

**PONTIFICIA UNIVERSIDAD
CATÓLICA DEL PERÚ**

FACULTAD DE ARTES ESCÉNICAS



Te pienso, te agradezco: el objeto personal y el espacio doméstico como medios escénicos para generar narrativas de contención sobre el duelo

Tesis para obtener el título profesional de Licenciada en Creación y Producción Escénica que presenta:

Sandra Angelica Granda Pebe

Asesora:

Mireya Martinez Solis

Lima, 2023

Informe de Similitud

Yo, *Mireya Martínez Solis*, docente de la Facultad de Artes Escénicas de la Pontificia Universidad Católica del Perú, asesor de la tesis de investigación titulada “*Te pienso, te agradezco: el objeto personal y el espacio doméstico como medios escénicos para generar narrativas de contención sobre el duelo*”, de la autora *Sandra Angelica Granda Pebe* dejo constancia de lo siguiente:

- El mencionado documento tiene un índice de puntuación de similitud de 6%. Así lo consigna el reporte de similitud emitido por el software *Turnitin* el 19-abr-2022.
- He revisado con detalle dicho reporte y la tesis, y no se advierte indicios de plagio.
- Las citas a otros autores y sus respectivas referencias cumplen con las pautas académicas.

Lugar y fecha: Lima, 13 de junio de 2023

Apellidos y nombres del asesor: <i>Martínez Solis, Mireya</i>	
DNI: <i>CE 001512896</i>	Firma 
ORCID: https://orcid.org/0000-0002-9716-4188	

Resumen

La presente tesis muestra los resultados de un laboratorio práctico realizado con tres performers de la Pontificia Universidad Católica del Perú, con sus objetos personales y el espacio doméstico como medios escénicos para generar narrativas de contención sobre el duelo. La metodología utilizada se basa en el desarrollo del laboratorio práctico, el cual tiene una duración de dos meses y se divide en tres módulos de sesiones grupales e individuales. Este espacio prioriza ser un lugar seguro, horizontal y de contención para las participantes. El proceso concluye con una muestra cerrada en la cual se presentan los hallazgos más significativos. Además, durante esos meses, las performers y la guía trabajan con bitácoras virtuales. Ello en conjunto ayuda a identificar y comprender las narrativas, las cuales dejan ver que no se quedan solo en la vivencia dolorosa, sino que las performers pueden transformarlas, resignificarlas e identificar nuevos recursos con el fin de compartirlas desde maneras cuidadosas y amables para ellas. Según esto, el rol de la casa y de los objetos personales es fundamental, pues el trabajo con ellos a través de las artes escénicas nos muestra los secretos que contienen, desarrolla vínculos y significados que se transforman continuamente, y con ello, se generan narrativas que nos permitan percibir el proceso de duelo desde miradas diversas. Por ejemplo, los matices de las personas que trascienden y los que se quedan, la decisión de cómo queremos recordar a nuestro ser querido, las reflexiones sobre la contención con nosotros y los demás al vivenciar un duelo, y la transformación de espacios u objetos como el armario. El cual, en un inicio, se siente como las puertas del infierno o de la vulnerabilidad y luego se convierte en un lugar acogedor, seguro y que abriga recuerdos muy preciados.

Palabras clave: objeto personal, espacio doméstico, narrativas de contención, duelo

Abstract

This thesis shows the results of a practical laboratory carried out with three performers from the Pontifical Catholic University of Peru (PUCP), with their personal objects and the domestic space as scenic means to generate narratives of contention about grief. The methodology used is based on the development of the practical laboratory, which lasts two months and is divided into three modules of group and individual sessions. This space prioritizes being a safe, horizontal and supportive place for the participants. The process concludes with a closed show in which the most significant findings are presented. In addition, during these months, the performers and the guide work with virtual logs. This together helps to identify and understand the narratives, which show that they do not remain only in the painful experience, but that the performers can transform them, re-signify them and identify new resources in order to share them in a careful and kind way for them. According to this, the role of the house and personal objects is fundamental, since working with them through the performing arts shows us the secrets they contain, develops links and meanings that are continuously transformed, and with this, narratives are generated that allow us to perceive the grieving process from different points of view. For example, the nuances of the people who transcend and those who remain, the decision of how we want to remember our loved one, the reflections on the containment with ourselves and others when experiencing a mourning, and the transformation of spaces or objects such as the closet. Which, at the beginning, feels like the gates of hell or vulnerability and then becomes a cozy, safe place that shelters very precious memories.

Keywords: personal object, domestic space, narratives of containment, mourning.

Agradecimientos

Agradezco a mi mamá Angélica Pebe por siempre acompañarme y motivarme a cumplir mis sueños. A mi tío Edgar Pebe por su apoyo incondicional durante estos años en la universidad. A mis abuelos Fidel y Eulogia por su gran dedicación y enseñanzas. A toda mi familia por siempre animarme a continuar.

También quisiera mencionar a María Jose Contreras porque gracias a sus consejos en el taller de Bitácora encontré la luz, el sentido y descubrí las posibilidades de abordar esta investigación desde la virtualidad. A mi asesora Mireya Martínez por guiarme durante este largo camino; su compañía, comprensión y consejos hicieron este proceso muy gratificante. Además, infinitas gracias a mis queridas amigas Lucero Carrasco, Alejandra Baraybar y Andrea Valdivia, sin ustedes, su apertura y confianza esta investigación no hubiera sido posible. A los cinco seres maravillosos que nos acompañaron de diferentes formas durante todo este proceso y que siempre estarán con nosotras. Gracias por darnos valentía, fuerza y muchos aprendizajes.

Especialmente te agradezco tanto, tía Tula, siempre te llevo en mi corazón.

Índice

Resumen.....	ii
Abstract.....	iii
Agradecimientos	iv
Introducción	1
Capítulo 1: Estado del arte.....	4
1.1 Proyectos escénicos que abordan narrativas sobre el duelo.....	4
1.2. Los objetos y las vivencias personales.....	6
1.3. El espacio doméstico como escenario.....	7
Capítulo 2: Marco conceptual.....	10
2.1. Duelo.....	10
2.2. Narrativas.....	11
2.3. Objeto personal.....	13
2.4. Espacio doméstico.....	15
Capítulo 3: Hacia la construcción de un espacio de contención desde la virtualidad.....	19
3.1. Los inicios del laboratorio práctico.....	20
3.1.1. Pensar en una metodología segura y ética.....	23
3.2. Desarrollo del laboratorio.....	25
3.2.1. Primer módulo: En busca de las narrativas sobre el duelo.....	28
3.2.2. Segundo módulo.....	32
3.2.3. Tercer módulo.....	38
3.3. Espacio horizontal de creación: Muestra del proceso.....	40
3.3.1. Planteamiento de la muestra.....	40
3.3.2. El compartir del proceso.....	42
3.4. Hallazgos y cuestionamientos.....	47
3.4.1. Primer módulo.....	48
3.4.2. Segundo módulo.....	50
3.4.3. Tercer módulo: Reflexiones de las performers sobre el proceso del laboratorio ...	54
Capítulo 4: Narrativas que se tejen con los objetos personales y la casa.....	57
4.1. Reconectando con mis objetos y los de mi ser querido.....	62
4.1.1. La relación de la performer con los objetos personales para problematizar las narrativas sobre el duelo.....	64
4.2. El espacio doméstico que nos acompaña durante el duelo.....	82

4.2.1. La intimidad de la casa que contiene nuestras narrativas sobre el duelo	83
4.2.1.1. El armario.....	84
4.2.2. Sentirme parte y a la vez ajena de la casa.....	89
Conclusiones y reflexiones finales.....	93
Referencias bibliográficas.....	99



Índice de figuras

Figura 1. Estructura de la primera sesión individual	27
Figura 2. Estructura del cierre grupal del primer módulo.....	30
Figura 3. Primer acercamiento a las rimas	36
Figura 4. Jugando con nuestras rimas	36
Figura 5. Estructura de la muestra	42
Figura 6. Tortuga bebe de piedritas	43
Figura 7. Dibujo familiar de cumpleaños a mi tía Tula	43
Figura 8. Mi chiquitín, pedazo de cielo	45
Figura 9. Lucero junto a su abuelita.....	59
Figura 10. Un amor muy sublime	59
Figura 11. Un encuentro único.....	60
Figura 12. Primer contacto con los objetos personales.....	62
Figura 13. Los dedos delicados de la muerte	63
Figura 14. Nuestro reencuentro.....	66
Figura 15. El baile de las manos: encuentro y desencuentro	67
Figura 16. Fragmento del poema de Alejandra.....	68
Figura 17. Resiste.....	69
Figura 18. Peluches, juegos, conflictos y protección.....	71
Figura 19. Baile de liberación.....	73
Figura 20. Lista para el exterior	75
Figura 21. Objetos y composiciones que se encuentran	77
Figura 22. Reconociendo(me).....	79
Figura 23. Somos uno	80
Figura 24. Las puertas de la muerte	84
Figura 25. Abriendo las puertas de la vulnerabilidad	85
Figura 26. Infancia con mamá Eda y mamá José.....	86
Figura 27. Ingresando a las puertas que me contienen	88
Figura 28. Andrea y su abuelito luego de una presentación	92

Introducción

La presente investigación muestra los resultados de un proceso que aborda la relación entre tres performers peruanas de 22 a 30 años, que pasaron por una experiencia de duelo, con sus objetos personales y el espacio doméstico como medios escénicos para generar narrativas de contención sobre el duelo, en un laboratorio de investigación práctica. Para ello, se parte de la pregunta ¿cómo se establece la relación entre las tres performers con sus objetos personales y el espacio doméstico como medios escénicos para generar narrativas de contención sobre el duelo, en un laboratorio de investigación práctica?

La motivación para trabajar con este tema tuvo su origen en una experiencia personal de hace tres años cuando, al perder a mi tía, viví un proceso de duelo. Durante este suceso me di cuenta de que era muy difícil expresar cómo me sentía realmente, quizás por no haber tocado el tema sobre la pérdida en mi vida cotidiana; por lo tanto, no sabía cómo manejar este tipo de situación, y las pocas veces que conversé sobre ello, fue de manera superficial. También, percibí que en mi familia cada uno afrontaba su duelo como mejor podía, con lo cual tenía la sensación de que era un proceso más individual, en lugar de que se tratara de encontrar un espacio de soporte y contención continuo entre nosotros.

Sumando a lo anterior, la llegada de la pandemia por el COVID-19, nos enfrentó duramente a la realidad de que la pérdida no era tan lejana como muchas veces lo hubiésemos imaginado. Pude observar que esto puso en cuestionamiento no solo nuestra relación con la muerte, sino también con el duelo, haciendo que ambas situaciones se transformaran. Por ejemplo, lo que era normal en un estado de dicha índole de reunirse para sentir la calidez de nuestros seres queridos y encontrar espacios de contención presenciales; quedaba prohibido pues era una forma de proteger nuestra salud. Según lo mencionado, se nos restringió la

realización de rituales colectivos de despedida, como el velorio y el entierro, los cuales forman parte importante de nuestra cultura en el Perú.

Por ello, considero relevante esta investigación, porque busca indagar sobre otras maneras que puedan generar espacios de contención, sin pasar por los rituales antes mencionados. De esta forma, desde las artes escénicas y con una mirada poética, se construye un lugar en el que exploramos y cuestionamos la relación que existe entre los objetos personales y el espacio doméstico que acompañan nuestros procesos de duelo, con la mirada de construir narrativas que ofrezcan la posibilidad de exteriorizar aquello que antes no pudimos.

Cabe señalar que, a través de la realización de esta pesquisa, pude notar la importancia y la necesidad de los espacios de contención en la sociedad; sobre todo en este contexto, en el que la mayor parte del tiempo la relación con nuestros seres queridos, es por medio de la virtualidad. Por lo tanto, es necesario encontrar otras alternativas que den espacio a los procesos de duelo.

Por último, pensar en un espacio como el laboratorio práctico para hablar sobre la muerte y el duelo, abre una puerta para encontrar otras formas de afrontar estas vivencias. Debido a que podemos encontrar los grandes matices que forman parte de dichas experiencias como el agradecimiento al ser querido que partió y los aprendizajes que nos brindó en el proceso de la vida.

Es de esta manera, que se desarrolla una investigación desde las artes, por medio de un laboratorio práctico que plantea explorar sobre lo que se puede crear y reflexionar a partir de vivencias sobre el duelo, cuyo objetivo general es analizar la relación entre las performers con objetos personales y el espacio doméstico, como medios escénicos para generar narrativas de contención sobre el duelo.

Con base en lo anterior, los objetivos específicos, consisten en primer lugar en definir conceptos como: el duelo, las narrativas de contención, el objeto personal y el espacio doméstico, los cuales nos permiten sentar las bases para los hallazgos y las reflexiones de la investigación. A través de un panorama de diversos autores y referentes artísticos se desarrolla en el primer capítulo el estado del arte, y en el segundo capítulo, el marco conceptual.

El segundo objetivo busca crear un laboratorio práctico para recoger las narrativas sobre el duelo de las performers. Esto se realiza a partir de bitácoras personales por parte de las participantes que, posteriormente, se analizan para identificar las narrativas que surjan en el proceso. Sumando a lo anterior, como guía de la investigación, cuento con una bitácora personal en la que se registran y organizan los hallazgos, cuestionamientos y sospechas. Esta información se presenta en el tercer capítulo, el cual aborda tanto la parte metodológica del laboratorio como la del proceso de creación.

El tercer y último objetivo busca reflexionar sobre la información generada durante el laboratorio con las performers acerca de las narrativas del duelo, el objeto personal y el espacio doméstico. Esto se realiza por medio del análisis de las sesiones y la muestra escénica que se tuvo del proceso.

Finalmente, a partir de la información obtenida se plantean las reflexiones finales y conclusiones de la investigación.

Capítulo 1: Estado del arte

Para comprender esta investigación, primero se presenta un panorama sobre proyectos escénicos que abordan narrativas sobre el duelo, los cuales nos permiten reflexionar sobre el impulso creador que surge al afrontar este tipo de experiencias. Luego, se indaga con autores que desarrollan el trabajo con objetos para identificar las diversas posibilidades que estos contienen al relacionarse con las vivencias personales. Finalmente, se mencionan referentes que abordan el espacio doméstico como contenedor de memorias y plantean su posibilidad como escenario.

1.1 Proyectos escénicos que abordan narrativas sobre el duelo

Existen diversas investigaciones artísticas que hablan sobre el duelo a partir de historias personales, que se pueden encontrar en escritos académicos, performances, obras de teatro; entre otros. Estas experiencias, a partir de las cuales nacen las creaciones pueden tener ciertas particularidades con base a la cultura y/o sociedad en la que se desarrolle la propuesta.

En el 2019, la artista mexicana Odette Fajardo comparte en su proyecto *Performance por la lejana muerte de mi padre: autoetnografía artística y descolonial desde mi cuerpo migrante* su proceso al afrontar dos duelos: El de migrar a otro país y el del fallecimiento de su padre. Parte de su eje de investigación se basa en la elaboración de narrativas con las que reflexiona sobre el proceso de duelo que también puede volverse una etapa de aprendizaje personal y un potente impulso creador. Por ello, Fajardo (2019) comenta:

En la investigación se entendió el duelo como una etapa fértil de aprendizaje capaz de materializar la conexión y la desconexión por medio de la acción simbólica. Esta postura subvierte la idea del duelo como una etapa de dolor improductivo y patológico propia del Occidente moderno (p. 343).

A través de esta postura, la presente investigación plantea que el periodo de duelo es una etapa de aprendizaje constante, pues en dicho proceso se nos presentan diversos cuestionamientos, confusiones, reflexiones y sentimientos; que al buscar qué hacer con ellos es que podemos aprender mucho sobre la vida y en especial, sobre nosotros mismos. Sin embargo, es importante resaltar el cuidado que se debe tener al trabajar con este tipo de temas, ya que no dejan de ser vivencias dolorosas, como también menciona Fajardo.

Por otro lado, la cita antes mencionada nos plantea que, en el Occidente moderno, el duelo es visto como una etapa de dolor improductivo. Además, las personas que afrontan esta vivencia pueden llegar a realizar su proceso de duelo de manera oculta o individualizada si no encuentran herramientas o espacios de contención para canalizar su dolor. En contraste, las comunidades andinas a través de sus rituales y costumbres permiten encontrar alternativas para aceptar el dolor, transformarlo y sentir calma.

Bajo ambas perspectivas, esta investigación busca desarrollar a través de las artes escénicas, la generación de un espacio, que desde una mirada simbólica y poética nos permita, por un lado, conocer más sobre nosotros, y por el otro, abrir y darle atención a los procesos que experimentamos al afrontar una pérdida. Al compartir estas vivencias, también podemos observar de qué maneras resuenan con la mirada de la sociedad ya que la muerte y el duelo son universales.

Según lo mencionado, en México encontramos el proyecto *Cartas Sonoras para Cuerpos Celestes* de Isabel Toledo y Aristeo Mora. Dicha propuesta artística reúne las voces de personas que perdieron a sus seres queridos debido al coronavirus. Ellos, a través de audios o como el proyecto menciona, cartas sonoras, envían un mensaje a ese ser especial que partió. Sus voces son compartidas a través de transmisiones de radio desde distintas ciudades del país y tienen el propósito de ser dirigidas hacia las estrellas y el universo. Así, estas experiencias se unen en un espacio de duelo colectivo, como un ritual de despedida conjunto,

a pesar de no estar físicamente en el mismo lugar. Con esta idea surge la pregunta, ¿cómo proponer posibles espacios alternativos de contención?

Por otro lado, en el año 2017 en Perú, se presenta la obra testimonial *Pájaros en llamas* escrita y dirigida por Mariana de Althaus. En dicho montaje se comparten las historias de duelo por la pérdida de los seres queridos de Marisol Palacios y Fernando Verano, los testimoniados, a causa de dos accidentes aéreos. Como parte del cuidado del proyecto, la obra cuenta con la participación de Lizet Chávez, Alberick García y Gabriel Iglesias como actores-interlocutores, ellos acompañan a los testimoniados por si el proceso los sobrepasa. Un aspecto interesante en esta propuesta escénica es el trabajo que realizan con objetos que consideran fueron significativos para sus seres queridos y que aún conservan. Cabe señalar que esta idea se desarrolla en el laboratorio para fines del presente estudio.

1.2. Los objetos y las vivencias personales

Sobre los objetos, se encuentra la tesis desarrollada por Gabriela González titulada *El objeto y la memoria: Un punto de partida para la construcción de narrativas visuales. El Teatro del Sol (Théâtre du Soleil) como su lugar de encuentro* (2016); en esta pesquisa se profundiza en el objeto personal; la objetualidad como portadora de memoria, y el objeto como elemento narrativo visual. De esta forma, se muestra cómo se pueden percibir los objetos personales, y con ello encontrar ideas para realizar trabajos sobre el duelo.

Sumando a lo anterior, Gianella Sairitupac (2020) desarrolla la investigación *El objeto como vehículo de memoria: Recurso creativo para la escenificación de testimonios a través de entrevistas en profundidad*. En su análisis, los objetos se convierten en vehículos de memoria para los actores, además se reconocen distintas posibilidades para explorar con los objetos. Esto es de interés para dialogar con esta investigación.

Por otro lado, el colectivo suizo-alemán Rimini Protokoll presenta el proyecto *Nachlass – Pièces sans personnes*, propuesta de instalación interactiva en la cual ocho personas que saben que les queda poco tiempo de vida preparan su partida. A partir de ello, cada protagonista tiene un espacio particular en el que da cuenta de su historia a través de su ausencia física, pues en el lugar solo se encuentran elementos como videos, objetos, fotografías, documentos, entre otros. En la pieza se explora la presencia, la ausencia, lo que se deja luego de partir y cómo estas vivencias personales también pueden resonar con la sociedad.

Dentro de las investigaciones desarrolladas en la Pontificia Universidad Católica del Perú, se encuentra la tesis *Todas esas pequeñas cosas: La escenificación de la vitalidad de los objetos a partir de su relación con el trabajo de la actriz en una experiencia escénica sobre la intimidad del sujeto en el espacio doméstico* (2020) de Gabriela Rojas, la cual profundiza en el rol de los objetos y las diversas posibilidades que estos contienen, pues nos revelan historias, secretos, narrativas, entre otros. Además, a través del trabajo de las actrices junto a los objetos se develan territorios de intimidad de sus espacios domésticos.

1.3. El espacio doméstico como escenario

En relación a la temática anterior, podemos encontrar la pieza *Zurcido Invisible* (2020) realizada por la compañía mexicana Oligor/Microscopía a cargo de Shaday Larios y Jomi Oligor. En esta propuesta desarrollada durante el contexto de la pandemia, los creadores intervienen el espacio doméstico en el que viven; lugar que antes estuvo habitado por una mujer llamada Rosario. Según Larios (2020), Rosario también pasó por un confinamiento a causa del contexto de su época, aproximadamente en el año 1960, en el que estaba rodeada de prohibiciones como no poder estudiar. Además, como mujer, la privaban de su libertad; siendo el casamiento una posible salida.

A partir de la relación entre los objetos que aún conservan de ella y el espacio doméstico como escenario, Larios y Oligor componen un breve vídeo-creación en el que podemos percibir la historia de Rosario. Asimismo, de manera más general, se busca reflexionar acerca de las memorias que se mantienen de los cuidados femeninos en los espacios que habitamos y sobre las huellas de estas atenciones que se conservan dentro de los objetos y la casa.

Las miradas de las propuestas escénicas antes expuestas nos permiten problematizar la experiencia del duelo, pues las visiones son diversas y van desde pensar que este es un periodo de tiempo improductivo como se puede percibir en nuestra cultura occidental, hasta miradas como la de Odette Fajardo, quien propone que este tipo de sucesos puede ser un potente impulso creador.

Me identifico con la afirmación de Fajardo ya que, si se logra un espacio seguro, individual o compartido, podemos desarrollar acciones simbólicas y poéticas que nos ayuden a continuar nuestro proceso de aceptar la pérdida y reflexionar sobre los aprendizajes que nos brinda dicha experiencia.

Sumando a lo anterior, las investigaciones citadas nos permiten ver a los objetos como acompañantes de estas vivencias y como activadores de memorias, las cuales se pueden transformar a partir del trabajo que hagamos con ellos. Por último, podemos reflexionar acerca del espacio doméstico como lugar que engloba historias personales y con el cual podemos desarrollar relaciones complejas, pues también nos acompaña en el proceso del duelo.

