. Lo que pido que se reconozca es mi integridad como investigador, y que se consideren mis interpretaciones. En mi análisis, no pretendo describir el mundo, ni siquiera describir el caso por completo. Busco dar sentido a determinadas observaciones del caso, mediante el estudio más atento y la reflexión más profunda que soy capaz. (Stake, 2010, p. 71)

La investigación ha tenido cuatro etapas:

1ª - Exploración general desde lo teórico. Esta fue una fase preparatoria, ya que me dediqué a hacer acopio de información necesaria para iniciar el taller y tener un panorama general del tema.

ISSN: 2340-9096

DOI: <https://dx.doi.org/10.17561/rtc>.

www.terciocreciente.com

<http://revistaselectronicas.ujaen.es/index.php/RTC>

Investigación

<https://dx.doi.org/10.17561/rtc.n15.1>

2ª - Impartición del taller. Durante esta fase impartí el taller de teatro y danza a niñas dentro del internado, siguiendo la estrategia de registrar por escrito al final de cada sesión un diario de campo y tomando como base las observaciones del día para replantear tácticamente la dirección de la clase.

3ª - Análisis de los datos. En esta fase llevé a cabo mi estancia académica en el seminario y la cátedra mencionados en la introducción, con el propósito de definir un marco teórico que me ayudara a interpretar y descifrar el proceso educativo llevado a cabo durante el taller.

4ª - Síntesis y articulación del material generado. En esta última fase asenté lo particular de la tesis de mi investigación: la premisa única y básica del aprendizaje debe ser ceder al movimiento

La investigación educativa desde el cuerpo in situ

Soy actriz y gusto de hacer teatro y danza. En un cierto momento del camino sentí la necesidad de ampliar y sistematizar el conocimiento que tenía sobre el teatro, en específico el de los procesos educativos, e ingresé a la Maestría en Investigación Educativa en la Universidad de Guanajuato. Dicho posgrado, tal como lo indica su nombre, se concentra en que los alumnos del mismo sean capaces de investigar en el campo de la educación. De lo que se trata es de aprender a investigar el proceso de enseñanza-aprendizaje, lo cual a su vez es un proceso por demás complejo. Dada mi cortísima trayectoria como investigadora y partiendo de la consideración de que la educación es un proceso de vida, resolví que las preguntas que me estaba

planteando acerca de los procesos pedagógicos del teatro y la danza sólo podría responderlas por medio de la experiencia en primera persona.

Para tales efectos inicié la investigación impartiendo un taller de teatro y danza en un internado de medio tiempo, al cual asisten niñas en condiciones de marginación, el trabajo lo realicé con cinco niñas a quienes he puesto nombre de flores: *Dalia, Azucena, Hortensia, Rosa e Iris*. Las he nombrado así porque en ellas habita el *secreto* y lo encarnan como poesía viva.

La pregunta central de la investigación es: ¿Qué sucedió a nivel simbólico con las niñas/ flores durante el tiempo que exploramos el aprendizaje del teatro y la danza?

Durante la realización del taller obtuve los datos necesarios para realizar mi investigación pero esto lo supe hasta después, ya que trabajé sin un orden consciente o preestablecido, es decir, al momento de hacer el taller, dado que no podía conocer la totalidad ni la complejidad de mi trabajo, estaba principalmente siguiendo el impulso de mi intuición. Sin embargo, la decisión de trabajar así, sí era consciente y deliberada, puesto que sabía muy bien el nivel de ignorancia en el que me encontraba con respecto del puerto de llegada al que arribaría mi investigación.

La intuición es un concepto absolutamente despreciado por la academia más dura, no obstante, para este trabajo fue esencial darle un lugar privilegiado.

