

LA MARAVILLA CORPORAL

El cuerpo que envejece.

Maestra Mirta Blostein

Entrar a la reflexión del cuerpo en los años de la senectud es algo que me afecta directamente. Estoy transitando la década de los sesenta y el temor a la vejez se hace presente día con día. La gran exigencia que existe de ser y permanecer siempre jóvenes, se contrapone fuertemente con la realidad de que la ancianidad va a llegar, más allá de todas las promesas que nos regalan la publicidad de productos mágicos, que realizarán la maravilla de mantenernos eternamente jóvenes.

Situación difícil sobre todo para la mujer, que va siendo dejada de lado cuando su apariencia deja de ser la de una joven. Es así que vamos descubriendo con tristeza que ya no nos miran:

¿Dónde estás?

¿Por qué no me ves?

¿Qué es lo que corta el espacio e impide el encuentro?¹

Cuando entramos a la madurez pareciera ser que la historia se terminara. Pocas son las películas o las novelas que cuentan o crean relatos sobre estos seres. Sin embargo la vida con sus vicisitudes continúa, sigue corriendo por las venas y la lucha por ser, trabajar, crear, existir está presente día a día.

Me pregunto, ¿Qué sucedería si de pronto el mercado fuera invadido por muchas novelas y películas que relaten historias de mujeres y hombres de edad avanzada? Que en las publicidades, las modelos no fueran todas jóvenes sino seres de 50, 60, 70 años. Esto sería algo así como aceptar, reconocer, integrar, dar un lugar.

“La vejez es actualmente ese Continente Gris en el que vive una población indecisa, un poco quimérica, perdida en la modernidad. El tiempo no le sirve a la experiencia ni a la memoria. Tampoco al cuerpo gastado. El anciano se desliza lentamente fuera del campo simbólico, deroga los valores centrales de la modernidad: la juventud, la seducción, la vitalidad, el trabajo. Es la encarnación de lo reprimido. Recuerdo de la precariedad y de la fragilidad de la condición humana, es la cara de la alteridad absoluta. Imagen intolerable de un envejecimiento que alcanza al todo en una sociedad que tiene el culto de la juventud y que ya no sabe simbolizar el hecho de envejecer o de morir.

El trabajo del envejecimiento evoca una muerte que camina silenciosamente por las células sin que sea posible encauzarla. El anciano avanza hacia la muerte y encarna dos inenabizables de la modernidad: la vejez y la muerte. Ninguna de las dos son tabúes, como se dice tan seguido: un tabú sigue manteniendo un sentido en el tejido social, remite a una frontera alrededor de la que se estructura una identidad común al grupo. Ni la vejez ni la muerte cumplen este papel, son los lugares de la anomalía,

¹ Mirta Blostein. Fragmento de poema, pertenece a la obra de danza. “Cincuenta y Pico... ¿y los hombres? Estrenada en el Teatro Flores Canelo. CNA, año 2004.

escapan al campo simbólico que otorga sentido y valores a las acciones sociales: encarnan lo irreductible del cuerpo."²

Vuelvo a mi campo: el movimiento.

La tarea que se desarrolla en los grupos de EC está marcada por la pasión, el juego "a fondo" y el amor.

"Ideas sueltas:

**no se puede jugar a medias;
si se juega – se juega a fondo.
para jugar bien hay que apasionarse –
para apasionarse hay que salir del mundo de
lo concreto.
salir del mundo de lo concreto es introducirse
en el mundo de la locura-
del mundo de la locura hay que aprender a "entrar" y "salir"
sin introducirse en la locura no hay creatividad
sin creatividad uno se burocratiza – (fragmento)"³**

Desde este *juego a fondo* y el deseo, en un principio reprimido, de expresar es que las clases comienzan. Un comienzo simple desde una acción cotidiana que es el caminar. Caminata que se realiza en contacto con la emoción y la respiración. La luz tenue, el piso de madera suave y brillante acogen los pies y los invitan a sentirse. La música acompaña esta caminata que poco a poco se convierte en expresiva por la presencia de la emoción. Se recorre el cuerpo segmento por segmento, desde los huesos hasta la piel. Una escucha atenta al mismo, permite que surjan los movimientos que emergen de la acción y el clima que se fue creando.