Estas investigaciones generan ideas y cuestionamientos en relación a lo que podría desarrollarse en el laboratorio práctico. La idea principal se centra en la importancia de estar en un espacio seguro para compartir los procesos y, en consecuencia, reflexionar sobre los hallazgos. Además, una siguiente pregunta que surge al revisar estas obras es si nuestras

experiencias personales tienen puntos de encuentro colectivos a través de los cuales sentimos contención.

Otra propuesta es la de encontrar la gama de posibilidades para trabajar con los objetos personales, pues al comprenderlos como contenedores de memorias, reflexiono sobre lo complejo que es abordarlos, ya que pueden revivir recuerdos dolorosos. Aunado a lo anterior, encuentro que el espacio doméstico también es un lugar que contiene memorias o huellas de quiénes lo habitaron. Con esto, me cuestiono cómo podríamos hacer para que las narrativas que surjan o lo que se construya no se enfoque solo en el pasado, sino que tomen voz nuestras miradas personales y colectivas; desde el presente y de acuerdo a lo que se logre crear en el proceso del laboratorio.



Capítulo 2: Marco conceptual

En este capítulo se abordan los conceptos clave que guían el desarrollo de esta investigación, los cuales son: el duelo, las narrativas en relación al duelo, el objeto personal y el espacio doméstico. Para lo anterior, se presentan las ideas de diversos autores con el propósito de comprender cada uno de estos conceptos, y llegar a una definición que permita dialogar y elaborar ideas para detonar reflexiones sobre el tema del duelo.

2.1. Duelo

Cabodevilla (2007) señala que la palabra duelo proviene del latín “dolus”, que significa dolor y es una reacción emotiva ante la pérdida de alguien o, también, de algo. La presente investigación se enfoca en el duelo relacionado a la pérdida de un ser querido, específicamente, de un familiar. Al respecto, Flórez (2002) menciona que afrontar el dolor por la pérdida de un ser querido no deja de ser un proceso psicológico complejo y muy particular de acuerdo a la persona que lo experimenta.

En adición a ello, se identifica que nuestra cultura y entorno social también influye en nuestras maneras de percibir el duelo. Cabodevilla (2007) propone que nuestra comprensión sobre el proceso de duelo está relacionada con la forma en que percibimos la muerte según el medio cultural en el que nos desenvolvemos (...). Además, comenta que, en el medio occidental, la actitud social ante los duelos ocasiona que suelen ocultarse o aislarse. Por otro lado, en Los Andes se afirma que la muerte es parte de una comprensión cultural bien asumida, se piensa que, así como nacemos, morimos (García, 2001). En la cosmovisión andina la muerte no es el final o la terminación del ser; sino que existe una continuidad de este dentro de la totalidad del universo (Bascopé, 2001).

Así, la muerte en las comunidades andinas no deja de ser un proceso complejo y doloroso; sin embargo, a través de sus rituales mortuorios con alto simbolismo y el

acercamiento con la comunidad es que se encontraron espacios de contención para desarrollar duelos exteriorizados.

Para fines de este estudio, se entiende por duelo al proceso particular que cada persona experimenta respecto a la pérdida, el cual causa dolor y hasta sufrimiento si no se le da la posibilidad de que encontremos caminos para sanar según nuestras necesidades y experiencias, pues puede convertirse en un proceso que nos brinde muchos aprendizajes y/o a ser compasivos con los que pasan por esta vivencia.

Cabe agregar que por mutuo acuerdo junto a las integrantes del laboratorio en el transcurso de la tesis se usará constantemente la palabra trascender como idea metafórica de la continuidad de nuestros seres queridos en otro plano que no es el terrenal. Sin embargo, las palabras “muerte”, “fallecimiento” y sus derivados también estarán presentes a lo largo del documento.

2.2. Narrativas

El concepto de narrativa puede entenderse como lo “pertenciente o relativo a la narración” (Real Academia Española, s.f.). Una perspectiva es la que nos plantea la narración oral, la cual es parte de la naturaleza del ser humano. Según ello, se comparte que “la narración oral es un acto comunicativo que se expresa a través de la oralidad y en ese sentido todos somos narradores orales (...) todo el tiempo estamos contando historias y estamos rememorando las historias que nos habitan” (Galeana, 2022, min. 36:42).

En adición a esto, el autor explica cómo dichas maneras de narrar y comunicarse se transforman al mencionar que “nosotros y nuestros antepasados cuentan desde hace mucho tiempo, previo a la escritura incluso, a través de sonidos que eran voz, aunque no eran fonemas (...) hasta que llegamos a las palabras y entonces esos fonemas construyeron el lenguaje” (Galeana, 2022, min. 37:12). Así, se identifican también las narrativas escritas.

El punto en común de los diversos modos de narraciones, independientemente del contexto en el que se manifiestan, es que describen una transición temporal de un estado de cosas a otro (Salgado-Solís, 2015).

Este desarrollo temporal logra que la narrativa tenga una continuidad. Ello permite que se complejice de manera permanente a través del relato personal y/o colectivo.

Así comprendemos que las narrativas están presentes en las vivencias de los diversos individuos y ellos pueden ser relatores de estas. Mariana Imaz (2015) muestra que White sostiene lo siguiente:

La narración, por lo tanto, es parte constitutiva del ser humano. Es la manera en que nos explicamos nuestro tiempo y nuestra acción pero no sólo eso, la narración es la manera que tenemos para comunicarnos con otros y con el pasado (p. 29).

En relación a esto, el trabajo en las artes escénicas brinda diversas posibilidades para abordar las narrativas. Se pueden desarrollar de muchas maneras como a través de la creación de un texto o por otro lado, a través de estructuras como partituras o escaletas. Si se escoge ese camino se podría decir que “la dramaturgia en estos términos sería comprendida como una escritura que contiene una “estructura organizativa” abierta de la pieza en cuestión” (Salgado-Solis, 2015, p. 36). Es decir, la estructura nos permite organizar los contenidos y encontrar las relaciones entre ellos para construir una pieza. Lo anterior brinda un relevante espacio de libertad para encontrar diversos caminos a través de los cuales se pueda contar un relato u expresar narrativas. Este concepto es valioso para la metodología del proyecto, específicamente para la presentación de la muestra del proceso, la cual se explica con mayor detalle en el transcurso del tercer capítulo.

Asimismo, la investigación desarrolla narrativas de contención sobre el duelo. A través de la contención podemos trabajar priorizando la escucha activa y la actitud empática

(...). A partir de ello, también se recalca la importancia de respetar los ritmos de cada persona al momento de hablar sobre sus experiencias (Archundia, 2011).

Según lo mencionado, se propone que entendamos la contención como el acto de sujetar metafóricamente, a través de actos como la escucha activa, la comprensión, la aceptación de nuestros procesos y la validación de los sentimientos de los demás. Para que así podamos contenernos a nosotros mismos y a la vez, ser un apoyo hacia quienes nos rodean en esta experiencia.

Con ello, se busca indagar en el rol de las narrativas de contención para que, a partir de las experiencias de las performers en el laboratorio, podamos compartir nuestras perspectivas frente al dolor que lleva la pérdida de un ser querido. En especial cuando hay que enfrentarse a la continuidad de la vida.

2.3. Objeto personal

En el transcurso de nuestra vida estamos rodeados y convivimos con diversos objetos, los cuales en gran parte suelen ser vistos de manera superficial, o se les otorga un valor según su funcionalidad.

A partir de ello, la relación formulada entre objetos y sujetos se ha transformado a lo largo del tiempo, y en la actualidad, podemos percibir que los objetos cotidianos son vistos constantemente como pasajeros y desechables (González, 2016).

Sin embargo, a través de los años, se pueden establecer relaciones con ciertos objetos que conectan con nosotros y que atesoran una relevancia particular a partir de un hecho en específico.

Gabriela Rojas (2019) afirma:

De la misma manera, los vínculos que se construyen entre sujetos y objetos corresponden a una cultura material determinada no solo por el sentido

utilitario de los últimos, sino también por la multiplicidad de sentidos resultado de la interacción entre ambos. La utilidad de los objetos es el punto inicial para la configuración de un circuito con múltiples vías para la relación compleja entre individuo y objeto (p. 17).

Así, se reflexiona que los objetos al contener cargas simbólicas y estar relacionados con nosotros o con personas significativas, permiten desarrollar vínculos complejos. Por ejemplo, la casaca de un familiar que trascendió. Antes de la pérdida, ese objeto podía ser especial en sí mismo porque era de una persona cercana. No obstante, luego de esa vivencia, la relación con dicho objeto puede transformarse de diferentes formas y adquirir connotaciones particulares de acuerdo al vínculo construido con el ser querido.

Marysol Arenas (2019), afirma que los objetos cuentan con una carga simbólica en sí mismos, lo cual les brinda vida o diferentes significados poéticos cuando trascienden la utilidad para la que fueron creados. Ella cita la idea de Jean Baudrillard al comentar que esto sucede cuando los objetos son poseídos.

Al relacionar esta cita con el trabajo escénico, se propone que al tener un espacio para explorar los objetos, se descubran los diversos secretos que estos guardan y también su capacidad para transformarse simbólicamente a partir de los significados que les podamos otorgar.

Por último, sobre los objetos en relación con el espacio doméstico, Shaday Larios (2020) propone lo siguiente:

Nuestra mirada está enfocada en detectar y capturar los instantes y razones por las que un objeto abandona sus funciones utilitarias o prácticas para devenir en un caudal poético, pleno de asociaciones que lo abren a otra subjetividad y otros significados (pp. 31-32).

Este aspecto permite la reflexión sobre las diversas posibilidades que hemos identificado para relacionarnos con los objetos y cómo se complejiza este encuentro luego del contexto de encierro obligatorio que vivimos por la pandemia.

A partir de estas definiciones, se comprende que los objetos van más allá de sus utilidades, pues tienen la capacidad de ser contenedores y activadores de memorias, las cuales son muy significativas. Estas se desarrollan a través de la relación con nuestros objetos personales y hasta pueden transformarse según el trabajo que realicemos con ellos.

2.4. Espacio doméstico

En los orígenes de la palabra casa, San Isidoro (como se citó en De Chile, 2021) explica que esta es una habitación hecha de estacas y ramas que sirve para protegerse del frío o calor. Por otro lado, la casa se entiende como el primer mundo del ser humano (Bachelard, 2000). A partir de ello, la casa parece describir nuestra historia pequeña y particular en contraste con la historia de la humanidad y sus grandes protagonistas (Uzcátegui, 2010).

Desde su etimología se entiende que la casa brinda protección o calidez frente al mundo exterior. Por el contrario, las experiencias o memorias que surgen dentro del espacio doméstico son más complejas, pues estos lugares van más allá de ser solo una construcción arquitectónica.

Las experiencias vividas en dichos espacios forman parte del individuo y ayudan al desarrollo de su identidad. Se convierten así, en contenedores de memoria, de recuerdos y forjadores de las relaciones familiares que en ellos se crean (Torralba, 2016). Así, la casa no se reduce a las definiciones sobre el lugar que se habita físicamente, sino que en ella se encuentra un imaginario diverso. El cual alberga, por un lado, nuestros anhelos, afectos, etc., y por el otro, nuestras carencias, traumas y experiencias complejas (Uzcátegui, 2010).

Ambas definiciones permiten cuestionar la complejidad de connotaciones dentro del espacio doméstico, pues las vivencias son las que establecen y construyen un vínculo con nuestra casa; tal y como ha pasado en estos años de pandemia donde ha estado muy presente el duelo. Así la casa, podía convertirse en un lugar de contención o, todo lo contrario. Sumado a esto, el confinamiento que hemos vivido nos ha generado diversas preguntas sobre cómo se ha transformado nuestra relación con la casa basándose en el contexto actual.

A partir de la relación del individuo con el espacio doméstico en los últimos años se reflexiona que tristemente, hoy la casa parece haber perdido ese fuego del hogar que daba sentido a la humanidad calma de lo íntimo y por ello, en los actuales tiempos de pandemia y confinamiento domiciliario, los síntomas anti domiciliarios son exteriorizados (Montero, 2021).

Aparecen las percepciones de la casa ya no como el espacio de descanso y/o disfrute, sino que comienza a volverse el lugar de encierro, estrés y hasta por momentos, de rechazo pues se desearía tener la posibilidad de salir libremente al exterior las veces que se consideren necesarias sin la preocupación o riesgos que implica la realidad de nuestro contexto.

Estos años de confinamiento originan que los individuos busquen una serie de alternativas para continuar con sus vidas cotidianas. Por ejemplo, en relación al trabajo, la mayor parte de personas comienza a realizar actividades desde casa. Dentro del ámbito de las artes escénicas, los artistas también generan diversas posibilidades para continuar con la realización de sus proyectos, dando pie a propuestas híbridas entre las artes escénicas, los medios digitales y los espacios domésticos, lo que implica la transformación de estos espacios en escenarios.

El contexto del confinamiento nos enfrenta a trabajar sin poder habitar ni compartir un mismo espacio. “Es un tema al que los artistas escénicos nos enfrentamos desde el proceso

de ensayos, donde todos debemos asumir el trabajo en una especie de soledad compartida” (Barraza, 2020, p. 276).

En la presente investigación, el principal enfoque es la relación de las performers con sus objetos personales y el espacio doméstico, con los cuales, sí pueden interactuar de manera física en sus casas. Además, sin estar en el mismo lugar, sigue siendo posible compartir nuestros sentimientos y pensamientos sobre los trabajos realizados, ya que hemos construido un espacio de confianza. Así, se plantea que a pesar de las complejidades que podía traer un laboratorio virtual, como se desarrolla en los posteriores capítulos, se busca mantener constantemente nuestro espacio de contención, el cual logra trascender el encuentro presencial.

Por otro lado, según el repertorio iconográfico de la artista Doris Salcedo, se entiende la casa como:

Objeto de coexistencia entre el orden real y el imaginario, lo cotidiano y lo extraordinario, lo doméstico y lo universal, resueltos en una síntesis análoga a la que define la expresión poética. Esta libertad poética le sirve tanto para reordenar el mundo a través de lo personal y lo cotidiano (...)” (Uzcátegui, 2010, p. 306).

Finalmente, el trabajo de Salcedo habla sobre las personas desaparecidas en el conflicto armado de Colombia. A partir de ello, investiga de manera poética lo relacionado a la memoria de estos seres. “Esta memoria se registra a través de los lugares y objetos, en las casas, los muebles y enseres personales en los que trasciende de manera simbólica la presencia de los difuntos” (Uzcátegui, 2010, p. 311).

El panorama antes expuesto, permite comprender al espacio doméstico desde sus complejidades y también desde sus connotaciones subjetivas y simbólicas; llegando a considerarlo como el espacio que nos protege y contiene del mundo exterior. Aquel que

alberga diversas memorias construidas partiendo de las relaciones con los demás seres que lo habitan.

Debido a ello nuestra relación con la casa puede ser bastante compleja pues, por un lado, se entiende como un espacio cálido gracias a las relaciones afectivas y ciertos aspectos de comodidad que esta ofrezca. Pero sí los vínculos con los habitantes de la casa son complicados, dolorosos y conflictivos, es posible que uno no sienta la calidez que se suele esperar al mencionar la palabra “casa” o se sienta ajeno al espacio doméstico en el que se encuentra.



Capítulo 3: Hacia la construcción de un espacio de contención desde la virtualidad

El enfoque de esta investigación se define desde las artes, porque la información es generada a partir de un laboratorio práctico, donde se recolecta la información necesaria para responder la pregunta y los objetivos de la investigación; en especial, al ponerlas en tensión con las creaciones, reflexiones y cuestionamientos de las tres participantes. Sobre ello, María José Contreras (2013) considera:

Desde mi perspectiva lo que define una práctica como investigación es que las preguntas o motivaciones iniciales solo puedan ser contestadas mediante la práctica. Esto implica que si bien los aspectos conceptuales y la reflexión crítica están presentes, lo crucial sigue siendo la práctica (p. 76).

Al ser una investigación desde la práctica, el laboratorio ha sido un espacio esencial para este proyecto, pues se estuvo en constante contacto con tres performers y sus vivencias de duelo. Por ello, la metodología planteada además de responder a la pregunta y objetivos de investigación tuvo presente diversos aspectos éticos y de cuidado entre todas las participantes. Como puntos relevantes para realizar el laboratorio, desde mi lugar como investigadora y guía del proceso, fue vital pensar en cómo construir un espacio seguro y de confianza entre todas. También, cómo mantener un espacio horizontal de creación para problematizar y reflexionar sobre las diversas narrativas que se construyan desde un lugar equitativo.

Según lo mencionado, parte vital de las herramientas para desarrollar un laboratorio de este tipo fue estar en constante comunicación con mi asesora, la cual tiene un perfil de terapeuta psico-corporal. Su acompañamiento continuo era muy importante, especialmente en los momentos en que ciertos ejercicios puntuales trascendieron a las sesiones, como se menciona más adelante, pues yo no sabía con certeza cómo continuar para que las performers

se mantengan en un espacio seguro. Sin embargo, esos momentos se solucionaron gracias a su guía.

Otro aspecto fue que el trabajo se desarrolló a través de la creación y la exploración con material poético, mediado desde la escena que cada performer ocupaba en su espacio doméstico en función de la virtualidad con la que nos encontramos en todas las sesiones. A partir de ello, se planteó una metodología con la estructura e ideas claras, pero a la vez flexible para modificarse según lo que ocurría en el transcurso de las sesiones; y lo que nos permitía descubrir el proceso de la investigación.

En los siguientes puntos del capítulo explico el proceso de creación y la puesta en práctica de esta metodología en la que, como se mencionó anteriormente, se tuvieron muy presentes los conceptos éticos, la continuidad del espacio horizontal de la creación y los diversos descubrimientos y cuestionamientos que se vieron implicados en este desarrollo.

3.1. Los inicios del laboratorio práctico

En el proceso de construir una metodología que aborde la temática del duelo se tomaron en cuenta diversas aristas para lograr los objetivos del estudio. En primer lugar, consideré necesario nutrir mi visión como investigadora de diferentes maneras posibles. Previamente busqué lo relacionado al duelo y la pérdida de un ser querido desde el punto de vista teórico y escénico. Cabe resaltar que luego de un año de mi proceso de duelo desarrollé un gran interés por este tipo de temáticas. Debido a ello, tuve la oportunidad de hacer trabajos sobre el duelo en diferentes cursos que me brindaba la universidad, aproximadamente por dos años, lo cual permitió que se amplíe mi visión sobre la muerte y la pérdida. Estas experiencias con las que llegaba fueron significativas para el momento de abordar esta investigación porque percibí la evolución del proyecto durante ese tiempo.

No obstante, un momento clave dentro de la pesquisa y relativamente cerca al inicio del laboratorio, fue cuando asistí virtualmente al workshop “Mi experiencia con la muerte”

organizado por Pilar Sordo y Almudena Perez-Tello, ambas psicólogas muy reconocidas, de Chile y Perú respectivamente.

Era un espacio en el que compartimos sobre la muerte y el duelo con participantes que se encontraban en distintos países. Además, pude comprender otras visiones, lo cual abrió mi sensibilidad a diversas experiencias más allá de lo que conocía hasta el momento. Por otro lado, hicimos un pequeño ritual en conjunto con las cámaras prendidas.

En ese momento me sorprendió mucho que, a pesar del contexto de la pandemia y la virtualidad, se creó un punto de encuentro y contención con un gran número de personas que conocíamos por primera vez. Asimismo, se formó un espacio en el que tratamos de comprender, bajo la guía de dos profesionales que también compartieron sus experiencias, los diversos cuestionamientos que surgieron durante nuestros procesos de duelo.

Esta experiencia fue un punto clave pues me permitió reflexionar sobre los posibles espacios alternativos de contención desarrollados en el transcurso del confinamiento. Tal como mencioné en el estado del arte, al citar el proyecto “Cartas sonoras para cuerpos celestes”, pues uno de sus propósitos era que las personas que enviaron mensajes de voz a sus seres queridos que partieron se sientan unidas y acompañadas en un duelo colectivo.

Gracias a ambas iniciativas, amplí mi mirada sobre lo que buscaba proponer como investigadora y guía en el laboratorio. A partir de lo mencionado, planteo un espacio seguro en el que se fomente la contención, sea horizontal y en el que en conjunto construyamos creativamente. Cabe aclarar que no pretendo que sea un espacio terapéutico, sino de investigación escénica.

Para ello, consideré importante identificar los ejercicios o métodos que permitan recolectar la información más valiosa durante el desarrollo del laboratorio. Mi punto de partida fue el bagaje aprendido en mis años de universidad y las tesis de licenciatura que abordan temas afines, por ejemplo, las referentes al trabajo con objetos. Ello, con el propósito

de adaptar ciertos ejercicios escénicos según los objetivos y el transcurso de la investigación. Por otro lado, más que centrarme en buscar propuestas de actividades de un artista en específico, el proceso se mantuvo abierto a todo lo que pudiera nutrir la experiencia. Esta diversidad de posibilidades fue aterrizada con base en los objetivos de cada módulo y de la sesión correspondiente.

Cabe señalar, que la duración del laboratorio se modificó antes de su inicio, pues en un primer momento se pensó que el periodo sería de cinco meses. Sin embargo, mientras avanzaba la investigación confirmé que era pertinente reducir el tiempo del laboratorio para desarrollar lo más posible los aspectos relevantes del proceso, enfocados a cómo construimos narrativas sobre el duelo al relacionarnos con nuestros objetos personales y el espacio doméstico.

Era consciente de que el laboratorio sería un reto constante, pues hablar sobre el duelo muchas veces resulta doloroso y complicado. Ello se percibió desde el primer encuentro que tuve con una de mis compañeras, donde le propuse participar del proyecto, debido a que su experiencia era reciente. Por esa razón, consideré desarrollar un laboratorio que nos permita en paralelo investigar e ir más allá de lo superficial; pero sin profundizar demasiado para no caer en estados de crisis por lo delicado del tema; fue de esta manera, que se modificó la duración a dos meses. A partir de ello, con base en comprender el duelo como un proceso íntimo y particular de acuerdo a quien lo vivencie, se crearon cuatro sesiones por semana: una sesión grupal de tres horas y una sesión individual de una hora y media por cada performer.

Estos puntos iniciales fueron relevantes dentro de la tarea de construir una metodología segura y ética, donde a partir de una escucha activa predomine el respeto, la empatía y contención.