La intuición es el futuro, es lo relativo a la conciencia, es algo existencial que nos da claridad sobre nuestra articulación con el planeta y la certeza de que todo en él se encuentra entrelazado. En ese sentido, la intuición hace sabio al hombre porque le

proporciona la posibilidad de crear valores naturales que aseguren la conservación de la vida en general. (Durán, 2009, p. 98)

Siguiendo el sentido de esta cita, digo que la intuición es un conocimiento que se genera desde el cuerpo a través de la experiencia y que, aunque no haya sido todavía racionalizado e independientemente de que alguna vez lo sea, se puede poner ya mismo en acción. La intuición se siente en el cuerpo como pinchazos que nos arrojan a la acción más allá de nuestras decisiones racionales: reaccionamos permanentemente ante los estímulos que afectan nuestra esfera vital sin que medie ningún cuestionamiento previo o planificación ordenada.

Este conocimiento intuitivo estuvo presente a lo largo de mi investigación, pero al principio no era evidente para mí. Lo fui descubriendo al releer el diario de campo, al escuchar las grabaciones y al releer las notas. Se ha tratado de un conjunto de acciones no racionalizadas que me permitieron fluir dentro de la investigación y llevar por buen rumbo el taller.

La incidencia de la intuición como eje directriz de la investigación se me reveló al analizar, por medio de la constante relectura, los materiales arrojados por el taller y observar la presencia de un diálogo al interior de los mismos, el cual, de pronto me aclaró figuras no visibles para mí hasta ese momento. En estos registros pude observar las transformaciones en mí y en la niñas, así como los hallazgos en el proceso del taller como formas espontáneas de respuesta a los conflictos emergentes, es decir, no fue a través de una teorización profunda, ni de una previa planificación rígida que resolví problemáticas y conflictos propios de una

investigación viva, sino que fueron, en su mayoría, aciertos de la intuición.

Para cristalizar la potencia de la intuición ha sido fundamental trabajar con la emoción. En un inicio no tenía contemplado trabajar con las emociones de las niñas, es más, ni siquiera lo vislumbraba como una posibilidad. Al principio yo estaba soslayando la presencia del componente emocional para evitar involucrarme de manera personal con las flores, pero dicho intento de asegurar mi ser emocional como investigadora resultó fallido, pues aunque no quisiera ya me estaba involucrando con ellas. En este sentido fue clave comprender que es necesario desaparecer la línea que separa al sujeto que investiga del objeto investigado y asumir la implicación como un hecho que además de ser inevitable resulta muy enriquecedor para el trabajo del investigador si se deja de ver como un obstáculo y se integra como condición propia de la investigación misma. Finalmente, independientemente del trabajo propio de la investigación, en cualquier sentido es una pretensión insalvable querer trabajar con el arte sin la presencia de las emociones.

El trabajo con las emociones está presente en los procesos educativos siempre, el problema es que no somos conscientes de ello y nos dejamos llevar por premisas falsas como: *la educación es un proceso principalmente cognitivo* o incluso llegamos a pensar que los procesos educativos son únicamente procesos mecánicos de adiestramiento sistemático.

Ahora sé que fue importante trabajar sus emociones para que el taller tuviera un efecto pregnante en las niñas y hacer consciente

ISSN: 2340-9096

DOI: <https://dx.doi.org/10.17561/rtc>.

www.terciocreciente.com

<http://revistaselectronicas.ujaen.es/index.php/RTC>

Investigación

<https://dx.doi.org/10.17561/rtc.n15.1>

dicho trabajo ha sido sustancial para que el análisis fuera más profundo. Siguiendo a Casassus

en el modelo racionalista está la idea de que la acción humana está motivada por fines estrictamente egoístas y sometida al control de la regla del costo/beneficio.

Si al principio del siglo pasado se pensaba que el modelo racional era la fuente de libertad, de progreso y de felicidad, cien años después podemos ver lo que se proponía era el establecimiento de un modelo de ser humano en el cual se encontraba la imagen de un ser normativo, calculador, egoísta, luchando por mantener el control en defensa de sus intereses y sometido al principio del costo/beneficio. (Casassus, 2007, p. 35)

Trabajar la emoción y el cuerpo de manera integral, y guiada por la intuición, fue parte sustancial en mi proceso de investigación: “el paso del pensamiento a la intuición no es posible si antes no se toca la memoria del cuerpo” (Durán, 2009, p. 97). No obstante, era algo que yo no había logrado ver durante el taller ni al principio del análisis, fue un deslumbramiento que surgió como parte del proceso y que yo pude entender hasta finalizado el análisis.

