

Para mi familia
que me escuchó decir,
más de 3 veces al día,
la palabra “Tesis” el último año
y para Dios por consolar todos mis llantos.

Declaración Corporal

Nathalia Alejandra Casanova Mora

Trabajo de grado presentado para optar al título de Maestra en Artes
Plásticas

Asesora: Beatriz Eugenia Díaz

Universidad El Bosque

Facultad de creación y comunicación
Bogotá, Abril 2019.

La Universidad El Bosque, no se hace responsable de los conceptos emitidos por los investigadores en su trabajo, solo velará por el rigor científico, metodológico y ético del mismo en aras de la búsqueda de la verdad y la justicia.

Junio 2019

Tabla de contenido

1.	¿Qué pasó?.....	7
2.	Lenguaje verbal.....	15
3.	Lenguaje corporal.....	22
4.	Para concluir.....	29
5.	Pretendo.....	32
6.	Bibliografía.....	35

¿Por qué me siguen saliendo lágrimas al recordarlo?

¿Por qué siento este dolor en el pecho?

No lo entiendo.

“Tengo que dejar de llorar”
me repito una y otra vez...

¡¿Por qué no funciona?!

¡No lo entiendo!.

Nunca he entendido cómo es posible que mis lágrimas le ganen a las palabras cuando recuerdo la existencia de un ausente, pero lo que más me llama la atención es que no soy la única.

En cada una de las conversaciones que he tenido con diferentes personas acerca del desamor el cuerpo reaccionaba antes que las palabras.

1. ¿Qué pasó?

Hace dos años todo acabó y creí haberlo superado. Ya no me salían lágrimas al pensar en él, ya no recordaba tan a menudo los abrazos, los besos, las caricias; pero algo siguió y sigue presente. Le sigo escribiendo.

Sigo utilizando mis bitácoras para escribir cómo lo extraño, para preguntarme por qué huí, para recordar el porqué tomé la decisión y si sigo pensando de la misma manera.

Al principio, todos los escritos eran con odio. Eran respuestas de conversaciones que tuvimos y nunca le dije lo que realmente pensaba. Hay títulos como: “Razones por las cuales no volver”, “peleas que debo recordar”, “Cómo sabía que no era una capricho lo que estaba sintiendo”. El miedo estaba creando una herida totalmente abierta.

¿El miedo?

El miedo de estar con alguien que no creyera en Dios.

El “Yugo desigual” como se diría en términos religiosos.

El estar con alguien que no cree en lo mismo y por ende estar peleando todo el tiempo.

Estar discutiendo el por qué no puedo pasar la noche junto a él, el por qué no respondo mensajes los domingos, el por qué los sábados estoy llena de eventos en la iglesia, el por qué huyo cuando me estoy sintiendo enamorada de alguien que no tiene esa misma base. En resumen, el porqué creo que lo nuestro no tiene futuro.

Luego se convirtieron en escritos en los que le contaba mi día. Lo bien que iba la universidad, las peleas y reconciliaciones con mis papás y una que otra película que veía.

Últimamente, seis meses para acá, escribo de lo que me acuerdo. De lo que sentía al estar con él, de los planes juntos, de su barba, de su cabello, de las sonrisas que recuerdo, del viaje tan largo en transmilenio para intentar vernos, de lo bien que nos veíamos juntos. Y me asusté. ¿Estoy reconsiderando volver? ¡No!

Saqué un cuchillo y se lo enterré a las páginas. Decidí abrirle un hueco para usarlo como soporte del proyecto de bidimensional y poder encajar ahí mi celular con un video sobre “el amor”. Guardé para mi ese momento de la acción y la experiencia, pero ahí existía un detonante. No lo estaba viendo, pero vivencie una emoción totalmente diferente al darme cuenta que estaba arrepentida y no me quería deshacer de algunos textos.

Volví a recolectar las hojas cortadas y empecé a grabar mi voz leyendo algunos textos de esta bitácora a los que no podía renunciar, ya que la bitácora no tenía salvación.