3.1.1. Pensar en una metodología segura y ética

Durante el planteamiento de la metodología se tenía muy claro que hablar sobre el duelo tocaría fibras muy sensibles en las performers. Además, un dilema que surgió fue ¿bajo qué parámetros se puede ser parte de este proceso?

A partir de ello, reflexioné que lo primordial era que el laboratorio sea un espacio de confianza, pues si en algún momento alguien no se sentía cómoda podría comentarlo, en lugar de dejarlo pasar. Por otro lado, se pensó en una presentación final a través de una muestra abierta; lo que me llevó a cuestionarme: ¿será realmente importante buscar artistas muy prodigiosos de mi facultad? o ¿artistas con conocidos intereses en el trabajo con objetos y/o la exploración del espacio doméstico?, ¿habría alguien que quisiera compartir conmigo sus experiencias de duelo? y más aún, ¿por qué creo que puedo estar en la posición de guiar un trabajo con vivencias de duelo de otras personas?

Sobre ello, quisiera mencionar que constantemente se nos recalca lo negativo de hablar sobre la muerte. Cabodevilla (2007) menciona: “En la sociedad aún predominan las concepciones negativas sobre la pérdida. Se sigue percibiendo como un tabú, pues la cultura actual busca disimular o apartarse de lo relacionado con la muerte” (p. 37). Sin embargo, sabemos que ella es también una certeza. Por esa razón, consideré relevante fomentar, desde las artes escénicas, un espacio en el que podamos compartir distintas perspectivas con las que ampliemos nuestras miradas sobre el tema. Además, en el que complejicemos el proceso de duelo para ir más allá de las concepciones negativas, a través del trabajo con el objeto personal y el espacio doméstico.

Hasta ese momento, no estaba completamente claro si además de investigadora sería una de las performers o si me centraría en ser la guía del laboratorio. Sin embargo, desde un inicio consideré que un trabajo de este tipo requiere una mirada externa pero no ajena, que

esté atenta a lo que ocurre en los procesos de cada participante con empatía y que en cualquier momento pueda ser parte de los ejercicios que se estén desarrollando.

Otro aspecto relevante fue acerca de elegir estudiantes o egresadas de artes escénicas, pues la metodología se proyectaba en ejercicios o términos relacionados al ámbito escénico, por ello se requería que estén familiarizadas.

A partir de esto, la primera intuición fue trabajar con compañeras que ya conocía; lo cual fue importante para abordar un tema tan delicado. Bajo esta premisa, las tres participantes fueron: Lucero Carrasco y Alejandra Baraybar de la especialidad de Creación y producción escénica, y Andrea Valdivia, de Teatro.

Una vez que las contacté, tuve un primer encuentro de manera individual a través de la plataforma Zoom donde les comenté sobre el proyecto. Al generar un ambiente de confianza, les pregunté si se sentían preparadas para hablar del tema y cuál era su percepción respecto a la propuesta.

Durante el encuentro aparecieron ciertas dudas o temores por parte de las performers, las cuales se aclararon y se enfatizaron las bases del laboratorio en relación a que siempre se buscaría estar en un ambiente seguro, en el cual cada una podía hablar sobre su experiencia hasta el punto que consideraba necesario. Es decir, ellas establecían sus propios límites. También sería un espacio horizontal, sin jerarquías establecidas, en el que tanto guía como performers podríamos aportar durante el desarrollo de las sesiones, y construir en conjunto. Además, les comenté que una de las prioridades sería mantener la empatía y la escucha constante entre todas.

Un aspecto valioso de este primer encuentro fue que las cuatro al haber pasado por experiencias de duelo, logramos conectar de una manera mucho más cercana y profunda; podíamos entendernos, en especial porque en el caso de Andrea, la conversación se volvió más sensible pues su vivencia era reciente. No obstante, al tener muy presente la empatía,

comprensión y escucha activa fue que ella decidió dar un salto de confianza al proyecto y ser una de las performers. Por otro lado, también se les comentó que si en algún momento del proceso sentían que ya no querían continuar, esto se entendería y se respetaría su decisión.

3.2. Desarrollo del laboratorio

El laboratorio práctico se realizó desde el 12 de mayo al 7 de julio del 2021. Contó con tres módulos desarrollados a través de 16 sesiones, las cuales fueron diseñadas con preguntas guía, objetivos y actividades. Para el recojo de la información se llevó a cabo la grabación de todas las sesiones. Además, cada performer trabajaba con una bitácora virtual en la que escribían sus pensamientos, sentimientos y creaciones sobre el proceso. Esta herramienta fue bastante personal y abierta respecto a lo que podían expresar. Todo era válido. También, creamos en conjunto una bitácora grupal que trabajamos principalmente al inicio y final del laboratorio. Por último, como investigadora completé una bitácora por sesión en la que resalté las actividades del día, los hallazgos, dificultades, sospechas, y cuestionamientos.

Un aspecto importante es que se estableció una guía de cómo se desarrollaría el primer módulo y en especial la primera sesión; sin embargo, el proceso estaba sujeto a cambios de acuerdo a lo que ocurría durante las sesiones. Cabe resaltar que, desde el primer día, en especial luego de leer las bitácoras de las performers, identifiqué ciertas particularidades con las que podía personalizar la sesión individual, a pesar de que se trabajaba bajo una estructura.

Por ejemplo, en la primera sesión realizamos la actividad de escribir nuestras primeras impresiones sobre lo que entendemos por duelo según nuestras familias, la sociedad y de manera personal. Luego propuse que escojan algunas de esas perspectivas y las expresen con movimientos físicos. A partir de ello, descubrí que había cierta predisposición a realizar

movimientos duros, cansados, densos, o que te llevan a sensaciones relacionadas con el dolor, lo cual puede ocasionar que se profundice en lo difícil que fue la experiencia de duelo.

En el caso de Alejandra, ella realizaba movimientos duros y agotadores, es más en su bitácora escribió: “los movimientos duros en la secuencia me llevaron al cansancio y a darme cuenta las sensaciones de duelo llevan a la parálisis, distintas direcciones, cambios repentinos. Vacío constante pérdida de alguien. Movimientos repetitivos con pequeñas diferencias”.

Con base en lo anterior, le propuse trabajar en su sesión individual desde la suavidad para explorar el duelo desde una mirada opuesta y con diversos matices a fin de complejizar la experiencia. A partir de eso y otros ejercicios, Alejandra comenzó a relacionarse con el mar y anotó lo siguiente: (...) sentirme envuelta en el mar y su inmensidad disfrutando de lo que amábamos. El mar, las olas. Escuchar su risa, su sabiduría. Volver al pasado y encontrarme con la simpleza de la felicidad (...).

En relación a esto, en la sesión doce, Alejandra desarrolló una exploración con una de las imágenes que había escogido llamada “el baile de las manos”. Noté que ella realizaba movimientos suaves, livianos y ondulantes, lo cual me permitió reflexionar sobre el contraste que había al inicio y cómo se fue transformando con el transcurso de las sesiones.

Gracias a lo que Alejandra escribió en su bitácora y lo que observé durante nuestros encuentros grupales, evidencí las particularidades que podía proponer para trabajar. De manera similar se realizaron las sesiones con Andrea y Lucero. Según esto, en la figura 1 se ve la estructura de la primera sesión individual, la cual tuvo como objetivo contrastar las nociones aprendidas sobre el duelo con nuestras narrativas personales luego de vivenciar la pérdida.

Figura 1

Estructura de la primera sesión individual

1. Exploración de inicio Ale: suavidad Lu: libertad Andy: fuerza/fortaleza	2. ¿Cómo te imaginabas que ibas a reaccionar ante una experiencia de duelo?	3. Dibujar tu recuerdo más bonito
4. A partir de las sensaciones sobre el dibujo y cómo me relaciono con él actualmente: danza de liberación	5. Particularidades de la exploración Ale: Resistiré-RW Andy: El Jipijay Lu: danza/impro-clown	6. Bitácoras, compartir, meditación

Por ejemplo, en la siguiente imagen se observa en el punto 1 y en el 5 que el ejercicio desarrollado tuvo ciertos cambios. Como señalé previamente, Alejandra exploró con la palabra “suavidad” a diferencia de Lucero que trabajó con “libertad” y Andrea con “fuerza/fortaleza”. Por otro lado, para la cuarta actividad de esta primera sesión individual, que era la danza de liberación, coloqué en el quinto punto canciones significativas para Alejandra y Andrea. Pero en el caso de Lucero, le propuse hacer una pequeña exploración desde el clown que danza porque a ella le interesa mucho el trabajo desde la técnica mencionada.

En relación a esto, María Jose Contreras (2013) afirma:

La práctica como investigación requiere entonces un delicado equilibrio que no es para nada fácil. Se trata por un lado de tener siempre en mente las preguntas de la investigación (que funcionan como timón del trabajo), pero a la vez tener la suficiente flexibilidad para acoger aquello que surge desde la práctica. El equilibrio resulta complicado y exige lo que defino como una mirada binocular que logre mirar una misma cosa desde dos perspectivas distintas en forma simultánea (p.78).

Por ello, era fundamental estar atenta a lo que ocurría con las performers en el transcurso de la sesión e ir identificando con qué ejercicios o aspectos conectaban más para tomarlos en cuenta al planear los siguientes módulos y sesiones. Además, lo mencionado ayudó a reconocer las formas desde las que podría interactuar con las performers y guiar el laboratorio.

En los siguientes puntos se desarrolla a profundidad lo trabajado en los tres módulos del laboratorio práctico.

3.2.1. Primer módulo: En busca de las narrativas sobre el duelo

El módulo inicial partió con el objetivo de identificar las narrativas sobre el duelo que nos han acompañado a partir de lo que se vive en la sociedad, familia y de manera personal. Las preguntas guías fueron: ¿cuáles son las nociones que nos enseñaron sobre el duelo en la sociedad y en nuestra familia?, ¿cómo lo percibes actualmente? y ¿de qué maneras los objetos personales de las performers generan momentos donde expresen narrativas sobre el duelo?

El módulo se desarrolló en 6 sesiones y finalizó con un espacio de reflexión donde profundizamos nuestros hallazgos, sensaciones, dificultades, cuestionamientos e identificamos los ejercicios que más conectan con las performers para adaptarlos y seguir trabajándolos en el siguiente módulo.

Al inicio de la sesión puse cuidado en dejar en claro la libertad y autonomía que tenemos para decidir hasta dónde queremos llegar con ciertos ejercicios o en el transcurso del proceso. Esto debido a que al trabajar sobre el duelo es muy probable que se toquen fibras sensibles y sintamos ganas de parar, lo cual se respetaría en todo momento.

Como primera actividad se desarrolló un ejercicio para conocernos mejor entre nosotras, el cual no estaba vinculado con la temática del duelo. Consistió en que las

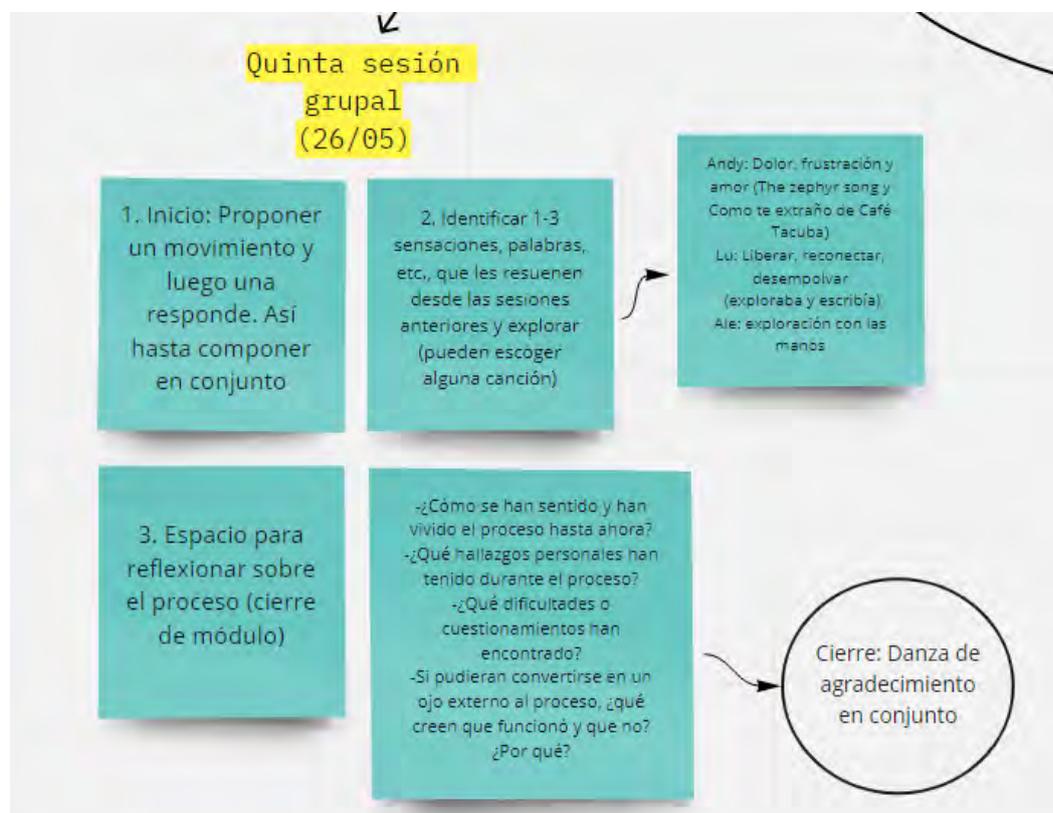
performers me compartan sus canciones favoritas. Entonces puse una por una donde la premisa era dejarse llevar por la canción y al mismo tiempo estar atenta a ella, pues aproximadamente a la mitad haría una pregunta relacionada a la persona que la propuso y ellas iban a imaginar la respuesta. Se realizó con el fin de enlazarlo con la creación de narrativas para luego introducir los ejercicios sobre el duelo.

Se buscó mantener este tipo de actividades al inicio de las sesiones grupales para entrar de una manera más relajada y tranquila a los posteriores ejercicios. Además, en el primer módulo se introdujo el trabajo con las narrativas, el duelo y los objetos personales.

Otro aspecto relevante del laboratorio eran los espacios para conversar sobre lo que nos había traído el ejercicio. En este se reflexionaba sobre sentimientos, pensamientos o respuestas de algunas preguntas que pudiera proponer. Usualmente las conversaciones se daban al finalizar la mayoría de las actividades. Sin embargo, me pareció importante que como cierre del módulo tuviéramos un momento para dialogar con mayor profundidad y comentar sobre el viaje personal y grupal de las performers durante estas sesiones.

Figura 2

Estructura del cierre grupal del primer módulo



Para el cierre del primer módulo se resaltaron las siguientes preguntas:

1. ¿Cómo se han sentido y han vivido el proceso hasta ahora?
2. ¿Qué hallazgos personales han tenido?
3. ¿Qué dificultades o cuestionamientos encontraron? Sobre el laboratorio o el duelo en general
4. Si fuéramos un ojo externo al proceso, ¿qué cosas creen que han funcionado y cuáles no? ¿Por qué?

Con estas preguntas se obtuvo un feedback por parte de las performers. Fue vital tener este momento a pesar de que también conversábamos al finalizar ciertos ejercicios, pues en dicho espacio expresaron con mayor libertad lo que pensaban y comentaron algunos temas

que antes no habían mencionado. Por ejemplo, Alejandra, a partir de la tercera pregunta y al ver a sus compañeras contando sus dificultades, sintió la confianza de compartir que durante las primeras sesiones le costó conectar con los ejercicios. Ella comentó que sentía un bloqueo o inconscientemente se estaba protegiendo para no entrar a ver el duelo.

Por otro lado, Andrea mencionó que el ejercicio de los detonadores fue más complejo para ella pues sintió que la afectó y eso trascendió a su vida cotidiana, lo cual no supe hasta el día del cierre del módulo. Este ejercicio consistía en trabajar con una o dos frases escogidas por las performers. Entre ellas estaba: Tengo algo muy importante que decirte..., mi recuerdo más feliz contigo es..., lo más importante que aprendí desde que trascendiste.... Aunado a esto, también consideré agregar algún detonador particular de acuerdo con el proceso de las performers.

Este ejercicio tuvo la capacidad de abrir muchas puertas según la apertura de cada una. En el caso de Andrea, el ejercicio se tornó muy sensible y de bastante desfogue. Por ello, fue necesario tener opciones sobre cómo guiar este tipo de ejercicios por si la situación se desbordaba. Cabe resaltar que lo principal de esta acción era que las performers decidían hasta qué punto llegar, es decir, ellas de cierta forma lo manejaban según lo que iban sintiendo. Un aspecto inesperado es que tengan demasiada apertura para profundizar el detonador, pues ello podría complicarse al trascender la sesión y afectarlas.

Una propuesta sería que como guía hay que ver hasta donde se trabaja o tener alternativas de ejercicios que puedan sacarlas del estado al que están entrando. En este caso no se pudo pues ya era el último ejercicio antes del cierre de la sesión. Por ello, considero importante estar atentos a lo que pasa luego con la performer y fomentar un ambiente de confianza, ya que al terminar la sesión conversé con Andrea para decirle que podíamos dejar de lado ese tipo de ejercicios si le afectaba, pues lo fundamental era que se sienta segura, lo

cual le pareció muy valioso, y agradeció. Considero que fue vital esta conversación porque me comentó que pensaba que seguiríamos trabajando desde ahí.

Según este hallazgo, fue notable tener presente que no solo porque el ejercicio funcionó de manera positiva y hasta alegre para una de las performers va a funcionar igual con todas porque también puede convertirse en algo muy sensible. Con esto se observa que el mismo proceso mostró la importancia de las particularidades en las performers cuando por momentos se esperaba que cierto ejercicio funcione de manera similar para las tres, pero no pasaba así.

El siguiente aspecto relevante en esta penúltima sesión fue que identificamos ciertas actividades, temas y/o descubrimientos con los que las performers conectaron más para continuar trabajándolos en el segundo módulo. Ello se profundizó en la última sesión individual con la que culminó el primer módulo.

Para finalizar las sesiones se buscó que la actividad de cierre fuera similar a la actividad de inicio en el sentido de que no esté relacionada con la temática del duelo. Así, realizamos meditaciones en conjunto, bailes de desfogue o liberación u otra actividad que nos saque de la densidad del tema que estábamos abordando.

3.2.2. Segundo módulo

El segundo módulo se desarrolló en 4 sesiones y el objetivo fue explorar las narrativas de contención sobre el duelo que aparecen a través de la relación con la casa y nuestros objetos personales. Las preguntas guía que nos acompañaron fueron ¿de qué maneras aparecen las narrativas de contención?, ¿cómo la casa acompaña nuestros procesos de duelo? y ¿qué sucede con las narrativas generadas en el primer módulo al estar relacionadas ahora con el espacio doméstico?

En este módulo al inicio se buscó dar énfasis a la exploración con el espacio doméstico y a las narrativas de contención. Por lo tanto, en la séptima sesión del laboratorio trabajamos con actividades que nos conectaran más con los espacios domésticos que habitamos. Esto se realizó a través de ejercicios de imaginación en conjunto, en los que nuestros sentidos recorrían la casa y podían viajar hasta donde quisiéramos. También realizamos dibujos y exploraciones en la habitación, pues era el lugar en el que nos encontrábamos principalmente. La finalidad fue identificar diversas nociones acerca de la relación que tenemos con el espacio doméstico que habitamos y cómo este ha acompañado el proceso de duelo.

Por otro lado, en la octava sesión se dio énfasis al trabajo con las narrativas de contención, específicamente la del agradecimiento hacia nuestro ser querido que trascendió y los aprendizajes que nos brindó en su paso por nuestra vida. Las narrativas que se iban construyendo eran con base en un diálogo entre las performers, sus objetos y la casa.

El diseño de la siguiente sesión dio un giro pues se presentaron ciertas dificultades internas con Alejandra ya que ella consideraba que el trabajo, inconscientemente, estaba develando ciertos problemas familiares y; por otro lado, en el cierre del primer módulo, Andrea comentó que el ejercicio de los detonadores trascendió en su vida cotidiana.

Así fue que consideré necesario replantear el diseño de esta sesión para que dialoguemos y exploremos sobre el duelo desde las diversas miradas que hay en otras culturas, pues hasta el momento el trabajo realizado partió de experiencias personales. Metodológicamente, esta sesión fue clave ya que nos permitió conocer distintas visiones que existen sobre el tema. Gracias a esto, aprendimos sobre sus tradiciones u otras posibilidades para afrontar un duelo. Además, Alejandra propuso que relacionemos estas perspectivas con lo que habíamos visto por otros lados o con nuestras experiencias, sin que sea algo que ahonde en ellas.

Por ejemplo, cuando hablamos sobre el duelo andino, Lucero lo vinculó con los rituales que hicieron en la sierra cuando su abuelita trascendió. Una de las tradiciones que su mamá le comentó fue que le servían el plato de comida a la persona que había fallecido y todos debían quedarse en la mesa hasta que la mosca se pare en el plato pues eso significaba que el alma ya había estado ahí.

Por otro lado, Andrea mencionó una obra de teatro de Brasil que habla sobre una ruptura de pareja en la que organizaron una fiesta para todos sus amigos con el fin de despedirse de los recuerdos de la relación. Estaba lleno de flores, como si recibieran la primavera, era muy simbólico. Agregó que el otoño marchita las hojas, pero florecen nuevas rosas. De acuerdo con lo mencionado, Andrea señaló que si los intérpretes hubieran hablado sobre la muerte física de alguien también lo hubieran desarrollado así, no como el fin sino como una transformación.

En esta sesión también reflexionamos sobre las siguientes preguntas: ¿cómo acompañaríamos el duelo de un amigo, familiar, conocido? y ¿cómo nos gustaría que nos hubiesen acompañado? Andrea compartió que acompañaría con bastante empatía, se pondría en los zapatos de la otra persona y pensaría en cómo está pasando por la experiencia. También acompañaría desde el amor y la contención, porque le ha pasado con amigas o personas cercanas que después de varios meses de seguir mal, triste por su duelo, le decían “ya pasa la página”, “paras durmiendo y estás encerrada en el dolor” o “yo he sufrido peor y ahora estoy acá viéndolo de otra forma”, lo cual ocasionó que se aleje de ellos. Considero que hay que tener mucha prudencia y no invalidar el dolor de la otra persona, pues como hemos mencionado, el duelo es un proceso particular que no tiene una duración específica, este puede desaparecer y luego volver.