La intuición y la emoción habían sido los ejes sustanciales para investigar. No obstante, para hablar del proceso educativo ocurrido en el taller, me di cuenta que precisaba de un proceso que además de teórico, en su misma naturaleza tuviera el germen del movimiento, lo cual me permitiría analizar el taller desde principios idénticos: cuerpo y educación en movimiento. Por esta razón acudí con el maestro Juan Gabriel Moreno Salazar¹, catedrático de la UNAM con 43 años de experiencia impartiendo clases de

expresión corporal escénica para estudiantes de actuación. Ahí me encontré con procesos pedagógicos prácticos y conocimientos de primera mano que jamás encontraría en un libro de teoría, de este proceso versará el presente documento.

El primer hallazgo que tuve fue entender que no existía fragmentación entre el pensamiento y la sensibilidad. El maestro Moreno me lo explicó a través de una anécdota personal:

“Cuando Ximena mi hija, levantaba por aquí (haciendo una seña que hacía referencia a la estatura de una niña de cuatro o cinco años), le enseñé a hacer machincuepas. No sé por qué, pero le daba muchísima risa, entonces se echaba una machincuepa y se moría de la risa. Después de varias me dijo:

- Ahora tú,

- ¿Yo?

- Sí, tú

Entonces me eché una machincuepa y Ximena muerta de la risa... En eso llegó su mamá y me dijo “vamos a la casa de mis papás, tráete a Ximena porque la quiere ver mi mamá...”

Sus papás, mis suegros, vivían muy cerca y en su casa tenían una alfombra roja que ocupaba una parte grande de la sala y ahí Ximena siguió haciendo machincuepas y entre cada una, una carcajada...

Su abuelo que estaba ocupado y muy concentrado escribiendo en su máquina de escribir, le dijo:

ISSN: 2340-9096

DOI: <https://dx.doi.org/10.17561/rtc>.

www.terciocreciente.com
<http://revistaselectronicas.ujaen.es/index.php/RTC>

Investigación

<https://dx.doi.org/10.17561/rtc.n15.1>

-Ximena, qué escándalo es ése.

La pequeñita en ese instante deja las machincuepas y va con su abuelo lo toma de la mano y le dice:

-Ven, Tate.

-Ximena, ¿pero qué pasa?, le responde el abuelo.

Entonces Ximena se lo lleva a la alfombra y le hace una machincuepa que terminó en risa.

- Ahora tú Tate...

-Pero Ximena qué estáis diciendo, ¿tú crees que el Doctor Emérito Adolfo Sánchez Vázquez², se va a dar una machincuepa aquí, ahora?

En ese preciso momento el abuelo de Ximena, que también era Doctor honoris causa, rodó por la alfombra y se levantó con los lentes chuecos y el cabello alborotado, estallando a carcajadas con Ximena... (Juan Gabriel Moreno Salazar, comunicación personal, 20 de octubre, de 2017).”

Sabemos que tenemos un cuerpo físico pero tenemos la idea de que está dividido de esa parte de nosotros que no es material, no es tangible: nuestras emociones. A esa parte la consideramos como un *no cuerpo*, al cual podríamos llamar nuestro ser emocional. Las formas de vida que hemos desarrollado como civilización y cómo están dispuestos nuestros cuerpos dentro de las mismas nos dan la idea de que, además de estar separados de nosotros mismos, vivimos separados del *otro* y del *todo* al que llamaremos *cosmos*. Pero si atendemos a nuestras sensaciones más básicas, tal como se comprueba en la anécdota contada por el maestro Moreno, observamos que no hay

división, nuestro cuerpo físico contiene al cuerpo emocional y éste a su vez contiene al todo, el *cosmos*.

