DIARIO DE CAMPO



FACULTAD DE ARTES UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA

En el siguiente diario de campo expondré las acciones realizadas en el Tallerlaboratorio de teatro y escritura realizado como parte de la investigación etnográfica que se desarrolló con el fin de encontrar resignificaciones para el concepto de "lo femenino" desde las experiencias de un grupo de mujeres.

En primera instancia y antes de llenar el cuadro/esquema con la información concerniente al diario de campo propiamente dicho, debo aclarar que este taller-laboratorio fue un prueba piloto que se realizó a través de una convocatoria abierta, en el municipio de San Agustín (Huila), a la cual acudieron nueve mujeres de edades entre los 22 y los 57 años, incluyéndome, tres de ellas extranjeras: una norteamericana, una alemana y una francesa, siete con hijos, dos sin hijos, con un nivel de educación entre medio y superior, una aún estudiando su carrera, profesiones enfocadas en educación, ciencias humanas y arte.

A continuación, relaciono tanto el flyer que se diseñó para hacer la convocatoria, como la propuesta de cronograma para la realización del taller propiamente dicho.

De la misma manera, ya que el taller se realizó en tres días, se hará el recuento y análisis de lo realizado, en el formato de diario de campo suministrado, adaptado a la modalidad de taller que se propuso y que se ejecutó, ya que éste no tenía una modalidad pedagógica propiamente dicha.



CRONOGRAMA DEL TALLER-LABORATORIO.

Esta propuesta está encaminada a realizar un taller intensivo de tres días, ocho horas cada día, es decir, en total 24 horas. El concepto de taller-laboratorio implica *per se* un proceso de búsqueda "in progress" que en este caso se da en dos planos principalmente: por una parte, está el plano creativo y artístico propiamente dicho, y por otra parte está el de "sanación", que deben confluir en todas las actividades realizadas. Proponemos un taller-laboratorio con una duración de 24 horas, para que nos permita evidenciar una evolución y resultado en los dos sentidos.

DÍA 1. PREGUNTAS.

8 AM - 12 M

- Información y orientación general sobre metodología y objetivos del taller.
- Presentaciones. Lúdicas de integración.
- Respiración, relajación, meditación.

- Reconozco mi cuerpo: ejercicio de sensibilización, expresión corporal y movimiento.
- Explorando y conectando con mi mundo interior: ejercicio escritural dirigido.
- Compartir en círculo de mujeres.

1 PM - 5 PM

- Soltar el cuerpo para soltar la mente: sesión corta de yoga básico.
- Soltar y conectar: trabajo corporal (danza libre).
- Contando historias: escribo/pinto/esculpo. (Ejercicio dirigido)
- Trabajo en grupo: representación de roles.
- Compartiendo nuestras historias y experiencias en círculo de mujeres.

DÍA 2. HISTORIAS.

8 AM - 12 M.

- Yoga para el despertar.
- Soltando cuerpo y mente: relajación y conexión con música.
- Autobiografías: cómo siento *mi ser femenino*. Escribo/dibujo/esculpo.
- Compartiendo historias: lecturas autobiográficas.
- Recordar y concientizar. Sanar.
- Sembrando palabras como semillas.

1 PM - 5 PM.

- Estirando el cuerpo y el alma.
- Abriendo garganta: reconozco mi voz.
- Identidad como mujer: ¿quién creo que soy, y cómo creo que soy?
 Escribo/pinto/esculpo.
- Trabajo en grupo: las palabras y los cuerpos. Destruyendo estereotipos.
- Resignificando el cuerpo femenino. El dolor.
- Conexión con la naturaleza. Sanación con los elementos y los elementales.

• Compartimos en círculo de mujeres.

DÍA 3. Sanando y resignificando "lo femenino" en/desde el cuerpo y la palabra.

8 AM - 12 M.

- Tejiendo mi historia a mi cuerpo. Esculturas corporales. Trabajo en grupo.
- Escribo. Suelto mi palabra. Mi corazón habla. Desde mi cuerpo qué significa ser mujer. ¿Qué es *lo femenino* que hay en mí? ¿Por qué creo esto?
- Cartografías.

