



LA RECETA

Performance danzado preparado con: Psicomagia, cuerpo fragmentado y memorias gastronómicas

RESUMEN

La Receta es un trabajo de investigación-creación enmarcado en el ámbito de la investigación cualitativa cuyo enfoque fenomenológico me permite abordar mi experiencia de vida como objeto de estudio. A través de La Receta como una experiencia performática, se pretende trascender estados emocionales que afectan mis experiencias de vida utilizando como recurso la Psicomagia para armonizar el estado de cuerpo fragmentado, entendido éste como la contradicción permanente de mi desarrollo de vida entre pensar, decir, sentir y hacer. La Receta halla espacio en el vínculo que establezco con la cocina como nido primigenio de mis relaciones emocionales y como medio canalizador de la expresión de mis afectos en el mundo.

ABSTRACT

The Recipe is a research-creation work framed in the field of qualitative research whose phenomenological approach allows me to address my life experience as an object of study. Through the Recipe as a performatic experience, it is intended to transcend emotional states that affect my life experiences using as a resource the Psychomotor to harmonize the fragmented body state, understood as the permanent contradiction of my life development between thinking, saying, feel and do The Recipe finds space in the link that I establish with the kitchen as a primitive nest of my emotional relationships and as a channel for the expression of my affections in the world.

Palabras Claves: Psicomagia, Performance, Danza, Cuerpo fragmentado, Memorias gastronómicas, Mandato, Guión Mental, Acto poético.



LA RECETA
Performance danzado preparado con: Psicomagia, cuerpo fragmentado y memorias
gastronómicas

Propuesta de Creación

Estudiante
Nombre: Mateo González Restrepo
Dirección Electrónica: magrestrepo94@gmail.com

Universidad de Antioquia
Facultad de Artes
Departamento de Artes Escénicas
Licenciatura en Educación Básica en Danza

Medellín

2019

PROPUESTA DE CREACIÓN



Universidad de Antioquia
Facultad de Artes
Departamento de Artes Escenicas
Licenciatura en Educación Básica en Danza

Estudiante
Nombre: Mateo González Restrepo
Dirección Electrónica: magrestrepo94@gmail.com

Docente – Asesor (a): Pilar Naranjo
Dirección electrónica: pilarnaranjodanza@hotmail.com

Trabajo de grado para obtener el título de
LICENCIADO(A) EN EDUCACIÓN BÁSICA EN DANZA

Universidad de Antioquia
Facultad de Artes
Departamento de Artes Escenicas
Licenciatura en Educación Básica en Danza

Medellín

2019





Impronta ha dejado su mano suave, caricias sobre los perfiles de mi rostro infante,

Dibujando los caminos del amor... A ti madre.

Entre complicidades, risas y forcejeos,

Los primeros indicios del carácter...A mis Hermanos.

La ausencia ingenua, otorgó el valor de la presencia...a ti Padre.

Y a quienes permanecen en la memoria,

e inspiran el recorrido al insondable laberinto de mi Ser...



Agradecimientos

A la Luz que guía el Camino de los hombres, Dios-Padre-Madre.

Al círculo de amor que abriga lo que Soy, mis familiares y amigos.

A quienes permitiendo la confianza, brindaron su guía, Pilar Naranjo y Juliana Congote.

A tu corazón inquieto y melodiosas manos, que han abierto una puerta cerrada, Juan Agudelo.

A tu capacidad de observar la belleza en mí, conservar la fe cuando estuve desorientado y guiarme con amor, báculo constante para descubrir y reagrupar mis fragmentos, Germán.

Tabla de contenido

INTRODUCCIÓN	9
MARCO DE REFERENCIA	12
Antecedentes	12
Mary Wigman	12
Pina Bausch	14
Véronique Doisneau, Jérôme Bel	17
Como agua para chocolate; novela en doce entregas con recetas, amores y remedios caseros.	19
El Menú, obra de Danza de Pilar Naranjo	21
Justificación	23
Pregunta de investigación.	24
¿Cómo trascender con la psicomagia y las memorias gastronómicas, la sensación de cuerpo fragmentado a través del performance la Receta?	24
Objetivos.....	24
Objetivo General	24
Objetivos específicos	25
CONTEXTO.....	25
DESARROLLOS CONCEPTUALES	26
Cuerpo Fragmentado.....	27
El mandato frenador, formulador del Guión Mental, ¿cómo reescribirlo?	38
Psicomagia.....	40
El acto poético en Jodorowsky, la llave mágica.	41
Trasformar el yo, un acto de Performancia.	44
DISEÑO METODOLÓGICO.....	46
Tipo de Investigación.....	46
Enfoque.....	47
Estrategia	47
Técnica	47
Buscando las semillas.	48
Errar el camino también es avanzar	51
Hacia la exposición constructiva de mi ser	52



Creciendo en la retroalimentación.....	53
PROPUESTA DE CREACIÓN	55
Performance La Receta, una descripción de su estado actual.....	55
Nuevos horizontes en lo performático.....	58
Reestructurando los mandatos.....	59
CONCLUSIONES.....	61
BIBLIOGRAFÍA	63
ANEXOS.....	64
Videos	64
Tablas.....	65
Fotografías	72

INTRODUCCIÓN

Dentro de mí que hacer investigativo y creativo en la danza nace la motivación de crear La Receta, un proyecto de investigación-creación que parte de un interés por integrar experiencias cotidianas por las que mi cuerpo ha trasegado hasta ahora. Experiencias de lo emocional y lo corporal que percibo fragmentadas. De aquí parte la pregunta por un cuerpo fragmentado, un cuerpo que no está en armonía con sus maneras de sentir, hacer, pensar y decir. Dicha fragmentación la evidencio en mis movimientos y concepciones creativas.

Una de las experiencias que marcó mi cuerpo y desató la pregunta por un cuerpo fragmentado fue el padecer una enfermedad ósea llamada *Perthes* a la edad de 8 años. La cual es una necrosis avascular de la cabeza del fémur (NACF) que consiste en una precariedad del aporte sanguíneo de la cabeza femoral en la etapa previa al cierre fisario. Es decir, en un momento dado del crecimiento de los huesos deja de llegar suficiente sangre a la cabeza del fémur y ello provoca que parte del hueso muera.

Simultáneo a esto presentaba una displasia en el lado izquierdo de la cadera, una dificultad que provocó que me intervinieran con una cirugía que obligaba a entrar, segmentar el hueso fémur y reacomodar la cabeza dentro del acetábulo. Pese a que antes de la cirugía se buscó una opción no invasiva que implicó la inmovilización de caderas y rodillas con yeso durante seis meses, esto no sirvió puesto que la displasia no se detuvo. Debido a la inmovilización, tuve que utilizar muletas mientras mis músculos recuperaban la fuerza para volver a caminar. Estos procesos de intervención dejaron mi hueso fémur fragmentado en dos y unido por placas metálicas.

Luego de padecer esta experiencia de fragmentación física, aparece posteriormente una ruptura emocional. Debido a la separación de mis padres, me encontré con la ausencia de uno de ellos, mi padre. Esta ausencia segmentó en aquel entonces mis emociones, volviéndome menos expresivo y más silencioso.

Hoy, las experiencias de fragmentación en mi cuerpo se integran en acción y danza en el proyecto de investigación-creación La Receta, el cual se concibe como una exposición del sujeto que explora en la cocina la manera de articular las memorias inscritas en mi cuerpo. A través de la

danza busca una emancipación personal por medio de una experiencia creativa que me permita crecer como bailarín, coreógrafo, docente y persona.

Vale la pena aclarar que, al referirme al cuerpo fragmentado, no lo hago separando la emoción de la mente; más bien, entiendo la fragmentación como una desarmonía en la dimensión emocional, corporal, actitudinal y cognitiva. Siempre me he preguntado por las contradicciones que dan cuenta de nuestras maneras de sentirnos fragmentados. Cuatro posibilidades son las que encuentro y quisiera nombrarlas por su importante lugar dentro mi propuesta de exploración y experimentación creativa:

- No decir lo que se siente, hace y piensa.
- No sentir lo que se hace, piensa y dice.
- No hacer lo que se piensa, dice y siente.
- No pensar lo que se dice, siente y hace.

En estas cuatro contradicciones se enmarcan mis memorias, esas que exponen la desarmonía entre mis sentimientos, palabras, acciones y pensamientos. Crear *La Receta* me permitirá comprender que el cuerpo es un todo integrado con múltiples dimensiones, que da soporte de nuestra existencia al ser consecuentes con nuestros deseos y acciones. Es una invitación a reflexionar sobre él para construirlo e integrarlo armónicamente en sus múltiples esencias.

Este camino de exposición íntima, ése develarse así mismo, me ha confrontado con el hacer creativo y desde allí como reflejo se manifiesta en mis formas relacionales, con el otro, con las experiencias, con lo laboral.

Entre la toma de consciencia del estado de fragmentación, detectar el impulso creador que busca la emancipación y la indagación para llevarlo a cabo, se establecen brechas que en ocasiones parecen insondables, cada paso en el camino creativo de la receta me enfrenta al temor, remueven dolores que parecían perdidos, desestabilizan las certezas que consideraba resueltas.

Debo reconocer que hasta ahora el camino recorrido me ha permitido develar un Mateo que se ocultaba en las sombras de mi psique, configuraciones que no solo desconocía de mí, sino que me cuesta reconocer, miedos que al enfrentarlos me han hecho huir de nuevo.

Esta confrontación ha detenido en varias ocasiones el proceso creativo, sin embargo también ha permitido encontrar otros caminos que brinden conciliaciones más amables para afrontar mi ser interno, por ejemplo, la consolidación de un lenguaje coreográfico ha sido renuente a mis posibilidades, pues en el acontecer creativo se remueven fibras que me asustan y cuestionan mi interés por sentirme expuesto en la obra.

En ese sentido, se ha llegado a replantear las formas de presentar la pieza, pasando desde la estructuración escénica convencional, hasta la consideración de un apuesta más performática, donde más que una representación de los estados que animan la creación, se ha exponga al sujeto que soy, desde la vulnerabilidad en conjunción de la intervención activa del espectador, es decir, un diálogo abierto que me interviene no solo a mí, sino al desarrollo del acto performativo.

Es prudente resaltar que dadas las condiciones expuestas, el trabajo que se presenta aquí no tiene un carácter conclusivo, por el contrario la aproximación a las respuestas de los interrogantes que propician la creación, generan nuevas preguntas y permiten vislumbrar un camino de horizonte más amplio, que devela no sólo otras facetas de mi ser, si no también nuevas posibilidades creativas de la obra.

La creación de La Receta es pues un estado activo, una construcción permanente de mi propio ser, un develarme desde la raíz en procura del florecer a nuevas experiencias como artista, ser social y espiritual, un recorrido constante que garantiza la pervivencia de la obra en tanto siempre habrá algo de Mateo que sanar, traumas vedados que surgirán reclamando la atención y en La Receta hallarán un espacio de emancipación.

MARCO DE REFERENCIA

Antecedentes

La Receta, como proceso de investigación-creación, fija raíces en el terreno de lo performático, la sanación, la danza y el arte de cocinar. Con base en esto, se establecen cinco referentes propios de la danza: el primero Mary Wigman, quién presenta la creación como un proceso que surge de la vida íntima del coreógrafo; el segundo, el trabajo de Pina Baush del cual podremos inferir cómo la vida misma se poetiza en sus puestas escénicas y performáticas; el tercero Veronique Doisneau, Coreografía de Jerom Bel, puesta en escena que transgrede al espectador, lo confronta con paradigmas en el ámbito social, artístico e íntimo; el cuarto Como agua para el chocolate de Laura Esquivel, una novela que se desglosa como un recetario en doce entregas, lo cual la hace muy pertinente para el presente proyecto; y por último una puesta escénica local que retoma la comida como un recurso danzario para generar en el cuerpo calidades y dinámicas de movimiento, “El Menú” pieza de danza de la Maestra Pilar Naranjo.

Mary Wigman

Fue una bailarina alemana propulsora de la danza expresionista. Estudió con Rudolf von Laban y tuvo estrechos contactos con el grupo expresionista *Die Brücke (El Puente)*, con pintores como Ludwig Kirchner, Erns Heckel y Karl Schmitt Rottluf, los cuales abogaban por un culto al cuerpo humano y un rechazo a la sociedad industrial. (Carlés, 2014)

Para ella, la danza era una expresión del interior del individuo, pues comprendió que, si bien es una elaboración compleja en la que intervienen energía, tiempo y espacio con innumerables combinaciones, solo adquiere sentido cuando se comprende su condición humana. La danza es una actividad del hombre, pues el movimiento, hecho fundamental de la danza, no es danza en sí mismo. En este sentido, en el acto danzario el hombre se manifiesta en su complejidad, llena de matices e incertidumbres.

La danza es un lenguaje vivo que habla del hombre -un mensaje artístico que se lanza al más allá de la realidad a fin de hablar, por así decirlo a un nivel más elevado, con imágenes y

alegorías, de las emociones más íntimas del hombre y su necesidad de comunicar. Porque el hombre es a la vez emisor e intermediario, ya que el medio de expresión es el cuerpo humano. (Wigman, 2002)

Por eso Wigman es una referencia significativa para la creación de La Receta. Mi interés por crear a partir de la expresión de la soledad es una sensación que he experimentado por años a causa de la ausencia de mi padre. Cuando Wigman hace especial hincapié en la expresividad frente a la forma, me permite entender que *“la gestualidad, ligada a menudo a la improvisación, posibilita la exploración de movimientos libres y espontáneos, un camino para probar nuevas formas de moverse por el escenario, arrastrándose o deslizándose, o moviendo partes del cuerpo en actitud estática”* (Carlés, 2004).

Wigman advierte con respecto a la creación que es un estado sutil y esquivo, donde confluyen el deseo y la energía en bruto que le dará vida. Es la manifestación en el mundo de las formas de aquello que será la obra de arte. Es un lugar donde se debe ser cauteloso y respetuoso de las energías puestas en juego, pues de su equilibrio frágil depende la necesidad expresiva del artista, su querer decir.

¡Y ahora bajemos la voz y seamos prudentes! porque vamos a entrar en el campo de la creación, ese espacio en el que la forma oculta y la forma que se busca, giran una alrededor de la otra, entrelazándose y esperando en la penumbra de su seno la llegada de la luz que les dará color y forma, e iluminará aquello que se ha convertido en imagen. (Wigman, 2002).

Llama así la atención al acto creativo como un ritual, donde ser precavido y de atenta escucha es fundamental, donde prima la sensibilidad a la búsqueda ufana de resultados grandilocuentes, es coherente pues con su deseo expresivo, una necesidad del ser humano que busca manifestarse para liberar las tensiones que lo oprimen:

(...) Este espacio [la creación] no permite un acercamiento directo. No responde a una exigencia concreta, ni estructura, ni nombre, ni número. No se someterá a nadie y es sordo a toda autoridad. Es el espacio de la espera creativa y es un santuario. (Wigman, 2002).

La visión que oferta Wigman resuena con los planteamientos expuestos con relación al performance que hace Josefina Alcázar, abriendo paso a una comprensión de los elementos que reclama la estructuración de la Receta como creación artística, pues ella expone el performance como “un arte del yo, un arte que se inserta en el espacio autobiográfico y que se emparenta con diversas formas de búsqueda de la identidad y del autoconocimiento”.

El camino de Wigman delimita así un derrotero para la creación de La Receta, pues valida la búsqueda creativa desde el interior del ser, de mi ser que busca respuestas en la obra de arte.

Pina Bausch

Fue una bailarina, coreógrafa y directora alemana pionera en la danza teatro. Con su estilo vanguardista mezcló distintos movimientos y propuso piezas compuestas en cooperación entre distintas expresiones: movimientos corporales, emociones, sonidos y escenografía. Configuró piezas enmarcadas en la corriente de la danza teatro, de la cual Bausch es pionera e influencia constante de generaciones posteriores (Carlés, 2004).

Bausch imprimió en sus puestas escénicas contenido humano, social, histórico y filosófico, reunidos en una dramaturgia personal que son propios de la experiencia de mundo real que la contextualiza. Pareciera que con el surgimiento de la danza teatro el panorama danzario adquiriera un tinte más humano dada la intervención del gesto, que no busca tanto representar como sí exponer sujetos verosímiles en la obra de danza.

