

## Ferial de Aguascalientes 2019

### “El Sabor del Viento”

#### Propuesta

#### Espacio – Ambiente – Habitable

Todo espacio es un ambiente; todo espacio – ambiente es una composición, con objetos y sus relaciones; esta composición se encuentra con otras composiciones con sus objetos y sus relaciones; este encuentro provoca una relación = una composición, y el uno se vuelve dos y el dos cuatro y el cuatro ocho y así... Tú mismo eres ya una composición.

¿En qué relación te encuentras ante tu propia composición o ante otra composición?

¿Cómo vives espacio – ambiente?

En “El sabor del viento” estaremos construyendo un espacio – ambiente, que habitaremos durante los días de proceso creativo y hasta llegar al fin de nuestra temporada de funciones, ofreciendo a nuestros invitados la posibilidad de tomar sus lugares en la sala del teatro y sentir, junto con nosotros, la experiencia de habitar un espacio – ambiente.

Ahora, dentro de la frase “Espacio – Ambiente – Habitable”, es quizás, “habitable” la palabra clave en la que vale la pena reflexionar y aclarar un poco más lo que queremos decir.

Porque los espacios están ahí con sus características y podemos, siendo pasivos, simplemente habitarlos, pero también podemos hacerlos habitables con nuestros motivos, es decir, somos nosotros los que habitamos y creamos los ambientes, eres tú, el que habita ese espacio y la manera cómo hacemos esto depende en gran parte de nosotros.

El Dr. Moshé Feldenkrais nos invita a reflexionar lo siguiente:

*Considerar que “el tiempo es dinero” constituye, como es obvio, una actitud positiva para los negocios o el trabajo. No es tan evidente la infelicidad que la misma actitud causa en el amor.*

*A menudo cometemos errores: trasponemos de una actividad a otras actitudes que no hacen de la vida lo que podría ser.*

*Es evidente que el romanticismo es hermoso. El amor romántico es encantador, pero no tanto si una de las partes tiene la mente puesta en el dinero y la otra es romántica. Con el tiempo esta relación terminará en el consultorio del psiquiatra o en el despacho de un abogado.*

*Muchos de los problemas de relación se producen cuando inadvertidamente se transfieren buenos hábitos mentales a situaciones donde dichos hábitos no sirven. En cierta medida nos comportamos como si los buenos hábitos siempre fueran buenos. Pensamos, o más bien sentimos, que no es necesario que nos preocupemos por comportarnos de otro modo. No es tan evidente que los buenos hábitos pueden hacernos desdichados: se trata de una verdad esquiva. Y sin embargo, la habitual falta de libre elección es muchas veces – o mejor dicho, casi siempre – desastrosa.*

*Si alguna vez tropieza con algo evidentemente nuevo para usted, por lo menos en su aspecto externo, por favor deténgase por un momento y reflexione. Idear nuevas alternativas contribuye a que seamos más fuertes y sabios.*

*Creo que conocerse a sí mismo es lo más importante que un ser humano puede hacer en su favor. Pero, ¿cómo puede una persona conocerse a sí misma? Aprendiendo a actuar, no como debería hacerlo, sino como en realidad lo hace. Tenemos grandes dificultades para diferenciar entre lo que hacemos como deberíamos y lo que queremos hacer con nosotros mismos.*

*¿Está usted satisfecho con su postura? ¿Con su modo de respirar? ¿Con su vida? Es decir, ¿tiene la sensación de haber sacado el máximo provecho de su potencial genético? ¿Ha aprendido a hacer con usted lo que desearía hacer? ¿Padece dolores crónicos? ¿Lamenta no haber podido llevar a cabo las cosas que le habría gustado realizar? Creo que lo que usted desea en secreto no es inalcanzable: todos podemos vivir como desearíamos hacerlo. Sin embargo si no sabemos qué representan nuestros actos no nos será posible hacer lo que deseemos.*

Así que, ¿cómo puede una persona conocerse a sí misma?

Y ahora, más preguntas; del texto de Yván Joly, “algunas paradojas y algo más.....”

*La mayor parte de los fundamentos biológicos de nuestra vida están fuera del marco de nuestra conciencia.*

*¿No le parece intrigante que, a pesar de nuestros largos años de estudio y de los supuestos avances de la civilización, la mayoría de nosotros tengamos poca conciencia de cómo mantenemos, por no decir creamos, nuestra vida en nuestro cuerpo?*

*Por ejemplo: si tiene miedo, ¿dónde y cómo sucede esto en su cuerpo?, ¿puede hacer algo para tener aún más o menos miedo? Cuando levanta su brazo para alcanzar algo en los estantes superiores de la cocina, además del brazo, ¿qué movimiento realizan sus costillas y su esternón?*

*¿Cómo sabemos lo que hacemos en nuestros cuerpos? ¿Cómo podemos aprender más acerca de nuestro proceso corporal?...*

*El movimiento es lo que caracteriza a la vida. Movimiento es también lo que caracteriza a la materia cuando la estudiamos a profundidad.*

*No hay vida sin movimiento.*

Al parecer, la mayor parte del tiempo no nos damos cuenta de cómo nos encontramos ante nosotros mismos, ni en relación con el medio que nos rodea, ni siquiera con las personas con las que convivimos más cercanamente, es decir, pocas veces estamos realmente presentes en cada momento.

Ser humano, estar vivo, es estar siempre en una situación, un contexto, un mundo. No hay en nosotros nada que sea objeto de la experiencia y permanezca constante o independiente de las situaciones.

La práctica de “habitar el espacio” es muy sencilla, simplemente durante tu ensayo, de cada día, toma un momento para poner atención a tus sensaciones; cómo te sientes acerca de lo que estás realizando en ese preciso momento. Ya sea que hagas un zapateado, una elongación o una suspensión, un gran salto o un gesto armonioso y delicado. Ya sea que estés memorizando una secuencia corporal o un trazo coreográfico o que estés encontrando la interpretación en ti para algún personaje; simplemente pon atención a tu sensación. No a tu pensamiento, no expliques lo que Es, sino siente lo que ES.

Cómo sientes desde el interior ser un puma, una vaca, un buey, un venado o un coyote, o ser un pájaro o una mariposa, que sientes al ser una flor o una campesina, un campesino o un arriero, una lechuza o una araña. Y cuál es la sensación al darte cuenta que a tu lado hay alguien más que también está sintiendo en ese mismo momento algo, quizás te está sintiendo a ti.

Todos nosotros tenemos la capacidad de poner atención a varias cosas a la vez y desarrollamos la sensibilidad para detectar a detalle lo que sucede a nuestro alrededor. La telepatía escénica es una agradable sensación de comunión y plenitud que se alcanza al estar presente, no con el pensamiento ni a través de los juicios, sino al notar nuestras sensaciones, al habitar el espacio en presencia plena. Es pura experiencia.

El espacio – ambiente – habitable está lleno de momentos, que se suceden unos a otros, formando un río de contenidos, que vamos descubriendo en el preciso instante en que se forman, es decir, en el ahora; sólo estando en presencia plena podemos unir o dar forma a la imagen completa, al cuadro completo del que a su vez formamos parte.

Es entonces cuando entendemos lo que estamos haciendo, cómo actuamos y cómo podemos, desde nuestra participación, mejorar la imagen o en este caso, nuestra historia.

Vivir espacio – ambiente – habitable en conciencia abierta, sintiendo, es nuestro reto de cada día, de cada ensayo y de cada función, permitirnos el encuentro, ahora, es = una relación = una composición, y el uno se vuelve dos y el dos cuatro y el cuatro ocho y así...