



Es con vos mujer



Creación colectiva,
teatro desde
las mujeres

Colectivo de Mujeres de Matagalpa
Nicaragua 2020

Este documento intenta recoger 35 años de la experiencia de creación colectiva y teatro feminista desarrollada por el Colectivo de Mujeres de Matagalpa-Nicaragua.

Queremos documentar parte de la historia, las palabras e imágenes de varias de las protagonistas, algunas de ellas nos dejaron en el camino y otras partieron a otra dimensión.

Por todas nosotras y para que otrxs puedan seguir reelaborando y construyendo para transformar este mundo. Para ello necesitamos manos, aquí está "la arcilla".



No tenemos un plan perfecto
Ni tampoco lo queremos
Solo sabemos que la arcilla
es buena y también las manos
Tenemos un enjambre de
proyectos zumbando
entre la realidad y el sueño.

Extracto poema "la arcilla y las manos"
Mariana Yonüsg

Mujeres de la junta directiva de Matasano en
taller de metodologías participativas.

Matagalpa-Nicaragua 2020

Realizado por Colectivo de Mujeres de Matagalpa



Con el apoyo de



Agradecemos

A todas las personas que nos regalaron sus opiniones, algunas las hemos transcrito en el documento, a las que nos han acompañado en este caminar en la creación colectiva y el teatro feminista, a las que seguimos caminando y a las que se incorporarán. Queremos nombrarlas porque quien nombra reconoce, llama y aviva el recuerdo, pedimos disculpas si nos dejamos a alguien, hemos sido tantas y tantas manos moldeando este barro...

Leo, Fany, Magdalena, Lida Mar, Tatiana, Bea, Ana, Eunice, Rosa, Zoraida, Machú, Eva, Marlon, Argentina, Ingrid, Alba, María Estebana, Osmara, Mayra, Nora, Yesenia, Alondra, Cony, Luna,...

Luana, María José, Heydi, Gloria, Betania, Nora, Eveling, Kevin, Julieta, Cristina, Javier, Gianni, Benito, Faru, Mara, Erica, Mabel, Mauricio, Jaume, Erica Noelia, Carlos, Gloria, Rosario, Rosa, Josefa, Elena, Julieta, Mara, Marelyn, Paola, Martha, Jorge, Mayra, Amanda, Carolina, Verónica, Noelia, Arien, que compartieron trayectos de este caminar.

Doribel, Yesica, Sussy, Sofía, Lourdes, Teófila, Noemí, Concepción, Cecilia, Silda, Nora, Manoli, Antonia, que compartieron sus comentarios y recogimos parte de ellos en este documento.

María Cavalleri, Magali Quintana, Mariana Yonusg, Charo, Yesica, que nos dejaron y permanecen entre nosotras.

A todas las niñas y niños del rincón de los sueños de Matagalpa y de las comunidades rurales, a todxs lxs jóvenes que participan en diversos espacios.

A todxs las integrantes del grupo de teatro artístico juvenil GAJ, del grupo Alcanzando las Estrellas, del grupo de Zanquistas y el grupo de muralistas Entre colores.

A las integrantes del grupo de teatro espontáneo Momentáneo-Barcelona

Marina, Mariona, las tres Lauras, Judith, Carmen, Dolo, Alicia, Sara, Eulalia, Pilar, Bea, Ana

A todxs las que compartieron sus experiencias y sabidurías. Maude, Sara, Pepe, Berit, Rosana, Cristel, Kathy, Lisa, Julie, Steph, Celin, Sophie, Loic, Erica, Pau, Úrsula, Marilen, Teatro Resedui, Graciela, Sofia, Susana, Pepa, Virginia, Nancy, Elina, Mario, ...

Y todos los espacios de intercambios donde pudimos participar:

Grupo Cleta de México y Red latinoamericana, Escuela de mimo y comedia de Granada-Nicaragua, Grupo (construcción de máscaras), Congreso iberoamericano de psicodrama en Cuba, Argentina, Chile, Portugal, Costa Rica, Grupo Lagartija, Grupo Relajo, El Canal Cuba, Grupo Teatro Espontáneo "El Pasaje" Córdoba- Argentina, la escuela de Graciela, FURORE, Compañía Iberoamericana de Teatro espontáneo.

Organizaciones, universidades, Ayuntamientos, Movimientos y redes que han confiado en nuestro trabajo y metodología, ADIC, Xilonen, Venancia, Aguas Bravas, Movimiento Comunal, Familias Especiales, Casa materna, Comisión Ejecutora, 8 de Marzo, Si mujer, MCAS Campaña Yo te creo, Encuentros feministas, El Canal Cuba, ASPA, CIC-Bata, Entrepueblos, Farmamundi, OXFAM-Intermon, SETEM, RAI, Alternativa 3, Red de Mujeres por la salud, Grup de suport, Radio Vos, Vocalia de dones de Mataró, Teixit de dones de Mataró, Ca la dona Barcelona, FEDE Barcelona, Universidad de Barcelona, Universidad de Santiago, Universidad de Asturias, Universidad de Managua, UNAN- FAREM Matagalpa, GAC, Ayuntamiento de Barcelona, Sant Boi, Cardedeu, Santa Coloma, Mataró, Nou Barris, Centro Cívico Torre Llobeta, Dones en forma, Barcelona...

Y aquellxs que no hemos recordado en estos momentos pero también han sido parte.

Prólogo

He terminado de leer el documento de sistematización. Lo he leído dos veces. Impregnándome de las palabras, sensaciones y emociones que transmite. He podido sentirme dentro de cada esfuerzo puesto en palabras. He vivenciado el estar creando la obra de teatro, acción de calle, proceso grupal, función de teatro espontáneo, presentación de las obras en espacios cerrados y públicos. He vivenciado mi cuerpo e ideas en los diferentes espacios. Me ha dejado leer el documento con ganas de seguir y seguir, he redescubierto los caminos y realimentado de su riqueza.

Pocos aportes me han salido, siento que está lleno de riquezas, experiencias y aprendizajes que se dejan compartir y vivenciar en la lectura. Está repleto de ternura y abraza.

Me llena de orgullo y agradecimiento este esfuerzo de repensar y poner en escrito lo vivenciado.

Me alienta.

Siento que da aliento y desde ya reconocimiento.

Les abrazo con todo mi cariño

Eva

Así organizamos el documento

Presenta-acción "Cre-actoras"	6
Nosotras somos, somos nosotras	7
Historia Érase una vez ...	10
Cre-acción, nuestra acción creativa	11
Y lo más importante...	14
No son historias de hadas	14
Ensayando	15
Creatividad para nosotras es...	16
Feminismos	16
Creatividad desde nuestros feminismos son ...	17
Actuando y pensando, caminos que andamos	18
Aplicando	22
En la educación	22
En la cultura y el arte - teatro	23
En lo terapéutico – teatro espontáneo, psicodrama	24
En lo político – campañas y movilizaciones	25
Reflexiones sobre estos procesos	26
Parimos nuestro propio cuerpo	26
Yo soy - protagonista	29
La dignidad – no soy víctima	30
A mí me pasa lo mismo - No estoy sola	31
Tener voz, frente a la impunidad	33
Coherencia - contradicción - imperfección y la risa	36
Romper espacio privado – tomarse el espacio público	37
Aprendemos con placer	39
Comunicamos y expresamos	40
Las ideas – los mensajes	41
Romper el tabú	43
El grupo: soy especial - puedo aportar	45
El tiempo	47
Crear poesía en la pobreza	48
La vergüenza y la culpa	49
Límites y contención	50
Aspecto espiritual	51
Construir modelos	52
Salud	53
La acción hacia afuera	54
Relación con los movimientos feministas y organizaciones sociales	54
Un método que no tiene ni quiere fronteras	¡Error! Marcador no definido.
Dispersar esta experiencia	¡Error! Marcador no definido.
La mirada hacia adentro	¡Error! Marcador no definido.
Se cierra el telón... y seguimos	¡Error! Marcador no definido.
Anexos	59
Estructura para creación de una acción de teatro de calle	60
Compartiendo acuerdos para un proceso grupal	62
El teatro espontáneo en tiempos de confinamiento por el COVID-19	63

Presenta-acción

“Cre-actoras”

Recoger y compartir nuestra historia, el camino recorrido, los pensamientos, las emociones, las ilusiones, las acciones, las resistencias, los aciertos y desaciertos sobre nuestra experiencia creativa feminista es lo que nos hemos propuesto al decidir crear este documento.

Sentimos que tenemos que hacer “teoría” es decir “ver más allá de la experiencia para la comprensión de las cosas”.

Como actoras, nos convertimos en “cre-actoras” para observar nuestra propia práctica. Este documento es otro proceso creativo para poner palabras a nuestra experiencia de más de 35 años, para entender mejor más allá de la acción creativa lo que sucede en los procesos, y qué significa lo que sucede. Para tener mayor conciencia sobre nuestra práctica y así mejorar nuestro trabajo y el de otras personas. Dejar huella e historia de mujeres para otras que hacen o quieren crear teatro feminista.

Miradas



Si “teorizar” es “ver”, nuestra mirada es a través de ojos de mujeres feministas. Un feminismo múltiple que reconoce las injusticias por el simple hecho de ser mujer, que analiza la diversidad de opresiones que nos atraviesa por procedencia, clase, edad, identidades, asumiendo el compromiso de no permitirlo, denunciarlo, transformarlo, cuestionando las estructuras, las formas que sostienen estas injusticias y buscando lenguajes y prácticas nuevas, desde la creatividad.

Foto¹

Nos tomamos el tiempo para dejar por escrito lo que hemos creado, para romper con la invisibilidad de las mujeres en la palabra escrita, para aprender nosotras mismas de nuestra práctica, para enriquecer con esta mirada a otras teorías, para escribir nuestra historia con “nuestras propias palabras” . Para eso, nos pusimos a recordar, pensar, analizar, ordenar, reflexionar, resonar, rebotar, compartir, escribir, discutir, sentir, romper, ver y unas cuantas –ar, -ir y -er más.

Entrevistas, encuestas, pláticas, preguntas y más preguntas dieron al final forma a este documento.

Al leerlo y releerlo siempre nos quedan dudas si hemos conseguido lo que queríamos, pero simplemente es un pedazo, aún nos queda tiempo para seguir intentando recoger otras partes del camino.



¹ Obra “Viajes”, escena sobre el encuentro de culturas. Creada por el grupo de teatro experimental Informal en el 2006. <http://www.cmmmatagalpaorg.net/index.php/publicaciones/investigaciones-sistematizaciones>. Sistematización, una experiencia del grupo de teatro experimental.

Nosotras somos, somos nosotras



Nosotras somos nosotras
sin calificaciones
Transparentes, felices, migratorias
Nosotras somos todos los sueños
Y todos los caminos en haz en nuestras manos
Diferentes, sin ser mejores o peores
Creándonos y recreándonos en búsqueda
permanente
Mariana Yonüsg Blanco²

¡Ah! y como el personaje de “María” en la obra de teatro de creación colectiva “y ahora qué hacer”³... nosotras también olvidamos presentarnos.

Este “nosotras”, somos las compañeras del Colectivo de Mujeres de Matagalpa-Nicaragua, www.cmmmatagalpaorg.net; las del teatro, las del trabajo educativo, las de salud afectiva, emocional, corporal, sexual, las del trabajo organizativo, las que ya no están, las que han aportado a lo largo de estos años, las que recordamos, las de otros grupos de mujeres que nos permiten reconocernos, somos sumas, somos nosotras y otras.

Somos un grupo de mujeres feministas que desde sus inicios trabajamos y seguimos desarrollando una metodología creativa feminista para impulsar cambios y transformaciones en nuestras vidas y en la sociedad.

“Las mujeres podemos aportar a la transformación de la sociedad desde nuestros intereses estratégicos de género y no sólo desde las reivindicaciones de clase. Empezamos a entender que en la sociedad existen múltiples contradicciones y que ninguna de ellas está por encima de la otra”.⁴

Desde esta complejidad asumimos el trabajo creativo, nuestro fuerte el teatro, la plástica, la música, el canto, la palabra, la poesía, el dibujo.... en talleres, en escenarios, en la calle, como grupo, creando redes...



Foto⁵



Foto⁶



Foto⁷

² Fundadora del Colectivo de Mujeres de Matagalpa. Poeta. “Yo nazco mujer y basta”

³ “Y ahora qué hacer”, obra de teatro sobre la violencia de género, creada en 1987.

<http://www.cmmmatagalpaorg.net/index.php/publicaciones/biblioteca-y-animacion>

⁴ Colectivo de Mujeres de Matagalpa, Historia.

⁵ Función teatro espontáneo Barcelona-España 2012

⁶ Acción de calle, 28 de septiembre 2011

⁷ Actividad con mujeres organizadas en la comunidad La Amistad 2011

Nuestro telón de fondo



Foto⁸

“Yo canto si tengo que decir algo
Y no tomo la guitarra por conseguir aplausos
Yo canto la diferencia que hay de lo cierto a lo falso
de lo contrario no canto”.

Violeta Parra

Esta experiencia creativa feminista se ha desarrollado en Nicaragua, en Matagalpa.

Un país que en los últimos 40 años derrocó una dictadura, vivió una revolución y una contrarrevolución, entró al capitalismo neoliberal y volvió a repetir su historia, instaurando con pactos de poder patriarcal, capitalista y colonial, de nuevo una dictadura que reprime a la ciudadanía asesinando a lxs que protestan y prohibiendo cualquier manifestación en pro de cualquier derecho.

Un país y una ciudad con un amplio movimiento de mujeres, con diversas expresiones, que a veces se ha perdido en sus propias fracciones y sabe apoyarse, cuidarse y crear redes fuertes.

Con más del cuarenta por ciento de la población que vive en extrema pobreza y donde tres de cada cuatro mujeres reconoce haber vivido violencia.



Con una cultura de humor, de dichos y dobles sentidos, de “burlar el poder” y de reírse de las “propias desgracias”.

Un pueblo producto de violaciones de la “conquista” y una raíz religiosa profunda impuesta a golpe de espada y cruz, que ha marcado el colonialismo interno.

Con mecanismos de sobrevivencia, de naturalizar las injusticias y verlas como “normal”, enviadas por “dios” o simplemente no verlas.

Aunque se vive en hacinamiento y prácticamente nunca se está sola, cuesta comunicar, se callan los dolores profundos y lo que pasa realmente no se habla. El silencio y el tabú reina en las vidas de muchas personas.

⁸ Foto de la obra “Historia del silencio ” Grupo de teatro Nuestra Cara
https://www.youtube.com/channel/UCh_UsLFwBS5z7EKQx3HJ0A?view_as=subscriber

La guerra, la violencia sistemática como método de "domesticación" en nombre de la educación, la violencia que significa vivir en la pobreza, la desvalorización de las mujeres, el abuso de los poderes, ha generado traumas que no permite hablar, sobre todo a las mujeres. Como dijo una mujer después de una presentación de la obra "El círculo de tiza" que aborda el tema de la guerra⁹ "Uds. pueden decir en el teatro, lo que nosotras no tenemos aún palabras".



Vidas excluidas, que no forman parte de la historia, masas empobrecidas que se les crea conciencia de pobres, con ayudas que tienen que agradecer, sustituyendo el agradecimiento a la conciencia de derechos. Pero el problema reside en las relaciones de poder, en "sentirse más", mandar, explotar a las que no tienen o considerarlas "menos". Esto se da a nivel de clases económicas, sociales, culturales, religiosas, de género, etnias, edades, identidad sexual... y entre el ser humano que siente que puede explotar a la naturaleza. Y también en cuáles son las historias, o parte de la historia que se tienen que contar o callar.



Foto¹⁰

⁹ Círculo de Tiza de Bertolt Brecht, puesta en escena y presentada en el 2008 en Nicaragua y en el 2009 en Suiza, entre el grupo de teatro Nuestra Cara del Colectivo de Mujeres de Matagalpa Nicaragua y el grupo de teatro internacional con sede en Ginebra Suiza "Mondes contraires"

¹⁰ Foto de la obra de teatro "La danza doméstica" creación colectiva 1997. Grupo de teatro de mujeres Cihuatlampa. Retomada y puesta en escena desde 1999 por el grupo Nuestra Cara del colectivo de mujeres de Matagalpa.

Historia

"Ignoramos nuestra verdadera estatura hasta que nos ponemos de pie"
Emily Dickinson, Poeta

Érase una vez ...

"... mujeres diversas, en color, edad, raíces culturales, que hacían teatro en un grupo mixto. Vivían, trabajaban y creaban juntas. Nixtayolero, "lucero de la mañana" se nombraba este grupo. Eran tiempos de cambios en todo el país, y querían proponer otro teatro, colectivo, social, construir un proyecto de vida. Eran los años 80 tiempos de la revolución. Aunque en algunos hechos pesaba más la tradición y el machismo, como por ejemplo en las relaciones entre hombres y mujeres. Cuando los hombres se fueron al servicio militar, las mujeres empezaron a hacer teatro ellas solas; un teatro que gustó a otras mujeres. Eso fue en 1986. La respuesta de los hombres fue: "Te fuiste tiste".



Y las mujeres, algunas, se solidarizaron y crearon el primer grupo de teatro de mujeres.

Sembraron en su nombre un sueño: "Cihuatlampa" un "lugar donde las mujeres se hicieran diosas".

Se sumaron poetas, parteras, escritoras, maestras, músicas...

Otras personas, solidarias, las apoyaron y compraron una casa. Un nuevo espacio para crear y vivir juntas, una casa mágica, que contaba historias de vieja, llena de títeres, libros, espacio para bailar, pintar, un cafetín para encontrarse. Mujeres bailando pasos propios, transmitiendo

la emoción que les contaba la música. Niñas que miraron con sus propios ojos, y contaban a otras haciendo en teatro lo que habían visto. Mujeres que por primera vez ponían en escena la vida de nosotras, que se atrevían a poner el cuerpo como "hombre", desnudas como mujeres, nombrando la violencia. El primer grupo de teatro de mujeres, el primer centro cultural dirigido por mujeres en Nicaragua y el primer programa de radio feminista. Decían "podemos aportar con nuestro trabajo a que las mujeres seamos conscientes de nuestra realidad y sepamos buscar alternativas para que nuestra participación en la sociedad sea mucho más activa y real".¹¹ Eso fue entre 1987-1989.

Esta historia bonita, tiene momentos duros, porque el lugar donde las mujeres nos hacemos diosas solo lo encontramos por momentos. El grupo Cihuatlampa se dividió. Una nueva ruptura y esto sería otra historia a contar. Una parte del grupo siguió como Colectivo de Mujeres de Matagalpa¹² y grupo de teatro "Nuestra Cara", y la casa donde se quiso desarrollar esta propuesta, es hoy en día el Centro Cultural Guanuca y la sede del Grupo feminista Venancia.