Esta característica de la danza teatro es un recurso para la concepción de La Receta, toda vez que valida su desarrollo escénico partiendo del accionar cotidiano y poetizando la vida misma. No se pretende una representación danzada del acto de cocinar, se busca presentar dicha acción como proceso alquímico para transmutar las emociones y en ello generar una danza ritual de la emancipación que despliegue emociones humanas y que permita crear narrativas más allá de lo corporal.

Sin embargo, la danza teatro no es un fenómeno aislado, surge en un contexto específico en el cual el arte de la representación carecía del poder de conmover:

El concepto de "ballet postmoderno", que apareció en los círculos especializados a fines de los años setenta, refiere a un conjunto de rupturas estético-expresivas (...) [como] la revalorización de la dimensión cotidiana, el continuo de lo humano, en sus manifestaciones aparentemente triviales y pedestres, incluyendo en esta apertura la palabra, el ruido ambiente, en lo que constituye la irrupción de la música concreta al servicio de la danza; el abandono del entablado clásico por superficies naturales como el césped, la tierra, hojas secas, flores, e incluso el agua, [que] son parte del estilo que alcanza su más plena expresión en las obras de Pina Bausch. (Rocca, 2006).

Esta posibilidad de entretrejer el acto creativo con y desde la vida cotidiana reevalúa las características sobre las cuales se sustentaba la configuración escénica, no solo desde los elementos tangibles como vestuarios o escenografías, para los cuales a veces simplemente se utilizaba ropa y utensilios del común, sino también en la configuración dramática, dando prelación a la exposición de sensaciones sobre una historia lineal que narrar.

Las obras de Pina Bausch no siguen una estructura narrativa ni una progresión lineal. Se construyen más bien a partir de una serie de episodios. Múltiples acciones escénicas simultáneas, imágenes impactantes, la utilización de las experiencias específicas de sus bailarines, de actividades cotidianas, de textos dirigidos a menudo al público y de una gran variedad de músicas en la banda sonora son elementos que llevan el sello reconocible de Bausch y que han pasado a formar parte de un léxico de la danza-teatro en Europa. (Rocca, 2006).

Es además importante resaltar cómo el trabajo de indagación, construcción, exploración del movimiento y del gesto en las puestas de Pina Bausch involucraba directamente al bailarín, no como un insumo técnico, una pieza más del rompecabezas de la puesta escénica, sino como ser viviente, sujeto que experimenta, sufre y goza la existencia, que trae a colación en ese trabajo

creativo sus memorias y expectativas, que enriquece la creación con toda la complejidad de su ser humano.

Todas sus obras se realizan con la ayuda de bailarines de diferentes razas y países, que, siguiendo el peculiar método de trabajo de la directora, se implican con sus propios miedos, sus propios deseos, sus complejos y, en suma, con su propia vulnerabilidad. Esto lleva a la utilización de toda la gestualidad del comportamiento cotidiano, tanto en lo íntimo como en lo social; un aluvión de gestos físicos y emocionales que la sabia mano de Pina Bausch recicla y reintegra en composiciones llenas de originalidad, ternura, irónica, crueldad y, sobre todo, de una viva y cruda humanidad. (Rocca, 2006).

De igual manera la creación de La Receta requiere de las memorias emotivas que son detonadoras del impulso de creación y materia prima para la consecución de exploraciones gastronómicas y kinéticas, así expuesto como sujeto objeto de estudio, puedo revelar mi ser íntimo para enriquecer la pieza de arte con la honestidad del sentir, toda vez que este nuevo estado de consciencia logrado en el estudio me permite reestructurar estados hacia armonías que requiero en mi vida.

El uso del gesto cotidiano como material coreográfico hace que la danza, arte abstracto por excelencia, adquiera significado para el espectador. (...) una capacidad poética que no se podría lograr solo con un código basado en una técnica concreta de danza. (Colmenarejo, 2011).

En la creación encuentro maneras de exteriorizar mi percepción de la vida. Cuando se vive la dimensión corporal, emocional, conductual y cognitiva en desarmonía, es como probar un ingrediente por separado, desarticulado del todo que es el plato final. En la medida en que integramos y sazonomos nuestros cuerpos, vivimos y probamos la mejor receta de nosotros mismos; no obstante, es necesario reconocer la vulnerabilidad que nos hace humanos:

Bausch quería demostrar en sus danzas la fragilidad y la vulnerabilidad tanto de los hombres como de las mujeres, mostrar toda la sensibilidad que hay más allá del cuerpo (...) Cambia esa percepción del bailarín duro, sin emoción, por un bailarín más cotidiano, más emotivo, más humano. (Meléndez, 2011)

La Receta busca el despertar de los sentidos en aras de favorecer la sensibilidad hacia lo vulnerable, esto se logra en sus máximas posibilidades cuando los ingredientes son integrados. Por separado, individualizados, fragmentados, cada ingrediente no ofrece una experiencia tan agradable como ocurre cuando se fusionan con los otros. Así se vivirá la creación en la cocina, porque la construcción de *La Receta* será una receta misma; un paso a paso, una fórmula para integrar vivencias personales y deseos creativos en un proyecto de investigación creación.

Bausch trabaja con el realce y el reencantamiento de los hábitos cotidianos, es por eso que ella propone una danza más allá de la danza, (...) que a partir de los movimientos y las acciones digan algo, expresen más allá. (...)Haciendo una composición multidisciplinaria a partir de la danza. (Meléndez, 2011, pág.

Véronique Doisneau, Jérôme Bel.

Presentar o Re-presentar, una de las cuestiones que desata la exposición al público de la pieza Veronique, encargada en el año 2004 por la Ópera de París, es una puesta en escena que transgrede al espectador, lo confronta con paradigmas en el ámbito social, artístico e íntimo, de la simpleza que la configura, se infieren cuestionamientos profundos al mundo de la danza, genera nuevas connotaciones y logra afectar al público de manera sensible, desnuda el carácter estético del bailarín con sus piruetas y contorsiones para dejar al descubierto un ser humano que danza desde sus dolores, alegrías y frustraciones.

Jerom Bel, quien se denomina así mismo como “hombre de ideas” más que coreógrafo, es uno de los exponentes que en las últimas décadas ha quebrantado de nuevo los paradigmas de la danza, incursionando inclusive, en el terreno de la “no danza”, “intento ir al límite, ver cuán lejos puedo llegar, probar hasta dónde el teatro o la danza se resisten (...), la danza es un territorio y dentro de ese territorio yo intento andar por el borde”.

En ese sentido es pues digno representante de la búsqueda de emancipación que ha signado la danza contemporánea de sus inicios, cuestionando permanentemente los maneras de hacer, el carácter de lo danzado, aquello que se puede transmitir, indagando en la condición humana y la naturaleza esencial de la danza, como diría el crítico Etchells: “Formado como coreógrafo, Jérôme Bel olvida la mayor parte de la danza, como si, en ese olvido, algo más pudiera ser posible”.

Es por ello que ha transitado con el vértigo del peligro en los terrenos de lo performático, sus piezas, a las que el mismo llega a llamar “aburridas” pueden tener un carácter indefinible, al respecto Alejandro cruz, en entrevista para el diario la nación le cuestiona “hay otra línea de reflexión que está ligada a los contextos y formas en que denominas a tu trabajos. Pueden presentarse tanto en una sala teatral con en un museo o centro cultural, y pueden presentarse como una lectura performática o una performance o la forma que se precise”.

Este es el contexto necesario para realizar una lectura de Veronique, encomendada para la inauguración de la temporada coreográfica de 2004, donde se pretendía exaltar la labor del cuerpo del baile de ballet de la Ópera de París, la pieza expone más que una bailarina, una mujer, más que un solo coreográfico, un estado humano, más que una obra de arte una realidad callada a gritos: entra al escenario desnudo una mujer, se presenta, habla de sí, con un vestuario propio para tiempo de ensayo, emula al espacio, y empieza a desnudar su sentir en el largo recorrido de su carrera como bailarina, al aproximarse vertiginosamente al retiro del mundo de los escenarios.

Es así como Veronique se asemeja más a un ritual, una despedida íntima, un acto de reflexión de sí mismo del sujeto que se expone, en esta caso en el escenario porque es el contexto que alberga su tránsito de vida, pero que bien podría ser un cabaret, un parque o una cocina si el contexto de su historia fuera otro, la pieza es una mirada al interior de sí, toda vez que abre la ventana de su alma al espectador, cual cómplice, resuena en abrazo sincero a la condición humana de la artista.

De repente, estamos invadidos por el complejo de emociones que se hacen presentes al tomar contacto con la experiencia de recordar un sueño no cumplido. (...) Somos los observadores de un acto íntimo. Un acto que recorre la nostalgia, el juego, la frustración, la frescura, la limitación. Evidentemente, la cantidad de “gestos” que se despliegan en este acto completamente espontáneo y despojado de cualquier especulación, nos conmueve y

nos moviliza. La contemplación del hecho artístico, se intensifica pero a la vez se nos vuelve difuso. El mensaje se complejiza por la diversidad de sentidos que nos dispara. En cierto modo, perdemos la brújula para conducir el estado de entrega que experimentamos. Quizá porque transitamos zonas desconocidas en términos estéticos. Finalmente, todo lo que esta mujer está diciendo y está haciendo es verdad, es su verdad. Y es también la verdad de su vida. Y no la representación de ésta. (Zicolillo, 2013)

“Especie de documental teatral” es una de las nominaciones que se ha dado a veronique, ante la dificultad de clasificarla como acto performático que sublima la experiencia cotidiana con la simpleza que la vida misma le otorga, y es en esta simpleza donde la Receta comulga con ella, lo performático es un camino para el diálogo consigo mismo, un espacio donde a través del otro, hallo respuestas a mi interrogantes, o por lo menos los formulo, me expongo, permito que mi vida sea arte para encontrar la belleza y armonía que anhelo en ella, una suerte de conjuro, un salto al vacío, acto de fe, vahído que me envuelve y transgrede los esquemas que han codificado mi experiencia vital,

Como agua para chocolate; novela en doce entregas con recetas, amores y remedios caseros.

Esta novela al igual que el presente proyecto de investigación creación, no se concibe en sí misma como un texto narrativo, no se presenta, no hay un prólogo, es un recetario y lo primero que oferta la lector son los ingredientes para preparar “Tortas de Navidad”

Laura Esquivel, escritora mexicana quien inicia su carrera como guionista de cine, alcanza reconocimiento a través de su primera publicación “Como Agua para Chocolate”, una novela que se desglosa como un recetario en doce entregas, ambientada en el momento histórico de la revolución mexicana, donde su protagonista, Tita, conoce la vida desde su infancia en la cocina como su ambiente natural, donde refinó sus sentidos de manera particular a los estímulo de la comida, sus texturas, aromas, colores y sabores.

Este personaje que se presenta tímido y sumiso en la obra, canaliza su potencial expresivo mediante el lenguaje que le es propio a su entorno, cocinar. Sus guisos son un mecanismo mediante el cual los comensales se vinculan con lo profundo y sincero de su alma, entre ellos Pedro, su amor imposible que establece con ella a través de las viandas un conducto subterráneo para fugar sus expresiones de amor. *“Sus platos no solo tenían el poder de deslumbrar por sus sabores y textura. Su tristeza, su alegría su deseo o su dolor a la hora de prepararlos se contagiaban irremediabilmente a todo aquel que los probaba”*. (libros, 2014)

Aunque de carácter ficcional la obra de Esquivel es un reflejo de la tradición latinoamericana donde a partir de la cocina se transmiten afectos bajo la visión de la matrona que reclama y establece su poderío no desde la imposición y la fuerza como le compete al patriarcado, sino con la seducción de los sentidos que cautivan y hacen titubear al más fuerte.

Es así como mi madre Olga me enseñó del amar y en los sabores de sus platos instauró en mí la fuerza del afecto, a través de la guianza en la cocina me enseñó a confiar en mí mismo y al garantizar siempre una preparación que guardaba para mí en la cocina, me enseñó a manifestar cuán importante es el otro para mí. *“y es que cada plato, cada bocado es la expresión de un sentimiento que solo puede decirse a través de los fogones”* (libros, 2014)

Al igual que Tita expreso mis sentimientos reprimidos a través de recetas que construyo en el día a día, una combinación mágica donde florece la armonía que escapa a mis contradicciones, aquello que me cuesta decir o hacer, coherente con mis pensamientos y emociones, se concilian en la fusión fractal de los sabores, un lenguaje que exhorta mi ser a la unión con el otro.

“Parecía que habían descubierto un código nuevo de comunicación en el que Tita era la emisora, Pedro el receptor y Gertrudis la afortunada en quien se sintetizaba ésta singular relación sexual, a través de la comida, Pedro no opuso resistencia, la dejó entrar hasta el último rincón de su ser sin poder quitarse la vista el uno del otro” (Esquivel, 2018)

Por esta razón es en la cocina donde encuentro un fuerte vínculo para manifestar mi ser a través del quehacer danzario, pues reconozco que ésta tiene gran relevancia en mi trasegar de vida, mi padre y mi madre por allí me enseñaron las virtudes y falencias de ser humano. Mis relaciones

afectivas han estado signadas todas por un acompañamiento en la cocina, un plato servido, un postre regalado o por el placer que expreso sin palabras al degustar aquello que alguien ha preparado para mí con amor.

El Menú, obra de Danza de Pilar Naranjo

La obra fue creada para la compañía IMAGO Danza Contemporánea del Ballet Folclórico de Antioquia en el año 2009. IMAGO es el imaginario que todos tenemos, la pieza fue creada a partir de ese imaginario, un imaginario colectivo. La dirección coreográfica fue de María del Pilar Naranjo y la dramaturgia gastronómica de Paulina Naranjo.

El Menú fue un proyecto artístico que integró la danza contemporánea con el arte gastronómico. Un chef profesional diseñó para la obra un menú de degustación a partir de los cual crearon la pieza de danza que recreó los sabores, colores, texturas, ritmos, evocaciones emotivas y la dramaturgia de ese menú también estaba inspirada en las acciones que se dan en los encuentros amorosos entre dos personas.

Fue una pieza que incluyó, como proyecto completo, un menú de degustación real que se le dio a los espectadores, al mismo tiempo que fueron sucediendo las escenas de danza contemporánea que correspondieron a los platos servidos; pero también fue una pieza que se propuso como propuesta escénica, es decir, solamente la danza en un espacio de representación convencional.

El menú estuvo dividido en ocho momentos.

1. Abrebocas; rosetas de maíz pira bañadas en mantequilla de ajo y una pizca de picante. *Te miro y desapareces.*
2. Aperitivo: cubos de frutas rosáceas, sandía, papaya y mandarina en textura sobre gelatina de limón. *Te toco y te desplazas.*

3. Entrada tibia: esferas de tubérculos americanos y croquetas de arracacha y coco, yuca y queso, papa criolla y alcaparras. *Te toco y me miras.*
4. Entrada fría: Cilindros de vegetales de la huerta, pimientos verdes asados, tomates verdes, puré de brócoli y arvejas. *Rodamos juntos y reímos.*
5. Plato fuerte: lajas de lomo crudo en aceite, carpaccio de lomo en aceite de oliva y limón. *Nos mezclamos, te penetro, me lames, te absorbo.*
6. Sorbete: espirales de jugos refrescantes, granizado de limón coco y limonaria con un toque de curacao azul. *Flotamos, planeamos, expiramos.*
7. Postre: Pirámide del arriero, pasta de guayaba, dulce de leche y queso campesino. *Nos acariciamos, dormimos nos acomodamos.*
8. Conclusión: copita de café del Quindío, acompañado de una sorpresa de chocolate. *Nos decimos adiós.*

El Menú, como obra de danza contemporánea, es un afortunado descubrimiento para la investigación-creación de *La Receta*, pues como referente brinda puntos de concordancia entre las pretensiones creativas de ambas obras, tanto en su proceso creativo como en la exposición al público.

En el proceso de creación, *El Menú* también abordó la sensibilización del movimiento a partir de la estimulación de los sabores. En ello, parafraseando a Pilar Naranjo, se trató de “traducir en el movimiento del cuerpo en ese otro universo sensible que es la gastronomía”. Naranjo se apoyó en su fuerte estudio sobre los lineamientos de Laban con relación a las dinámicas y calidades de movimiento para guiar a los intérpretes en esa transformación de las texturas, sabores, aromas y colores que les brindaban los platos creados para el menú. Esta indagación brinda herramientas de exploración del movimiento que serán acertadas en el proceso creativo de *La Receta*.

