



A-CROMÁTICO-Z:

**Propuesta metodológica para la transformación de estados corporales (TREC) a partir de
encuentros con personas en situación de calle de la comunidad LGBTIQ+**

SANTIAGO CUBILLOS ÁLVAREZ

UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA

FACULTAD DE ARTES

MEDELLÍN

2021

A-CROMÁTICO-Z:

**Propuesta metodológica para la transformación de estados corporales (TREC) a partir de
encuentros con personas en situación de calle de la comunidad LGBTIQ+**

SANTIAGO CUBILLOS ÁLVAREZ

**Trabajo de grado para optar al título de
Maestro en Arte Dramático**

Asesora:

ANA MILENA VELÁSQUEZ ÁNGEL

Doctora en teatro y artes del espectáculo

UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA

FACULTAD DE ARTES

MEDELLÍN

2021

Agradecimientos

A mi madre y padre por el apoyo constante en cada decisión que he tomado en mi vida. Por su dedicación y amor incondicional. Por creer en mí. Por su respeto. Por su vida.

A mis hermanos por su compañía, amor y cada momento vivido.

A toda mi familia. A mis raíces. A mi sur. A mis indígenas. A mis Antioquias.

A mis amigos y cercanos.

A Rosita, Dana, Cristina, Lina, Monserrat, Paola, La Costeña, Paulina, Luisa y Sara por abrir su corazón y con sus palabras y su cuerpo expresar su vida. Por su voz.

A todas las personas en situación de calle.

A la comunidad LGBTIQ+.

A Daniela Cerén por estar conmigo en este viaje maravilloso.

A Cañabrava Teatro.

A Ana Milena Velásquez por acompañarme en este proceso y por su hermosa labor como docente e interventora social.

A todos los docentes que han dejado huella en mí.

A la pacha. A la vida. Al amor. Al teatro.

“La falsa imaginación te enseña que cosas tales como la luz y la sombra, el largo y el alto, lo blanco y lo negro son diferentes y tienen que ser discriminadas; pero ellas no son independientes una de la otra; ellas son aspectos diferentes de la misma cosa, ellos son conceptos de relación, no la realidad.”

Siddhartha Gautama

Tabla de contenido

| | |
|---|-----------|
| 1. INTRODUCCIÓN..... | 11 |
| 1.1 <i>Primeros pasos.....</i> | 13 |
| 1.1.1 Rosita o Aspirina..... | 14 |
| 1.2 <i>Un viaje que se convirtió en una explosión de colores.....</i> | 16 |
| 1.3 <i>“PA’ LOS GUSTOS LOS COLORES O LA VOZ DE QUIÉN SÍ ESTÁ” dramaturgia de las voces que buscan ser escuchadas.....</i> | 17 |
| 1.3 <i>Glosario.....</i> | 47 |
| 2. OBJETIVOS..... | 48 |
| 2.1 <i>General.....</i> | 48 |
| 2.2 <i>Específicos.....</i> | 48 |
| 3. JUSTIFICACIONES..... | 49 |
| 3.1 <i>Personales.....</i> | 50 |
| 4. MARCO TEÓRICO..... | 52 |
| 4.1 <i>¿Qué y quiénes son los habitantes de y en la calle?.....</i> | 52 |
| 4.2 <i>Antecedentes.....</i> | 53 |
| 4.3 <i>Referentes.....</i> | 59 |
| 4.3.1 Teatro Aplicado y sus derivas puestos en contextos de poblaciones vulnerables..... | 61 |
| 4.3.2 Dramaterapia y cómo se parte de las narrativas de vida para la creación de escena.. | 64 |
| 4.3.3 Teatro Playback como estrategia para el encuentro del colectivo..... | 65 |
| 4.3.4 Las pedagogías corpo-sensibles como metodología para la transformación..... | 65 |
| 4.3.5 El juego como estado de unidad corporal..... | 69 |
| 4.3.6 Las emociones y sentimientos traducidos en estados corporales en los seres humanos..... | 69 |
| 4.3.7 Psicología del color y cromoterapia: simbolismo y analogía para la creación de didácticas transformadoras..... | 71 |
| 5. METODOLOGÍA TREC..... | 73 |
| 5.1 <i>TREC: sesión 1.....</i> | 76 |
| 5.2 <i>TREC: sesión 2.....</i> | 80 |
| 5.3 <i>TREC: sesión 3.....</i> | 84 |
| 5.4 <i>TREC: sesión 4.....</i> | 88 |
| 5.5 <i>TREC: sesión 5.....</i> | 92 |
| 5.6 <i>TREC: sesión 6.....</i> | 96 |
| 5.7 <i>TREC: sesión 7.....</i> | 100 |

| | |
|-----------------------------|------------|
| 5.8 TREC: sesión 8..... | 104 |
| 6. CONCLUSIONES..... | 108 |
| 7. BIBLIOGRAFÍA..... | 110 |

Lista de figuras

| | |
|--|-----|
| Figura 1: mapa temático | 60 |
| Figura 2: primera versión de la bandera LGBTIQ+ con el significado simbólico de cada color.. | 74 |
| Figura 3: ficha para cierre de sesión 1. | 79 |
| Figura 4: ficha para cierre de sesión 2. | 83 |
| Figura 5: ficha para cierre de sesión 3. | 87 |
| Figura 6: ficha para cierre de sesión 4. | 91 |
| Figura 7: ficha para cierre de sesión 5. | 95 |
| Figura 8: ficha para cierre de sesión 6. | 99 |
| Figura 9: ficha para cierre de sesión 7. | 103 |
| Figura 10: ficha para cierre de sesión 8. | 107 |

Lista de imágenes

| | |
|--|----|
| Imagen 1: Lina | 32 |
| Imagen 2: exposición artística del proceso en el "Programa del Sistema de Atención al Habitante de Calle". | 55 |
| Imagen 3: exposición "palabras pigmentadas"..... | 56 |

1. INTRODUCCIÓN

“A-CROMÁTICO-Z” se plantea como una propuesta donde se proyecta una metodología de sesiones de trabajo, desde el teatro, con personas en situación de calle de la comunidad LGBTIQ+; esta metodología puede ser propuesta y puesta al servicio de diferentes comunidades o colectivos ya que busca la transformación de los estados corporales. Este proyecto se propone con esta población, ya que el teatro social y de intervención en comunidades vulnerables es una pregunta vital desde mi quehacer.

La estructura de la introducción se presenta, en primer lugar, como un relato propio donde se exponen los primeros acercamientos con la población en situación de calle, para posteriormente dar pie a las entrevistas que se realizaron para este proyecto en particular y que se presentan a manera de dramaturgia con el objetivo de dar voz a las personas con quien hubo intercambio de ideas, palabras y sentimientos. Las voces de las personas entrevistadas configuran entonces la introducción que se expresa en forma de escenas, de historias y experiencias de vida, lo cual permite recalcar la motivación de este trabajo que es la búsqueda de alternativas para generar encuentros donde sean posibles las transformaciones de los estados corporales. Partiendo de estos encuentros y de la dramaturgia, se crean ocho sesiones de trabajo desde el teatro aplicado y las prácticas corporales, las cuales trabajarán unas dimensiones y estados corporales específicos para buscar su transformación.

Estas personas, que están en situación de calle, no se sienten identificados con muchas categorías que se les impone; algunos se consideran habitantes de calle, otros habitantes en calle; igualmente, algunos simplemente no se clasifican. Algunas de las personas intervenidas para este proyecto se consideran parte de la comunidad LGBTIQ+; sin embargo, las condiciones de las

personas en situación de calle son múltiples y no se pueden categorizar en ningún tipo de “conjunto”, pues la diversidad es lo que caracteriza a dicha población. Por estas razones, en este proyecto se direcciona y se expone a la comunidad LGBTIQ+ como una “comunidad” diversa, como es realmente el ser humano y que se transforma constantemente como la vida misma.

Este proyecto se presenta en aras de ser realizado posteriormente debido a la situación pandémica a nivel mundial. Por esta razón, y teniendo en cuenta la población que es de alto riesgo en cuanto a bioseguridad, se sugiere realizar este proyecto cuando la situación actual esté altamente controlada; para así, responsablemente, preservar la vida de los seres humanos en cuestión.

En primer lugar, y para entender el enfoque de este proyecto, es preciso mencionar que el teatro, como el mundo y sus modelos de pensamiento, se ha ido transformando con el pasar de los años. Se registran pedagogías y maneras de hacer teatro desde la antigüedad, cuando la escena ritual era la que preponderaba; donde se apreciaban formas artísticas como la mimesis del cuerpo con la naturaleza, el canto y la danza. A través de la historia, se evidencia cómo el arte ha sufrido cambios influenciado por las fuerzas de poder y las políticas que se ejercen en dicha época.

En ese sentido, a partir del siglo XX se manifiestan diferentes investigaciones y estudios que demuestran cercanía con diversas formas de abordar el teatro y las pedagogías teatrales; retoman el principio del ritual como conexión corporal sensible pero con nuevas características que buscan no someterse a una misma forma de hacer y ser o a un mismo modelo de pensamiento estricto y definitivo; mas bien, permite los cuestionamientos y problematizaciones tomando como referencia los acontecimientos; lo que sucede aquí y ahora. Surge pues en el siglo pasado el teatro aplicado; una manera de abordar el teatro como estudio o disciplina para aplicarlo en comunidades y/o territorios que parten desde las necesidades de dicha población. Se evidencian

entonces nuevas dinámicas pedagógicas y artísticas donde la pregunta por el cuerpo-ser es fundamental, reconociéndonos como sujetos políticos, sociales, éticos y estéticos.

Por consiguiente, se enfatiza en que el teatro, como expresión artística, se aborda constantemente no sólo desde lo espectacular sino también como apoyo para la intervención social. Con respecto a lo anterior, actualmente el objeto de estudio que más destaca en el teatro es el cuerpo en relación con el espacio y el tiempo; el cuerpo es entonces el único medio por el cual se relacionan los seres humanos y a través de esas relaciones se construyen los cuerpos sociales. Varios autores, dramaturgos y teóricos del teatro se han enfocado en la investigación corporal como pregunta vital. Es esa relación estrecha entre el cuerpo y el entorno, lo que convoca entonces a un hecho individual y colectivo. El teatro social, las prácticas sobre el cuerpo sensible, las nuevas poéticas, el retorno a lo esencial son sólo algunas de las motivaciones de muchos creadores que habitan el mundo de hoy.

1.1 Primeros pasos

Todo comenzó en el año 2014 en Bogotá donde vivía en aquella época después de viajar desde Medellín, mi ciudad natal. Llevaba ya un año de estar estudiando profesionalmente el pregrado en artes escénicas en una universidad de la capital. El teatro entonces se había convertido en mi proyecto de vida, en una de las razones por las cuales mi vida tomaba un rumbo diferente. Fue maravilloso encontrarme conmigo, conocer mis capacidades, mis gustos, mis dolores, tristezas, alegrías y motivaciones. Habitar un nuevo espacio, una nueva ciudad y conocer nuevas personas fue desencadenante para mi formación profesional y personal.

Anhelaba convertirme en el mejor actor de mi ciudad, incluso del país. La necesidad de querer devorarme el mundo era latente; siempre pensando en mí de una manera un tanto

egocéntrica. Yo, mi yo, ¿quién soy yo?, ¿qué puedo hacer yo?, ¿qué quiero yo?, ¿qué pienso yo?... ¿y los demás?

A medida en que fue pasando el tiempo fui creando diferentes relaciones y mi perspectiva frente al mundo se fue modificando. El teatro, el entorno, el contexto, las relaciones y la vida misma me fueron guiando hacia transformaciones corporales; y cuando menciono corporales me refiero no solo a lo físico carnal sino a la relación con mis emociones, sentimientos y pensamientos. Comencé a descubrir que no era yo y el mundo, sino que éramos un conjunto, que existía algo que yo podría aportar al mundo pero que innegablemente el mundo también estaba aportando constantemente a mi ser. Mis ideas un tanto adolescentes se fueron desvaneciendo para darle cabida a otras formas de ser y de estar, de pensar, de sentir y de vivir. Fue y ha sido un camino difícil pero fructífero y necesario. Entendí que la vida se compone de instantes en los que servir al otro es necesario; servir de oído, de hombro, de cuerpo, de lágrimas, de corazón, de amor, de entendimiento, de abrazos, de simplemente estar presente en cuerpo para el otro y viceversa. Comprendí entonces que el teatro y mis diversas experiencias estaban formando a un ser humano que estaba en constantes cuestionamientos frente a la relación cuerpo-entorno desde las relaciones.

El teatro me regaló la posibilidad de cruzarme y generar vínculos con personas maravillosas, amigos y compañeros de vida que tenían esa misma intención de la búsqueda por lo social, por generar cambios desde acciones pequeñas como sentarse en un parque y relacionarnos con los demás. Aquí retomo el comienzo de este relato:

1.1.1 Rosita o Aspirina

En el 2014, en una de nuestras visitas al parque de la universidad de La Salle conocí a Rosita o Aspirina como también la conocían. Ella era una mujer ya mayor que habitaba la calle. Una mujer extraordinaria. Las historias que nos contaba podían ser de horas; nos contaba sobre su vida en la calle y lo complejo que era, hablaba de sus amores y desamores, de su familia, de sus acciones... de su vida en general.

Rosita me permitió conocer el universo en el que habita la población en situación de calle, me permitió desestigmatizarlas, adentrarme en un mundo que era desconocido por mí y que hoy día sigue siendo desconocido por muchos. Ese primer acercamiento con Rosita hizo que mi interés por conocer acerca de esta población se avivara y produjo en mí las ganas de ayudar de alguna manera a estas personas que viven en su día a día las más aterradoras formas de violencia: el rechazo, la discriminación, la guerra, la desigualdad, solo por mencionar algunas de las tantas situaciones por las que tienen que pasar todos los días de su existencia. Gracias a Rosita entendí que los seres humanos somos crueles muchas veces sin saberlo. Reconocí la importancia de escuchar al otro y estar ahí para él o ella; experimenté y concluí que el amor, como fuerza que mueve el mundo, es un acto de presencia y que en definitiva es totalmente necesario para generar espacios de tranquilidad y conexión con el otro. Algo muy parecido a lo que sentía en los momentos en los que estaba en mis clases de teatro o en un escenario, pues a través de la expresión de mi cuerpo (emociones y pensamientos) se generaba en mí esa sensación de tranquilidad y bienestar; mi cuerpo entonces era la manera en la que “yo” podía sanarme y sentirme bien conmigo y con el mundo; cuando menciono sanarme me refiero a la sensación de recuperación, de estar tranquilo con mi cuerpo, con quién soy, con lo que soy. Sanarme es estar en total armonía con mi ser y mis cuerpos: físico, psíquico, emocional y espiritual.

Regresé a Medellín en el año 2015, y en el 2016 empecé a estudiar arte dramático en la Universidad de Antioquia. Desde esa época hasta el día de hoy he sentido la necesidad de

relacionarme con las personas en situación de calle, pues encuentro en esos pequeños instantes lo esencial del amor en cuanto a presencia del cuerpo puesto al servicio del otro. Considero que en esas pequeñas acciones de intercambio de experiencias y de escucha se generan grandes cambios en los cuerpos, transformaciones que sin duda hacen que la esperanza vuelva a la humanidad.

1.2 Un viaje que se convirtió en una explosión de colores

Para el inicio del desarrollo de este proyecto tenía muy clara la población con la que quería trabajar: las personas en situación de calle. Como bien lo mencioné antes, es vital y necesario generar encuentros con estas personas a las que la esperanza se les ha arrebatado y que debido a las dinámicas sociales, políticas y económicas cada día que pasa es un encuentro constante con la supervivencia. Decidí entonces acercarme a las situaciones en las que vive la población; pues considero que es importante observar, escuchar, sentir y vivenciar las circunstancias en las que viven las personas en situación de calle para poder buscar alternativas que induzcan hacia las transformaciones corporales.

Por esta razón, decidí emprender el viaje en compañía de una amiga cercana, Daniela. Ella es enfermera egresada de la Universidad de Antioquia y actual estudiante del pregrado de arte dramático en la misma. En la actualidad Daniela trabaja para una corporación en Medellín que se dedica a la prevención y reducción del consumo de sustancias psicoactivas específicamente con personas en situación de calle. Ella tiene una estrecha relación con la población, pues además de ayudarles por medio de su trabajo también suele visitarlos en horarios no laborales para escucharlos y acompañarlos en lo que necesiten; por esta razón, decidí emprender este viaje de la mano de Daniela ya que conocía más sus problemáticas y formas de vida, además de los lugares donde suelen encontrarse en el centro de Medellín.

1.3 “PA’ LOS GUSTOS LOS COLORES O LA VOZ DE QUIÉN SÍ ESTÁ” dramaturgia de las voces que buscan ser escuchadas

Esta propuesta dramaturgica surge de las experiencias vividas con algunas personas en situación de calle de la ciudad de Medellín. Son sus voces puestas en palabras; voces que tantas veces han sido sopladadas por el viento. Voces que narran deseos, gustos, dolores, tristezas, alegrías, inconformidades...

Voces que no deben ser olvidadas.

Persona-jes:

Narrador

El monito

Serena

Paola

Lina

Sara

Luisa

La Costeña

Monserrat

Paulina

Cristina

Dayana o Dana

Escena 1: Serena Morena: provocaciones

Sala de una casa. El espacio está oscuro, solo se percibe un rayo de luz que entra por la ventana y que proviene del poste que hay en la esquina del edificio. Serena está acostada en las estibas y colchón. El monito, sentado en el piso escucha la voz de Serena y le hace preguntas.

EL MONITO: Yo quiero saber quién es Serena.

SERENA: (sorprendida) ¿Es en serio? Usted cómo me va a preguntar eso (ríe).

Bueno pues te voy a hablar quien es Serena hoy a la edad que tengo porque eso se puede transformar, se puede cambiar... entonces creo que por ahí ya puedo empezar diciendo quién es Serena. Es una persona que reconoce sus constantes cambios y transformaciones. Serena es una persona charra, es como bien interesante porque raya severa y mágicamente con eso a lo que le llaman dualidad. No falsedad. Porque una a veces se confundía como una persona falsa por ser dual, y mentiras que no. Comprendiendo su dualidad puede reconocerse como una ser humana muy fuerte, con muchas capacidades y potencialidades, porque es esa capacidad de estar entre el bien y el mal... de ser muy alta o muy baja... de ser muy fuerte o muy noble... pero siempre reconociendo eso... o muy femenino o muy masculina. Ambas partes. Nunca queriendo quedarse en un solo espacio. Serena es una persona que le encanta el juego, mucho... el juego y el fuego, ambos, jaja. Pero teniendo la capacidad de reconocer que son dos cosas muy diferentes. Una cosa es jugar y otra cosa es quemarse. Serena es una persona que le gusta el movimiento, no le gusta quedarse quieta, es nómada... Quedarse en un mismo espacio le aburre.

También le encanta la justicia, siempre está en busca de ella para que todo se respete.

EL MONITO: Amor, pero entonces usted habla de las transformaciones. Estas hablando de la Serena de hoy. O sea, había una Serena antes, ella está en constante movimiento porque no le gusta estar quieta... O sea, ella está en constante transformación.

SERENA: Sí...

EL MONITO: Yo quisiera saber qué sucedió que esa Serena se fue transformando en la Serena de hoy.

SERENA: Son demasiadas cosas, donde de hecho antes había una pugna entre si Serena era de esta forma o de esta otra forma... Todo lo que sucedió está muy ligado a lo masculino y lo femenino, a esos opuestos. En los que antes era diferente. Pero puedo nombrar algunas así suene abstracto jajaja.

A ver... sucesos como la muerte de mi abuela, porque eso me genera un abandono al concepto – que tampoco había sido muy pensado- sobre mis creencias, a lo que yo le rindo culto... el poder haber enfrentado de manera violenta con un hombre fuerte, con el patriarca, mi padrastro, eso generó grandes cambios... el haber estudiado enfermería fue otro grandísimo porque fue una etapa de querer callar algo que no podía callar... definitivamente el haber iniciado a estudiar teatro... y finalmente, el trabajo con personas en situación de calle, creo que de hecho ese fue el ultimo golpe maravilloso de la vida y fue poderme mezclar tranquilamente con las personas que están en situación de calle. Se es real con estos sujetos...

Ah bueno, y también haberme metido de lleno en el movimiento feminista.

EL MONITO: Maravilloso... nosotros hemos hablado de tu ser enfermera, que de hecho eres muy diferente a todas las enfermeras jaja. Y digamos que ese llegar al teatro también fue algo de la vida que te llegó para reafirmar eso que querías hacer en el área de la salud. ¿qué contraste en ese proceso?

SERENA: Eso fue maravilloso, porque literal yo llegué a estudiar teatro porque no quería trabajar como enfermera, no porque no me gustase. Sino que más que

ser enfermero es ser un profesional del cuidado y cuando llegué al teatro fue muy bonito porque de inmediato me puso a buscar qué era lo que sucedía ahí... (piensa)

Fue muy bonito porque me hizo comprender que yo lo que no quiero de la enfermería es ser una máquina, perder mi humanidad... y el teatro me permite comprender esa claridad de no querer vender el alma al diablo y que hay muchas otras realidades posibles.

Me hizo comprender que nunca jamás en la vida iba a tocar una clínica, pero que ese cuidado del que tengo argumentos y conocimientos es algo que nace desde lo simple, desde el mirar al otro... eso fue lo más bonito del teatro porque me permitió construir la enfermera que yo quería ser.