"Entre estas mujeres hay muchas brujas, pero en vez de escoba, llevan lápices y burbujas y crean dibujos, imágenes, textos, inventan, se juntan, investigan, ponen sus voces y sus ideas en programas de radio, obras de teatro y así entre todas las manos seguimos moldeando"



Foto¹³

¹¹ Carta de solicitud de apoyo, colectivo de teatro "Cihuatlampa", 1987

¹² <http://www.cmmmatagalpa.org.net/images/stories/publicaciones/sistematizacion%20cmm.pdf>

¹³ Mural realizado colectivamente. 2012

Cre-acción, nuestra acción creativa

“Abrimos nuestra casa de par en par y sacamos nuestras vidas al sol. Parte de un proceso individual, unidas por una misma visión. Caminos y expresiones muy diversas que se complementan, como un árbol con diferentes ramas y un mismo tronco.” La historia sigue...



El grupo de teatro del Colectivo de Mujeres de Matagalpa, “Nuestra Cara” desde 1990 hasta la actualidad ha creado colectivamente unas 121 obras y performances experimentado con diversos estilos y formas; desde sketch de payasas, a obras danzadas, dramas, farsas, máscaras, comedias trágicas, cabaret; de monólogos hasta creaciones de calle con más de 25-30 actrices. Siempre poniendo en escena la vida de las mujeres, aportando desde esta visualización a la toma de conciencia sobre las

injusticias de género y de clase y poder desarrollar propuestas de como transformarlas.¹⁴ Presentadas las obras¹⁵ debajo de un árbol, en las comunidades más alejadas, en las calles, parques, plazas, universidades, cárceles, escuelas, centros culturales, teatros... Recorriendo Nicaragua y otros quince países de América y Europa a través de giras de teatro “Globalicemos la solidaridad” para compartir nuestra metodología y experiencia, sensibilizar y recaudar fondos para seguir el trabajo.¹⁶

Después de cada presentación se inicia un debate, y como es tan interesante lo que las participantes expresan, reflexionan, sus testimonios de vida, denuncias, dudas... sistematizamos las opiniones y desarrollamos investigaciones cualitativas¹⁷. En algunos casos sirviendo de base para hacer propuestas de leyes.¹⁸

Potenciamos y apoyamos a otros grupos de mujeres o mixtos a hacer teatro. En Nicaragua el Colectivo 8 de marzo, el Informal, Grupo artístico juvenil, Teatro espontáneo EmociónArT.E., Alcanzando las estrellas, asesoría a grupos de jóvenes organizados por el Movimiento comunal, por la Cruz Roja en Jalapa, por Si Mujer, entre otros. En Europa Furore de Zúrich, las dones de Rocafonda y el Grupo H de Mataró, Teatro espontáneo momentáneo de Barcelona, compañía de teatro espontáneo latinoamericana El pasaje, Argentina.

Compartimos las técnicas teatrales para mejorar la comunicación, la expresividad, sistematizar, evaluar...facilitamos talleres a mujeres o grupos mixtos, a profesorado de primaria de la zona rural y urbana, aportando a la expresión cultural artística de la niñez y adolescentes, en la UNAN Matagalpa para que docentes y facilitadorxs lo incorporen en sus programas.



¹⁴ Ver listado de obras y publicaciones www.cmmmatagalpaorg.net-publicaciones-obras teatro

¹⁵ 3,854 presentaciones de teatro, compartidas con 242.898 personas. Hasta el 2020

¹⁶ Giras de teatro “Globalicemos la solidaridad” 1989, 2003, 2005, 2007, 2009, 2012, 2015

¹⁷ Ejemplos de investigaciones a través del teatro.

<http://www.cmmmatagalpaorg.net/images/stories/publicaciones/dxoestatua.pdf>

¹⁸ En 1988 la obra “Y ahora qué hacer” sobre violencia se presentó en diversos lugares, los debates de estas obras recogían la percepción de la población y las demandas hacia el estado para hacer frente a este problema.



Foto²⁰

A partir de talleres abiertos con personas diversas, formamos el espacio de teatro experimental "Informal". Funciona desde 1997, experimentado con elementos, teatro espontáneo, teatro playback, teatro de sombras, proyecciones, fotos, poesía corporal, máscaras, bailes, cabaret, payasas, teatro de locación, teatro de calle, performances. Las creaciones giran alrededor de temas humanos filosóficos y éticos como la amistad, la muerte, el encuentro, la solidaridad, las ausencias, las culturas, la memoria, el cambio, el abrazo, la construcción, la marginación, la migración, el cuidado de la naturaleza, etc. La mayoría de las creaciones no tienen una trama clásica, sino son imágenes, historias que en conjunto forman un teatro ritual.¹⁹

El espacio está abierto al movimiento de mujeres y movimiento social para la creación de performances de calle para reivindicar nuestros derechos desde la creatividad y dignidad.²¹ Compartimos la metodología de trabajo con otros grupos de Europa creando y presentando las mismas estructuras de obras en los diferentes contextos. Por ejemplo las creaciones para el Carnaval contra la violencia, acciones por el derecho a decidir, 8 de marzo, diversidad sexual, solidaridad con las personas que conviven con el VIH-SIDA etc. Un grupo de niñez y adolescentes del Rincón de los sueños, algunos de ellos formando parte del grupo de teatro "Zapastre", nos veían actuar, querían formar su propio grupo de teatro "El Grupo artístico juvenil" GAJ (2000). Crearon de manera colectiva obras mezclando estilos del teatro informal y del teatro Nuestra Cara. Presentaban temas sobre lo que significa crecer, las emociones, el descubrimiento de la sexualidad, violencia, discriminación, inventaron bailes mezclados con



Foto²²



Foto²³



acrobacia, zancos, swing, malabares, diabólos. Fueron a las comunidades rurales a presentar las creaciones y compartir las técnicas y al verlos, las jóvenes rurales querían hacer teatro y se formó 2011 el grupo de teatro de jóvenes rurales "Alcanzando las estrellas".²⁴ Crean cada año una obra de teatro social, poniendo en escena sus realidades y la presentan en sus comunidades.

Foto²⁵

¹⁹ Sistematización El informal, Colectivo de Mujeres de Matagalpa, 2006

http://www.cmmmatagalpa.org.net/images/stories/publicaciones/Sistematizacion_informal.pdf

²⁰ Obra, "Abrazos" Grupo informal 2004

²¹ Video sobre acción de teatro de calle, defensa del derecho a decidir Matagalpa, 2019

<https://www.youtube.com/watch?v=pQhop7bw74c>

²² Creaciones con grupos tanto en el espacio informal como en Europa.

²³ Obra "Camino de la vida", creación colectiva grupo artístico juvenil y grupo Informal, 2006

²⁴ Referencia de obras creadas en el anexo y publicaciones en el Colectivo de mujeres de Matagalpa

²⁵ Obra "Historias y personajes de mi comunidad", grupo de teatro Alcanzando las estrellas, 2001

En el trabajo corporal con la niñez probamos con acrobacia y descubrimos los zancos, el swing, los equilibrios y desde el 2000 hay cada año cursos y creaciones para actividades en la calle.

Y como no queríamos que se olvidara todo lo que pasa empezamos a hacer videos para reflexionar sobre los procesos desarrollados.^{26 27}



De un espacio de ejercicios de voz, nació en 1997 el coro "voz-es voces", para cantar juntas. Iniciamos con clásicos para coral pero la riqueza de las canciones latinoamericanas alternativas con sus contenidos reivindicativos nos atrapó y las empezamos a cantar con diferentes voces, fotos y coreografías.²⁸



En 1999 iniciamos a experimentar con teatro espontáneo, utilizando la técnica para crear obras, trabajo grupal, en talleres... Diez años después en 2009 iniciamos presentaciones con público y se crea el grupo de teatro espontáneo de mujeres "Emoción-arT.E",²⁹ que se presenta una vez al mes en el espacio del Colectivo y va de gira por las comunidades rurales donde el colectivo desarrolla un trabajo organizativo, en espacios organizativos de las redes feministas, en espacios de formación en escuelas y universidades, tanto a nivel nacional como internacional. Recuperando nuestras palabras, nuestra historia, haciéndonos protagonistas, con una ética y estética propia. Profundizamos en los aspectos emocionales terapéuticos del teatro, formándonos en técnicas de psicodrama con Úrsula Hauser y ASISTE, Costa Rica, y con María Elena Garavelli directora del grupo de teatro espontáneo "El pasaje" de Córdoba, Argentina³⁰ Formando parte de la compañía latinoamericana de teatro espontáneo que ella dirige.

Compartimos con el grupo de Teatro espontáneo "Furore" de Suiza.

Formamos parte del grupo de teatro espontáneo de mujeres en Barcelona, "Teatro momentáneo."

Formamos parte de la red de psicodrama y teatro espontáneo Sur-Sur y de la red de teatro espontáneo y psicodrama feminista centroamericano y del Caribe. Compartiendo y participando en los encuentros iberoamericanos de psicodrama y teatro espontáneo y en encuentros nacionales en varios países.³¹

Hemos compartido con Graciela Casanova, Argentina su forma de trabajar desde el gesto, desde la huella, con poesía corporal, incorporándolo en los procesos grupales, las acciones de teatro de calle y en la creación y trabajo con la niñez.³²

²⁶ Relación de los títulos de los videos

<http://www.cmmmatagalpaorg.net/images/stories/publicaciones/zancos.pdf>

²⁷ https://www.youtube.com/watch?v=s2X_huaWIVs

²⁸ Cancionero y el cd <http://www.cmmmatagalpaorg.net/index.php/publicaciones/biblioteca-y-animacion>

²⁹ Ver anexo teatro espontáneo feminista

³⁰ <https://es-la.facebook.com/pages/category/Community/El-Pasaje-Teatro-Espont%C3%A1neo-208104962545366/>

³¹ Referencia de las publicaciones y de los talleres y presentaciones

³² <https://es-la.facebook.com/graciela.casanova.96>

Libro el gesto y la huella. Graciela Casanova <https://www.pinterest.es/pin/162903711501444658/>

Y lo más importante...

... no se trata solamente de espacios creados y grupos sostenidos a lo largo de muchos años, sino que estos espacios nos permiten experimentar y transformar. Todas estas técnicas, esta diversidad de expresiones, las multiplicamos en el trabajo educativo, terapéutico, organizativo, político y cultural.

Las parteras tradicionales, promotoras de salud, mujeres rurales, jóvenes, alfabetizadoras, veterinarias, niñez, trabajadoras sexuales, trans, privadas de libertad, personas que conviven con el virus del sida, mujeres de organizaciones y redes, profesionales de diversas ramas, estudiantes, hacen teatro, cantan, juegan, pintan, hacen poemas, construyen esculturas, bailan, etc. para poder compartir desde lo propio e individual a lo grupal y comunitario, en un diálogo de saberes. De esta experiencia, de cada persona aprendemos, lo que enriquece los espacios creados y así sigue la espiral de compartir.



No son historias de hadas

En este camino nos hemos encontrado con varias dificultades:

Los compromisos de las personas son diversos. Hay personas que llegan a los grupos participan pero desde un interés individual, aprenden, absorben de las integrantes del grupo, del espacio, pero no aportan. Como dicen en Nicaragua "es San venga pero no San vaya"



El trabajo creativo está ligado fuertemente a aspectos colectivos, organizativos. En la creatividad encontramos la posibilidad de que las ideas se complementen y sean inspiraciones para otras, se puede visualizar el aporte individual para la construcción colectiva, reconocer en una misma parte del grupo, poderlo transformar sin destruir.

Foto³³

Esto permite al trasladarlo a la parte organizativa construir modelos organizativos diferentes que sean liderazgos complementarios, rotativos. Pero no siempre es posible y fácilmente se regresa a las luchas de poder tradicionales, competitivas.



³³ Foto de Creación colectiva a partir de un sueño de Osmara y formar parte de la creación colectiva acción de calle en el carnaval contra la violencia 2012. Derecha, foto de la mujer creada colectivamente a través de pinturas individuales por las mujeres de Mataró Roca fonda 2020.

La construcción patriarcal de las relaciones entre mujeres está impregnada de competencia y rivalidad. A veces esta competencia aumenta en el ámbito de la cultura y el teatro, y nos perdemos en estereotipos, señalamiento y competencia en vez de reconocimientos y colectividad.

Al no haber modelos de relaciones entre mujeres, se reproducen en muchas situaciones los modelos patriarcales, la competencia, la imposición, el individualismo, el manejo del poder, la individualidad que ha llevado a conflictos difíciles de manejar y muchas veces terminar con ruptura y daños. "Son feministas y mira como pelean".

La creatividad, se asocia a lo lúdico, con el placer, espacio vedado por el patriarcado para las mujeres. No se valoriza, no se ve como "algo importante" no se piensa que es un trabajo. Por eso nos han hecho la pregunta: "¿Cuándo harás algo serio?".

Romper el espacio de la casa "privado" y tomarnos las calles, ocupar el espacio público, es desvalorizado "no tienen nada que hacer, son vagas, son desvergonzadas".

Al tener una visión política del trabajo y más siendo mujeres se nos exige y a veces nos exigimos entre nosotras mismas perfección. Tuvimos que aprender a no callar las contradicciones sino aprovecharlas como una oportunidad de aprendizaje.

Nuestra propuesta cuestiona los roles machistas, esto incomoda y es difícil establecer relaciones fluidas y de respeto con espacios dominados por visiones machistas, que precisamente son los espacios necesarios a transformar.

El estado patriarcal responde agrediendo a las organizaciones de mujeres, un ejemplo de ello se evidencia en la represión en la jornada del derecho a vivir sin violencia 2018.³⁴ Por lo tanto hacer creación y teatro como mujeres feministas es un espacio de resistencia, de propuestas, de placer y de transformación individual y colectiva y de mucho, mucho trabajo.



foto ³⁵

³⁴ <https://www.youtube.com/watch?v=dAKa-GiuN5Q>

³⁵ Acción de zancos, carnaval contra la violencia. Matagalpa 2017

Ensayando

“Somos de un lugar, un día nos fuimos a buscarlo, y en esto estamos”

Compartimos ahora algunos principios que acompañan nuestro caminar. Están inspirados en muchas personas, pensamientos y aderezados con las experiencias.

A partir de crear esculturas construimos lo que es para nosotras creatividad y feminismos.

Creatividad para nosotras es...

... “sembrar y que germinen pensamientos y acciones...necesita tiempo para que sea tangible”.

...“construir, de-construyendo, producir en vez de re-producir, inventar sin repetir”.

...“como una fuente que puede correr por diferentes caminos. Es pensar, sentir e imaginar, inventar, es más de lo que se ve, es transformación profunda y tiene estructuras fuertes, aunque suceden cosas imprevistas. Es belleza y estímulo”.



Feminismos

Partimos de la idea que las personas tenemos los mismos derechos, sin embargo no trabajamos por la igualdad, sino por la diversidad y la equidad y que las diferencias no sean causas de injusticias.

El análisis de las injusticias y agresiones por las relaciones del poder patriarcal, colonialista y capitalista, nos hace construirnos y relacionarnos en un poder propio, en inter y eco-dependencia, desde nuestra subjetividad, poderes colectivos, construyendo organizaciones en los feminismos para incidir y transformar las raíces profundas de las injusticias en el sistema. Por eso somos radicales, buscando las raíces.

Este sistema está unido fuertemente a las estructuras de las iglesias, sostenidas por las personas más pobres y discriminadas y dirigido por los más ricos, podemos cambiarlo si dejamos de alimentarlo y sostenerlo.

Nos ponen y nos colocamos en cajitas con lo que determina la sociedad el ser mujer, o el ser hombre, obligando y normalizando estas identidades, excluyendo todas las otras. Nos reconocemos en feminismos rebeldes, una rebeldía de construcción permanente de ser personas libres, sin que el propio feminismo nos etiquete o nos califique o nos descalifique.

Creatividad desde nuestros feminismos es ...

... procesos de transformación personal, colectiva y social, que se apoyan y se nutren de la creatividad.

... las protagonistas somos las mujeres y promovemos los procesos desde una visión que tome en cuenta las relaciones injustas entre los géneros impuestos por la sociedad patriarcal, dicotómica.

... nos empapamos de las diversas expresiones artísticas y culturales (teatro, pintura, canto, etc.) para transformar LA CULTURA establecida y enlatada que nos quiere subordinar.

... enfrentarnos al peso de la cultura masculina y buscamos reconstruir y construir otros modelos. Reconocemos las propuestas desde la educación popular, el psicodrama, el teatro de las oprimidas con la necesidad de ampliarlos y que las visiones feministas sean incorporadas desde nuestros protagonismos, desde la riquezas de nuestras diversidades.

... que nuestra visión no es de una artista, con dones "especiales" de un "genio", sino de mujeres diversas que se nutren en construcción colectiva, en diversidad de diálogos y saberes, que desarrollan procesos grupales, generan pertinencia y reconocimiento con otras de su misma situación. Crear organización para juntas cambiar las injusticias.

... ser creativa es proponer, aunque implique una de-construcción, lo hacemos desde el lugar de construir algo al final.

... poder desarrollar habilidades y capacidades pero también "Poder" porque el sentimiento "esto lo he hecho yo" nos hace sentir fuertes, orgullosas, dueñas de nuestros actos.

... resistir y sobrevivir, mantenernos en nuestras vidas y no perder nuestras identidades, "decir que somos, quienes somos"

... no repetir, y asumir el rol asignado, sino tomar el reto de cambiar la historia partiendo de cambiar nosotras mismas.

Foto³⁶



³⁶ Logo del segundo encuentro centroamericano de psicodrama feminista "Habla Bárbara" realizado en la Fundación María Cavalleri, Matagalpa 2013

Actu-ando y pens-ando, caminos que andamos

Queremos compartir algunos principios que hemos desarrollado en nuestro trabajo.

De dentro a fuera y de fuera adentro



Foto³⁷

Partimos de lo visible, para poder alumbrar lo oculto. En el escenario exterior se refleja el escenario interior.

Trabajar sobre nuestras historias es un proceso de toma de conciencia, de apropiación de la historia individual y colectiva. Esto a lo mejor no cambia el mundo, ni nuestra forma de ser, sino la conciencia sobre nuestro ser, sobre quién soy. Esto permite cambiar la relación conmigo misma, con las otras personas y mi estar en el mundo.