Lucero mencionó que no siempre preguntamos ¿cómo te sientes? o ¿quieres hablar de esto? sino que a veces damos por sentado qué es lo que deberíamos decir como “mi más

sentido pésame” por ejemplo. Agregó que a veces se tiene miedo de que la persona termine llorando mucho porque quizás no sabremos cómo controlarlo, o se tiene una perspectiva negativa de llorar, por ello suponemos cómo hay que tratar a alguien que pasa un duelo: “Lo importante es estar y ser una compañía porque, después de todo, desahogarse no está mal. Es complicado, pero no creo que sea malo. Al final la persona se abrirá con quien se sienta más cómoda”.

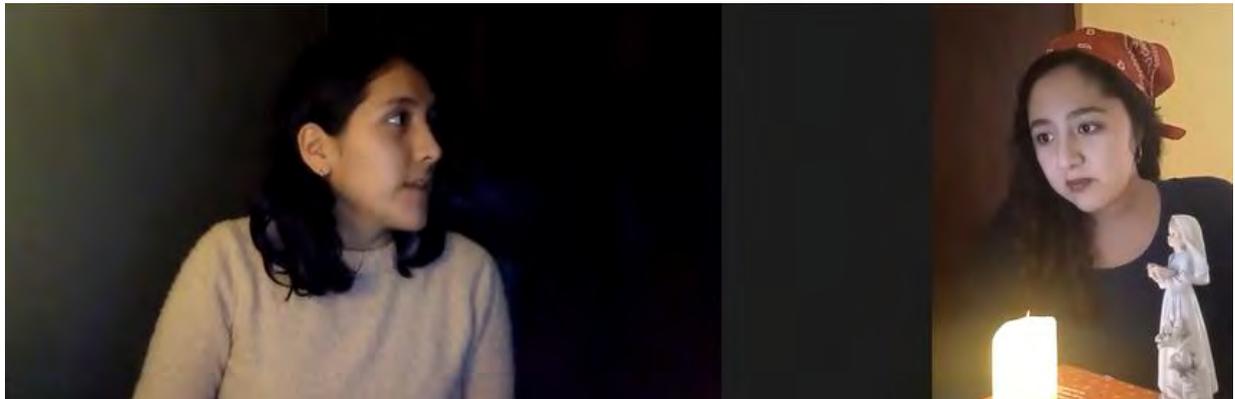
Otra reflexión fue que no es necesario sentir que debemos dar los mejores consejos. A veces lo más valioso que podemos hacer es acompañar, sin decir nada, porque finalmente estás tan inmerso en tu dolor que muchas cosas que te digan no funcionarán o solo no quieres escucharlas, sino que estén a tu lado y saber que estás rodeado de gente que te quiere. A partir de ello, surgió la pregunta de ¿cómo acompañar ahora que no podemos estar juntos? Pues puede que encontremos esa contención con la familia, o con quienes habitamos, pero también es posible que no. Entonces, consideramos que podríamos buscar distintas maneras para demostrar que estamos con la persona, o al menos, intentarlo.

Por otro lado, siguiendo la línea de cómo se ve el duelo en otras culturas, descubrimos la visión mexicana y su celebración del día de muertos. Dentro de dicha festividad encontramos que a través de las calaveras escritas realizan rimas sobre la muerte, la cual es una propuesta lúdica y hasta divertida de hablar sobre el tema. Ello fue bastante valioso.

Así fue como planteé que creemos nuestras propias rimas bajo ciertas premisas, las cuales eran hablar sobre nosotras y terminar escapando de la muerte. Luego de ello interpretamos nuestras rimas de maneras creativas y en relación con nuestros objetos. Esta actividad funcionó muy bien pues nos permitió hablar sobre el tema desde una perspectiva lúdica y entretenida, la cual consideré un respiro, pues no estaba relacionada con nuestras experiencias personales sobre el duelo. Por ello, continuamos trabajando el ejercicio en las posteriores sesiones y lo elegimos como parte de la muestra.

Figura 3

Primer acercamiento a las rimas



Nota. Escogimos una de las rimas para que Lucero la lea y Andrea la interprete junto a sus objetos.

Figura 4

Jugando con nuestras rimas



Nota. Andrea leyó su rima y todas las demás la interpretamos con los objetos y/o el cuerpo.

Conocer otras miradas y distanciarnos de las exploraciones personales que veníamos realizando contribuyó en el proceso de las performers. Al preguntarle a Alejandra al respecto en el cierre del segundo módulo ella comentó que le ayudó el no indagar o escarbar más de lo

debido. También le pareció bueno que en esa sesión vimos otras perspectivas, como lo teórico, es decir no exploramos tanto con el cuerpo y la emoción. Por ello fue más fácil de llevar.

A partir de este replanteamiento me comencé a cuestionar si lo ideal sería que las que deseen continúen trabajando desde una mirada más externa o, continuar con lo personal. Consideré que escogerían la primera opción; sin embargo, Andrea y Alejandra decidieron continuar desde lo personal, pero encontrando un punto medio que las contenga. Lucero también se mantuvo en este equilibrio.

En el caso de Andrea, a pesar de que en ese momento su pérdida fue de 7 meses aproximadamente, ella consideró que no le gustaría hablar del duelo solo en general porque siente que lo abordaría de manera muy lejana a ella. Cree que es un proceso tan rico en la propia experiencia y podría ser bueno entrelazar ambos, lo cual me pareció muy valioso.

Alejandra, comentó que también quería volver a lo personal porque encontró imágenes interesantes que se podrían trabajar. No obstante, recomendó que la guía para tocar ciertos temas era fundamental, ya que con ello, se podía dirigir el proceso específicamente a las narrativas de contención donde recordemos los mejores momentos con nuestros seres queridos, para de esta manera no ahondar en temas dolorosos o complejos.

Agregó que a pesar de que en el ejercicio decidía qué recordar o no, a veces no podía diferenciar esos momentos, e incluso había ocasiones donde entraba en algún descubrimiento que quizás no quería abordar. Recalcó la importancia de decir “hasta acá nomás, ya no quiero tocar eso”. No obstante, también cree que la guía podría ayudar a abordar esos momentos.

Lo anterior representó un reto personal, pues antes se contaba con que la performer decida hasta donde llegar; pero luego que Alejandra mencionó que los límites se podían desdibujar al estar dentro del proceso, lo complejizó. Lo antes mencionado, permitió que se guíe el trabajo hacia las narrativas de contención de una manera más orgánica, y que las

exploraciones sean más precisas para no profundizar demasiado. Además, en ese punto, Alejandra ya había identificado algunas imágenes que le gustaron mucho y que quería continuar trabajando para su momento individual. Según eso, afinamos ciertas exploraciones con miras a la muestra.

En cambio, Lucero prefirió crear nuevas imágenes durante su búsqueda. A partir de ello, considero que es bastante importante que haya ese tipo de libertad porque a cada una le ayuda a conectar con aspectos diferentes de acuerdo a su historia. Es una búsqueda personal que a la vez puede ir construyendo un lenguaje propio y es importante que el proceso se adapte a esto. A diferencia de los momentos grupales donde sí se buscaba un punto de encuentro entre nosotras; se intentó fomentar un equilibrio entre lo íntimo y lo colectivo.

Por último, en este módulo no se realizó un feedback grupal, pues fueron menos sesiones a comparación del primero. Lo que sí se realizó, fue una retroalimentación en las sesiones individuales como parte del cierre.

3.2.3. Tercer módulo

El tercer y último módulo, se desarrolló en 6 sesiones. El objetivo fue explorar y organizar escénicamente las narrativas sobre el duelo generadas en el laboratorio, a partir de la relación con los objetos personales y el espacio doméstico. La pregunta guía que nos acompañó en este módulo fue ¿de qué maneras se organizan escénicamente las narrativas sobre el duelo generadas en el laboratorio?

En el transcurso de estas sesiones se buscó que las performers identifiquen los ejercicios o creaciones con las que más habían conectado desde el inicio del laboratorio, para así tenerlas en cuenta al elaborar la propuesta de estructura de la muestra.

En la primera sesión grupal, se reconocieron los ejercicios en conjunto que habíamos desarrollado para elegir los que transmitían la esencia de lo trabajado en el laboratorio y que, además, nos hacían sentir cómodas.

Así fue como elegimos un ejercicio de nuestra primera sesión, en el que escribimos narrativas sobre el duelo que encontrábamos en la sociedad, la familia y también, las personales. Sin embargo, el punto de diferencia en esta sesión en comparación a la primera fue que exploramos la narrativa de manera lúdica, con nuestros objetos personales y la relación con el espacio doméstico.

El segundo ejercicio que buscamos mantener fue el de las rimas sobre la muerte. En esta sesión ejecutamos dicha actividad desde otras posibilidades, por ejemplo, leyendo o interpretando la rima que creó nuestra compañera. Además, probamos distintas posibilidades para estar involucradas como grupo.

En las sesiones individuales las performers construyeron momentos relacionados a su viaje personal durante el laboratorio. A través del trabajo con sus objetos personales y el espacio doméstico, compusieron una especie de “escena” en la que podíamos conocer más sobre la historia de la performer y sus seres queridos que trascendieron.

Me pareció valioso proponer la construcción de momentos grupales e individuales porque de alguna forma así fue la dinámica del laboratorio. Por otro lado, considero que el duelo se puede vivir en conjunto, pero también hay ciertos aspectos que son más íntimos. Con esas intuiciones, se fueron diseñando las sesiones de este módulo. Basándose en lo anterior, las performers exploraban con sus cuerpos, objetos y el espacio que habitaban para identificar lo que les gustaría mostrar con respecto a su viaje.

A partir de lo trabajado en estas sesiones, se elaboró una propuesta de partitura para la muestra del proceso, la cual fue enviada antes de nuestra última sesión grupal. En dicha

sesión dialogamos sobre la escaleta y la pusimos en práctica con la premisa de que si algo no funcionaba o deseábamos sugerir algo nuevo; era más que bienvenido.

En el siguiente acápite se presenta cómo fue la creación en conjunto de la muestra y, posteriormente, cómo se desarrolló el día de nuestro compartir del proceso.

3.3. Espacio horizontal de creación: Muestra del proceso

En el presente laboratorio uno de los pilares, como ya se mencionó, era trabajar en un espacio horizontal en el que teníamos la libertad de proponer, crear en conjunto, comentar cómo percibíamos los ejercicios para identificar cambios o maneras de adaptarse, entre otros. Por ello, me pareció relevante que esto se mantuviese al plantear la muestra del proceso.

3.3.1. Planteamiento de la muestra. Uno de los primeros aspectos que decidimos en conjunto fue que la muestra sea abierta, pero para un número reducido de personas, pues coincidimos en que queríamos un compartir íntimo, solo para aquellos que fueran cercanos a nosotras.

En la última sesión grupal, dialogamos sobre la propuesta que traje para saber si estaban de acuerdo o si deseaban presentar otras ideas. Todas estuvimos conformes y empezamos a explorar los ejercicios de diversas maneras creativas para saber cómo presentarlos y organizarlos para el día de la muestra. La finalidad era, por un lado, identificar si funcionaba la propuesta o si integrábamos nuevos hallazgos.

El proceso se detonó cuando se trajo el encuentro con nuestras primeras narrativas sobre el duelo; esto se desarrolló bajo la pregunta: ¿Cómo percibimos el duelo en la sociedad, la familia y personalmente? Dicha actividad nos pareció una parte especial del proceso ya que mostraba con qué narrativas habíamos llegado al laboratorio.

Para darle un giro diferente al ejercicio que realizamos en esta primera sesión, consideramos necesario agregar nuestros objetos personales y también tener presentes los

espacios que nos rodean en la casa. Así, luego de escoger y compartir tres frases por cada una, encontramos un orden que dialogaba con lo que decíamos y nuestras acciones; por otro lado, le encontramos un sentido al ejercicio para que se viera unificado. Este desarrollo permite que formemos una narrativa conjunta sobre nuestras percepciones del duelo durante los primeros días del laboratorio, lo cual aborda nuestro inicio en este viaje metafórico de la muestra.

Un aspecto relevante al construir este momento fue el tiempo, pues al priorizar que todas propongamos para que se mantenga la horizontalidad que buscábamos, el proceso se alargaba demasiado y solo contábamos con una sesión de tres horas. Por ello, fue necesario como guía tomar decisiones que ayudaran a que se mantuviera un orden y que este proceso horizontal fuera eficaz de acuerdo con la limitación del tiempo que teníamos ya que además sería nuestra última sesión grupal.

En adición a esto, Alejandra y Andrea comentan en la sesión 11 que les parece muy bueno que les consulte sobre propuestas o que tomemos ciertas decisiones en grupo pues no se sentía esta jerarquía entre “directora” y performers, sino que todas estábamos al mismo nivel. Alejandra agrega que igual siente que hay cosas que la tesis requiere y que van más allá de lo que ellas elijan, esto me parece relevante porque parte de la metodología era que las performers y yo construyamos en conjunto. El reto es ¿cómo hacer para que estas propuestas estén en diálogo con los objetivos o búsqueda de esta investigación? Esto se halla en el transcurso de las sesiones.

Por otro lado, en la sesión 15, Alejandra sugirió en el cierre del módulo que como guía del laboratorio tomara un poco más las riendas porque a veces se preguntaba ¿qué hacemos todas juntas? Comentó que sí le gustaba esa libertad de expresar lo que pensaba, pero le parecía importante que indique la última decisión para agilizar tiempos.

Aunado a lo anterior, Lucero mencionó: “me imagino que debe ser bien delicado para ti como tesista hacer un tema de este tipo y tomar decisiones grandes respecto a un material con el que nosotras decidimos qué hacer o proponer. A veces pensaba, de repente Sandra debería expresar que le gustaría que este, pero luego me ponía en tus zapatos y no sé si realmente le podría decir a alguien qué poner o no. Por eso también me empecé a sentir directora de la muestra y al mismo tiempo veía que estabas ahí para acompañar, escuchar esos pensamientos que de repente no me dejaban proponer o tomar una decisión en el momento sobre todas las cosas que había explorado”.

Esto me permitió reflexionar sobre los límites o las maneras en que uno como guía puede intervenir sin que se pierda la horizontalidad en el proceso o la construcción que buscábamos hacer grupalmente. Es muy probable que existan ciertos factores que nos lleven a dirigir el trabajo sin que este sea visto como una imposición; por ejemplo; la confianza de las performers hacia la guía para manifestarle las decisiones con las que están de acuerdo. Un siguiente factor es el compromiso tanto de la guía como de las tres participantes.

Además, me parece valioso lo que menciona Lucero sobre sentirse directora de su proceso porque como se descubrió en el transcurso del laboratorio, las sesiones individuales llevaban a una búsqueda personal. Desde mi posición de guía las acompañaba, proponía estructuras y ejercicios bajo los objetivos de la sesión, pero ellas fueron construyendo el momento que presentarían posteriormente para la muestra abierta.

3.3.2. *El compartir del proceso.* La muestra se realizó el 7 de julio del 2021 con una duración de una hora y treinta aproximadamente.

La muestra se realizó bajo la siguiente propuesta:

Figura 5

Estructura de la muestra



1. Introducción: Realicé la presentación del tema de la investigación, los objetivos y di la bienvenida a la muestra
2. Encuentro de las narrativas y los objetos: Este fue un ejercicio grupal en el que cada una mencionó una frase mientras interactuaba con sus objetos, lo cual dialogaba entre sí. A partir de ello, se formó una narrativa conjunta respecto al duelo.

Figura 6

Tortuga bebe de piedritas



Nota. Lucero juntó las piedras y mientras formaba una pequeña tortuga nos compartió: “En mi familia no teníamos las herramientas para mostrarnos vulnerables ni sobre cómo tratar a personas que eran vulnerables frente a nosotros”.

Figura 7

Dibujo familiar de cumpleaños a mi tía Tula



Nota. Junto a mi familia hicimos este dibujo por el cumpleaños de mi tía Tula. La frase que compartí en este ejercicio, mientras sostenía la ilustración que abarcaba todo el recuadro de la pantalla, es la siguiente: “Mi tía decía que prefiere recordar a las personas en sus mejores momentos en lugar de ir a un velorio.

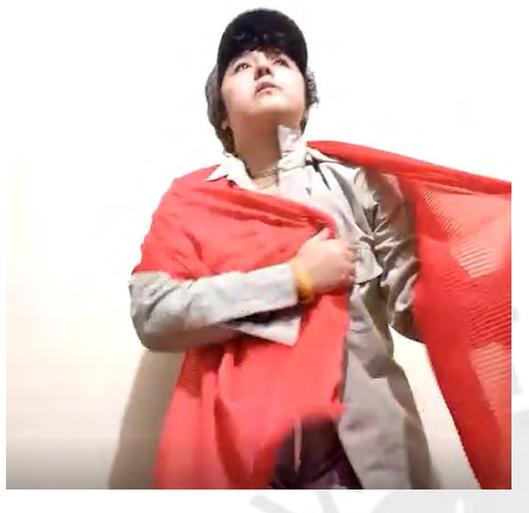
Como intermedio de la muestra compartí un poema que escribí sobre ella durante el proceso del laboratorio.

3. Momentos individuales: Andrea, Lucero y Alejandra respectivamente hicieron una presentación personal en base a lo que construyeron en las sesiones individuales.



Figura 8

Mi chiquitín, pedazo de cielo



Nota. Andrea representó a su abuelito bailando el huayno “Mi chiquitín” de Picaflor de los Andes, canción que a él le gustaba mucho, y conforme avanzaba la música regresa a ser ella misma.

4. Rimas sobre la muerte: Este también fue un ejercicio grupal. Aquí compartimos rimas creadas por nosotras bajo la premisa de que una la relataba y las demás interpretaban. Ello con ciertas variaciones entre rimas, como encuadres o maneras de interpretación, lo cual ayudó a que no se vuelva monótono.

5. Compartir del proceso por parte de la guía y las performers: Finalmente establecimos un espacio para conversar sobre el viaje de creación de este laboratorio y también para recibir preguntas del público.

Consideré relevante realizar este compartir con el propósito de generar un espacio de diálogo a partir de nuestros procesos en el laboratorio y las interrogantes o reflexiones realizadas por los asistentes a la muestra. Por esta razón, preparé una serie de preguntas detonadoras para las performers y el público con el fin de recoger sus puntos de vista sobre el duelo.

En relación a las performers podían hablar de su periodo en el laboratorio y si deseaban, responder la pregunta sobre ¿cómo este espacio de creación les permitió construir nuevas perspectivas sobre la muerte de un ser querido? Por otro lado, en relación al público, ellos podían formular cuestionamientos y/o comentarios. Las preguntas detonadoras que les planteé fueron:

1. ¿Desde sus perspectivas qué relevancia toma la casa y los objetos dentro de los procesos o narrativas del duelo? ¿La casa, sobre todo, en estos tiempos de pandemia?
2. ¿Qué visiones sobre el duelo podrían compartimos? ¿Encuentran relaciones o diferencias a partir de lo mostrado?
3. ¿Desde su generación qué miradas creen que se tiene sobre el duelo?
4. ¿Tienen algún acercamiento o conocen de qué maneras se percibe el duelo en otras culturas?

Una de las problemáticas con respecto a esta parte fue que casi no hubo respuesta por parte del público a las interrogantes propuestas. De los 13 asistentes solo respondieron una o dos personas a alguna de las preguntas. Por ello, este espacio de compartir fue más que todo para hablar de nuestro proceso en el laboratorio y para responder alguna intervención que realizó el público.

Luego de la muestra pude conversar con algunos asistentes y debido a eso supe las razones por las que no participaron activamente en las preguntas. Una de ellas mencionó que la muestra resonó de manera sensible a una experiencia de duelo reciente; por ello, más que compartir sus perspectivas con el público me sugirió que podíamos conversar sobre el tema de forma personal e íntima.

En el segundo caso, los asistentes fueron familiares de una de las performers y al hablar con ella me comentó que no participaron porque seguían muy conmovidos por su participación y por la muestra.

Los dos casos me hicieron reflexionar sobre aspectos que no habíamos tomado en cuenta acerca del público; por ejemplo, las maneras en que podrían reaccionar ante la muestra o cómo fomentar una cercanía al momento de responder las preguntas que había propuesto. En el transcurso del laboratorio la prioridad y la atención estuvieron en el cuidado a las performers para que el trabajo, a pesar de tocar fibras sensibles, no excediera sus límites. Lo mismo pensé para el día de la muestra, pues en cierto modo, también me encontraba preocupada sobre lo que podría ocurrir al abrir la experiencia a un público externo.

Cabe señalar que era posible que los asistentes se sensibilizaran y llegaran a recordar sus propias vivencias relacionadas al duelo; este factor no se tomó en cuenta, pero era relevante, pues así se podría pensar en ciertas alternativas o actividades particulares en los que se sientan más invitados a compartir sus pensamientos.

Así, ciertas personas que se encontraban movilizadas o sensibles respecto a la muestra tendrían más tiempo para procesar su sentir; o por otro lado, se pudieron realizar algunas de las preguntas al inicio de la muestra y así identificar qué ocurría con respecto a la participación del público en estos diferentes momentos.

3.4. Hallazgos y cuestionamientos

Durante el desarrollo del laboratorio aparecieron diversos hallazgos y cuestionamientos en relación a la metodología. En este apartado presenté los aspectos más relevantes en el transcurso de las dieciséis sesiones.

Para una mejor comprensión de lo que sucedió en el laboratorio, la información estará organizada de la siguiente manera: primer módulo, segundo módulo y tercer módulo: reflexiones de las performers. En algunos bloques se encontrarán aspectos de otros módulos ya que se entretujan entre sí.

3.4.1. Primer módulo. El trabajo con objetos inició desde la tercera sesión pues previamente se consideró importante introducir ejercicios sobre narrativas y el duelo. Uno de los objetivos relacionados al trabajo con los objetos era indagar las maneras en que las performers junto con sus objetos personales generan momentos para expresar narrativas sobre el duelo.

Durante uno de los primeros ejercicios de exploración, Alejandra dijo que le dieron náuseas, pues ella canaliza sus emociones a través del cuerpo. Es importante identificar esto pues al ser un proceso más interno, la guía puede pasarlo desapercibido, cuando en realidad los sentimientos están muy presentes. En relación a lo mencionado, ciertos objetos, en especial los vinculados con el duelo, llevaban a las performers a la quietud ya que escogían sentarse en alguna parte de su espacio mientras contemplaban los objetos. Luego comentaron que era porque estos generaban en ellas un proceso más íntimo. En dichos casos tampoco se ve claramente que están afectadas, pero fue muy importante conocerlo a partir de la sesión para tenerlo en cuenta en los siguientes trabajos. Andrea afirmó que el objeto puede despertar recuerdos y emociones muy intensas, aunque no sea muy evidente, ya que es un proceso más interno.