Realmente solo he escuchado esos audios completos una vez. Siempre que lo intento me siento incómoda, lloro, me molesto y recuerdo. Esa vulnerabilidad en voz alta me confronta demasiado. La reprimo. Siento que soy yo misma repitiendo una y otra vez “no niegues que te sigue doliendo”. Un sentimiento que hace cambiar mi voz sin ser consciente y me hace reaccionar físicamente por medio de respiraciones aceleradas y posturas incómodas. Hay una comunicación no verbal que es más fuerte que la verbal.

Ese lenguaje que el cuerpo adopta cuando se ve obstaculizado y encuentra otra manera de comunicarse. En palabras del psicólogo Albert Mehrabian (1972), “las emociones a las que se les niegan las expresiones en un canal, encuentran otra salida”¹.

Rehusarse a vivir el dolor. Callar el sentimiento de desamor o “rechazar a mi demonio”². como dice Barthes.

Seguí escribiendo sobre este sentimiento sin decir en voz alta que era sobre él y empecé a darme cuenta que esta obsesión estaba dentro de mis proyectos de la universidad sin haber sido tan consciente.

1. Mehrabian, A. (1972). *Nonverbal Communication*. AldineTransaction, Third paperback printing 2009. P. 178

2. Barthes, R. (1982). *Fragmentos de un discurso amoroso*. Siglo veintiuno editores, s.a de c.v. Edición en español 1982. P. 67.

Hice la imagen de un corazón rojo estrangulando otro, para grabado, apenas terminamos (*Imagen 1*); después de un año separados hice un video tallando, en linóleo, de un corazón humano en un formato más grande que mis propias dimensiones para bidimensional y para sexto semestre hice un registro fotográfico de intercambio de historias de desamor en cafeterías. Así que al llegar a proyecto de grado decidí ver esta experiencia como un detonante.

¿Puede la experiencia del desamor crear un escenario de preguntas? ¿Hay algo que no quiero vivir cuando escucho esos audios? ¿Por qué me sube la voz en algunas frases del texto? ¿Por qué se me quiebra?. La entonación y la proyección cambia. ¿La voz cambia sin yo ser conciente? ¿Qué la hace cambiar? ¿busca otra manera de comunicarse? ¿comunicación? ¿Una comunicación diferente?

Pude encontrar dos elementos importantes: Descubrí en la escritura una manera de exteriorizar, plasmar una experiencia con base a un recuerdo; y escucharme, a mí misma leer en voz alta estos *textos ocultos*, me hacían reaccionar físicamente de diferentes maneras sin saber la razón. Existe una interpretación de mi cuerpo ante la lectura de los textos. Es decir, una interpretación a lenguaje corporal de un lenguaje verbal.

2. Lenguaje verbal.

Palabras

*“la poesía me recuerda que todo está construido en
lenguaje”*

*Carl Lego, Astonishing silence, Knowing in poetry
(Handbook of the arts in qualitative research.- J,
Gary Knowles and Ardra L. Cole). p. 168.*

Pienso en palabras. Las letras son lo primero que viene a mi mente cuando no entiendo. Cuando la pregunta aparece, el lenguaje verbal, enseñado desde pequeña, llega a buscar una respuesta y a exteriorizar un sentimiento o una emoción .

El juego de palabras recrea escenarios ya vividos, le da voz a sentimientos silenciados y “crea el mundo en palabras” como dice Carl Lego en “Handbook of the arts in qualitative research”⁴.

Empecé a leer diferentes poetas como José María Rivas Groot, José Asunción Silva y León de Greiff, quienes me llamaron la atención por la forma en la que logran plasmar su experiencia en la escritura. De esa manera fueron escritores que a medida que los leía, me motivaba a escribir siendo más consciente de lo que quiero transmitir y fui encontrando un tono.