Partiendo del pensamiento feminista, el cambio individual subjetivo es necesario para sostener el cambio social, a la vez que el cambio social influye nuestra subjetividad. Por ejemplo las leyes (la realidad externa) que protegen a las mujeres son importantes, pero tenemos que tener conciencia, sentir nuestros derechos como propios (conciencia subjetiva) y hacerlas realidad en nuestra vida cotidiana. A la vez si no hay leyes es más difícil construir conciencia sobre nuestros derechos, es decir la condición exterior influye en el interior y al revés.

De lo individual a lo colectivo

Partimos de las historias y las experiencias individuales... Solo este primer paso ya es fundamental en el mundo de las mujeres donde la enseñanza del "ser para otras y otros" pesa tanto. Ponerse en el centro, y decir "yo soy" preguntarse "¿Qué siento? ¿Qué pienso? ¿Qué hago?", hablar en primera persona y no pensar para los demás sino aprender a quererse. Ser interdependientes, ni dependientes, ni invalidantes, significa confrontarse con mandatos del patriarcado de "ser mujer".

Foto³⁸

Este principio vale para las actrices y facilitadoras de procesos participativos creativos, que antes de proponer una obra, trabajamos primero a partir de nuestras propias vidas, antes de atreverse a comunicar algo con un público o un grupo.

... para colectivizarlas. Trabajamos en grupo. Las otras hacen de espejo, reflejan, contrastan. Necesitamos a las otras para poder vernos, para darnos cuenta de la diversidad y de lo que compartimos por ser mujeres. La historia personal forma parte de una historia social. Tomar conciencia de ello rompe con el aislamiento, la soledad, crea grupo y evidencia la inter-dependencia. Es importante que el proceso personal tenga una salida colectiva sino queda simplemente en un mirarse hacia dentro y quedarse allí con la mirada y la acción de "verse el ombligo".



³⁷ Coro voz es voces, Cantando "Soy pan, soy más"

³⁸ Escena de encuentro de formación en técnicas psicodramáticas 2013

Es el poder colectivo que logra transformación social o dicho a nivel popular “una sola golondrina no hace verano”.

En lo colectivo, en lo grupal, como unidad pequeña de la sociedad, ensayamos e intentamos aplicar otros modelos de funcionamiento. Asumimos roles y responsabilidades pero estas se hacen transparentes, cambiantes, pueden fluir, ser asumidas de diversas maneras, por diferentes personas. Desde lo individual aprendemos a pensar en colectivo.

Los principios son la horizontalidad, el involucramiento, la complementariedad. Por eso apostamos a la creación colectiva.

No queremos “directoras” tradicionales, que toman solas las decisiones por el grupo. Reconocemos las cualidades y el aporte de cada una, este reconocimiento otorga un rol determinado en un momento y en una situación.

“La historia de una, se convierte en historia de todas”, como decimos en el teatro espontáneo. La universalidad de las emociones crea una identificación en el grupo, una conexión humana, más allá de la condición social, étnica, de género, etc. Para las mujeres que tenemos interiorizado el menosprecio hacia nuestro propio género es muy importante crear lazos de solidaridad e identificación en nuestra diversidad.

Es cada persona que cambia y a la vez el grupo en sí. El primer cambio del entorno sucede en el grupo mismo, cambia la manera de percibirse, comunicarse, relacionarse.



Resumido en el lenguaje de las payasas, que tienen este arte de “sencillar” (porque no es simplificar) lo complejo: “La payasa sale a escena, se transforma y transforma al público y si eso ha sucedido, se despide y se va”.

Foto³⁹

Activa - autodeterminada

Para crear hay que ser activa. No desde un activismo sin dirección sino con una energía canalizada. Hacia donde se va, tiene que ser acordado por el grupo y asumido por cada persona.

Hemos sido violentadas muchas veces en nuestros límites, trabajar desde la autodeterminación lo que yo quiero y necesito es fundamental y respetar estos límites. Son ejercicios indirectos para fortalecerlos.



³⁹ Obra “payasa de corazón roto”, Creación colectiva Nuestra Cara y . Acción de teatro de calle. Barcelona 2016

Identificación – distanciamiento

Trabajamos con historias muchas veces ocultas desde años, como por ejemplo la violencia sexual, donde hemos sido violentadas en nuestra intimidad. Buscamos la identificación de estas situaciones, pero con la suficiente contención. Trabajamos desde un lugar de seguridad, fuerza, posibilidad de cambio, sin sentirse violentada y re victimizada.

Confrontarnos con situaciones duras de nuestra vida es doloroso. Al compartirlo, trabajarlo, sentir también la valentía de haberse enfrentado a esta situación, es liberador.

Foto⁴⁰



Apuntamos a un proceso de toma de conciencia, donde desde las emociones, la colectividad, el grupo, se puede nombrar y analizar la violencia, entender lo que sucede y que cambios posibles podemos hacer, y esto nos da poder.

El distanciamiento, el análisis, la reflexión, ponerle palabras a las vivencias, nombrarlas, es una parte empoderadora, permite ordenar, ubicar lo sucedido, descubrir y reubicar lo que pasó, ahora desde una visión feminista. Nos permite contrastar nuestro sentimiento y ver las contradicciones y lo que nos falta por hacer.

La realidad – la forma y la est-ética



41 42

Retomando el tema del trauma y del tabú y que muchas veces la realidad es tan cruel que verla de manera directa, sería repetirla o banalizarla, buscamos formas, objetos intermediarios, estructuras, que protegen a las personas y permiten dar un significado a la realidad sin volver a naturalizar lo doloroso, sino que permite ver algo de lo que hay detrás. (Ejemplo: en el teatro no ponemos en escena la violencia tal cual, porque lleva a la gente a distanciarse, sino que buscamos símbolos, expresiones que evidencian la situación, pero que no la muestran como tal).

Trabajando sobre la forma (poema, escenificación, canción, dibujo, etc.) nos protege. Plasmear la situación de otra manera, dado por la forma, permite descubrir algo más.⁴³ La forma y el contenido están relacionadas, potenciado y atravesado por la ética.

⁴⁰ Escena de encuentro de formación en técnicas psicodramáticas

⁴¹ Mural en la casa de la mujer comunitaria de Ojo de Agua. Realizada por el Grupo de muralistas "Entre colores". 2016

⁴² http://www.cmmmatagalpa.org.net/images/stories/publicaciones/folleto_muralismo.pdf

⁴³ Ver ejemplo: Taller muralismo 2017. Trabajo de la espera.

La sencillez – lo esencial – lo auténtico



Foto⁴⁴

De los principios anteriores, de nuestra mirada feminista, así como de las circunstancias de un país empobrecido, nace cierta estética en nuestro trabajo creativo.

Trabajamos con sencillez, en el sentido de accesibilidad de los recursos materiales y de promover la humildad de las personas facilitadoras. También como principio creativo intentamos hacer mucho de pocas cosas, dándole valor a cada elemento que usamos.

En el centro de nuestro trabajo están las personas y la interacción.

En esta sencillez buscamos lo esencial de una situación y transmitir lo que hay detrás de las palabras. Partimos de lo auténtico, de lo especial que es cada persona. Hacer visible y reconocer esta diversidad y a la vez descubrir que esta persona, a lo mejor muy diferente a mí, vive una situación parecida o siente igual, crea lazos humanos y permite tomar conciencia sobre los problemas de la humanidad.

Entendemos nuestra estética como cercana a las personas, como algo propio y también como algo eficaz y eficiente en el aprovechamiento de los recursos.

El juego y la espontaneidad

No hay nada más serio que el juego. ¿Quién no se ha enojado en un juego o reído hasta llorar? En el juego somos lo que hacemos. “Ser en el hacer” quiere decir, estar absorta totalmente en el proceso creativo”.⁴⁵ No es jugar por jugar, sino encontrar como canalizar la espontaneidad, para que encuentre una expresión adecuada. Un indicio es estar absorta en el trabajo, perder la noción del tiempo:

“Cuando trabajamos, no sentimos ni el tiempo y luego nos sentimos orgullosas: eso lo hicimos nosotras”.⁴⁶ A lo mejor solo nos pasó en la niñez y de adulta ya lo hemos perdido, a veces en Nicaragua hay personas que no se acuerdan de haber jugado. Tomamos en cuenta que en Nicaragua la mayoría de las mujeres asumen responsabilidades domésticas y de cuidado desde niñas. Recuperamos otra vez a este mundo del placer, lo que asociamos al tiempo libre y a la libertad.

El juego nos permite ser espontáneas, salen las emociones, las actitudes y son una plataforma maravillosa para descubrir algo nuevo sobre nosotras, para crear y crecer. Dejamos de censurar y mutilar nuestros sentimientos y pensamientos. El juego nos brinda

un marco para experimentar con libertad.

Es refrescante, desafiante, innovador, transgresor, y nos divierte.



<https://www.youtube.com/watch?v=QGonl-J47AM&t=33s>

⁴⁴ Taller grupo de teatro Alcanzando las estrellas, 2014

⁴⁵ Ana Ara, Teatro Colectivo de mujeres de Matagalpa

⁴⁶ Doribel, bibliotecaria y Animadora socio-cultural, Comunidad El Matasano

Aplic-ando

Para tener una visión sobre la aplicación de los procesos creativos los hemos dividido en 4 aspectos: educativo, cultural artístico, terapéutico y político. Evidentemente estos aspectos están entrelazados, lo terapéutico tienen una visión política, la política es educativa y lo educativo es cultura y arte. Aunque existen estas interrelaciones, también es necesario encuadrar cada proceso en su ámbito y ser transparentes con todas las personas involucradas en el proceso.

En la educación



Incorporamos en las metodologías participativas, el cuerpo, la expresión, la creación, la emoción y los diversos saberes.

Foto⁴⁷

El fin es simplemente utilizar las herramientas para poder profundizar sobre problemáticas y poderlas transformar.

Crear grupo, sentirse en confianza, crear vínculo, crear colectivamente, cada quien aporta y cada aporte es importante, no es pensar, sentir o hacer lo mismo, es facilitar diálogo de pensamientos, sentimientos y saberes y poder entre todas las personas alumbrar una problemática. Cuantos más puntos de vista haya sobre una situación más posibilidades tenemos de buscar colectivamente posibles caminos de transformación.

Es muy importante el rol de las personas que facilitan el proceso y tener clara una estructura, un encuadre para que haya seguridad en el grupo para construir, para saber que sostiene. Estas personas forman parte del grupo y facilitan que fluyan los intercambios.

Trabajar desde el cuerpo, el juego, la plástica, la mímica, la imagen, el psicodrama, el teatro imagen, la dramatización, la espontaneidad, permite liberarnos y no permanecer en el autocontrol y autojuicio.⁴⁸

Formamos a personas facilitadoras a nivel local e internacional en aplicación de metodologías participativas creativas, para la transformación.⁴⁹

⁴⁷ Foto. Taller procesos grupales. Barcelona 2016

⁴⁸ ver ejemplo: Teatro social - Escuela Universitaria de Trabajo Social de Santiago de Compostela <https://www.youtube.com/watch?v=FSKZOrzGiCQ> Marzo 2019

⁴⁹ Metodologías participativas procesos de enseñanza aprendizaje. Textos para analizar

En la cultura y el arte - teatro



Foto⁵⁰

Creando obras teatrales, incorporando diversos estilos, "dramático, cabaret, clave payasas, danza, máscara, musical, títeres, mimo, deporte del teatro, teatro de sombra, caja negra", escenificando a partir de historias reales y testimonios, poemas, cuentos, obras escritas, textos de canciones, pinturas, relatos, noticias..."

Facilitando y potenciando espacios de creación ⁵¹ mantenidos por más de 35 años. El grupo de teatro de mujeres feministas, grupo de teatro informal⁵², el grupo de teatro de jóvenes rurales⁵³, el grupo de teatro espontáneo, los espacios de acciones de teatro de calle.

Formando, capacitando e intercambiando con grupos de teatro de mujeres y mixto, facilitando cursos de formación para actrices y actores en diversas técnicas con nuestro propio enfoque, a nivel nacional e internacional.



Algunos Ejemplos^{54, 55}

56



57

⁵⁰ Taller Memoria. Graciela Casanova 2015

⁵¹ Ver historia del teatro.

⁵² Sistematización teatro informal

⁵³ Historia y obras de "alcanzando las estrellas. 2011-2013

⁵⁴ <https://aspa-andalucia.org/archivos/tag/colectivo-de-mujeres-de-matagalpa>

⁵⁵ <https://farmaceuticosmundi.org/farmamundi-moviliza-artistas-la-facultad-farmacia-valencia-derecho-la-salud/>

⁵⁶ <https://farmaceuticosmundi.org/realizamos-un-encuentro-de-genero-y-salud-a-traves-del-teatro-para-transformar-la-sociedad/farmamundi-aragon-encuentro-genero-salud-teatro-mujeres-matagalpa/>

⁵⁷ <https://www.youtube.com/watch?v=mHWgMhcyDxI> Taller del Colectivo de Mujeres de Matagalpa en el Curso Durmiendo al Borde del Abismo. Valladolid

En lo terapéutico – teatro espontáneo, psicodrama



Foto⁵⁸



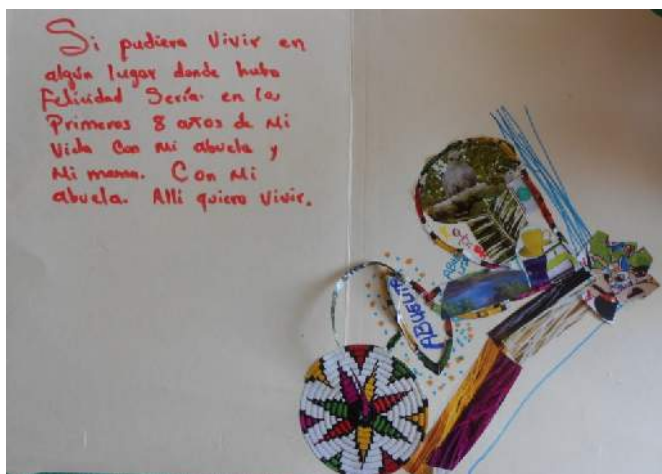
Impulsando el psicodrama, creatividad y expresión, en grupos específicos que nos permita poder entender y entendernos mejor, buscar, buscarnos y encontrarnos.

Procesos grupales de covisión, procesos con jóvenes, con personas con VIH-Sida, privadas de libertad, trabajadoras sexuales, mujeres adultas para trabajar la memoria histórica, grupos mixtos con situaciones postraumáticas, mujeres sobrevivientes de abuso, con niñas y niños.

Creando el grupo de teatro espontáneo, Emocionarte. Y los procesos de grupos aplicando técnicas psicodramáticas.^{59, 60}

Compartiendo con otras personas que desarrollan procesos grupales.

También aplicado en la atención emocional individualizada o de núcleo familiar.



Foto⁶¹

⁵⁸ Proceso grupal para trabajar el trauma. Matagalpa 2018

⁵⁹ Video resistiré. <https://www.youtube.com/watch?v=4YODt-BRHzs>

⁶⁰ <http://www.cmmmatagalpaorg.net/images/stories/publicaciones/Hacemos%20camino,%20recuperando%20la%20historia-2.pdf>

⁶¹ Taller mixto 2016 Matagalpa. Arte

En lo político – campañas y movilizaciones



Foto ⁶²

Creando espacios abiertos donde personas diversas se juntan por un tiempo corto para compartir y analizar una situación y problemática creando una acción de calle, a partir de compartir sus experiencias, pensamientos, emociones, gestos. Esto permite en poco tiempo tener una creación colectiva auténtica y sincera. La propuesta se basa en un esquema de inicio, desarrollo y cierre, con una estructura básica y a través de un objeto explorar el contenido, derecho a decidir, derecho a vivir sin violencias, Ni una menos, Por el derecho a las diversidades, día de acción por la salud de la mujer, etc.

Una vez creada se presenta ocupando el espacio público, otra forma de movilizar y de poner en el debate nuestro punto de vista, de romper con los espacios cerrados que nos oprimen, de empoderarnos y acuerparnos.⁶³

⁶² Acción teatro de calle en manifestación por el derecho a vivir sin violencias 2017. Reprimida por la policía y antimotines. Managua

⁶³ Carnaval contra la violencia 2013 carnaval contra la violencia hacia las mujeres
<https://www.youtube.com/watch?v=v4NJBcsdevg>

Reflexiones sobre estos procesos

Parimos nuestro propio cuerpo



La visión sobre el cuerpo en Nicaragua, sobre todo en el ámbito rural está determinada por el trabajo y por la reproducción. El cuerpo se entiende como algo que tiene que “servir para ” y no se percibe como una identidad, un ser “esa soy yo”.

Según estudios del CMM solo el 25%⁶⁴ de las mujeres expresan que deciden ellas sobre su salud y sus vidas. Para la mayoría de las mujeres su cuerpo y su vida, es controlado por el hombre y el decide sobre la sexualidad, sobre la reproducción, sobre cuando y donde ir a buscar atención en salud.

El cuerpo de la mujer se vive como algo pecaminoso, impuro y sucio, únicamente útil para la reproducción, pero no para el placer. Por ejemplo hay varios líderes de iglesias que prohíben a sus integrantes bailar y lo consideran pecado.

Por otro lado, también hay mujeres que a lo mejor por haber sido violentadas en sus límites, se exponen desde un lugar muy desprotegido.

Santa o puta parecen ser los únicos dos roles que están a nuestra disposición. Esta visión ha llevado a un desconocimiento muy grande sobre nuestro propio cuerpo, pero también a un rechazo, o simplemente a no permitirse explorarlo o sentirlo.

El cuerpo de la mujer ha sido politizado y controlado. El “padre estado” crea leyes sobre el cuerpo de la mujer, nos quita la autoridad de poder decidir de manera autodeterminada y autónoma sobre nuestro cuerpo y nuestra vida ¿En qué posición nos pone esto a las mujeres? (Ejemplo: Prohibición de interrupción de embarazo en Nicaragua, 2006).

Estos son temas grandes pero hay aspectos mucho más sutiles como por ejemplo el olor. Hay el prejuicio de que las mujeres huelen mal con la menstruación, tienen un “humor” fuerte, etc. y con ello el miedo o la preocupación de ofender a otra persona con el olor.

Otro aspecto son las huellas de la vida que se inscriben en el cuerpo, posturas, movimientos, sonidos que se automatizan. Dolores y somatizaciones anidan en el cuerpo porque no han podido ser ubicados en otro lugar. Pero también el hambre, la pobreza, la vida de sobrevivencia se manifiesta y las grasas de las angustias que se acumulan en la siguiente generación que ya tiene suficiente de comer.