El reconocimiento de un cuerpo integrado, una unidad (cuerpo, intuición y razón), permite que el ser humano viva en el presente. Esta condición lo ubica en la conciencia de estar en el mundo en relación con su entorno inmediato (naturaleza, cultura, sociedad, familia) y mediato (cosmos universal) (Durán, 2004 en Durán, 2009, p.95).

Llegué con el maestro Moreno porque los libros que teorizan sobre la educación en el teatro siempre conservarán un hueco imposible de llenar. En términos generales toda la teoría tiene oquedades porque no es factible decirlo todo sólo con palabras y tampoco la razón garantiza que esas cosas sin nombre puedan franquear la barrera del yo y alcanzar al otro. Con mayor razón hablando del teatro y la danza que son hechos efímeros. En este sentido, estas artes comparten la misma característica con todo proceso educativo: se realiza en presente, es mientras está sucediendo. Por más que dichos procesos se describan con elocuencia, jamás podrán transmitirse únicamente por medio de la palabra escrita. Son quehaceres que se aprenden a hacer haciendo.

Hay disciplinas y momentos de la vida misma que nos impelen a detener toda racionalización para que adquieran su verdadera dimensión. El otro día, tomando café con el Maestro Moreno, me dijo:

-Hace muchos años, cuando mi hijo era chiquito, yo quería acercarlo a la ciencia, entonces un día lo lleve por un libro y ahí estaba Rodolfo Neri Vela³. Mi hijo y yo nos acercamos a él y le dije:

ISSN: 2340-9096

DOI: <https://dx.doi.org/10.17561/rtc>.

www.terciocreciente.com

<http://revistaselectronicas.ujaen.es/index.php/RTC>

Investigación

<https://dx.doi.org/10.17561/rtc.n15.1>

-Disculpe, ¿puedo hacerle una pregunta?

-Sí

-¿Qué se siente estar allá arriba? (Juan Gabriel Moreno Salazar, comunicación personal, 20 de octubre, de 2017).

El maestro hizo la cara que vio en el astronauta: sus ojos se iluminaron como dos soles incandescentes y crecían al infinito, su boca entreabierta llena de aliento tratando de decir todas las palabras que el hombre ha inventado en todas las lenguas, pero mudo sin poder nombrar al menos una, sus pupilas dilatadas y profundas como el universo, su respiración creciente y su faz iluminada como el alba.

El astronauta no logró decir una palabra, pero nos dejó claro que no hay palabras para describir la inmensidad, la potencia de la vida, del arte y del latido humano no se pueden comunicar a través de la palabra, a menos que sea aquella que se conjuga sin lazo unívoco, la palabra poética.

La primera razón por la que busqué al maestro, fue porque mi trabajo trata sobre el cuerpo y tratar de comprender la vida del cuerpo mientras leo sentada es un grave desacierto. Si me permite, voy a empezar por el ombligo de la trama: a partir del reconocimiento de que son infinitas las explicaciones de cómo nos enajenamos y principalmente cómo nos sustraemos de nuestro propio cuerpo, lo que he logrado con el maestro Moreno es vivirme integrada.

En nuestros tiempos, la escuela es una de las instituciones que permanece fiel a la idea del cuerpo fragmentado instaurada por Descartes, quien suponía que la mente y el cuerpo, sujeto y objeto, eran entidades radicalmente separadas, dispares; que el cuerpo es una

máquina, separado en cuerpo y mente. (Durán, 2009, p. 99)

Precisamente debido a que la escuela se ha vuelto uno de los lugares que propician y fomentan tal fragmentación, es necesario cuestionar tales hechos y buscar que desde la misma escuela se lleven a cabo procesos de aprendizaje creativos e integradores. El jueves 26 de octubre de 2017 en la clase del maestro Moreno hemos hecho una práctica que él llama, “Ejercicio de Piel”, que es un punto de llegada en el proceso de expresión corporal. Después de una intensa sesión de trabajo dirigido minuciosamente por él, al abrir los ojos frente al espejo me quedó claro que nunca me había visto en treinta años ¡cómo era posible que no conociera mi cuerpo!