A partir de ello, considero que fue relevante pedirles que no todos sus objetos sean relacionados al duelo, pues a las tres les sucedió que un objeto en particular de su ser querido les afectó y era mucho más complicado explorarlo. Sin embargo, tener cerca otros objetos que también eran significativos para ellas sin estar relacionados al duelo hacía que pudieran salir de ese estado y trabajar desde otros puntos de partida.

Por ejemplo, Lucero mencionó que dos de los cuatro objetos la llevaron a su infancia. Además, Alejandra recordó un viaje que hizo con su papá aproximadamente en su época escolar. A partir de ello, se percibió cómo los objetos te pueden hacer regresar a ciertas etapas de tu vida o a recuerdos específicos.

En el caso de Andrea, menciona que se sintió conectada de forma diferente con cada objeto. La chompa de su abuelo por un momento la conmovió totalmente y no podía dejar de llorar. Sin embargo, luego planteamos un ejercicio en el que debían escoger uno de los objetos y ver cómo se relacionaban con los demás para así componer imágenes. Andrea eligió la chompa porque se percibía más conectada con ella. Lo particular fue que, a partir de su exploración, comentó: “aparecieron imágenes muy graciosas que no pensé que iban a aparecer”. Por ejemplo, la chompa se transformó en un bebé, una pistola, una bandera, el propio viento y también en su abuelo. Según Andrea había un mundo de posibilidades.

En relación con esto, Hito Steyerl (2006) afirma:

De esta manera, las cosas se pueden interpretar como conglomerados de deseos, de intensidades y de relaciones de poder. Y el lenguaje de las cosas, el cual estaría por lo mismo cargado con la energía de la materia, podría por tanto exceder su mera descripción haciéndose productivo. Podría también ir más allá de su representación tornándose creativo, en el sentido de que podría transformar las relaciones que lo definen. (p.6)

La relación de Andrea con la chompa de su abuelo durante los ejercicios, pasó por diferentes intensidades. Al tener un primer encuentro con el objeto en la exploración, se sintió afectada. Sin embargo, cuando la chompa se relacionó con los demás objetos que no necesariamente le remitían el duelo, Andrea identificó nuevos sentidos con los que también afloraron otras emociones. Esto, dado que el objeto se transformó según el vínculo que tenía con ella, lo cual también le permitió generar nuevas narrativas.

Por otro lado, en la sesión 5, Andrea encontró la suavidad y liviandad al explorar con el duelo, lo salpicante también, los cuales le permitieron salir de ese estado en el que siempre está. Además, al explorar con el juego, reconoció que en el duelo puedes dejar un momento tu dolor para recordar que estás vivo, pues existen matices, no todo es blanco ni negro.

Así mismo, en relación con los objetos que escogió, aquellos que anteriormente la hacían llorar, ahora le pueden dar risa o ternura. En cambio, la chompa de su abuelo es la que ahora le da tristeza o llanto. Con ello recalcó cómo se transforman los objetos, pues en su momento cambia lo que sientes por ellos. Eso me pareció interesante porque considero que los objetos contienen memorias que a la vez están cargadas por las emociones de aquellos que los poseen.

Respecto a esto, conforme pasaban las sesiones, un hallazgo para Andrea en el cierre del segundo módulo fue que se puede hacer arte hasta con lo más doloroso sin necesidad de desbordarse. Ella comenta:

“Yo siento que soy muy desbordada en general y me he sentido así varias veces, pero hubo momentos en los que estuve más dosificada porque tú mediante los ejercicios o indicaciones ayudabas en eso. Es como cuando pintas, no siempre tienes que colorear intenso y del mismo tono, hay una gama de matices que debes aprovechar porque puedes encontrar cosas muy valiosas. Pero también es como que todo a su tiempo, si un día estoy en un modo completamente negro y oscuro, no me vas a obligar a que este de amarillo reluciente, hay que tener mucha prudencia y eso es un hallazgo bien bonito”.

3.4.2. Segundo módulo. Como un ejercicio del segundo módulo, planteé que las performers hagan una lista con sucesos que pudieron ser complicados de afrontar, pero que las hacen sentir agradecidas. Se realizó con la idea de trabajar las narrativas de contención.

A partir de ello con Andrea ocurrió algo inesperado, pero que aportó reflexiones valiosas. Ella consideraba que no tenía nada para agradecer. En mi caso, al plantear la actividad, creí que escribiría ciertas situaciones. No obstante, que haya sido honesta al mencionar que le era difícil pensar en algo y que esa era una de las razones por las que va a terapia me pareció muy transparente y relevante.

Cuando ocurrió eso estaba en duda sobre qué hacer; sin embargo, considero que me puse en una posición bastante empática y quise comprenderla, en lugar de cambiar de ejercicio, lo cual fue muy bueno porque, por un lado, su respuesta me sacó de la zona de confort.

Mientras hablábamos, Andrea recordó ciertos aspectos para agradecer, por ejemplo, que sus abuelos la hayan criado, aunque su abuelo ya no esté y, sobre todo, haber pasado las últimas horas con él. Ella mencionó: “Creo que es lo mejor que me pudo suceder en esos meses, despedirme de él porque yo fui una de sus personas favoritas”.

De igual manera, considera que tiene más para agradecer, pero que en ese momento estaba muy golpeada por las cosas feas y no se sentía tan animada. Sin embargo, lo que escribí fue honesto. La contención que encuentro a partir de lo sucedido con Andrea es que puede ser importante promover una mirada positiva de la vida; sin embargo, es válido también aceptar nuestros sentimientos tristes o dolorosos porque son parte del proceso de duelo.

Evitar juzgar esos sentimientos también permite que no lleguemos a desarrollar una positividad tóxica. Según Konstantin Lukin (2020):

La frase “positividad tóxica” se refiere al concepto de que mantenerse positivo, y solamente eso, es la manera correcta de vivir tu vida. Significa solo centrarse en cosas positivas y rechazar cualquier cosa que pueda desencadenar emociones negativas (...) Cuando niegas o evitas las emociones desagradables, las haces *más grandes*. Evitar las emociones negativas refuerza esta idea: porque evitas sentirlas, te dices a ti mismo que no necesitas prestarles atención. Mientras estás atrapado en este ciclo, estas emociones se vuelven más grandes y más significativas a medida que permanecen sin procesar (párr. 2).

Por ello, a partir de la reflexión del ejercicio se plantea que procuremos escucharnos, entendernos, ser un soporte para nosotros y los demás. Aceptar nuestras emociones, validarlas y cuando notemos que solo se tornan negativas o se encuentran presentes por un largo periodo de tiempo en nuestro cotidiano, tomar la decisión de buscar ayuda. Por ejemplo, ir a terapia, encontrar algún propósito, decidir hacer algo que nos guste, realizar acciones simbólicas a nombre del ser querido y/o encontrar compañía con personas de confianza.

La razón de lo mencionado es que afrontemos nuestro proceso de sanación para alcanzar la tranquilidad. Es decir, en el momento que creamos conveniente hay que tomar la decisión de continuar, y hacernos cargo, pues los recuerdos y las vivencias son aspectos que nos acompañarán siempre, por lo tanto, considero que son experiencias con las que debemos aprender a caminar.

En otro orden de ideas, a partir de la sesión 5, uno de los cuestionamientos más importantes que tuve fue si era conveniente entrar más a fondo en los ejercicios relacionados con el duelo (como guía solo participaba en las actividades iniciales que eran dinámicas de juegos o calentamientos). La decisión de no hacerlo era porque me preocupaba perder detalles de cómo las chicas estaban recibiendo los ejercicios, si algo podía afectarlas, entre otros. La mayoría de las veces estar atenta me permitió guiar la actividad de una forma diferente para que no entraran en crisis. Por esto, consideré que me quedaría acompañando y observando por el momento. Sin embargo, la idea de trabajar en los ejercicios relacionados con el duelo se mantuvo en mi cabeza.

Desde el módulo 2, mi participación se volvió más orgánica, ya que algunas actividades me invitaban a crear mientras prestaba atención a las performers. Esto se complementó con que era más consciente de cómo ellas reaccionaban ante ciertos ejercicios.

De esa manera, me involucré en algunas exploraciones individuales y grupales como el trabajo de objetos y las rimas.

En la sesión 11 del tercer módulo, Alejandra me preguntó si sería participante de la muestra, con lo cual no estaba segura porque no fui parte de todos los ejercicios. Sin embargo, cuando desarrollamos la estructura de la presentación, escogimos actividades grupales en las que también participé. Por lo tanto, accedí a ser parte de aquellos momentos en los que estábamos todas, a diferencia de las escenas individuales, pues no las trabajé personalmente.

Pasando a otro tema no menos importante, la virtualidad se convirtió en un aspecto complejo para las tres, pues al trabajar desde sus casas, con frecuencia les costaba salir del estado cotidiano. El espacio doméstico las podía predisponer a un modo menos activo o más relajado. Por ejemplo, Andrea mencionó que eso le sucedía en lugares muy íntimos como su cuarto o patio.

Con respecto a lo comentado en el primer espacio reflexivo, se observó lo valioso que es por parte de las performers decidir no prestarle atención a ciertos pensamientos que podrían ser limitantes para su proceso. Al trabajar en ese cambio de perspectiva, ellas construyeron momentos que consideraron gratificantes. Un ejemplo fue cuando Alejandra encontró dos imágenes significativas: el baile con su papá y el baile de las manos. Para ello, fue relevante que compartiera sus cuestionamientos con alguien de confianza que era externo al proceso. A partir de esa conversación, pudo liberar sus cargas o pensamientos de “la voy a malograr”.

Andrea, se permitió ser transparente con ella misma y con los ejercicios. Decidió no cerrarse a su proceso, ya que al ser un laboratorio compartido lo vio como un espacio de contención y sanación, el cual la ayudó a sentirse con más apertura.

En lo personal creo que las chicas han sido sinceras con sus procesos, esto puede deberse al sentimiento de empatía que surgió porque las cuatro pasamos por pérdidas de seres queridos. También nos permitió compartir con libertad, conectarnos de cierta forma, y sentirnos comprendidas. Según Lucero, no solo expresó como algo anecdótico sus vivencias de duelo, sino que percibió que entendía de lo que ella estaba hablando.

3.4.3. Tercer módulo: Reflexiones de las performers sobre el proceso del laboratorio

En general, las observaciones que compartieron fueron enfocadas a la metodología. Por ejemplo, Andrea comentó que ha sido un proceso complejo por el tema del duelo. En sus palabras, el laboratorio significó abrir un pedazo de su alma para compartirla conmigo y con el grupo, “me he sentido acogida, protegida, cuidada y eso me gustó mucho del proceso, así que me he sentido cómoda, en casa, no tanto en mi zona de confort porque a ratos me has sacado de ahí, pero es natural que los seres humanos tendamos a ese refugio. Creo que me has invitado de una manera muy amable”. También reconoció que esta experiencia le ha permitido una reconciliación con su proceso de duelo, pues la trascendencia de su abuelo se mantiene presente en su vida y es muy triste, porque para ella es abrazar algo que duele.

Cuando en una sesión pregunté ¿Qué descubrimientos sobre el duelo encontraron a partir del trabajo escénico? Una de las cosas que escribió fue “aceptar que estoy mal emocionalmente y que no debo luchar contra ello, sino tenerme paciencia”. Asimismo, reconoció la gratitud, pues a pesar de que normalmente se siente incómoda con la gente, con el grupo se sintió escuchada, acompañada, no juzgada y que sus ideas no eran invalidadas. Eso es lo que se lleva del laboratorio práctico.

Lucero en el cierre del segundo módulo compartió que en este momento de su vida se sentía en modo académico todo el tiempo; sin embargo, cuando venía aquí a las exploraciones más bien conectaba con ese otro lado suyo -las cositas de mi infancia, de mis

papás, cosas que de repente no se hablan, pero están en mi corazón. Además, identificó otros matices en su vida, los cuales son parte de su historia, todavía le acompañan y no necesariamente están presentes, pero se “sienten bien, son calentitos”.

Cabe agregar que para la última sesión grupal comentó que le quedaron resonando las palabras reconectar, reconciliar, compartir, escuchar, pues siente que es lo que hicimos en estos procesos personales y colectivos. Le pareció interesante utilizar las herramientas escénicas adquiridas en su formación para abordar el tema del duelo, ya que no lo había hecho antes. Agradeció por el espacio y añadió “me he divertido bastante, me he sentido escuchada, aceptada y también encontré por tu parte mucha apertura, escucha y lo valoro un montón. De hecho, te he contado varias cosas alrededor del proceso que a veces decía no tiene nada que ver con el tema, pero igual me oías, y ha sido chévere porque luego me daba cuenta de que todo sí de alguna manera sumaba”.

En el caso de Alejandra, sintió que el proceso había sido con altas y bajas, pues llegó a ser muy complicado para ella problematizar al ser querido que trascendió. En las exploraciones, desarrolló las narrativas de que este ser no ha sido solo bueno o malo, sino con diversos matices, complejidades y no hay que endiosarlos ni verlos como perfectos por el hecho de que trascendieron. Sin embargo, ver a su papá desde esas perspectivas le afectó. La performer comentó: “Al principio exploré de otro lado la relación con mi papá. Siento que mi relación con él no sé si no terminó bien, pero las últimas épocas no fueron muy buenas, y traje mucho de eso acá. Estuve indagando bastante y se abrió esa puerta de golpe”.

Alejandra y yo conversamos al respecto y un hallazgo que sintió es que supe manejar la situación, parar y decidimos ya no hablar solo de ella. Ese momento, como guía, fue significativo porque gracias al comentario de Alejandra replanteé las siguientes sesiones bajo una mirada más externa y colectiva, como se mencionó en apartados anteriores.

Luego orgánicamente ella y Andrea decidieron trabajar con algunas vivencias personales. Alejandra consideró que eso le permitió salir del círculo al que había entrado. “Me ayudó porque en las últimas exploraciones para la escena final reconecté con esa esencia de la relación con mi papá. Rescato que hemos podido hacer ese viaje para encontrar eso”.

También sintió que el laboratorio hizo que tuviera a su papá aún más presente y vio el proceso de duelo de hace 8 años desde otra manera. Además, pudo resignificar ciertos momentos como la conversación final que no llegó a tener con su papá. Agregó que “el proceso ha sido las cuatro divirtiéndonos y escuchándonos y eso ha hecho que nos sintamos en confianza, abrírnos y seguir proponiendo. Me he sentido protegida y en confianza de poder hablar de lo que sentía”.

Fue vital desarrollar estos momentos de reflexión donde, como guía, identifiqué los hallazgos y las dificultades que tenían las performers para modificar lo que estábamos abordando. De ese modo, hacer ajustes continuamente nos permitió estar en un espacio seguro de creación.

En síntesis, dos ejes fundamentales para la exploración y descubrimientos de las narrativas fueron el trabajo a través de los objetos y la casa. Conforme avanzaban las sesiones, la relación con ambos nos revelaba diversas perspectivas sobre el duelo que aparecían de formas particulares de acuerdo a las vivencias de cada performer.

En el siguiente capítulo se problematiza y se reflexiona sobre las narrativas que surgieron en el laboratorio, a partir de la relación de las performers con los objetos personales y el espacio doméstico.

Capítulo 4: Narrativas que se tejen con los objetos personales y la casa

Desde las primeras ideas que surgieron para la metodología del laboratorio, se pensaba explorar solo lo que llamo narrativas de contención; es decir, aquellas relacionadas con el aprendizaje, agradecimiento y crecimiento personal. No obstante, con base en las diversas retroalimentaciones y lo que íbamos creando, se dio origen a nuevas narrativas muy interesantes y complejas, como los matices que hay en el ser que trasciende y quienes se quedan. Estas historias que cuentan las performers sobre su experiencia previa y luego de pasar un duelo, tienen que ver con lo que percibimos de la sociedad, de nuestras familias y en lo personal.

Un ejemplo de algunas percepciones iniciales sobre la muerte eran las siguientes: “existe un anhelo a la vida eterna que niega la muerte, aunque sea una realidad inevitable. La covid nos lo ha hecho notar más”, “no hablaba de eso, en la familia era un tema tabú o algo que solo le pasaba a los mayores cuando ya habían vivido bastante”, “(...) estaba convencida de que nunca me iba a pasar tener que despedirme de alguien, pero si sucedía iba a ser lo peor que me ocurra”, entre otras.

Estas ideas reflejan la posibilidad de percibir la muerte como un suceso muy lejano a nosotros; sin embargo, luego de vivenciar una pérdida, es muy probable que se busque hablar sobre ello de manera más constante debido a las diversas emociones que el proceso conlleva, o que, en todo caso, se evite hablar de este acontecimiento.

En nuestro contexto, el duelo se hace mucho más evidente, pues la pandemia nos enfrentó fuertemente con esa realidad que tanto cuesta afrontar y con la fugacidad de la vida. Sin embargo, la muerte siempre ha estado presente. A partir de Judith Butler, William Guerrero (2016) comenta:

Hoy en día, alrededor del mundo, se experimenta, de primera mano o de segunda, la pérdida de un ser humano cercano. Sea por la guerra, la

enfermedad, el hambre, el mundo está lleno de pérdidas humanas que ascienden a niveles incontables. El problema radicaría en cómo hacer frente a esta vulnerabilidad humana que es el pan de cada día (p. 33).

Con esta idea vemos que afrontar un duelo por la pérdida de un ser querido no es una experiencia que le suceda a unos pocos, realmente todos somos vulnerables a vivenciarlo. No obstante, es probable que nosotros o nuestro entorno sienta la falta de herramientas para afrontar un duelo o acompañar a alguien que lo vive, lo cual puede hacer que evidenciamos reacciones que a veces nos cuestan comprender, por ejemplo que un familiar nos diga: “no preguntes sobre eso”. A partir de ello, Andrea agrega que su abuelito le compartía que la muerte es una transformación y hay que tener la certeza de que trascender no es algo malo.

Por otro lado, una de las formas de percibir el duelo es como un proceso de adaptación. Para Andrea, quien se encuentra viviendo una pérdida reciente, siente este tipo de definiciones racionalizadas y hasta frívolas por parte de la sociedad. Con ello, se plantea que más allá de conceptos es importante la calidez humana del acompañamiento, pues el duelo es un proceso complejo y particular.

Según Alejandra, luego del fallecimiento de su papá descubre que existen diversas maneras en que cada persona enfrenta el duelo porque veía en su familia reacciones y procesos diferentes. En su experiencia comenta que ella tiende a bloquear el dolor, como le sucede cuando se entera de la muerte de su papá. Eso la llevó a sentirse juzgada, pues consideraba que era obligatorio llorar; sin embargo, Alejandra no podía hacerlo y por eso también se cuestionaba. Comenta que, en la actualidad, si se encuentra con algo que podría ser un dibujo o una pésima obra de teatro relacionada con la paternidad o algún recuerdo de su abuela, es muy probable que ella se quiebre.

Las maneras de ver el trascender en nuestra sociedad o familia nos pueden moldear con creencias de cómo deberíamos vivir un duelo, pero luego cuando enfrentamos una

experiencia real de pérdida, todo lo que creíamos se puede transformar y hasta reaccionamos de formas que no habíamos imaginado y que no hacen menos válido nuestro proceso.

A partir de las posibilidades para sobrellevar la muerte de un familiar, también surge la pregunta ¿qué hacemos los que nos quedamos? Lucero habla de los pequeños rituales o acciones simbólicas que podemos realizar para ir aceptando la pérdida, como una especie de cierre o pase. Ella comenta: “con la idea de no solo llorarle a mi ser querido, sino que vamos a hacer estas cosas y así ya no me duele tanto”. Dichas acciones o rituales pueden ser muy personales. Por ejemplo, Lucero plantó un árbol con las cenizas de su mascota.

Luego del primer encuentro grupal con las narrativas, propongo explorar con materiales poéticos y tangibles. En función de ello, se realiza la actividad llamada “El recuerdo más bonito”. Éste es un ejercicio libre donde pueden dibujar lo que deseen, no necesariamente relacionado con el duelo. De igual forma, tanto Lucero, como Andrea y Alejandra, coinciden en hacer un dibujo de ellas con sus seres queridos.

Figura 9

Lucero junto a su abuelita



Lucero siente el recuerdo como una caricia gigante, un amor que también le da mucha confianza en ella. Desde su presente percibe que puede guardar sus recuerdos en pequeñas cajitas y

llevarlos a todos lados en su bolsillo para visitarlos cuando los necesite. Aunque, cree que podría ser juzgada por mantenerse atada a un recuerdo “tan antiguo y tan generoso”.

Figura 10

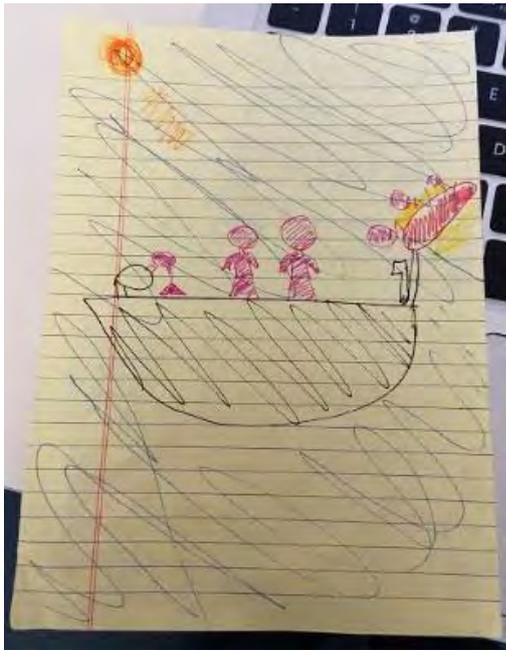
Un amor muy sublime



Andrea siente como si el amor de sus abuelos estuviera reviviendo en ese momento. “Sentí un amor muy grande y plenitud, como si algo me dijese que no estaba sola y nunca iba a estarlo. Me abracé, me amé, lo hice como lo hacían mis abuelos, quizás como jamás lo hubiera hecho yo misma conmigo, pero sí como ellos lo hicieron. Entonces sonreí de amor y lloré de gratitud. En verdad, sentí amor, sentí que ese recuerdo me podía sostener toda una vida. Fue muy sublime”.