La Receta, al igual que *El Menú*, pretende brindarle al espectador una gama sensible amplia, excitando sus sentidos y permitiendo que estos también accedan a su vulnerabilidad para que así

pierdan su calidad pasiva como espectadores y eventualmente puedan vivenciar al igual que el intérprete que se expone en la escena, nuevos estados de armonía o por lo menos una inquietud sobre su ser.

Justificación

Dentro de mi recorrido artístico aparece la pregunta por el cuerpo fragmentado en sus emociones, pensamientos y acciones. Así surge la necesidad de crear con la danza a partir de sucesos que rodean mis vivencias cotidianas, hechos que tienen influencia en las construcciones psíquicas, culturales, sociales y políticas que me atañen. Mi deseo es preguntarme por las contradicciones al pensar, sentir, actuar y decir que caracterizan mi tránsito por la vida.

La creación de La Receta es, en primera instancia, una búsqueda de sí. Encuentra pertinencia en mi saber de mi vida y en la construcción de ser humano que como artista desarrollo de manera consciente. Esta búsqueda consciente me lleva a preguntarme por las relaciones entre las experiencias de fragmentación que he sentido emocionalmente y su correspondencia en el cuerpo físico, pues latente está en mí una lesión en la misma cadera de la cirugía para la displasia, que afecta a su vez mi desenvolvimiento como bailarín y mis deseos artísticos al limitar las posibilidades de mi cuerpo.

Dicha lesión la interpreto como un llamado de atención permanente del cuerpo, pues el dolor físico es una alarma que, de no atenderlo estaría validando todo un acto de insensatez. Sin embargo, encauzar dicho dolor desde el acto creativo puede servir como hecho de emancipación, toda vez que no solo permite canalizar las tensiones reprimidas en el cuerpo a través de la creación misma, sino que en la búsqueda creativa puedo comprender los sucesos que han dado pie a tales desarmonías, para establecer desde allí nuevos patrones comportamentales que permitan relaciones más saludables consigo mismo y con el otro.

Al respecto, el trabajo de Alejandro Jodorowsky basado en la teoría de la psicomagia brinda luces interesantes para permitir la configuración de lenguajes y metáforas que en su elaboración liberan los viejos patrones y establecen nuevos a favor de una idea de sanación.

El proceso creativo expande su pertinencia al otro, pues al contar con la motivación de amigos, familia y colegas que me permiten encontrar el valor en esta situación de fragilidad a la que me enfrento, evidencio como ellos mismos pueden hallar en la receta un reflejo de sus propios estados de fragmentación.

Este acompañamiento me permite comprender que mi pregunta por lo fragmentado, es también una pregunta colectiva, por nuestro cuerpos, por lo que callamos, lo que no decimos, lo que queremos olvidar, lo que nos negamos a sentir, registros que quedan en nuestro ser con lo que vivimos cada día, esto nos lleva a integrarnos y a fragmentarnos constantemente condicionando nuestro accionar en la vida.

En la búsqueda continua del danzar, como aquello que gira alrededor del sujeto, está la constante transformación en las múltiples esencias del ser humano, es aquí donde se integran mis preguntas por lo fragmentado y la expresión de lo íntimo, fuente de la creación que expande sus horizontes íntimos para encontrar pertinencia en la de los seres que me rodean, seres amados, comensales, espectadores.

Pregunta de investigación.

¿Cómo trascender con la psicomagia y las memorias gastronómicas, la sensación de cuerpo fragmentado a través del performance la Receta?

Objetivos

Objetivo General

Trascender con la psicomagia y las memorias gastronómicas, la sensación de cuerpo fragmentado utilizando el performance como camino que configure los mecanismos necesarios para creación de la receta

Objetivos específicos

- Buscar referentes conceptuales y metodológicos que brinden soporte a la inquietud creativa.
- Indagar sobre la conceptualización de la psicomagia como un mecanismo para acceder a la psique inconsciente y liberar sensaciones fragmentadas del ser.
- Investigar los derroteros del performance que permitan la subjetivización de la obra desde la presentación más que desde la representación en una apuesta por la búsqueda del yo.
- Explorar, a partir de la sensibilidad gastronómica y estructuras de movimiento, pautas que sirvan de inspiración para la configuración del movimiento danzado.
- establecer discursos que recojan las memorias fragmentadas a partir de los descubrimientos hallados en el trabajo de indagación de sensaciones fragmentadas..
- Generar la configuración escénica donde confluyan los diferentes lenguajes: visual, sonoro y kinésico que sean pertinentes al propósito de la investigación

CONTEXTO

La investigación creación de La Receta se enmarca en un corpus conceptual que sirve como apoyo la pulsión creativa, toda vez que confronta, complementa y dialoga con las ideas iniciales que motivan este proceso. La investigación teórica en una primera instancia busca validar dichas ideas para dar paso al rastreo de conceptos que sustenten y avalen la metodología de creación.

La idea de cuerpo fragmentado a través de la cual se expresa las disonancias entre el pensar, sentir, decir y actuar encuentran arraigo en la teoría Lacaniana del psicoanálisis, concerniente al lenguaje en la construcción de cuerpo que, en diálogo con la teoría del guión mental expuesta por Herinulfo

Londoño, brindan un paisaje conceptual que dan luces a la comprensión del fenómeno que experimento.

De esta manera ha sido posible estructurar el concepto de cuerpo fragmentado, la comprensión de los sucesos que lo generan y posibles mecanismos que permitan consolidar instancias del ser más saludables en mis relaciones y en el actuar en el mundo.

El sustento de mi marco metodológico se instala en las ideas Alejandro Jodorowsky, quien a través de su teoría de la psicomagia diseña mecanismos para trasladar sensaciones y vivencias emotivas al plano físico en la consolidación de procesos rituales que buscan restablecer la armonía del ser, de la misma manera en que la teoría del Guion Mental, busca desencadenar el potencial del ser humano como un ser autónomo, liberándose de patrones mentales que coaccionan su ser en sociedad.

En la teoría del arte estos presupuestos de lo ritual y la sanción, entendida ésta como una búsqueda del yo, hayan sustento en la conceptualización del performance, al respecto Josefina Alcázar hace una exposición que brinda soporte a la pretensión del proyecto, toda vez que en ella el cuerpo es el soporte de la obra de arte.

A grandes rasgos este es el contexto sobre el que navega la búsqueda teórica de la creación de *La Receta*.

DESARROLLOS CONCEPTUALES

El impulso que motiva la creación va a la deriva entre lo instintivo y lo racional, es una necesidad expresiva del artista, como también un camino para develar de la profundidad de su ser, se crea para liberar una tensión existente y en ello se descubren nuevas facetas que transfiguran al sujeto creador.

La investigación en pro de la creación configura y complementa el imaginario del artista, permite anclar su sentir a conceptos y estructuras de pensamiento que brinda un soporte más tangible a la fuerza creativa inicial. La Receta, es una pieza que surge de la necesidad de exponer, indagar y

comprender facetas de mi propia vida que condicionan la experiencia cotidiana y las formas de relacionarme con el otro y el entorno.

Dándome a la tarea de nominar los sentires que me impulsan a la creación, establezco la idea de “cuerpo fragmentado”, entendiendo por ello la contradicción que detecto en las maneras de pensar, decir, hacer y sentir en mi experiencia de vida. Resulta interesante descubrir que dicho término fue acuñado previamente por *Lacan para asociar la imposibilidad del sujeto de establecer una unidad en las múltiples sensaciones que experimenta a través del cuerpo.* (Lazpiur, 2016, pág. 101)

Tomando como punto de partida este concepto Lacaniano bajo la visión Lierni Irizar en su publicación *El Cuerpo, Extraño: dos formas de entender el cuerpo: medicina y psicoanálisis* y en diálogo con las ideas de Bretón y Herinulfo, y la cubana

Cuerpo Fragmentado

Nacemos como cuerpo, en él se configura la información del mundo y la forma de percibirlo. Como estructura, es el medio de aprehensión de la realidad exterior e interior, es el espacio donde reside la experiencia de vida, en el cual se crean realidades y se transforma la visión de mundo.

Sin embargo en el cuerpo surge la paradoja: nacemos como cuerpo, sí, pero ¿Tan solo somos cuerpo? ¿El cuerpo nos define o nosotros definimos el cuerpo? ¿El cuerpo es tan solo lo visible o qué entramado de información y energía escapan a la percepción visual y configuran un corpus que delimita nuestras experiencias y aprendizajes? ¿Cuántos cuerpos habitan en uno sólo? ¿Nuestro cuerpo se fragmenta o es indivisible?

Ante tales cuestiones el fenómeno de la percepción incentiva la encrucijada, somos uno, nos observan como una unidad corporal pero nos sentimos muchos, experimentamos nuestras sensaciones en múltiples caminos a la vez, caminos que se cruzan o contradicen, experimentamos

discordancias entre los pensamientos, sentimientos y acciones por decir lo menos, la experiencia humana es compleja.

En ese sentido llama la atención Lierni Irizar sobre las diferentes visiones de la comprensión del cuerpo y que no tiene sentido abordar una consideración del cuerpo sin contemplar lo humano. El ser humano está condicionado por factores como su estructura biológica, su capacidad lingüística y la interactividad social.

De un lado su condición biológica lo dota de la estructura cerebral adecuada para desarrollar patrones de pensamiento que dan pie al armazón del lenguaje, con él los símbolos, lo abstracto y desde allí una configuración social de la cual depende y a la vez afecta en una dinámica de doble sentido.

Explica Irizar que *“no es el cuerpo el que modela el lenguaje y las estructuras racionales sino que es el lenguaje el que marca y moldea el cuerpo y el sujeto.”* Es decir, que tanto el cuerpo condiciona la posibilidad misma del lenguaje desde su estructura cerebral, como el lenguaje adquiere tanto poder desde los símbolos, sentidos y la visión de mundo que varían la percepción y por ende la configuración de cuerpo.

Es importante aclarar que igual relación de dos vías se da entre el lenguaje y el armazón que da pie a la manera como se teje la sociedad, así que el intercambio de información e influencias entre cuerpo, lenguaje y sociedad es una autopista de colaboraciones, oposiciones y bifurcaciones que al fin de cuentas convergen en el ser humano que las experimenta. *“se afirma que el cuerpo moldea el lenguaje y las estructuras racionales que utilizamos para comprender el mundo y al mismo tiempo el cuerpo es penetrado también por las relaciones de poder.”* Irizar (2016).

Para el británico “la condición humana es corporal”, el cuerpo es el medio de toda experiencia y aprendizaje, es el vínculo con el mundo, por ende con el otro, entender el mundo es un trabajo del cuerpo:

Las percepciones sensoriales, la experiencia afectiva y la expresión de las emociones parecen emanar de la intimidad más secreta del sujeto, pero no dejan de ser social y

culturalmente modeladas, incluso si traducen siempre una apropiación personal.

Los gestos que alimentan la relación con el mundo y tiñen la presencia no remiten ni a una pura y simple fisiología, ni sólo a la psicología: la una y la otra se entrelazan en una simbólica corporal que les da sentido, se nutren de una cultura afectiva que el sujeto vive a su manera. el ojo posee el mismo funcionamiento orgánico en cualquier parte del mundo, pero lo que ve cada hombre corresponde a las significaciones que ha aprendido y a la sensibilidad que le es propia.

En sus estudios y reflexiones a lo largo de su carrera, Lacan expone una compleja visión sobre la manera en que se relaciona el cuerpo con su entorno y el otro. Para éste, primero se debe establecer qué entendemos por cuerpo. Para Lacán el cuerpo es algo que se construye, hace referencia con esto a que el cuerpo, como constructo de la experiencia de vida es mucho más que el organismo viviente, pues en él afecta la consciencia de su ser. Este aspecto Lacan lo aborda en su teoría como el lenguaje, es decir, la dicotomía entre el cuerpo y la consciencia estará dado en su exposición por la posibilidad que tiene este cuerpo de establecer el fenómeno del lenguaje y con éste, el concepto de cuerpo mismo.

Con esto expandimos la idea de cuerpo más allá de los límites de la carne como entidad biológica, escapando a la oposición cuerpo-mente toda vez que el proceso de pensamiento, y con ellos las posibilidades de lenguaje, conceptos y contextos son de naturaleza inmaterial, pero se soportan en la estructura cerebral de naturaleza corpórea. En ese sentido, es el cuerpo quien permite la generación de la consciencia, de tal manera que, como expone Yudy Morales citando a Rico: *Somos un cuerpo y por ende no tenemos un cuerpo, un cuerpo fragmentado como cosa fuera de mí, como cuerpo arrebatado o prestado, sino como un todo que incorpora las posibles extensiones corporales que son parte de la creación humana* (Judy Morales)

Entendemos por extensiones corporales *“las capacidades sensoriales, motrices o psíquicas para satisfacer necesidades propias”* (Morales pag 52), dichas necesidades pueden atender tanto al cuerpo en sí mismo como en el caso del deseo sensual, las formas de vivir o sobrevivir, o ser de carácter etéreo, como en el cuestionamiento de quién soy, las situaciones que me afectan o el modo de relacionarnos.

De esta manera el cuerpo, en tanto nos permite edificar la experiencia de vida, no es solo carne, es también el concepto con el cual lo identificamos y a su vez el sostén para la estructuración de patrones de pensamiento que dan pie a los conceptos, condicionando así la experiencia del cuerpo en el mundo:

El ser humano forma parte de la naturaleza como toda especie animal pero eso no nos basta. Hay una singularidad del humano. Es un ser de lenguaje, de un lenguaje que no es mero instrumento de comunicación. Nuestra especie es la única marcada por el lenguaje conceptual, la palabra, el logos. (Lazpiur, 2016, pág. 89)

En nuestra experiencia cotidiana nos enfrentamos también a diferentes escisiones de cuerpo que se perciben desarticuladas a raíz de los conceptos sobre los cuales nos posicionamos, nos enfrentamos así a un cuerpo erótico que difiere del cuerpo obediente, o el cuerpo festivo que difiere del cuerpo laboral, sin embargo, éstas diferencias contextuales sólo resultan válidas en la medida que nos vemos abocados a aceptar dichos conceptos porque, en el tránsito de la vida, en realidad es el mismo cuerpo, lo que se fragmenta es pues la sensación de habitar el cuerpo a partir de las relaciones sociales.

Si partimos de la idea de un cuerpo animal, éste tiene necesidades instintivas que deben ser soslayadas, sin embargo a partir del lenguaje para el infante dichas necesidades serán asociadas conceptualmente en tanto el otro las satisface, pasamos así de la idea de necesidad a la idea de demanda, y en tanto demanda del otro surge un nuevo paradigma, el deseo. Para Ironizar Necesidad, demanda y deseo se configuran de manera triangular en relación al Otro.

Estas construcciones brindan diferentes nociones de cuerpo que hablan de las múltiples facetas de la experiencia de vida, generando una sensación de separación que se evidencia en el lenguaje del cual surgen variadas connotaciones de orden contextual. Al respecto basta revisar lo que expone Morales con relación a la definición de cuerpo, donde a través del significado del diccionario se exponen diferentes visiones de cuerpo que resultan “realmente extenuantes y excesivas y casi

siempre es fragmentado por los intereses propios de la teoría según el lado que se quiere analizar. Por ejemplo se habla de un cuerpo social, psicológico, cultural, escénico...” pag 48

El concepto de necesidad nos remite al mundo animal en el que existe un saber genético que permite desarrollar un comportamiento adecuado para satisfacer una necesidad. Es lo que llamamos instinto. Se podría afirmar que el instinto básico animal es la alimentación y que la cuestión para el animal es comer o no comer. Para el humano sin embargo, la cuestión es ser o no ser, la búsqueda infructuosa del sentido de su existencia. (Irinizar, 2016)

De manera similar, Herinulfo Londoño en sus estudios sobre el “Guión Mental” aborda la manera como se edifica la psique de un sujeto a partir del entendimiento de la comunicación, como detonante de patrones conductuales que determinan no solo los paradigmas bajo los cuales se rigen las experiencias del individuo sino que además instaura patologías propias afines a dichos paradigmas.