1 PM - 5 PM.

- El ser femenino y lo que debe ser sanado: conciencia y empoderamiento. El cuerpo fortalece el alma, y el alma fortalece el cuerpo.
- Trabajo en grupo: representaciones teatrales/dancísticas/esculturales del cuerpo femenino, el dolor y la liberación.
- Transmutación y sanación: conectando con la Luz.
- Compartir. Círculo de mujeres.
- Cierre. Celebración.

REQUISITOS TÉCNICOS:

- Un salón apropiado para desarrollar actividad física, en la medida de lo posible amplio iluminado y ventilado, con un piso adecuado para realizar ejercicio (ojalá madera).
- 2. Equipo de sonido.
- 3. Colchonetas (para ejercicios físicos y de relajación).
- 4. Materiales: papel periódico en blanco, o pliegos de cartulina, tijeras, revistas, colbón, lanas de colores, acuarelas, crayones, etc.

TALLER LABORATORIO "PALABRA, CUERPO Y SANACIÓN"

Realizado por Martha Esperanza Maya Peña

FECHA: Febrero 3 de 2023 DÍA 1. PREGUNTAS

ACCIONES REALIZADAS:

- 1. Presentaciones y suministro de información sobre el contenido y ejecución del taller.
- 2. Lecturas motivacionales a lo largo de la jornada, tomadas de fragmentos de "Mujeres que corren con los lobos" de Clarissa Pinkola Estés.
- 3. Respiración, relajación y meditación.
- 4. Trabajo corporal. (calentamiento, estiramiento, ejercicios de integración)
- 5. Ejercicio de danza libre dirigido.
- 6. Ejercicios de escritura.
- 7. Círculos de mujeres.

LOGROS ALCANZADOS:

Se compartió en el círculo de palabra, los sentires y pensares de las participantes acerca de los ejercicios propuestos.

A las preguntas:

• ¿Qué piensan que es *ser mujer* y qué se siente de diferente respecto de los hombres?, se dieron las siguientes respuestas:

Maggie: Hay un movimiento que se está dando acerca del cuestionamiento del patriarcado. En mi época los chicos eran "rebeldes" por derecho propio, pero las niñas debían verse "bonitas", siempre bien vestidas, y sonrientes. La voz de la mujer, la voz propia, no cuenta tanto como la voz de los hombres. Aprender ahora a usar la palabra es nuevo.

Amalia: Para mí no hay mucha diferencia, porque fui criada por una madre totalmente feminista que desde pequeña me enseñó a valorarme y a tener confianza en mí misma, y además me dio mucha información que venía de las feministas de su época. Aunque sí sentí en la universidad otro trato de parte de la gente, y mucha agresividad de parte de los hombres.

Jenny Lorena: Yo fui la única mujer entre tres hombres y mis padres me criaron dándome el mismo trato que a mis hermanos, pero luego sentí que eso no había sido tan beneficioso, porque cuando crecí y me empecé a relacionar con los hombres tuve dificultades. Desarrollé mucho mi energía yang y eso me permitió defenderme, no sentirme vulnerable, y tener relaciones de "tú a tú" con los hombres; nunca me sentí

menos, aunque eso no quiere decir que no he sufrido, pues me siento mujer, y he tenido problemas con mi identidad femenina, mucha confusión, y toda una búsqueda a través de mi vida de cómo realmente expresarme como mujer.

Daniela Escobar: Yo me siento muy vulnerable, no ha sido fácil porque he encontrado rechazo e incomprensión de parte de mi pareja cada vez que quiero expresar lo que pienso y lo que siento. En estos momentos me siento en crisis

Martha: Tal vez por la generación a la que pertenezco, sí sentí desde muy pequeña que me inculcaban en el colegio unos "valores" que a mi hermano o amigos no les enseñaban, y que estos valores, nos decían las monjas, eran asociados al hecho de ser mujeres. Era casi un mandato de ser "perfectas" en el comportamiento, en la forma de expresarnos, muchos mandatos asociados al silencio y a no expresar abiertamente lo que una quería decir, y esto me daba mucha rabia.

• Ejercicio de escritura sobre "ser mujer".

Transcribo mi ejercicio personal, pues las mujeres participantes compartieron los suyos en lectura, pero no me donaron sus textos para transcribirlos.

