

**Celina Hurtado**



***GESTORAMAS PARA LA FE***

**Buenos Aires  
Fundarte 2000**

**Celina Hurtado**

**GESTORAMAS PARA LA FE**

Hurtado, Celina

Gestoramas para la fe / Celina Hurtado. - 1a ed. - Ciudad Autónoma de Buenos Aires : Fundarte 2000, 2024.

Libro digital, PDF

Archivo Digital: descarga y online

ISBN 978-950-9759-23-7

1. Artes Escénicas. 2. Cristianismo. I. Título.

CDD 792.62

Imagen de tapa: Gustave Doré, *Estampas Bíblicas*, n. 1

Todos los derechos reservados

Prohibida su reproducción total o parcial sin autorización escrita

© Fundarte 2000

M.T. de Alvear 1640 1ª E – 1060 Buenos Aires e.mail

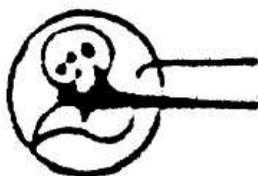
fundarte2000@yahoo.com.ar

Impreso en Argentina

Queda hecho el depósito que marca la ley

**Celina Hurtado**

**GESTORAMAS PARA LA FE**



**Buenos Aires  
Fundarte 2000**



## **Presentación**

¿Qué somos? Cristianos.

¿Qué es un cristiano? Aquel que confiesa que Jesús es el Cristo.

El primer acercamiento a la fe cristiana se da a través de Jesús, tal como lo presentan las Escrituras, y en especial los Evangelios. Puesto que lo esencial del cristianismo es confesar que Jesús es el Cristo (el Mesías Salvador), la expresión de la fe debe comenzar de este modo concreto, y no por símbolos abstractos y conceptuales. El pueblo sencillo no recibió el Mensaje a través de explicaciones teológicas, sino en la mostración misma de Jesús actuando como salvador, puesto que no son otra cosa los relatos evangélicos. Las enseñanzas de Jesús, y luego de sus discípulos, fueron prácticas, aun en el caso de las parábolas.

Nuestra propuesta de expresión de la fe tomará, pues, lo esencial del cristianismo, que es la figura de Jesús, tal como lo muestran los Evangelios, y de su Iglesia tal como se ve en el resto del Nuevo Testamento.

En una segunda etapa, quienes ya estén familiarizados con esta forma de vivir y vivenciar la fe, podrán mostrar expresivamente otras verdades a las que el cristiano accede a través de Jesús, pero que son comunes con otros credos, como la figura del Padre y del Pueblo Elegido de Israel, es decir, el contenido del Antiguo Testamento.

En una tercera etapa, pueden aún expresarse otros elementos de la fe en la posterior elaboración de la Iglesia.

La parte práctica de la expresión de la fe está precedida por una serie de ejercicios preparatorios, que a su vez son acumulativos. Se inician con las técnicas más sencillas de expresión, sin manejar conceptos abstractos. Se dan indicaciones básicas sobre el manejo del espacio y del movimiento, que

pueden ser completadas y ampliadas en un curso común de expresión corporal, lenguaje corporal o danza. Los ejercicios que proponemos en la parte preparatoria pueden ser realizados por quienes no tenga ninguna preparación corporal previa. No obstante, algunos de ellos, precisamente los dedicados al trabajo corporal de los principiantes, pueden ser omitidos por quienes tengan experiencia en el trabajo corporal. Del mismo modo, los ejercicios más sencillos de expresión pueden ser obviados por quienes hayan hecho alguna práctica teatral. En cuanto al trabajo con el espacio y el movimiento, naturalmente pueden ser omitidos por quienes practiquen danza o tengan conocimientos de coreografía. En cambio los ejercicios de expresión especial, que apuntan a los aspectos específicos del mensaje cristiano, deben ser realizados por todos.

Este libro no tiene ninguna imagen o fotos de realización de los gestoramas, y esto es una decisión que apunta a motivar (y hasta exigir) a los grupos que se inicien en esta práctica, a que realicen sus interpretaciones sin la tentación de la copia. Considero que las explicaciones las sugerencias son suficientes para que cada grupo, con su coordinador, se expresen en forma auténtica, conforme a lo que el propio grupo sienta y desee expresar.