Su teoría toma elementos de estudios como el Análisis Transnacional, la Gestalt, la Bioenergética y la Psicolingüística para brindar un panorama que permite comprender la imagen de la fragmentación del cuerpo y del ser, en términos de mandatos que condicionan la experiencia de vida del sujeto.

En la teoría del Guión Mental podemos asociar el concepto de bienestar a las ideas dadas por Lapzpiur de “necesidad, demanda y deseo”. El bienestar lo entenderemos como un mecanismo de supervivencia que en el infante se detona en torno a un “Comportamiento existencial” asumido éste como “la conexión entre lo sentido y la respuesta corporal (bioenergética), *que* es inconsciente y es automática”.

Se trata pues de una respuesta que busca, desde el inconsciente, asimilar comportamientos que se descubren eficaces para garantizar su continuidad vital en tanto el contexto demanda cosas de él.

Herinulfo concibe el inconsciente como un igual al consciente, las dos partes constitutivas de la mente. Es crucial exponer que, bajo su óptica, la mente no es una cualidad del cerebro, si no una condición del cuerpo: “*Podemos decir que la mente está diseminada por todo el*

cuerpo físico y psíquico”, y continúa aseverando *“la mente está en todo el cuerpo, todo el cuerpo es mente”* (Correa, 2002)

Desde esta perspectiva la mente es un gran mecanismo que recauda información a lo largo, ancho del cuerpo, toda vez que la clasifica, archiva y relaciona según las experiencias vividas: *“la mente es un mecanismo para producir soluciones de supervivencia”* (Correa, 2002)

El consciente y el inconsciente en la teoría de Herinulfo determinan el funcionamiento de la mente, llamará igualador a la mente inconsciente y diferenciador a la consciente, haciendo referencia a sus maneras de asimilar la información que llega al cuerpo-mente. La mente inconsciente, el igualador, comprende los datos a partir identidades donde éstos se asemejan y tiene calidad de igual. El diferenciador, la mente consciente, por el contrario abstrae la información, discriminando y categorizando los datos.

En palabras de Herinulfo, las asociaciones de la mente inconsciente igualan datos como Madre=Alimento=Cuidado y cualquier componente de esta ecuación por separado, tiene exactamente el mismo valor, madre es alimento, alimento es cuidado, como también cuidado es madre, sin embargo en la mente consciente puede discernir entre los distintos valores de estos conceptos, pues sopa no necesariamente es madre y un chaleco que nos brinde protección no necesariamente es alimento.

La mente pues, entendida como este andamiaje corpóreo que permite el flujo de información en aras de la vida y la supervivencia, funciona exitosamente en tanto exista un balance entre su faceta inconsciente y la consciente, sin embargo ambas no siempre funcionan de manera conjunta y tal descompensación afecta el resultado de la pervivencia del sujeto.

Estas descompensaciones se presentan cuando por ejemplo el sujeto está bajo el influjo de drogas o pierde la consciencia por algún traumatismo, pero de igual manera ocurre cuando el infante en sus primeros años de vida aún no ha desarrollado el ser consciente. En sus primeros seis años está bajo el control de la mente inconsciente, el igualador, y surgen allí, en esos estados de comunicación con su entorno a partir de su ser integral cuerpo-mente, desajustes, que si bien fueron

apropiados para la subsistir hasta ese momento, en la vida adulta son traspiés que entorpecen el desarrollo de su potencial humano.

Herinulfo acuña estos desajustes desafortunados con la idea de mandato, pues dados desde la mente inconsciente desencadenan automatismos que carecen de eficacia en la vida adulta, pero son irremediablemente cumplidos pues escapan a la labor consciente de la mente. Estas asociaciones fútiles de la mente inconsciente nos remiten a la idea de cuerpo fragmentado, donde prima la labor de un segmento de cuerpo-mente sobre el otro y se genera el desvalance que da pie a la escisión en tanto no hay unidad, no hay armonía.

Surge así el planteamiento del Guión Mental, entendido éste como un entramado de sensaciones y reacciones entorno a la sensación de bienestar, que dadas en pro de la supervivencia quedan registrados en el cuerpo-mente inconsciente, el igualador, se instauran como “mandatos” que en su conjunto determinan el argumento de la vida del sujeto, es decir, códigos comportamentales reiterativos que, carentes del discernimiento racional, actúan indiscriminadamente sin reevaluar la pertinencia de su proceder en los diversos contextos a los que exponen el sujeto a lo largo de su vida.

Esos mandatos a los que hace referencia Herinulfo se incentivan inicialmente como un mensaje que allega al infante desde su ambiente próximo, es decir, todos los acontecimientos y hechos, personas y objetos que llegan a el niño. Esta información la interpreta su mente inconsciente y si le da valor de supervivencia es de obediencia automática, pues lo articula a la posición existencial de bienestar condicional. Así el mensaje se convierte en mandato.

Lo anterior reafirma la dialéctica sujeto-sociedad, pues el ejercicio donde se instauran los condicionamientos como mandatos es una interrelación del individuo con su entorno social, entendiendo por ello que estamos sujetos, condicionados, expuestos, no podemos prescindir de las relaciones con los otros, inevitablemente nos edificamos como humanos en tanto estamos inscritos en un contexto social.

Nos construimos y transformamos permanentemente, dejamos huella y recibimos la impronta de toda la carga que nos otorga el otro y la sociedad. A su vez, la experiencia social está demarcada por un juego de necesidades con relación al otro, a mi deseo:

Por carencias o excedencias necesitamos saciar los llamados propios de la naturaleza del hombre en un intercambio interno y externo a través de los recursos que tenemos desde nuestro nacimiento de manera no condicionada, justamente la salida de nuestras fronteras corporales nos ponen en contacto con los otros y a este encuentro los llama rico Valencias Corporales. (Rodríguez, 2018, pág. 51)

Parafraseando a Rico, las valencias son las formas de relacionarnos o establecer vínculos con los otros, la semblanza que hace rico con las valencias nos lleva a la idea del traslado de electrones que se genera en las reacciones químicas, donde un elemento químico transfiere electrones para configurar nuevas propiedades como elemento, así los seres humanos establecemos nexos que transfiguran nuestros estados esenciales, en cada relación nuestras valencias son modificadas, transferimos estados y cargas con nuestros actos, modificamos la vida del otro toda vez que somos alterados, rico nos dirá que dichas valencias las podemos entender en términos de necesidades y capacidades.

Podemos considerar pues que el mandato lo induce la relación con los seres próximos del niño, y ese relacionarse, como un acto comunicativo no obedece solo al ámbito del lenguaje hablado, de hecho plantea Herinulfo los primeros mandatos se instauran de manera no verbal *“el mensaje inicial, es mensaje no verbal, después de reforzará verbalmente, es una conducta asumida por padres, parientes o por el medio ambiente, quien da el mensaje casi nunca está consciente de estarlo dando, los parientes dan el mensaje es el niño quien lo interpreta y lo convierte en mandato”*

Podemos considerar que las relaciones entre los sujetos son simbólicas en tanto las ideas de papá, mamá, hermano, amigo etc, se establecen siempre y cuando haya un otro al cual el lenguaje me permite utilizar como símbolo. *“este cuerpo significa papá, este otro significa hermano”*, del padre soy hijo, no hermano, se delimitan así fronteras en la forma de relacionarnos que están dadas por

nomiación desde el lenguaje, por su significación, es decir, hacen parte de la mente consciente, la diferenciadora.

De esta manera resulta válido establecer un diálogo explícito entre los planteamientos Lacanianos expuestos por Irinizar y la concepciones de la estructura mental de Londoño, a grandes rasgos la estructura del lenguaje de la Lacan, donde los símbolos generan escisión en el ser, son análogos a la mente diferenciadora a quien Londoño llama consciencia, ambas cumplen la función de analizar y catalogar las experiencias.

De otro lado la mente inconsciente o reaccionaria estará dada desde el planteamiento Lacaniano por la idea del goce, si bien, el goce se expone como una verdad en tanto es un sentir pleno del sujeto, al cotejarlo con los presupuestos de la mente igualadora, cuya función es reaccionar automáticamente a las sensaciones, utilizando el cuerpo entero como canal de recepción y a su vez de respuesta, queda en evidencia que a lo que alude Lacan como una verdad plena, es la asimilación totalizador del inconsciente desde la visión de Lodoño

Así, las construcciones conceptuales para Lacan van a oponerse a las sensaciones primigenias del cuerpo, todo lo que el cuerpo siente, placer o dolor lo configurará como “goce”, el goce tiene una virtud, no es un concepto, es real, lo real entonces está dado por el goce y el goce por lo sensible.

Lacan simboliza la relación de estos registros con la idea del nudo de borromeo, en el cual los lazos se anudan y son codependientes, estableciendo los parámetros sobre los cuales se enmarcan las actividades humanas.

Con este nudo, Lacan puso en conexión el pensamiento, el lenguaje, el cuerpo y el goce. Aparece así la idea de un cuerpo que habla y que además es inseparable de la cuestión del goce ya que no hay goce sin cuerpo. Tampoco es posible el pensamiento si no está soportado por un cuerpo. Pensamiento, lenguaje y cuerpo se articulan de modo complejo. La representación del nudo permite considerar los problemas que surgen en el ser humano como desenganches de este anudamiento. (Irinizar, 2016)

Lo anterior tamizado desde la visión de Londoño puede entenderse desde la siguiente manera, teniendo en cuenta que Herinulfo considera;

la mente como el cuerpo “pues *el mecanismo mental al actuar, utiliza todas las porciones del organismo y las funciones especiales de cada célula*” pag 61, y previamente hemos expuesto la relación entre el lenguaje y la mente consciente y las sensaciones y la mente inconsciente, el nudo de borromeo bajo esta óptica, es el equilibrio que se da cuando el proceso mental dado desde el cuerpo atiende a la par y en armonía los procesos conscientes e inconscientes, “*se entiende que ambas secciones (de la mente) funcionando sincrónicamente procesan los hechos sin error y corrigen datos equivocados, la mente es perfecta y funciona exenta de equivocaciones, siempre y cuando, ambas partes, el diferenciado y el igualador, estén trabajando simultáneamente, están prendido conjuntamente*” (Correa, 2002) pag 65

Esta asociación planteada entre Lacan y Londoño, toma asiento también desde lo expuesto por Le Breton al demandar en sus postulados que la razón no tiene una prevalencia entre lo sensible, para él, lo sensible se establece primigenia mente en el ser humano antes que el pienso, de igual manera que para Londoño la mente inconsciente opera primero que la mente consciente en el desarrollo del individuo.

Le Breton configura la posibilidad de entender el pienso como una propiedad del sientto “Descartes vuelve la espalda al mundo al formular el *cogito*; transforma la experiencia al separarla de su parte sensible “*pienso luego existo*”,” es una fórmula que sólo tiene sentido al recordar que no hay nada en el espíritu que no haya pasado previamente por los sentidos. La fórmula que se impone es más bien: “*siento, luego existo*” recordando así que la condición humana no es solamente espiritual, sino, en primer lugar, corporal.” (Breton, 2010, pág. 37)

Para los fines de este proyecto de investigación creación, la semblanza que establece Lacan con el pensamiento, lenguaje, cuerpo y goce, son afines a las discordancias expuestas en la justificación

del presente escrito con relación a lo que “se dice, se piensa, se hace y se siente”. Como también haya concordancia a la idea de un ser humano integro desde la perspectiva del Guión Mental, pues Londoño explica que “un ser humano es una unidad indivisible, integrada por seis esencias que son energías: sentimientos, movimientos, pensamientos, comunicación, acción ambiental y simbolismo”.

La comunicación entre estas esencias permite una nueva simbiosis del ser consigo mismo, en el establecimiento de una relación más saludable de sí, y desde allí con el otro y el entorno.

Si bien para Lacan en la relación con el otro se establecen símbolos que generan una idea de transformación en tanto hayan desenganches en el nudo de borromeo y el balance en la tensión del nudo en sus tres componentes, permiten la estabilidad del sujeto, Londoño plantea el equilibrio desde la complementariedad de las dos mentes igualadora y diferenciadora, teniendo como soporte el cuerpo-mente en una interpelación dialéctica del ser en sociedad, pues permiten un desarrollo autónomo del individuo que en lo colectivo se reflejan en “*sabiduría, ciencia, arte, trabajo y tecnología, como humanismo, felicidad, libertar y trascendencia, metas ambicionada por todos los filósofos para la humanidad*”

Si bien previamente hemos planteado que el cuerpo como construcción conceptual y sensible va más allá de la materia orgánica, también es cierto que es esta sustancia física la que soporta la estructura mental que da pie a lo racional y sensible, éste juego paradójico también se evidencia de manera fractálica en la construcción de sujeto en sociedad, si bien son las formas de relacionarse del sujeto las que establecen los paradigmas sociales no se puede negar que dichas estructuras a su vez condicionan las maneras de relacionarse del sujeto.

El otro también permite la completitud, me integro a mi mismo en tanto hay un otro, el otro me permite definirme bien sea por complementariedad o opuesto, el blanco le da sentido al negro. Así la diferencia juega en dos direcciones: el otro me complementa y yo lo complemento, el otro no es lo que me separa sino lo que me integra.

Yudy citando a Hall hace énfasis en “el aporte que hacemos como cuerpos singulares que compartimos y dejamos huellas como otredad siendo diferencia, y en pluralidad, ser cuerpo inclusivo al reconocer al otro.” (Rodríguez, 2018, pág. 51)

Si bien es cierto que lo expuesto hasta aquí se ha enfocado en la experiencia personal, también lo es, que como se permite entre ver en la exposición Lacaniana, todos los sujetos están inmersos en esa fragmentación del cuerpo. Esto condiciona su actuar y vivir en sociedad toda vez que las sociedades que se construyen desde allí, instauran nuevos paradigmas de escisión.

Irinizar expone que: “El sujeto puede eludir (...) un estado psíquico insoportable pero a consta de convertirlo en dolor físico”, sumando esta referencia a la relación de los desenganches del nudo de borromeo entre lo imaginario, lo simbólico y lo real, y la desarmonía entre la relación cuerpo-consciente-inconsciente me permiten establecer un sentido pragmático en la constitución de la creación de “*La Receta*”, donde los ingredientes creativos que componen la propuesta artística buscan armonizar mi cuerpo fragmentado, emancipar su desarmonía a través de la fusión de los diversos estados de mi experiencia de vida: pensar, decir, hacer, sentir, que como sabores se fusionan en un delicado plato que transfigura la esencia de mi ser y retornan la unión a mi cuerpo físico, ese cuerpo danzante que clama y se expresa a través del dolor tangible al caminar, secuelas de la displasia y el Perthes.

[El mandato frenador, formulador del Guión Mental, ¿cómo reescribirlo?](#)

Previamente hemos descrito como el establecimiento de los guiones surgen del acto comunicativo del sujeto con su entorno. Esta comunicación se desarrolla inicialmente en el ámbito de la supervivencia, en tanto el organismo, atendiendo a la mente instintiva, responde a los estímulos generados desde el ambiente con la búsqueda del bienestar, un pervivir. Estas respuestas al obedecer el orden de lo inconsciente y en tanto demuestran su asertividad se instauran como automatismos, movimientos reflejo de carácter vital.

Londoño utiliza la palabra mandato haciendo alusión a su carácter ineludible “*es la palabra que fue escogida para significar cuan forzoso y cómo, la acción suprimida en el, no ha sido por libre*

elección, sino que la supresión es obligatoria, es automática". (Correa, 2002) además utiliza el adjetivo frenador para denotar como dicho mandato inhibe una potencialidad del ser.

Estos comportamientos instintivos que van a dejar huella indeleble en la vida futura del sujeto, al ser manifestados en las primeras etapas del infante responden a la interrelación del niño con sus padre o cuidadores en el entorno, se refuerzan con nuevos códigos comportamentales en el desarrollo posterior. La sumatoria de mandatos frenadores a los que se enfrenta el individuo configuran una armazón que a manera de argumento estipulan las pautas que condicionan las experiencias en la vida del sujeto.