Alejandra, a partir de su dibujo, crea un fragmento de poema:

Figura 11 *Un encuentro único*



El reencuentro, tuyo, mío. Un encuentro único

las peleas se fueron

El resto no está

Estamos los tres juntos, felices,

El tiempo nunca se fue.

Estamos acá y ahora juntos siempre

Es muy valioso ver cómo estos recuerdos las llevan a sensaciones de amor cuando también está la posibilidad de que el momento se torne muy nostálgico. Dichas memorias generan que conecten con narrativas sobre el amor como esencia principal. Ese sentimiento que da fuerza, confianza, crecimiento, seguridad y, en cierto punto, las conecta con emociones más grandes que las que sienten por ellas mismas, según describen las performers.

4.1. Reconectando con mis objetos y los de mi ser querido

Los objetos personales tienen diversas capacidades, las cuales se complejizan de acuerdo al vínculo con el individuo que lo posee. A partir de ello, “el objeto personal es portador de mensaje, activador de memoria, más allá de su funcionalidad y aspectos formales. Remite a su dueño, su época, su uso, su cuidado e incluso relaciones afectivas y sentimentales” (González, 2016, p. 60).

En el laboratorio práctico, las performers trabajan con sus objetos y también con los pertenecientes a sus seres queridos que trascendieron. Conectar con los objetos, a partir del trabajo escénico, es complejo, ya que al explorarlos evocan memorias y cargas afectivas sensibles. También, al estar relacionados con sus vivencias de duelo, las participantes generan procesos más internos.

Figura 12

Primer contacto con los objetos personales



Nota. Sesión 3 del módulo 1 en el que las performers exploraron por primera vez con los objetos personales

Este primer encuentro se desarrolla a partir de cuatro objetos escogidos por las performers. Dos están relacionados con sus procesos de duelo y los dos siguientes no, pero sí

se caracterizan por ser significativos para ellas. Un aspecto particular es que las tres traen una casaca o chompa de su ser querido que trascendió y específicamente ese es el objeto más complicado para explorar, pues surgen memorias y emociones intensas al trabajarlo.

En el caso de Lucero, además de la casaca, tiene el anillo de su abuelita y dos objetos que le remiten a su infancia. A partir de este ejercicio, ella escribe:

Abuela, te extraño

A veces siento que mi ayer no es ayer sin ti.

Hoy recordé cuando era menor, como 7 años y no tenía duelos. Daba por sentado la calidez de tu amor.

¿Qué hago con todo el amor que antes me acompañó?

¿Qué hace mi ser adulto con estos objetos?

Ahora me queda tu ropa

Pronto, o tal vez no, partiré yo también

Por otro lado, luego de ese primer encuentro con los objetos, propongo un ejercicio de imágenes. A partir de escoger uno de los objetos y relacionarlos con los demás, se componen figuras y se desarrollan pequeñas historias o metáforas.

Figura 13

Los dedos delicados de la muerte



Lucero escribe... “sentí como los dedos delicados de la muerte tocaban mi puerta, se llevaban mi amuleto querido, lo tomaban con la delicadeza que ameritaba”.

Su siguiente imagen relacionada también con su infancia, desarrolla como narrativa: “Los juegos de niña, los fantasmas de mi niñez, guardo buenos recuerdos que se esconden de los malos. Estos nos buscan, para hundirnos en un paquete, en la misma bolsa”.

En el caso de Andrea, la chompa de su abuelito la hizo reconectar con memorias muy sensibles y el recuerdo de su ser querido. Aunque en un inicio se conmueve y llora debido al vínculo emocional; luego, Andrea encuentra nuevas posibilidades a partir del mismo objeto, y estas imágenes llegan a volverse hasta graciosas para ella. La exploración con la chompa y su relación con los demás objetos escogidos generaron que trascienda la carga afectiva y eso permite que se transforme en diversas posibilidades. Por ejemplo, escribe: “la chompa era mi barriga de embarazo, el peluchito era mi hijo mayor encima de la panza, la pulsera con lo que le hacía jugar” o “la chompa era mi frazada, el peluche mi mascota, Gato, que me acompañaba y la pulsera su coronita”.

Este acercamiento a nuevos significados genera el punto de partida dentro de las primeras exploraciones con los objetos personales. Con el transcurso de las sesiones, la relación de las performers con estos mismos objetos logra que se problematicen las narrativas sobre el duelo, la figura del ser trasciende y quienes nos quedamos.

4.1.1. La relación de la performer con los objetos personales para problematizar las narrativas sobre el duelo

La exploración con los objetos permite que se problematice la figura del ser que trasciende. A partir de ello, nos dimos cuenta de que los seres humanos tenemos virtudes y defectos entendidos como nuestros matices, lo que lleva a las personas que nos quedamos a generar en ocasiones ciertas culpas, cargas o procesos más complicados de cerrar.

En el caso de Alejandra, en un inicio desarrolla la narrativa sobre esta mirada para recordar a su papá. Parte desde lo complejo del ser humano, con ciertos aspectos negativos sobre su relación, como molestias, rencor, cosas que aún le afectaban de él, ese otro lado que no es tan agradable. Ella suele pensar que cuando alguien trasciende se recuerda solo el lado bonito, pero en realidad las personas tienen luces y sombras. Estas narrativas también se reflejan en los movimientos de su cuerpo, pues suele ir de un sitio a otro rápidamente y con el torso y brazos empuja, golpetea, entre otros gestos.

Alejandra comenta que en los últimos años con su papá no la pasó bien y cree que no debe negarlo solo porque él trascendió, pues en su relación está presente lo bueno y lo malo. Considera importante hablar de ambas caras, ya que en las dos hay cosas que se extrañan y además así dejas de idealizar a la muerte.

Según ello, José Antonio Sánchez (2002) menciona:

Ahora bien, la vida humana debe ser representada en toda su complejidad, y es precisamente la insistencia en la representación de la complejidad lo que invalida el recurso a los esquemas narrativos convencionales. "La sociedad - escribe Foreman- nos enseña a representar nuestras vidas ante nosotros dentro del marco de una narrativa coherente, pero debajo de ese condicionante, nosotros sentimos nuestras vidas como series de impulsos y colisiones multidireccionales" (p. 169).

A partir de esta reflexión es relevante comprender que esas narrativas surgen de impulsos o intuiciones según el proceso de cada una. Lo anterior deja entre ver, que las narrativas no son lineales ni siguen un patrón específico, pues, así como se genera un tipo de creación según lo que se siente en el momento, existe la libertad de buscar por nuevos caminos si ya no se quiere continuar por ahí. En este caso considero que el hallazgo es encontrar los matices que tienen nuestros seres queridos que parten, pues a la vez ello nos

permite comprender ciertas decisiones que tomaron por más que no estemos de acuerdo.

Opino que hasta ese punto está bien y no es necesario escarbar más.

Es importante tener presente que, a pesar de la complejidad de la relación con nuestros seres queridos que trascendieron, podemos decidir cómo recordarlos. En especial, si avanzar por el camino mencionado anteriormente se vuelve complejo y doloroso porque el proceso de investigación no busca eso. También es posible encontrar espacios para sanar si es que aún no lo hemos hecho. Dentro de ello está, por ejemplo, la decisión de ir a terapia o realizar las acciones necesarias, lo cual permita que los recuerdos sean agradables para la persona que se queda.

Con relación a esto, cuando pasamos por el ejercicio donde deben escoger la imagen, palabra o sensación que las haga sentir mejor, Alejandra elige la del reencuentro y el baile con su papá; en dichos momentos trabaja con su propia polera. Además, menciona que al inicio del ejercicio solo tiene una imagen en concreto, la cual trabajamos en la sesión pasada y es una en la que toma la polera de su papá como si fuera él y le agarra la parte de la manga como si fuera su mano.

Figura 14

Nuestro reencuentro



Esta es una de las últimas imágenes que se toma con su papá. Al complementarse con el ejercicio de los detonadores, Alejandra pudo resignificar la conversación final que no llega a tener con él. A pesar de que es doloroso y salen ciertos reclamos, también florece todo lo que lo extraña, lo cual para ella es realmente una conversación bonita que le hubiera gustado tener antes de que su papá trascienda; sin embargo, la desarrolla en ese momento.

Cabe agregar que en la exploración recrear la imagen le funciona mucho, pues a partir de ello aparece también “el baile de las manos”. El recuerdo que al inicio no sabe muy bien cómo abordar (porque aparentemente solo está en un papel o una foto), toma otra dimensión al materializarse en un cuerpo simbólico. Alejandra explora con la canción “Father and son” de Cat Stevens. La cual le permite complementar el momento. Ella considera que es una exploración muy bonita con la que recuerda a su papá desde otro lado y se encuentra con la esencia de su relación. En una siguiente sesión, aparece, por primera vez, un diálogo sobre su especial vínculo, a partir de esa canción.

Las representaciones simbólicas de los objetos, sin entrar a procesos terapéuticos, pueden ayudar a expresar algo que es complicado, por lo tanto, transformar y transmutar el dolor.

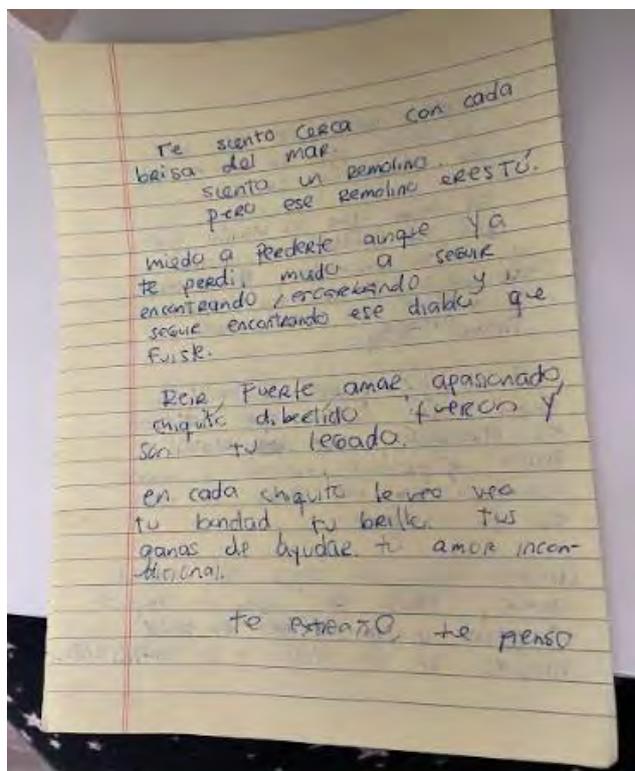
Figura 15

El baile de las manos: encuentro y desencuentro



Figura 16

Fragmento del poema de Alejandra



“Te siento cerca con cada brisa del mar. Siento un remolino,
pero ese remolino eres tú.

Miedo a perderte, aunque ya te perdí, miedo a seguir encontrando, escarbando y seguir encontrando ese diablo que fuiste.

Reír, fuerte, amar, apasionado, chiquito, divertido fueron y son tu legado.

En cada chiquito te veo, veo tu bondad, tu brillo, tus ganas de ayudar, tu amor incondicional.

Te extraño, te pienso”

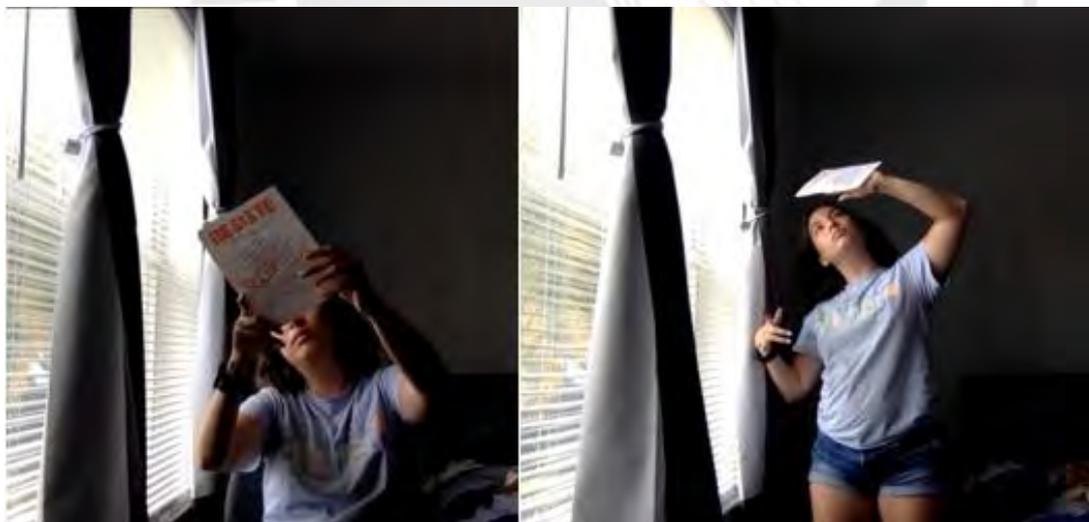
Los papeles, los cuales contienen fotografías o escritos, son especiales dentro de las exploraciones de Alejandra. Ella los selecciona para nuestro primer encuentro grupal de trabajo con objetos (tercera sesión del módulo uno). Al inicio no se tiene muy clara la ruta de cómo explorarlos porque se diferencian bastante de la materialidad de sus otros objetos como

la casaca. Sin embargo, mientras avanzan las sesiones, descubre la potencia de los documentos. Ellos abarcan los recuerdos y las memorias. Por ejemplo, el papel de “Resiste” tiene la anécdota significativa de cuando fue con su papá al teatro en Argentina y le dijo “voy a ser actriz”: “Ese fue otro momento de conexión con él. Era la primera vez que le contaba que quería actuar, que le decía mi pasión. Porque más allá del fanatismo que yo podía tener por esa serie (Casi Ángeles) estaba mi pasión por el teatro, por las artes, y él entendió y me acompañó en esa alegría, en esos 5 minutos donde yo me vi en el escenario recibiendo aplausos”.

Además, Resiste es la canción de uno de sus grupos favoritos y conecta con la relación con su papá. Dichos detalles le añaden capas y significados a la exploración a partir del papel.

Figura 17

Resiste



Por otro lado, los papeles no solo contienen memorias o anécdotas del pasado, sino que también generan nuevas narrativas. Con ello, Alejandra, encuentra un vínculo con las olas del mar. Ella menciona: “cuando veo el mar veo a mi papá, esa inmensidad, ese caos, esa tranquilidad”.

A partir de ello, se desarrolla la relación con su papá en dos dimensiones, es decir, a través de la imagen y lo hablado. Las exploraciones y las narrativas permiten generar una historia sobre el vínculo de Alejandra con su papá y reconectar con la esencia de lo que vivieron juntos: “Ahora que él ya no está, cuando la escucho, este vínculo renace, vuelve, está vivo. Ese vínculo está aquí, más fuerte que nunca”.

Las narrativas exploradas por las performers, también nos permiten problematizar la figura del ser que se queda en el mundo terrenal. Los objetos y recuerdos muestran las cargas que aún podemos mantener al creer que no hicimos lo suficiente o que pudimos haber hecho mejor las cosas antes de que nuestro ser querido parta. Por ejemplo, dejar de ir a visitarlo al hospital porque me afectaba mucho verlo así, y por ello no haber estado juntos en ese último momento o, por otro lado, sentir algo de culpa porque quizás no tenía tantas ganas de pasar un domingo con mi familiar, pues prefería hacer otra cosa.

A partir de ello, Lucero escribió:

mi abuela

el amor

que le siento

siempre me he sentido obligada a quererla

pero la amaba no por esa obligación

Debo admitir que a veces sentía que prefería estar con mis amigos antes que con mi abuela

Debo admitir que muchas cosas que hacía o decía no las entendía, no las compartía, me aburrían o no eran de mi interés

Debo admitir que a veces siento culpa

Que siempre sentí culpa de ese “no interés”

(...)

Luego de la creación de este fragmento, Lucero realiza una exploración con los objetos, los cuales le permiten seguir desarrollando su narrativa. A partir de ello, encuentra nuevamente relaciones con su infancia que al mismo tiempo se vinculan con la complejidad del presente.

Figura 18

Peluches, juegos, conflictos y protección



“Pienso que los peluches, yo manipulando los peluches, son un poco mi yo que manipulaba mis deseos inmaduros por irme a jugar en vez de pasar tiempo con ellas. El angelito es su amor incondicional, siempre siguiéndome y que me atraen, pero tal vez, solo por el amor y no por quiénes eran como personas ¿Qué tanto sabía de su vida? Nunca me cuestioné siquiera si eran seres que podrían tener algo... aburrido
Eran y son mis abuelas, seres de amor, de engreimiento, de bondad...
¿Qué pasa si no me gustaba su aliento? ¿O su forma de ser?

Nunca me lo permitía

Me esforzaba en ser la niña perfecta, la nieta favorita, la engreída y me dejaba proteger y mimar.”

Lucero encuentra una tensión muy fuerte entre aparentar ser alguien que no era, e ir donde su abuela a decirle de forma graciosa: “no puedo más”, con el presente en que ya no finge tanto, lo cual la hace sentir más tranquila. A partir de ello, decide explorar la relación con sus abuelas desde el amor y la construcción de su identidad.

También, comparte que no puede definir quién es a través de sus abuelas, pero lo hace. Por tal motivo, desarrolla dos perspectivas: quién era en sus ojos y a quién veían con todo su amor. En sus palabras, esta última le salvó la vida anteriormente. Según lo mencionado, Lucero encuentra una pregunta - ¿Cómo se relaciona con la visión que tenían sus abuelas sobre ella?

En la exploración de su yo de hace muchos años, en lo primero que piensa es en su infancia, la cual enlaza con el trabajo que hemos estado construyendo con los objetos, porque algunos de ellos la llevan a despertar memorias de esa época, como el olor del perfume de su hermana o el peluchito. Solo que en esta sesión no trabajamos con esos objetos.

Cuando explora con su yo actual muestra menos caretas o intenciones de encajar. A partir de ello, cree que aparecieron cosas que no pudo hacer con su abuela. Por ejemplo, el baile que está explorando y las maneras de ejecutarlo, -las cuales muestran una forma muy liberadora de moverse, con bastante juego, pero al mismo tiempo que expresan vulnerabilidad. Mientras baila, Lucero también imagina que se está mostrando de esa manera ante su familia paterna. En sesiones pasadas menciona que no suele o no le gusta presentarse así, a diferencia de cuando hace clown.

Figura 19

Baile de liberación



Lucero reflexiona que el proceso le ha ayudado a redescubrir su versión de la historia respecto al duelo. Siente que ya puede hablar de las pérdidas de sus abuelas sin que le afecte demasiado; reconoce que luego de la partida de su abuela de parte de mamá, mamá Jose, su vida toma un rumbo totalmente diferente, considera que antes elegía malas decisiones y hasta llegó a tocar fondo. En ese sentido, cuando su abuela fallece, comienza a hacerse más cargo de su vida y se centra en cosas o actividades que la hagan feliz, además que nota bastantes cambios. Puntualiza que el laboratorio la hace reconectar con lo antes dicho.

Continuando con Lucero, otro aspecto importante para cambiar su estado emocional respecto al tema fue gracias al viaje hacia Cusco, dónde tuvo que ir a realizar los rituales de despedida a su abuela; afirma que cuando regresó se sentía otra persona. En lo personal, creo que el proceso de los rituales de cierta forma te permite aceptar la pérdida o reflexionar sobre esta porque son como una pausa a la vida ajetreada.

Otra idea surge cuando se piensa en el ser que aún me acompaña, puede ver mis logros y en lo que me he convertido. Según ello, nace el agradecimiento hacia nuestro ser querido y tenemos la oportunidad de mostrarnos como quizás antes no lo habíamos hecho.

Lucero escribe:

“Quiero decirte que me costó mucho encajar
Que todo eso que proyectaba cuando era menor, “cuando me volvía señorita” no eran más que un mogollón de inseguridades que me costaron mucho deconstruir. Pero creo que eso ya lo sabías.

Te amo por celebrar ese crecimiento y por aceptar mi queer corkyness siempre
Por celebrar mi humor, mis risas, mi masculinidad disidente, por defenderme ante mi mamá para que yo pueda perseguir mis sueños y creer en mí, aunque tú ni conocías esos sueños, sentía que estabas convencida en que los iba a lograr y no solo por ser “Carrasco”, sino porque soy yo y siempre me recordabas lo inteligente e ingeniosa que soy.

Besito”

Lucero desarrolla su búsqueda con relación al amor propio, según la mirada de amor de sus abuelas, que es algo que les agradece mucho. Dicha búsqueda se centra en la aceptación de uno mismo y la autoconfianza. Ella le encuentra un mayor sentido a esas palabras luego del fallecimiento de su abuelita. Comparte que al menos por ese mes que permanece en duelo deja de querer encajar o pensar en ciertas inseguridades. Además, puntualiza que no se siente sola durante ese tiempo, más bien se siente presente.

Por otro lado, en el proceso de construir el momento individual de la muestra, los objetos le mostraron perspectivas interesantes. A partir de la canción “Sobredosis de amor”, que es bastante especial en relación con sus abuelas, Lucero explora y surge un instante en el que su polera se está cayendo, entonces decide quitársela, casi al final del momento. Ese acto en conjunto con la canción la traslada a un lugar donde percibe mucha seguridad y amor. Eso

la vuelve más confiada con lo que quiere hacer y ser en su vida, entonces se saca la polera y revela su polo con estrellas, como esta apertura metafórica de mostrar quién es en realidad.

Durante ese recorrido, saca una foto de su álbum, pues cree que debe llevarse algo consigo antes de salir al mundo exterior. Como decir que internamente se encuentra llena de las cosas con las que estuvo rodeada, pero saldrá sin ellas de manera física. Ahora será ella por su cuenta, lo cual la hace sentirse afectada porque nota que está bien despeinada y sin aretes; así que dice “NO PUES”, con lo cual procede a peinarse, ponerse los aretes y también saca un libro pequeño. Considero que estas acciones se enfocan más en Lucero, su yo real, y la decisión de sentirse bien, es decir, la visión de amor propio y cómo una se siente mejor.