También se ha decidido omitir las fotos de las posiciones y técnicas de los ejercicios preliminares, con el similar objetivo de no mostrar “modelos” casi perfectos (bailarines, por ejemplo) que corren el riesgo de suscitar comparaciones minusvalorantes, porque cada uno tiene que realizar estos ejercicios conforme a sus posibilidades físicas y expresivas. Se ha preferido, en cambio, como apéndices, colocar al final de cada sección algunos esquemas sencillos y aclaratorios. También se incluyen imágenes artísticas muy conocidas, que muestran diversos tipos y situaciones humanas, incluidas las bíblicas, produciendo un efecto de belleza y catarsis aun en los temas más dolorosos y dramáticos, ya que éste es uno de los efectos que produce una adecuada realización de los gestoramas. No se incluyen para copiarlas sino como motivación suplementaria. Desde luego, el guía o cualquier miembro del grupo puede aportar imágenes motivadoras, así como músicas, todo esto es enriquecedor y bienvenido.

## **Parte I**

### **Ejercicios preparatorios de expresión corporal**

En esta parte no voy a desarrollar un curso de expresión corporal, que debe conocer el coordinador de los grupos de expresión de la fe, y hay además muy buenos libros al respecto.

Por lo tanto, voy a limitarme a un plan general de acercamiento al cuerpo como instrumento expresivo total, incluyendo sus actitudes, la voz, el ritmo, etc.

#### **Plan de los ejercicios preparatorios generales**

- El cuerpo
  - Reconocimiento del cuerpo como totalidad, en reposo y en movimiento, emitiendo o no sonidos.
  - Reconocimiento analítico del esquema corporal:
    - ejes
    - partes
    - subpartes
    - posiciones básicas.
  - Reconocimiento y concienciación de los movimientos que puede realizar el cuerpo
    - en el lugar: de las partes
    - en desplazamiento.
  - Reconocimiento y concienciación de la voz como elemento de expresión, pre-verbal, sus posibilidades expresivas propias y en relación con la expresividad de otros elementos corporales.
  
- Nuestros cuerpos
  - Reconocimiento de nuestra semejanza con los otros seres humanos a

través del cuerpo. Aunque esta segunda parte se expone a continuación de la primera por una cuestión de orden expositivo, los ejercicios se practicarán en las mismas sesiones, puesto que el reconocimiento de nuestro cuerpo individual debe ser simultáneo a la concienciación de nuestra semejanza-relación con los otros.

- Reconocimiento y concienciación de las siguientes relaciones:

yo soy mi cuerpo / tú eres tu cuerpo

mi cuerpo es semejante al tuyo

siento como tú

todos sentimos lo mismo

todos sentimos juntos,

- Práctica expresiva de estados de conciencia y formas de interacción corporal

- Formas de acercamiento

- Formas de contacto

- Formas de alejamiento

- Formas de rechazo.

### **Esquema de una sesión preparatoria a la expresión de un gestorama**

En cada una de las sesiones debemos explorar los siguientes puntos, mediante los ejercicios indicados en la primera y segunda serie (mi cuerpo, nuestros cuerpos) y en la tercera parte de los ejercicios preparatorios (ejercicios de expresión básicos).

Los tres puntos siguientes deben cumplirse en cada sesión, con ejercicios de expresión y reflexión sobre cada uno de los temas desarrollados:

#### **Nuestro yo**

Corresponde expresivamente (como técnica) a los ejercicios sobre el cuerpo y desde el punto de vista de la reflexión deben tratarse los siguientes aspectos:

- integración del esquema corporal con los demás esquemas de la

personalidad;

- expresión de la personalidad a través del cuerpo: autenticidad e impostura (máscara);
- expresiones especializadas (sentimientos, acciones e ideas).

### **Relaciones personales**

Corresponde como técnica a los ejercicios de la serie “Nuestros cuerpos”, y reflexivamente deben tratarse los siguientes puntos:

- Formas expresivas de interacción (valor del gesto no verbalizado)
  - duales (diálogo no verbal)
  - grupales (formación de los símbolos colectivos, sentido de pertenencia a través de gestos simbólicos, identificación, identidad personal e identidad grupal, relaciones y tensiones).
- Formas expresivo-locutivas de interacción.