La imagen propia de mi cuerpo estaba alterada, yo me imaginaba ser alguien quien definitivamente no soy. Ha sido sorprendente verme, primero me vi a los ojos y me pregunté: ella soy yo, sí ella soy yo, todo en mí estaba integrado y en armonía.

En una clase anterior el profesor nos dijo que un día mientras tomaba café con Jerzy Grotowski hablaron sobre descolonizar el cuerpo, que ese posiblemente era el mayor reto del actor: en el “Ejercicio de Piel” me ha quedado claro. Ahora veo que hemos aprendido a no ver nuestro cuerpo, lo negamos, porque la imagen que nos hemos formado de nuestro cuerpo es aquella que los otros enuncian de nosotros y a pesar de pararnos cada día frente al espejo, no nos vemos y negamos que somos nuestro cuerpo, que vivimos, pensamos y actuamos con él.

El proceso pedagógico que viví con Juan Gabriel Moreno me permitió darme cuenta de la fragmentación que vivía, y a través

del trabajo creativo me permitió religarme: “el cuerpo, en este momento de unidad, es el lugar que armoniza la intuición y la razón, y se muestra como un principio de vida en unión con el universo”. (Durán, 2009, p. 97).

Uno de los aspectos que hicieron posible tal efecto fue que se trataba de un lugar emocionalmente seguro y confortable. El maestro Moreno es profundamente amoroso, en el tiempo que he estado con él jamás lo he escuchado gritar, lastimar u ofender a alguien. Preciso subrayar esto porque en las artes en general es muy común que los profesores humillen, griten, golpeen y ofendan a sus alumnos, so pretexto de ser artistas formando artistas, se adjudican el derecho de lastimar a los alumnos en aras de su profesionalización, posturas discutibles necesariamente.

A diez años de distancia y ya sumergida en la investigación de los procesos educativos puedo decir que la capacidad de generar un vínculo responsable y de respeto frente al alumno es la mitad del proceso de enseñanza aprendizaje, porque el hecho de imponer una atmósfera de seguridad emocional permite que haya aprendizaje significativo.

Una clave sustancial del trabajo pedagógico del maestro Moreno se encuentra en la “bioenergética”, disciplina y técnica de psicoterapia de la cual, a lo largo de los años, ha seleccionado principios fundamentales y ejercicios aplicables a la educación artística de los actores. El punto central de la bioenergética es deshacer las tensiones corporales. Según Lowen, autor de esta técnica, todos poseemos una “armadura corporal”, concepto que retoma de su maestro Wilhem Reich. Dicha armadura es nuestra postura física formada con diversas tensiones localizadas en zonas específicas del cuerpo, las cuales, sumadas, dan la

impresión de poseer una estructura sólida que restringe rígidamente nuestra corporalidad. Su característica principal es que son innecesarias y muchas veces dolorosas. La explicación teórica de Lowen encuentra su origen en el psicoanálisis, ya que afirma que dichas tensiones están relacionadas con vivencias negativas o traumáticas, de manera que la armadura corporal habla de quiénes somos, de dónde venimos y cómo hemos vivido. (Lowen, 2013)

El maestro Moreno sintetiza y transforma un proceso terapéutico en uno pedagógico a través de la relajación y la respiración. El objetivo es que el alumno se haga consciente de la armadura corporal propia y que más adelante sea capaz de transformarla en escena según sea el personaje que interpreta.

Para dar cuenta de este proceso explico algo que viví: durante las caminatas del entrenamiento, el maestro, cada clase, me indicaba que tenía la mano derecha completamente “engarrotada”. Al principio tenía el puño casi cerrado, después empecé a abrirlo, pero ahora parecía que cargaba una cartera. Cada clase me señalaba mi tensión y yo por más que trataba de estirarla al poco rato la tenía hecha un nudo.