Es un guión, una directriz concisa, un camino delimitado que impide al individuo abandonar dicha directriz, consumandondolo reiterativamente a vivir las mismas experiencias, imposibilitando así el desarrollo del potencial humano. *“Cada uno de los frenadores decreta un protocolo de que no hacer en la vida, este protocolo es raíz y origen de las conductas guionosas”*

Aunque esta estructura mental al obedecer el orden de lo inconsciente parece escapar a una estructura definida, es posible detectarla a través de recursos del lenguaje, explica Londoño que identificar los mandatos es posible gracias a la utilización de la palabra “no” frente a un “verbo en infinitivo”: no pensar, no sentir, no decir, no hacer.

Habíamos creído en un contenido mental aparte de la consciencia y del yo, caótico, inconexo y desordenado, algo de gran fuerza oculto, incrustado en nuestro interior; un otro yo demoniaco maléfico impuesto sin nuestra participación y responsabilidad propia. Y sobre todo creíamos que era impredecible, caprichoso, anárquico y que no se podía cambiar. Ahora sabemos que en la mente inconsciente hay un programa, un armazón (...) conocible fácilmente, realmente cambiante. (Correa, 2002) pag42

Dado que estos patrones conductuales se vuelven reiterativos es posible hacer, a partir de un seguimiento en las experiencias del individuo un rastreo a los mandatos frenadores y traducirlos a la negación del verbo correspondiente para determinar la estructura del guión personal. Una vez identificados los componentes del guión se pueden plantear alternativas sustitutivas que reformulen la mecánica del comportamiento que permite a su vez nuevas dinámicas experienciales.

¿Cómo encontrar pues herramientas que permitan, una vez detectado el guión reformular sus componentes toda vez que entendemos que opera desde la psique inconsciente?. De la misma forma en que se utiliza la simbología para entender el lenguaje onírico en la interpretación de los sueños, desde la creación artística se pueden desarrollar a partir de automatismo en técnicas como la improvisación o en la configuración de lenguajes escénicos imágenes y/o acciones cargadas de significados que reestructuran en el inconsciente el guión para generar nuevas prácticas conductuales. Al respecto podemos encontrar teorías como la de Jodorosky y la articulación de la psicomágia.

Psicomágia

Jodorosky plantea desde su conceptualización de la psicomagia que las enfermedades son como sueños, mensajes que revelan problemas no resueltos. Bajo la perspectiva expuesta del lenguaje por Lacan, entenderemos esto como patrones mentales o conceptuales que toman forma en el cuerpo, es decir, la manifestación del Guión Mental en la experiencia de vida del individuo.

Esto nos da pie a su vez para comprender una simbología de la enfermedad a través de la cual asimilar los desenganches del nudo de borromeo presentes, inarmonías entre la mente consciente e inconsciente, para nuestros fines, las discordancias entre el pensar, hacer, decir y sentir.

La psicomagia pretende brindar herramientas para generar rituales que, a partir de construcciones metafóricas conscientes permitan transformar patrones psíquicos y corpóreos, pues el inconsciente comprende mejor el lenguaje onírico que el racional, es decir, comunicarse desde la metáfora con el cuerpo para sanar.

Para Jodorosky resulta claro que los conflictos que experimentan los sujetos en su vida están condicionados por traumatismos del pasado, que ejercen una fuerte influencia en sus maneras comportamentales actuales, aunque pertenezcan al orden del inconsciente, razón por la cual dicho condicionamiento se ejerce desde las sombras de la psique, dificultando el reconocimiento de cómo nos afectan las vivencias pasadas en el presente.

“Cada vez (...) que analicé los problemas de un consultante, por muy actuales que fueran, siempre terminé descubriendo que las raíces de su mal, se encontraban en el terreno familiar. la infancia influye en la vida entera : el trio madre, padre, hijo/a si no es equilibrado creará en el individuo un destino sembrado de múltiples fracasos, depresiones y enfermedades” Jodorowsky manual psicomagia

Estas ideas resuenan con los planteamientos de Herinulfo Londoño cuando explica la manera en que el Guión Mental se establece en el infante, para Londoño la interacción del infante con su entorno, padres o quienes cumplan su rol, determinan las maneras en como se instauran los mandatos, entendiendo que si bien el mensaje es emitido de manera verbal o simbólica por las personas que lo rodean, es el niño quien lo interpreta como un mandato, desde la perspectiva de su bienestar existencial, es decir, su sentido de supervivencia. *“escogemos por adelantado nuestro destino y nada de lo que sucede es fruto del azar”* Jodorowsky Pag 27

El acto poético en Jodorowsky, la llave mágica.

De lo expuesto hasta ahora, queda claro que, como lo afirma Jodorowsky, “nuestra vida individual está constituida de palabras y de actos” esas palabras que en la infancia se tornaron mandatos, desencadenaron reacciones que asumimos como estrategia de vida y han delimitado los senderos de nuestro rumbo, desde el inconsciente operan infranqueablemente pese a nuestra voluntad y deseos.

La poesía es un acto, exclama Jodorowsky en palabras de Marianetti, se conjugan aquí esos dos elementos que delimitan nuestra vida, palabras y actos. En su texto de Psicomagia Jodorowsky expone la manera en que descubrió de un lado, el poder de la poesía para configurar realidades, despertar las mentes y emancipar emociones, de otro lado, describe el camino a través del cual descubre el poder transformador de la poesía como un acto. *“El acto poético permite expresar energías normalmente reprimidas o dormidas en nosotros”*

De esta manera se abre un campo que del consciente, permite transformar el inconsciente, el acto poético con sus imágenes conmueve emociones profundas, trastorna el sentir de los sujetos y

conlleva a la reflexión de los ordenes establecidos, hace que tiemblen las estructuras y permiten así consumir la re-creación, es decir, reconfigurar lo establecido para crear nuevos paradigmas.

Jodorowsky hace una semblanza a la manera en que los poetas chilenos empiezan a vivir la poesía, llevarla a los actos de la vida diaria, y esto inspira sus comportamientos, decidía, juntos con uno de sus amigos, realizar actos cargado de intención poética, que respondían a impulsos o malestares de su ser emocional “para nosotros se trataba ciertamente de un juego ¡pero también de un acto profundamente dramático!, el acto creaba otra realidad en el seno mismo de la realidad ordinaria. Nos permitía acceder a otro nivel, y sigo convencido de que con actos nuevos se abre la puerta de nueva dimensión”.

Jodorowsky está convencido que descubrir patrones inconscientes, o en sus palabras, “pocos conocidos” instaure en sí mismo un germen de solución al conflicto, sin embargo, resalta que es necesario consolidar una acción que permita instaurarse en el mundo de la realidad para transformarla “me di cuenta enseguida de que no podía haber ninguna curación verdadera si no se llegaba a un acto concreto, para que la consulta tuviera un efecto terapéutico, tenía que desembocar en una acción creativa llevada a cabo en el ámbito real”.

Para Jodorowsky la acción simbólica en el mundo real, configura una alteración en el lenguaje de programación sobre el cual hemos construido nuestra vida en lo personal y social, es “introducir voluntariamente una fisura en el orden de la muerte que perpetua la sociedad” se escapa entonces a los órdenes que considerábamos preestablecidos e inamovibles, instaurando en la conciencia una nueva programación que no atiende los presupuestos aceptados socialmente tendentes a la decadencia y la destrucción.

Por esto es importante que ese acto poético nacido desde la consciencia sea ajeno a toda intención vandálica, cuya pretensión es solamente liberarse la tensión reprimida que no considera las repercusiones que generan nuestros actos en el otro. Por el contrario es necesario que el acto poético, como emancipación, tienda a la belleza, a la armonía y a la construcción de un nuevo bienestar. Podemos hallar un paralelo a esto en la teoría del Guion Mental cuando hace referencia

a como nuestros actos inconscientes pretendían la supervivencia del infante, pero no necesariamente resultan efectivos en ese sentido en la vida adulta.

Me permito acá citar un ejemplo del propio Jodorowsky tomado de un poema japonés: un alumno le lleva al maestro un poema en el cual dice:

Una mariposa:

Le quito las alas

¡Y se vuelve un pimiento!

La respuesta del maestro fue inmediata:

“No, no; eso no es así, déjame corregir tu poema”:

Un pimiento:

Le pongo unas alas

¡Y se vuelve mariposa!

Para Jodorowsky es claro entonces que el acto poético debe inclinarse siempre hacia lo positivo, una construcción que en lugar de la destrucción plantee un nuevo camino consciente, una configuración de sí mismo en términos que desarrollen la potencialidad armónica del sujeto.

El ethos de La Receta es pues un ritual, que busca transformar mi ser íntimo como un acto consciente, que pretende sumergirse en las profundidades de mi inconsciente para sanar las relaciones que mi infante determinó en procura de su seguridad, para modelar nuevos caminos donde la armonía entre mi pensar, decir, sentir y actuar llenen de gozo mi experiencia y la de los seres a los que amo.

Trasformar el yo, un acto de Performancia.

La performance entendida como un arte de la acción, me permite instaurar La Receta en los derroteros expuestos en torno al descubrimiento de si mismo y la transformación como una semblanza poética, que no solo representa una situación sino que la expone en virtud de su transformación *in situ*, donde mi cuerpo es el sustrato sobre el cual indago en mi calidad humana con miras al establecimiento de nuevas instancias del ser.

Encuentro en la performance, dada la conceptualización histórica que la define, los ingredientes que permiten constituir los fines propuestos en la investigación-creación de La Receta, Josefina Alcázar acota con relación a este que “tiene como características principales, ser un arte vivo, un arte ligado a la vida cotidiana, donde el cuerpo del autor, su presencia física, es fundamental; y donde la experiencia real corporal es fuente de comprensión” continua recalcando que “ La Performance es una manifestación artística que invita a la autoreflexión”.

En este caso la autoreflexión es la fuente que estimula el acto creativo, pero necesita sustentarse en la performance como practica en tanto la reflexión continúa presente en la exposición y confrontación con el público, es decir, dentro de la pretensión senadora que autodevela mi ser no hay un final, es necesario comprender que es un proceso permanente, por ello no es una representación teatral pues cada vez que entro con mi cuerpo al espacio de La Receta existe la posibilidad de reformular mis estructuras psíquicas vitales.

Hans-Thies Lehmann en su libro teatro postdramático aunque llama la atención en la no existencia de una frontera que delimite la performance y el teatro, es contundente al afirmar que, el primero sugiere la transformación del sujeto que se expone, si bien esta transformación se da a partir del cuerpo físico, comprendemos con lo expuesto en este trabajo teórico de La Receta, que no necesariamente se debe llegar a la laceración porque este cuerpo-mente se reconfigura desde lo psíquico y espiritual.

El segundo no desea transformarse en una primera instancia así mismo, sino una situación o tal vez al público transmitir un mensaje que a futuro suscite un cambio.

Inclusive en el trabajo teatral más orientado a la presencia persevera una transformación y un efecto de catarsis virtual, voluntario y que sucede en el futuro. El ideal de performance art es en cambio un proceso que emerge en un instante que es real, forzosamente emocional y que sucede en el aquí y en el ahora.

Hay en La Receta, a través del performance, la posibilidad de encontrar una transformación honesta en tanto me permite escapar del blindaje que puedan tener mis propios mandatos, estableciendo unas pautas donde la interacción con el espectador, a manera de componente azaroso, llegue a las profundidades ocultas para develar sensaciones, y con ello mandatos que me condicionan pues “en la performance el yo que reflexiona es el yo que está presente en el mismo momento de la acción, en el mismo tiempo y espacio del espectador”

En ese sentido el encuentro con el espectador me brinda un reflejo que me permite descubrir los automatismos, pero de igual forma le otorga al espectador la posibilidad de descubrirse a sí mismo pues éste también se instaura en el juego de la acción, viviéndola, configurándola.

El hecho de poder tener un campo fértil en la configuración performativa de La Receta, en tanto la acción conjunta con el otro determina derroteros en constante cambio, me permitirá navegar por el insondable espacio de mi psique llegando a puertos distintos cada vez, brindando sanación en apartados que se resisten toda vez que “en el performance no hay una narrativa dominante pues se abre a un sin fin de posibilidades”

Hallo en la performance la triangulación dinámica necesaria para desencadenar el potencial expresivo, restaurador y emancipador de las cadenas que han sometido mis experiencias relacionales a estados de inarmonía, soledad y tristeza.

DISEÑO METODOLÓGICO

Tipo de Investigación

Éste trabajo creativo se inserta en los paradigmas de la investigación social cualitativa donde se hizo uso de “la historia de vida” como recurso metodológico pues “es un proceso de reconstrucción que compromete la vida y la realidad del actor social, produciendo una valoración social subjetiva frente a la sociedad y la cultura, se pretende con ello una acercamiento a la realidad del sujeto, es decir, hacer de su historia de vida el objeto de estudio, porque en su pasado se encuentran las claves para desenmarañar las formas en que establece sus relaciones y cómo estas a su vez determinan sus experiencias de vida.

De igual manera por su carácter creativo compete a la investigación creación donde la producción de conocimiento atañe al entendimiento del sujeto de sí mismo y su realidad cotidiana, en tanto las estrechas relaciones que establezco en mi accionar están condicionadas por el fenómeno de la fragmentación al cual hago alusión. La obra de arte como constructo evidencia el fenómeno a través de metáforas corpóreo escénicas que expone sus cualidades y a manera de espejo me permiten como artista y ser social trascender patrones de comportamiento inconscientes, toda vez que el espectador encuentra resonancias que le permiten cuestionar las propias.

El proceso de creación e investigación le aportan al sujeto creador el autoconocimiento, tomado de la mano de la autorregulación o “Au- topoiesis” propuesta hecha por el biólogo Francisco Varela. A lo largo, este proceso le permite al sujeto creativo cambiar, mutar constantemente, pero a su vez volver a reflexionar sobre lo sucedido. El proceso creador en el arte, por ser una práctica que se lleva a cabo desde el conocimiento técnico práctico, posibilita al ser humano reflexionar sobre sus propios procesos tanto internos, como externos, y así mismo propiciar en el sujeto una especie de reflejo del ser, de lo que es, de sus debilidades y sus cualidades, de sus emociones y sus sentires, de sus oscuridades y deseos a través del objeto creado y de la reflexión constante sobre este. (Cuartas, 2009)

Enfoque

Este proyecto se inserta en el ámbito de la investigación de enfoque fenomenológico, debido a que el objeto de observación es mi propia vida y las afectaciones de las memorias emotivas en ella, la recopilación de información se realiza de manera directa, no se practican métodos de medición ajenos a la reflexión constante y la sensibilidad alerta sobre la reacción a aquellos condicionantes que afectan mi ser relacional.

Estrategia

Como estrategia se delimitan algunas categorías como lo son, cuerpo fragmentado, auto reflexión, auto curación, emancipación a través del acto poético: psicomagia y performance. Para ello se consolidan diálogos entre autores que abordan conceptualmente dichas categorías, brindando luces al proceso creativo y al terapéutico.

Técnica

La construcción de cuerpo a la que nos lleva los estudios de Lacan instaaura también la posibilidad de comprender cómo los significantes, entendidos estos como metáforas y metonimias, tienen prevalencia sobre el significado y toman forma en el cuerpo de manera consciente o inconsciente.

Cuando se expone que los significantes tienen prelación sobre el significado se entiende que en tanto el lenguaje es corto para expresar la condición humana y su experiencia de vida, es necesario trascender la relación significante-significado para poder ahondar en la complejidad experiencial. Manzana = fruta y corazón = órgano, como relación significante-significado no tienen el poder comunicante que tiene la metáfora “la manzana de mi corazón”, esta podría expresar: mi corazón como el fruto de algo más grande y a la vez semilla de nuevas cosas, es así como entendemos que Lacan expone la relevancia del significante sobre el significado.

Si el lenguaje, entendido como el aspecto consciente del ser, condiciona el cuerpo, es decir se corporiza, dicho lenguaje logra manifestar la complejidad de la experiencia de vida a través de las

metáforas, podríamos argüir así, que por medio de la creación de nuevas metáforas conscientes podemos transformar condiciones corpóreas.

El camino que ha permitido consolidar las metáforas necesarias para lograr los objetivos propuestos de esa investigación-creación, ha estado marcado por bifurcaciones, giros abruptos y hasta callejones sin salidas que, en su recorrido definieron múltiples posibilidades, pasando por varios estados hasta establecer la propuesta que se ha presentado como piloto. A continuación se expone parte de ese recorrido con el ánimo de ilustrar el proceso creativo, sus dificultades, errores, aciertos y descubrimientos.