"Es un tapiz de muchos colores, texturas y fibras diferentes. Está el azul del cielo que llenaba los ojos de mi corazón cuando era niña... la risa y la alegría del sol en las montañas y en tapete verde vivo, vida, que lo cubría todo... Era jugar... sí... yo amé las muñecas desde chica, me encantaba vestirlas y desvestirlas y volverlas a cambiar como si fuera yo misma que podía estrenar tanta ropa... La niña que fui, era feliz... y nunca percibí hasta los once años que ser niño fuera diferente. Podía disfrutar de ir al monte con mis amigas y mis amigos todo cuanto quisiera. Eso me marcó. El contacto con la naturaleza me marcó porque era una forma de ser libre, así que me sentía una niña libre... nunca quise ser varón... Pero a los once años algo cambió... Me empecé a sentir diferente, y me empezaron a mirar diferente... Ya no me interesaron más las muñecas y sí los niños y empecé a fijarme más en mi propio cuerpo. Al azul y al verde se sumaron el rojo, los amarillos y los naranjas, y por mi ser atravesaban ya no dos o tres hilos sino que empezaron a entrar madejas de hilos gruesos que pedían ser tejidos... algunos tenían nombre propio: Jorge Arturo, Pedro, Leonardo... Manuel Antonio. Y me empecé a sentir "mujer"... pero no lo sabía... Aunque los amigos y familiares de mis padres lo decían en voz alta: "Ya son unas mujercitas", refiriéndose a mi hermana gemela y a mí... justamente cuando empezamos a usar "acostumbrador", y las caderas y las nalgas se engrosaban, y se volvían más anchas..."

Aunque las participantes no quisieron compartir sus escritos, sí sus comentarios al respecto.

Amalia: "ser mujer" es ser la cuidadora de una herencia, que son los hijos. Es baile, risa, disfrutar; crear comunidad, expresarse. Tenemos la responsabilidad de salvarnos y salvar a los demás, de alimentar y dar de comer, de dar nuestro seno para alimentar. Maggie: "ser mujer" es dar guianza a hombres y mujeres; resolver conflictos porque las mujeres saben/pueden perdonar más fácil que los hombres. Importancia de perdonar, armonizar espacios. La sensibilidad es una fortaleza, no una debilidad. Somos canales de dar y recibir mensajes del cosmos; tenemos conexión con las plantas. Nuestra palabra puede ser dulce y damos consejos. La belleza es también un atributo femenino, la belleza como divinidad. Desarrollamos tolerancia hacia los niños y hacia los demás. El baile, la pasión, la risa. La mujer es tierra fértil que hay que cuidar. Los hombres tapan su vulnerabilidad con un escudo, con una armadura, pero en el fondo tienen baja autoestima.

Jenny Lorena: La mujer está llena de responsabilidades, se responsabiliza de otras vidas y debe responsabilizarse de sí misma. A veces es una carga, pero también es hermosa, la maternidad, cuidar de otros y estar en una buena relación de pareja.

Daniela Escobar: a veces hay mucho dolor en ser mujer. Las mujeres sufrimos por cosas por las que los hombres nunca sufren, o no sufren tanto: los hijos, las separaciones, incluso cosas que pasan en el mundo como las guerras. Para ellos, eso es más "normal".

• ¿Qué piensan qué es "lo femenino"?

Amalia: es lo natural, lo ancestral, lo real, lo que se mueve con gracia, lo que es juguetón, pero la sociedad lo ve solamente como "delicado", "coqueto". La belleza tiene mucho que ver con "lo femenino", pero no como lo impone la sociedad. Queremos ser bellezas y está bien disfrutar de la belleza. Somos seres bellos. Sí puedo abrazar la belleza. También la sensibilidad es parte de "lo femenino" y hay hombres que son muy sensibles, y éste es su lado femenino. Y no está mal.

Giovanna: Asocio "lo femenino" con las plantas, las hojas verdes de las plantas, y las flores, la textura de los pétalos, que es algo que está muy vivo y es indefinible.

• ¿Piensan que hay algo en el hecho de ser mujeres, que deba ser sanado?