De esta manera la bitácora se ve inundada de letras expresando, recreando una experiencia y convirtiéndose en incentivo de creación.

Son letras,

Son palabras

Son huellas,

Son recuerdos,

Son gritos,

Son reclamos,

Son esperanza,

Son lenguaje,

Son comunicación

Son el lenguaje que permitía transmitir la historia de los osados amigos o familiares que se arriesgaron a contarme cómo había terminado su última relación y responder a mi pregunta: ¿cómo lograste que dejara de doler? pero la respuesta global era: “Nunca deja de doler”. Y fué ahí cuando empecé a observar que durante y después de la respuesta podía identificar un comportamiento que ya había visto en mis audios, pero esta vez se manifestaba en otro cuerpo. Los ojos llorosos volvieron a aparecer al igual que la postura incómoda, la respiración acelerada, los suspiros, las manos sudorosas y la pierna temblorosa; y empezaron a aparecer nuevos comportamientos.

Gestos, inclinación de cabeza, mirada al piso con espalda encorvada, frotarse la frente o rascarse la cabeza, ojos inquietos, juegos con los dedos, entre otros.

Y entendí que las palabras se quedan cortas en ese momento de recuerdo, en esa conversación emocional; y el cuerpo interviene con sus traducciones y sus interpretaciones para comunicar lo que no se le es permitido al lenguaje verbal por decisión propia o por un grado de inconsciencia. Entonces ¿estaba tratando de buscarle solución a algo que muere por salir?. El lenguaje corporal se comunica frente a mi. ¿conmigo? ¿las palabras no me están siendo suficientes? o ¿las palabras y el cuerpo se complementan? ¿se pelean? ¿se comunican?. Entonces vi la necesidad del cuerpo en el proyecto. Ser receptiva ante la comunicación que el cuerpo quiere crear conmigo.

3. Lenguaje corporal

Lenguaje corporal

“El cuerpo representa lo que se hace difícil con la palabras”.

Blumenfeld-Jones (en Knowles & Cole, 2008). Dance, choreography, and social science research, Donald Blumenfeld-Jones. Handbook of the arts in qualitative research: Perspectives, methodologies, examples, and issues | SAGE Publications Inc. p.177

Me di cuenta de que el cuerpo estaba comunicándose al mismo tiempo que las palabras, pero yo me estaba concentrado en el significado de éstas y tratando de definir el sentimiento de amor no correspondido. Pero el lenguaje corporal ya se estaba comunicando de alguna manera y me vi reflejada en la teoría del psicólogo Albert Mehrabian llamada “comunicación no verbal”. Una teoría que plantea que en una conversación estrictamente emocional, existe un 7% de comunicación verbal (palabras) y un 93% de comunicación no verbal que se compone de voz con el 38% (entonación - proyección) y cuerpo con el 55% (postura - respiración) que realmente fue con lo que me encontré al escucharme a mí misma en los audios grabados. Un cambio de entonación, de proyección en la voz, respiración acelerada y suspiros.

El cuerpo estaba imponiendo su presencia como en la obra “the artist is present” de Marina Abramovic (2010).

En esta pieza el cuerpo de la artista (y del público que interactúa con ella) habla, tiene fuerza, se comunica con miradas, con dedos, con piernas, con cabezas, con apretones de mano, con sonrisas, con el hecho de ser y estar solamente sentado con una mesa de por medio.

Entonces decidí explorar visualmente la lectura de los audios.

Me volví a grabar diciendo los textos para observar la interpretación del cuerpo vestido de blanco para contrastar con el fondo y pude encontrar más indicios en el cuerpo como frotarse la nuca, tocar con la palma de la mano izquierda el hombro derecho formando una barrera frente a mi, la necesidad de sentarse buscando estabilidad y un juego de las piernas; pero sobre todo, refugiándose en el fondo oscuro que elimina el contexto en el que me sitúo.