EL MONITO: Tú hablas de comprender el cuidado desde lo simple que es observar al otro, y hablabas de lo potente que ha sido el trabajo con personas en situación de calle y lo que te ha aportado como ser humano. Cómo se relaciona esa enfermera que tu eres con el trabajo con las personas en situación de calle.

SERENA: Para mí el cuidado es sinónimo de amor. A ver, cómo se relaciona. Yo te lo voy a decir con un ejemplo:

Llega una persona que está en situación de calle, yo voy por la calle brindando la posibilidad de agenciar pequeños procedimientos en salud, y me encuentro con esa persona y necesita que yo le cure una puñalada que le hicieron hace tres horas y yo estoy ahí y lo curo... fin... cómo se relaciona... a mí no me enseñaron en la clínica a trabajar con ese tipo de pacientes. Con personas con tantos inconvenientes, personas que muchas veces huelen mal, que están en muy malas condiciones de nutrición... A mí no me enseñaron eso... ahí es

donde la atención es diferente, yo te limpio, te curo y fin. Pero entonces ahí es donde sale mi ser enfermera y conocer que la herida es lo de menos; porque ahí está la oportunidad de curar una herida como pretexto para cuidar una persona, para yo poder sentarme al lado, mirarle a los ojos y preguntarle cómo está, y empieza uno a reconocer qué hay detrás de la herida... Ahí es donde se ejerce el verdadero cuidado. Reconociendo el contexto, el por qué tiene esa herida, qué pasó, qué le rodea, cómo es su estilo de vida... Es permitirse querer a esa persona, y no todo el mundo está preparado para entender eso, o al menos las enfermeras de clínica no...

EL MONITO: Con respecto a las personas en situación de calle, cuando mencionas las experiencias de cómo encuentras a las personas. Cuando tu empezaste este trabajo. ¿qué pasó? ¿cómo fue ese primer contacto? Esa primera impresión. ¡¡TODO!! Jajaja

SERENA: Siempre me ha generado mucha curiosidad cómo las personas en situación de calle pueden pasar desapercibidas por el mundo... Cuando yo llegué fue amor a primera vista. Porque fue encontrarme con todo, con la locura, la diversidad, con todo... en muy pocas cuerdas... uno no entiende la dimensión... son vidas que han pasado por todo, o sea son maestros... son maestros de vida marica, literal. Pero con muchos dolores, con muchos vacíos... pero no todos, hay muchos que sólo quieren estar ahí tranquilos. Fue como wow, que montón de cosas en tan poco espacio... es demasiado al mismo tiempo...

(piensa) Físicamente fue lo que más llamó mi atención, porque fue ver esos cuerpos con ese montón de capacidades y posibilidades, con esa resistencia...

esas cualidades de movimiento que solo ellos pueden hacer... ¿cómo putas un cuerpo puede hacer eso? Y estamos hablando de cuerpos que han sido maltratados, cuerpos de los que se ha consumido el capitalismo completamente y ellos son cero capitalistas... ellos son supremamente incasillables. No me podés hablar de una persona en situación de calle. No podés mencionarlo... y eso se expresa en sus cuerpos, en esa resistencia, en esos movimientos, en lo mucho que puede resistir un cuerpo así... es absurdo. Uno nunca soportaría una lesión así por ejemplo... porque somos cuerpos poco resistentes... porque aparte son policonsumidores la mayoría y no les afecta... no, pues, o sea, le genera a uno esa pregunta. ¿hasta dónde puede un cuerpo?

Los vi deschavetados jajaja aligerados, rápidos, donde sucedían muchas cosas... yo iba como cinco pasos atrás en velocidad comparada con la de ellos. Fue descolocación.... Además, porque son muy amables, son demasiado bellos, amorosos... se les siente la buena energía que te mandan todo el tiempo. Desde el primer momento que estuve ahí me sentí maravillosa y empecé a despreocuparme por un montón de chimbadas del ego... puedo ser libre con ellos.

EL MONITO: ¡Qué chimba! Y ya cuando tu llegaste: “hola soy Serena y esto es lo que hago y esto es lo que vamos a hacer”

SERENA: No pues fue muy bacano. Ya empezamos las relaciones y como una también es muy charra, fue muy fácil hacer clic con todos y éramos una familia. Empieza todo a crecer y a darse uno cuenta de que son los seres más hermosos, de verdad uno empieza a enamorarse de la población, a querer estar cerca de ellos. Yo salía de trabajar y me quedaba dos o tres horas ahí botando

caja con ellos, hablando y parchando...Es ir dándose uno cuenta del mierdero, el mierdero en el que los tienen obligados a vivir. Ellos decidieron otra cosa, pero se vuelven mierda porque el estado no les permite, porque la gente no les permite... porque ellos podrían vivir también. Es el estado que no les da las garantías y la sociedad que los discrimina por ser diferentes, por tomar otras decisiones frente a la vida... Uno ahí escucha las peores historias. Ellos han sufrido mucho, tanto han sufrido que prefieren alejarse de todo... son cuerpos que sufren y por eso se drogan, para encontrar otras formas de ser libres de tanta mierda, de irse de ese dolor... ¿cómo más uno puede mirar esos dolores a la cara?

EL MONITO: La relación entonces después de que se conocen cómo cambió. Cómo a través de tu trabajo como interventora y enfermera observaste esa transformación en ellos y ellas... ¿cómo ellos empiezan a asumirse a ellos mismos después de conocerte? ¿cómo tú les transformas la vida y cómo ellos te transforman la tuya?

SERENA: Eso es porque yo desde que llegué la primera vez de una uno llega lleno de amor, abierto... Mi forma de relacionarme con las personas siempre es desde la amistad... Tengo muy claro que si yo te hablo con amor tu no me vas a responder con violencia, la vas a pensar dos veces... y puede que estés muy bravo o brava, pero si yo te hablo con amor vas a pensarlo y más si estoy acostumbrado a que todo el mundo me trate una mierda, o que ni me trate y que de la nada llegue una persona y me diga “hola amor, ¿cómo estas? ¿si comió hoy? Amor, pero usted sabe que allí arriba puede subir a comer, ¿ya tomó agua? Usted sabe que si no toma agua y se expone al sol se va a

deshidratar” ... y ellos eran sorprendidos y me decían “venga, pero usted por qué nos trata así, como con ese amor, como si no le importara que yo oliera maluco” ... “ah amor cómo así... ¿usted huele maluco? Amor si huele maluco vaya y se baña”... o sea uno puede decir “vaya báñese que huele a mierda” o puede decir “amor, usted sabe que el agua hidrata la piel, el cuerpo, no solamente tomando hidrata el cuerpo sino que bañándose las células se hidratan a partir de otras formas y así pueden absorber el agua, además se refresca, se le bajan los dolores de cabeza, puede soportar mejor el sol, puede caminar más...” es diferente, porque yo no me estoy metiendo contigo... yo te voy a dar pautas que sé que son pertinentes y son efectivas para tu propio cuidado, pero ya ellos toman su decisión... y eso es otra cosa que enseñan mucho las personas en situación de calle: que uno nunca va a tomar las decisiones por otro, por más que desee es el otro el que toma sus propias decisiones...

Y como todo el mundo les dice que se bañen entonces ellos ni se bañan de pura hijueputa rabia...

(pausa)

Al lado de ellos somos unos bobos privilegiados.

(pausa)

A lo que más se le mete energía es a que te tengan confianza... que uno les diga “amor, hidrátese” y que a los cinco minutos uno lo vea pasando con su tarrito de agua, ahí es donde uno dice: ya, trabajo hecho...

Es que somos seres humanos, todos escuchamos, sentimos, pensamos...

No te cagués en el otro y no te cagués en vos mismo, a nadie se le debe tratar con lástima, hay que darles su lugar... Mírelos a los ojos, reconócelos, confróntelos, pero desde el amor... y eso siempre va a funcionar.

Se miran a los ojos, se dan un abrazo fuerte. Prenden la luz del lugar. Se ilumina la sala.

NARRADOR: El monito se generaba muchas preguntas frente a la comunidad LGBTIQ+. Si se habla de diversidad no se podría tampoco categorizar a las personas en una sola común unidad. ¿sería entonces la comunidad LGBTIQ+ una comunidad de diversidad no sólo sexual, sino de pensamiento y acciones? ¿de entender al ser humano múltiple y en constante transformación? (Pausa)

Serena y El monito quedaban atónitos ante el universo y la diversidad que habita en las personas en situación de calle.

EL MONITO: (A Serena) Todos son muy diferentes y están ahí por razones diferentes, es imposible clasificar o decir “es que este tiene esto, o a este le pasa esto entonces por eso le pasó aquello”; no, las personas en situación de calle son seres humanos como cualquier otro y tienen problemáticas infinitas como para uno intentar darle solución sólo a unas... (después de una breve pausa)

¡Serena! necesito encontrar la manera de ayudarle a estas personas a transformar eso que les agobia a muchos...

¡Serena! Necesito que me llesves a sus territorios, necesito conocerlos y conocerlas, hablar con ellos y ellas... escucharlos...

SERENA: ¿y qué piensas hacer con ellas y ellos para transformar eso que dices?

EL MONITO: (gritando emocionado) ¡Teatro!

Comunicación personal de: Daniela Cerén. El día 09/06/21

Escena 2: Paola es verde

NARRADOR: El monito y Serena, estuvieron varios días en el centro de Medellín. Él pudo conocer seres humanos diversos con muchas historias por ser contadas, con muchos dolores, alegrías, gustos y visiones diferentes del mundo.

Pausa. Toma agua. Tose

Un día conoció a Paola, una mujer de 23 años, se encontraba cerca de la estación Prado del metro. Serena le dijo al Monito que ella a veces no gustaba de relacionarse con personas nuevas entonces que procurara ser cuidadoso; sin embargo, Paola lo recibió muy bien en su territorio. De hecho, ese momento era necesario que sucediera, pues Paola estaba necesitando ayuda por el dolor que tenía en su rodilla derecha hacía más de una semana. Esperaron a que Paola terminara de aliviarse para irse a un lugar con un poco más de sombra.

Paola y El Monito comenzaron a hablar mientras Serena iba a comprarle una venda en una farmacia cerca; Paola parecía no ser la mujer que Serena describió, pues estaba muy tranquila con la presencia de alguien nuevo, además de estar muy abierta al diálogo. Paola necesitaba hablar, necesitaba expresar su cuerpo, su voz, sus pensamientos, su sentir. En un par de minutos les comentó muchos aspectos de su vida sin siquiera preguntar.

Paola, El Monito y Daniela están sentados en un muro diagonal a las escaleras de la estación Prado del Metro. Paola se agarra su rodilla derecha mientras habla.

PAOLA: Si yo no trabajo parece, si no me la rebusco la mía quién me va a dar la comida, todo. Mi familia vive en San Roque ¿usted distingue San Roque? Yo ya llevo años por acá...

(sollozando)

Ustedes nos ayudan mucho a nosotros...

Yo no me siento como antes, yo corría, yo me movía pa' todos lados... si me entiende. Yo me sentaba normal, yo dormía normal. Ahora poco es que me he sentido así cansada. Respirar duro por ejemplo (inhalando)

Como a mí me pegaron una puñalada en el pulmón...

(mientras estira sus brazos hacia el cielo habla y pausa un momento)

Estoy flaca porque mucha pensadera en la calle... Yo no sé nada de la casa...

(llora)

SERENA: Amor, ¿usted no tiene a alguien con quien pueda comunicarse? a quien pueda llamar; un hermano, hermana... alguien.

Paola se queda mirando hacia el infinito. Responde con su voz quebrada

PAOLA: Mi hermanito se me mató, mi hermanito se me mató viniendo pa' acá... Se mató con un caballo. Y con el golpe del caballo se reventó por dentro. Quedaba entre vivo y muerto, ¿si me entiende? Quedaba tirado en una cama. Él venía en la moto.

Uno que es loco... por eso me vine de allá.

Serena le pone la venda lentamente. Paola se queja de su dolor.

EL MONITO: ¿Y quién está allá en San Roque?

PAOLA: Mi mamá, mi hermanita y mi hija. Mi hija ya va pa' 6 años. No la veo desde que tenía 3 años.

SERENA: ¿Entonces cuando usted tuvo su hija no era gay? Porque usted es súper gay pues.

Risas de los tres.

PAOLA: No es que a mí en Puerto Berrío me violaron. Yo tenía 15 años... Me adoptaron a las malas me cogieron y quedé embarazada... De ahí nos fuimos pa' Puerto Berrío.

(Silencio)

Minutos después. Paola se termina un cigarrillo.

EL MONITO: Parce y ¿cómo es la vida siendo homosexual y en situación de calle?

PAOLA: Pues yo no sé, aquí la mayoría de hombres me han ofrecido plata para que me vaya con ellos. Pero no, yo prefiero trabajar como sea, saco energías de donde sea, así como esté... A mí eso no me gusta. Por más que necesite, no.

SERENA: ¿Y por acá en la calle hay muchas mujeres lesbianas?

PAOLA: Lesbianas, lesbianas, no.

SERENA: O sea ¿bisexuales?

PAOLA: Más de una me ha dicho “vamos a hacer un trío con tal hombre” y nooo. A mí me gustan sólo las mujeres.

Pausa. Paola recordando a su hermano y a su hija

PAOLA: Mi niña se llama Dulce María y mi hermano era el padrino... Ella le decía papá (llora). Decía “ay llegó mi papá en caballo” y se le montaba encima. Yo cuando a veces hablo con ella por teléfono me dice: “má, mi papá está en el

cielo.” (con su voz quebrada) (Pausa para secarse las lágrimas y respirar) Ese era... ese era todo pa' nosotros porque era el único hombre.

NARRADOR: Paola es una mujer muy joven, pero se siente vieja ya, cansada de la vida; les decía también que su vida no ha sido nada fácil y que no sabía cómo había sobrevivido a todo lo que le había tocado experimentar. Ella salió de Puerto Berrío y poco a poco fue habitando la calle de Medellín y encontrando en el consumo de drogas su escape a la realidad; su escape al dolor y a la tristeza. Paola es una mujer que se identifica como lesbiana, le gusta el color verde porque es hinchita del nacional y además también era el color favorito de su hermano, quien era su héroe, el papá de la casa, el que les daba todo, el que la regañaba, la amaba, la abrazaba, el que le regalaba la ropa y la comida; el que le regalaba los bóxers cuando no quería usarlos más. La aceptaba tal y como era y la apoyaba en cualquier decisión que tomase. Paola les contaba su vida y cada vez abría más su corazón y cuerpo. Se expresaba y sacaba todo ese dolor que tenía represado y que se guarda cada vez más con el consumo de heroína. Se inyecta su propio dolor...

El Monito iba con el ánimo de realizar una entrevista semiestructurada para el proyecto que deseaba escribir, pero en el camino comprendió que no era necesario realizar una entrevista o que su proyecto pasaba a un segundo plano; lo importante en ese momento era cruzar palabras con estas personas, escuchar lo que tenían para decir, entenderlos, sentirlos y sobretodo hacerlos parte de la sociedad y hacerles sentir lo valiosa que es su vida.

Comunicación personal de: Paola. El día 15/03/21

Escena 3: Ani-Lina en la piel

Una esquina del centro de Medellín. En el piso al lado de un portón de vidrio está Lina.

NARRADOR: El joven conoció también a Lina en una mañana. Una mujer de 35 años. Algo tímida. Ella y Serena se conocen porque Lina hace parte de una colectiva que se llama “Callejeras” (un grupo de mujeres feministas que se encuentran en situación de calle), liderado por varias profesionales de diferentes áreas. Ellas hacen intervenciones y siempre luchan por los derechos de las mujeres, además de tener encuentros artísticos para comprender un poco más sobre su rol como mujeres en la hostilidad de la vida en calle. Lina observaba al monito y le repetía a Serena que él se parecía a su hijo, a su hijo el monito. Serena cuenta que Lina cuando era una niña fue abandonada por su madre; luego al tiempo su padre falleció y su madrastra intentó venderla al mejor postor. Como Lina se dio cuenta de la situación viajó a Medellín y desde que era una menor de edad empezó a habitar la calle de esta ciudad un tanto cruel. Lina tiene tres hijos y desconoce su paradero; ella dice:

LINA: Yo entregué a mis tres hijos al ICBF porque no quería que se convirtieran en ladrones o matones.

NARRADOR: Lina tiene una mirada transparente y profunda y una sonrisa amplia que ama mostrar. Es delgada y sus huesos pueden observarse marcados en su piel. Le gusta consumir sacol o pega y caminar el centro. La acompañaron al Bronx -calle donde venden todo tipo de drogas y lugar donde suceden muchas cosas- para comprar una bolsita de perico que le habían encargado; pues Lina se la rebusca haciendo favores.

Los tres caminando.

LINA: Yo voy a comprar una bolsita de perico porque me sale más barato en bolsita y entonces luego la meto en esta coquita (saca un pequeño recipiente) para vendela más cara... (risas de los tres). Claro, así toca.

NARRADOR: Habla y apenas se entiende lo que dice; su voz es suave, sutil. Su timidez se refleja en su cuerpo, su mirada perdida y sus pequeños pasos de piernas delgadas.

A Serena.

LINA: Yo quiero motilame... ¿cuándo pueden venir a motilame este pelo? La otra vez vinieron a motilame pero ya tengo este pelo todo largo. (se toca su cabello negro donde reposan partículas de la pega que consume).

NARRADOR: Llegaron al Bronx, era un caos el lugar; había llegado el esmad y la policía a desalojarlos, a quitarlos de su territorio, del lugar donde se sienten seguros, de su cuerpo, de su vida, de sus caparazones y refugios. La agresividad y la violencia entonces se hacía visible una vez más y el no lugar se ratificaba en sus vidas.

LINA: Pirobos... (grita en el susurro). Esos son muy hijueputas con uno. Son unos hijueputas de mierda que le pegan a uno y lo echan de donde uno esté. No lo dejan a uno tranquilo. (habla en el susurro).

NARRADOR: Salieron del lugar. Iban caminando hacia el museo de Antioquia. Lina no había podido comprar el encargo que le habían hecho. Se encontraron un muro lleno de imágenes de mujeres y frases de empoderamiento femenino. Lina se dejó tomar una foto.

EL MONITO: Lina, ¿va a ser mi modelo o que? Escoja una frase que le guste del muro y le tomo una foto ahí.

LINA: Hágale, yo si me dejo tomar foto. Yo no soy picada con eso. (sonríe)

NARRADOR: “Tu mayor atractivo es tu confianza” decía la frase con una foto de Beyoncé la cantante. Lina, Beyoncé, Serena, El Monito y los hijueputas del esmad y la policía. Todos en un mismo lugar.



Imagen 1: Lina

Comunicación personal de: Lina. El día 05/04/21

Escena 4: Primera Sara, primera cara

Una reja de una cancha. En la parte superior chorritos de agua brotan y caen al piso para mancharlo de agua, con el ánimo de que nadie se siente allí. A dos metros de la reja, muchas personas sentadas en la acera. Entre ellas, Sara.

NARRADOR: Caminando vieron a Sara, quien también estuvo cerca del

Bronx. Es una mujer de 23 años.

SERENA: Amor hola ¿cómo estás?

SARA: Bien o no.

SERENA: Bien amor. Te presento a un parcero.

SARA: Hola, mucho gusto Sara. ¡Ay! Tan lindo.

EL MONITO: Mucho gusto, gracias. Tu eres muy bonita también.

SERENA: Amor ¿usted qué piensa del cuerpo y de la vida sexual en una persona en situación de calle?

Con determinación

SARA: El cuerpo es sagrado. Yo no me voy a acostar con alguien solo por un polvo y ya ¡Oigan! Eso a uno se le pegan las energías del otro y todo lo maluco que tiene el otro. Ya si es con amor es diferente. O por ejemplo cuando uno necesita plata o algo que una mansiada o algo así, pero para estar con alguien, no. A mi eso no me gusta, además hay muchas enfermedades.

SERENA: ¿Y has tenido algo con una mujer?

SARA: Pues uno a veces en medio de su borrachera y sus loqueras se besa con mujeres o hasta tocadas y así (risas). Pero pues normal... Ya pues una novia si no.

Parce me voy, nos vemos por ahí. Chao.

SERENA: Hágale pues.

EL MONITO: Chao, nos vemos.

Se alejan caminando hacia lugares opuestos.

Comunicación personal de: Sara. El día 05/04/21

Escena 5: Luisa, la estrella fugaz

Una mujer que aparentemente acaba de salir de la ducha. Un baño reconfortante para ella. Cojea y cruza miradas con El Monito. Cojea y se acercaba a él poco a poco mientras sonríe con sus grandes ojos. Otro fugaz encuentro.

LUISA: Hola.

EL MONITO: Hola hermosa.

LUISA: ¿Cómo estás?

EL MONITO: Bien ¿y tú?

LUISA: Ah bien, usted tan lindo.

EL MONITO: Jaja, gracias, tu también. ¿Qué te pasó en el pie?

LUISA: Ah me atropelló una moto allí abajo en la minorista hace casi un año ya...

El monito casi boquiabierto ante la respuesta tan fría y distante. Ante ese dolor la mujer no deja de sonreír con sus lindos labios rojos.

LUISA: Hace casi un año me atropelló una moto allí abajo en la minorista y vea.

Se saca su zapato y le enseña su talón casi destrozado y cicatrizado a medias.

EL MONITO: ¿Te duele mucho?

LUISA: Sí, a veces. Solo que también me acostumbré al dolor...