Jenny Lorena: el hecho de que muchas veces ha sufrido situaciones de acoso sexual así como maltrato y menosprecio de parte de algunos hombres en sus sitios de trabajo, por el hecho de ser mujer. El acoso de los hombres en la calle, situaciones que ha vivido en que incluso ha sufrido persecución de parte de algunos acosadores, es decir, que le dicen cosas en la calle y la persiguen. Son hombres como perturbados mentalmente, y muy agresivos.

Martha: Todo lo que me decían los hombres en la calle... "los piropos" y todo lo que había detrás de eso... El hecho de que en las reuniones con hombres/niños lo que tenía predominancia era lo que decían y lo que hacían "ellos". El mandato de callar, de no hablar, y no poder expresarme libremente "porque las niñas no dicen esas cosas, no se comportan así", me hacía sentir desvalorizada. Las rupturas dolorosas y maltratantes de parte de las parejas.

Maggie: sanar el cuerpo. Le he hecho daño con el pensamiento. Ahora tengo conciencia de que el cuerpo es divino, y que puedo y debo confiar en él. Sanar también la voz, y el útero.

Amalia: sanar el cuerpo también, y las expectativas impuestas. Sanar las relaciones con los hombres y con otras mujeres. Sanar la tierra. Sanar la rabia por las injusticias. Ahora las mujeres tienen que ser hombres: tener trabajo y generar dinero, y tienen que ser mujeres: ocuparse de la casa. Se le han recargado las funciones. Siempre estamos comunicando con el cuerpo.

DIFICULTADES:

No muchas, pero sí decir que, tal vez por ser el primer día, algunas de las participantes se mostraron tímidas, silenciosas, no se animaron mucho a realizar los ejercicios con más confianza. Es decir, les gustaron los ejercicios, pero no los realizaron con mucha confianza en sí mismas. Timidez. Falta de apertura. Bloqueos e inhibición corporal.

MIS REFLEXIONES:

Fue un primer encuentro muy fructífero y estimulante. El ambiente general era el de bienestar y agrado de estar haciendo lo que se estaba haciendo. También les gustaron las "lecturas motivacionales" que generaron reflexión y deseos de abrirse a esa "excavación arqueológica" desde el subconsciente/inconsciente. Sin duda alguna surge en las reflexiones la importancia del cuerpo y nuestra relación con éste, desde el conflicto interno y el conflicto con el entorno.

TALLER-LABORATORIO "PALABRA, CUERPO Y SANACIÓN" Realizado por Martha Esperanza Maya Peña

FECHA: Febrero 4 de 2023 DÍA 2 - HISTORIAS

ACCIONES REALIZADAS:

- 1. Respiración, relajación, meditación
- 2. Sesión de yoga dirigida

- 3. Ejercicio de danza libre con música
- 4. Ejercicios de escritura
- 5. Cartografías.
- 6. Círculo de mujeres.

LOGROS ALCANZADOS:

El tema que se desarrolló en este día, fueron las historias de vida. Las historias que a cada una de las participantes (incluyéndome), nos marcaron en la forma de ver el mundo y comportarnos como mujeres. Se realizaron ejercicios escriturales, las cartografías y el círculo de mujeres alrededor del tema de las historias de vida. Las mujeres no las aportaron como evidencia, pero sí el compartir la palabra, en el escuchar y el hablar. Algunas no compartieron lo que escribieron, deseo que les fue respetado.

• Historias.

Jenny Lorena: Las dos energías. Mi historia estuvo marcada por un padre que me crió, a mí y a mis hermanos, como hombres. Ser mujer, en la infancia, era lo feo de la vida, pero después vino el conflicto con lo masculino, pues empecé a ser "la novia de". Él tenía la última palabra en cualquier discusión. Yo era un apéndice de él. Ahora tengo una pareja que se declara no-binario, y tengo una relación donde puedo expresarme como soy, pues este conflicto ya no se da en la intensidad que tenía antes.

Daniela Escobar: Siento que debo sanar mi útero, y la historia con mi madre.

Dany: he sido una mujer rebelde, madre soltera a los 18, me fui de mi casa con mi hijo a los 20 años porque mi padre alcohólico, y mi hermano mayor, también alcohólico, me querían dominar y criar a mi hijo a la manera de ellos. Me fui para Bogotá, me rapé el cabello, me independicé por completo. Asumí mi maternidad y la crianza de mi hijo, sola, no ha sido fácil, pero me siento dueña de mí y de mi vida.