Presentando la posibilidad de interpretación en cualquier contexto y haciéndome visible frente a la cámara por la vestimenta blanca, que al ceñirse a mi silueta, me hacía existir. Esa tela que abrazaba mi cuerpo creaba otro cuerpo frente a mí, sobre mí, alrededor de mi y que me permitía tener mayor claridad de los movimientos.

Tomé la decisión de desarraigarla de mi cuerpo y presentarla como aquel cuerpo que, sin él, no existiría reacción ni interpretación por parte del mío. De esta manera vi que el cuerpo me traiciona, o me comunica que hay algo sin resolver. Tal vez no tiene solución. Tampoco le estoy buscando solución. Quiero evidenciarlo, ponerle el dedo encima y decir “¡Te estoy viendo!”. Exagerarlo. Hiperbolizarlo. Llevarlo al extremo de la interpretación. Darle el espacio que nunca le he dado y ser receptiva a su comunicación. Es un problema de lenguaje. Es utilizar “el 93% de la comunicación no verbal” que muere por salir y dejarlo.

La experiencia relacionada al texto hace reaccionar el cuerpo, pero condensarlo en palabras se convierte en una interpretación de la misma experiencia.

Una composición que no busca recrear una vivencia, sino indagar en la misma práctica lo que el cuerpo puede proporcionar en el camino.

Allí cobra relevancia lo que señala Blumenfeld-Jones en el capítulo Dance, choreography, and social science research (idem) cuando afirma: “la escena se recrea no para representar la experiencia, sino para encontrar una visión estética sobre la experiencia que es diferente de otros tipos de ideas”.

La importancia de utilizar diferentes métodos de investigación como el videoperformance, la danza y la poesía se convirtió en necesidad al ponerlos a prueba y empezar a reflexionar sobre la cultura, el contexto, las decisiones, la respuesta corporal, el uso de las palabras y como el lenguaje se complementa con la comunicación no verbal.

4. Para concluir

Para concluir...

La propuesta artística plantea evidenciar en un videoperformance la interpretación que crea el cuerpo (lenguaje corporal) de los audios pregrabados de los textos (lenguaje verbal), llevándolo a la exageración de gestos que solo podrán ser vistos bajo un velo de color blanco en medio de un espacio oscuro.

Presentar DECLARACIÓN CORPORAL en video es importante porque es un medio que permite engañar al ojo con el fin de llegar a la imagen propuesta. Al exponerlo bidimensionalmente el ojo no puede distinguir el volumen del traje negro, por lo que lo funde con ayuda del ISO bajo de la cámara y el juego de luz. Idea que no se podría efectuar en un performance en vivo sin ayuda de una luz ultravioleta; sin embargo este recurso posee un color azul violáceo que no es compatible con la tela elegida.

5. pretendo

Pretendo

Pretendo que la propuesta genere una reacción por parte del espectador de perturbación al encontrarse inicialmente con el videoperformance de un cuerpo retorcido, tembloroso, ansioso y estirado; pero luego transite a sentir afinidad frente a esas expresiones corporales viéndose proyectado debido a la temática.

“ El cuerpo analiza el mundo observado, tiene una respuesta motora e interpreta y re-organiza el mundo a través del movimiento”

Dance, choreography, and social science research, Donald Blumenfeld-Jones. (Handbook of the arts in qualitative research.- J, Gary Knowles and Ardra L. Cole).

6. Bibliografía

Bibliografía

- Andrade, A. (2016). Uno siempre cambia el amor de su vida: por otro amor o por otra vida. Editorial Espasa.
- Barthes, R. (2012). Fragmentos de un discurso amoroso.
- IDARTES (2015). 50 poemas de amor colombianos. Colección libro al viento.
- Knowles, J. G., & Cole, A. L. (2008). Handbook of the arts in qualitative research: Perspectives, methodologies, examples, and issues. Sage.
- Pelias, R. J. (2014). Performance: An alphabet of performative writing. Left Coast Press.
- Mehrabian, A. (1972). Nonverbal communication. Editorial Aldine transaction