NARRADOR: Acostumbrarse al dolor. El corazón de El Monito latía frente a sus declaraciones. ¿acostumbrarse al dolor? Y es que casi todas las personas que él ha conocido que están en situación de calle les toca sí o sí acostumbrarse al dolor: físico, psíquico, emocional... Aprenden a vivir con su dolor como su mejor amigo. Lo han normalizado tanto que incluso hasta reflejan en su exterior lo normal que es. Sin embargo, el dolor también en la profundidad del

ser se manifiesta de muchas maneras. Y aunque no le preguntó a Luisa sobre la comunidad LGBTIQ+, sacaba sus propias conclusiones frente a lo que ésta “comunidad” atraviesa en su día a día, que, si bien es dolor y sufrimiento, rechazo y discriminación; también es motivo de orgullo, pues el empoderamiento que genera la defensa de su propio cuerpo hace que el dolor o sufrimiento se esconda detrás de esas corazas que se forman para generar un carácter fuerte. Fue un encuentro rápido pero lleno de mucho amor. Le contó en menos de diez minutos muchos aspectos de su vida.

Comunicación personal de: Luisa. El día 06/04/21

Escena 6: Las tres hermanas y no de Chéjov

Prado centro. Casas coloridas. Cada 3 metros una puerta abierta. En una de las puertas Monserrat maquillándose, La costeña sentada y Paulina abriendo su coca para almorzar, tres mujeres trans que ejercen la prostitución.

NARRADOR: Las mujeres están a la espera; la espera de que la pandemia termine pronto para poder tener horarios normales de trabajo. La espera de un cliente. La espera de dinero para llevar a sus casas y poder vivir dignamente. Ellas se han visto muy afectadas debido a la situación de la pandemia con respecto a sus trabajos y sus vidas; pues han sido violentadas por la fuerza pública en algunas ocasiones además de recibir burlas y rechazo por parte de la ciudadanía por ser prostitutas y además ser mujeres trans.

EL MONITO: Hola, buenas tardes. ¿cómo están?

LA COSTEÑA: Bien mi amor.

EL MONITO: Mucho gusto, el monito.

LA COSTEÑA: Mucho gusto, yo soy la costeña.

MONSERRAT: Monserrat.

PAULINA: Paulina.

EL MONITO: Buen provecho Paulina.

Paulina sonríe y agradece con sus ojos.

EL MONITO:  C mo es trabajar la prostitución en esta situación?

LA COSTEÑA: Horrible. A nosotras nos toca irnos ahora temprano; porque hoy hay toque de queda. Donde nos vean acá trabajando nos joden. Como son de hijueputas. Y pues a uno le toca hacer caso porque si no se trabaja con qué vamos a comer.

EL MONITO: A mí me gustaría conocer más de ustedes y que habláramos un poco más de cómo se sienten ustedes frente a la discriminación por ser mujeres trans.

MONSERRAT: No pues eso siempre, no falta el que pasa y se burla. Hasta la policía viene y se burla de nosotras. Pero bueno, igual ya una no hace caso.

Monserrat habla mientras se maquilla. Paulina est  en las escaleras almorzando espaguetis con arroz.

EL MONITO:  Podemos tomarnos una cerveza?

MONSERRAT: Ay amor, no; es que la verdad nos toca aprovechar y trabajar en este momentico que podemos. Ahí disculpa.

EL MONITO: Ah bueno, est  bien  Puedo volver en estos días?

LA COSTEÑA: Claro. Nene por ahora nos toca antes de que lleguen a sacarnos.

NARRADOR: El Monito les agradeció por sus palabras y por el corto encuentro que tuvieron; trabajo es trabajo y ellas debían cumplir con su horario laboral que se veía alterado por el toque de queda. Sobrevivir en el límite de tiempo. Trabajar lo que más se pueda en el tiempo. ¿Cuántos clientes? ¿Cuántas personas? ¿Cuántos insultos?

Comunicación personal de: La costeña y Monserrat. El día 05/04/21

Escena 7: C.R.i.s.S.t.I.Nnnnn.A

Esquina empolvada. Mujer de tez morena y cabello corto, es Cristina.

NARRADOR: Con Cristina fue un encuentro menos exprés; la mujer es de Marinilla y vivía allá con su madre. Cuando El Monito le preguntó por qué se había venido de su casa para el centro le respondió “por marica” seguido de una risa extravagante. Estaba algo inquieta. Se vislumbraba entonces la personalidad de esta mujer y el estado exaltado de su cuerpo.

SERENA: Cris ¿cómo han sido tus encuentros con mujeres?

CRISTINA: Era la segunda experiencia que yo tenía con una mujer. Yo crecí en un colegio de mujeres. Fui porrista. Y entonces me junté mucho con las nenas y sentimentalmente pues las nenas somos más sensibles y pues nos sentimos mejor, pero en la parte sexual ya de un orgasmo como tal es con un hombre. Pues por ejemplo si a mí un hombre me baja pues yo voy a sentir más rico con una mujer. Si o que. Pero pues para mí por la parte del pene. Pero entonces lesbiana lesbiana como tal que yo di ... por que yo no soy pues de que pasa una nena y que yo diga “ay ya sí que rico”. No yo no siento eso por

cualquiera, es difícil y es muy difícil pues que a mi me guste una nena. (pausa. Se mueve) Muchachos muchachos es que yo estoy toda maluca mami, estoy que (pausa) vendo mi cuerpo.

Risas de los tres. Cristina le grita a un grupo de personas sentadas a unos 8 metros del lugar en el que está un combo de cinco hombres.

CRISTINA: Ey aliviameee parcero... manada de hijueputas home que no sirven pa' nada, a lo bien. Es que son del gremio y no hacen nada.

SERENA: ¿y ellos tienen para aliviarla ahí?

CRISTINA: Sí, pero es que yo no tengo plata. ¿Me van a dar unas moneditas?

NARRADOR: Cristina estaba muy ansiosa, se apreciaba la tensión de su cuerpo en búsqueda del alivio. Serena y El Monito juntaron un par de monedas para que ella pudiera ir donde los muchachos a que le vendieran un poco de su alivio. Mientras se iba Serena y El Monito hablaban...

SERENA: Yo he hecho la tarea de preguntar respecto a la pregunta que tu tienes y lo he conversado con algunos seres humanos. Y es algo que permite un tema ahí y es como que, es como sin repudio porque es como parece yo sé que sos lesbiana y no me importa y aún así te busco -ah como lo que nos decía Paola la otra vez- Y aún así te busco porque eres mujer y de hecho no importa que seas mujer, muchas veces también es entre hombres... o sea es como si hubiera una línea donde se perdiera también como ese reconocimiento e identidad propia por múltiples factores: porque me conviene, porque "ay a mí me conviene poderme acostar con tal persona para poder tener comida el día de hoy, o para dormir hoy o para pagarme la pieza de hoy"... cierto, entonces es

como si dejara de importar, pero no es que deje de doler, o que deje de ser también en esa diversidad en donde se encuentren...

NARRADOR: Volvió Cristina y no le quisieron vender el alivio por las monedas que llevaba. Después de hablar un rato, Cristina le pidió un minuto a Serena para llamar a la mamá.

CRISTINA: Serena yo ya estoy cansada, yo me quiero ir pa' mi casa. Estoy mamada de la calle, del centro. Esto acá es muy duro amor. ¿tiene minutos yo llamo a mi mamá?

SERENA: Sí amor, claro.

Marcan el teléfono de su madre que no contesta sino hasta después de la cuarta llamada.

CRISTINA: Mamitaaa, mamitaaa aló. Con Cristina. Mami, sii, mami sí yo sé, pero déjeme explicarle. Má que pena, es que me quedé dormida... Sí, usted sabe que yo duermo dos días seguidos. Mami le estoy llamando del teléfono de Serena mi compañera, ella es enfermera de ese programa donde nos dan los kits acá en el centro. Entonces bueno, yo le conté que yo me iba a devolver, entonces hablando y entonces le dije que usted me había mandado y yo me organicé y todo y pa' ime má y precisamente me dio por estar en sano juicio ese día madrecita, pero es que yo no encontré a nadie para que me llevara... Eh claro, no mami... eso, si me entendes. Sí mami. Mamita es que imagínate que hablé con un amigo que me deja las pastillas de metadona a 40 mucho más baratas ma, entonces...

Se desvanece la conversación con su madre. Cristina ansiosa camina de acera a acera, de lado a lado.

CRISTINA: Sí ma, ella es la que nos acompaña en el programa y le puede consignar a ella que ella es de confianza ma, al número de ella mami es que yo la respeto... Sí señora... Sí... Ah entonces se la paso a ella... Sere vea que hable con mi mamá.

NARRADOR: Mientras Serena hablaba con la mamá de Cristina, ella tenía cara de preocupada. Después de colgar, la madre de Cristina le quedó de enviar el dinero a la cédula de Serena por medio de un giro en gana. 65.000 pesos, esto con el objetivo de que Cristina comprara un pasaje para devolverse a su casa; pues fue la razón para la cual llamó.

EL MONITO: ¿Qué sientes cuando no te has aliviado?

CRISTINA: A uno le duele el cuerpo, la cabeza, le sudan las manos, se le acelera el corazón.

Habla Cristina mientras mueve su cuerpo.

Comunicación personal de: Angie Cristina el día 05/04/21

Escena 8: Danaranjada

NARRADOR: Aparece Dayana o Dana (como la conocen en la calle) gritando “profe” con una sonrisa en su rostro mientras saludaba a Serena. Serena, la profe, los presentó y empezaron a hablar de la vida. La población cuando entra en confianza, tiene gran facilidad para develar la profundidad de su ser en el diálogo. Su conversación se fue alargando mientras esperaban que Cristina fuera a comprar el alivio.

DANA: Me gusta mucho la medicina forense. Porque era un sueño estudiar eso.

EL MONITO: Y ¿por qué desististe del sueño de la medicina forense?

DANA: Porque me interesé más fácil en la medicina, porque yo veía a mi mamita muy enferma y yo decía que algún día iba a crecer, iba a ser médica y pues iba a aliviar a todos los viejitos. Entonces me tiré más fácil por la medicina y ¿cómo es que se llama eso de los viejitos? (pausa) la gerontología.

EL MONITO: ¿Y la medicina?

DANA: No, estudié auxiliar de enfermería mientras terminaba el bachiller en el Pascual Bravo y de ahí cuando iba a empezar la enfermería – porque yo quiero ir paso por paso, como en ese orden- cuando yo iba a empezar la enfermería me vieron fumando bazuco en el baño y me echaron.

SERENA: ¿La echaron? ¿A usted la echaron del colegio por fumar bazuco?... es que qué gonorrea, si ve como le dañan a uno la vida. No. “Ay como esta persona está fumando bazuco echémosla para la calle” en vez de decirle “amor venga, usted hace cuánto está fumando y por qué” pero no. Se larga de acá que el problema es de otro...

DANA: Y ya me echaron del colegio y tuve problemas en la casa. Yo me puse a trabajar confecciones en la semana y estudiaba el fin de semana. Pero pues, o sea, pero yo me fui de donde mi mamá después de que me echaron del colegio porque no me quiso recibir más y me fui a vivir pa’ donde mi papá y resulta que mi papá no vive solo. Vive con mi madrastra y mis dos hermanastras y una de ella estaba embarazada de mellizos y vivía con el marido en la casa y empezó con esos celos. Y pues como mi trabajo quedaba al frente y el

muchacho me dijo que lo ayudara a buscar trabajo, pues yo hablé con la patrona a ver si le daba trabajo y bueno lo contrataron y nos manteníamos juntos dizque a hacer alguna vuelta y nos íbamos para la esquina a fumar marihuana y nos íbamos a trabajar todos trabados (risas) y bueno entonces esa peladita empezó como con esos celos con esa cosa y pues bueno ella empezó a decir que yo estaba metida con él y él conmigo y yo ya estaba mamada de que ella me pusiera tanto problema y yo ya no me aguantaba tanta sátira y tanto problema profe entonces obviamente me echaron a mí de la casa que porque yo le había tirado sabiendo que ella estaba de dieta y eso... entonces me vine pal centro y ahí conocí el centro y acá me quedé y conocí un muchacho dizque que me iba a poner a trabajar confites y mentiras, me enseñó fue a escapiar. Nosotros ya nos dedicábamos a robar. Yo llegué al centro y a los dos días conocí a mi novio y me fui a vivir con él. Él se enamoró de mí y yo de él y me llevó a vivir a Lovaina. No tenía donde más ir y él me ofreció su casa. Duramos dos años. Nosotros salíamos por la mañana a escapiar y llegábamos por la noche. Un día estábamos por acá por el Museo y llegó un carro y paró en el semáforo. Vimos a una señora contando puros billetes de 50. Ahí mismo nos le tiramos; éramos seis. Cuando nos le tiramos al carro a robarle los billetes no nos dimos cuenta que ella era como la esposa de yo no se quién como alguien de la alcaldía y atrás venían dos camionetas con gente escoltando a esa señora. Se bajaron y a dar puros tiros, yo me volé con una parcera pero al man lo mataron, le dieron dos tiros. Es que yo estoy aquí desde que iba a cumplir los 15 y ya tengo 21.

NARRADOR: Asesinaron a su novio y ella quedó desamparada. Dejó de robar y se dedicó a vender dulces en buses y semáforos; sin embargo, cuenta Dana que “es muy difícil a veces porque uno se duerme y al otro día amanece sin nada; sin cobija, sin ropa, sin plata, sin droga”. No solamente la sociedad los violenta, sino que entre ellos también hay índices de violencia por las mismas ganas de sobrevivir y encontrar comodidad en un mundo incómodo, lleno de muerte y violencia.

Respira

Llegó Cristina de comprar una bolsita de letra que le costó 13.000 pesos. Esa bolsita le sirve para dos alivios al día. ¡Qué negocio tan grande que es el microtráfico en Medellín! -pensaba El Monito- y el provecho que sacan de una población tan vulnerable; pues se consiguen el dinero del diario más para su droga que para su alimentación. Todos se fueron para unas bancas detrás del Museo de Antioquia. Cristina estaba preparando su dosis de heroína, estaba ya sudando frío. La ansiedad se apoderaba de ella.

CRISTINA: Esto se siente como un orgasmo. No de verdad, uno siente que se le va abriendo todo, se le abre hasta la vagina y siente un placer en el cuerpo como de un orgasmo.

NARRADOR: Su cuerpo comenzó a reaccionar ante el efecto. Patadas, puños, risas, sus ojos entre abiertos y el balbuceo era lo que su cuerpo expresaba; se sentía por fin aliviada después de pasar casi todo un día sin su dosis. Dana mientras tanto realizaba llamadas a los vendedores de heroína para comprar un poco y al mismo tiempo llenaba su pipa con bazuco para así calmar la

ansiedad; sin embargo, decía que el bazuco antes del alivio incrementaba su ansiedad por el mismo.

Comunicación personal de: Dayana. El día 05/04/21

Escena 9: Desnuda tu mente

NARRADOR: Después de unos minutos de conversaciones y de observar a Cristina bajo los efectos de su alivio, emprendieron viaje rumbo al encuentro con el vendedor de letra o heroína. Cristina paró un momento a orinar en una manguita por ahí cerca. Su cuerpo ahora estaba totalmente desinhibido; pues bajo los efectos de la droga su cuerpo era libre y hacía lo que ni ellas mismas podían controlar. Caminaron bajo los puentes del viaducto del metro de Prado. Se encontraron a Sara de nuevo. Siguieron caminando y llegaron al punto de encuentro. Después de esperar varios minutos llegó el hombre y Dana fue tras él para realizar la compra de su dosis y la de Sara. En ese momento Dana entró a una panadería de la avenida Palacé para entrar al baño y ahí se quedó aproximadamente treinta minutos.

Sara estaba desesperada y Cristina se había ido a conseguir un cigarrillo de marihuana. Seguían esperando.

SARA: (gritando) por favor sáquenla de ese baño... (pausa) agh jueputa. Ey por favor díganle que salga...

NARRADOR: Se le notaba el desespero a Sara en su rostro, en su cuerpo, en sus palabras... Pues ella pensaba que Dana le estaba robando parte de su dosis. Media hora después salió Dana llorando diciendo tener un problema muy

grande con su cuerpo. En ese momento hubo una discusión entre Sara y Dana debido a la droga y la espera por la misma, pues Sara ya necesitaba su alivio. Sara enojada emprendió un rumbo diferente al del resto.

Pausa

Se dirigieron hacia el parque Bolívar y Dana seguía llorando. Se sentaron en una banquita cerca a la Iglesia Metropolitana los tres: Serena, Dana y El Monito.

Una banca, tres personas sentadas. Cansancio en sus rostros.

DANA: Esa malparida tan boba (llora). Es que yo no estoy triste por eso, yo no estoy triste por eso. Ella verá qué quiere pensar, yo no le saqué nada a la bolsita de ella. Yo me demoré en el baño porque me ardió cuando hice chichí y me pareció muy raro entonces yo saqué un espejito y me vi la vagina y tengo unas llagas. Unas llagas todas feas y yo estoy preocupada profe. Porque es que a mí me dijeron que yo tenía VIH y luego que tenía sífilis, entonces yo quiero saber si es de eso. Pero me siento muy preocupada y triste por todo lo que me está pasando en estos momentos. (Pausa)

Yo quiero tener platica para internarme y ya salirme de esta mierda. Yo quiero estar limpia.

Silencio

NARRADOR: Después de otro largo momento conversando ya era hora de que El Monito y Serena partieran; no sin antes agradecerle a Dana por haber estado con ellos gran parte del día. Caminaron hacia la casa de Serena. El Monito sentía como si se hubiera quedado ahí en esa banca. Se sentía pesado, por la cantidad de información y la saturación de un día que no está acostumbrado a

vivir y habitar; por esta razón ratificaba la importancia en él de realizar ese anhelado proyecto que estaba pensando realizar.

Se escucha la voz del monito, como si se tratase de un pensamiento que retumba.

EL MONITO: Dana, Sara, Cristina, Monserrat, La costeña, Paulina, Lina, Paola, Luisa, Jhoana y todas las personas que conocí en aquellos días expresaban la necesidad de encontrar alguna manera de salir de la oscuridad de la vida en la calle que consume su cuerpo y vida lentamente; y que, a veces la voluntad no es lo único que se necesita para poder realizarlo.

Gracias Rosita, gracias Serena, gracias amigos, familiares, seres humanos a los que he conocido por regalarme la valentía y el amor para realizar este nuevo camino de vida.

Comunicación personal de: Dayana. El día 05/04/21

FIN.

1.3 Glosario

A continuación, se define el significado de algunas palabras que son usadas por personas en la cotidianidad; en este caso, de las personas en situación de calle que fueron entrevistadas para este proyecto y que se evidencian en la dramaturgia expuesta anteriormente:

- **Adoparon:** manera de decir “drogaron”. En el caso de Paola, a ella la drogaron para violarla.
- **Alivio:** heroína. Droga frecuentada por algunas personas en situación de calle.
- **Aliviarse:** acción de inyectarse heroína.
- **Bazuco:** Droga. Es el desecho de la cocaína que se consume fumada en pipa y mezclada con ceniza de cigarrillo.
- **Escapiar:** robar.
- **Letra:** otra forma para referirse a la droga heroína.
- **Metadona:** medicina en tabletas que sirve para controlar la ansiedad de las personas consumidoras de droga en momentos en los que no están consumiendo.
- **Minorista:** plaza de mercado en la ciudad de Medellín.
- **Perico:** otra forma para referirse a la cocaína. Derivado de la cocaína. Si bien tiene componentes de cocaína pura, al perico suelen echarle otras sustancias para hacerlo rendir.
- **Polvo:** otra forma para referirse al acto sexual.

2. OBJETIVOS

2.1 General

Diseñar ocho sesiones de trabajo, desde el teatro aplicado y las prácticas corporales, para promover la transformación de los estados corporales de las personas en situación de calle de la comunidad LGBTIQ+.

2.2 Específicos

1. Observar, escuchar, sentir y vivenciar las circunstancias en las que vive la población en situación de calle.
2. Analizar, comprender y resignificar las historias de vida de la población en situación de calle, como referente de la población con la que se aplicarán las sesiones; pues a través de éstas es posible observar y generar consciencia de la diversidad de los individuos en los colectivos, romper la estigmatización y mejorar su calidad de vida por medio de la sensibilización corporal.
3. Indagar en teorías del teatro aplicado, de prácticas pedagógicas corporales y teorías cromáticas para la creación del marco teórico, que sustentan las sesiones prácticas propuestas.
4. Configurar ocho sesiones de trabajo, a partir de metodologías teatrales, con cuatro fases de intervención: 1) presentación 2) exploración 3) creación y 4) reflexión; reconociendo los estados corporales previos de la población, los cuales se buscarán transformar, haciendo analogías simbólicas con los colores de la bandera LGBTIQ+ y sus significados.
5. Crear un texto de proyecto de grado, sistematizando las sesiones, para ser puestas en práctica por artistas y/o profesionales que trabajen en el área social en territorios y/o comunidades vulnerables.

3. JUSTIFICACIONES

El teatro permite la apertura a nuevas posibilidades y alternativas para la comprensión del cuerpo que se habita. “A-CROMÁTICO-Z” toma como punto de partida el trabajo del teatro aplicado como estrategia para la intervención social en procesos pedagógicos; en este caso, la transformación con las personas en situación de calle de la comunidad LGBTIQ+, incluyendo a quienes habitan la calle ya sea como espacio laboral, como casa, espacio para el ocio, entre otras. Dicho esto, es importante realizar este proyecto, pues a pesar de que se han realizado varios procesos con personas en situación de calle, lo que busca esta metodología es precisamente partir desde la población para comprenderla, y así, desde sus propias historias de vida, analizar las necesidades específicas para emplear las estrategias didácticas óptimas que induzcan hacia las transformaciones de los estados corporales.