En el “Ejercicio de Piel” entendí que esa tensión era una defensa y un ataque, era un puño dispuesto a dar el golpe. No sé en qué momento se engendró, pero en el momento en que lo supe traté de estirar la mano y no pude. Después de algunas respiraciones y de concentrarme pude abrirla, sentí como si hubiera roto una piedra que me envolvía la mano, me sentí muy plena de haberlo hecho. Después de éste día ya no se me engarrota más la mano.

La organización y la secuencia de las clases es exquisita y muy orgánica. Por parte del maestro existe una escucha muy fina a los procesos corporales individuales y colectivos. El entrenamiento en esta clase es precisamente un trabajo muy fino que inicia en el reconocimiento y reapropiación del cuerpo del actor, un cuerpo que inevitablemente ha llegado enajenado, con vicios y condiciones que se deben trabajar para actuar.

Iniciamos con la relajación a través de la respiración, lo hacemos a través del “Chi Kung”, una técnica china de meditación que a mí me ha resultado un verdadero oasis. El “Chi Kung” me ha dispuesto a estar mucho más abierta, más receptiva y completamente presente. Esta técnica en concreto jamás podría aprenderse de un libro y explicarla con palabras me resulta complicado, pero haciendo un ejercicio de comunicación intentaré describirlo: se trata de poder respirar profundamente, de manera consciente y de una forma no cotidiana, la técnica es poner la lengua en el paladar e inspirar, al expulsar el aire se debe contraer el recto, lo que da una sensación de relajación y de movimiento.

El maestro nos explica que es un trabajo con la energía vital y de lo que se trata es de equilibrarnos. Nos lo explicó con varias metáforas, una de ellas era equilibrar el “Yin” y el “Yang”, la energía femenina y la energía masculina. Para crear una imagen más clara de la respiración nos explicó que trabajamos la respiración en un microcosmos y en un macrocosmos, que cuando nos llenamos de aire con la conciencia de hacerlo desde la cabeza al perineo trabajamos en el microcosmos y cuando respiramos con la imagen del perineo a la cabeza trabajamos con el macrocosmos. Todas son formas de explicar lo que vivimos. Lo que yo siento es que en el

centro de mi cuerpo se produce una descarga eléctrica y al finalizar las respiraciones me siento relajada, lo suficiente para comenzar a trabajar. Respirar y relajarse trae una consecuencia lógica: concentrar la atención. Aquí aprendí que la concentración está en el cuerpo.

Para mí fue clave comprender el valor de ésta metodología porque encierra un equilibrio vital entre lo simple y lo complejo, ya que la búsqueda que es motor de ésta investigación de maestría, es la de entender la unidad que existe entre: nuestro cuerpo, nuestras emociones y el cosmos, expresada en un acto: el placer de la creatividad.

Es fundamental entender que, más allá de la transmisión de ejercicios o de formas externas, se trata de la trasmisión de una filosofía: la del cuerpo como un todo integrado que crea. Dicha premisa me permitió analizar el taller con las niñas y a su vez me permitió darle fuerza y complejidad a la investigación. El juego corporal que el maestro enseña es una metáfora de un entramado complejo de filosofía, poética y estética.

No puedo contradecir la enseñanza misma poniéndola en palabras, pero a manera de ejercicio lúdico, narraré cómo siento yo algunos de los movimientos, que oscilan entre danzas y posturas estáticas:

La concesión. Haciendo con mi cuerpo una A mayúscula, la cabeza y los pies en la tierra, los brazos sin peso, respiro, mi columna trata de regresar a la vertical, pero la tierra que tiene imán me regresa a ella, en cada aliento trato de llegar al cielo, pero la tierra enorme en su fuerza me regresa, repito este movimiento hasta que mi cabeza quede cerca del cielo y los pies bien clavados en la tierra.

El clavado. Los pies a la tierra, ligeramente abiertos, la mirada y los brazos encontrados al cielo, tomo aliento para soltar y dejar que mi cuerpo colapse, caiga y regresar, y de todas las veces en la última, entro al agua.