Maggie: he tenido una mala relación con mi madre. Fui una niña que los padres trabajaban mucho, todo el tiempo, y dejaban a los hijos solos en la casa, entonces no había un buen vínculo. Hace poco mi madre enfermó de cáncer y yo hice un proceso de sanación junto a ella, acompañándola en su enfermedad.

Giovanna: mi historia tiene que ver con la de mi madre. Igual que Dany, mi madre quedó viuda a los 21 años, y crió y sacó adelante sola a sus tres hijas. Tenía el ying y el yan muy equilibrados, y transmitió esta fuerza a sus hijas, por lo que me siento inmensamente agradecida con ella. Ella ha sido mi ejemplo de vida. (Mucha resiliencia).

Martha: mi historia de vida ha estado muy marcada por la búsqueda de mi equilibrio interno, de mi individualidad y sanación. Tuve un padre alcohólico que fue un padre ausente aunque estuviese presente, y mi madre era una mujer criada muy marcada por

el catolicismo, por lo que era una mujer muy sumisa. Siento que casi no tengo energía yang dentro de mí, y también, mis relaciones con los hombres han sido difíciles, surcada por separaciones dolorosas, tal vez, porque repiten la relación con el padre, es decir, por la sensación muy profunda de abandono. Mucho que sanar con el masculino. **Amalia:** nos comparte que en la danza libre se dejó llevar tanto, que en algún momento abrió los ojos, se miró las manos, y se las vio como cuando era niña, ve sus manos como la niña que fue, como en una especie de viaje espacio-temporal, y se da cuenta que era ella misma en esos momentos... y vienen unas lágrimas a regar un amor y una alegría que crecen y que las que estamos allí compartimos en comunión.

Estos caminos de dolores y aspectos de las historias de vida a sanar, se plasmaron en las cartografías que quedaron muy hermosas y muy significativas... La idea fue simbolizar el dolor de la manera que las apeteciera, y que éste estuviese conectado a lo que cada una considerara podría ser su propio camino de sanación. Algunas las alcanzaron a terminar, otras no, pero en general había en las cartografías mucha armonía, colorido, simbolismos como las espirales, los tejidos, elementos de la naturaleza, palabras y frases, escritos, etc. Se realizaron sobre un octavo de cartulina blanca, con flumásteres de colores, colores prismacolor, telas, lanas, lapiceros, y todo lo que las mujeres quisieron usar como recursos. Fue una actividad muy hermosa y catalizadora; se realizó acompañada de música relajante.

DIFICULTADES:

Tal vez no fuese una dificultad en sí misma, pero sí, más como una observación, una de las participantes se quebró cuando quiso hablar de su historia de vida; estaba muy sensible y tal vez le acababa de suceder algo que no nos pudo compartir, pero aún así, todas acudimos a ella, la contuvimos, la abrazamos y asistimos para que pasara la crisis sostenida por las mujeres que la rodeamos. Luego de la catarsis, se sintió muy aliviada y agradecida.

MIS REFLEXIONES:

Fue un día muy nutridor y revelador, en la medida en que, a pesar de que todas las mujeres participantes tenemos vidas aparentemente "resueltas", todas evidenciamos historias de vida surcadas por dificultades de diferentes índoles, emocionales, materiales, o ambas, en las que sobre todo, sobresalió la resiliencia, la fuerza interna, la determinación, la valentía, y la resolución a estas situaciones de soledad y conflicto, lo que demuestra, una vez más, que las mujeres estamos lejos de ser "el sexo débil"...

TALLER-LABORATORIO "PALABRA, CUERPO Y SANACIÓN"

Realizado por Martha Esperanza Maya Peña

FECHA: Febrero 5 de 2023 DÍA 3. Sanando y resignificando "lo femenino" en/desde el cuerpo y la palabra.

ACCIONES REALIZADAS:

- 1. Relajación, respiración, meditación.
- 2. Danza libre dirigida, con música
- **3.** Realización de un sketch sin palabras sobre situaciones escogidas.
- **4.** Ejercicios de escritura sobre "lo que debe ser sanado"
- 5. Ejercicio de conexión con la naturaleza
- **6.** Círculo de mujeres
- 7. Entrega de dolores
- 8. Cierre.