Buscando las semillas.

Las imágenes idealizadas al iniciar el deseo creativo de La Receta, más que otorgar certezas, generaban grandes inquietudes sobre la consumación física de la propuesta, ¿cuál sería el espacio escénico idóneo? ¿Cómo sería la estructura de la pieza? ¿Cómo se vincularía con el espectador? ¿Qué tipo de dialogo establecer entre la danza y las memorias gastronómicas? ¿Cómo afectaría el discurso gastronómico la vinculación de elementos en la escena? ¿Habría comida real en La Receta, el público la degustaría? ¿Se expondría mi sentir íntimo de manera explícita con relación a la sanación deseada?

Una vez iniciada la búsqueda conceptual y en aras de tratar de definir el termino de cuerpo fragmentado que permitía la comprensión de las contradicciones entre el pensar, sentir, decir y hacer, surge la necesidad de plantear un mecanismo que permitiera traducir estas escisiones en un discurso danzado. Paralelo a ello tomó claridad el hecho que las memorias gastronómicas son importantes en mi historia de vida en tanto me conectan con la relación establecida con mis padres.

La manera en que se vinculan contradicciones, alimentación y danza ofertan un primer camino de manifestación artística en donde se enlazaron memorias gustativas a sucesos y personas que marcaron los fundamentos que generan conflictos en mi ser relacional, se inició pues por descubrir recetas que hicieran alegoría desde mis remembranzas a dichos sucesos, así por ejemplo la receta de pan era Papá. Los tiempos que dejaron huella en mi ser en compañía de mi padre se enmarcaban en el contexto de la cocina en la panadería donde él trabajaba, los sabores, aromas y

texturas que acompañaban esas vivencias son ahora una manera de volver a vivir la compañía de mi padre.

Por su parte las largas jornadas en la cocina ayudando a mi madre marcaron mi cuerpo con sensaciones kinéticas en las acciones precisas que de ella aprendí al cocinar, calidades de movimiento, actitudes al desplazarme por la cocina, el tono muscular para tomar decisiones con los ingredientes y la manera de relacionarme con su cuerpo al ser su ayudante, atendiendo directrices, emulando su actuar... la receta de cupcake es mamá.

De esa manera se hizo una selección de cuatro recetas vinculadas al hacer, pensar, decir y sentir. A saber, decir es receta de pan, sentir es receta de cupcake, pensar es la receta de patacón y decir la receta de guacamole.

A partir del que hacer intuitivo y tomando como referencia la obra *El Menú*, se aprovecha el poder sensible del gusto para traducirlo a expresiones de movimiento danzado, se plantea pues hacer una relación tanto de los sabores, las texturas y aromas a calidades de movimiento como también una recopilación de las acciones que la preparación de cada receta requiere; cortar, amasar, halar, picar, enrollar, etc.

Se pasa a hacer talleres de laboratorio en la cocina donde preparando las recetas se indaga en las memorias emotivas cuyas reminiscencias tienen una doble finalidad: la exploración cinética que a nivel de forma establece movimientos y consideraciones espacio temporales y la conexión sensible a los estados contradictorios a partir de una reflexión que permiten plantear nuevas conductas, como el resultado de la confrontación íntima de mi ser en el acto de cocinar

En éste trabajo de laboratorio confluyeron otros elementos que pasan a enriquecer el proceso creativo para la investigación, sucesos como realizar una entrevista telefónica a mi padre en la cual él me compartió su receta de pan con sus técnicas y secretos, tener sesiones de cocina con seres significativos en mi experiencia como mi pareja y sentarse a degustar el plato elaborado y brindarlo a seres cercanos, que a su vez permitían una retroalimentación de lo sensible en su experiencia particular.

Para dicho estudio se hizo acopio del recurso de la grabación en video para estudiar las afectaciones motoras sobre mi cuerpo al momento de la preparación de los alimentos, entendiéndolo que el cuerpo responde al trabajo emocional que se evoca en el acto meditativo en la concentración de la cocina, examinar los diferentes esfuerzos motores, patrones repetitivos, gestos y exclamaciones al cocinar, permiten dar cuenta del mundo etéreo de mis emociones, hacerlo visible.

Además se establecieron actos de escritura automática tanto después de cocinar como en el transcurso de degustar el producto de la receta, un análisis posterior tanto del video como de los escritos permitieron configurar un tabla transferencia de experiencia de vida, en ella se recopilaban no solo los ingredientes, la forma de preparación y la técnica de cocción sino también las relaciones simbólicas, su implicación con la fragmentación y las personas a quien hace alusión, de allí se infirieron gestualidades, patrones y calidades de movimiento, que fueron insumo para hacer un laboratorio de cuerpo en el cual tanto improvisaciones como exploraciones del movimiento dieron pie para la configuración de un gestus corpóreo propio de La Receta.

La preparación de un alimento bien sea por la consumación de una receta específica o por la exploración creativa del plato, requieren de un orden que exige una alta concentración de quien lo prepara, éste proceso a manera de meditación permite que confluya el objeto de estudio, a saber, una persona o suceso en particular que se evoca con el fin de evidenciar la fragmentación y permitir que salgan a flote aquellos patrones inconscientes que me afectan como sujeto.

La creación de La Receta se basa en la exploración gastronómica no con una finalidad gustativa en sí misma, sino como un recurso que permite en el acto de cocinar explorar mi subconsciente para desentrañar aquellas fragmentaciones que condicionan mi experiencia de vida. La incursión en la cocina se establece como un ritual donde los ingredientes adquieren sentido y connotan particularidades de mi historia como de los seres que también hacen parte de la misma.

Errar el camino también es avanzar

La creación artística no es un viaje de estabildades, las certezas son esquivas y engañosas, pese a que el camino recorrido hasta este punto ofrecía garantías pragmáticas que permitieran conjeturar las diferentes coreografías propias a cada receta, el componente humano, a saber, yo mismo, desestabilizó el proceso en la creación, a medida que avanzaba en las indagaciones y exploraciones empecé a percibir una incómoda sensación a el temor a exponer mi intimidad en la obra.

La confrontación de esos estados emocionales cohibieron mi capacidad creativa, me resultó hondamente difícil componer coreografías precisas, no logré salir de las fases de improvisación, a medida que avanzaba el tiempo la presión por la consumación de los compromisos académicos sumados a complicaciones con mis relaciones personales, laborales, académicas y de salud, acentuaban la problemática llevando a contemplar la necesidad de encontrar una nueva solución.

En ese transcurso de tiempo las dolencias correspondientes a los traumas de la cadera se incrementaban, llegando incluso a cuestionar mi proyección profesional como intérprete de la danza, justo en el momento en que me encuentro ad portas de la obtención del título que me acredita como licenciado en danza.

Por esta razón acudo a técnicas alternativa de sanación y emprendo un proceso terapéutico en bio-reprogramación, en dichas terapias se me brindan herramientas conceptuales, experienciales y reflexivas para descubrir y atender aspectos olvidados de mi ser, es allí donde se aborda el estudio del texto “A través del Guión Mental” de Herinuldo Londoño. De la perspectiva abogada por el autor se hacen planteamientos profundos a mi ser que se ven reflejados en conductas de mayor armonía en mis comportamientos, pero también generan nuevas visiones con relación al proceso creativo y en la consumación escénica de La Receta.

Con el ánimo de evadir mis sensaciones y de cumplir académicamente en el tiempo solicitado, planteo la posibilidad de resolver el inconveniente coreográfico con la perspectiva de la improvisación, de tal manera que aquello que ocurría en los laboratorios de cocina y movimiento, pudiese reflejarse en la puesta escénica, y salvaguardar así mi temor a la confrontación creativa con el apoyo del espectador, que en vivo, sería participe de la elaboración de La Receta.

Bajo esta perspectiva se plantea la necesidad de llevar las tablas de transferencia de la experiencia a ser parte de un dispositivo a partir de cual el público se vinculara dinámicamente a la elaboración de La Receta, en la cual los ingredientes son mis memorias emotivas y el plato que se sirve es la danza de mi cuerpo

Hacia la exposición constructiva de mi ser

De esta manera se configura una nueva etapa en la consolidación creativa de la receta. La generación de un dispositivo que permitiera la vinculación del espectador de manera activa en el desarrollo escénico, demandó un nuevo concepto que supliera las necesidades del momento: la performance. Si bien en un principio se consideró que se trataba de un mecanismo de improvisación y que insertaba la obra en este apartado de la danza, la performance, en palabras de Alcázeres, como un “Un arte del yo”, ofertaba la posibilidad de entender este como un proceso creativo, reflexivo y autobiográfico.

Con la performance como referente conceptual se abrieron nuevas posibilidades creativas, dando resolución a viejos inconvenientes y planteando otros retos. Se planteó insertar el público como una entidad dinámica con vos y acción ejercida, en una primera instancia se diseñó el dispositivo de improvisación a manera de menú, donde espectadores al azar, conjugarían una combinación de ingredientes, un menú a la carta, así, previas experimentaciones de laboratorio en la cocina y movimiento, se configuraba el trabajo danzado en la escena.

Sin embargo se detectó un falencia conceptual: la obra es una Receta, no un menú, el espectador no es un comensal pasivo a la espera de que su plato sea servido, es por el contrario un invitado activo a la cocina, es un ayudante del chef y un explorador vital que determina los ingredientes, la cantidad de los mismos y los métodos de preparación.

Es pues un mecanismo que lo involucra activamente y me permite de manera refleja acceder a espacios vetados de mi psique a través del movimiento incierto de los ingredientes seleccionados, toda vez que las experimentaciones previas en el laboratorio de cocina, generaron pautas precisas de movimiento asociados a cada ingrediente que se anudan a las fragmentaciones descubiertas de mi ser íntimo.

Surge la necesidad de fusionar en los ingredientes las vivencias, las emociones y los seres, aparecen así elementos como Fabian Ahumado, Mentiras picantes, Recuerdos amargos, risas a la francesa o llantos en julianas. El espacio recordado en la escena es la cocina, y a cada nueva experimentación culinaria surge un nuevo cuerpo danzado que evoca una receta, el sabor de un aspecto de mi vida que se desfragmenta y halla la oportunidad de reintegrarse de nuevo.

Además encontré en la palabra hablada la oportunidad de develarme honestamente, desnudar mi ser con apoyo del espectador y no ante el espectador, construyéndome en su compañía en lugar de destruirme ante él en pro de una exposición mórbida. La receta me brindó un espacio excepcional para viajar hacia sí mismo.

Florece un nuevo ser ante una nueva conciencia, y el espectador es mi guía, mi cómplice y la mano que se brinda desinteresada como soporte a mi sanación personal, la receta es el testigo silencioso que registra la metamorfosis...

...entro a la cocina como un pimiento, en ella, encuentro las alas que anhelo.

Creciendo en la retroalimentación

Realizar pruebas piloto con espectadores invitados que a manera de señuelo permitieran el ejercicio performático de La Receta, brindó la posibilidad de evaluar la efectividad del dispositivo y el aparataje escénico de la performance. El espacio está configurado por una gran mesa que amana de encimera de cocina, es el lugar que habita el chef donde se ofrecen los posibles ingredientes de cada plato, se invita a los espectadores a seleccionarlos y realizar el balance de los ingredientes.

En lado opuesto se disponen sillas donde el espectador a manera de barra de cocina ,interpela al chef en un dialogo que va más allá de la selección inofensiva de los ingredientes, pues al ser estos conjugaciones simbólicas de emociones y sucesos de mi vida el espectador omite tomar decisiones al azar, sino que inmediatamente se cuestiona por cuál debe ser una combinación adecuada para establecer la receta del plato, por ejemplo cuantas llantos en Julianas serían prudentes agregar a los gemidos finamente picados sazonándose con decisiones al ajillo.

Poder tener el espectador y observar sus reacciones a la hora de convalidarlo a formular la receta, evidenció como algunos mecanismos resultaron más sugestivos que otros, a saber, en el primer piloto realizado (ver Anexo) no se contempló la asociación de los ingredientes a adjetivos emocionales ni a técnicas culinarias, en ese caso, los espectadores realizaban la selección de los ingredientes de manera desapasionada y aleatoria, como si no hubiese ninguna afectación en su ser íntimo con la receta. Sin embargo una vez hechas las asociaciones detecté un tono picaresco y cómplice en ellos al seleccionar los ingredientes, inclusive rectificaban al hacer su selección, pues consideraban que en determinada combinación el plato podría quedar muy fuerte.

De la retroalimentación con los espectadores apareció necesario permitir que cada uno de ellos tuviese una copia del recetario que a manera de programa de mano otorgara información de los simbolismos en los ingredientes y el significado de cada plato, pues esto conlleva a que se involucren más a partir de una sensibilidad mayor con cada elemento, no es lo mismo seleccionar verdades saladas con un poco de recuerdos amargos, con mentiras salteadas en el plato que expone la relación con mi padre que seleccionar regocijo, con pizcas de seguridad en el plato que como entrada en el sentir, hace alegoría a mi madre.

Otro recurso que cambió fue la configuración del orden de los platos, si bien en el cambio de dirección hacia la performance desaparecieron las recetas de patacón y guacamole del menú, para dar paso a las asociaciones de: entrada como receta decir, plato fuerte como receta hacer, bebida como receta pensar y postre como receta sentir, luego de la valoración del público se consideró que la escena de mayor intimidad era el decir, y por lo tanto esta debería ser el plato fuerte. En una segunda exposición ante el público se pudo verificar la asertividad de este cambio. Definiéndolo en su totalidad así: Entrada receta sentir, bebida receta hacer, plato fuerte receta decir, postre receta pensar.

Además a cada receta se le asignó una configuración espacial específica, permitiendo en ello delimitar cada receta en un marco de sensaciones que le den al espectador cuenta del cambio entre una receta y otra, al igual que la configuración del timbre del temporizador de cocina como código de cierre de la preparación de cada plato, otorgó claridad en la percepción del espectador pues los disponía para pasar a la receta siguiente.

En este sentido, se expuso también los aciertos y falencias del lenguaje sonoro que se vincula a la performance, de un lado se comentó que era afortunado que cada receta tuviese una sensación específica acompañada de la interpretación de una pieza en especial, pues esto también permite que cada plato tome su tiempo particular, sin embargo de otro lado se cuestionó por qué el paisaje sonoro escapa a la configuración de la receta, por qué si es un elemento crucial, ya que determina el tiempo de elaboración de cada plato, también debería estar sujeto a la interpelación del público, configurándose como un ingrediente más, una técnica de preparación que se selecciona y compone in situ.

De los aportes dados en las exposiciones pilotos surgen otros cuestionamientos interesantes que se abordarán en el capítulo de “nuevos horizontes”, en él expondré la riqueza potencial que detecto en el ejercicio performático de la receta y cómo se ha detonado el imaginario, tanto en el recurso estético como en el tratamiento ritual que me convoca. La receta es pues un campo fértil de posibilidades que están a la expectativa de sorprenderme en el camino de la auto sanción.

PROPUESTA DE CREACIÓN

En este punto invito al lector a (ver anexo de video 2 y 3) antes de continuar con la lectura.

Performance La Receta, una descripción de su estado actual.

Bajo la salvedad que se ha instaurado previamente donde se expone que La Receta es un performance en permanente construcción, se presenta a continuación una descripción de los mecanismos instaurados para desencadenar el acto poético.

La Receta es experiencia danzada a partir del estímulo gastronómico, donde la resonancia de los sabores confluyen con mis memorias emotivas en consolidación de un nuevo Mateo que se expone a través de la danza. La Receta como performance invita al público a ser partícipe de la elaboración del menú de la noche. Ellos tienen la potestad de seleccionar los ingredientes, las cantidades y los métodos de preparación que son alegorías a los sucesos personas y recuerdos que configuran el ethos de mi ser.

Se disponen un total de cuatro recetas organizadas en Entrada, Bebida, Plato fuerte y Postre cada uno de ella a su vez está asociada a una de las contradicciones, a saber y en su orden, Sentir, Hacer, Decir y Pensar, que permitan exponer aspectos arraigados en las formas de relacionarme que busco emancipar.

La interacción con el público se desarrolla de manera amena y jovial teniendo en cuenta que no son comensales invitados a la mesa sino cómplices llamados a participar de la elaboración del festín y de cuya responsabilidad depende el acontecer danzado que se manifieste.