Yin - Yang El maestro me explica que este movimiento se trata de ser un hoyo negro y luego una supernova, es sístole y diástole en mi cuerpo completo, los pies a la tierra y la mirada al cielo, tensión - distensión, en el centro de cuerpo se siente un latido que implota y explota, estar adentro - estar afuera al mismo tiempo. “El Universo es todo corazón”, dice el maestro.

Estos son algunos de los movimientos que he aprendido, el punto es que cada movimiento es una posibilidad de entender la vida misma no con la razón, sino con la totalidad de mi ser, he podido entender que del contacto entre *uno* y *otro* surge un tercero, que ese movimiento permanente genera unidad e integración.

En uno de los himnos más hermosos del Rig Veda, llamado a veces Himno de la Creación (10.129), el poeta intenta imaginarse cómo fue el principio del principio y se pregunta:

No había nada, ni siquiera la nada,

no había aire, ni, más allá, cielo.

¿Qué cubría al cosmos, dónde estaba?

¿Quién lo regía? ¿Había sólo agua y abismo?

No había muerte ni inmortalidad,

no se encendía no se apagaba la antorcha del día y la noche.

El Uno respiraba sin aire, se sostenía sin apoyo.

Sólo había el Uno y no había nadie.

En la estrofa que sigue el deseo descende, se entierra en el Uno, como una semilla, lo despierta y el mundo nace. (Paz, 2013, p. 453)

Se trata de entender toda vida desde el cuerpo. Es precisamente por esta razón que la tesis se llama “La investigación educativa desde el cuerpo”. En orden cronológico, primero hice el taller con las niñas y después asistí a la clase del maestro, posiblemente suene extraño, pero es como cuando nos pasa algo particular y corremos a buscar en algún libro alguna explicación que nos ilumine el seso, no tanto para entender lo que nos está pasando, sino para sentirnos acompañados en ese sentimiento, más que necesitar racionalizaciones, buscamos al “Otro” que nos habla de nosotros mismos.

La particularidad del libro es que, el estar escrito, adquiere un orden, las palabras están organizadas, para que usted, ese “Otro” para quien se escribe tal prosa o tal verso, atraviese la página y le hable de sí mismo a través de ese “Otro” quien es el autor de la obra. Así el maestro Moreno y su clase, yo buscaba el proceso de vida que me hablara de mí misma. El conocimiento profundo y estructurado y la experiencia del maestro se condensan en su cátedra, es al mismo tiempo acción y palabra por su presencia y movimiento.

En la clase del maestro he encontrado las herramientas para entender lo que investigo y ahora puedo ponerlo en palabras. El conocimiento adquirido en la clase, me ha permitido la explosión de mis

ISSN: 2340-9096

DOI: <https://dx.doi.org/10.17561/rtc>.

www.terciocreciente.com

<http://revistaselectronicas.ujaen.es/index.php/RTC>

Investigación

<https://dx.doi.org/10.17561/rtc.n15.1>

capacidades creativas integradas. Siguiendo a Lowen:

Desde el comienzo hasta el final, la totalidad del proceso creativo está motivado por la búsqueda del placer.

El placer no sólo es la fuerza motriz del proceso creativo, sino que también es el producto del proceso. La expresión creativa es una nueva manera de experimentar el mundo. Introduce una nueva excitación y ofrece un nuevo canal para la autoexpresión. (Lowen, 1994, p. 31)

La clase es rica por la capacidad de síntesis que encuentro, el maestro tiene un amplio conocimiento de su materia y gran experiencia personal en el teatro como creador escénico, concentrado en un objetivo vital: el proceso creativo.

Los aprendizajes obtenidos en la clase del maestro Moreno Salazar me ayudaron a entender algunos principios fundamentales: todo cambia, todo tiende al movimiento, existe un flujo constante entre el adentro y el afuera, lo que es arriba es abajo, al mismo tiempo en que todo está en calma, es necesario hacer nada, estamos y la atención se encuentra en los procesos no en los productos finales.