Con respecto a lo expuesto anteriormente, para que exista transformación alguna como resultado de un proceso, debe entenderse que hay precedentes que se manifiestan en los cuerpos. Teniendo en cuenta esto y las historias de vida de las personas en situación de calle, en este proyecto se buscan alternativas de apoyo para transformar las siguientes dimensiones corporales: 1) Relajación 2) Concentración y atención 3) Cuidado y autocuidado 4) Confianza y escucha 5) Optimismo y alegría 6) Vitalidad 7) Sacralidad y por último 8) Equilibrio.

Dicho esto, la transformación de los estados corporales entonces está directamente relacionada con el estar en el mundo de una persona. Cuando existe una transformación hay movilización independientemente de lo positivo o negativo que sea para algún ser humano (en cuanto a lo emocional y psicológico); sin embargo, lo que sí se destaca de esta práctica es que al haber movilización hay consciencia corporal, hay un sentir de ese cuerpo que se es. Por esta razón, y teniendo en cuenta el teatro como práctica que indaga el cuerpo, es que se propone esta

metodología. Como referente frente al término transformación corporal, Marta Schinca¹ en la creación del método de Expresión corporal, diseña una primera fase llamada la “Gimnasia consciente” donde expone la importancia de la indagación del cuerpo para encontrar lo que debe ser transformado posteriormente en un proceso terapéutico, desde lo mecánico hasta lo orgánico y lo poético. En palabras de la autora y seguidora de Schinca (2017), Helena Ferrari:

“La toma de conciencia del cuerpo a través de la *Gimnasia consciente* basada en los principios universales y específicos del movimiento. Los principios de la *Gimnasia consciente* se originan con una finalidad terapéutica: la búsqueda de la salud mediante el movimiento orgánico que previene y corrige las anomalías funcionales aplicadas al desarrollo expresivo.” (2014, pág. 82)

3.1 Personales

El cuerpo es lo que todos los seres humanos compartimos; es a través de éste que nos relacionamos, que sentimos, que percibimos el mundo y el contexto en el que nos encontramos. Desde que empecé a formarme como actor profesionalmente, me he cuestionado por el poder transformador que tiene el arte en general, específicamente el teatro. He presenciado, por medio de diferentes intervenciones sociales que he realizado, que el teatro como medio para el aprendizaje tiene grandes potencias transformadoras y que además permite una interacción más honesta y humilde entre los interlocutores (actor-espectador o simplemente participantes). Considero que es importante generar acciones, desde el teatro, en comunidades como las personas en situación de calle; pues a través de éstas es posible observar y generar conciencia de la diversidad de los individuos en los colectivos por medio de la sensibilización corporal y la humanización de la población.

¹ Marta Shinca es una pedagoga e investigadora que enfocó su trabajo hacia el Teatro del Movimiento.

Mi proceso y experiencia como estudiante del arte dramático me ha permitido entender que el quehacer u oficio del actor va más allá de representar personajes en una sala; es entenderse como una persona se pone al servicio de los demás, por y para los demás. A través de los años he comprendido que el teatro como arte genera, en quien lo practica, cambios en la percepción del mundo. Por esta razón, se debe entender que el trabajo teatral parte desde la intimidad del sujeto que se expande hacia las creaciones de una colectividad en una comunidad específica.

Propongo la población LGBTIQ+ en primer lugar porque hago parte de la comunidad y considero que hemos sido y somos actualmente seres humanos que seguimos viviendo discriminación y violencia por parte de la sociedad. La comunidad LGBTIQ+ se caracteriza por ser una comunidad que está en constante transformación, en constante búsqueda del ser, de las identidades de género, de sexo... En esta comunidad se expone que los seres humanos somos seres diversos con pensamientos y percepciones diferentes frente a la vida. Es importante visibilizarnos como población, pues es la resistencia la que nos ha caracterizado durante décadas.

Para el arte y el teatro es importante indagar y potenciar los procesos que se pueden realizar en comunidades para generar transformaciones de los estados corporales. Sacar el teatro de las salas convencionales hacia espacios alternativos no solo hace que el actor o artista conozca las comunidades que viven en el país y su contexto, sino que puede trasladar a las mismas los conocimientos y experiencias que se viven siendo estudiante de teatro; esto entonces es un proceso de aprendizaje bidireccional que busca la horizontalidad en las relaciones y la comprensión de las problemáticas sociales desde la habitación del entorno, comprendiendo realmente las necesidades que tiene dicho colectivo y entendiendo sus dinámicas sociales, y a su vez, transformando los cuerpos constantemente.

4. MARCO TEÓRICO

4.1 ¿Qué y quiénes son los habitantes de y en la calle?

Para empezar, es importante abordar diferentes designaciones sociales y políticas que se tienen respecto a lo que es o quienes son las personas en situación de calle. A menudo en las calles de las ciudades se escuchan palabras a veces ofensivas al referirse a esta población: desechable, gamín(a), loco(a), ladrón(a) y un sinnúmero de calificativos que a lo único que llaman es precisamente al impulso de exclusión que vive esta población en su día a día. Desde diferentes departamentos como el DANE (Departamento Administrativo Nacional de Estadística) surgieron designaciones hacia la población en situación de calle que categoriza de manera clara las poblaciones en dicha situación. Teniendo en cuenta la información del DANE y la información expuesta por Marta Correa (2007) en su artículo “La otra ciudad-Otros sujetos: los habitantes de calle”, existen dos tipos de poblaciones que asumen la calle como su lugar de habitación: los habitantes de la calle y los habitantes en la calle; los primeros son aquellos que habitan la calle y que han retirado cualquier vínculo con su familia; además, es la calle el lugar en el que encuentra su actividad laboral o de “rebusque” como se diría coloquialmente. Por otra parte, se encuentran los habitantes en la calle los cuales igualmente habitan la calle como lugar de trabajo y/u ocio; sin embargo, aún conservan vínculo con sus familiares e incluso con sus estudios y trabajos que son reconocidos como “formales”.

En el artículo de Correa es interesante rescatar su visión del habitante de y en la calle, que los prioriza en el lenguaje de una manera incluyente en tanto a saber nombrarlos desde otras perspectivas que no se rigen en la categorización de simples sujetos en sí, sino en darles el valor de ser humano *“persona cuya vida se desenvuelve fundamentalmente en la calle, como espacio*

fisico-social, donde resuelve necesidades vitales, construye relaciones afectivas y mediaciones socio-culturales estructurando un estilo de vida” (2007, pág. 40); según esto, se entiende que los habitantes de y en la calle no son simplemente las personas abstraídas, rebeldes y aisladas socialmente sino que son una población que, desde sus dinámicas, realizan y desarrollan su vida socio afectiva, política y económica, que suele ser diferente a la de las personas que lo hacen de una manera convencional (social y políticamente aceptada).

4.2 Antecedentes

En Colombia se han desarrollado varios programas y proyectos que convocan a la población en situación de calle; desde políticas públicas sociales con programas específicos, hasta proyectos de resocialización, sensibilización y prevención. El “Plan estratégico de la Política pública social para los habitantes de la calle del municipio de Medellín 2017-2025” (2017) trabaja desde tres líneas estratégicas y de acción: la primera es la línea estratégica de promoción, protección y restablecimiento de derechos, la cual conlleva unos componentes de salud, educación, cultura e integridad apuntando hacia líneas de acción que sugieren la integración y apropiación del habitante en y de la calle hacia el reencuentro con el vínculo sociopolítico. La segunda línea apunta hacia la prevención, mitigación y superación; ésta busca hallar diferentes estrategias para disminuir la propagación de la habitabilidad de la calle e igualmente, como la primera, realizar procesos de resocialización. Por último, está la línea de comunicación e información que recopila diferentes metodologías y pedagogías a realizar con la población en aras de generar transformación social y participación de los habitantes de y en la calle en diferentes procesos que involucran la transmisión de información para los sistemas de atención al habitante de calle. Dicho esto, se entiende que la política pública social para los habitantes de calle en Medellín, está enfocada en la resocialización de la población con el objetivo de generar nuevamente vínculos

familiares (que son importantes pero a veces forzados) y además entrar a un mundo laboral que si bien generaría estabilidad económica, puede no comprender las necesidades elementales de la población en tanto a su sensibilización y humanización, pues cabe expresar que hay un sinnúmero de antecedentes que hicieron que ellos tomaran la decisión de habitar la calle. Existen otros sistemas que se articulan a las políticas anteriormente mencionadas, uno de ellos es el “Sistema de Atención al Habitante de Calle”, allí se despliegan varias estrategias de trabajo para que, como su nombre lo dice, existan mecanismos de atención para dicha población.

En Medellín hay varias entidades que están al servicio de las personas en situación de calle que, si bien priorizan la vinculación de los mismos hacia la vida social-política-económica, desarrollan otras formas de abordar la sensibilización de estos seres humanos, motivándolos, desde el arte, hacia procesos de autotransformación y de reconocimiento de su vida y sus historias para así generar resultados artísticos. Estos procesos están a cargo de varios profesionales del área de la psicología, la salud, la educación y el arte, potenciando lo interdisciplinar con una proyección hacia el cambio y la construcción de territorios de paz y resiliencia. “Cuando un ser humano tiene la oportunidad de narrar su historia desde otro lugar, en ese momento, la historia se puede empezar a ver de lejos y esa llamada memoria coagulada empieza a cambiar. Ese territorio del dolor empieza a trascender. Es básicamente lo que se busca con el arte: la resignificación” cuenta Clemencia Isaza, profesora de artes en el programa del Sistema de Atención al Habitante de Calle² en el Componente de resocialización, sobre el poder que tiene el arte en las comunidades para transformarlas.

La siguiente imagen hace parte de la exposición que realizaron las personas participantes del taller, de la mano de la profesional en artes Clemencia Isaza que buscaba principalmente expresar

² Consultado en la web: https://m.facebook.com/story.php?story_fbid=10159178318539189&id=607749188 el 17/03/21

las emociones y los territorios del dolor, transformándolos hacia resignificaciones artísticas para sanar y modificar su cuerpo con respecto a los sentimientos que desencadenaron dichos sucesos.

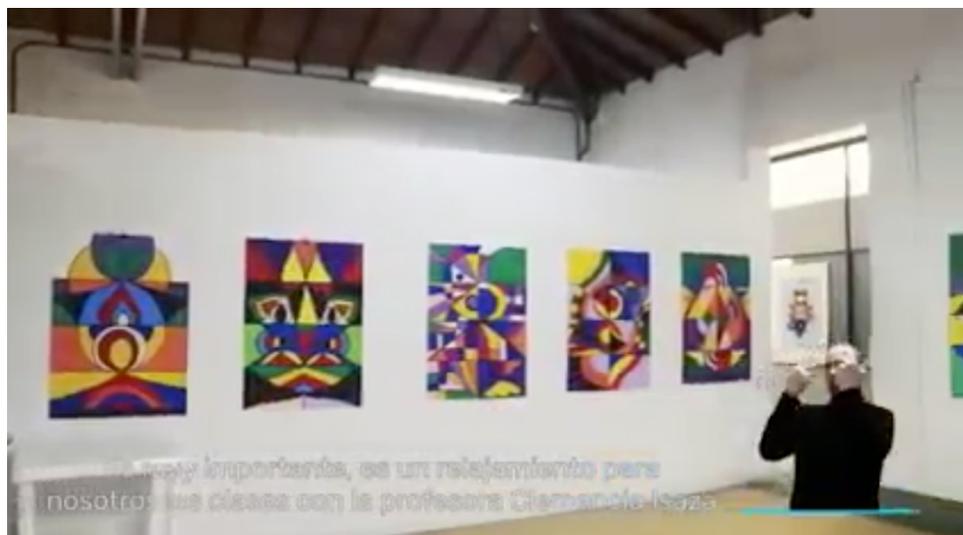


Imagen 2: exposición artística del proceso en el "Programa del Sistema de Atención al Habitante de Calle".

El arte involucra maneras de representación que ayudan a revivir-reexistir en los lugares del dolor y que por medio de las diversas poéticas de las personas es posible transformarlos.

A través de la pintura como expresión artística, el Programa de Atención al Habitante de Calle introduce el arte como alternativa para la sanación y transformación de los seres humanos de la población en situación de calle; pues es por medio de las experiencias de cada participante que, al trasladarlas al orden de lo artístico, se obtienen resultados que modifican el cuerpo y pensamiento de las personas pero sobretodo ayuda a la población a entender que sus dolores pueden ser transformados y ficcionalizados para ser observados desde otros puntos de vista utilizando estrategias no verbales.



Imagen 3: exposición "palabras pigmentadas".

“Palabras pigmentadas” fue el nombre de la exposición llevada a cabo en el año 2018 que se realizó con personas en situación de calle con discapacidades físicas. El arte entonces se convirtió en el medio por el cual los participantes pudieron expresar se cuerpo. La exposición fue abierta con el siguiente discurso:

“Las palabras, las historias, las pinturas muestran símbolos que expresan aspectos internos de una realidad significativa para quien la expresa y ajena para quien la mira; cada trazo, imagen o palabra tienen inmersos sentimientos y pensamientos que fueron captados a través del tiempo, siendo la memoria el recurso imaginario que permite una creación libre de juicios estéticos. Los elementos que conforman esta exposición no solo abren una o mil puertas a otras realidades, sino que han permitido a cada participante llevar de una mejor manera su condición psíquica³” (García, 2018)

³ Consultado en la web: <https://www.centromedellin.com/noticias/con-arte-terapia-habitantes-de-calle-exponen-obras> el 20/03/21

Con respecto a otro antecedente de este proyecto, estudiantes⁴ de la Corporación Universitaria Minuto de Dios de Medellín, realizaron una investigación en la Casa de Acogida para jóvenes en situación de calle en Medellín, cuyo objetivo fue dar cuenta de la autopercepción de la población en relación con la forma que los perciben los otros. Para la investigación utilizaron técnicas experienciales para documentar las historias y condiciones de vida de las personas en su entorno cotidiano. Se propone entonces “indagar por las construcciones subjetivas de los sujetos jóvenes habitantes de calle para recuperar sus voces frente al tema de sus derechos, y hacerlos sentir partícipes del tejido social que en numerosas ocasiones los margina, discrimina, estigmatiza o invisibiliza.” (Silva, y otros, 2018, pág. 811). Se puede constatar que cuando el cuerpo se involucra suceden transformaciones en el mismo, pues se incluye en todos los aspectos (físico, emocional, psíquico...) y al suceder esto, se generan diferentes perspectivas que hace que se reconozcan a ellos mismos como sujetos individuales y como sujetos en la comunidad/colectivo.

Por otra parte, la autora Andrea Liliana Ortiz en el documento “La sensibilización hacia el habitante de calle, brigadas y comunidad desde la lúdica como estrategia de un proceso de inclusión social”, describe el proceso que se vivenció en Bogotá para la realización de la investigación que como objetivo tuvo la inclusión social de las personas en situación de calle. A través de diferentes estrategias los brigadistas visitaron el entorno, el contexto de la población, para que, desde su hábitat, pudieran sentirse más cómodas con respecto a ese primer acercamiento. Considerar entrar directamente en el contexto en donde está la población en

⁴ Estudiantes del pregrado en psicología de la Corporación Universitaria Minuto de Dios, seccional Bello. Integrantes del Semillero de Investigación en formación humana *Chakana* adscrito al grupo de investigación Resodes. Ana I. Aristizabal; Mónica C. Gómez; Yurany A. González; Claudia M. Acevedo; Yehidi P. Ortiz; Natalia Rodríguez; Natalia M. Campo

cuestión es necesario para entender sus dinámicas y estilos de vida. Este antecedente es importante para el proyecto, pues se enmarca en fomentar vínculos horizontales para entender al otro como un par y así encontrar igualdad en el trato con el otro. Según Ortiz:

Esta problemática incluye a la comunidad entera, la cual mantiene un concepto superficial e inhumano hacia el habitante de la calle desconociendo las causas reales que conllevan a estas personas a permanecer en esta situación y recaer en sus intentos fallidos de inclusión y reeducación social. De tal manera que a partir del conocimiento de su cotidianidad, de su percepción del programa al que asisten permitió generar un proyecto que involucrara a la comunidad afectada por la problemática de habitabilidad en la calle en pro del beneficio y mejoramiento de la calidad de vida en el habitante de calle dentro de su microcontexto y en el macrocontexto⁵. (Ortiz, 2004)

Por otra parte, es importante mencionar que la población en situación de calle y en general las personas de la comunidad LGBTIQ+ se encuentran dentro de las poblaciones clave de vulnerabilidad de contraer el Virus de la Inmunodeficiencia Humana (VIH) debido a las condiciones de salubridad y seguridad en cuanto al consumo de sustancias psicoactivas que involucran el contacto directo con fluidos como la sangre; además de las prácticas sexuales sin protección que a veces se realizan. Estos factores son los que se presentan más comunmente en la población joven en situación de calle y según estadísticas se encuentra más en hombres que en mujeres (Berbesí, Segura Cardona, Caicedo, & Cardona-Arango, 2015).

⁵ Consultado en la web:

http://www.redcreacion.org/documentos/congreso8/comfenalco.html#Uso_apropiado_del_documento el 20/03/21

En la Revista Facultad Nacional de Salud Pública de la Universidad de Antioquia se encuentran algunas investigaciones que tienen como objeto de estudio la incidencia y prevalencia del VIH en personas en situación de calle como consecuencia de sus circunstancias como posible factor potenciador de contagio y transmisión. Según Berbesí, Segura, Caicedo y Cardona:

Los factores socioculturales que se han identificado que influyen en el mayor riesgo de la adquisición del vih han sido, la baja capacidad para tomar decisiones, el acceso a la educación, los problemas familiares y sociales que se agravan con la desocupación laboral y dificultades económicas graves que llevan a la persona a vivir un estado de inequidad social. (2015, pág. 201)

Se concluye entonces, que la población en situación de calle debido a sus circunstancias son personas vulnerables a contraer enfermedades de transmisión sexual y/o por contacto de fluidos; por esta razón se considera que las políticas de salud pública deberían fomentar proyectos para que a través de la enseñanza se pueda abordar estas poblaciones con el fin de fomentar el cuidado a su salud e integridad.

4.3 Referentes

Para la realización de este proyecto, se toma como apoyo teorías teatrales como el teatro aplicado, la dramaterapia, el teatro playback y las pedagogías corpo-sensibles; estas teorías se complementan con los conceptos de juego, estados corporales y teorías cromáticas para la exposición de los referentes y la base fundamental de la creación de la metodología propuesta en este proyecto. Estos referentes fueron la guía para entender cómo, a partir de teorías teatrales y

corporales y la articulación con teorías del color desde diferentes puntos de vista, es posible la creación de formas alternativas para abordar comunidades vulnerables y ayudar en la transformación de sus estados corporales.

Mapa temático



Figura 1: mapa temático

El proyecto "A-CROMÁTICO-Z" busca la transformación por medio de la sensibilización de los cuerpos de las personas en situación de calle de la comunidad LGBTQ+ a través de un proceso de prácticas y ejercicios experienciales. Para la realización del proyecto se toman referentes que destacan el trabajo teatral como metodología para la transformación individual y

colectiva; cabe aclarar que no se desarrollará la totalidad de lo que significa cada metodología, sino más bien funcionará como recurso para extraer lo más importante de cada una de ellas. Como metodologías teatrales está el Teatro Aplicado, que pretende poner el teatro como expresión en espacios no convencionales para la transformaciones individuales y colectivas; y a su vez, accionando de manera política como manifestación sobre un contexto. También, la dramaterapia o teatro terapia como alternativa de transformación desde la dramatización de la vida misma para reconocer los lugares del dolor y a su vez promover la buena gestión emocional. Igualmente las pedagogías corporales que, desde una mirada sensible, invitan hacia el reconocimiento del cuerpo que genera un vínculo entre expresión, emoción y pensamiento que desencadenan en los comportamientos humanos. Una revisión bibliográfica para entender que el arte, específicamente el teatro, como metodología y pedagogía interdisciplinar, tiene potencias transformadoras en los seres humanos.

4.3.1 Teatro Aplicado y sus derivas puestos en contextos de poblaciones vulnerables

Esta definición nos posiciona en un punto convergente, impuro, pero paradójicamente original, pues en nuestro país, el teatro está por necesidad de transformación y participación, en permanente diálogo con los diferentes sectores de la sociedad, artísticos, culturales, académicos, sociales, empresariales, de la salud, etc. El concepto Teatro Aplicado, que está en constante desarrollo, llega en las dos ultimas décadas del siglo XX y es nombrado así principalmente en países de habla inglesa. Utiliza diferentes metodologías y dinámicas teatrales para la realización de las sesiones de trabajo y/o procesos de socialización con las comunidades participantes. El TA se refiere “al uso del teatro en otros escenarios y con otras finalidades distintas a las del teatro convencional” (Motos & Ferrandis, 2015). El teatro aplicado, se define como (Martinez, 2017): “Un conjunto de prácticas teatrales, cuyo objetivo principal no es la creación artística sino que

encuentra fuera de sí sus razones de ser, sean sociales, políticas, terapéuticas, educativas o comunicativas.” (p.15) Este tipo de teatro no se realiza teniendo en cuenta sólo la mirada estética, sino que parte desde lo social y trabaja por y para ello. Está dirigido hacia la transformación de sociedades que suelen tener inconvenientes y/o problemas en dimensiones sociales tanto individual como colectivamente. Algo que caracteriza este tipo de teatro es que no hay un director, ni unos actores, ni unos espectadores; es más una forma de poner el cuerpo a través de experiencias para inducir las modificaciones corporales y de perspectivas que se dirigen hacia la inclusión y la creación de comunidad por medio de las relaciones horizontales dejando de lado la jerarquización social y/o profesional entre todos los participantes.