Para ello previamente se han instaurado códigos que asocian patrones de movimiento a cada ingrediente, sin perder de vista que los mismos tiene asociaciones simbólicas y que el devenir coreográfico es el resultado de las decisiones que tomó el público, generando una conjugación entre matices, calidades, acciones, ritmos, niveles y desplazamientos.

El paisaje sonoro se definió bajo un acompañamiento en vivo donde con el pianista se seleccionaron obras que fuesen afines a las intenciones que para mí generaban cada plato, esto determinó la duración de cada receta instaurando como código la alarma de un temporizador de cocina entre escenas.

El espacio escénico se compuso de un gran mesón que hacía alegoría a una encimera de cocina y sillas dispuestas en el espacio escénico para los espectadores que fueron llamados a ser cómplices en la elaboración de cada receta, el mesón secciona el espacio en un adelante y un atrás, arriba y alrededor del mismo, cada una de estas disposiciones atienden necesidades específicas de cada una de las recetas.

Las recetas se definen así:

Entrada: Receta Sentir

Ingredientes: Alegría, tristeza, seguridad, miedo, regocijo, soledad, paz, amor.

Asociaciones simbólicas: Madre-Olga, Primer Amor-Fabian

Pauta Espacial: Alrededor de la mesa



Paisaje sonoro: Desde el alma

Bebida: Receta Hacer

Ingredientes: Risas a la francesa, llanto en julianas, gemidos finamente picados,
gritos salteados, arrepentimientos agrios, decisiones al ajillo

Asociaciones simbólicas: La toma de decisiones

Pauta espacial: Atrás de la mesa

Paisaje sonoro: Aire de afuera

Plato fuerte: Receta Decir

Ingredientes: Recuerdos amargos, verdades saladas, mentiras picantes, secretos
dulces

Asociaciones simbólicas: Ausencia de papá, huir, evadir, escucha de sí mismo

Pauta espacial: Delante de la mesa

Paisaje sonoro: Danza de la moza Donosa

Postre: Receta Pensar

Ingredientes: Dairo Ahumado, Olga miel mostaza, Juan BBQ, Fabian Asado

Asociaciones simbólicas: Excesos, gozo, saturación de los sentidos

Pauta espacial: Encima de la mesa

Paisaje sonoro: Alfonsina y el mar

Nuevos horizontes en lo performático

La exposición ante el público piloto sugiere nuevos alcances en la consolidación de la performance, que permiten cuestionar su configuración estética, el desarrollo de las acciones y el diálogo entre los elementos y la participación del espectador.

A continuación se exponen algunos de ellos:

Configuración del espacio performático, se plantea la posibilidad de enriquecerlo con elementos propios de la cocina, ingredientes y utensilios que a su vez sugieran acciones y relaciones coherentes con el desarrollo de cada receta, que eventualmente puedan además estimular otros sentidos como el tacto, gusto y olfato.

La posibilidad de enriquecer el componente dramático, se visiona la posibilidad de permitir que otras escenas también tengan un acompañamiento desde lo verbal e inclusive configurar con ello connotaciones que a manera sarcástica permitan deambular entre lo real y personal como una herramienta para poder entrar a terrenos sensibles de mi ser atenuando la afectación.

Estructuración aleatoria del paisaje sonoro, con esto se plantea la posibilidad de buscar recursos para que la música pueda configurarse de manera aleatoria al igual que la receta, para ello se han pensado recursos analógicos y tecnológicos que generen un paisaje musical en constante renovación.

Configurar nuevos rituales en La Receta, se considera posible que la receta se transforma al igual que yo lo hago en el devenir de la vida permitiendo abordar temas que hablan de otras facetas de mi ser en nuevas recetas que utilizando el dispositivo existente lleven a sanar realidades que también me resultan sensibles.

Reestructurando los mandatos

La creación de La Receta conlleva para mí un crecimiento desde lo personal que se ha visto reflejado en mi historia de vida actual, este resultado que si bien no tiene estrictamente al componente académico que convoca el proyecto, ya ha quedado expuesto que es la fuente de inspiración, el impulso motivador que desencadena las fuerzas creativas.

Resulta interesante hacer una visión retrospectiva la cual me oferta claridades de las múltiples transformaciones que se han desatado en el transcurso de la investigación-creación de La Receta, la afectación en la cadera como el síntoma físico más evidente en la fragmentación de mi ser, ha encontrado solventarse a partir del cuestionamiento de la relación con mi padre en la infancia, la afectación en ese entonces era una imposibilidad de caminar, avanzar, sin embargo en la actualidad se presenta de nuevo de una manera intensificada amenazando mi posibilidad de proseguir mi camino artístico como bailarín, dadas estas circunstancias resulta evidente que se trata del mismo problema, a saber, una negación a llegar a convertirme en una copia de la imagen de mi padre.

Esta negación como una pugna en constante movimiento dentro de mí, plantea una contradicción en la que de un lado, tiro vertiginosamente en oposición a los caminos de mi padre como una crítica y rechazo de ellos y de otro, repito inevitablemente sus patrones de consumo abandono y ausencia, La Receta me ha permitido abrazarlo en vez de juzgarlo, comprenderlo en sus riquezas he inclusive agradecer sus errores bajo una comprensión serena de que en ellas también he encontrado la fortaleza para ser independiente y con un aguerrido aire de resiliencia.

Ahora me permito servir en la mesa el pan y entrar en comunión con mi padre, tomando con ahínco la posibilidad de avanzar y dejando a un lado el mensaje de “no hacer”.

A temprana edad me familiarizo con el consumo de alcohol, era cotidiano en mí la embriaguez nocturna, la soledad que detectaba en mi casa hallaba consuelo en múltiples amistades superficiales que transcurrían en las calles del pueblo, junto a ellas el alcohol era un compañero más, que a manera de anestesia desdibujaba el dolor que me producía la soledad. Años más tarde en una de esas caminatas nocturnas un amigo de aquellos trajo a mi vida el consumo de estupefacientes y con estos un nuevo ciclo de consumos y evasión.

Este año de aprendizajes de mi inconsciente, utilizando La Receta como medio catalizador y apoyado en las terapias me permitieron plantearme conscientemente el cuestionamiento, ¿cuál es el mandato que me lleva a consumir drogas? describir que “no pensar” como mandato regente desata en mi la búsqueda del consumo, de tal manera que instauré un nuevo paradigma en mi psique y de allí una nueva relación con el consumo.

Encontrar las razones que han cohibido mi capacidad de relacionarme afectivamente también ha sido una ganancia de la experimentación a través de La Receta, desde las primeras relaciones afectivas hasta las presentes hay una marcada tendencia a la no sincronía en el interés y gusto de los seres que me atraen, pareciera con ello que hay una negación inconsciente en mi ser que entorpece mis relaciones afectivas, La Receta como un mecanismo para evaluar mis patrones de comportamiento, evidencia y me cuestiona la permisividad de acceder al amor y de entender en el otro esa misma libertad.

He permitido en el transcurso de éste proceso de investigación la libertad para que los seres que amo se edifiquen en sus propias experiencias, sin denotar por ello un rechazo hacia mí, toda vez que comprendo que como ser integral y polifacético me develo a mí mismo en la multiplicidad de las búsquedas que vivo, adoleciendo de críticas y juicios innecesarios, pues, anteriormente sufría de no crearme merecedor del amor, que atenuado al mandado de “no pertenencia” me hacían aferrarme a las experiencias de rechazo y huir del compromiso afectivo de los seres que me brindaban cariño. Es decir un “no sentir” el amor ni el dolor.

La constante evasiva en mis relaciones es un reflejo de la negación permanente que hago de mí mismo, esto permite entrever un problema de comunicación en el dialogo personal. Los silencios prolongados en la habitación de mi infancia sumido en la soledad marcan una constante hacia el callar, un temor a compartir ese mundo interno que se fraguaba al distanciarme de los otros, considerando que aquello que tenía para comunicar nadie quería escucharlo, esto marca una tendencia a la superficialidad de mis relaciones de las cuales perviven aquellas en las que, los que se acercaron a mí, pudieron leerme a través de mis silencios.

Este “no decir” permanente en mi vida le ha arrebatado a mis seres queridos la posibilidad de escuchar mi gratitud, afecto, interés y arrepentimiento en los momentos en los que he fallado, permitiendo así que pasen de largo grandes amores, se sanen heridas profundas, o se construyeran relaciones afectivas en ámbitos de la honestidad y reciprocidad.

En La Receta, acompañada de los procesos terapéuticos que asumo en el momento he tenido la oportunidad de afrontar la escucha de sí mismo, como un insumo fundamental para expandir esa comunicación de manera abierta y asertiva a los seres con los que me relaciono, poder decir y manifestar el amor y evidenciar y asumir la gratitud, corresponder al interés y reír y sonreír en la sobriedad porque manifiesto tranquilamente la felicidad de compartirme con los demás. Ahora puedo decir.

He descubierto con La Receta, que durante mucho tiempo he utilizado el cocinar como un canalizador para manifestar el amor, ese cariño e interés hacia mis próximos para sentir, el afecto de mi madre y el gozo por la vida misma en cada sabor, para escucharme en la concentración del acto creativo en cada ingrediente y exponer la belleza que soy a través de un plato que adorno finamente, con el hacer de mi manos en la cocina lograba ser coherente, concentrarme en mis pensamientos y dejar indicios en el mundo tangible del ser amoroso que soy, al cocinar me fundo en la preparación y aquello que oferto en el plato servido es a mí mismo.

CONCLUSIONES

Es evidente con lo expuesto hasta ahora que el sendero creativo a través de las indagaciones conceptuales y prácticas han instaurado un nuevo nivel de consciencia en mí, lo constato en el día a día, en las relaciones afectivas y en el reflejo que me brindan los otros al manifestarme abiertamente que me perciben como un ser distinto. En ese sentido el cuestionamiento central que anima este proyecto halla respuesta y además me impulsa a futuras indagaciones como artista, ser social y espiritual, un compromiso íntimo con el acto de vivir.

Sin embargo es prudente reconocer que La Receta como una entidad “viva y consciente de sí misma” reclama para sí la integración de nuevos componentes, la reformulación de pautas y un

cuestionamiento constante de las practicas, pues al ser ésta un reflejo de mi ser interior, proyecta permanente la transformación que experimento, toda vez que me incita a continuar generando el cambio.

Por esta razón en el apartado “nuevo horizontes hacia lo performático” se exponen algunas de las particularidades que se visiona, van a enriquecer el proceso creativo, augurando la longevidad de la pieza, permutando en lo plástico, lo simbólico y lo terapéutico.

Ya se ha dejado constancia del viro que tomó la investigación atendiendo a mis falencias emocionales, esto me brinda un aprendizaje en el cual comprendo que más allá de los caminos programados o las proyecciones estipuladas, el arte y su creación, es un camino de escucha honesta que permita atender las necesidades del momento y maniobrar con prudencia según las corrientes de la vida.

Pese a lo anterior no puedo negar que el cambio de camino otorgó una belleza inesperada al devenir escénico, que si bien en su momento la falencia se presentó como un estancamiento del proceso y la medida desesperada para resolverlo, como un acto de irresponsabilidad, al escuchar las posibilidades de lo acontecido y comprenderlas sin juicios excesivos, desataron aprendizajes que van más allá de lo presupuestado.

También resulta importante comprender, como lo expondría Juliana Congote al participar en una de las experiencias piloto, que “el ciclo académico no es un ciclo vital”, razón por la cual La Receta al ser un pulso pasional de mi vida, pese a ser objeto del análisis académico, escapa a sus fronteras y se instaura en la epidermis de mi ser como una posibilidad de florecer en medio del fango de mis conflictos personales.

Concluyendo, La Receta en su humildad ha demostrado gran tenacidad y poder de transformación, que me permiten despertar consciente, no solo a la posibilidad de resolver traumas y conflictos del pasado, sino a comprender el Arte como una herramienta emancipadora que dignifica mi experiencia de vida como un ser espiritual, por lo demás, me regala la gratitud de aquellos seres que creyendo en mí, han acompañado, incentivado y creído en el proyecto de La Receta... en el proyecto de mi Ser.

BIBLIOGRAFÍA

- Bel, J. (14 de agosto de 2015). Jerom Bel : "Intento probar hasta dónde la danza resiste". (A. Cruz, Entrevistador)
- Carlés, A. A. (2004). *Historia del ballet y la danza moderna*. Madrid: Alianza Editorial.
- Colmenarejo, M. M. (21 de 06 de 2011). ANÁLISIS DE DANZA Barbazul Pina Bausch.
- Congote Posada, J., Ramirez Figueroa, A., & Agudelo Suceva , J. (2011). *La creación en danza Conversaciones con coreógrafos de danza contemporánea en Medellín*. Medellín: Editorial Universidad de Antioquia.
- Cuartas, S. L. (2009). INVESTIGACIÓN-CREACIÓN UN ACERCAMIENTO A LA INVESTIGACIÓN EN ARTES. *Horizonte Pedagógico Vol 11. N°1, 87-92*.
- Esquivel, L. (2018). *Como AGUA PARA CHOCOLATE*. Bogotá: DEBOLSILLO.
- Jodoroswky, A. (2004). *Psicomagia*. Madrid: Ediciones Siruela.
- Jodoroswky, A. (2009). *Manual de PSicomagia*. Madrid: Ediciones Siruela.
- Lazpiur, L. I. (2016). *EL CUERPO, EXTRAÑO- DOS FORMAS DE ENTENDER EL CUERPO: MEDICINA Y PSICOANÁLISIS*. Ediciones Beta III Milenio.
- Libros, L. d. (20 de Octubre de 2014). *doblectura1988*. Obtenido de <http://doblectura1988.blogspot.com/2014/10/critica-de-como-agua-para-chocolate.html>
- Londoño, H. (1998). *A través del Guión Mental Personal*. Medellín: CIPROMARE
- Meléndez, D. C. (12 de abril de 2011). Trabajo de Investigación Pina Bausch. Chile.
- Rocca, A. V. (2006). PINA BAUSCH; DANZA ABSTRACTA Y PSICODRAMA ANALÍTICO. *En Revista Observaciones Filosóficas, 15*.
- Thies, H. (1999). *TEATRO POSTDRAMÁTICO*. Fráncfort: CENDEAC
- Wigman, M. (2002). *EL LENGUAJE DE LA DANZA*. España: Ediciones del Aguazul.
- Breton, D. L. (2010). *Cuerpo sensible*. Santiago de Chile: ediciones/metales pesados.
- Rodríguez, Y. d. (2018). *Nociones de cerupo y entrenamiento en danza contemporánea* . Bogotá: (Bovio, 1998)Editorial UD.



Zicolillo, S. (2013). *Experimental TV*. Obtenido de <http://experimenta.biz/revistaexperimenta/16076-2/>

ANEXOS

Videos

- 1- Prueba piloto N°1 La Receta.

<https://photos.app.goo.gl/ZMV1B3kKjQ8VFVmy6>

- 2- Prueba piloto N° 2 La Receta 1er parte.

<https://www.youtube.com/watch?v=7Yi7RI5d24w>

- 3- Prueba piloto N° 2 La Receta 2da parte.

<https://www.youtube.com/watch?v=rXXuKARdxsY>

- 4- Exploraciones de movimiento de la Receta.

<https://photos.app.goo.gl/krWGDwSK9oykqBAP8>

Tablas

Tabla de transferencia de experiencia de vida

Tabla Metodológica de Estrategias Compositivas.			
Receta #1 Pan		Técnica	Sabor Guía
Ingredientes	<ul style="list-style-type: none"> -360 ml de leche tibia -7 cucharadas de aceite -2 cucharadas de sal -160 g de azúcar -30g de levadura húmeda -1 huevo - esencia de mantequilla - esencia de vainilla 	Hornear	Simple
Forma de preparación.	<p>Mezclar homogéneamente.</p> <p>Amasar para dar textura.</p> <p>Enrollar para dar forma cilíndrica a la masa.</p> <p>Segmentar y pesar las porciones.</p> <p>Dar forma de rollo y trenza.</p> <p>Hornear a 350° F por 30 mins</p>		

Recuerdos.	<p>Olor de la levadura.</p> <p>Olor de la masa.</p> <p>Sabor de la masa para saber cuándo está lista para dejarla reposar.</p> <p>Olor a pan fresco.</p> <p>Recuerdo de infancia vivida en Bayunca (Bolívar). (7,8,9 años)</p>
Asociaciones simbólicas con los ingredientes.	El pan es costa, la costa es calor, calor es sudor, sudor es agua, agua es líquida, lo líquido es fluido, lo fluido es continuo, lo continuo no para, lo que no para no tiene fin.
Relación a la fragmentación.	<p>Decir lo que se: Piensa, hace, siente.</p> <p>No decir lo que se: Piensa, hace, siente.</p>
Personas que se asocian.	Papá.
Plato Resultante	Rollos de chocolate. Trenza dulce.
Gestos coreográficos	<ul style="list-style-type: none"> - Se desarrollan acciones repetitivas que hacen el cuerpo entre en calor y comience a sudar. (Usando la acción de amasar, enrollar, segmentar, moldear). - Se llega a un punto de sudoración que comience a salpicar agua de sudor. - Se entra en un movimiento continuo que no para.