Estos preceptos básicos, que podrían parecer antagónicos, pero en realidad son complementarios, los entendí en la clase a través del equilibrio entre movimiento y la quietud, ambos me dieron la conciencia vívida de una afirmación necesaria y vital para: la acción.

Los entrenamientos corporales conforman una metodología investigada por el maestro Moreno durante 43 años. Los puntos más relevantes que integran dicha metodología son:

- El conocimiento del propio cuerpo.
- La concentración de la atención a través de la respiración y la relajación.
- La capacidad de estar, de no hacer nada y estar.
- El aprovechamiento máximo de los recursos personales en función del trabajo.

Comentarios Finales

El hallazgo mayor ha sido dar cuenta de que además de los métodos teóricos y documentales es posible desentrañar el conocimiento desde el cuerpo sin someterlo a su juicio racional, es posible hacerlo porque disponemos de nuestra intuición, emoción y cuerpo.

“Ya Bachelard sugería la idea de una epistemología que se desligara de las prescripciones de una lógica cartesiana o euclidiana. Porque la epistemología nos hace cómplices de aquello mismo que examinamos.” (Duvignaud, 1997, p.15). Por estas razones es que acudo a otras formas de investigación que no me restringen a deshacerme de mí misma al investigar, acudo a la investigación como se acude al juego en el sentido que Duvignaud (1997) lo explica, el juego sin pretensiones de ganar, el juego libre, que no busca utilidad práctica ni competencia.

Me valgo de otras formas, las lúdicas y corporales y no de las convencionales.

ISSN: 2340-9096

DOI: <https://dx.doi.org/10.17561/rtc>.

www.terciocreciente.com
<http://revistaselectronicas.ujaen.es/index.php/RTC>

Investigación

<https://dx.doi.org/10.17561/rtc.n15.1>

La otra razón es porque siguiendo a Duvignaud, “probablemente se necesite otro paso distinto otra epistemología para hacer frente a esas manifestaciones irrepetibles e inopinadas que son la fiesta, la creación artística, los sueños, la práctica de lo imaginario que es el juego” (1997, p. 16). En este trabajo precisamente analizo la vivencia con las niñas que es al mismo tiempo fiesta, creación artística, sueño y juego, desde el cuerpo propio.

Este brevísimo resumen de la metodología de investigación es una invitación a entender el juego a través del juego, es una espiral jugando sobre su propio eje: el taller de las niñas visto como un juego por ellas; desde mi posición, el juego de vivirlo y documentarlo para después analizarlo y escribirlo; y, desde la perspectiva de usted, el juego de leerlo o de escucharlo.

ISSN: 2340-9096

DOI: <https://dx.doi.org/10.17561/rtc>.

www.terciocreciente.com

<http://revistaselectronicas.ujaen.es/index.php/RTC>

Investigación

<https://dx.doi.org/10.17561/rtc.n15.1>

Notas

1. Juan Gabriel Moreno Salazar. Mimo mexicano reconocido internacionalmente, actualmente profesor de la UNAM
2. Adolfo Sánchez Vázquez (1915-2011) filósofo español, radicado en México a partir de 1939, quien destacó por sus estudios estéticos con enfoque Marxista.
3. Rodolfo Neri Vela (1952) primer astronauta mexicano en ir al espacio.

Referencias

- Casassus, J. (2007). Educación del ser emocional. Santiago, Chile: Editorial Cuarto Propio.
- Durán, N. y Jiménez, M. (Coords.), (2009). Cuerpo, sujeto e identidad. Distrito Federal, México: UNAM.
- Duvignaud, J. (1997). El juego del juego. Distrito Federal, México: Fondo de Cultura Económica.
- Lowen, A. (2013). La bioenergética. Barcelona, España: Sirio.
- Lowen, A. (1994). La experiencia del placer. Barcelona, España: Paidós.
- Paz, O. (2013). Obras completas, 10. Ideas y costumbres II. Usos y símbolos. Distrito Federal, México: Fondo de Cultura Económica.
- Stake, R. (2010). Investigación de estudio de casos. Madrid, España: Morata.