El TA sugiere entonces el trabajo utilizando rutas desde la investigación y transformación personal para así converger en modificaciones del orden de lo colectivo, promoviendo el trabajo de técnicas del arte teatral que introducen pedagogías desde el cuerpo sensible, el reconocimiento emocional y de memoria para llevar a cabo procesos de cambios sociopolíticos en una comunidad específica. Según Phylip Taylor:

“El TA se está convirtiendo en un relato del trabajo teatral llevado a cabo fuera de las salas de teatro comercial dominante con el propósito de transformar o modificar las conductas personales. Se caracteriza por su deseo de influir en la actividad humana para plantear asuntos y problemas que los miembros de comunidad tienen necesidad de resolver.” (Citador por: (Motos & Ferrandis, 2015, pág. 15)

El gran concepto “Teatro Aplicado” abarca varias categorías entre ellas el teatro del oprimido, el teatro playback y la dramaterapia. El primero, creado por Augusto Boal⁶ busca darle una voz a las clases oprimidas, las que están en constante exclusión por parte de la sociedad, las minorías. Es un sistema estético que integra el teatro y la terapia por medio de subcategorías donde se encuentran el teatro invisible, teatro periodístico, teatro foro y teatro imagen; de este último se hablará posteriormente . El segundo “es una original forma de improvisación teatral basada en los relatos, sentimientos, sueños y recuerdos contados por distintos narradores que surgen espontáneamente del público” (Motos & Ferrandis, 2015) esta forma teatral, que se enmarca en la dramaterapia, permite la exposición de lo que a veces no se nombra y que está oculto en el interior de las personas; apunta entonces hacia la expresión de lo que se quiere sacar por medio del cuerpo y el recuerdo a través de la improvisación. El tercero es la dramaterapia que utiliza aspectos del drama y el teatro en procesos terapéuticos para el aprendizaje socioemocional a través de juegos de libre expresión, juegos dramáticos, juegos de roles, improvisaciones, narración de historias, composiciones de marionetas y máscaras, entre otras. (Motos & Ferrandis , 2015). Estos conceptos o formas teatrales desde el Teatro Aplicado, son rutas metodológicas para la vinculación entre teatro y terapia teniendo en cuenta los procesos terapéuticos en los que se sustentan y que debe ser acompañado por un guía, acompañante u operador que esté relacionado, en el ámbito profesional, con el campo social y pedagógico. Según (Jacinto, 2014) Este facilitador debe “adaptarse a las necesidades de los participantes (escuchar, comprender, observar) adaptarse a los diferentes espacios de intervención (trabajar en los lugares que no tienen nada que ver con una sala de teatro)” (*in* Martínez, 2017, p.30). Esto con el fin de que haya un proceso bidireccional y horizontal con los participantes en su territorio.

⁶ Augusto Boal fue un director, actor, teórico y dramaturgo que desarrolló el “Teatro del Oprimido” como alternativa para la transformación social.

4.3.2 Dramaterapia y cómo se parte de las narrativas de vida para la creación de escena

La dramaterapia se centra principalmente en la transformación personal a través de la experiencia artística (Motos & Ferrandis, 2015); en ese sentido, las personas sufren cambios que inminentemente se reflejan dentro de un grupo o colectivo a partir de estrategias metodológicas dramáticas para el aprendizaje socioemocional. Dentro del campo del TA, específicamente en la dramaterapia se evidencian diferentes estudios que convocan el cuerpo de la persona con relación al tiempo y al espacio en sus diferentes etapas de vida; la persona revive momentos pasados para la sanación y proyecta momentos futuros desde el deseo y en ese proceso, que es experimentado en el presente, se convierte en narrativa o poética; es decir, a partir de su vida y experiencias se obtienen resultados artísticos que son efectivos para afrontar diferentes trastornos y/o traumas que se han generado en su vida por múltiples razones.

El teatro imagen, creado por Boal dentro del marco del Teatro del Oprimido busca partir desde la imagen y no desde la palabra; su forma de realización exige de los participantes expresiones desde su cuerpo para las sesiones de trabajo, teniendo en cuenta la dramatización que exalta el trabajo desde la acción. Busca entonces que el cuerpo se exprese desde otros lenguajes y además utiliza la imagen como estrategia para la conexión con la sensibilidad de los participantes, pues en este tipo de teatro lo que se resalta es el poder de la imagen en sí para transmitir sentido y no de la palabra para explicar lo que se quiere hacer entender. Busca establecer relaciones desde la diversidad de los participantes que encuentran en este teatro una manera de entender el mundo desde lo móvil y diverso, pues las imágenes son interpretadas de manera diferente por todos y a su vez, resignifica las posturas de cada persona frente al mundo.

4.3.3 Teatro Playback como estrategia para el encuentro del colectivo

Otra forma teatral es el Teatro Playback; esta modalidad de teatro es interactiva, pues introduce al espectador como parte del acto teatral en cuanto a creador directo de la pieza. El Teatro Playback conduce hacia creaciones colectivas teniendo en cuenta la visión y las narrativas de ese otro, de la persona que espera y que se convierte en un participante más del acto creador. Esta forma de teatro es espontánea e improvisada (Motos & Ferrandis , 2015) que traduce lo que el otro tiene para decir, desde sus experiencias, en un acto teatral. Por esta razón, se constata que estas formas teatrales ayudan a la expresión de las personas que están en búsqueda de la transformación y que, por medio de las pedagogías corporales, se reencuentra con sus propias vivencias y su cuerpo sensible para la modificación de las perspectivas y maneras de estar en el mundo. La dramatización y la reexistencia -volver a existir en el cuerpo- hacen, que por medio de la acción, pueda observarse los lugares del dolor desde fuera; es decir, se genera una distancia y reconocimiento de lo que sucede a nivel corporal con respecto a sus emociones para así, desde el mismo cuerpo, entenderlos y sanarlos.

4.3.4 Las pedagogías corpo-sensibles como metodología para la transformación

El siglo XX fue desencadenante para diferentes investigaciones en el arte y las ciencias sociales y humanas para evidenciar propuestas contemporáneas que se articulan con los nuevos modelos de pensamiento de la cultura actual. En el caso de la indagación por el cuerpo, se exponen diferentes alternativas que se expanden hacia nuevas posibilidades de conocer dicho concepto. Las pedagogías corporales han tenido gran interés y acogida entre los investigadores que se destacan por promover el pensamiento del cuerpo con relación a su funcionalidad y desarrollo en los diferentes ámbitos humanos, estudiando las experiencias y vivencias del ser con

respecto a su visión del mundo y motivando las necesidades expresivas que como especie sensible y pensante se tienen, tal como lo nombra Gabriela Noyola:

A partir de los años cincuenta del siglo XX, los estudios sobre la corporeidad se ven favorecidos por el desarrollo de investigaciones cuya tendencia general consistió en identificar los elementos de las estructuras sociales en su dimensión comunicativa. En ese contexto, a finales del siglo pasado comenzaron a examinarse desde enfoques lingüísticos y semiológicos asuntos como las estructuras matrimoniales, los mitos, la alimentación, el vestido, pero también las posturas, las distancias entre los cuerpos, los gestos y los movimientos. Estos exámenes representan esfuerzos tendientes a interpretar el valor significativo de las estructuras expresivas y operativas de la parte física del hombre. (Noyola, 2011, pág. 21)

Se entiende entonces que las formas actuales de enseñanza buscan el contacto directo con los cuerpos, que involucran la totalidad del mismo como unidad desde lo físico, psíquico y emocional. Teniendo en cuenta esto, dos filósofos que se han destacado en su trabajo por la desestructuración de los modelos de pensamiento para expandirlos hacia nuevas designaciones, son Guilles Deleuze y Félix Guattari (2010); haciendo alusión al rizoma -título que lleva su escrito- explican la heterogeneidad del ser humano, las multiplicidades que somos como especie en tanto sujetos sociopolíticos y seres de la naturaleza -que además construimos nuevas herramientas que se vuelven naturales en la cotidianidad- incluso la potencia de lo performativo, entendiéndose desde la habitación del aquí y el ahora, del acontecimiento, del cuerpo presente y lo que acontece con el mismo; pues el cuerpo está en constante transformación y se expande hacia nuevas posibilidades y formas de ser y estar en el mundo. Los seres humanos, como seres vivos nos convertimos en rizomas (raíces, ramificaciones...) únicas, no pueden existir copias de

nosotros, no pueden existir imitaciones exactas; cada ser humano es único y diverso. La doctora Luz Elena Gallo, profesora de la Universidad de Antioquia, menciona la importancia de las didácticas performativas para educar desde el cuerpo, teniendo en cuenta la filosofía deleuziana, articulando la investigación de las didácticas y las performatividades en la educación corporal.

“La experiencia del enseñar desde y con el cuerpo exige pensar la educación sin copias, modelos, imitaciones o representaciones. En términos didácticos se altera la percepción y se desacomoda lo que aparece como entidad estable, inmóvil, idéntica, repetida, homogéneo que se equipara con lo “idéntico” o “lo mismo” (Gallo, 2016, pág. 202).

Se reconoce pues lo interesante de esta mirada, ya que instala el cuerpo en el espacio y el tiempo presente y corresponde a la sensibilidad y conocimiento del mismo. En las palabras de Gallo:

Cuando la clase transcurre con bloque de sensaciones se constituye ante todo una experiencia didáctica como acto estético y performativo porque entre los personajes conceptuales, las figuras estéticas como cine, música, pintura, novelas de formación, caricatura y los modos de experimentar con el cuerpo en la clase, se producen gestos creativos, sensibles, de deseo y de la memoria y se genera una relación que incluye un modo de ser y estar en la clase en la cual cada uno se hace presente-se hace cuerpo-. (Gallo, 2016, pág. 202)

Ahora bien, entrando hacia la disciplina teatral como pedagogía, cabe resaltar uno de sus objetivos más destacados: conscientizar al ser-cuerpo desde su individualidad para la construcción de la colectividad teniendo en cuenta la unificación y articulación de sus potencias y habilidades corporales-creativas. Esto alude al cuerpo en dos grandes características que

generalmente se separan, la física y la mental; sin embargo, en el trabajo teatral, es indispensable entenderse unidad para corresponder en lo que sucede en el aquí y el ahora escénico. Cabe aclarar que la idea de entenderse unidad alude a lo corporal y no a las perspectivas del mundo en tanto experiencia y pensamiento, pues se es muchos estados constantemente y no se podría categorizar el ser en una misma identidad.

Retomando lo anteriormente nombrado, en el teatro es indispensable el entrenamiento corporal tanto de resistencia y fuerza como de la investigación psíquica y sensible; el “training” hace parte de la rutina de entrenamiento de un actor para buscar esa estabilidad y unidad corporal puesta al servicio de la escena. El doctor en estudios humanísticos, Diego Alejandro De la Vega en su tesis doctoral “El giro corpóreo: reflexiones sobre el habitar desde el teatro del cuerpo” (2011) explica lo que el “training” en un actor hace en su cuerpo con respecto a su disposición corporal en el espacio-tiempo.

“Se busca integrar las partes del cuerpo y armonizarlas. Se busca integrar la experiencia mental y corporal. Lograr plena conciencia y experiencia de la 'inseparable' unidad de lo físico y lo 'mental', pues "nuestro ser físico (incluido el cerebro) es el lugar concreto de las emociones, sentimientos, reacciones, y demás aspectos del paisaje interior. Se camina así hacia la humanización a través de la universalización de los sentidos.” (págs. 397,398).

Cabe aclarar que no es específicamente un “training” lo que se hará con la población de personas en situación de calle, sino que es importante exponer el paralelo entre el entrenamiento actoral para el desarrollo de las capacidades, para el ejercicio actoral, con respecto al objetivo del proyecto y de las sesiones a trabajar que articulan y toman el cuerpo como unidad para el estar presente y generar transformaciones corporales por medio de ejercicios somatosensibles.

4.3.5 El juego como estado de unidad corporal

Una de las maneras en que el ser humano aprende es el juego, allí es donde la persona pone su cuerpo al servicio del mismo y experimenta lo que sucede en el presente de la acción, resolviendo de manera espontánea los problemas u obstáculos que se le presenten. Se avivan los sentidos de los seres humanos para responder a los estímulos externos que suscita el momento; aquí hay unidad corporal: los sentidos, las emociones, los sentimientos, la carne, la mente... todo puesto en armonía hacia el desarrollo de lo que acontece. De igual manera, en el caso teatral, los actores que están en constante estado de juego habitan estos estados corporales, pues el actor es un ser humano que recibe estímulos desde el exterior y así mismo los devuelve. Como lo nombra Ana Milena Velásquez “La virtud del actor reside en su capacidad de jugar creativamente a ser otros y de expresarlo con sus instrumentos artísticos: su cuerpo, su voz y su mente emocional, creativa y racional” (2019, pág. 2) A través del juego (como ejemplo de cuerpo unificado en acción y como metodología teatral) el cuerpo se apertura hacia los estímulos externos que lo afectan y producen estímulos químicos en el mismo; además, las personas reviven emociones y sentimientos a través de mapas neurales que se plasmaron somáticamente en el pasado y que a través del pensamiento se convirtieron en sentimientos. En el juego, el ser humano está en actitud de algo que va más allá de la simple diversión; es la liminalidad, el presente, el animal, el instinto...

4.3.6 Las emociones y sentimientos traducidos en estados corporales en los seres humanos

Antonio Damasio expone en su texto “En busca de Spinoza” (2005) los procesos neurobiológicos de las emociones y los sentimientos. Desarrolla diferentes miradas desde la neurobiología acerca de las emociones como respuesta a un estímulo externo que se genera

somáticamente (estado somático) y que desencadena un sentimiento, a través del proceso de cognición y tiene que ver con lo que dicha emoción provocó en el cuerpo de la persona. La emoción antecede el sentimiento. Retomando a los seres humanos a quienes está dirigido este proyecto, la población en situación de calle, es interesante tener estas miradas, pues agudizan el entendimiento psicofísico de los mismos, considerando que pudo haber existido alguna emoción-sentimiento que desencadenara la decisión por habitar la calle. Además, teniendo en cuenta que es a través del cuerpo (lo que todos los seres humanos compartimos, lo común) que se conectan esos estímulos y se perciben los sentidos que se tienen; es conveniente reconocer dichos estados (emociones) del cuerpo para entender el lugar en donde habitan los sentimientos que pueden surgir desde el dolor y que deben ser transformados. Como expone Damasio, las emociones muchas veces sentencian y agudizan el estado modificado en el que nuestro cuerpo se encuentra y al mismo tiempo la percepción que tenemos de él. En las palabras de Damasio:

En todas las emociones, múltiples descargas de respuestas neurales y químicas cambian el medio interno, las vísceras y el sistema musculoesquelético por un período determinado y de un modo determinado. Las expresiones faciales, vocalizaciones, posturas corporales y patrones específicos de comportamiento (correr, quedarse inmóvil, cortejar o hacer de padres) se establecen de esta manera. La química del cuerpo, así como vísceras tales como el corazón y los pulmones, contribuyen también. La emoción tiene que ver con transiciones y conmociones, a veces con verdaderos trastornos corporales. En un conjunto paralelo de órdenes, las estructuras cerebrales que sustentan la producción de imágenes y la atención cambian asimismo; como resultado, algunas áreas de la corteza cerebral resultan ser menos activas, mientras que otras lo son especialmente. (2005, pág. 65)

Se expone pues esta cita con el fin de demostrar la influencia de los estados corporales en relación con las modificaciones del esquema corporal y de las interacciones socioafectivas, y es esa relación de su cuerpo con el espacio y el tiempo que está en constante bloqueo y que además modifica las perspectivas de vida. Además de esto, el teatro hoy día se pregunta también por las neurociencias. Existen vínculos muy estrechos entre lo que es el teatro desde una mirada neurocientífica de desarrollo humano. Muchos conceptos teatrales ahora se explican desde las neurociencias teniendo en cuenta la relación del teatro de hoy con lo interdisciplinar; con la expansión constante del conocimiento.

Para finalizar, se puede afirmar que es alto y positivo el impacto de las pedagogías corporales y las estrategias desde el TA en poblaciones vulnerables como las personas en situación de calle; pues se destacan frente a otras alternativas de intervención ya que desde el arte se aporta al reconocimiento del ser humano y a las transformaciones de los estados corporales con relación a la postura frente al mundo desde el autoconocimiento (corporal e ideológico) que se expande hacia la comunidad, transformando los comportamientos y los estados en los que se está. Además de ayudar a la comprensión, la comunicación y las relaciones con las personas, estas metodologías convergen para la ayuda de creación del colectivo, generando respeto hacia la diversidad y reconociendo al otro como un ser humano, un par (Motos & Ferrandis, 2015). Por estas razones el TA ayuda a la reestructuración de los problemas sociales de las personas ya que modifican la forma de estar en el mundo desde el arte.

4.3.7 Psicología del color y cromoterapia: simbolismo y analogía para la creación de didácticas transformadoras

Según la psicología del color, los colores se clasifican entre cálidos y fríos: los cálidos (tonos rojos, amarillos y naranjas) son los colores que físicamente afectan a los seres provocando latidos

de corazón rápidos, aumentos de temperatura y efectos acelerados; en contraste con los colores fríos (tonos azules, verdes y morados) que producen sensaciones de tranquilidad y serenidad corporal (Zelanski & Fisher, 2001). Estas tonalidades de color y sus complementos tienen la capacidad de inducir a estados corporales que, al ser observados, alteran las perspectivas de quién observa, generando sentidos y experiencias que se representan como símbolos y a las cuales se les otorga sensaciones. Cabe resaltar que cada ser humano tiene experiencias y percepciones diferentes, por esta razón la percepción del color y las sensaciones que este le despierte muy seguramente van a variar.

El color también es de interés investigativo en los estudios terapéuticos; la cromoterapia, por ejemplo, explica el color como un algo que está presente en todo momento y que incluso expone que hace parte de la vida, pues lo que rodea a los seres humanos y al universo es luz y energía y por ende, color (Padrini & Lucheroni, 2016). La cromoterapia, como medicina alternativa, permite vincular lo psicosomático y el ámbito energético para curar o transformar enfermedades físicas y psicológicas, pues los colores (como luz) tienen diferentes resonancias en el cuerpo, las cuales generan alteraciones nerviosas y sensibles que hacen que se modifiquen o resten los síntomas de alguna enfermedad.

Tomando como referencia lo anterior, se infiere que la psicología del color y la cromoterapia pueden aportar en el abordaje de las transformaciones físicas de forma energética teniendo en cuenta las resonancias que cada color adquiere en el cuerpo del individuo. Dicho esto, se afirma que utilizando estas prácticas y articulándolas con las pedagogías corporales por medio del teatro aplicado es posible crear sesiones prácticas que induzcan hacia las transformaciones de estados corporales; es decir, a transformar estados psicológicos y emocionales.

5. METODOLOGÍA TREC

A continuación se expone la primera versión de la bandera LGBTIQ+ con el significado de cada color y al lado derecho, un cuadro que muestra el número de sesiones a trabajar (8) con su color específico. TREC es el abreviado de Transformación de Estados Corporales; una metodología que busca, como dice su nombre, transformar estados corporales y que se escribe con la abreviación TREC como inicial de las palabras. En el cuadro se muestra igualmente el “antes”, que fueron los estados corporales que caracterizaban a miembros la población en situación de calle y que pueden ser transformados en ese “después”; estos estados corporales son los que se perciben como importantes y que son potencialmente transformables en las personas en situación de calle. Las sesiones de trabajo consisten en cuatro fases: preparación, exploración, creación y reflexión.

| BANDERA Y SIGNIFICADO DE LOS COLORES | SESIONES | ANTES TREC | DESPUÉS TREC |
|---|----------------------|--|--------------------------|
| Sexualidad | Sesión # 3. ROSA | Abandono, descuido | Cuidado y autocuidado |
| Vida | Sesión # 5. ROJO | Tristeza, dolor, negación | Optimismo y alegría |
| Salud | Sesión # 6. NARANJA | Apatía, melancolía | Vitalidad |
| Luz del sol | Sesión # 4. AMARILLO | Miedo, temor, angustia | Confianza y escucha |
| Naturaleza | Sesión # 8. VERDE | Desequilibrio, fragmentación | Equilibrio |
| Magia/Arte | Sesión # 2. TURQUESA | Separación mental, física y emocional | Atención y concentración |
| Serenidad/Armonía | Sesión # 1. AZUL | Ansiedad, tensión | Relajación |
| Espíritu humano | Sesión # 7. VIOLETA | Vacío, desconexión con su fuerza vital | Sacralidad |

⁷Figura 2: primera versión de la bandera LGBTIQ+ con el significado simbólico de cada color.

“A-CROMÁTICO-Z” como nombre del proyecto nace de lo que podría decirse es la vida de los habitantes de calle; pues es un mundo ausente de color, un mundo en el que las oportunidades se convierten en grises constantes. La lucha con la sociedad, con las adicciones, los pensamientos, con el propio cuerpo hace que los seres humanos de esta población se sientan sin rumbo alguno, sin color alguno. Además, la sociedad señala a esta población y la trata como “el desecho de la sociedad”, agudizando así esa visión incolora. Sin embargo; el juego propuesto con la palabra “A-CROMÁTICO-Z” se contrapone para pensar y entender la intención de generar una analogía con la simbología de los colores como vínculo entre la diversidad, la creatividad y la transformación. Expone la intención del proyecto de reconocer la diversidad; la reunión de la A a la Z de la variedad cromática en los seres humanos.