Figura 20

Lista para el exterior



Un aspecto importante es que la casaca de su abuela, la cual en un inicio le cuesta explorar porque es doloroso, ahora le remite comodidad a comparación de las nuevas ideas con las que se está enfrentando en este proceso. Durante las últimas sesiones, Lucero comenta que explorar con la casaca le parecía más sencillo, pues se siente menos expuesta. Según esto, (...) es necesario mencionar que un objeto, al estar expuesto a la experiencia del tiempo, no deja de generar sentidos y renovar su vitalidad. En esto reside la complejidad del objeto como enigma, sus sentidos nunca serán finitos y del todo aprehendidos por el sujeto (Rojas, 2020,

p. 59). Los vínculos y significados que se generen con los objetos se pueden transformar según la relación que se tiene con ellos. Considero que el trabajo escénico, a partir de los ejercicios y la construcción de narrativas, permite que se encuentren diversos sentidos, los cuales transmutan de manera constante de acuerdo con las nuevas relaciones que forjemos en el tiempo.

Lucero comparte:

hola,

soy yo,

aquí

siendo sincera

la esencia de lucero

olor a vainilla con coco

es dulce

se ilusiona rápido

da risa

habla como un troll

Visiones

Espacio seguro para crear

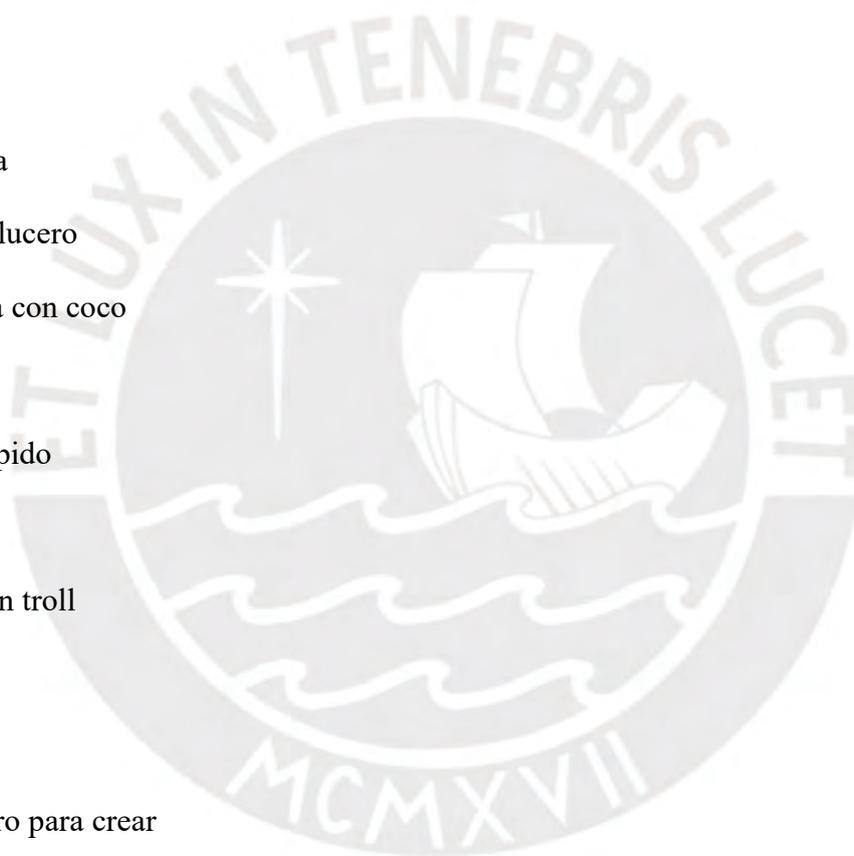
No sé quién soy versus quién quiero ser

Sé quién pretendo ser

Sé quién quiero ser

Pero no tal vez no soy porque me siento tan libre

Tal vez me da miedo ver



Tal vez soy

Amor propio:

Alguien cree en ti (con razones honestas y sin esperar nada a cambio) y a través de sus ojos ves en ti, a través de sus caricias, de sus superpoderes, de su confianza en ti, te empujas a ser más tú y menos el ser autodestructivo, inseguro y temeroso que llevamos dentro.

Por otro lado, Andrea, en relación con los objetos que escogió, comenta que aquellos que antes le hacían llorar, ahora le pueden dar risa o ternura. En cambio, la chompa de su abuelo es la que ahora le da tristeza o llanto. Con ello recalca cómo se transforman los objetos, pues en su momento cambia lo que sientes por ellos. Eso me parece interesante porque considero que los objetos contienen memorias que a la vez están cargadas por las emociones de aquellos que los poseen. A partir de ello, planteo que el trabajo escénico a través de búsquedas poéticas y sensibles permite que la performer identifique diferentes significados o sensaciones respecto al objeto de acuerdo con el momento en que lo explora.

Figura 21

Objetos y composiciones que se encuentran



Nota. Ejercicio realizado en la sesión 3 del primer módulo. En algunos momentos las performers y sus objetos generaban puntos de encuentro entre sí a pesar de que no necesariamente veían lo que hacían sus compañeras.

En uno de los ejercicios, Andrea trabaja con los objetos de su cuarto y eso la lleva a recuerdos de hace algunos años. Juega con su recipiente de pastillas, las pastillas, su maquillaje. Por ejemplo, al explorar con el envase de píldoras se reencuentra con la imagen de la antigua y nueva Andrea, la cual, en sus palabras, es más consciente.

Las pastillas le hacen pensar en ese proceso de universidad y de descubrir a la nueva Andrea, medicada, más cansada de vivir, pero también más responsable con lo que le ocurre. Ahora reconoce que sabe discernir lo que sucede en su mundo interior, son como su botiquín. “He pasado muchos procesos y las pastillas me recuerdan a la persona que me gusta mostrar, pero la que no permito que nadie vea es a la Andrea cotidiana. Soy muy reservada y exteriorizo solo lo que quiero enseñar”. A partir de ello, encuentro similitudes con la búsqueda personal de Lucero, mencionada anteriormente. Algo valioso del proceso es que en una siguiente exploración, en su cama, Andrea comparte que “se dejaría ser y no estaría imaginando qué es lo que debía reflejar”.

Por otro lado, su maquillaje también la conecta bastante con ella. Siempre lleva un labial y delineador, le gusta mucho. Su neceser la transporta al cambio físico y siente que ha dado grandes cambios en su salud emocional y mental. Sospecho que situaciones que acontecen en sus experiencias de vida, más allá del laboratorio, influyen o aportan en sus procesos de duelo. Por ejemplo, lo que menciona Andrea de que ahora es más consciente de ella o de la evolución que ha dado.

Figura 22

Reconociendo(me)



Algunas de las palabras del proceso de Andrea son gratitud, nostalgia, melancolía, frustración, rabia, desgano, poesía, creación, transformación, juego, reconciliación, tristeza, fastidio, risas, conexión, ilusión, canciones, crisis. Las cuales se trabajaron a través de acciones como: jugar, transformar, reír, llorar. Siente que hemos transformado algunas cosas en algo cómico y se ha divertido.

Al explorar con imágenes para la muestra, en la composición de su viaje personal, Andrea menciona que lo creado la llevaba por otro lado y prefería no seguir por ahí, así que desarrollamos nuevas posibilidades. Un objeto especial en su búsqueda continúa siendo la chompa de su abuelito. De acuerdo con ello, Andrea considera a la chompa como un elemento que ya se ha vuelto parte de ella. “Antes sentía que la casaca era mi abuelo, ahora considero que es parte de mí, también creo que eso son los seres que se van, son parte de uno”. Sin embargo, resalta que no se siente así con otra ropa de él. Por ejemplo, si agarra su

“kepi” de la fuerza aérea es muy diferente, porque no es parte de ella, eso sí es auténticamente de su abuelo.

Figura 23

Somos uno



A partir de esta exploración con la chompa, Andrea comparte que no siente ausencia, sino una presencia muy grande, muy real. Sin embargo, le puede pasar que con el mismo objeto perciba su ausencia, no sabe cómo va a salir la próxima exploración. “Es algo que se va a dar, no lo pienso juzgar, es lo orgánico, eso es lo bonito del laboratorio”. Agrega que duerme todos los días con la casaca, ello trasciende este espacio de creación. La siente como “protectora, y que da consuelo”.

Según Gonzalez (2016):

Dichas presencias y nombramientos se relacionan estrechamente con la ausencia y el olvido, ya que muchas veces el objeto (antiguo) logra también con su presencia, la ausencia. Pues nos conducen hacia un espacio tangible y/o emocional que en definitiva ya no existe nuestra niñez, otro país, un ser querido que ya no está, etc.- por lo que se convierten en acentuantes de dicha ausencia concreta pero que vive y renace en nuestra intimidad al relacionarse

directamente con él: “gracias a los objetos, las personas ausentes vuelven a estar presentes” (pp. 63-64).

En función de ello, no solo nuestra relación con los objetos personales en el trabajo escénico da la posibilidad de construir nuevas sensibilidades y narrativas poéticas. Si no que, los objetos, al tener una historia previa por pertenecer a un ser querido, ocasionan una dicotomía porque pueden evocar su ausencia o presencia.

Andrea evita usar la palabra recordar, pues cree que es algo que ya pasó. A ella le gusta sentir que su alma aún se encuentra acompañándola y tiene preocupaciones por ella. No sabe si es porque todavía no acepta que partió, pero le gusta percibir que está. Andrea nunca vio el entierro de su abuelo, no estuvo en ese momento de despedida. Por eso piensa que cuando tenga que caminar a ese arcoíris, él va a estar ahí. Considera que es una manera más poética de verlo.

Así, al crear la estructura de la muestra, Andrea comparte que su abuelo adoraba a su tío y a él le cantaba “Mi chiquitín” de Picaflor de los Andes. Menciona que él en algún momento se lo cantó a su niño con esta figura de militar, bien patriarcal, pero en los últimos años se volvió muy vulnerable, frágil y ese lado de él era “como un chiquitín”. Así que desea cantarle de igual forma.

Finalmente, a partir del proceso reflexiona que “ha sido muy bonito hablar de ellos de una manera distinta, de gratitud también, pues son seres que nunca se van, entonces es valioso tener eso en cuenta. Nos han acompañado en este proceso porque los hemos estado mencionando, hemos hablado de ellos”.

Los objetos personales, a partir del trabajo realizado, nos permiten identificar el gran viaje de sentidos y posibilidades que se generan según las exploraciones y nuestras búsquedas personales vinculadas con las narrativas de contención sobre el duelo. Ahora también es

necesario preguntarnos por la relación que tenemos con los objetos personales en conjunto con el espacio doméstico y qué narrativas se generan a partir de este proceso.

4.2. El espacio doméstico que nos acompaña durante el duelo

Así como se menciona que los objetos personales son grandes activadores de memorias, en esta investigación se considera que el espacio doméstico también tiene la capacidad de reconectar con nuestras vivencias y vínculos. Asimismo, a través de la exploración de las performers con los espacios de la casa, se construyen narrativas que se relacionan no solo con nuestras memorias del pasado, sino también con las vivencias del presente:

No solamente nuestros recuerdos, sino también nuestros olvidos, están "alojados". Nuestro inconsciente está "alojado". Nuestra alma es una morada. Y al acordarnos de las "casas", de los "cuartos", aprendemos a "morar" en nosotros mismos. Se ve desde ahora que las imágenes de la casa marchan en dos sentidos: están en nosotros tanto como nosotros estamos en ellas (Bachelard, 2000, p. 23).

En el trabajo escénico, lo mencionado no es una excepción. Al ejecutar el acto de recordar, los olvidos también son parte del proceso. A través de las exploraciones de las performers en el espacio doméstico se realiza un viaje hacia memorias del pasado, las cuales se resignifican y construyen discursos o reflexiones.

Uno de los primeros ejercicios es una meditación guiada. La premisa es imaginar que van a cualquier lugar posible, puede ser uno existente o uno creado por las performers. Lo importante es reconocer las sensaciones de dicho espacio. Algo muy interesante es que Lucero viaja hasta la casa de su abuela en Breña, lo cual le causa percepciones relacionadas con la intimidad de ese hogar. Al estar ahí siente diversos olores como: el flan que una vez

hicieron o la madera vieja del segundo piso. Ello le permite rememorar momentos con su abuela. Hasta en un instante comenta que siente su mano, a partir de un recuerdo con ella en particular.

Tomando en cuenta lo mencionado, se puede entender la intimidad como “(...) los vínculos y las relaciones que conectan a uno mismo con los demás; la intimidad es el espacio abstracto que reservamos en nosotros mismos para un entorno familiar o de amistad” (Torralba, 2016, p. 11).

El vínculo que se genera con el espacio doméstico depende de diversos factores, en especial, con la sensación de hogar y pertenencia que se perciba al habitarlo. Por ejemplo, Alejandra tiene un año de mudarse a Miami, donde su mamá reside desde hace 5 años en una casa a la que iba esporádicamente. Ahora que recién vive ahí, siente que los lugares aún no son parte de ella, que todavía no tiene esa relación emocional porque se está adaptando a ese espacio. Sin embargo, menciona que las palabras que puso en el ejercicio que realizamos son significativas, como que le hace bastante bien salir a su patio o que su cuarto es un lugar propio e íntimo.

4.2.1. La intimidad de la casa que contiene nuestras narrativas sobre el duelo

Lucero decide explorar a partir de la relación con sus abuelas, desde el amor y la construcción de su identidad. Según ello, identifica los espacios de su cuarto como aquellos que generan metáforas de duelo:

4.2.1.1. El armario

Figura 24

Las puertas de la muerte



“Es tocar una puerta que yo sé que de repente no estoy lista para ver que hay adentro o si lo veo todavía hay dolores. O tal vez justamente se relaciona con que no me siento totalmente segura todavía.”

Su exploración se mantiene relacionada con sus narrativas porque el hecho de que no se siente lista de ver qué le espera dentro de estas grandes puertas, es que en esa sesión no las llega a abrir.

En un siguiente encuentro, al explorar su armario desde afuera, tiene la imagen de que es la puerta del infierno y eso la llama a trabajar con la textura de la puerta. Conforme pasan los ejercicios, y a partir de su búsqueda personal, aborda la siguiente pregunta: ¿cómo Lucero se relaciona con la visión que tenían sus abuelas sobre ella desde su infancia y su yo actual? En el transcurso, ahora sí abre las puertas del armario, el cual aún ve como la entrada del infierno, ese espacio que revela dolores o vulnerabilidad. Bachelard (2000) comenta:

“Cuando se da a los objetos la amistad que les corresponde, no se abre el armario sin estremecerse un poco” (p. 86). A partir del trabajo escénico se percibe el armario como un

espacio extra cotidiano el cual trasciende su figura netamente utilitaria. Lucero cuenta que en su armario tiene varias prendas de su abuela, como casacas.

Figura 25

Abriendo las puertas de la vulnerabilidad



Nota. La casaca de la imagen es uno de los objetos con el Lucero explora en las sesiones y es la casaca de su abuela.

Por otro lado, la exploración con el armario y la casaca la lleva a recordar momentos específicos en diferentes etapas de su vida. Por ejemplo, un video en uno de sus cumpleaños de la infancia. En él se encuentran sus dos abuelas y expresan muchas palabras de cariño y lo que esperan para el futuro de Lucerito, como ellas la llamaban. Este video ya lo había trabajado anteriormente en su curso de composición escénica. Es decir, también tiene un interés previo para abordar de manera artística sus procesos de duelos y la relación con sus abuelas.

Figura 26

Infancia con mamá Eda y mamá Jose



Finalmente, surgen algunas reflexiones a partir de las exploraciones. Lucero menciona que en la época de la universidad vuelve a hablar un montón con sus abuelas y les cuenta cómo le está yendo. También debido a que su abuela enferma, la familia se vuelve más cercana. En esa etapa ella trataba de estar muy alegre al visitarla para darle paz, lo cual de cierta forma sí era algo que le nacía al ver a su abuela. A partir de ello, y de la exploración de su yo actual, cree que no les llega a mostrar muchas cosas de su vida porque desea que estén tranquilas, pues enfermaron pronto.

Además, menciona el proceso de su abuelita mamá Eda luego de la pérdida de su abuelita mamá Jose, pues ellas eran muy cercanas y eso la afectó bastante. Con ello, recuerda que una vez tuvo un sueño-pesadilla con su abuelita que trascendió y se lo contó a mamá Eda. Fue un momento fuerte para Lucero porque dijo que conversaron, lloraron y se abrazaron mucho.

Este recuerdo y otro más le permiten reflexionar sobre los rituales de despedida que ella pudo tener. Por ejemplo, hacer formas de infinito y otras más en la mano de su abuela, lo cual también relaciona con el momento cuando habla con ella y mientras le conversa su abuela se duerme; con el abrazo que se dan luego de contarle el sueño, o también cuando

habla sobre su perrita Luna y se queda dormida, lo cual fue un día antes de que trascienda y es su pérdida más reciente. Lucero, en sus palabras, sintió que esos momentos tenían olor a muerte, por más feo que suene.

El trabajo de Lucero en diversas sesiones y la relación que crea con el armario, revela distintos misterios íntimos y sensibles. Es un espacio el cual en un primer momento no quiere investigar por los secretos dolorosos que esconde. Sin embargo, luego de continuar relacionándose con la visión de amor de sus abuelas es que decide conocer qué devela ese gran armario. Asimismo, al seguir explorándolo se convierte en un refugio, lo cual evidencia las diversas narrativas que se pueden construir a partir de un mismo espacio, el cual varía de acuerdo a las memorias o vínculos que se generen en el momento. El armario, al igual que los objetos personales, tiene la capacidad de manifestar nuevos sentidos para Lucero.

En una de las sesiones, ella percibe que está trayendo a ese momento cosas de su estado de vida, algunos problemas, pues no se siente del todo bien consigo. Comparte que el ejercicio estaba bien, pero al ver su cuarto se pregunta ¿por qué se encuentra tan organizado?, o ¿por qué he decidido quedarme con ciertas cosas? A partir de ello, su primer impulso es esconderse en los armarios, ya que hay bastante espacio dentro. Al mismo tiempo piensa en que diría su abuela, pues estaban siendo días extraños para Lucero.

Como anteriormente trabajamos a partir de diagnósticos, los cuales consisten en explorar de acuerdo a cómo la performer llega a la sesión, en relación con pensamientos, sentimientos, entre otros, le propuse que realicemos lo mismo. La invité a que siga los impulsos que tiene y si estos la llevan a entrar al guardarropa que lo haga para ver qué ocurre. En un principio esa imagen sería una de las varias que se trabajen, pero al final se vuelve la única desarrollada en toda la sesión, lo cual es sorprendente y valioso porque nos permite profundizar otras miradas que contiene el armario, pues ahora Lucero lo ve como un refugio.

Figura 27

Ingresando a las puertas que me contienen



Lucero vincula el armario con las palabras “intimidad” y “secreto”. Estas palabras se relacionan con la propuesta de Bachelard (2000): “El espacio interior del armario es... un espacio que no se abre a cualquiera.” (p. 83). A partir de ello, Lucero comenta que siempre cierra el armario para sus reuniones y dice que abrirlo es como abrir eso que siempre está cerrado. Muy poca gente lo ha visto por dentro, por ejemplo, cuando se queda hasta tarde en una video llamada y se pone a colgar su ropa, con gente de su confianza. Estos aspectos que no necesariamente se vinculan al trabajo escénico siguen una narrativa similar a la que está construyendo en la exploración con el armario.

Debido al trabajo, ella siente que hay una relación bien estrecha entre su “yo” segura versus su “yo” insegura frente a sus abuelas. “Ellas veían más a la persona que podía ser en lugar de la que era y a veces me veía mucho como esa percepción muy segura y feliz. Mi sueño es que ambos lados se fusionen, fácil también es un poco de mi auto sabotaje que siento que de alguna manera mi abuela, o sea la imagen que tenía cuando estaba con ellas era que me hacían dar cuenta de que esas cosas estaban solo en mi cabeza”.

Anteriormente en la investigación hablamos de la idealización a la persona que trasciende; sin embargo, según las reflexiones de Lucero, pude reflexionar sobre la otra mirada, la cual es la idealización de nuestros familiares hacia sus hijos, nietos, etc., cuando al final somos seres humanos, con virtudes y defectos.

4.2.2. Sentirme parte y a la vez ajena de la casa

Al plantear el ejercicio del dibujo de la casa, Andrea comenta que ella no tiene casa propia, sino que vive en la casa de sus abuelos y por temporadas en la de sus tíos. Lo que me llama la atención es que menciona que tampoco las siente como propias, es decir, de sus papás y ella, a pesar de vivir muchos años ahí, con lo cual me cuestiono qué nos hace sentir un espacio como nuestro, ¿el título de propiedad?, ¿la sensación de pertenencia?, ¿su calidez y un ambiente seguro y cómodo?

Pienso que es un aspecto complejo pues, aunque ella sienta alguno de estos espacios como propio, ¿cómo varía y se complejiza esta relación al estar de manera intermitente en dos casas diferentes? Ella más que por la casa, dice que se siente acompañada por su cama porque es un espacio donde para mucho tiempo. También comenta que anteriormente trabajó con Ana Correa la corporalidad a través de la no corporalidad dentro de la cama, lo cual me parece interesante de conocer para una exploración. Por otro lado, ella pasa la mayor parte de su vida en la casa de sus abuelos, donde nació, y luego en la de su tío, la cual ya tiene 7 años. En ella su abuelo también ha pasado bastante tiempo. A veces él se quedaba ahí por temporadas durante 6 u 8 meses, por ello considera que la casa tiene su energía. A pesar de que Andrea se siente lejana a las casas menciona que su abuelo nunca la hizo sentir así, es más la protegía, la hacía sentir en confianza y le decía que ese era su espacio, pero ella igual conservaba en el fondo ese sentimiento.

Desde el inicio de la pandemia, Andrea vuelve a quedarse en la casa de sus tíos, porque como vive con su mamá en la de sus abuelos tiene algunos problemas. Pero luego de que su abuelo trasciende, vuelve a esa casa porque quiere sentir la energía y esencia de su abuelo. Sin embargo, eso también la deprime mucho y por ello sus tíos buscan que vuelva a la otra casa. Ahora siente como si estuviera en ambas, cuando era niña no lo percibía, pero en la actualidad sí.