El fluido de movimiento, se va haciendo presente desde cada tramo del cuerpo que se recorre, y la emoción, se hace carne para abrirse y colorearlo. La música acaricia la piel. La danza puede surgir a partir de un motor corporal: la columna, los omóplatos, las manos o los pies, o bien, desde el percibir las formas que salen: movimientos curvos o rectos, planos o con volúmenes, o simplemente dejar que el cuerpo vaya encontrando esas cadenas de secuencias de movimientos, que se suceden unos con otros desde la emoción presente. Manifestación de decires sin palabras, que van poblando el espacio de escenas que comunican relatos que no se dicen, se danzan. Danza particular cuya fuerza reside en la interioridad de la misma. El juego no es banal, porque el mismo no lo es y parte de la improvisación en la cual:

"Un improvisador no actúa a partir de un vacío sin forma, sino a partir de tres billones de años de evolución orgánica; todo lo que fuimos está de alguna manera codificado en algún lugar de nuestro ser".⁴

Y demás esta decir que se halla la propia historia. El movimiento encamina al ser humano a encontrarse con sí mismo, a reconocerse y conectarse consigo.

En el caso particular del anciano, que..."*sufre de un proceso de indiferenciación temporo-espacial por el cual le resulta difícil reconocerse en el presente*"⁵, el tener

² D. Le Breton. Obra citada.

³ E. Pavlovsky y H. Kesselman. ESPACIOS Y CREATIVIDAD. Ediciones Búsqueda. Bs. As. 1980.

Pag. 57

⁴ S. Nachmanovitch. "Free Play" La improvisación en la vida y en el arte. Ed. Paidós. 1º edición. 2004

contacto con el movimiento desde la EC donde están presentes el percibirse, sentirse, reconocerse desde una disciplina que integra la creatividad y el arte, desde el lenguaje del cuerpo, le permite lograr integrar su imagen diferenciada de su entorno. Siendo así, podrá integrarse al mundo, no de manera pasiva, sino desde una adaptación activa a la realidad, que dará lugar a un encuentro con el otro.

*“La comunicación en función de un intercambio activo, implica la ubicación en un registro temporal presente que obliga al paciente añoso al despegue y diferenciación de su pasado y, sin negarlo, emprender su presente aceptándose a sí mismo y a los demás en su vejez”.*⁶

Poder compartir espacios cuyos contenidos son la creatividad y la presencia del arte, en este caso desde el movimiento, con seres afines a sus etapas de vida cualquiera sea la misma, permiten la reconciliación consigo mismo, con sus limitaciones y pérdidas, con los recuerdos, pero con lo que todavía se puede hacer y ser. Comparto un fragmento de un poema que salió de mi propio quehacer en movimiento, estaba trabajando una obra cuyo título es: *“Cincuenta y pico”*.

Esta tristeza rara que amanece conmigo y no se va
Se pega como garrapata en el centro del pecho y duele
Pero es tierno, dulce
Juega en los espacios del recuerdo:
Con lo que ya fue, ya no esta, ya se hizo, ya no me queda
Ya no puedo. Ya pasó. Ya lo tuve...
...¿y ahora?
Soledad
Silencio lleno de ruidos de lo que está
De lo que permanece, de lo que vibra con el sol, los nubarrones,
la lluvia, la tierra, el smog, la polución, los olores.
Deseo: ¿de qué?
De todo y de nada.
De vida y de muerte, de quietud y movimiento
De arriba y de abajo, de volar y arrastrarse
De encontrar de amar de llorar de reír
Deseo
De lo que no me atrevo a decir a actuar a confesar a realizar
¿Cómo hacer para saltar hacia fuera y no quedarme atrapada en mi propio ombligo?
Enredada en el goce del laberinto de los agridulces hilos de la melancolía
Deshilvanarlos, sacarlos uno a uno,
Despejar el pecho, el hígado y la garganta
Aclarar la voz, el llanto y la risa.
Llegar a la carcajada y encontrarse con los otros
Salir a la calle
Salir a la calle y una vez más como antes
Agarrar a cachetadas a la mugre, al hambre, al dolor
Jugar
Poder jugar con lo que una tiene

⁵ Marcela Katz de Armoza. Técnicas Corporales para la Tercera Edad. Paidós, España, 1994

⁶ Idem

Y no morirse antes que la muerte llegue.

La posibilidad de ser desde el lugar del movimiento. La posibilidad de suavizar heridas, apapachar las arrugas, reconocerse en el cuerpo cambiado, con achaques, con formas y redondeces que antes no estaban. Encontrarse en esta realidad sin despreciarla. Valorar, comprender, finalmente, poder aceptar que todavía se tiene un tramo de vida “*y no morirse antes que la muerte llegue*”.