En 1978 se hizo pública la bandera de la comunidad LGBTIQ+ por Gilbert Baker, aunque en la actualidad han reducido los colores y las franjas a seis, este primer diseño contaba con ocho franjas de colores que tenían cada uno un significado; serán los colores de esta bandera los que tomaremos como referencia para las sesiones de trabajo que se describen a continuación: rosa-sensualidad, rojo-vida, naranja-salud, amarillo-luz del sol, verde-naturaleza, turquesa-magia/arte, azul-serenidad y violeta-espíritu. Los colores de esta bandera se utilizan como el nombre de cada sesión de trabajo del proyecto debido a que están los colores primarios y secundarios o complementarios que, simbólicamente, representan la unidad individual que se complementa en el colectivo para generar identidad desde la diversidad. Además, cada color también representa algo que tiene vínculo con eso individual-colectivo que se quiere potenciar con “A-CROMÁTICO-Z”. Igualmente, como el proyecto está dirigido hacia la población en situación de

⁷ Imagen tomada de: <https://twitter.com/hashtag/40añosbanderalgbt>

la calle de la comunidad LGBTIQ+ y busca visibilizar la diversidad, es pertinente el uso de los colores de la bandera que identifican a esta comunidad como símbolo de unidad.

En la metodología TREC (Transformación de Estados Corporales) se realizarán ocho sesiones de trabajo de 90 minutos cada una, las cuales adoptan el nombre del color específico y a su vez contienen una palabra clave que en conjunto definirán el objetivo de cada sesión y la metodología a realizar. Las sesiones son diseñadas de manera en que pueda ir desde el reconocimiento corporal individual hacia lo colectivo, articulando diferentes metodologías desde la expresión y pedagogía corporal y el teatro aplicado para inducir a estados corporales que potencien la transformación de los seres humanos de esta población por la experiencia obtenida. Cada sesión está diseñada como un modelo o estructura de cuatro fases donde se trabajarán ejercicios dirigidos para la preparación, la exploración, la creación y por último la reflexión. Para el cierre de cada sesión, en la fase de reflexión, se le entregará a cada participante una ficha con cuatro puntos que debe desarrollar, con el fin de expresar las vivencias del proceso:

1. ¿Cómo te sentiste hoy?
2. Comparativamente hablando ¿cómo empezaste y como terminaste la sesión?
3. Ubica y pinta con el color (específico de cada sesión) la parte del cuerpo donde sientes se sitúa la *dimensión* que se trabajó en la sesión de hoy (dependiendo de cada sesión va variando).
4. Ejercicio de respiración: de pie realiza tres respiraciones profundas, inhalando por la nariz y exhalando por la boca. En la última exhalación debes ir al piso y expulsar el aire rápidamente, ten como imagen que todo lo negativo lo dejas en la tierra.

5.1 TREC: sesión 1

| | |
|----------------------|---|
| SESIÓN # 1 | Y entonces... la pausa. |
| COLOR | Azul. |
| PALABRA CLAVE | Relajación. |
| OBJETIVO | Trabajar la relajación del cuerpo para transformar las tensiones existentes y abrirse a la creatividad. |

“Esto se siente como un orgasmo. No de verdad, uno siente que se le va abriendo todo, se le abre hasta la vagina y siente un placer en el cuerpo como de un orgasmo.” **Cristina**

El color azul simboliza la **serenidad** en la bandera. Se escoge este primer color como la sesión que apertura la metodología TREC ya que busca transformar las tensiones emocionales y corporales de los participantes en relajación corporal, por medio de ejercicios en relación con la propiocepción; reconociendo sus ritmos, su energía, su respiración y su esquema corporal.

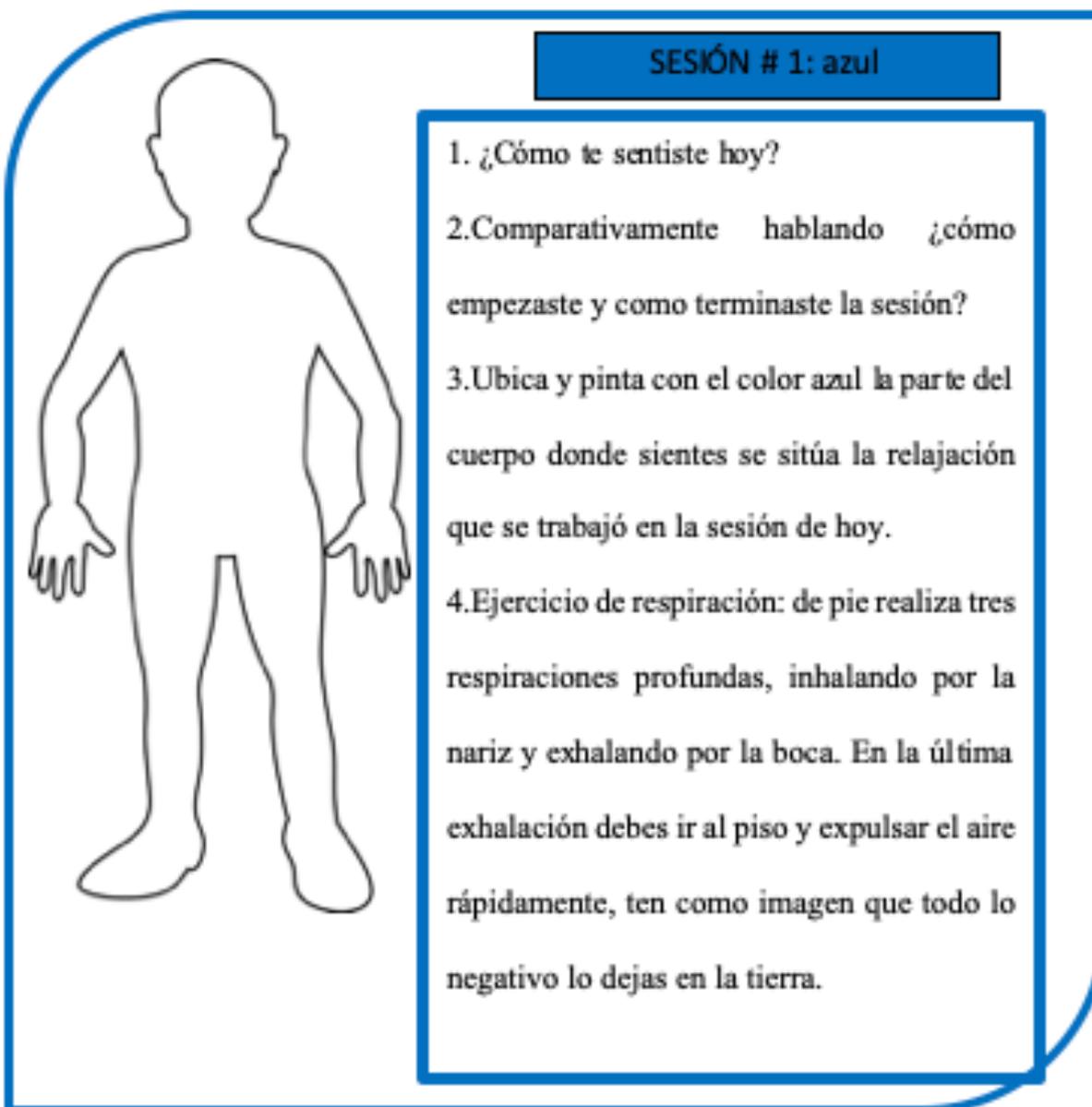
Según estudios desde la psicología del color, el azul promueve la paz, la serenidad, y la claridad interna. Este color baja la frecuencia cardiaca lo cual permite que sea óptimo para la meditación y la relajación o para cualquier actividad que requiera calma.⁸ Por estas razones se puede decir que las vibraciones, en cuanto a las frecuencias, que este color remite en los cuerpos, calma emociones fuertes y ayuda a la disminución de estados sobrealterados del cuerpo como las tensiones y las ansiedades.

⁸ Consultado en la web: <https://www.colorpsychology.org/es/azul/> el 04/06/21

| FASES: Sesión # 1 | EJERCICIOS |
|--|--|
| <p>Preparación:</p> <p>Ejercicios de preparación para el trabajo de exploración</p> | <p>1. Profundidad: los participantes, ubicados en un círculo en el espacio, deben realizar tres respiraciones profundas para luego sacudir todo su cuerpo. Después de sacudir dar un salto alto y anclar sus pies en el piso; con el fin de prepararse al resto de la sesión.</p> <p>2. Presentación: los participantes deben permitirse ser observados. Cada participante debe decir su nombre y expresar lo que desee sobre su biografía.</p> <p>Duración: 15 min.</p> |
| <p>Exploración:</p> <p>Ejercicios para explorar libremente</p> | <p>3. Respiración: los participantes deben escoger un lugar en el espacio donde van a acostarse. A continuación se harán ejercicios de respiración guiados por el guía del taller: ocho respiraciones profundas, luego ocho respiraciones profundas inhalando en cinco tiempos, sosteniendo cinco tiempos y exhalando en otros cinco tiempos. Después cinco respiraciones profundas y al exhalar por la boca se pronuncia la letra “S”.</p> <p>4. Reconocer: los participantes en el espacio en el que se encuentran reconocen el estado en el que está su cuerpo. Deben reconocer la forma de sus pies, de sus piernas, su pelvis, su tronco, sus brazos y su cabeza. Reconocer las formas de sus cuerpos, si tiene alguna cicatriz, algún dolor físico. Cuando se reconozca ese “algo” que está en el cuerpo deben frotar las palmas de sus manos, haciendo fricción y llevarlas hacia ese lugar para darle calor.</p> <p>5. Masaje: los participantes hacen un masaje con sus manos en su cuerpo desde los dedos de sus pies hasta el rostro.</p> <p>6. Depuración: el espacio debe ser iluminado con una luz azul. Los participantes deben sentarse en un círculo y cerrar sus ojos. La premisa es imaginar que el espacio está lleno de agua, que pasa agua lentamente y de forma tranquila. El guía del taller unta a los participantes con esencias aromáticas de eucalipto en su pecho.</p> <p>7. Soltura: Los participantes deben respirar profundamente; el guía va describiendo las imágenes. Los participantes deben imaginar que desde la coronilla cae una gota de agua que pasa por el cuerpo y se va uniendo con otras gotas de agua que están en el cuerpo y que son las tensiones; el agua que pasa por su cuerpo se lleva todas las tensiones que se tenga. El agua inunda el cuerpo desde la coronilla hasta los dedos de los pies y llega a la tierra donde se abandonan las tensiones.</p> <p>Duración: 40 min.</p> <p>Materiales: aceite esencial de eucalipto, luz de color azul.</p> |

| | |
|--|---|
| <p>Creación</p> <p>Ejercicios compuestos para la creación</p> | <p>8. Agua fluida: (esta parte de la sesión va acompañada de sonido de agua) a cada participante se le entrega papel celofán color azul. Cada uno, que reconoció en su cuerpo sus particularidades, debe ahora forrar esas partes con el papel que suena como el fluir del agua. Ahora se convierten esas partes simbólicamente en lugares por donde brota agua fluida. Después de que cada uno termine debe ponerse de pie en un círculo donde todos puedan observarse y ver sus nuevos cuerpos.</p> <p>Duración: 20 min. Materiales: parlante para reproducir el sonido, papel celofán azul, sonido de agua previamente descargado.</p> |
| <p>Reflexión</p> <p>Cierre de sesión</p> | <p>9. Fichas: Entrega de fichas a los participantes.</p> <p>Duración: 15 min. Materiales: lápices de colores.</p> |

Ficha de cierre: sesión # 1



SESIÓN # 1: azul

1. ¿Cómo te sentiste hoy?
2. Comparativamente hablando ¿cómo empezaste y como terminaste la sesión?
3. Ubica y pinta con el color azul la parte del cuerpo donde sientes se sitúa la relajación que se trabajó en la sesión de hoy.
4. Ejercicio de respiración: de pie realiza tres respiraciones profundas, inhalando por la nariz y exhalando por la boca. En la última exhalación debes ir al piso y expulsar el aire rápidamente, ten como imagen que todo lo negativo lo dejas en la tierra.

Figura 3: ficha para cierre de sesión 1.

5.2 TREC: sesión 2

| | |
|----------------------|--|
| SESIÓN # 2 | Voy a mí. |
| COLOR | Turquesa. |
| PALABRA CLAVE | Atención y concentración. |
| OBJETIVO | Buscar la concentración y unidad corporal para la estabilidad de sí. |

“...o sea es como si hubiera una línea donde se perdiera también como ese reconocimiento e identidad propia por múltiples factores...” **Serena**

Este color en la bandera representa la **magia y el arte**. Si bien la magia es un arte que se practicaba en otras épocas, su poder radica en generar vínculos entre los seres humanos y las leyes contrarias de la naturaleza; sin embargo, buscaba otras fuentes de conocimiento metafísicos. El arte, por ejemplo, es una forma en la que los seres humanos pueden comunicar sentimientos, sensaciones, emociones y visiones del mundo y manifestarlas a través de sus poéticas involucrando su cuerpo y elementos plásticos. Ambas fuentes de conocimiento y expresión se relacionan en la manera en que surge su búsqueda. Pues hay concentración y atención frente a una necesidad que conlleva a la conexión sensible y energética en relación con el cuerpo carne.

El color turquesa nivela el azul, el verde y el amarillo. Este color, debido al equilibrio de los colores que lo componen, promueve la reflexión, la introspección y la concentración en los

sentimientos, pensamientos y necesidades propias.⁹ Se toma el color como la segunda sesión del TREC debido a que se buscará transformar la separación y fragmentación entre el cuerpo físico, emocional y mental de las personas con ejercicios que busquen equilibrarlos por medio de la reflexión y concentración de sí.

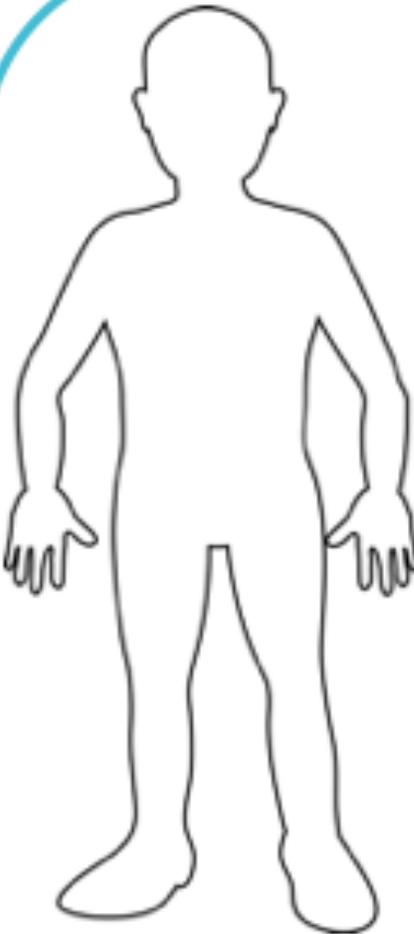
| FASES: Sesión #2 | EJERCICIOS |
|---|--|
| <p>Preparación</p> <p>Ejercicios de preparación para el trabajo de exploración</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Cómo estoy?: después de saludarse, los participantes uno por uno debe responder a la pregunta ¿cómo se siente hoy?; en un círculo cada participante va al medio y a través de un gesto acompañado de la voz debe responder: “hoy me siento...”. 2. Estiramiento: los participantes se disponen para la exploración. Deben hacer un pequeño estiramiento que será guiado por el guía del taller. El estiramiento es el saludo al sol¹⁰: <ul style="list-style-type: none"> - Exhala y, con la espalda bien recta y el peso del cuerpo bien repartido sobre las dos plantas de los pies, une las palmas de las manos frente al pecho. Conecta con la respiración. - Inhalando, estira los brazos arriba y hacia atrás. - Exhalando, lleva las manos en el suelo junto a los pies. - Inhalando, lleva la pierna derecha hacia atrás, la rodilla al suelo y la mirada hacia arriba. - Reteniendo la respiración, lleva la otra pierna hacia atrás, manteniéndolas ambas estiradas y los brazos también. - Exhalando, flexiona las piernas hasta tocar el suelo con las rodillas, el pecho y la frente. - Inhalando, apoya las caderas y las piernas mientras haces fuerza con los brazos para subir el tronco y abrir el pecho. Inclínate atrás y lleva la mirada arriba. - Exhalando, lleva las caderas arriba y la mirada hacia el abdomen. - Inhalando, lleva el pie derecho entre las manos, mientras bajas la otra rodilla hacia el suelo. - Exhalando, lleva la otra pierna adelante, pon los pies juntos y acerca la cabeza hacia las piernas. - Inspirando, levanta los brazos arriba y hacia atrás. |

⁹ Consultado en la web: <https://www.colorpsychology.org/es/turquesa/> el 04/06/21

¹⁰ Consultado en la web: <https://www.yogaone.es/blog/saludo-al-sol-para-empezar-el-dia-con-energia/> el 09/07/21

| | |
|--|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> - Finalmente, exhalando, junta las palmas de las manos frente al pecho. - Este estiramiento se hace hacia ambos lados/piernas. <p>Duración: 20 min.</p> |
| <p>Exploración</p> <p>Ejercicios para explorar libremente</p> | <p>3. Danza: con música los participantes deben mover su cuerpo y dejarse llevar por lo que escuchan y sienten. La música va a interrumpirse en algunos momentos donde los participantes deben mantener la posición en la que quedaron cuando la música se detuvo, y deben configurar una imagen corporal la cuál debe ser memorizada. En total serán cuatro imágenes que construye cada uno y cuatro veces en que la música se interrumpe.</p> <p>4. Construcción: con las imágenes que cada uno construyó y teniendo en cuenta las sensaciones que se tuvo en la experiencia musical, los participantes deben repetir las imágenes o poses y crear una secuencia de movimientos en una partitura fluida que involucre las cuatro imágenes/poses previamente memorizadas. Construir las transiciones entre cada imagen.</p> <p>5. Sensaciones: los participantes deben reconocer las sensaciones que desencadenan cada una de las imágenes; luego deben ubicar en el cuerpo el lugar donde sienten dicha sensación y definir el motor de movimiento (motor: lugar del cuerpo donde se ubica la sensación) trasladar la sensación e incorporarla en el cuerpo en movimiento en la partitura de imágenes.</p> <p>Duración 25 min. Materiales: reproductor de música, se propone para la música sonidos de tambores (cumbia, bambuco...).</p> |
| <p>Creación</p> <p>Ejercicios compuestos para la creación</p> | <p>6. Recopilación: ya habiendo reconocido las sensaciones y teniendo la partitura de movimientos preparada. Se les entregará cuadros de papel color turquesa donde deben escribir y/o dibujar las sensaciones que acompañan cada imagen. Estos papeles deben pegarse en las partes del cuerpo donde sienten (o donde parte el motor de movimiento) dicha sensación y observarse su cuerpo.</p> <p>7. Parejas: en parejas deben fusionar ambas partituras y mezclar sus cuerpos para después compartirla con los demás compañeros. Las sensaciones que están en el cuerpo de cada uno deben mezclarse y pasar por ambos cuerpos.</p> <p>Duración: 30 min. Materiales: papel color turquesa, lápices, colores, pinturas.</p> |
| <p>Reflexión</p> <p>Cierre de sesión</p> | <p>8. Fichas: entrega de fichas a los participantes.</p> <p>Duración: 15 min. Materiales: lápices de colores.</p> |

Ficha de cierre: sesión # 2



SESIÓN # 2: turquesa

1. ¿Cómo te sentiste hoy?
2. Comparativamente hablando ¿cómo empezaste y como terminaste la sesión?
3. Ubica y pinta con el color turquesa la parte del cuerpo donde sientes se sitúa la atención que se trabajó en la sesión de hoy.
4. Ejercicio de respiración: de pie realiza tres respiraciones profundas, inhalando por la nariz y exhalando por la boca. En la última exhalación debes ir al piso y expulsar el aire rápidamente, ten como imagen que todo lo negativo lo dejas en la tierra.

Figura 4: ficha para cierre de sesión 2.

5.3 TREC: sesión 3

| | |
|----------------------|---|
| SESIÓN # 3 | Amarse. |
| COLOR | Rosa. |
| PALABRA CLAVE | Cuidado y autocuidado. |
| OBJETIVO | Comprender que el cuidado del cuerpo es fundamental para dar y recibir afecto y amor y establecer relaciones. |

“Yo me demoré en el baño porque me ardió cuando hice chichí y me pareció muy raro entonces yo saqué un espejito y me vi la vagina y tengo unas llagas...” **Dana**

El color de la **sexualidad** en la bandera LGBTIQ+. Este color cálido aviva los sentimientos y estados exacerbados, pero los atenúa. Igualmente, este color expresa el amor, el cariño y la ternura de las personas.¹¹ Es importante el color como símbolo de la sexualidad entendiéndola no sólo desde el ámbito sexual sino también como lo afectivo desde el cuidado.