En los procesos creativos entramos en contacto con nuestro cuerpo de otra manera. Empezamos a sentirlo y a percibirlo. Descubrir el cuerpo, es como descubrirse a sí misma,

⁶⁴ <https://www.cmmmatagalpaorg.net/index.php/publicaciones/salud-sexualidad>

otra dimensión de ser. Como mujer es apropiarse y resignificarlo como fuente de expresión, comunicación y placer.

El trabajo creativo permite descubrir el cuerpo y mover o mostrar partes que a lo mejor en mi vida normal, ni tengo conciencia o las vivo con pena. En el juego espontáneo, me sale, y eso a lo mejor me permite vivirlo más tranquilamente.

Por ejemplo en las adolescentes hay la tendencia de esconder los pechos que van saliendo, encorvando la espalda.

"Me daba pena que me miraban las chiches, porque decían que no tenía nada. El trabajo con mi cuerpo me ha cambiado. Ahora me paro firme. Veo en otras chavalas que se encogen, tienen el cuerpo duro, como de viejas, porque no han tenido oportunidad de salir, se mantienen trabajando en la casa y aburridas. En el juego su cuerpo se relaja y se suaviza".⁶⁵



Lo difícil de esta transformación biológica que necesita su tiempo de adaptación está en la parte social y cultural. No se habla con tranquilidad de estos cambios y no se pueden expresar las dudas. Algunos hombres miran el cuerpo de la mujer con morbo, tocan sin pudor, hacen bromas, etc. Evidentemente las adolescentes viven su cuerpo con pena, vergüenza y se protegen encogiendo los hombros. Cuando

hacemos acrobacia, por ejemplo, ir en zancos, es necesaria una postura recta y erguida para mantener el equilibrio. Es la oportunidad de las adolescentes de recuperar una postura abierta, libres y orgullosas de su cuerpo.⁶⁶

Al inicio cuesta hasta la rotación de un gonce, pero con el tiempo ganas flexibilidad, y sentimos otra relación con el cuerpo y lo descubrimos como fuente de aprendizaje. Como lo expresa una joven animadora cultural comunitaria.

"Hago movimiento sin darme cuenta, no pienso, sino juego y descubro. Me siento relajada, pero luego me pregunto, ¿por qué me pongo así? ¿Qué me dice mi cuerpo? Es como si mi cuerpo me hablara".⁶⁷

"En el campo siempre una tapa su cuerpo, nunca te ven desnuda. En todo esto perdí la vergüenza del propio cuerpo, ya no siento pena, sino tengo la sensación de que esa soy yo".⁶⁸

Al inicio de un proceso los cuerpos están cerrados, las piernas cruzadas y al final están más abiertas, más naturales, mostrando el cuerpo y por lo tanto la persona que somos. Nos imponen modelos de cuerpo y estos llevan a sentir molestia, aversión y rechazo hacia nuestro cuerpo. Al entrar en contacto con el propio cuerpo nos confrontamos con estos modelos, tomamos conciencia y a lo mejor los podemos modificar y afirmarnos de manera más auténtica y no en un modelo universal, dominado por la moda del momento.

Por ejemplo en las acciones de teatro de calle las mujeres con sus cuerpos diversos en color, tamaños, formas, alturas impactan con su simple presencia.

⁶⁵ Magdalena, bibliotecaria y Animadora socio-cultural, Comunidad Jucuapa abajo

⁶⁶ Grupo zanguistas. Acción de teatro de calle. Matagalpa 2017

⁶⁷ Magdalena, bibliotecaria y Animadora socio-cultural, Comunidad Jucuapa abajo

⁶⁸ Leonila, Grupo de teatro, Colectivo de Mujeres de Matagalpa

Sin embargo hay que tomar no solamente el sentir con el cuerpo, sino también las miradas hacia estos cuerpos. Sea en los espacios cerrados, sea en espacios abiertos, en la calle y hay que buscar formas que no vuelven a perpetuar el morbo.



Foto⁷¹

“Aprendí a contactar de otra manera y esto ha aumentado mi posibilidad de expresar mis afectos y también a descubrir la necesidad de afectos de otras”.⁶⁹

“Perdí el miedo de rozarme con otros. El contacto con las personas y mi manera de comunicar es mucho más libre, sin miedo. Y también me siento más afirmada. Antes cuando hacíamos ejercicios me preocupaba si los hacía bien y si era con otra persona me preocupaba si la otra persona quedaba satisfecha. Ahora no, ahora confío en mi sentimiento”.⁷⁰

... y la sexualidad?

Al trabajar con el cuerpo aumentamos la capacidad sensorial y esto nos abre una dimensión más en el disfrute de la sexualidad, en sentir el propio cuerpo y el de otras personas, así como percibir el entorno que nos puede brindar otros estímulos y sentir placer no solo centrado en la relación sexual.

Qué rico es sentir el propio movimiento, sudar con todo el cuerpo, expulsando toxinas y luego disfrutar de la relajación.

Disfrutar del cuerpo, sentirlo como propio, da más seguridad en una misma y por lo tanto también en la relación con otra persona y con el cuerpo de otra persona. “Vivo las relaciones sexuales con más tranquilidad sin sentirme pecaminosa, porque descubrí que mi cuerpo está también para sentir placer”⁷². “Me siento más abierta y con menos miedo o culpa, si no lo hacía “bien”. Ahora siento que así soy yo, así me muevo yo, así me gusta a mi”.⁷³

Crear es desarrollar la imaginación y esta me abre otra dimensión en la sexualidad: fantasear, experimentar, proponer y asumir un rol activo, seguir mi propia historia ...

“Me pregunto si hubiera estado en un grupo mixto hubiera sido igual de fácil expresar mi opción sexual como lesbiana. Ha sido una decisión muy importante en mi vida, me ha cambiado mi cuerpo en su forma, pero también en cómo me expreso y siento en la intimidad”.⁷⁴

No será casualidad tampoco que en el mundo artístico hay históricamente una expresión más libre de la diversidad sexual. Estar acostumbrada al juego y a la espontaneidad transforma también la expresión en nuestras relaciones sexuales. Proponemos juegos, seguimos libremente impulsos que sentimos asumiendo un rol más activo. Foto⁷⁵



⁶⁹ Ana Ara, Grupo de teatro, Colectivo de Mujeres de Matagalpa

⁷⁰ Fanny Vado, Grupo de teatro, Colectivo de Mujeres de Matagalpa

⁷¹ Taller Graciela Casanova, memoria. Encuentro, 2015

⁷² Leonila Argüello, Grupo de teatro, Colectivo de Mujeres de Matagalpa

⁷³ Fanny Vado, Grupo de teatro, Colectivo de Mujeres de Matagalpa

⁷⁴ Bea Huber, Grupo de teatro, Colectivo de Mujeres de Matagalpa

⁷⁵ Foto taller Graciela Casanova. Piel. 2015. Yesica y Magdalena

Yo soy - protagonista

Una de las formas de violencia estructurales más sutiles y profundas es la invisibilización de las mujeres y ser vistas como objeto y no como sujeto.

Como decía una partera mayor en un ejercicio de solo mirarse a los ojos y que produjo mucha emoción: "Es que no nos miran. Es como si fuéramos invisibles y no existiéramos". Y nos emociona profundamente cuando dejamos de ser objeto que "nos ocupan" (como algunas personas nombran "tener relaciones sexuales") y nos convertimos en sujetos, porque cuando somos vistas, somos valoradas. "Me hace sentirme representada y por lo tanto valorada, sentirme YO" .⁷⁶

Cuando hacemos teatro espontáneo, el simple hecho de contar una historia propia y que haya personas que se pongan a tu disposición en la escucha, a poner el cuerpo, voz y sentimiento en lo que cuentas, ya solo esta disposición tiene un efecto de sentirse importante. Y luego ver MI historia en escena, ser protagonista, cambia la percepción sobre la importancia de mi vida.⁷⁷ "Cuando vine para contar la historia pensaba que era insignificante, pero ahora veo, que mi historia es importante".⁷⁸

Esto es uno de los cambios más importantes en nuestra vida, ser protagonistas, poder decidir, hablar, estar en el centro y no al margen y al servicio de las demás.

Crear es sentirse productora de la propia película, obra de teatro, etc. "Es algo que nace de mí, una emoción, algo que yo quiero hacer, algo que me sale del corazón. Me da satisfacción ver el trabajo hecho. Eso salió de mí".

Exteriorizar algo y verlo desde la distancia nos permite comprender algo más. "Puedo reflejar mis sentimientos y mis pensamientos en un dibujo, expresar algo propio. Cuando solo se piensa, sale otra cosa. Por ejemplo hicimos un dibujo sobre qué es para nosotras la salud mental. Si yo solo lo pienso me sale que es estar loco. Pero al hacer el dibujo, al concentrarme, me salió otra cosa. Pude aprender de mi propia creación".⁷⁹

Y esta comprensión construida a partir de reflexiones propias, ha salido de una misma, no de una persona experta. Esto da poder a las personas, seguridad y confianza en desarrollar ideas propias. Soy protagonista también de mi aprendizaje y de mis decisiones que se derivan de ahí.

"He aprendido a rechazar cosas que me hacen mal a mí, porque al expresar situaciones de mi vida, por ejemplo en el teatro, las puedo analizar y ver qué se puede hacer. Puedo diferenciar las cosas y tomar decisiones".⁸⁰ "Me hace sentir única, que puedo hacer lo que pienso y lo que quiero para mí".⁸¹

"Vivimos la vida para que las demás se sienten bien, no para una misma. Hablamos para que una quede bien o lo que nos dicen que digamos. En la familia no expresamos sentimientos y si no hay un espacio en la escuela hasta ahí quedaron los sentimientos y la expresión. Solo cuando una es niña. Los hombres tienen más libertad. Por ejemplo el domingo juegan beisbol, para las mujeres está la iglesia. Si ellos brincan nadie les dice nada y no se les critica. Las mujeres nos dedicamos a las demás, no a nosotras".

⁷⁶ Susy, Xilonem Estelí

⁷⁷ Teatro espontáneo comunitario.

<http://www.cmmmatagalpa.org.net/images/stories/publicaciones/Hacemos%20camino.%20recuperando%20la%20historia-2.pdf>

⁷⁸ Sofia, comunidad La Corneta

⁷⁹ Lourdes, Promotora de salud, Comunidad Jucuapa abajo

⁸⁰ Doribel, bibliotecaria y Animadora socio-cultural, Comunidad El Matasano

⁸¹ Magdalena, bibliotecaria y Animadora socio-cultural, Comunidad Jucuapa abajo

La dignidad – no soy víctima

Trabajamos con mujeres violentadas, somos mujeres violentadas y muchas veces en nuestra vida nos hemos sentido víctimas y tenemos este rol interiorizado. El lugar de la víctima tiene aceptación social para las mujeres y por eso es un lugar tan peligroso. Por eso buscamos y celebramos la trasgresión y la rebelión de las mujeres por chiquita que puede parecer, desde la dignidad, desde la acción, desde la resistencia.

Por ejemplo: El carnaval contra la violencia

Foto⁸²

Se celebra cada año en el marco del día internacional contra la violencia machista. Es una fiesta de la resistencia, como dicen las madres de la plaza de mayo. Resistimos desde la dignidad, rabia y fuerza. Como ya dice su nombre el concepto es de un carnaval, lleno de colores, alegría, disfraces que muestran en el espacio público como podría ser una vida sin violencia, una vida alegre. La posibilidad de construir otra vida. Recurrimos a imágenes tradicionales como la gigantona, como mujer grande. Construimos diversas gigantonas: una negra, una vieja, una joven, otras donde partimos de las identidades de las comunidades rurales. Ellas bailan grandes y hermosas en las calles y se cantan coplas, llenas de humor y picardía contra la violencia.



Otro elemento tradicional es "la piñata"⁸³. En el caso del carnaval era la piñata del violador. Eso daba a las mujeres la posibilidad de sacar su rabia golpeando al muñeco de una manera permitida. A la vez muestra hacia afuera nuestra rabia, fuerza y lo que queremos hacer con los violadores.

En el 2018 y 2019 a raíz de las protestas de abril, se prohibió la celebración del carnaval en Matagalpa y fue reprimido por la policía, y antimotines.⁸⁴ Aún así las mujeres, niñez y jóvenes nos reunimos para acompañarnos en el miedo y sentirnos más fuertes juntas. En este momento creamos con la niñez el cuento colectivo "Los gatos y los ratones"⁸⁵ ejercicio de resiliencia, y de romper con el rol de víctima.

⁸² Carnaval contra la violencia, Matagalpa

⁸³ que se usa normalmente en los cumpleaños para niñas y niños. Es una figura de papel maché llena de confites que hay que golpearla tanto hasta que revienta y caen los confites.

⁸⁴ <https://www.youtube.com/watch?v=dQF42gewaWY>. Video de acción 25 de noviembre 2019

⁸⁵ <https://www.cmmmatagalpaorg.net/images/stories/publicaciones/documentos/cuentogatosyratones.pdf>

A mí me pasa lo mismo - No estoy sola



Foto ⁸⁶

Alumbrar con luz de luna y de sol nuestra historia para tomar conciencia sobre ella. No cambia la historia, pero si nuestra visión sobre ella. Descargamos “la culpa”, responsabilizamos a los agresores, descubrimos que no es un problema personal, sino que nos pasa por el simple hecho de ser mujeres. Las mujeres sobre todo en el ámbito rural, con una comunicación más reducida por las distancias y el rol de la casa, vivimos más aisladas.

Muchas veces pensamos que nuestros problemas son personales, como por ejemplo la violencia o el derecho a decidir, que se expresan en el ámbito de las relaciones, en lo doméstico y no los vemos como un problema social de salud pública, un problema cultural que ha afectado generaciones. Por eso nos parece tan importante desarrollar procesos creativos a nivel colectivo. Cuando una persona presenta una situación y yo me puedo reconocer en ella, me doy cuenta que no solo me pasa a mí. La cortina de vergüenza y culpa que nos aísla se raja un poco.

Este reconocimiento se puede dar en diferentes niveles.



Por ejemplo al ver una obra de teatro sobre el trabajo doméstico y cómo afecta a la vida de las mujeres, me reconozco que así me pasa. En nuestra experiencia son muchas veces pequeños detalles, dichos, situaciones, expresiones corporales o gestos que se convierten en punto de identificación. Puede ser que en el debate posterior no exprese ninguna opinión, pero que otra mujer hable y que yo me reconozca en sus palabras. A lo mejor tienen que pasar mucho tiempo hasta que logre nombrar las situaciones, pero si ya me he reconocido en esta otra mujer, por un momento se rompió el aislamiento, la soledad que nos impone el patriarcado.

Foto ⁸⁷

Otro nivel es en el trabajo grupal, donde compartimos historias personales, ya sin una obra de teatro que intermedie la situación. El reconocimiento es más directo y con otras formas de contención.



La mirada de otra “igual” a mi es la que hace, que cambie mi mirada. El espejo asimétrico de la maestra, terapeuta, facilitadora me puede inspirar, halagar, motivar, hacer ver cosas que no puedo ver desde mi posición. Sin embargo ¿qué pasa si una igual a mí me valora? ¿Qué valor le damos a este reconocimiento? ¿Qué dice esto sobre mi escala de valores? Hemos aprendido a competir entre nosotras por los hombres y tenemos interiorizado la valoración de lo masculino como mejor que lo femenino, repetimos la escala de poder patriarcal, clasista y colonial. Nos identificamos con el Poder y a menudo nos desvalorizamos entre nosotras mismas.

Foto ⁸⁸

⁸⁶ Foto de la obra “No me acusen” sobre el aborto y el derecho a decidir

⁸⁷ Guión obras de teatro sobre trabajo doméstico

<http://www.cmmmatagalpaorg.net/index.php/publicaciones/biblioteca-y-animacion>

⁸⁸ Guión obra de teatro. <http://www.cmmmatagalpaorg.net/images/stories/publicaciones/Felipa.pdf>

Construir un reconocimiento entre mujeres y “vernors con buenos ojos”, cambia las relaciones de género y contrapone al androcentrismo una mirada feminista de reconocimiento entre nosotras.

¿Qué pasa, si a mí “no me pasa lo mismo”? El trabajo creativo hace posible entender situaciones ajenas a mí, crear empatía, respetar la diversidad y aceptar lo que no logro entender.

“Me recuerda lo que he pasado y superado y que nunca más quiero volver a esto. Me llena de compromiso de continuar y ayudar a otras mujeres. Me hace sentirme realizada”

El teatro es un hecho colectivo. La gente se junta. En una comunidad rural, donde no hay acceso al teatro, es un acontecimiento, una fiesta.

Foto ⁸⁹



Tener voz, frente a la impunidad

Usar voz que nos ha sido negada

“Y ahora yo tengo la palabra y descubro que la palabra es buena” Mariana Yonüsg



Hablar nos puede parecer lo más normal de la vida. Sin embargo nos hemos encontrado con muchas mujeres que con costo dicen su nombre sobre todo en un ambiente público.

Nos educan a ser silenciosas, el escándalo es algo temido, y nos silencian, desde la niñez, cuando nos dicen que “te ves más guapa cuando callas” hasta en los medios de comunicación donde no aparecemos, o aparecemos en las noticias silenciadas o cómo víctimas.

El silencio está relacionado con la vergüenza y la culpa, “con secretos que nos llevamos a la tumba”.⁹⁰ Cuántas veces nos quedamos calladas frente a la injusticia, por miedo, amenaza, porque nos envuelven en un silencio conspirador aceptado socialmente y mientras no haya justicia cargamos con la responsabilidad que tendrían que cargar los agresores.

Aprender a hablar es fundamental para el desarrollo de nuestra vida. Si tenemos la oportunidad de experimentar con diversas técnicas de expresión, y nos sentimos más cómodas con nosotras mismas, si las otras personas escuchan y se interesan, la mayoría de las mujeres empezamos a hablar. “Nos quita el miedo a hablar y la pena de participar. O cuando hay un conflicto, podemos hablar, nos juntamos y buscamos solución y si no podemos, buscamos apoyo”.⁹¹ ¡Qué cosa más importante poder hablar! Poder reaccionar frente a una situación y no negarla.

“Sabemos que tenemos derecho y que nos tienen que escuchar. Me siento como una persona con libertad, porque ya no callo”.⁹²

Cuando el grupo de teatro de jóvenes rurales empezó, hubo mucho silencio. Después de una semana de trabajo intensivo agarrando confianza en el grupo y aprendiendo a expresarse con el cuerpo, la voz ocupando espacio, asumiendo roles, era impresionante ver el cambio y cómo se dirigían al público el día del estreno. Hablaron desde dentro con naturalidad y seguridad. Expresar sentimientos permitió abrir canales que hasta el momento estaban obstruidos.