LOGROS ALCANZADOS:

En el tercer día del taller, las mujeres se mostraron más abiertas que el primer día, así como más expresivas con el cuerpo y la palabra. Se sintieron bien los ejercicios de acondicionamiento corporal que evidenciaron que las mujeres que tuvieron dificultades al inicio, lograron "ablandar", o soltar, algunos de sus bloqueos e inhibiciones.

Se realizaron sketchs de improvisación sin palabras en grupos de a dos, en los cuales se representaron situaciones conflictivas con respecto al *ser mujer y "lo femenino*". La premisa era, tratar de encontrar una solución a la situación de conflicto representada. Así, un sketch trató del acoso sexual hacia una mujer de parte de un hombre en la calle; éste se solucionó cuando la mujer dejó su rol de ser la perseguida, y enfrentó al hombre alejándolo con la fuerza de su mirada. Otro representó la dificultad en la relación de la madre con la hija pequeña, en la que se evidenció la mala comunicación, hasta que la madre se pone en el lugar de la hija, la entiende, y logran ponerse de acuerdo. En el último sketch, también se plasmó el conflicto entre la madre y la hija, en la que la hija expresa su dolor y sus miedos, y los sana acercándose a la madre, y perdonándola; las dos terminan transmutando el dolor en un abrazo de reconciliación.

Entre las ideas que surgieron en el círculo de mujeres luego de los sketchs, resaltó el hecho de que la sanación provenía de darse cuenta, o que algo/alguien ayudara a entender, que el problema está por dentro, "que está en mí y soy yo la que tengo que solucionarlo y no responsabilizar a otros de lo que siento". También se mencionó que

una herramienta poderosa de sanación es "confesarse a una misma" frente al fuego. Y se concluyó que la sociedad no enseña a los hombres ni a las mujeres formas diferentes de interactuar que no estén atravesadas por la "sexualización"

En una tercera actividad, el ejercicio de escritura se realiza en cualquier lugar donde las mujeres se sientan cómodas, aprovechando también el entorno de naturaleza que hace parte del lugar, sugiriendo, por ejemplo, hablar con los árboles y abrazarlos, caminar descalzas sobre la hierba, etc. Se trató de un ejercicio de escritura en el cual se iba a plasmar lo que se quisiera entregar en la actividad de cierre con la intención de que fuese "quemado"/soltado/sanado, y el camino que se quiere seguir para empoderar y sanar "lo femenino" que sienta que está herido dentro de cada una.

Así, para la actividad de cierre, se prendió un fuego ante el cual hicimos un pequeño ejercicio de respiración y meditación, y una por una fue entregando al fuego lo que quería soltar, algunas hablaron y dijeron qué era, y otras no.

Para la despedida cada una expresó qué se llevaba del taller, y todas estuvieron de acuerdo en que se habían sentido muy movidas, que había sido hermoso, los ejercicios muy lindos, así como el compartir, y que se llevaban grandes inquietudes, entre éstas, y muy especialmente, la inquietud por crear escuelas alternativas donde poder educar a los hijos e hijas con otros parámetros y valores diferentes de los establecidos por el patriarcado en cuanto a la relación entre hombres y mujeres, así como realizar todos los tipos de acciones comunitarias con este fin. También expresaron que se habían tocado temas muy profundos y existenciales que habían sembrado una semilla que había que regar, y que la tallerista había modulado bien con intervenciones brindando información valiosa, "sabia" y cuidadosa, motivante e inspiradora.

DIFICULTADES: Ninguna en especial.

MIS REFLEXIONES:

El taller-laboratorio con este grupo de mujeres fue muy catalizador, y como prueba piloto brindó una afirmación sobre el camino escogido de investigación etnográfica performática, con las técnicas y herramientas que se utilizaron, así también como auto-etnográfica, que llegó a buen término, y que en realidad aportó un material valioso para el propósito de la investigación-creación, para la construcción de la dramaturgia, así como para la apertura de posibilidades en el propósito de la resignificación de "lo femenino" desde las experiencias de un grupo de mujeres, taller-laboratorio que esperamos poder seguir replicando con otros grupos y en otros lugares en esta búsqueda que en nuestro criterio apenas comienza.