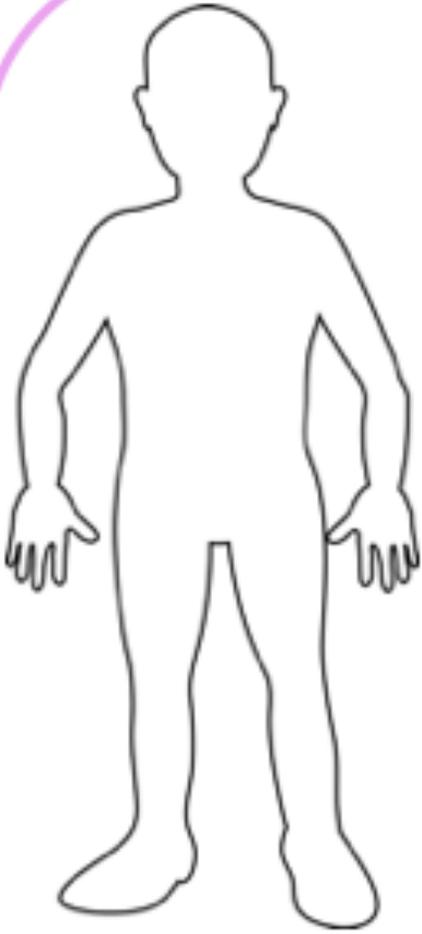
El cuidado y autocuidado es muy importante para poder tener buena relación con el cuerpo que se tiene, además porque se reflejará en el cuidado con el otro. El cuidado es una de las bases del amor y es por esta razón que el rosa como símbolo del amor y la sexualidad se toma para esta sesión de TREC que busca transformar los estados de descuido y abandono para buscar el amor y el cuidado de sí y por ende del otro.

¹¹ Consultado en la web: <https://www.colorpsychology.org/es/rosa/> el 04/06/21

| FASES: Sesión # 3 | EJERCICIOS |
|---|---|
| <p>Preparación</p> <p>Ejercicios de preparación para el trabajo de exploración</p> | <p>1. Observar: los participantes ubicados en un círculo deben observar su cuerpo desde la parte inferior hasta la parte superior para luego encontrar la mirada con otro compañero y mantener la mirada fijamente en los otros ojos.</p> <p>2. ¿Qué es el cuidado?: cada participante pasa al centro del círculo y con su cuerpo y voz expresa para él/ella qué es el cuidado y el autocuidado. Después de que cada uno pase el guía del taller les leerá lo siguiente:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>“El autocuidado es el principio para encontrar el amor propio; es el principio para darnos el valor que merecemos, es el principio para transformarnos y es el principio para cuidar y amar a los demás.”</i> <p>Duración: 15 min.</p> |
| <p>Exploración</p> <p>Ejercicios para explorar libremente</p> | <p>3. Abrazarse: cada participante debe encontrar todas las posibilidades de abrazar su cuerpo utilizando todas las partes del mismo.</p> <p>4. Besarse: cada participante debe encontrar todas las posibilidades de besar su cuerpo utilizando todas las partes del mismo. Con pintura rosa, el participante debe untar partes de su cuerpo y besar (desde otras formas, no sólo con la boca) todo el cuerpo. El objetivo es llenar el cuerpo con puntos color rosa para posteriormente contar cuantos besos se dio; es decir, cuantos puntos tiene en su cuerpo.</p> <p>5. Vendados: los participantes deberán tener los ojos vendados para después empezar a caminar por el espacio siempre teniendo cuidado con su cuerpo y el de los demás. El objetivo es estimular los otros sentidos; el olfato, el tacto, la escucha y que, al encontrarse con otro compañero lo pueda reconocer a través de esos sentidos que ahora están agudizados. Siempre teniendo mucho respeto por el otro.</p> <p>Duración: 30 min. Materiales: telas o vendas para los ojos. Pintura color rosa.</p> |
| <p>Creación</p> <p>Ejercicios compuestos para la creación</p> | <p>6. Cualidades: los participantes deben recopilar las características de alguno de los compañeros con el que tuvo interacción y tratar de plasmarlas en una pequeña figura humana hecha de plastilina rosa.</p> <p>7. El regalo: los participantes se encuentran en un círculo en el espacio, un participante sale al centro y comparte las características de la persona que creó en plastilina, luego muestra su creación y le obsequia la figura al compañero o compañera que él o ella plasmó. Después el otro compañero sigue los mismos pasos hasta completarse todos los participantes.</p> <p>Duración: 30 min. Materiales: plastilina color rosa.</p> |

| | |
|--|--|
| Reflexión Cierre de sesión | 8. Fichas: entrega de fichas a los participantes. Duración: 15 min. Materiales: lápices de colores. |
|--|--|

Ficha de cierre: sesión # 3



SESIÓN # 3: rosa

1. ¿Cómo te sentiste hoy?
2. Comparativamente hablando ¿cómo empezaste y como terminaste la sesión?
3. Ubica y pinta con el color rosa la parte del cuerpo donde sientes se sitúa el cuidado y autocuidado que se trabajó en la sesión de hoy.
4. Ejercicio de respiración: de pie realiza tres respiraciones profundas, inhalando por la nariz y exhalando por la boca. En la última exhalación debes ir al piso y expulsar el aire rápidamente, ten como imagen que todo lo negativo lo dejas en la tierra.

Figura 5: ficha para cierre de sesión 3.

5.4 TREC: sesión 4

| | |
|----------------------|---|
| SESIÓN # 4 | Aquí estoy yo. |
| COLOR | Amarillo. |
| PALABRA CLAVE | Confianza y escucha |
| OBJETIVO | Descubrir los estímulos que generan temores en el cuerpo para transformarlos en estados corporales que posibiliten la confianza y la escucha. |

“...Porque me interesé más fácil en la medicina, porque yo veía a mi mamita muy enferma y yo decía que algún día iba a crecer, iba a ser médica y pues iba a aliviar a todos los viejitos...”

Dana

El amarillo en la bandera representa la **luz del sol**. Este color siendo un color cálido enaltece y estimula los nervios de las personas. Denota felicidad, optimismo y creatividad. El color amarillo genera felicidad a quien lo observa, además como representación de luz del sol también genera placidez, fuerza vital y energía.¹² Esto dicho anteriormente con relación a lo que se necesita para adquirir la confianza.

Se escoge este color para esta fase de TREC ya que busca transformar los estados de temor y angustia en estados de seguridad y confianza tanto en sí mismo como en la relación con los demás.

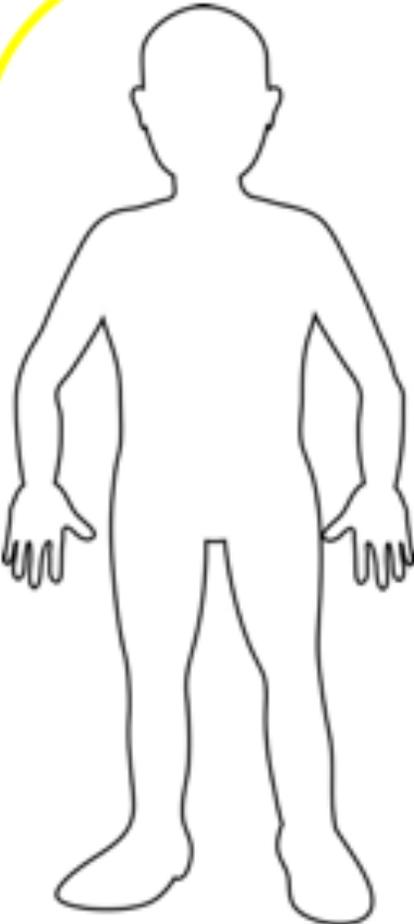
¹² Consultado en la web: <https://www.psicoactiva.com/blog/funcion-de-los-colores-en-cromoterapia/> el 10/06/21

| FASES: Sesión # 4 | EJERCICIOS |
|---|---|
| <p>Preparación</p> <p>Ejercicios de preparación para el trabajo de exploración</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Respiración: los participantes, dispuestos en un círculo en el espacio, deben realizar tres respiraciones profundas; inhalando mientras suben sus brazos hacia arriba y bajándolos mientras exhalan. 2. Chucha puente: hay una persona que es la que agarra a los demás; los demás participantes deben intentar no dejarse agarrar de esa persona. Cuando el que agarra toca a alguien, ese alguien debe quedarse congelado con sus piernas abiertas. El objetivo es que uno de los participantes (entre los que aun no han sido agarrados) debe pasar por entre las piernas del que esté congelado para liberrlo y así poder continuar el juego. El objetivo es agarrar a todas las personas. Las personas que agarran pueden rotar cuando sea necesario. 3. ¿Cuándo es?: los participantes en un círculo pasan al centro y expresan los momentos o situaciones en las que se sienten inseguros; además de expresar a qué le tienen miedo. 4. Lluvia de abrazos: los participantes en el círculo observan a cualquier compañero y le dice “ven”. Ambos se acercan y se dan un abrazo. Así sucesivamente hasta que deseen terminar. <p>Duración: 20 min.</p> |
| <p>Exploración</p> <p>Ejercicios para explorar libremente</p> | <ol style="list-style-type: none"> 5. Muñeco: los participantes se dividen en dos grupos y harán el ejercicio simultáneamente. Consiste en hacer un círculo y uno de los participantes se pone de pie en la mitad del círculo; la idea es anclar los pies y no moverlos del lugar poniendo su cuerpo rígido y sus brazos a los lados. El participante muñeco debe dejar que la parte superior de su cuerpo se caiga hacia todas las direcciones mientras que los otros compañeros no permiten que la persona se caiga, sosteniendolo y direccionándolo con una leve presión en sus hombros para seguir el movimiento. 6. Yo: los participantes deben caminar por el espacio y el que diga “yo” debe desplomarse hacia el suelo, los demás no deben permitir que caiga al suelo. 7. Activos: los participantes arman parejas, uno de ellos debe tener los ojos vendados, este debe esuchar la guía del otro compañero. El otro compañero es el guía del que está vendado y con sonidos va a guiarlo por todo el espacio sin permitir que se choque con alguien más ni que se haga daño. <p>Duración: 25 min. Materiales: venda para los ojos.</p> |
| <p>Creación</p> <p>Ejercicios compuestos para la creación</p> | <ol style="list-style-type: none"> 8. Exploración: Para este ejercicio los participantes deben llevar y tener objetos de uso cotidiano que sean significativos. Con una luz amarilla en el espacio, los participantes deben encontrar en los objetos que les pertenece y tienen con ellos, sus objetos más significativos. Observarlos, sentirlos y encontrar las posibilidades de movimiento que pueden tener los mismos. 9. Personaje: a partir de la exploración de todos los objetos crear un |

| | |
|---|--|
| | <p>personaje (marioneta, títere, juguete, animal... lo que se quiera) con los objetos y preparar una pequeña puesta en escena, desde la improvisación, donde expongan sus mas íntimas experiencias donde la confianza sobre sí haya resaltado para después compartirla con los compañeros. Recordar que es el personaje objeto quién habla; es ponerle voz al personaje. Deben nombrar el personaje y tener presente a ese personaje/objeto como el ser de la confianza quien los acompañará siempre. Escribir el nombre del personaje en algún lugar de su cuerpo donde sea visible.</p> <p>Duración: 30 min. Materiales: Luz amarilla para iluminar. Objetos de los participantes. Lápices o lapiceros.</p> |
| <p>Reflexión</p> <p>Cierre de sesión</p> | <p>10. Fichas: entrega de fichas a los participantes.</p> <p>Duración: 15 min. Materiales: lápices de colores.</p> |

Ficha de cierre: sesión # 4

SESIÓN # 4: amarillo



1. ¿Cómo te sentiste hoy?
2. Comparativamente hablando ¿cómo empezaste y como terminaste la sesión?
3. Ubica y pinta con el color amarillo la parte del cuerpo donde sientes se sitúa la confianza que se trabajó en la sesión de hoy.
4. Ejercicio de respiración: de pie realiza tres respiraciones profundas, inhalando por la nariz y exhalando por la boca. En la última exhalación debes ir al piso y expulsar el aire rápidamente, ten como imagen que todo lo negativo lo dejas en la tierra.

Figura 6: ficha para cierre de sesión 4.

5.5 TREC: sesión 5

| | |
|----------------------|--|
| SESIÓN # 5 | Soy la fuente. |
| COLOR | Rojo. |
| PALABRA CLAVE | Optimismo y alegría. |
| OBJETIVO | Transformar estados de dolor y tristeza en alegría y optimismo a través del juego. |

“Sí, a veces. Solo que también me acostumbré al dolor...” Luisa

El color rojo en la bandera LGBTIQ+ representa la **vida**; a su vez, este color cálido induce a estados somáticos acelerados, lo que podría relacionarse con la vida en cuanto a sentir. El rojo además también se simboliza en la sangre, la cuál es la que trae vida.

Este color estimula la energía física y mental; está relacionado con la pasión, el amor, la fuerza y la energía.¹³ Por esta razón se relaciona con el optimismo, pues este estado busca siempre una raíz de vida, de positivismo y transformación de lo negativo, en este caso de los dolores y las tristezas de las personas.

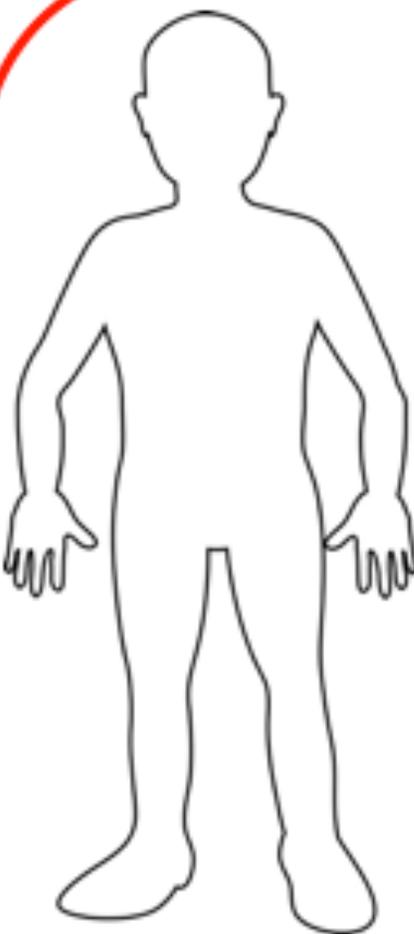
| FASES: Sesión # 5 | EJERCICIOS |
|--|--|
| Preparación Ejercicios de preparación para el trabajo de exploración | <ol style="list-style-type: none"> 1. Disposición: Después del saludo, los participantes deben realizar diez saltos hacia cada uno de los puntos cardinales. En total cuarenta saltos 2. Teléfono roto: el participante que desee toma la iniciativa y debe decirle al oído del compañero de la derecha cómo se siente el día de hoy; este compañero le replica el mensaje al siguiente y le suma la respuesta de él, así sucesivamente hasta que llegue al último |

¹³ Consultado en la web: <https://www.colorpsychology.org/es/rojo/> el 15/06/21

| | |
|--|---|
| | <p>participante quien debe memorizar y decir todas las respuestas.</p> <p>Duración: 20 min.</p> |
| <p>Exploración</p> <p>Ejercicios para explorar libremente</p> | <p>3. Alibaba y los cuarenta ladrones: Todos los participantes deben decir al unísono “Alibaba y los cuarenta ladrones”; algún participante toma la iniciativa y debe hacer un movimiento que dure el tiempo que dura la frase que está diciendo; el participante de la derecha debe copiar el movimiento propuesto por su compañero de la izquierda en forma de canon; es decir, debe esperar a que el compañero termine su movimiento para este empezarlo y así todos repetir el movimiento del compañero de la izquierda. La persona que propuso en el principio debe seguir proponiendo hasta que el guía decida terminar el juego.</p> <p>4. El monstruo: un participante es el monstruo y es el que es el elegido para coger a los demás; esta persona debe deformar su cuerpo para agarrar a los compañeros. Cuando agarra a algún compañero inmediatamente esta persona se convierte en monstruo y ambos se agarran de las manos para ir a cazar más personas. Gana quién termine sin ser agarrado.</p> <p>5. El duende: los participantes caminan por el espacio y cuando el guía diga “paren” todos deben parar y cerrar los ojos. El guía le toca la cabeza a alguno y ese es el duende. Este nuevo duende debe abrir los ojos y caminar sigilosamente entre los participantes que continúan con los ojos cerrados. El objetivo es que los demás agarren al duende cuando lo perciban si pasa por el lado de ellos. Cuando lo agarren el que lo agarró pasa a ser duende.</p> <p>Duración: 30 min.</p> |
| <p>Creación</p> <p>Ejercicios compuestos para la creación</p> | <p>6. Historias: los participantes se dividen en dos grupos y hacen el ejercicio en simultáneo. El tema de las historias debe ser “rojo”. Algún participante toma la iniciativa y debe empezar con una palabra, el del lado derecho debe seguir con otra palabra y así sucesivamente hasta que los participantes decidan darle fin. El objetivo es crear una historia entre todos.</p> <p>7. Representación: cada grupo debe contarle la historia creada al otro grupo. Cada grupo, tomando como referencia la historia que el otro grupo le contó, debe representarla y ponerla en escena de la manera en que desee. Cada grupo es libre de montar su puesta en escena; pueden crear los diálogos de ser necesario, o crear personajes nuevos. Lo único que no puede cambiarse es la situación y la fábula que fue contada en la historia. Cada grupo debe después compartir su puesta en escena con el otro grupo.</p> <p>Duración: 25 min.</p> |

| | |
|--|--|
| Reflexión Cierre de sesión | 8. Fichas: entrega de fichas a los participantes. Duración: 15 min. Materiales: lápices de colores. |
|--|--|

Ficha de cierre: sesión # 5



SESIÓN # 5: rojo

1. ¿Cómo te sentiste hoy?
2. Comparativamente hablando ¿cómo empezaste y como terminaste la sesión?
3. Ubica y pinta con el color rojo la parte del cuerpo donde sientes se sitúa el optimismo y la alegría que se trabajó en la sesión de hoy.
4. Ejercicio de respiración: de pie realiza tres respiraciones profundas, inhalando por la nariz y exhalando por la boca. En la última exhalación debes ir al piso y expulsar el aire rápidamente, ten como imagen que todo lo negativo lo dejas en la tierra.

Figura 7: ficha para cierre de sesión 5.

5.6 TREC: sesión 6

| | |
|----------------------|---|
| SESIÓN # 6 | Soy energía. |
| COLOR | Naranja. |
| PALABRA CLAVE | Vitalidad. |
| OBJETIVO | Establecer relaciones entre el cuerpo y el concepto vitalidad para transformar los estados corporales de melancolía y falta de energía. |

“...Pero no, yo prefiero trabajar como sea, saco energías de donde sea, así como esté...” Paola

Color cálido. En la bandera representa la **salud**. Es un color que puede denotar protección, pues está entre el rojo y el amarillo; la pasión y el entusiasmo. La vitalidad está presente al igual que el entusiasmo y la alegría. Es un color que permite encontrar posibilidades curativas desde su vibración energética de alta frecuencia.

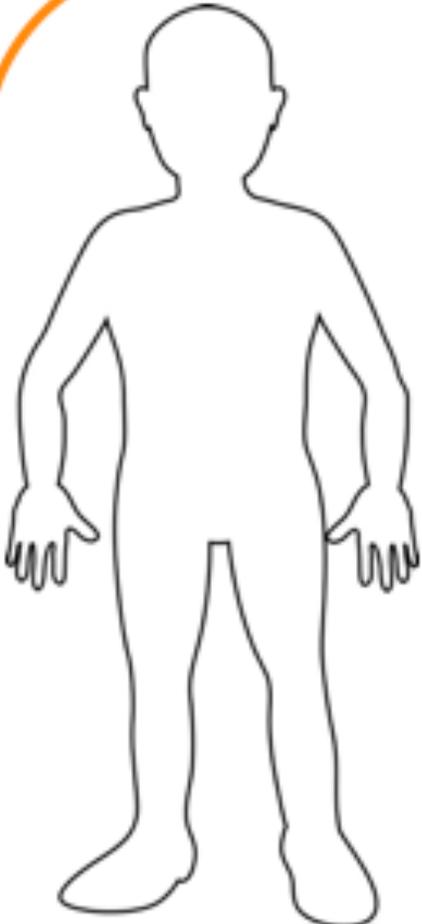
Se escoge este color en TREC para la transformación de estados corporales de melancolía y apatía en vitalidad; pues este color induce a la acción de liberación del cuerpo y la mente, y también al alivio de la represión.¹⁴

¹⁴ Consultado en la web: <https://www.psicoactiva.com/blog/funcion-de-los-colores-en-cromoterapia/> el 15/06/21

| FASES: Sesión # 6 | EJERCICIOS |
|---|--|
| <p>Preparación</p> <p>Ejercicios de preparación para el trabajo de exploración</p> | <p>1. Saludar: en un círculo están todos los participantes. El objetivo es elegir a un compañero con la mirada y saludarlo para ir a ocupar el espacio de ese compañero; al que saludaron debe repetir la acción hasta que todos participen.</p> <p>2. Activación: los participantes están en un círculo en el espacio, dan $\frac{1}{4}$ de vuelta hacia la derecha para quedar justo detrás del compañero. El ejercicio consiste en que con las palmas de las manos le den masajes suaves para activar el cuerpo del compañero del frente. Desde los pies hasta llegar a la parte superior del cuerpo.</p> <p>Duración: 15 min.</p> |
| <p>Exploración</p> <p>Ejercicios para explorar libremente</p> | <p>3. Papel: los participantes escogen un lugar en el espacio para acostarse y encogerse en posición fetal. El guía del taller debe ir describiendo la imagen a partir de la analogía del papel. La imagen es como si cada uno fuese un papel arrugado; poco a poco el papel va a ir desarrugándose, es decir, el cuerpo debe ir creciendo y alargándose hasta terminar acostados en posición estrella.</p> <p>4. Seguimiento: este ejercicio consiste en hacer una fila, hay una cabeza y una cola. El participante que esté en la cabeza debe proponer un movimiento constante y el resto de los participantes deben seguir los movimientos del líder. Cuando el líder decida pasa a la cola, el siguiente propone un nuevo movimiento. Así sucesivamente hasta que todos participen.</p> <p>Duración: 25 min.</p> |
| <p>Creación</p> <p>Ejercicios compuestos para la creación</p> | <p>5. Sentir: los participantes en parejas, cada uno escogerá un pliego de papel y material para realizar sus cartografías. Las cartografías se pueden realizar de muchas maneras; sin embargo, el objetivo de las cartografías es resignificar y representar el ser/el cuerpo a través de materiales para observarse desde la distancia y poder reconocerse de otras formas. La premisa en esta cartografía es dibujar la silueta del otro compañero en el papel; el compañero se acuesta boca arriba mientras el otro realiza el trazo de la silueta. Después de tener la silueta dibujada, cada uno debe plasmar sobre su silueta, con los diferentes materiales de color naranja, los lugares en el cuerpo donde sienten la vitalidad y los dolores y así diferenciarlos con el mismo material.</p> <p>6. Museo: se dispondrán todas las cartografías en el espacio para que todos los compañeros puedan observar las cartografías de los demás.</p> <p>7. Intervención: cada participante puede escribir o dibujar en las cartografías de los demás diferentes sensaciones y percepciones que tengan sobre esa otra persona.</p> <p>Duración: 35 min.</p> <p>Materiales: pliegos papel craft, lápices de colores, pintura y texturas color</p> |

| | |
|--------------------------------------|--|
| | naranja. |
| Reflexión Cierre de sesión | 8. Fichas: entrega de fichas a los participantes. Duración: 15 min. Materiales: lápices de colores. |

Ficha de cierre: sesión # 6



SESIÓN # 6: naranja

1. ¿Cómo te sentiste hoy?
2. Comparativamente hablando ¿cómo empezaste y como terminaste la sesión?
3. Ubica y pinta con el color naranja la parte del cuerpo donde sientes se sitúa la vitalidad que se trabajó en la sesión de hoy.
4. Ejercicio de respiración: de pie realiza tres respiraciones profundas, inhalando por la nariz y exhalando por la boca. En la última exhalación debes ir al piso y expulsar el aire rápidamente, ten como imagen que todo lo negativo lo dejas en la tierra.