⁹⁰ Mujer rural en el debate sobre el abuso sexual

⁹¹ Teófila, partera rural Comunidad El Quebrachal

⁹² Lourdes, promotora de salud, Comunidad Jucuapa abajo

En una de las obras que crearon hay una escena donde un terrateniente quiere cortar un árbol símbolo de la historia de la comunidad y dos mujeres levantan su voz y sacan a los hombres. Esta es la escena que el público siempre nombraba de primero, reconociendo la actitud de las mujeres, resonando con fuerza el uso de la voz.

En las comunidades rurales las mujeres que levantan la voz, son criticadas. Pero parece que hay una parte de estas mismas críticas que las admira profundamente, como se ve en el debate sobre la obra. Esta enseñanza que las personas de las comunidades rurales les brindan a la juventud es tan importante. Les están diciendo, queremos que protesten, les necesitamos.



La voz cantada, el coro "voz-es voces".

"Si se calla tu voz, calla la vida"



Un día a la semana, después de un día de atención a la población que llega al CMM, con situaciones y relatos de injusticia y de violencia, muchas veces con el sentimiento de impotencia ante tanta violación de derechos se reúne el coro voz-es voces. Cuesta llegar a veces, porque llama la silla cómoda de la casa y la posibilidad de poner las piernas para arriba y sin embargo nos seguimos reuniendo. "Qué cantamos hoy". A veces cada una propone lo que necesita sacar o decir, reacomodar. Y ese sentir se vuelve colectivo.

Calentamiento de voz, ensayo de algunas canciones y se van mezclando las voces, como si las voces tejieran una tela invisible, sosteniéndose entre sí. Sostener y sentirse sostenida. Surgen las canciones reivindicativas y la impotencia encuentra notas, el

sentimiento de injusticia encuentra palabras colectivas, la voz sale desde dentro y la frustración se convierte en protesta.

A algunas canciones les hemos puesto imágenes que representan nuestro sentir. Cuando las cantamos generan un gran impacto en el público, la canción llegan al corazón, porque da la sensación de "levantar la voz frente a la injusticia" y eso nos hace sentir fuertes.

Roles – Más-caras

“Me gusta la indefensa gente que da la cara”. Mario Benedetti



Foto ⁹³

Permite comprender mejor a otras personas y a una misma, porque en los roles se puede explorar las contradicciones que están inmersas en cada personaje. Y también disfrutar del estereotipo y hasta llegar a la caricatura para confrontarme con una actitud pura.

El simple hecho de asumir diferentes papeles, de que nosotras como mujeres actuemos como hombres, nos confronta con nuestra forma de ser mujer. Hay mujeres que eso lo sienten liberador, otras se sienten cuestionadas.

Foto ⁹⁴

Las máscaras también son simbólicas e interiorizadas.

Por ejemplo en el trabajo con los zancos, cuando se sube por primera vez, da miedo.

La conducta de los niños para enfrentarse a este sentimiento es hacerse el gallito y el fuerte, mientras que las niñas se encogen y se hacen pequeñas. Ninguna de las dos estrategias funciona para mantener el equilibrio.

Cada persona tiene que enfrentarse un momento con esta máscara interior y buscar una manera como encontrar el equilibrio, en el cuerpo recto, confiando en sí misma, en sus propios pasos y en el apoyo que se brinda. Es dar la posibilidad de experimentar otras maneras de confrontarse con el miedo que hemos interiorizado por las máscaras estereotipadas, buscando la confianza en nosotras mismas y en personas que te apoyan y esto desde una postura de apertura.

Foto ⁹⁵



⁹³ Foto de la obra Círculo de Tiza puesta en escena en Nicaragua. Máscaras realizadas por Loic

⁹⁴ Foto grupo zanquistas actividad pública de solidaridad en Matagalpa. CMM

⁹⁵ Foto obra “Camino a laguna seca”. Personaje de la basura.

<http://www.cmmmatagalpaorg.net/images/stories/publicaciones/camino%20a%20laguna%20seca.pdf>

Coherencia - contradicción - imperfección y la risa

“Aquí están las manos y la arcilla.
No tenemos un plan perfecto y tampoco lo queremos.
Solo sabemos que la arcilla es buena y también las manos”
“Las manos y la arcilla”, Mariana Yonúsg

En el trabajo creativo nos confrontamos con nuestros límites y contradicciones, porque no se puede ser perfecto, al cantar me sale un “gallito”, la pintura se me chorrea, el movimiento quedó torcido ... Y desde la facilitación, si queremos podemos poner obstáculos, pequeños momentos que nos desorientan, nos desconciertan y nos sacan de los caminos ya interiorizados, los movimientos estereotipados y nos permite descubrir algo nuevo.



No poder hacerlo “bien”, es importante para mujeres que estamos acostumbradas a que se nos exige más que a los hombres, a criticarnos más entre nosotras. Más aún si asumimos un posicionamiento político, se nos exige y nos exigimos entre nosotras una coherencia. En la izquierda esto a veces está asociado a la autocrítica tan cerca a veces del dogma, la culpa y también al abuso de poder. Poder cambiar el chip y ver las contradicciones como fuente de aprendizaje, necesarias para analizar, para aprender algo más, pero sin echarnos la culpa de no ser perfectas, sino celebrar nuestra humanidad de contradicciones.

Foto ⁹⁶

Esto nos obliga a estar en movimiento, a cambiar constantemente, en un sentido constructivo, en preguntarnos, reflexionar, cambiar o asumir contradicciones como tales.

Ejemplo por excelencia de disfrutar el placer del “error” es la payasa, que juega en base al fracaso, que lo celebra como fuente de juego. En Brasil, en Europa se ha venido construyendo en los últimos años un movimiento de mujeres Payasas, figura ocupada mayoritariamente por los hombres.

Una payasa tiene sentimientos puros, que pueden cambiar a cada instante, pero no tiene contradicciones sutiles. Se parecen a las niñas/os y por eso tienen inocencia y esto nos permite sin censura ver la profundidad humana.

Por ejemplo en la obra “La fregona”, dos payasas destinadas a la limpieza, sueñan con una vida mejor, el éxito, dinero, poder, el príncipe azul todos estos sueños desterrados en nuestra visión feminista, pero que sin embargo siguen ahí rondando nuestros imaginarios y también nuestros corazones. Identificarnos con estas payasas que fracasan en cada uno de sus sueños y así poder reírnos de nosotras mismas es liberador.

⁹⁶ Función Teatro espontáneo emocionarte. Agosto 2012 CMM

Cuando utilizamos la técnica de payasa, esta máscara más pequeña, la nariz roja, nos obliga en un primer momento simplemente a estar y contactar con las otras, así tal cuál como somos. Luego poder jugar sin censura moral es liberador de nuestros propios tabús ideológicos que nos imponemos y nos podemos ver con una mirada menos severa y con una risa en los labios.

Foto⁹⁷



El humor, el reírse de una situación significa tomar distancia. Es una manera de protegerse y puede romper un hilo emocional. Pero también puede ser liberador reírse de sí misma.

Utilizamos el humor porque es una manera de comunicar en Nicaragua, de decir las cosas indirectamente de “reírse del poder”. El Güegüense es un ejemplo de ello y de la burla al colonizador.⁹⁸

El humor es un mecanismo para romper situaciones de tensión, para tomar distancia de nuevo y poder respirar y reflexionar. En el contexto de la represión sufrida durante dos años aprendimos a agradecer la risa, porque nos conecta con la alegría, la vida. Nos recuerda que desde este lugar hay que resistir, para no convertirnos en lo que son nuestros agresores.

Romper espacio privado – tomarse el espacio público

“Soy esta, soy aquella, soy muchas, soy mujer,... pero soy y eso también cuesta”

Foto⁹⁹



Nos identificamos con la famosa frase de la feminista Kate Millet “Lo privado es político”. Salir de casa es la primera ruptura de espacio privado – público. A veces nos preguntamos sobre qué peso tienen las actividades que se desarrollan en específico y qué peso tiene el simple hecho que exista un espacio de mujeres, fuera de casa un espacio que se siente propio, donde puede expresarse libremente.

“Antes solo pasaba en la casa, haciendo tortillas y todo, sin libertad. No sabíamos que existimos, estábamos solas. Ahora nos valoramos ya no vivo encerrada sino libre.”¹⁰⁰

“Antes pedíamos permiso para salir. Ahora yo me alisto y me voy, no tengo temor porque yo hago mi familia”¹⁰¹.

Otra ruptura es hacer público, lo que consideramos privado. “Solo la cuchara sabe el mal de la olla”, “entre marido y mujer, nadie se debe meter”, “los trapos sucios se lavan en casa” son dichos que reflejan lo cerrado que es este mundo privado. Si tenemos secretos ocultos que nos pesan, nos generan inseguridad, silencios y contradicciones que nos atan la voz.

⁹⁷ Aniversario Radio comunitaria. Radio Vos Matagalpa 2012. <https://radiovos.org/>

⁹⁸ El güegüense. <https://ich.unesco.org/es/RL/el-gueguense-00111>

⁹⁹ Encuentro en Matagalpa con mujeres, trabajando la ruptura y la reparación. Teatro espontáneo 2018

¹⁰⁰ Teófila, Partera rural, Comunidad El Quebrachal

¹⁰¹ Lourdes, Promotora de salud, Jucuapa Abajo



“Vivir maltrato da pena y temor de hablarlo, es como un secreto. Hay miedo que después van a contar a otras lo que se dijo en el encuentro”.¹⁰²

Aprender a hablar tiene que ver también con aprender a escuchar y respetar y necesitamos espacios de confianza.

Otra ruptura de espacio privado-público es cuando ponemos nuestras creaciones en la calle, como sitio más público, las mujeres lo vivimos como atrevimiento como trasgresión. Conquistamos un espacio que muchas veces nos es hostil.

Foto ¹⁰³

Es diferente hacer una performance en un espacio cerrado, que hacerlo en un espacio público. La gente que llega para contribuir a la creación colectiva, es porque tuvo algún tipo de iniciativa al tomarse la calle, ocupar un espacio con creatividad, con un mensaje, con sentimientos.

Sentir el aire, el sol, el cielo, el espacio abierto de una plaza, la interacción espontánea que se da con el público y la fuerza como grupo, engrandece los movimientos y los sentimientos.

En las acciones de teatro de calle, partimos igual de nuestras vivencias, de la autenticidad de nuestras emociones y las ponemos en una forma plástica poética para expresarlas.

“Ya no nos importan las hablaurías, porque nos hemos hecho fuertes por dentro. Hay que decidir y proponerse alcanzar un sueño, lo que yo quiero”.¹⁰⁴



“Hace unos 15 años llegaron el Colectivo de Mujeres de Matagalpa (Nicaragua) para hacer talleres de teatro social con nosotras. Ellas nos han enseñado a tomar conciencia de la valía que tenemos como mujeres, hacernos visibles y poder ocupar en la sociedad el lugar que nos corresponde. A raíz de estos talleres, empezamos a tener contactos con otras vocalías de Mataró, con las que empezamos a hacer acciones conjuntas para el 8 de marzo, 25 de noviembre etc.”¹⁰⁵

Foto ¹⁰⁶

“Las acciones en la calle nos han hecho visibles como colectivo de mujeres organizadas. También han facilitado la coordinación, la unidad y el fortalecimiento de Entidades de Mujeres en Mataró. Hay un antes y un después. Es un teatro social especial desde las mujeres. He participado en otros y no es lo mismo”.¹⁰⁷

¹⁰² Noemí, Promotora de salud, Comunidad Las Mercedes

¹⁰³ Puesta en escena del relato de una mujer en la función de teatro espontáneo en encuentro de mujeres 2018

¹⁰⁴ Lourdes, Promotora de salud, Comunidad Jucuapa Abajo

¹⁰⁵ Manoli, vocalía de dones, Rocafonda, Mataró

¹⁰⁶ Acción de teatro de calle con las mujeres de la vocalía de Rocafonda Mataró, 2008

¹⁰⁷ Antonia, vocalía de dones, Rocafonda, Mataró

Aprendemos con placer

“Porque nosotras seducimos la alegría”

Crear es lúdico, es jugar con las expresiones y las ideas. Rompe con la tradición de que la letra con sangre entra.

“Yo me siento motivada no es aburrido como en otros encuentros”.¹⁰⁸

“La creatividad es atractiva, llama la atención y la gente participa más”.

“Es salir de la rutina. Es divertido y nos lo pasamos bien”.¹⁰⁹ Son algunas de las experiencias de las personas.

Pero no es solamente el aspecto lúdico, que pesa en contraposición a la educación bancaria, que hace atractivo el trabajo creativo sino al proponer otro modelo que no se basa en el castigo. “Aprendemos no con regaños sino con dibujos”.¹¹⁰ La educación es otro pilar fuerte que nos genera culpa, donde somos evaluadas por otras personas no por nosotras mismas, que anula nuestra creatividad y pensamiento propio, que fomenta el miedo, la competencia en vez de la cooperación. “La manera tradicional no despierta interés, despierta conflicto”.¹¹¹

La educación se asocia a la niñez, como si de adulta ya no hay necesidad de aprender y revela también los vacíos que hemos vivido.

“De niñas no hicimos estas cosas, no nos enseñaron, no teníamos material para hacer algo, no hubo oportunidad, algunas ni han ido a la escuela y solo nos enseñaron a trabajar”.¹¹²

Poder recuperar como persona adulta este espacio es reconfortante, repara lo que no fue posible. Desde el placer podemos hacer las paces con esta huella que nos deja la pobreza.

Hay temor de ser juzgada o desvalorizada, por otras y por las voces internas. Aprender a estimar lo propio, a través de algo que yo misma hago es un primer paso para valorizarnos, nosotras mismas y el grupo. Un buen ejercicio es tomar conciencia cuando



nos disculpamos por un trabajo antes de presentarlo. “No se dibujar”, “Solo he hecho una cosita”. Así podemos aprender a romper los esquemas y valores establecidos de lo que está bien o de lo que está mal, impuesto y dicho por otros y otras. Por lo tanto se construye desde la participación, desde lo propio, no desde lo “correcto”. “Manos que en la noche buscan aquello que no encontrarán más”.¹¹³

¹⁰⁸ Concepción, Promotor de salud, Comunidad Las Mercedes

¹⁰⁹ Magdalena, bibliotecaria y Animadora socio-cultural, Comunidad Jucuapa Abajo

¹¹⁰ Doribel, bibliotecaria y Animadora socio-cultural, Comunidad El Matasano

¹¹¹ Doribel, bibliotecaria y Animadora socio-cultural, Comunidad El Matasano

¹¹² Concepción, Promotor de salud, Comunidad Las Mercedes

¹¹³ Taller con mujeres de Mataró sobre nuestro cuerpo. Identidades. 2009

Comunicamos y expresamos



Foto ¹¹⁴

“Antes cuando yo me paraba frente al público me temblaba todo el cuerpo, me sudaban las manos y la voz no me salía. Ahora no, ahora me siento segura, sé que lo que voy a decir es importante y hago que se escuche mi voz”.¹¹⁵

Desarrollar el proceso de expresar algo propio y que esto se valora como algo importante y que yo misma le puedo dar este valor, me permite poco a poco cambiar la huella del miedo, la vergüenza y desvalorización en mi cuerpo, hacia una postura de orgullo y autoestima.

Las emociones son la parte más fuerte de la expresión. Poder conectar con ellas, darse cuenta de ellas, expresarlas, compartirlas, nos libera. Nos permite nombrarlas y darnos cuenta de lo que pasa en nuestro interior. La expresión de las emociones es condicionado según la cultura, género, clase, etc. P.ej. la rabia es un sentimiento reprimido para las mujeres. Poder expresarla nos permite recuperar parte de nuestro ser reprimido y encontrar fuerza para parar situaciones de violencia.

Tener herramientas de expresión, nos hace sentir menos inhibidas, más libres y seguras. Nos mostramos, estamos presentes y expresamos un contenido. “Nos presentamos en otros lados. Si llega la alcaldía y tenemos problema ahora hablamos y nos expresamos”.¹¹⁶

“Por ejemplo una chavala vive una situación difícil. Lo pone todo en un dibujo, expresa todos los sentimientos acumulados”.¹¹⁷

Comunicar y expresar significa desahogarse, romper el silencio.

“Cada quien puede interpretar su creación, el color, las formas y las otras lo pueden entender”.¹¹⁸

¹¹⁴ Taller promotoras de salud. Matagalpa 2016

¹¹⁵ Mujer de la junta directiva

¹¹⁶ Cecilia, Promotora de salud, Comunidad La Amistad

¹¹⁷ Doribel, bibliotecaria y Animadora socio-cultural, Comunidad El Matasano

¹¹⁸ Concepción, Promotor de salud, comunidad Las Mercedes

Las ideas – los mensajes, la vida

“Llevamos mucha vida a cuestas y en las manos vida en ráfagas de ciclón tropical”
Supervivencia



Foto ¹¹⁹

Dónde me miro, cómo miro, qué miro y qué veo, qué reflejo, qué permito mostrar, qué oculto, que tienen que ver nuestras historias en la repetición, como conseguir cambiar, transformar.

Como ya dijimos al inicio, nuestra manera de analizar el mundo y las emociones no es neutra y por lo tanto los contenidos, los mensajes de las creaciones se enfocan en este sentido. A la par del trabajo emocional, se construyen pensamientos, relaciones respetuosas en la diversidad y toma de decisiones responsables, libres e informadas. “Abrir mi pensamiento me cambió la vida. Al inicio solo vi casarme y ahora estudio, cambió mi manera de pensar”.¹²⁰

“Cuando yo era niña y llegué al Colectivo, me pusieron hacer dibujo sobre los derechos. Yo viví mucha violencia en mi casa. Y ahí me dijeron que tenemos derecho a vivir en libertad. Haciendo esos dibujos entendí que lo que yo vivía no era normal y que podía tener otra vida”.¹²¹

Esta idea puede impulsar a la persona en hacer el gran intento de cambiar la historia, su historia y buscar la manera de no repetir, de descubrir y desbloquear aquello que nos paraliza, que nos hace daño. Vemos que estos pensamientos, estas nuevas ideas están incorporados, son descubiertos, contruidos por la misma persona. En el teatro, ponemos en escena una situación. Al hacerla, verla, la podemos alumbrar desde diferentes puntos de vista. La comprendemos mejor. Podemos probar otra manera de relacionarnos, de resolver un conflicto, de poner límites, podemos ensayar otro pensamiento.



Foto ¹²²

El teatro permite poder ver paisajes y recorrerlos que quizás sola no lo hubiera descubierto o me hubiera costado mucho.