Considero que los espacios domésticos conservan la esencia y recuerdos de las personas, ya sea por los objetos que la contienen o también por las mismas energías. Creo que cuando comienza un duelo es muy complicado estar en el mismo espacio del familiar que trascendió porque hay constantes elementos que te recuerdan a la persona aunque no quieras o aunque tu intención sea sentirlo más presente. En el caso de Andrea, en lugar de hacerla sentir mejor, le afecta mucho. Creo que en este contexto pandémico la casa puede ser un refugio para mostrar tus sentimientos de manera íntima, pero al tener posibilidades restringidas para tomar pausas en otros espacios o intentar continuar con la rutina hace que este proceso sea más complejo, por lo cual es vital proponer más alternativas para encontrar dónde desfogar todo lo que se está sintiendo o conteniendo dentro de los espacios domésticos.

Por otro lado, en el ejercicio de dibujar la casa pido que seleccionen uno de esos espacios. A partir de ello, en la casa de sus tíos, Andrea escoge el cuarto donde su abuelo dormía porque menciona que es un cuarto que ha cambiado mucho. Antes le transmitía su esencia y ahora su ausencia. Andrea comenta que antes estaba su mesita, su ropita, sus pastillas. Sin embargo, ahora sus pastillas ya no existen, las regalaron, sus frazadas las usa su abuela, su tío, las han regalado entre todos los hijos. Ello le da mucha nostalgia.

Para ella ese cuarto tiene mucha carga, recuerdos, mucha vida y que ahora sea un almacén le parece irónico, pues antes era un lugar super vivo y ahora no. Eso le da una carga,

hasta se ve como un espacio incluso tétrico porque esa es la ausencia. Ello le permite reflexionar ¿Cómo va a ser cuando yo me vaya? ¿Qué harán con mis cosas, qué va a ser de mí, qué va a hacer mi mamá con mi ropa? Piensa mucho en eso.

Luego del transcurso de más sesiones donde seguimos explorando el espacio doméstico, a partir de los objetos que están a nuestro alrededor, Andrea comenta que empieza muy confundida, dice ¿qué voy a hacer? dormir, llorar, estar en su cama, abrazar al gato. Es lo que suele hacer en su cuarto. No le encuentra mucho sentido en ese momento porque según ella solo pensaba en lo que es parte de su cotidiano en ese espacio. Luego decide entrar en confianza porque cada una estaba en lo suyo, dijo “voy a fluir”.

Comienza a relacionar el cuarto con la privacidad, “¿qué hago cuando estoy sola? me relajo, muestro mi peor ángulo. Voy a ser yo, voy a hacer lo que me nazca”. Así es que abre un cajón de su mesa de noche. Comenta que su casa está repleta de fotos, por eso encuentra dos álbumes inéditos que su mamá recolecta desde que su abuelito trascendió. Vio fotos que la sensibilizan demasiado. Fotos de ella recién nacida, su abuelo con ella en el colegio, fotos de su obra de 6to ciclo que su abuelo tomó, la foto con su abuelo en el ojo que llora, entre otras. Ese momento se vuelve muy emotivo para Andrea, según ello entra en un modo de privacidad, de llorar un montón lo cual no ocasiona adrede, surge de manera casual ya que antes no sabía qué hacer. También en el ejercicio conecta con el pañuelo donde envuelve sus cartas.

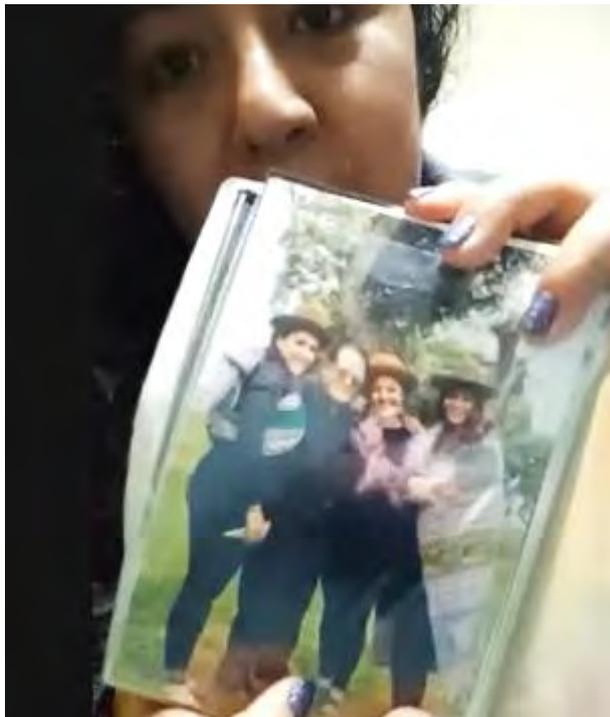
Ya se siente más ella, se pone el pañuelo, canta una canción de su niñez y, a partir de ello surge un hallazgo relevante, Andrea piensa “este es mi hábitat”, bien o mal, no es mi casa, pero es donde yo he crecido. Al comienzo sentía “este lugar me llega, me da ganas de dormir nomás, pero todo se prestó a que se vuelva algo más interno”.

A través del ejercicio con los objetos y el cuarto, Andrea identifica una relación más íntima que la conecta con la esencia de ese espacio y sus vivencias. En un inicio lo siente

como alejado a ella o como un lugar que le era indiferente; sin embargo, al trabajar con los objetos que la llevan a memorias familiares y personales es que identifica el cuarto como un lugar cercano al que ella pertenece y modifica su narrativa al entender ese espacio como su “hábitat”.

Figura 28

Andrea y su abuelito luego de una presentación



Conclusiones y reflexiones finales

Este proyecto nace a partir de un interés personal en el que vivencí un periodo de duelo por la trascendencia de mi tía. Dicha experiencia genera diversos cuestionamientos en mí; por ello, en el camino de buscar respuestas y al reconocer que el duelo por la pérdida de un ser querido es un proceso que puede estar muy cercano a cualquiera de nosotros considero importante desarrollar esta investigación como un punto de encuentro y reflexión en el que se hable sobre estos temas.

Al decidir ir más allá de mi experiencia con el fin de reconocer la colectividad de estas vivencias es que trabajo con tres performers y amigas cercanas. Según ello, el objetivo de esta investigación es analizar la relación entre las participantes con sus objetos personales y el espacio doméstico, como medios escénicos para generar narrativas de contención sobre el duelo. En este apartado, presento los hallazgos y reflexiones más relevantes que se recogen durante el proceso de la investigación.

A modo de conclusión general, considero que el laboratorio práctico desarrollado para esta investigación genera un espacio virtual de encuentro y contención para compartir sobre la muerte y los procesos de duelo. Este proceso permite que replanteemos nuestras percepciones sobre la pérdida de un ser querido, en especial, al encontrarnos con más compañeras que pasaron por lo mismo, pero sin dejar de lado las particularidades de nuestras propias vivencias. Para ello, se plantea que el trabajo escénico brinda diversas posibilidades poéticas para abordar este proceso doloroso de nuestra vida y así, encontrar un espacio alternativo en el que desarrollemos acciones simbólicas para nosotros o nuestro ser querido. De esta manera, el rol de los objetos personales y el espacio doméstico es fundamental para estas creaciones, pues al estar en constante relación con las performers encontramos que las narrativas desarrolladas no se centran en la vivencia de la pérdida, sino que están enfocadas en la complejidad del vínculo con el ser querido que trasciende. Además, a partir de estos

elementos, las participantes transforman y resignifican ciertos aspectos de la relación con su familiar de maneras más amables para ellas.

En el transcurso de la elaboración de este apartado, encuentro diversos hallazgos que desarrollo en las siguientes líneas. En primer lugar, en el aspecto metodológico se le dio una gran importancia a construir un laboratorio seguro, horizontal y autónomo en el que predomine la escucha activa y la empatía. Si bien hubo momentos complejos en el transcurso de ciertas sesiones, la compañía de mi asesora y la comunicación constante con las performers permite que se encuentren nuevas posibilidades para abordar el laboratorio y que las participantes se mantengan en el espacio de creación seguro que siempre se buscó.

Para ello también es muy importante que el proceso esté abierto a los cambios y a identificar ciertas particularidades de cada una, en especial en las sesiones individuales, pues a partir de lo que ocurre en sesiones anteriores se idean nuevas actividades que pueden encajar mejor con lo que están encontrando sin alejarnos de los objetivos planteados por la investigación. Considero que desarrollar sesiones grupales e individuales nos permite rescatar las miradas colectivas y personales que se mantienen dentro de un proceso de duelo.

En segundo lugar, el laboratorio parte con la creación de narrativas sobre el duelo desde una perspectiva más general, según lo que las performers deseen compartir en base a lo que surja de los ejercicios. A través del trabajo con los objetos personales aparecen narrativas que hablan sobre los matices de los seres que trascienden y también de las personas que se quedan. Al desarrollar que somos seres con virtudes y defectos reflexionamos que no siempre estamos de acuerdo con ciertas decisiones que tomaron nuestros seres queridos, con cómo fueron algunos aspectos de nuestra relación o también que debemos tener cuidado con la idealización de nuestros familiares hacia nosotros o viceversa. Cabe resaltar que algunos aspectos de estas narrativas llevan a las performers a ciertos momentos dolorosos o difíciles de su relación con sus seres queridos; por ello, es muy valioso realizar alguna sesión para ver

el duelo a través de las miradas de otras culturas y tener un respiro de nuestras vivencias. Luego de ello, al preguntarles si desean continuar investigando desde un lado más externo del proceso, consideran que lo individual de su experiencia es un aspecto que también la hace única y no quieren dejar de trabajar desde ahí por completo. A partir de esa decisión es que le dimos otro enfoque a las siguientes narrativas que se trabajaron pues ahora comenzamos a desarrollar las narrativas de contención.

Según ello, en tercer lugar, las primeras intuiciones sobre dichas narrativas eran hablar sobre la muerte y el duelo desde una perspectiva que va más allá de las connotaciones netamente negativas que se le suelen atribuir. La búsqueda parte con intenciones de reconocer el aprendizaje que nos brinda compartir la vida terrenal con nuestro ser querido, el agradecimiento que le tenemos y el crecimiento personal que desarrollamos a partir de esa experiencia. Sin embargo, el proceso del laboratorio complejiza estas intuiciones y permite que nuestro concepto de contención se amplíe.

En relación con lo descubierto, se reconoce que la narrativa de contención desarrollada engloba mayores percepciones. Con la contención se resalta la importancia de validar nuestras emociones como las de los que nos rodean, ser empáticos si deseamos acompañar a alguien que vive un duelo, desarrollar actos simbólicos que nos permitan sobrellevar el proceso y comprender que pasar por un duelo es algo complejo; sin embargo, mientras respetemos nuestro proceso y el de los demás, estamos realizando un acto de contención. Parte de ello también es aceptar el dolor y tenernos paciencia, pues no olvidaremos a nuestro ser querido por el gran cariño que le tenemos, y la idea tampoco es esa, sino que en el transcurso aprendamos a caminar con ese recuerdo, con los aprendizajes, con lo bonito y lo feo, ya que es parte de las relaciones humanas. Además, en relación a las narrativas mencionadas anteriormente, se fomenta la aceptación de ciertos errores y virtudes para así también desligarnos de diversas cargas, en caso las hubiera, pues son aspectos que al

final ya no se pueden cambiar. Sin embargo, nosotros aún podemos identificar qué nos gustaría mejorar. En este proceso descubrimos lo importante que es quedarnos con la esencia de nuestra relación y que ese amor se mantenga vivo en nosotros, el cual puede ser un impulso para continuar. A partir de ello, durante las sesiones también descubrimos que hay aspectos que aún queremos sanar, y para ello es importante acudir a centros especializados o realizar lo que más ayude a contenernos a nosotros mismos. Por ejemplo, Andrea comparte que ha comenzado a asistir a terapias de sanación y eso la ayuda mucho dentro de su proceso de duelo.

En cuarto lugar, la relación de los performers con los objetos personales y el espacio doméstico identifica la capacidad de ambos elementos para abrir fibras muy sensibles, las cuales evocan recuerdos específicos sobre el periodo de duelo o resignifican algunos aspectos de dichas experiencias. El trabajo con ellos a través de las artes escénicas permite que generemos nuevos significados, encontremos los secretos que contienen y las diversas posibilidades de transformación y vida que hay en ellos.

En el laboratorio práctico se encuentra que durante el transcurso de la relación que se tenga con nuestros objetos, los significados y vínculos que desarrollemos con ellos no se mantendrán estáticos, sino que pueden variar con el tiempo. Por ejemplo, en el caso de Andrea al componer con los elementos que escoge, crea distintos escenarios que son nostálgicos, graciosos, entre otros. Además, a partir de su relación y el transcurso de las sesiones percibe que la casaca de su abuelito, la cual en un inicio le genera mucho llanto o tristeza, luego le genera mucho amor y protección, al punto de sentir que la casaca y ella son uno solo.

En el caso de Lucero, desarrolla un gran viaje de connotaciones poéticas en relación con el armario de su cuarto. Durante el proceso, este también se transforma, descubriendo en él una presencia y muchos secretos. La vida del armario junto al vínculo construido con ella

nos muestra que primero lo percibe como las puertas del infierno, de la vulnerabilidad o lo desconocido; sin embargo, en el transcurso de las sesiones este objeto también brinda calidez, protección del mundo exterior y llega a ser una guarida en la cual puede ser ella misma. Lo mencionado al relacionarse con el espacio doméstico nos muestra la intimidad contenida sobre su periodo de duelo, la cual se devela poco a poco. Tanto los objetos como el espacio contienen la intimidad de las memorias, y Lucero encuentra nuevas dimensiones sobre ello en las exploraciones. A pesar de que ella no pasa su duelo en la casa en la que trabaja durante el laboratorio, es bastante interesante como de igual manera, a través de los objetos y el hogar que habita encuentra su versión sobre dichas experiencias de duelo.

En quinto lugar, el vínculo con el espacio doméstico también nos origina contradicciones o cuestionamientos, pues como se ve en la investigación nuestra relación con la casa varía de acuerdo a nuestras vivencias en él y con quienes rodean ese espacio. En el proceso se reflexiona sobre qué es lo que nos hace sentir una pertenencia real, la cual va más allá de un título de propiedad, sino que está más relacionado a lo que sentimos al estar ahí. Por ejemplo, cuando Andrea menciona que, a pesar de que ambos espacios en donde vive no son sus casas, ahora los siente parte de su hábitat. Lo que nos lleva a ese lado más intuitivo e instintivo del ser humano, como cuando al inicio de esta investigación mencionamos los orígenes de la palabra casa.

Finalmente, luego de reflexionar sobre lo que nos comparte esta investigación, me es relevante preguntar cómo este proceso y temática podrían continuar en el ámbito de las artes escénicas. Durante este tiempo estamos afrontando poco a poco el regreso hacia la normalidad; sin embargo, es inevitable pensar que muchas cosas han cambiado. Según ello, me pregunto ¿cómo esta investigación, la cual finaliza su planteamiento y desarrollo en medio de un contexto de pandemia, puede ahora ser abordada desde la presencialidad? Me gustaría compartir que en un inicio trabajar sobre este tema desde cuadros de Zoom me

generó grandes cuestionamientos sobre si era el momento de desarrollar la presente investigación; no obstante, el proceso me permitió descubrir muchas posibilidades y también oportunidades que solo aparecen al trabajar desde lo virtual, como compartir desde nuestras casas e identificar las reflexiones que surgen al explorar desde ahí o que nos podamos conectar a pesar de estar en diferentes países y con ello, desarrollar nuestro propio espacio de contención.

Es necesario resaltar que lo encontrado en la investigación no delimita maneras exclusivas ni determinantes sobre la gran complejidad que significa vivir un periodo de duelo o sobre las discusiones en relación con este tema desde las artes escénicas. Sin embargo, genera un punto de conversación y encuentro sobre las posibilidades de crear espacios de contención en los cuales nos sintamos acompañados y podamos compartir el amor por nuestros seres queridos.

En adición a ello, es relevante preguntar qué nuevos hallazgos y cuestionamientos se pueden formular al continuar esta investigación desde los aspectos inherentes a la naturaleza del trabajo escénico. Por ejemplo, el estar en contacto con el otro, escucharnos atentamente desde el mismo espacio, darnos un gran abrazo si es que lo necesitamos, y crear. Esto brinda nuevas dimensiones a la investigación y nos presenta otras posibilidades para seguir compartiendo acerca de las narrativas sobre el duelo y las artes escénicas.

Referencias bibliográficas

- Archundia, V. (2011). *Herramientas para la contención emocional en situaciones de violaciones a derechos humanos*. Piensadh.
https://piensadh.cd hdf.org.mx/images/publicaciones/material_de_capacitacion/fase_de_actualizacion_permanente/2011_Herramientas_para_la_contencion_emocional_situaciones_violacion_dh.pdf
- Arenas, M. (2019). Los objetos vivos. Escenarios de la materia indócil. *Investigación teatral. Revista de artes escénicas y performatividad*, 10(15), 165-169.
<https://doi.org/10.25009/it.v10i15.2593>
- Bachelard, G. (2000). *La poética del espacio* (E. de Champourcin, Trad.). Fondo de cultura económica de Argentina. (Obra original publicada en 1957)
- Barraza, E. (2020). Un teatro para la pandemia: alternativas para la creación escénica en tiempos del nuevo coronavirus en el Perú, a propósito del proyecto virtual «Sin filtro» del Teatro Británico. *Desde el Sur*, 12(1), 263-284. <https://dx.doi.org/10.21142/des-1201-2020-0016>
- Bascope, V. (2001). El sentido de la muerte en la cosmovisión andina: El caso de los valles andinos de Cochabamba. *Chungara. Revista De Antropología Chilena*, 33(2), 271-277. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-73562001000200012>
- Cabodevilla, I. (2007). Las pérdidas y sus duelos. *Anales del sistema sanitario de Navarra*, 30(Supl.3), 163-176. <http://scielo.isciii.es/pdf/asisna/v30s3/original11.pdf>
- Contreras, M. J. (2013). La práctica como investigación: nuevas metodologías para la academia latinoamericana. *Poiésis*, 14(21-22), 71-86.
<https://doi.org/10.22409/poiesis.1421-22.71-86>
- De Chile. (2021). *Etimología de casa*. <http://etimologias.dechile.net/?casa> [Consulta: 19 de diciembre de 2021].

- Fajardo, O. (2019). *Performance por la lejana muerte de mi padre: autoetnografía artística y descolonial desde mi cuerpo migrante* [Tesis de Doctorado no publicada]. Universitat Politècnica de València.
- Flórez, S. (2002). Duelo. *Anales del sistema sanitario de Navarra*, 25(Supl.3), 77-85.
<https://recyt.fecyt.es/index.php/assn/article/view/5545>
- Galeana, K. (24-26 de mayo de 2022). *Transversalidad del arte en los distintos ámbitos del desarrollo humano* [Resumen de presentación de la conferencia]. Doceavo foro de pedagogía de las artes, segundo internacional.
<https://www.facebook.com/CNTeatroUniversitario/videos/555643979347614>
- García, A. (julio-diciembre 2001). Duelo andino: Sabiduría y elaboración de la muerte en los rituales mortuorios. *Chungara. Revista De Antropología Chilena*, 33(2), 173-178.
<http://dx.doi.org/10.4067/S0717-73562001000200002>
- González, G. (2016). *El objeto y la memoria: un punto de partida para la construcción de narrativas visuales... En El Théâtre du Soleil como su lugar de encuentro* [Título profesional, Universidad de Chile]. Repositorio Académico de la Universidad de Chile. <https://repositorio.uchile.cl/handle/2250/141473>
- Guerrero, W. (2016). La responsabilidad ética del duelo. *Criterios*, 9(1), 19-38.
<https://doi.org/10.21500/20115733.3091>
- Imaz, M. (2015). Paul Ricoeur y Hayden White: Una mirada hacia la comprensión de la narración en la Historia. *La razón histórica*, 29, 27-33.
<https://www.revistalarazonhistorica.com/29-2/>
- Montero, J. L. (2021). El hogar: Amigo o enemigo en tiempos de pandemia. *Enclaves del pensamiento*, 29, 30-51. <https://doi.org/10.46530/ecdp.v0i29.430>

- Larios, S. (2020). Teatro de objetos y pandemia: hacia un giro matérico de la mirada. *Artes escénicas en contingencia. Investigación Teatral. Revista de artes escénicas y performatividad*, 11(18), 31-34.
- Lukin, K. (27 de setiembre de 2022). Positividad tóxica: No veas siempre el lado positivo. *Psychology Today en español*. <https://www.psychologytoday.com/es/blog/positividad-toxica-no-veas-siempre-el-lado-positivo>
- Real Academia Española. (s.f.). Narrativa. En Diccionario de la lengua española. Recuperado el 25 de setiembre de 2022, de <https://dle.rae.es/narrativo>
- Rojas, G. (2020). *Todas esas pequeñas cosas: La escenificación de la vitalidad de los objetos a partir de su relación con el trabajo de la actriz en una experiencia escénica sobre la intimidad del sujeto en el espacio doméstico* [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio PUCP. <http://hdl.handle.net/20.500.12404/16903>
- Sairitupac, G. (2020). *El objeto como vehículo de memoria: Recurso creativo para la escenificación de testimonios a través de entrevistas en profundidad* [Tesis de licenciatura, Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio PUCP. <http://hdl.handle.net/20.500.12404/17526>
- Salgado-Solís, N. (2015). *Narrativas emergentes en la escena contemporánea: un estudio sobre las formas de reconfiguración de la experiencia social a propósito de las experiencias de participación escénica* [Tesis de maestría, ITESO - Universidad Jesuita de Guadalajara]. <https://rei.iteso.mx/handle/11117/2503?show=full>
- Sánchez, J. A. (2002). *Dramaturgias de la imagen*. 3ª ed. Cuenca, España: Ediciones de la Universidad de Castilla https://www.academia.edu/43009290/DRAMATURGIAS_DE_LA_IMAGEN

Steyerl, H. (2006). El lenguaje de las cosas (M. Expósito y J. Barriendos, Trad.).

Transversal-EIPCP, junio del 2006.

<http://mitsp.org/2018/wp-content/uploads/2018/02/Steyerl-El-lenguaje-de-las-cosas.pdf>

Torralba, S. (2016). *Habitar la casa: reflexiones en torno al espacio vivencial* [Trabajo de grado, Universitat Politècnica de València]. <http://hdl.handle.net/10251/74051>

Uzcátegui, J. (2010). *El imaginario de la casa. Formas y modos de habitar en cinco artistas: Remedios Varo, Louise Bourgeois, Marjetica Potrc, Doris Salcedo y Sydia Reyes* [Tesis de doctorado, Universitat de València]. Dialnet.