Figura 8: ficha para cierre de sesión 6.

5.7 TREC: sesión 7

| | |
|----------------------|---|
| SESIÓN # 7 | Mis cuerpos. |
| COLOR | Violeta. |
| PALABRA CLAVE | Sacralidad. |
| OBJETIVO | Conectar con la parte espiritual y energética; lo metafísico y sensacional para entender otras posibilidades de cuerpos y reconectar con su fuerza vital. |

“El cuerpo es sagrado. Yo no me voy a acostar con alguien solo por un polvo y ya ¡Oigan! Eso a uno se le pegan las energías del otro y todo lo maluco que tiene el otro...” Sara

El color violeta es el color del **espíritu** en la bandera; además el color también simboliza el poder y la sabiduría. En esta sesión se utiliza este color como medio para el encuentro entre el cuerpo físico y el metafísico de la población; los encuentros con lo sagrado, con lo místico como manera de transformar los vacíos y la sensación de no pertenecer a ningún lugar. Es la posibilidad de sentir y reconocer la amplitud del cuerpo desde las sensaciones.

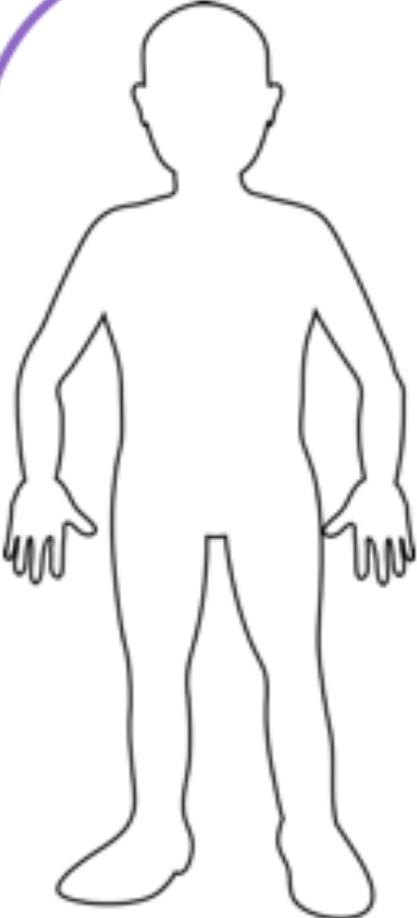
El violeta es el color de la transformación, es el color para la meditación, la contemplación, la mística y la espiritualidad.¹⁵ Por esta razón se escoge este color para trabajarlo en esta sesión.

¹⁵ Consultado en la web: <https://www.psicoadictiva.com/blog/funcion-de-los-colores-en-cromoterapia/> el 16/06/21

| FASES: Sesión # 7 | EJERCICIOS |
|---|---|
| <p>Preparación</p> <p>Ejercicios de preparación para el trabajo de exploración</p> | <p>1. Energía: los participantes están de pie en un círculo, el guía les entrega una flor violeta. Cada que entrega la flor, los participantes van poniendo su mano con la flor en la mitad del círculo; cada uno va pasando hasta que todas las manos estén en el centro y al unísono diran “uno, dos y tres: energía” y enviarán la energía a todo el lugar con todo su cuerpo.</p> <p>2. Conexión: el grupo se dispone sentado en círculo dando la espalda al centro del mismo. Una persona toma la decisión de ir al centro del círculo y expresar con una palabra lo que para él o ella representa lo sagrado, dejando la flor en la mitad del espacio. Se realiza hasta que todos participen.</p> <p>Duración: 20 min. Materiales: flores violetas.</p> |
| <p>Exploración</p> <p>Ejercicios para explorar libremente</p> | <p>3. Ritualización: los participantes se encuentran ubicados como en el ejercicio de inicio anterior, pero ahora deben acostarse de manera que en el centro del círculo se ubiquen sus cabezas formando un mandala con los cuerpos. Las cabezas deben tocarse. El guía del taller debe describir que los participantes deben imaginarse un rayo de luz violeta que entra por su coronilla y que invade su cuerpo; al ritmo de una música, los participantes deben empezar a mover su cuerpo y a imaginarse que la luz violeta se fuga por diferentes partes del cuerpo e irradia el espacio. Nota: <i>Se sugiere música o sonidos de tambores y cuencos tibetanos.</i></p> <p>4. Sensaciones: Luz violeta en el espacio. El guía es quién dará cada premisa. Cada participante elige un lugar en el espacio. Los participantes deben cerrar los ojos. A medida en que se va desarrollando este ejercicio las premisas van cambiando y el guía debe ir acompañando cada premisa. En cada premisa los participantes deben memorizar las sensaciones que les desata la exploración con cada segmento:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Segmento 1: se le entrega a cada participante una fruta violeta, que suelen entrar también dentro de los frutos rojos; estos frutos son antioxidantes para el cuerpo. Se entregarán uvas, moras y arándanos. Cada participante con una fruta diferente. Los participantes deben oler la fruta, tocar la fruta, escuchar su sonido al abrirse, probar la fruta. Y memorizar cada sensación que despierta en el cuerpo. - Segmento 2: imaginar y recordar un objeto que ha sido significativo en alguna etapa de su vida; ya sea en la etapa de la niñez, la adolescencia o la adultez. Recordar el por qué ese objeto es o ha sido significativo. - Segmento 3: imaginar que tienen un objeto que siempre quisieron tener. ¿cuál es su olor? ¿cuál es su color? ¿cuál es su sabor? ¿cómo se mueve? ¿qué texturas tiene?. <p>Duración: 25 min.</p> |

| | |
|--|--|
| | <p>Materiales: Luz violeta. Reproductor de música. Música de tambores y cuencos tibetanos previamente descargada. Uvas, moras y arándanos.</p> |
| <p>Creación</p> <p>Ejercicios compuestos para la creación</p> | <p>5. Recopilación: los participantes, al ritmo de la música, se mueven a través del espacio; deben recopilar en su memoria las sensaciones que tuvieron con respecto al ejercicio anterior y a su vez, incorporar las sensaciones en su cuerpo. Al terminar la música, los participantes se disponen sentados en un círculo. Nota: <i>se sugiere música celta.</i></p> <p>6. Intervención: Un participante debe pasar al centro del círculo. Los participantes que están sentados levantan la mano, uno por uno, y dan una premisa (palabra, situación, objeto...) que se relaciona con lo que experimentaron y con las sensaciones que tuvieron en el ejercicio (4). Los que estén en el centro deben improvisar movimientos o imágenes corporales que generen lo que los demás proponen. Lo ideal es que todo el grupo participe aleatoriamente. Puede haber más de una persona en el centro del círculo.</p> <p>Duración: 30 min. Materiales: reproductor de música. Música celta previamente descargada.</p> |
| <p>Reflexión</p> <p>Cierre de sesión</p> | <p>7. Fichas: entrega de fichas a los participantes.</p> <p>Duración: 15 min. Materiales: lápices de colores.</p> |

Ficha de cierre: sesión # 7



SESIÓN # 7: violeta

1. ¿Cómo te sentiste hoy?
2. Comparativamente hablando ¿cómo empezaste y como terminaste la sesión?
3. Ubica y pinta con el color violeta la parte del cuerpo donde sientes se sitúa la sacralidad que se trabajó en la sesión de hoy.
4. Ejercicio de respiración: de pie realiza tres respiraciones profundas, inhalando por la nariz y exhalando por la boca. En la última exhalación debes ir al piso y expulsar el aire rápidamente, ten como imagen que todo lo negativo lo dejas en la tierra.

Figura 9: ficha para cierre de sesión 7.

5.8 TREC: sesión 8

| | |
|----------------------|---|
| SESIÓN # 8 | Mi recuperación. |
| COLOR | Verde |
| PALABRA CLAVE | Equilibrio |
| OBJETIVO | Desarrollar ejercicios que estimulen y desarrollen la conciencia y la estabilidad física individual y grupal. |

“No pues eso siempre, no falta el que pasa y se burla. Hasta la policía viene y se burla de nosotras. Pero bueno, igual ya una no hace caso.” **Montserrat**

El verde representa la **naturaleza** en la bandera. Es un color frío que llama a la vida y la tranquilidad, además de que es el color de la naturaleza y el equilibrio en esencia el cual tiene un efecto calmante en la mente y el cuerpo.¹⁶ Este color representa la conexión con lo sagrado y lo natural; del cuerpo físico en conexión con lo que lo rodea. Simbólicamente es el color de la esperanza.

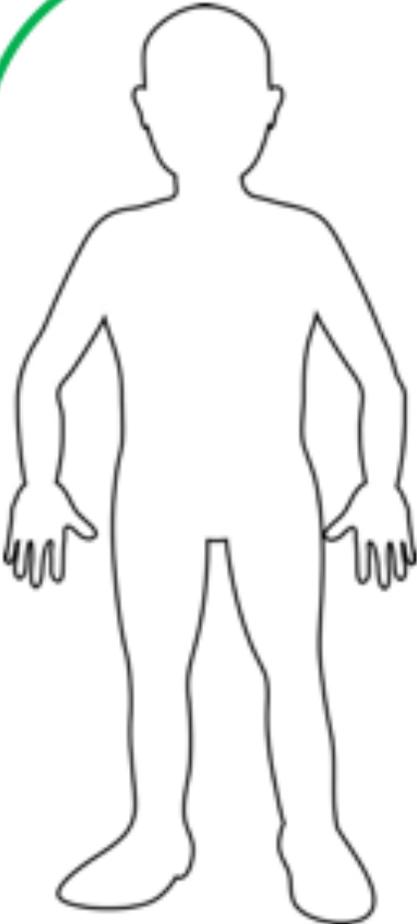
Este color será el final de la metodología TREC propuesta para este proyecto; la cual es una propuesta corta de ocho sesiones, un inicio para la sensibilización de las personas en situación de calle, pero que necesitaría un proceso más largo. Este color se elige porque los cuerpos, después de pasar por estados de encuentro consigo mismo, se encontrarán con el colectivo en equilibrio. El cuerpo humano con la naturaleza, lo otro.

¹⁶ Consultado en la web: <https://www.psicoactiva.com/blog/funcion-de-los-colores-en-cromoterapia/> el 16/06/21

| FASES: Sesión # 8 | EJERCICIOS |
|---|--|
| <p>Preparación</p> <p>Ejercicios de preparación para el trabajo de exploración</p> | <p>1. ¿Cuál es mi mayor sueño?: en círculo cada participante debe pararse en el medio del mismo. Observar a cada compañero y decir “buenas tardes/días/noches. Yo soy... y mi mayor sueño es...”. Cada participante debe pasar al círculo.</p> <p>2. Estiramiento: cada participante propone un ejercicio que involucre el estiramiento corporal. El ejercicio propuesto es repetido por todos.</p> <p>Duración: 15 min.</p> |
| <p>Exploración</p> <p>Ejercicios para explorar libremente</p> | <p>3. Desplazamiento: los participantes deben desplazarse por el espacio utilizando diferentes puntos de apoyo y diferentes maneras de desplazamiento: en un solo pie, en las cuatro extremidades, en la parte interna del pie, la parte externa, los talones, las puntas, las rodillas... El guía puede proponer las variaciones.</p> <p>4. Caballitos: los participantes deben estar en parejas; uno es un caballito y el otro el jinete. Deben ir de un lado al otro del espacio jugando con las velocidades. Los roles se rotan en cada desplazamiento.</p> <p>5. Espejo: las mismas parejas van a buscar un lugar en el espacio, uno al frente del otro. El objetivo es que ambos se observen, se sientan y perciban para que sean el espejo del otro y puedan generar movimientos al mismo tiempo para equilibrar el espacio.</p> <p>6. Banquete: los participantes deben tener los ojos vendados. El guía debe acomodar (previamente o en ese momento, según necesidades o espacio) diferentes alimentos de color verde en todo el espacio. El objetivo del ejercicio es que los participantes con sus ojos vendados puedan recorrer todo el espacio lleno de olores y sensaciones y escoger uno de los ingredientes naturales, con el que más se conecten y llevarlo hacia la mitad del espacio. Cuando todos lleguen se pueden quitar las vendas.</p> <p>Duración: 40 min.</p> <p>Materiales: vendas para los ojos. Alimentos de color verde (lechuga, espinaca, manzanas, uvas, pepino, aguacate...)</p> |
| <p>Creación</p> <p>Ejercicios compuestos para la creación</p> | <p>7. Estatuas vivientes: se forman dos grupos entre todos los participantes. Cada uno de los participantes, en su grupo, nombra el alimento que encontró y que llevó a la mitad del espacio. Esa persona debe tomar las características de ese alimento y recrearlas en su cuerpo: darle una voz, un tempo-ritmo, una calidad en el movimiento... cuando cada uno tenga definido el cuerpo que creó, deben entre todos componer una imagen; una composición que parte desde la quietud. Cuando todos estén dispuestos en su lugar, desde el juego y la improvisación, deben desarrollar una situación que debe tener como inicio la imagen en</p> |

| | |
|---|--|
| | <p>quietud y desde ahí darle acción. Cada grupo comparte su ejercicio de improvisación con el resto del grupo.</p> <p>Duración: 20 min.</p> |
| <p>Reflexión</p> <p>Cierre de sesión</p> | <p>8. Fichas: entrega de fichas a los participantes.</p> <p>9. Compartir: en ese momento se lavarán respectivamente los alimentos y cada uno debe aportar para realizar un banquete ya sea picando, lavando o preparando de alguna manera el alimento para finalmente comerlo y así cerrar las sesiones de TREC.</p> <p>Duración: 15 min.</p> <p>Materiales: lápices de colores. Platos, cuchillos. Se debe tener disponibilidad de agua para lavar los alimentos.</p> |

Ficha de cierre: sesión # 8



SESIÓN # 8: verde

1. ¿Cómo te sentiste hoy?
2. Comparativamente hablando ¿cómo empezaste y como terminaste la sesión?
3. Ubica y pinta con el color verde la parte del cuerpo donde sientes se sitúa el equilibrio que se trabajó en la sesión de hoy.
4. Ejercicio de respiración: de pie realiza tres respiraciones profundas, inhalando por la nariz y exhalando por la boca. En la última exhalación debes ir al piso y expulsar el aire rápidamente, ten como imagen que todo lo negativo lo dejas en la tierra.

Figura 10: ficha para cierre de sesión 8.

6. CONCLUSIONES

1. Los relatos de vida que observamos, escuchamos, sentimos y vivenciamos de Paola, Lina, Cristina, Monserrat, Luisa, La Costeña, Sara, Paulina y Dana nos permitieron proponer alternativas de transformación de los estados corporales, pues a través de estos relatos se evidencian los “antes” del cuerpo, o los estados en los que los cuerpos se encuentran para conocer sus necesidades; esos estados fueron de: tensión, ansiedad, miedo, desestabilidad emocional y mental, angustia, descuido, abandono, dolor, tristeza, negación, apatía, desconexión con su ser espiritual, por mencionar algunas, pues la población es diversa y a su vez sus problemáticas.
2. Las historias de vida de las personas mencionadas anteriormente permitieron configurar una propuesta dramática que además de exponer las historias de cada una, reflexiona sobre la vida de la población. Esta propuesta se escribió con las palabras literales de las personas intervenidas, pues los encuentros fueron grabados. Las historias también dieron pie para la configuración de las sesiones de trabajo con respecto a las necesidades de la población para transformar.
3. El teatro aplicado, la dramaterapia, el teatro playback, las teorías corporales, las teorías de las emociones y estados corporales, el juego y el estudio sobre el color son propuestas teóricas que permitieron desarrollar unas sesiones que buscan entender el trabajo corporal para la transformación en comunidades vista desde el cuerpo no sólo físico carnal sino también emocional, psicológico y energético.
4. Se configuraron ocho sesiones de trabajo a partir de teorías teatrales y pedagogías corporales en un modelo metodológico que se denominó TREC (Transformación de Estados Corporales) con personas en situación de calle de la comunidad LGBTIQ+ para

transformar: tensión, separación física, mental y emocional, abandono, temor, negación, apatía, desconexión y desequilibrio en relajación, atención y concentración, cuidado y autocuidado, confianza y escucha, optimismo y alegría, vitalidad, sacralidad y equilibrio. Se reconoce que deben ser más sesiones de trabajo para lograr una transformación más efectiva; sin embargo, se entiende que este inicio es importante como forma de abordar la población en situación de calle y que posteriormente se puede desarrollar un trabajo a largo plazo tomando como referencia esta metodología TREC.

7. BIBLIOGRAFÍA

- Berbesí, D., Segura Cardona, A., Caicedo, B., & Cardona-Arango, D. (2015). Prevalencia y factores asociados al VIH en habitante de calle de la ciudad de Medellín, Colombia. *Revista Facultad Nacional de Salud Pública*, 200-205.
- Correa, M. E. (2007). La otra ciudad-Otros sujetos: los habitantes de la calle. *Revista del Departamento de Trabajo social, Facultad de Ciencias Humanas, Universidad Nacional de Colombia*, 37-56.
- Damasio, A. (2005). *En busca de Spinoza: neurobiología de la emoción y sentimientos*. Barcelona: Crítica.
- De la Vega, D. (2011). *El "giro corpóreo": reflexiones sobre el habitar desde el teatro del cuerpo*. [Tesis doctoral, Tecnológico de Monterrey] Repositorio de tesis del Tecnológico de Monterrey. <https://repositorio.tec.mx/handle/11285/629347>
- Deleuze, G., & Guattari, F. (2010). *Rizoma*. Valencia: PRE-TEXTOS.
- Ferrari, M. (2014). *Schinca, Teatro de Movimiento* [Tesis doctoral, Universidad Rey Juan Carlos] <https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=81334>
- Gallo, L. E. (2016). Una didáctica performativa para educar (desde) el cuerpo. *Revista Brasileira de ciências do esporte*, 200-205.
- García, A. (24 de julio de 2018). *Alcaldía de Medellín*. Obtenido de Centro Medellín: <https://www.centromedellin.com/noticias/con-arte-terapia-habitantes-de-calle-exponen-obras>
- Martinez, M. (2017). *Le théâtre appliqué: enjeux épistémologiques et études de cas*. Toulouse: Lansman.
- Motos, T., & Ferrandis, D. (2015). *Teatro aplicado: teatro del oprimido, teatro playback, dramaterapia*. Barcelona: Octaedro.
- Noyola, G. (2011). *Geografías del cuerpo: por una pedagogía de la experiencia*. México D.F: Horizontes educativos.
- Ortiz, A. L. (27 de Mayo de 2004). *Funlibre*. Obtenido de Redcreación: http://www.redcreacion.org/documentos/congreso8/comfenalco.html#Uso_apropiado_del_documento
- Padrini, F., & Lucheroni, M. T. (2016). *Cromoterapia: cómo curarse con los colores*. Italia. Editorial De Vecchi.
- Secretaría de inclusión social, familia y derechos humanos. Alcaldía de Medellín. (2017). *Plan estratégico de la política pública social para los habitantes de la calle del municipio de Medellín 2017-2025*. Medellín.
- Silva, L. M., Aristizabal, A. I., Gomez, M. C., Gonzalez, Y. A., Acevedo, C. M., Ortiz, Y. P., . . . Campo, N. M. (2018). Reconstrucción de experiencias y percepciones propias de jóvenes habitantes de calle. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 809-823.

- Velásquez, A. M. (2019). *Encontrar el propio clown: ejercicios prácticos para la búsqueda de su propio payaso*. Medellín: Editorial Universidad de Antioquia.
- Zelanski, P., & Fisher, M. P. (2001). *Color*. Madrid: H. Blume.