“El teatro propone alternativas. Veo mi realidad y también como la podría transformar”.¹²³

¹¹⁹ Taller de arte. Matagalpa 2016

¹²⁰ Doribel, bibliotecaria y Animadora socio-cultural, Comunidad El Matasano

¹²¹ Ingrid, Radio VOS Matagalpa

¹²² Foto de la obra de teatro “Camino a Laguna seca”

¹²³ Susy Martínez, Xilonem

Desde el teatro, la creatividad, la creación colectiva, me transformo yo, me doy cuenta que estoy cambiando.

"Yo siento que la gente me mira diferente....quizás soy yo la que me miro diferente".¹²⁴

Pero además tomo conciencia de que estos cambios también se reflejan en los vínculos con las y los otros.

"Nuestros hijos nos admiran de lo que hacemos y quieren aprender también".

Bonito recordar todo lo que hemos aprendido. Es como respirar aire puro. Me siento diferente".¹²⁵



Foto ¹²⁶

"Se paran diferente, ya no se esconden".¹²⁷

Estos espacios permiten vivenciar que las cosas son posibles, que si yo lo siento, lo vivo, lo experimento no es solamente una idea, es una forma de vivir y estar en el mundo y esto puedo llevarlo a mi cotidianidad, transformándome y transformando mi

estar en mi entorno, en la comunidad.

Y que las cosas no son estáticas, son moldeables, se transforman, como se transforma nuestro cuerpo, nuestras emociones, nuestras ideas, nuestros vínculos, nuestros afectos.

¹²⁴ Nora, integrante del grupo Malinche y de acciones de teatro de calle

¹²⁵ Teófila, Partera rural, Comunidad El Quebrachal

¹²⁶ Taller jóvenes en comunidad del Matasano

¹²⁷ Doribel, bibliotecaria y Animadora socio-cultural, Comunidad El Matasano

Romper el tabú

Foto ¹²⁸



Según la real academia de España, tabú es una “Condición de las personas, instituciones y cosas a las que no es lícito censurar o mencionar”.

Por tabú entendemos lo prohibido por una creencia, una convicción social o cultural. En Nicaragua existen un sinnúmero de tabús relacionados con el cuerpo de la mujer, sobre todo en los ámbitos de la sexualidad y la reproducción.

Una mujer con regla no puede entrar a los cultivos, porque se secan, no puede tocar la leche porque se corta, no puede ver un bebé, porque le hace mal de ojo, etc.

Una mujer después del parto solo puede comer cuajada y tortilla; no puede bañarse porque si no se hace daño.

Una mujer que no llega virgen al matrimonio no tiene valor y se puede devolver a sus padres. Del sexo no se habla.¹²⁹

Se castiga y desvaloriza el cuerpo de la mujer, como algo sucio y amenazante que hace daño, que nos obliga a una vida mucho más limitada que a los hombres y quiere dar más valor a lo masculino, hasta en lo físico, que a lo femenino.

A estas creencias se suman hoy en día la medicalización del cuerpo de la mujer, interés de la industria farmacéutica, la segunda más grande después de la industria de guerra, para que los ciclos de vida normal se viva como enfermedades.

¹²⁸ Presentación de la obra Y ahora qué hacer. Sobre violencia machista
<http://www.cmmmatagalpa.org.net/images/stories/publicaciones/La%20Flor.pdf>

¹²⁹ La menstruación.

El trabajo corporal nos vuelve a acercar a nuestro propio cuerpo, a vivir para comunicarnos, como algo bello, que también nos duele y nos avisa de nuestras necesidades. Esto es romper ese tabú, en vez de tenerlo oculto, sin mencionarlo, sentirlo.

Pero el tabú no está solamente en el cuerpo, sino también en temas que “no se pueden mencionar” como por ejemplo el VIH¹³⁰, el aborto, la diversidad sexual, la violencia machista.

“El teatro puede nombrar temas que yo pensaba que la gente iba a rechazar, por ejemplo la homosexualidad. Yo pensaba que iban a cuestionar, porque traen estos temas a la comunidad, pero no. La gente tiene claro que existe, pasa en su comunidad, lo ven, pero no hablan de ello. Genera alivio que otra persona nombre una situación o que la pueda ver en el escenario. Una vez hecho este paso, otras encuentran las palabras y dicen es que a mí me pasa igual y empiezan a hablar sobre su vida a partir de la figura”.¹³¹

Hay tabús sociales, pero también se crean tabús personales, en las familias y en las organizaciones. Temas que sentimos que están cargados con un sentimiento de que “no se pueden tocar” y los congelamos con el silencio, por el temor a que se ponga la situación peor, para no alborotar el avispero...

Romper el tabú, el silencio, libera, abre una primera puerta para el cambio. Cuesta abrir la puerta, porque es el Poder, el miedo, el dolor que la tiene cerrada. El respeto a la dignidad humana, a su libertad de hablar y de guardar silencio, a su autodeterminación de hacer cómo y cuando lo crean oportuno es fundamental. El lenguaje, la forma artística es lo que facilita abrir la puerta porque lo puede hacer sin revictimizar, banalizar o normalizar, sino reivindicando, cuidando y con respeto.

Sentimos que es nuestra responsabilidad como creadoras de hacer ver, mostrar lo invisibilizado y hacer oír lo silenciado. Y mostrar de manera crítica también nuestra capacidad de escuchar, acoger y contener relatos con temas tabú, lo cual implica un constante trabajo crítico sobre nuestros propios tabúes.



Foto ¹³²

¹³⁰ <http://www.cmmatagalpa.org.net/images/stories/publicaciones/como%20vos%20y%20como%20yo.pdf>

¹³¹ Entrevista Susy Martínez Xilonem

¹³² Acción de teatro de calle. Por el derecho a decidir. Matagalpa 2015

Yo y el grupo: soy especial - puedo aportar

Porque saben que aún pequeñas, juntas somos un volcán

Canción Yo soy de un pueblo sencillo
Luis Enrique Mejía Godoy



Al trabajar en grupo cada una puede aportar algo al colectivo y tiene algo especial a ofrecer, a aprender y recibir. "Aquí es personal, cada una tiene que hacer su propio dibujo y aporta algo".¹³³

Cuando nuestra autoestima está dañada y nos desvalorizan, llegamos a interiorizarlo y nos desvalorizamos a nosotras mismas, el "no puedo" "yo no sé hacer esto o aquello" "no me sale bien" es la primera respuesta y si nos animamos a hacerlo tenemos que justificar con "no sé si estará bien".

Si se da el espacio para confiar, para querer lo que una hace, que es único, y es lo que me ha salido en este momento, saber que no voy a ser juzgada ni desvalorizada, se puede superar este límite y crear algo, que sale de una misma y que contribuye a las demás.

"Tengo el deseo de ayudar a las demás. Es bonito sentir que puedo apoyar a otras".¹³⁴ Sabemos que el "ayudar" a veces nos lleva a invalidarnos entre nosotras mismas y las que "ayudamos" nos sentimos poderosas de poder hacerlo. La necesidad de la otra persona nos da poder y satisfacción. Por eso es tan importante tener una visión política de este trabajo creativo, porque si no lo reducimos a destinos personales que se sufre y que se pueden curar y no en estructuras de poder que nos afectan, y perpetuamos también nosotras este poder de unas sobre otras, es convertir el espacio en una forma de sentirnos parte del ecosistema. Creamos vínculos y todas ocupamos un lugar y tenemos interdependencias, todas podemos aportar y todas podemos aprender.

Por eso es tan importante el "compartir" que incluya a las personas facilitadoras, que aunque tenemos un rol diferente en el grupo, las situaciones las vivimos y es bueno contribuir y aprender. En este sentido somos ejemplo también del intento de construir horizontalidad como una posibilidad aunque sea en un espacio pequeño de vivenciar que sí hay otras formas de estar, de hacer y que es posible construir un mundo más justo.

"Aprendí a no imponer las cosas. Sino tomármelo más tranquilamente, respetar las opiniones y no subestimar ningún detalle, porque vi en el trabajo creativo que hay tantas maneras de hacer y que cada quien tiene sus habilidades".¹³⁵

¹³³ Cecilia, Promotora de salud, Comunidad La amistad

¹³⁴ Magdalena, bibliotecaria y Animadora socio-cultural, Comunidad Jucuapa abajo

¹³⁵ Doribel, bibliotecaria y Animadora socio-cultural, Comunidad El Matasano

El grupo es mucho más que un espacio creativo. Se generan dinámicas, vínculos, conflictos y relaciones, en el grupo se genera vida. "Aprendemos a compartir nuestras vivencias, hacemos amistades, y nos llenamos de metas, viendo la vida de otras"¹³⁶. Podemos ser fuente de inspiración para otras, la posibilidad de impulsarse en iniciativas, en tener curiosidad, en explorar cosas nuevas.

También se genera un espacio de contención y apoyo, yo sola no puedo llegar tan lejos y tan profundo, necesito de las otras, soy espejo y reflejo. Cuando tengo que profundizar en heridas en mi vida, en el alma, es importante hacerlo en grupo por si caes, que otras te sostengan y a la vez vos seas sostén para otras. En el grupo circulan los roles.

Me duele, cuando veo chavalitas de 14 ó 15 años que se van con un hombre, de huida ¿Qué van a hacer? A lo mejor si hubieran tenido otra oportunidad. Pero se quedan solo ahí, solo ven el ejemplo de su madre. Es como si no miraran a otro lado, otras experiencias y decir así voy a ser yo. Algunas se pueden convencer, pero otras no, es como si tuvieran grabado lo que les toca hacer y no lo pueden borrar. Les dicen de casarse y tener hijos y no estudian, no se desarrollan"¹³⁷.

También hay que saber sostener que en los grupos unas personas llegan y otras se van, esta apertura y cierre hace que el grupo tenga que practicar flexibilidad, a veces esto cansa, pero a su vez permite aprender a reacomodar, a saber estar en el aquí y ahora. Es conectarse con los ciclos, nada es fijo ni permanente, ni en la naturaleza, ni en nuestras vidas y por eso tampoco en el grupo. Y comparándolo con el ciclo productivo es tomar conciencia de que el grupo me alimenta y yo con lo que creo, produzco y comparto, alimento a otras

Saber escuchar, no solo con el oído, sino con todo el cuerpo, con la emoción, esto permite conectarse a otras dimensiones y poder ampliar la aceptación de la diversidad. En los grupos hay formas de ver, entender y sentir diferentes a las mías, puede que sienta las otras opiniones lejanas, o expresiones para mí absurdas, inentendibles, pero cuando compartimos con esta apertura desde el cuerpo, la acción, los sentidos y la creación, aprendemos a no juzgar y valorizar. Aprendemos a estar unidas en la diversidad.



¹³⁶ Doribel, bibliotecaria y Animadora socio-cultural, Comunidad El Matasano

¹³⁷ Magdalena, bibliotecaria y Animadora socio-cultural, Comunidad Jucuapa abajo

¹³⁸ Encuentro autocuido en Matagalpa.2014

El tiempo “Darnos el tiempo para escuchar nuestro propio latido de la vida.” Ana Ara



Crear necesita tiempo, tiempo propio y tiempo colectivo, cosa que para muchas ya es un paso muy importante, darnos este espacio para nosotras. “El martes es mi domingo”, decía una compañera sobre los encuentros del grupo de teatro informal que se realizan los martes.
Foto ¹³⁹

Este tiempo dedicado a una misma y dejar de estar para la otrxs, salir de la casa, ya es un paso importante para la autoafirmación como mujeres. Para deconstruir la identidad de géneros impuesta. “Es un tiempo dedicado a una misma. Antes ni lo reconocía y ahora lo valoramos, porque valoramos a nuestra persona”. ¹⁴⁰

Si bien es cierto que el estar en grupo tenemos también que estar para las otras y otros, la relación que se establece en este espacio creativo, es de apoyo mutuo, “una para todas y todas para una.” Es un proceso y aprendizaje saber estar para mí, buscar en lo profundo, ponerlo al servicio de las otras personas del grupo y a la vez dejarme permear por las otras, también este aspecto necesita tiempo y trabajo.

El tiempo es también una estructura. Nos permite ser sistemático, tener una dinámica que nos hace cada vez más flexibles y nos permite explorar mejor, es como aprender a ir en bicicleta, al inicio cuesta, pero a base de dedicarle tiempo y practicar se agarra seguridad y cada vez se puede disfrutar más y seguir experimentando otras cosas. Lo mismo ocurre



con la creatividad y el teatro, el tiempo permite repetir, reelaborar, desmontar, probar e investigar desde diversos lados, y descubrir más profundamente.

Foto ¹⁴¹

¹³⁹ Taller poesía corporal, Graciela Casanova

¹⁴⁰ Lourdes, Promotora de salud, Jucuapa Abajo

¹⁴¹ Encuentro psicodrama 2016

Crear poesía en la pobreza



“Que triste se oye la lluvia en las casas de cartón”

Los Guaraguaos

Crear significa un trabajo sobre la forma y la estética. Escogemos y experimentamos con una forma para expresar una realidad, un tipo de movimiento, un tipo de material...

Nuestra realidad está impregnada por la injusticia social, el empobrecimiento, no solamente económico, sino de perspectivas de vida, visión sobre una misma, identidad y conciencia sobre nosotras y nuestros derechos.

Cuando esta realidad se plasma en una forma artística se puede hacer visible de otra manera que no vuelva a naturalizar lo terrible, sino lo hace impactante, emocionante y “estético”. Muchas veces en los detalles y la sencillez se revela la esencia.

Esta estética de la pobreza, y entre la pobreza impuesta, nos permite ver el abismo sin hundirnos en él, nos permite vernos con dignidad, porque la forma nos sostiene. A la vez nos consuela ver que somos capaces de crear belleza de las situaciones más adversas. Situaciones de violencia, guerra, tortura, hambre, etc.

De esta creación misma, de esta poesía se evidencia la fuerza para superar el dolor, la desesperanza, pudiendo abrir grietas para acciones y cambios.

“No teníamos nada para comer, se perdió la cosecha de papas, la crisis, la inseguridad en el campo, la represión, no pudimos venderla, se perdió todo, el plato está vacío”

Nuestra forma de hacer teatro es “pobre”, en el sentido de espacio teatral, vestuario, luces, elementos, decorados. Nos presentamos en todos los espacios, con elementos resignificados de la propia comunidad, por ejemplo telones de macen, de plástico, con la propia naturaleza.

También porque nuestro teatro es sobre todo por y con las personas que han sido empobrecidas, marginadas, rechazadas, es una opción y posicionamiento ético, ideológico, de justicia social.

Es una visión de pobre desde lo político, que posiciona la no acumulación, la no ostentación o el aparentar para poder ser visto, reivindica el anticapitalismo y potencia la propuesta de decrecimiento, que no es ser pobre, es ser protectora y cuidadora del ambiente, cuerpo y territorio. El no acumular para ser. El valor de la humanidad y el sentido de justicia. Otro valor de ser pobre, no victimiza, reivindica la sabiduría y el potencial humano del conocimiento de sus entornos y realidades, su forma de ver y sentirse en el lugar-mundo. Foto¹⁴²



¹⁴² Escena de una sesión de teatro espontáneo. Relato de una mujer de la comunidad 2019

La vergüenza y la culpa

“Abrimos la casa de par en par y crujió los barrotes de una celda ancestral”

Con vos, Mariana Yonusg



Foto ¹⁴³

La vergüenza juega un rol importante en la vida de las mujeres se induce socialmente al “valor” del cuidado “de la honra”, llenando de vergüenza e imponiendo el silencio como forma de protección ante este juicio social de lo que podemos exorsar y de lo que no, ambas situaciones parecen corresponder únicamente a las mujeres.

Un hombre abandona a sus hijos, maltrata, viola... en el mejor de los casos no está bien visto, pero el rechazo social y el castigo es muy minoritario y leve.

Sin embargo una mujer que por diversos motivos, por ejemplo no tolera más violencia del compañero, o por cuestión económica migra, y deja a sus hijos, socialmente se le juzga, y se le impone una crítica-castigo.

Las mujeres cargamos por la construcción social patriarcal, el sentimiento de no hacer las cosas suficientemente bien, no ser buena mujer, buena esposa, buena madre, buena hija, siempre está este juicio de no dar la talla. De que nuestras opiniones no son importantes, que el espacio público no nos pertenece.

“ las mujeres tienen pena y por ejemplo cuando hay reuniones se sientan en la parte de atrás y recostada en otra. Se esconden en un rincón por temor a participar” .¹⁴⁴

De nuevo estos sentimientos son fuertemente relacionados con la imposición de las religiones, del sentimiento de culpa con discriminación de género.

“Vencemos la vergüenza” .¹⁴⁵

El teatro nos permite experimentar, vivenciar el “yo puedo”, mostrarme, despojarme a poquitos de esta vergüenza, sobre todo porque el espacio donde puedo mostrarme no me juzga, y es un lugar seguro. Me permite reírme de mis propios “fracasos”, sin sentirme fracasada.

Me permite descubrirme y sentirme orgullosa de quien soy. Mirarme a mí misma, valorarme a mí misma.

Descargarme de la culpa y entregarla a los que nos hacen daño y no nos permiten desarrollarnos libremente.

Es decir en el caso de sobreviviente tomo conciencia de que no tengo la “culpa” de la agresión, de la violación, sino que la responsabilidad la tiene únicamente el agresor.

¹⁴³ Taller ritualitos. Otridad. 2015 Graciela Casanova

¹⁴⁴ Cecilia, Promotora de salud, Comunidad La amistad

¹⁴⁵ Cecilia, Promotora de salud, La amistad

Límites y contención “Sosteneme, para que aprenda a volar” Ana Ara



El proceso creativo tiene sus riesgos y es necesario protegerse. Para poder poner nuestras emociones en juego y sentirnos libres, necesitamos una contención. Como bailarinas sobre la cuerda floja necesito una red que evite que me haga daño. Y claro está no me subo de primas a primera a una cuerda de gran altura, sino a un murito de pocos centímetros para descubrir el equilibrio que necesito para no caerme, ejercito la conciencia sobre mí y mis posibilidades, descubro poco a poco.

Una red de seguridad en los espacios grupales, es el encuadre con acuerdos de tiempo, espacio, objetivo, pero también en roles, estructuras de ejercicios, acuerdos de funcionamiento, normas. Esto se construye de manera colectiva y con la posibilidad de modificación colectiva si es necesario.

Foto ¹⁴⁶

Muchas mujeres han sido violentadas en sus límites más íntimos como sucede en el abuso sexual o la violencia de género sistemática. Por eso es tan importante que sea el grupo mismo que construya sus acuerdos y para que estos límites formen parte de un proceso liberador y seguro. Las mujeres son las protagonistas, no las personas facilitadoras.