Tabla Metodológica de Estrategias Compositivas.

Receta #2 Cupcakes		Técnica	Sabor Guía
Ingredientes.	-1lb Harina. -1lb Azúcar. -1lb Mantequilla. -10 Huevos. -esencia de vainilla -esencia de mantequilla.	Hornear	Dulce
Forma de preparación.	Mezclar homogéneamente los ingredientes. Separar en capachillos. Hornear a 180°C por 30 mins.		
Recuerdos.	Cocinar con Fabián. Preparar tortas por pedido. Chupar los dedos para saborear la mezcla. Lamer el recipiente. Adolescencia vivida en San Francisco (Ant) 13-16 años.		
Asociaciones simbólicas con los ingredientes.	Hacer tortas es untarse, untarse para lamer, lamer es saborear, saborear es besar, besar es humedad, la humedad es frio, frio es temblar, temblar es temer, temer es huir, huir es correr.		



Relación a la fragmentación.	Sentir lo que se: Dice, hace, piensa. No sentir lo que se: Dice, hace, piensa.		
Personas que se asocian.	Mamá, Fabián.		
Plato Resultante	Cupcakes de chocolate. Cupcakes de Zanahoria. Cupcakes de piña.		

Tabla Metodológica de Estrategias Compositivas.

Receta #3 Patacones		Técnica	Sabor Guía
Ingredientes.	- Platano verde - Aceite - Sal - Ajo	Freir.	Salado
Forma de preparación.	<p>Porcionar los plátanos a la medida deseada.</p> <p>Precalentar el aceite.</p> <p>Fritar los plátanos hasta que doren levemente.</p> <p>Sacarlos y aplastarlos.</p> <p>Preparar el jarabe de sal, ajo y agua para salar los patacones.</p> <p>Terminar de freírlos hasta que estén crocantes.</p>		
Recuerdos.	Recuerdo de receta típica de la infancia en la costa.		
Asociaciones simbólicas con los ingredientes.	El patacón es aplastar, aplastar es reducir, reducir es ser pequeño, ser pequeño es jugar, jugar es ganar, ganar es reír, reír es disfrutar, disfrutar es saltar, saltar es energía, energía velocidad, la velocidad fuerza, la fuerza es tensión.		
Relación a la fragmentación.	<p>Hacer lo que se: Piensa, dice, siente.</p> <p>No hacer lo que se: Piensa, dice, siente.</p>		
Personas que se asocian.	Mateo.		
Plato Resultante	Patacones crocantes.		

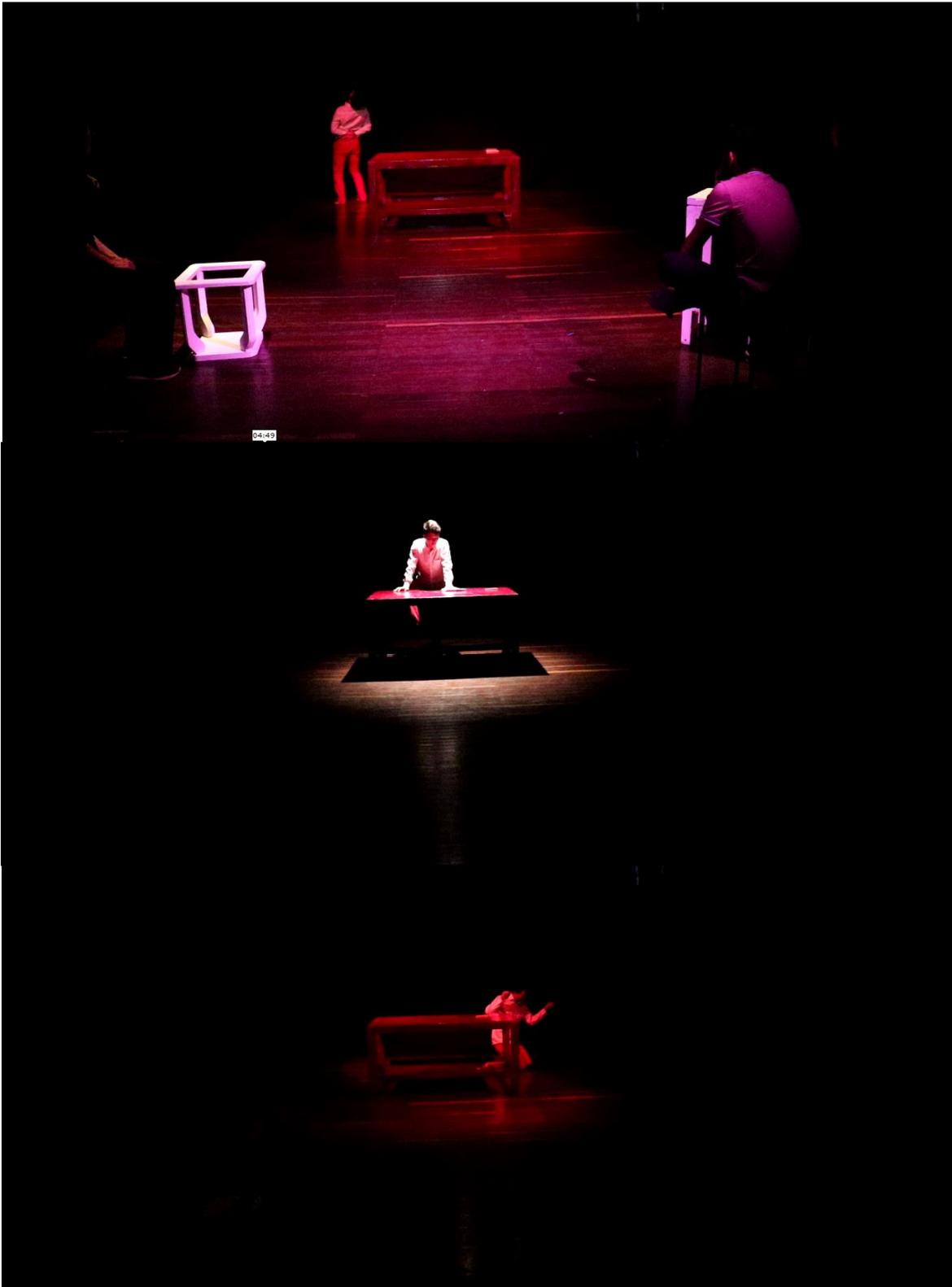
Gestos coreográficos	Aplastar. Movimientos con poco volumen. Reír y saltar. Calidad de movimiento (Con fuerza-Velocidad y tensión)
-----------------------------	---

Tabla Metodológica de Estrategias Compositivas.			
Receta #4 Guacamole		Técnica	Sabor Guía
Ingredientes.	<ul style="list-style-type: none"> - Aguacates. - Pepino. - Cilantro - Limón - Cebolla - Tomate - Ajo - Sal - Pimienta - Jalapeño. 	Guacamole/Cortar y revolver.	Picante/ácido.
Forma de preparación.	<p>Picar finamente el cilantro, cebolla, tomate, ajo, jalapeño, pepino.</p> <p>Con un tenedor se adelgaza el aguacate para hacerlo puré.</p> <p>Mezclar los ingredientes picados con el puré y agregar sal, limón y pimienta al gusto.</p>		
Recuerdos.	Cocinar con Juan Pablo y Dallys.		
Asociaciones simbólicas con	El guacamole es picante, lo picante es caliente, lo caliente quema, lo que quema hierde, lo que hierde hace sufrir, lo que sufre llora, lo que llora duele, lo		

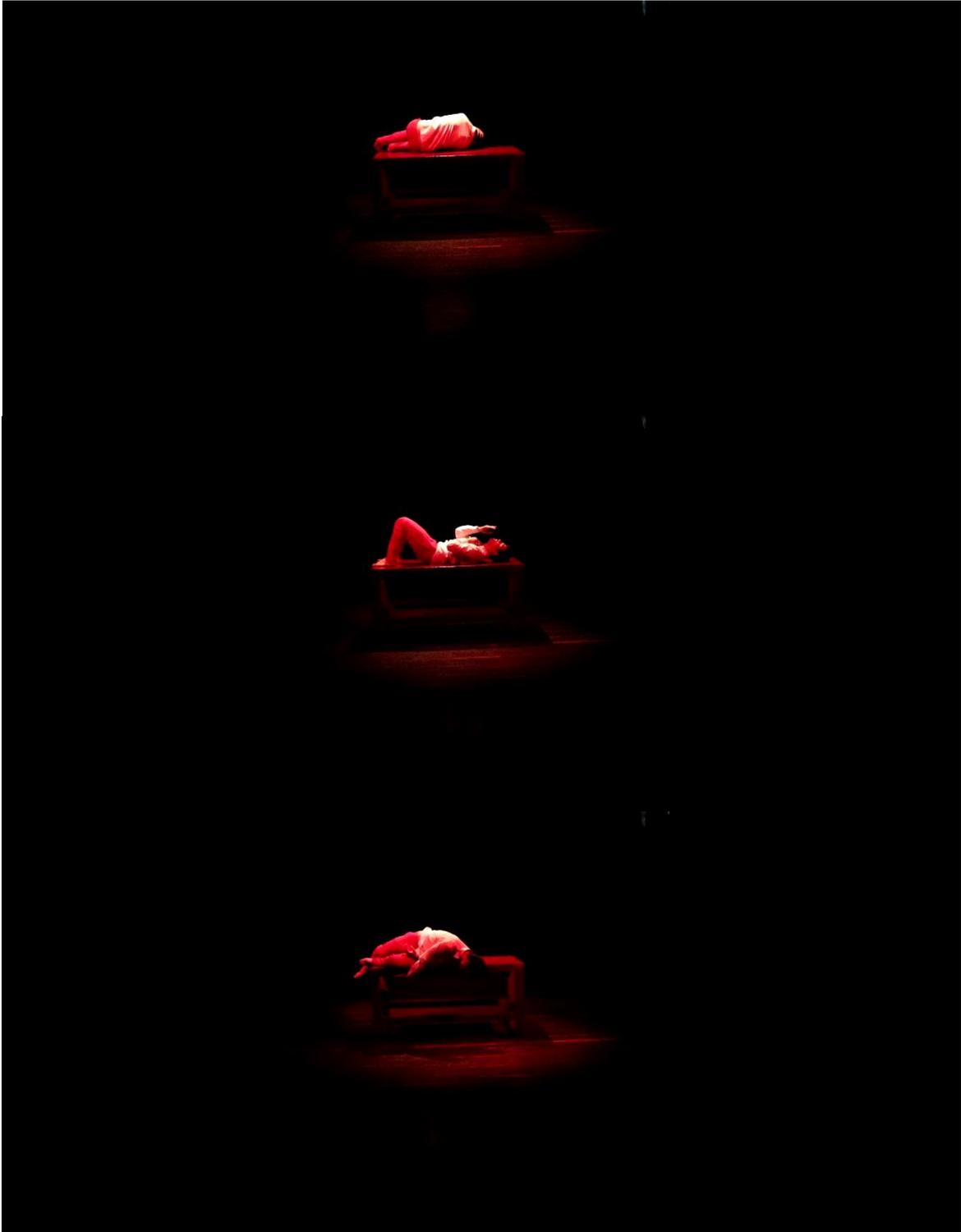
los ingredientes.	que duele impide, lo que impide no deja avanzar, lo que no avanza se estanca.		
Relación a la fragmentación.	Pensar lo que se: Dice, hace, siente. No pensar lo que se: Dice, hace, siente.		
Personas que se asocian.	Juan Pablo Agudelo Muñoz.		
Plato Resultante	Guacamole		
Gestos coreográficos	Llorar.		

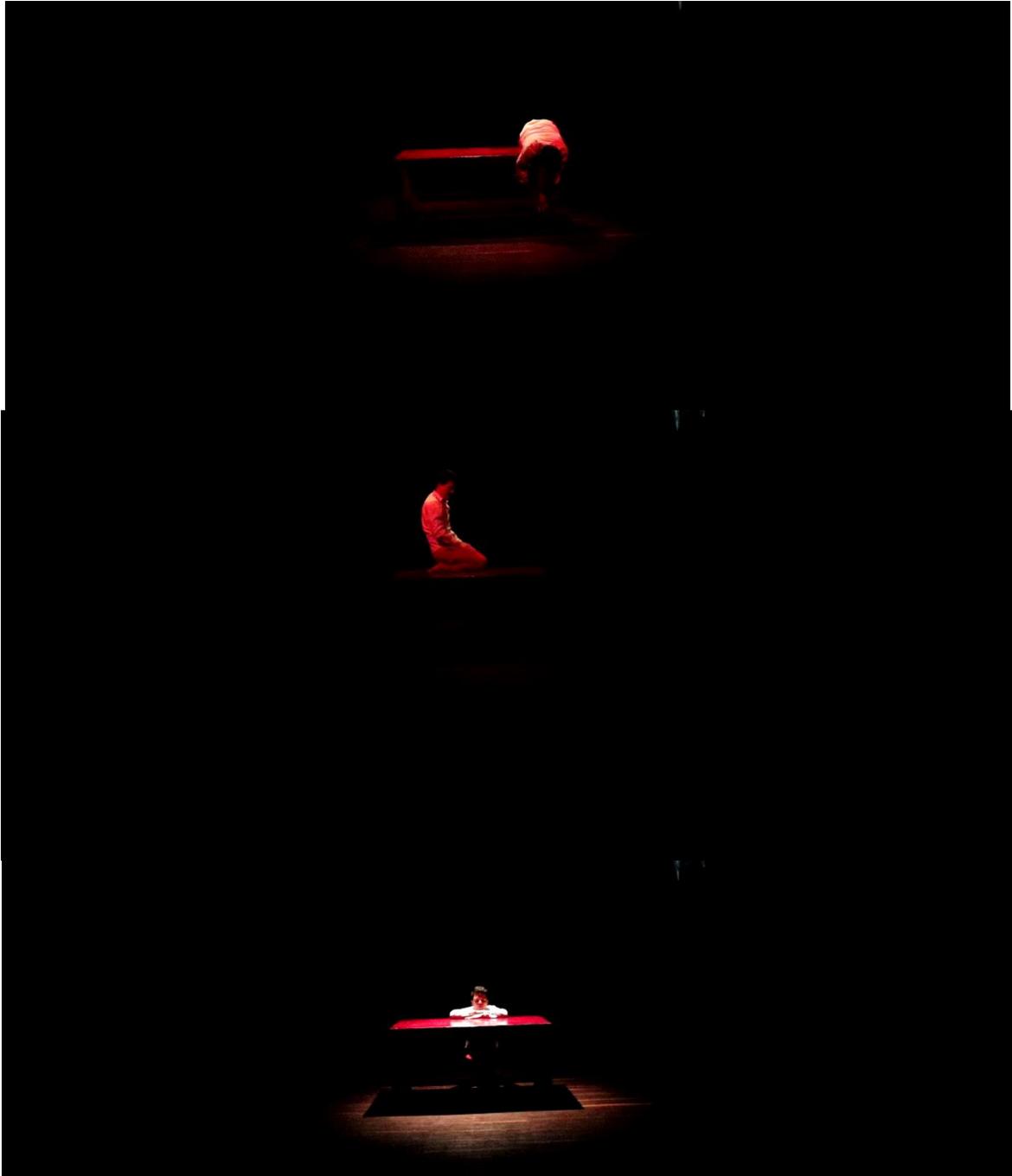
Fotografías











FIN