Para ello es necesario conocer los límites del propio actuar y esto solo se descubre, cuando una misma se pone en el proceso de conocerse mejor a sí misma y rige su trabajo por un profundo respeto hacia las otras personas que están en el centro del trabajo y no las necesidades de reconocimiento de la persona que guía.

Otra red que nos da seguridad es que trabajamos en equipo. El primer equipo son las personas que preparan y facilitan la sesión y que pueden apoyarse entre ellas sea en energía, reflexión, ideas y contención. También para poder tener miradas diversas sobre el proceso.

El siguiente “equipo” es el grupo mismo que se contiene entre sí. En nuestra experiencia cada persona siente, cuáles son las situaciones que las otras pueden contener y solo cuenta lo que percibimos que puede ser escuchado.

Los límites del encuadre claro nos proporcionan estructura. La cultura de sobrevivencia causada por el empobrecimiento de siglos, establece la inmediatez como dinámica principal de vida. La energía se utiliza para sobrevivir el momento, no se puede pensar más allá. Esta dinámica se ha venido reforzando por guerras, hambre, violencia. Esto dificulta estructurarse en el tiempo y también en el espacio. Por eso también es tan importante dar estructuras en un mundo tan desestructurado, para que el grupo y las personas puedan estar seguras y a partir de ahí, explorar y crear.

¹⁴⁶ Taller Memoria. El escondite. Matagalpa 2015.

Aspecto espiritual

“Pienso que el mundo es bello, que la poesía es como el pan de todas y que mis venas no terminan en mí sino en la sangre unánime de las que luchan por la vida, el amor y las cosas”

Roque Dalton, El Salvador.



Foto ¹⁴⁷

Partimos de un sentido laico político de la espiritualidad, relacionado a los valores, los aspectos no materialistas de la vida, que no tiene que ver con algo sobrenatural o seres divinos.

En Nicaragua, con su fuerte influencia de las religiones colonialistas que castigan a las mujeres no queremos identificarnos con este tipo de “espiritualidad”.

Sin embargo por nuestra visión política del trabajo, centrado precisamente en la preocupación por el mundo, por las relaciones, las mujeres con las que trabajamos nos ubicamos o buscamos una explicación espiritual sobre nuestro quehacer. Y en el fondo tienen razón. Nuestro trabajo tiene una profunda carga espiritual, queremos trabajar por el bienestar de las personas.

Por nuestra visión crítica de las iglesias no participamos en los rituales propuestos por estas estructuras, sin embargo reconocemos las huellas ancestrales profundas, usurpadas por estas estructuras, y queremos resignificarlas en la vida, lo cotidiano, la necesidad de celebrar encuentros, la colectividad, despedidas, nacimientos, el amor, los cambios en la vida, el contacto con la naturaleza; conectarse con las ancestras y ancestros, reconocer y aprender de ellas. Necesitamos apropiarnos y empoderarnos de rituales para celebrar el cuidado y la vida.

A veces en los grupos según qué ejercicio u objeto se utilice se crea un ambiente hasta solemne que asociamos a la espiritualidad. Por ejemplo cuando usamos velas, que en Nicaragua se usa en las iglesias, por lo tanto habrá una asociación en este sentido pero también por su propia característica de dar luz, ser el elemento fuego. Pero lo mismo puede suceder con una tela que “sentí que me transportaba a otra esfera” o al cerrar los ojos y escuchar hacia adentro.

En los grupos se desarrollan diferentes rituales. Como se mantiene la estructura de bienvenida, desarrollo y una despedida, ya esta secuencia por sí misma crea un ritual. Las repeticiones, la simbología, los gestos, cantos, saludos, palabras, se convierten en rituales. No como obligación o monotonía que pierde su sentido, si llegamos a este punto es el momento de cambiar o transformar y resignificar.

En el grupo de teatro informal por ejemplo se estableció traer algo de comer para compartir al final del encuentro. Compartir comida, brindar, celebrar es un ritual de este grupo.

En nuestro grupo de psicodrama el ritual de cierre muchas veces ha sido un canto, porque tenemos esta herramienta, y nos sentimos, conectarnos con la voz, a través de una canción que nos significa algo.

¹⁴⁷ Taller mujeres Las Malinche. 2016

Para el aniversario de María Cavalleri, un ritual que hacemos cada año en febrero para recordar su partida, el grupo informal creó en 2019 después de un año de represión, asesinatos y amenazas constantes, una obra de teatro de ritual, donde la gente podía participar. Como una manera de volver a conectar con la vida, en medio de tanta muerte, de desahogar las rabias y los dolores, las pérdidas, de cargar energía, de agradecer, compartir, sembrar algo nuevo, tener esperanza.



foto¹⁴⁸

¹⁴⁸ Foto de ritual teatro 2019. Actividad memoria de María

Para sentirnos mejor, para nuestra salud



“Vamos decime contame, hay que sacarlo todo afuera,
para que adentro nazcan cosas nuevas
Fragmento de la canción Soy pan, soy más

Partimos de un concepto de la salud integral e integrado, donde interactúan el cuerpo, las emociones y la sociedad con sus valores, políticas, derechos, justicia, cultura.

Trabajar a partir del cuerpo, darnos el tiempo para sentir y percibirnos a nosotras mismas, vivenciar y expresar, nos alivia, entender mejor lo que nos pasa, sale al consciente aspectos inconscientes y podemos transformarlo.

Foto ¹⁴⁹

Trabajamos sobre todo a través de técnicas psicodramáticas y teatro espontáneo, y TE comunitario. Al poner en escena los problemas, las situaciones, personificarlos, jugar un rol, y poder experimentar de transformarlo en escena me abre posibilidades para transformarlo en la vida real. En los modelos de salud y salud emocional tan dependientes de un sistema y de profesionales abre un espacio de autocuidado, saberes propios y saberes colectivos para poder mejorar y estar más sanas.

Una de las formas de trabajar las molestias y dolores es a través de la construcción de máscaras, representar este malestar o dolor con una máscara y ubicarla en la parte del cuerpo donde sentimos la molestia. Dar vida a la máscara, hablar como este dolor, qué quiere, por qué está ahí. Interactuar con otros dolores, permite a través del juego buscar alivio, salidas y propuestas para mejorar

“Siento que represento una realidad y eso me alivia. Es un desahogo, ya saqué lo que ando ahí y me perjudica. Ya estoy limpia, liberada”.¹⁵⁰

“Sientes este “torozón” en la garganta y lloras y cuando te percatas ya te liberaste. Te da dolor de cabeza y luego la mente queda despejada”.¹⁵¹



Foto ¹⁵²



Otra forma de trabajarlo es a través de proceso grupal más amplio, trabajando con los símbolos, como la marea verde, que nos conecta en ser pertenencia, en colectivizar nuestros problemas y derechos a la salud. Se relaciona con el ser red y sacar afuera a lo público nuestras demandas.

¹⁴⁹ Promotora de salud. Taller sobre cómo reacciona nuestro cuerpo. Las máscaras de nuestros dolores y el cuidado

¹⁵⁰ Lourdes, Promotora de salud, Comunidad Jucuapa

¹⁵¹ Teófila, Partera rural, Comunidad El Quebrachal

¹⁵² Actividad con mujeres rurales comunitaria. 2019

La acción hacia afuera

Un método que borra fronteras

Relación con los movimientos feministas y organizaciones sociales

El punto y raya entre tu pueblo y mi pueblo
ha sido inventando para que mi hambre y la tuya estén siempre separadas.

Fragmento adaptado canción punto y raya.



Foto ¹⁵³

Trabajamos con las personas excluidas de este sistema patriarcal, colonialista y capitalista. Es decir queremos que no existan fronteras internas o externas machistas, racistas, acumulativas extractivistas a costa de la destrucción de las personas y los territorios.

"Crea solidaridad, porque sabemos que podemos contar con ustedes, sentimos que tenemos los mismos objetivos el mismo lenguaje". ¹⁵⁴

Con el teatro se traspasa la frontera de la desinformación, de la manipulación de la gente más desposeída, porque permite mostrar, ver, descubrir lo que vivimos y que a veces silenciamos, o vernos reflejadas en unos personajes y vincularlo con nuestras realidades.

"Ha significado que las personas sientan y tomen conciencia de los problemas, es como un resumen de los temas que trabajamos pero desde lo vivencial y las mujeres mucho más tarde recuerdan los personajes". ¹⁵⁵

Trabajar en diferentes lados del mundo nos permitió evidenciar las mismas estructuras profundas del patriarcado que vivimos a la vez que muestra la diversidad de nuestras vidas. La creatividad, el reconocernos en nuestras identidades diversas ha tejido redes solidarias.

La sencillez de nuestra propuesta tiene en países enriquecidos un efecto más grande, porque les hace cuestionar el uso de los recursos, aún más en tiempos de crisis. Además cambia la relación Norte –Sur. En la construcción eurocentrista y colonialista se interioriza que es el Norte que "enseña", "ayuda" al Sur empobrecido. En este caso es el Sur, las mujeres del Sur, las experiencias del Sur que llegan al Norte para compartir nuestra propuesta colectiva creativa y feminista.

En los años 80 evidenciar la violencia en España por ejemplo era cosa de unas pocas mujeres, mientras en Nicaragua, a través del teatro con la obra "Y ahora qué hacer" se

¹⁵³ Acción teatro de calle, derecho a vivir sin violencia. Managua 2016

¹⁵⁴ Silda Leyton, ADIC

¹⁵⁵ Susy Martínez, Xilonem

pudo realizar una investigación acción que permitió hacer la propuesta de ley contra la violencia.

También en aquellos años a nivel legal, y en protocolos de atención integral de la salud de la mujer estaba más avanzada. Nuestra propuesta es valorada a nivel de contenido y de calidad, pero también a nivel económico. Cambia las relaciones de verticalidad hacia una relación más equilibrada. Es poner en práctica otra forma de solidaridad y sororidad.

Pero el Norte y el Sur no son solamente lugares geográficos, sino también tienen un lugar a lo interno, individual, por ejemplo entre edades.

"Todo el mundo puede ser creativo. Se puede trabajar de la misma manera con niñez, jóvenes y mujeres adultas. Hay temas como las relaciones de género que se pueden trabajar con todas y tanto la niñez como las mujeres llegan a las mismas conclusiones".¹⁵⁶

A través de la propuesta creativa fortalecemos redes feministas, redes con el movimiento social, creando acciones conjuntas, diseñando campañas como por ejemplo contra el abuso sexual, incorporando esta forma de trabajar en los foros, jornadas, encuentros, internacionales. Como un abrazo a las diversidades y al convencimiento de que los cuidados deben estar en el centro.



157

foto¹⁵⁸

¹⁵⁶ Doribel, bibliotecaria y Animadora socio-cultural, Comunidad El Matasano

¹⁵⁷ Documento que recoge las historias y relatos de las mujeres de las comunidades a través del teatro espontáneo comunitario. <https://www.cmmmatagalpa.org.net/images/stories/publicaciones/Hacemos%20camino.%20recuperando%20la%20historia-2.pdf>

¹⁵⁸ Clausura de año de la organización de mujeres rurales. Cierre de sesión de teatro espontáneo comunitario

Compartiendo un ejemplo del trabajo de las mujeres de Mataró – Cataluña-España 159

Un grupo de mujeres de un barrio obrero con muchas habitantes llegadas de diferentes partes del mundo nos propusieron hacer un trabajo creativo con ellas y nosotras les propusimos salir a la calle creando una acción contra la violencia de género en el marco del 25 de noviembre. Esto fue en el año 2008.

Desde entonces se desarrolla la misma performance casi a la misma hora en Mataró y en Matagalpa, cada grupo con su toque contextualizado en su entorno. (ver foto acción con sombrillas como símbolo protector). Saber que se realizan las mismas acciones, paralelas en distintos territorios, conectadas, nos hace sentir más fuertes, que nuestra voz hace eco en otros sitios, a la vez que somos eco. Conectamos con las raíces de sororidad, desde la orilla. Porque hay que recalcar que esta conexión se ha dado en tiempos anteriores al boom de las redes sociales y desde un pueblo en la montaña de Nicaragua con un barrio obrero y de migrantes en una ciudad periférica de Catalunya.

“La llegada del CMM, a la Vocalía, fue como un remolino que nos envolvió a todas; y cuando digo a todas, me refiero también a otras Vocalías y Entidades de Dones de Mataró. Los talleres de Teatro Social nos han posibilitado organizar acciones en la calle de carácter reivindicativo como son: la lucha constante y permanente por los derechos de la mujer y la denuncia y rechazo a la violencia machista. Las acciones en la calle nos han hecho visibles como colectivo de mujeres organizadas. También han facilitado la coordinación, la unidad y el fortalecimiento de Entidades de Mujeres en Mataró”.¹⁶⁰



Foto¹⁶¹

Otros ejemplos donde se pueden ver acciones de teatro de calle y talleres

https://www.facebook.com/CCTorreLlobeta/?hc_ref=ARQCXUnOYgxwlatwbH7DLKvbWqbhK-G-Wwy3eI0Jmz4oTxK9VK64qpjuKJzHoJdcbTY1&fref=nf&_tn_ =kC-R

<https://www.youtube.com/watch?v=GgQfAmV4YSE> Taller poesía corporal Graciela Casanova

¹⁵⁹ <https://www.dropbox.com/s/200sg92kma3e9jd/20%20a%C3%B1os%20vocal%C3%ADa%20de%20dones%20de%20Rocafonda%2C%20ultima%20versi%C3%B3n.pdf?dl=0> Documento 20 años de la vocalía de mujeres de Rocafonda. Mataró

¹⁶⁰ Antonia. Vocalía de dones de Rocafonda. Mataró

¹⁶¹ Acción teatro de calle Matagalpa y Mataró 2008. Por el derecho a vivir sin violencia

Se cierra el telón y seguimos



Y a pesar de los pesares tendrás amigas, tendrás amor
Otras esperan que resistas, que les ayude tu alegría
Que les ayude tu canción entre sus canciones

Estrofa canción "Palabras para Julia"

Foto ¹⁶²

Somos una colectiva que se da el espacio para trabajar desde lo corporal, la integralidad, que vivencia y valora los cuidados como parte fundamental de la cultura organizativa. Toda la experiencia metodológica la aplicamos dentro del colectivo, en los autoestudios, en las evaluaciones y planificaciones, en la gestión de conflictos, etc. Porque sentimos útil la metodología, nos aporta de forma individual y colectiva. También para ser consecuentes con la metodología, solamente proponemos hacia fuera, con los grupos que trabajamos, algo que nosotras hayamos experimentado desde dentro.

Expresar desde el propio gesto y vivencia, nos permite ser creativas en nuestras formas de hacer y compartir con otrxs, en la metodología que proponemos de trabajo, en las acciones, programas, en lo cotidiano y en lo estratégico.

Esta forma de trabajo nos permite recoger lo subjetivo, vivencial y emocional de cada persona de la colectiva, trabajar diversos escenarios en momentos de duelos, represión, catástrofes, pandemias.

Calidad humana del encuentro, del abrazo, del vínculo.

Sabemos que no es solamente lo que se propone, lo que se hace. Sino desde qué lugar y para qué.



Experimentar para tener más posibilidades, para abrir las miradas, para establecer diálogos de saberes, para sentir que somos y estamos en interrelación con las otras personas y con la naturaleza, y que nos necesitamos y nos debemos cuidar.

Así que llegamos a esta página y hacemos un descanso, tenemos que cerrar esta función.

¹⁶² Taller interno sobre el trauma. 2018

Siempre cuesta cerrar un ciclo, pero es necesario hacerlo. Sabemos que hay cosas que se nos quedaron en el tintero, nos genera dudas de cómo lo hemos hecho, si hemos conseguido transmitir nuestra forma de hacer, nuestro entusiasmo.

Lo que esperamos es que hayas disfrutado acompañándonos en este camino del recuerdo e historias de construcción colectiva, de creatividad desde la mujeres con mirada y práctica feminista.

Nos gustaría recibir tus comentarios, reflexiones, críticas, inquietudes sobre este intento de reflexionar nuestra práctica y compartirla.

Puedes escribirnos y contactarnos para seguir construyendo juntas, te esperamos.

Facebook Colectivo de Mujeres de Matagalpa-Nicaragua
<https://www.facebook.com/colectivodemujeresdematagalpa/>



163

¹⁶³ Obra "Esto no es un cuento" del grupo de teatro Alcanzando las estrellas. 2019

Anexos



Compartiendo la estructura de una creación colectiva para una acción de teatro de calle

Normalmente lo montamos o en un encuentro intensivo de 6-8 horas seguidas, o en tres-cuatro encuentros de 2 horas o 2,30 por encuentro. Todo depende de la disponibilidad de tiempo y horario de las personas que participan.

Hacemos una convocatoria abierta, y varia el número de participantes entre 15 a 35.

Tanto si es en un solo día o en varios encuentros el proceso sigue los mismos pasos.

Bienvenida. Presentarnos quienes vamos a iniciar este viaje. Con gesto y nombre.

El encuadre. Que todas las participantes estemos claras de los tiempos, acuerdos básicos, tema a trabajar y como lo proponemos construir, compromisos.

Crear grupo. Dedicamos el primer día o las dos primeras horas a proponer juegos, sociometrias, para fomentar la confianza, la escucha del grupo, explorar el espacio, movimiento y quietud, el ritmo, de la inmovilidad al máximo de movimiento. Mi cuerpo, la dirección, abierto, cerrado, etc.

Explorando sobre el contenido. Las siguientes dos horas o el segundo día lo dedicamos a trabajar individualmente y posteriormente compartirlo en grupo pequeño.

Si es otro día siempre volvemos a la bienvenida y conexión con el grupo antes de iniciar el trabajo individual actoral.

Solicitamos que cada quien busque un lugar en la sala que le permita trabajar, moverse sin temor a golpearse con la pared o un objeto o con otra compañera. Animamos que sea una posición de pie para activar y si la persona no puede que lo explore sentada en una silla. Ponemos una música, ¿Cómo estoy yo, cómo me siento, cómo lo vivo o lo he vivido? Sea sobre la salud, el derecho a decidir, aborto, diversidad sexual, violencia, ser mujer.

Utilizamos muchas veces explorar en el gesto y la imagen, cómo está mi cuerpo cuando soy agredida, violentada, cuando soy señalada. Busco gestos y posiciones. Escojo uno de estos gestos y lo repito para que me quede interiorizado, y desde ahí pongo una palabra. Con otra música proponemos que se pase de este gesto a explorar cómo esta mi cuerpo cuando puede liberarse, afirmarse, sentirse que decide, segura, y poco a poco transitamos a esta transformación. Y el mismo proceso, fijo una posición y gesto, la repito y desde ahí expreso una palabra o frase.

Explorando el elemento

A lo largo de todos estos años, los elementos para las acciones han sido, cajas de cartón, cajas de verduras, panas grandes de plástico, tablas, palos, escobas, cuerdas, paraguas, flores, bolsas de plástico, piezas de ropa, zapatos, telas de diversos colores, sillas, cintas, elásticos, maletas, canastos con diversos elementos, máscaras, plumas, plástico transparente de pintor, pañuelos diversos, pañuelos del mismo color, tinajas llenas de sal, agua en recipientes, papel de periódico, alfombras, espejos, lanas...

Según el material, lo exploramos desde la textura, el movimiento y poco a poco incorporamos el elemento y somos este elemento, qué me significa, qué me sugiere, qué me evoca en relación al tema que estamos profundizando.

Amasando la acción

El tercer día o las siguientes horas, en grupos de 5 ó 6 comparten sus gestos, sus descubrimientos del elemento y las palabras y entre todas montan una coreografía. Escogen la ubicación, cómo empezar, cómo desarrollar y cómo terminar. Se comparte en plenaria el trabajo de los subgrupos y entre todas proponemos qué imágenes, palabras, gestos nos han conectado con lo que estamos trabajando.

De todos los aportes, las facilitadoras proponen un hilo, se ensaya y se sale a la calle.

Algunos ejemplos que pueden ver

<https://www.youtube.com/watch?v=dAKa-GiuN5Q>. Contra la violencia machista. 2018
https://www.youtube.com/watch?v=5-NTTK0gS_Q Mi cuerpo territorio de resistencia Derecho a decidir Matagalpa 2019

<https://www.youtube.com/watch?v=FSKZOrzGiCO> Acción de teatro de calle. Farmamundi. Barcelona 2016

https://youtu.be/G_uj3EQ8Y5Y Acción de Teatro de Calle Nou Barris, Colectivo de Mujeres de Matagalpa



Compartiendo acuerdos para un proceso grupal



Cuando empezamos una sesión grupal iniciamos con una bienvenida, proponiendo una dinámica o ejercicio de presentación de cada participante de forma creativa.

Después compartimos el encuadre, los acuerdos de cómo vamos a funcionar.

El proceso está basado en la participación libre. Es decir nosotras proponemos unos ejercicios, dinámicas para desarrollar el encuentro, y cada persona lo realiza según sus posibilidades.

Animamos a que en este espacio no se juzga, es decir, no hay nadie que califique, no interesa. Lo que es importante es que cada quien aporte desde su experiencia, sentimiento, hacer, o pensar.

Hablar desde el yo, yo pienso, yo opino, yo siento, yo hago. Y evitar hablar o hacer comentarios sobre lo que expresa otra participante.
No nos tenemos que poner de acuerdo. Tienen cabida todos los colores.

Cada quien transita por el proceso bajo su propia responsabilidad.

Permanecer en el espacio de trabajo durante todo el tiempo que hayamos acordado, en caso que alguien tenga que ausentarse porque está en mal estado, tiene una situación familiar que lo comunique al grupo, pero no cortar un ejercicio a dos o grupal y ausentarse sin avisar.

Comprometerse con el grupo. Es importante la presencia de todo el grupo durante el proceso establecido, la ausencia de una participante necesita dedicar un tiempo a reacomodar el grupo y genera un movimiento de sentimientos.

Confidencialidad, todo lo que ocurra en el espacio pertenece al grupo, ninguna participante hablará de lo que ha ocurrido, dicho, hecho o sentido otra persona participante fuera de este espacio.

El teatro espontáneo en tiempos de confinamiento por el COVID 19

Elaborando este documento, nos confinó la pandemia del covid-19. Y desarrollamos una experiencia de Teatro espontaneo en linea. Primeramente se desarrollo con el grupo de Tetaro espontaneo momentaneo y posteriormente con el grupo de Teatro espontaneo Emocionarte, un espacio puente y de abrazo entre personas vinculadas con Nicaragua en diversos territorios.

Compartimos aquí un artículo que escribimos como Teatro Momentaneo, porque es parte de nuestra historia..



El grupo Momentaneo un espacio para mujeres, hacia dentro y hacia afuera. En un barrio de Barcelona, en un centro social comunitario, que permite contactar, compartir nuestras propias historias y las de otras, para sentirnos mejor, transformar lo que no nos gusta de nosotras y del entorno.

Es con este grupo que hemos entrenando en el confinamiento y nos ha permitido poder mantenernos comunicadas en la distancia. Compartimos el documento elaborado. Nosotras que nuestro trabajo grupal está fundamentado en el con-tacto cuerpo a cuerpo, en el grupo, en la creación colectiva, en el cuerpo en acción, nos encontramos separadas cada quien entre cuatro paredes. Ahí surgió la iniciativa de encontrarnos a través de on-line, queremos compartir nuestra experiencia y reflexiones.

Ventanas

Compartiendo las primeras experiencias de Teatro espontáneo on-line El confinamiento nos toca también al grupo de teatro espontáneo, "Teatro momentáneo" de Barcelona. Somos un grupo de teatro espontáneo de mujeres de diversas edades, orillas profesionales (salud, educación, psicología, social, arte, cooperación...) que exploramos desde lo corporal y grupal nuestras historias de vida y la de otras personas que las comparten con nosotras a través de funciones abiertas. Hace unas semanas comenzamos a reunirnos virtualmente porque nos hacía falta el grupo, necesitábamos del encuentro.

Nos reunimos por Jitsi, una aplicación gratuita y de software libre, donde cada persona aparece en una ventana en pantalla, puede verse a sí misma y las demás. También hemos participado en algunas presentaciones de teatro playback y teatro espontáneo en estos días que han ofrecido diversos grupos de diferentes lugares.

Compartimos aquí algunas ventanas que se nos están abriendo, conscientes que apenas nos estamos asomando y que se trata de unas primeras impresiones y no de afirmaciones y aciertos.

Ventanas que se abren...

¡Qué emoción cuando en la pantalla oscura se abren las ventanas una por una y van apareciendo las compañeras del grupo! El corazón se alegra, las caras sonríen, nos sentimos cerca aún estando lejos. Hay que decir que somos un grupo que nos conocemos, que hemos trabajado y compartido juntas desde hace más de 2 años de manera regular. Se refuerza el grupo porque sentimos necesidad de encontrarnos, como un espacio vital a sostener aún en la distancia. Queremos transitar este momento extraordinario en nuestras vidas, juntas, compartir lo que nos pasa en la forma que lo hemos hecho hasta ahora, a través del teatro espontáneo. Es la posibilidad que las mujeres por ejemplo que trabajan en salud puedan desahogarse del estrés, de las imágenes que persiguen en la noche; las que trabajan en casa pueden compartir las dificultades y aciertos, las que no tienen trabajo sus angustias y las nuevas posibilidades que se abren.

...y se cierran

Lo virtual ha permitido que integrantes del grupo que están fuera del estado español se han podido sumar, lo que no pueden hacer con los encuentros presenciales. Por otro lado hay mujeres que por cuestiones tecnológicas, por aumento de carga de cuidados, trabajo en sanidad, etc. no pueden participar. Así que mientras unas ventanas se abren, otras se cierran.

De ventana a ventana

Igual como en los encuentros físicos, lo que hacemos es compartir lo que nos pasa. Cómo llegamos, cómo estamos en este momento, una situación o una sensación que queremos compartir y las otras la representan con movimiento, sonido, emoción. Poner palabras a lo que nos pasa, sentirse escuchada, y luego poder ver lo que está invisible en tu interior, permite poder comprender algo sobre lo narrado. Hasta aquí el mecanismo del teatro espontáneo funciona, muy similar tanto en lo presencial como en lo virtual.

Ventana, no escenario

La diferencia reside en que no es teatro directo, no hay escenario colectivo, sino espacios individuales con cámaras y micrófono y la pantallas colectivas, pero fragmentada en ventanas. Cambia el lenguaje. Vemos la representación en paralelo, en diversas ventanas, que recuerdan a las instalaciones de arte moderno, a las performances, que trabajan desde la multiplicidad. Pero no hay conexión, contacto y respiración conjunta entre las personas actrices.

Eso significa una nueva exploración artística, emocional, grupal.

Vamos a retomar los elementos que componen esta idea "ventana, no escenario" y algunas preguntas y experiencias que nos surgen:

Escenario individual

¿Cómo crear un escenario propio cada quien en su casa? ¿Qué luz, espacio, silencios, intimidad tengo? Aparecen elementos como una cama, una mesa, sofá, cestos, peluches etc. elementos que en el teatro espontáneo de escenario colectivo no las encontramos y que nos proporcionan nuevos juegos. ¿Qué significa jugar desde la intimidad de tu casa? ¿Queremos buscar la neutralidad del espacio como en una función de teatro espontáneo? ¿Cómo dispongo mi cuerpo en esta intimidad? ¿Cómo hago teatro espontáneo desde el sofá?

La cámara

Es diferente actuar frente a la cámara, con la cámara y hacer como si no estuviera la cámara.

¿Qué relación establecemos con la cámara? ¿Qué me significa tener este “ojo” que me conecta con las otras? Ahí el cambio de rol nos puede dar luces, para transitar la relación con este objeto.

La pantalla es un espejo

En todo caso en el encuentro virtual, vemos lo que estamos haciendo. No somos solo espejo para la historia de la narradora, sino también para nosotras mismas.

¿Con qué mirada me miro? Hasta en las videoconferencias más oficiales vemos el impulso de arreglarse al verse en la pantalla-espejo. El espejo apela a nuestra “apariencia”, a lo que tengo que arreglar para mostrar, a mostrarme y darme el visto bueno.

“Ser” en vez de “parecer” es el reto cuando hacemos teatro espontáneo; buscamos las emociones reales, no fingimos. ¿Cómo construimos esto frente a la pantalla-espejo?

A diferencia del presencial donde te ves a través de la otra, aquí hay la posibilidad real de verte, de mirarte, es un desde fuera-dentro que estamos explorando.

Ahí toca también la cultura del selfie, la pose, lenguajes colectivos, técnicas para hacer la toma, etc.

Pantalla colectiva – fragmentada

El gran reto es cómo construir “pantalla colectiva” a partir de estas ventanas individuales. En nuestra experiencia es interesante si jugamos desde lo fragmentado, un collage. En el teatro espontáneo la creación colectiva es fundamental. Cada quien aporta un pedazo y desde esta diversidad se construye la imagen, la historia. El teatro espontáneo, el psicodrama como método grupal se rige por el principio de interdependencia. En la pantalla ocupamos lugares individuales remarcados, cada una en su ventana. Cómo interactuamos con las otras, cómo escucho al grupo desde mi escenario individual, conectada por una simple cámara, viéndome a mí misma. Cómo dejo lo individual y me concentro en lo colectivo, cómo doy foco al protagonismo. En stop, cerrando la ventana, tapando y dejando en oscuro la ventana, saliendo del espacio de la cámara. Tengo que ver, escuchar, parar, ceder, potenciar a las otras y mi juego, igual que en la escena física presencial.

Jugar a ventanitas

Para nosotras esta nueva forma nos proporciona nuevos juegos y ganas de experimentar. Uno de los mayores juegos es con el espacio en relación a la cámara. Es interesante que lo virtual que nos sirve para acercarnos cuando estamos lejos, también nos invita a jugar con la distancia; ponernos cerca, lejos o desaparecer.

Por ejemplo en una narración sobre el cambio que hay ahora en las miradas cuando nos cruzamos en las calles, acercamos nuestros ojos a la cámara para que solo se vea la mirada. Se dio una manera de maximizar la emoción.

Por otro lado, acercarse hace ver detalles y fragmenta el cuerpo y permite verlo como una columna, un nudo, un paisaje, abre nuevas perspectivas estéticas y emocionales.

Las distancias se maximizan en el espacio virtual. Alejarse un metro da la impresión de una distancia muy grande. Es interesante jugar con estos diferentes niveles.

Lo más fuerte en nuestra experiencia es cuando se sale de la ventana, significa desaparecer. Se abre de golpe un espacio vacío que puede ser ocupado por una gran diversidad de sentimientos y expectativas. Es como el silencio en la música, un vacío en la imagen, pero llena.

Nuestro acercamiento a lo virtual ha sido desde la espontaneidad. En un encuentro a una compañera no le funcionaba el micrófono. Entonces decidimos apagar todos los micros y ponernos en igualdad de condiciones. Las historias eran narradas escribiéndolas por el chat, así como algunas indicaciones, como la forma de devolver se escribían si eran necesarios. A parte de la excitación de un juego nuevo, se estableció un silencio que focaliza más la conciencia del cuerpo, que incluye una espera expectante del relato que aparece y de mayor profundidad de conexión ya que no pasa por la palabra.

Mirada feminista desde la ventana

Desde el feminismo, como desde otras muchas visiones sobre el mundo, estamos trabajando sobre la idea de la interdependencia y los cuidados. Pensamos que esta conciencia y práctica, consonante con los métodos de trabajo grupal, emergen con fuerza en estos tiempos de aislamiento y de búsqueda obligada o voluntaria de otras formas de convivencia, de colectividad, de cuidarnos grupalmente.

Hacer teatro espontáneo on-line es la forma que como grupo hemos encontrado para seguir transitando y tejiendo la vida juntas, por elección, porque con este espacio construimos salud y bienestar.

Algunos de los títulos de las sensaciones y relatos compartidos en las sesiones on-line

"Me reencuentro y sentimiento de pertenencia"

"Necesito conectar con el juego"

"Que lo esencial esté en mi vida"

"Alegría interior más auténtica"

"La semana pasada murió mi abuela"

"Quiero verles los ojos y una canción"

"Como me gusta sentirme valorada"

"Estoy aprendiendo a distanciarme, y contenta de poderlo hacer"

"Llevo unos días que estoy improductiva"

"Un ruido interno por no poder regresar a Nicaragua"

"Me gustaría estar en la calle abrazando a mis amigas, pero tengo más tiempo para disfrutar"

"Estoy existencial, qué he venido a hacer en la vida, ¿será que la estoy dejando pasar?"

"Afectada por el 5G o por el punto G"

"Siento la calma y ritmo de la naturaleza en mí"

"Hay un amplificador de todo lo cotidiano"

"Alegría en veros y saber que estáis"

"Un espacio para expresar desde el sentir, poder dejar/soltar y sentir que se acoge"

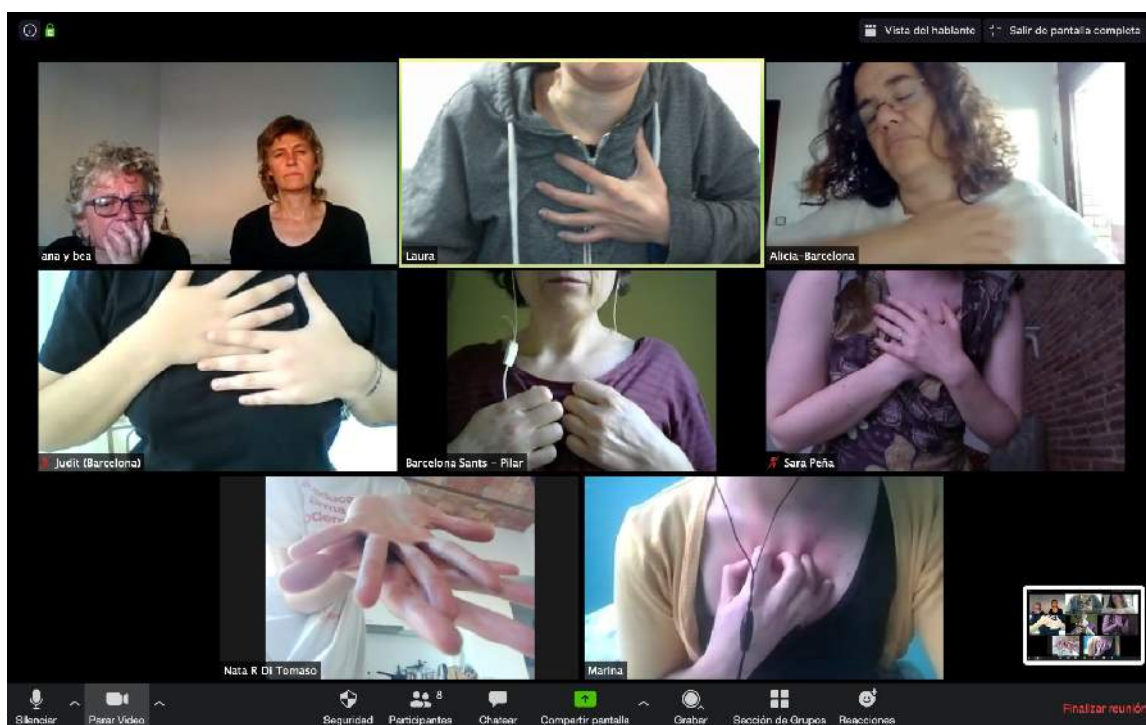
Para nosotras es importante y posible hacer teatro espontáneo on-line porque funciona. Sin embargo estamos claras que en lo estético, en la forma no es lo mismo, y que un espacio no puede sustituir al otro.

Si bien echamos de menos compartir espacio, tocarnos, el con-tacto, sentarnos unas al lado de las otras, estamos aprendiendo a construir con lo que tenemos, la virtualidad. Construir ventanas colectivas desde la intimidad de las casas, ventanas que se abren y se cierran, ventanas que siguen compartiendo desde la emoción y el cuerpo a pesar de las dificultades... Esa, quizá, sea una clave del teatro espontáneo, construir comunidad aún en los contextos que parecen de aislamiento. Ahí vamos aprendiendo.

Grupo de teatro espontáneo Momentáneo, Barcelona

Ana Ara y Bea Huber

Abril 2020



Resonancias del grupo de Teatro espontaneo Emoción-ArT.E

“Me identifico enormemente con las funciones de Teatro espontáneo en línea desde acá. desde Nicaragua. nos ha significado encuentro, conexiones, unir – nos con tantas personas en el exilio, con migrantes desde tantos años, aperturar y garantizar ese espacio de conexión y acercamiento entre los mundos y las personas. Poder visitarles en sus casas y que nos permitan entrar.

El poder trabajar todo el grupo juntas, estando algunas fuera forzosamente.” Leo

“Me encanta que las fotografías van acompañadas de frases poéticas que hemos utilizado en el teatro para esas duras realidades narradas desde las mujeres y con esta foto me recordé de Mercedes Sosa: “Quien dijo que todo está perdido, yo vengo a ofrecer mi corazón” y porque todo nuestro arte pasa primero por el corazón.” Fany

Todo pasa y todo queda
Pero lo nuestro es pasar
Pasar haciendo caminos
Caminos sobre la mar.