El lenguaje, sus funciones, el enmascaramiento del esto a través del habla; el lenguaje simbólico; el lenguaje abstracto; la conversión de lo abstracto en concreto y vivencial, lingüístico y gestual.

### **El espacio**

Este nivel corresponde a la relación del yo individual y grupal con otros yo y con todo lo que es no-yo. Por eso se analizarán:

- Relaciones espaciales: yo-no yo (otros yo, cosas)
- Formas de estructurar el espacio
- Desplazamientos y movilidad dentro del espacio.

## PRIMERA SERIE. MI CUERPO

El ser humano, como unidad psicofísica, logra su identidad total en la identificación consigo mismo en cuanto anima corporizada. Por lo tanto, el cuerpo es vivenciado no sólo como una masa, como cuerpo viviente y sensitivo, sino y sobre todo, como cuerpo informado por un alma espiritual que se manifiesta a través de las expresiones corporales. Esta manifestación de lo espiritual en el cuerpo es el “gestorama”, que Bédart, siguiendo la tradición oriental, llamó *mudra*, queriendo indicar el gesto total, la manifestación del espíritu en la sensibilidad material. La civilización occidental, especialmente a partir de la modernidad, ha desenvuelto un esquema cultural dualista, sobre todo en la filosofía de inspiración cartesiana, que separa la materia (lo extenso) del espíritu (lo racional pensante) uniéndolos apenas por un “puente” precario. Lo propiamente humano resulta entonces lo racional superior, y las manifestaciones corpóreas se consideran respuestas automáticas (pensemos en la tesis cartesiana de los “animales-máquina”).

Las consecuencias psicológicas de casi cuatro siglos de esta cultura son incalculables. Sólo a fines del siglo pasado, nuevas filosofías espiritualistas más avanzadas, el progreso de la medicina psicosomática, de la psiquiatría y el psicoanálisis, así como las nuevas concepciones filosóficas sobre la historia y la cultura, han removido (en parte al menos) esta forma de concebir el ser humano, dando paso a un nuevo concepto de las relaciones humanas, en las que el cuerpo juega también un papel protagónico, ayudando al equilibrio de la personalidad.

El cristianismo no ha sido ajeno a estas inquietudes, aunque la recepción de las nuevas teorías fue lenta y conflictiva. Dejando de lado una historia que no es lejana, pero que no nos interesa de momento, podemos afirmar que hoy se reconoce, en todos los ámbitos cristianos, la importancia de la autenticidad expresiva en las relaciones religiosas, y la necesidad de rever antiguos conceptos sobre la liturgia, la oración, la catequesis, el apostolado y en general toda actitud religiosa sincera y profunda. Sobre todo, y esto es

quizá lo más importante para nuestra propuesta, se reconoce la necesidad de la autenticidad expresiva, en el sentido de que los rituales y expresiones de los individuos no deben ser heterónomos, ni psíquica ni culturalmente, para que permitan un real y profundo acercamiento del hombre a los misterios centrales de la religión. De allí la apertura eclesial a las manifestaciones artísticas y culturales actuales, incorporadas a la liturgia, desde los idiomas vernáculos, las nuevas traducciones bíblicas, adaptadas al lenguaje coloquial presente, los cánticos litúrgicos con músicas y ritmos autóctonos, etc. En esta línea se inscribe la propuesta del “gestorama” o expresión total (psico-física, verbal y corporal) de principios, dogmas, enseñanzas o misterios de la fe.

En los primeros tiempos del cristianismo, y aun en la Edad Media, estas manifestaciones expresivas de la fe eran naturales y corrientes, el pueblo sencillo celebraba la liturgia según sus propias costumbres, y como la mayoría no sabía leer ni escribir, y el bajo nivel cultural sólo admitía explicaciones verbales muy simples, la representación de los misterios y verdades de la fe mediante el arte (pintura, escultura, cantos, teatro sacro) era el vehículo más importante de transmisión y enseñanza. De allí la importancia que a todo ello le concedía la pastoral entonces.

Pero nuestra situación es diferente, de ahí que tengamos que recorrer, reflexivamente, el camino de vuelta hacia la expresividad natural del cuerpo. Por eso debemos concienciar el cuerpo como totalidad, sus posibilidades cinéticas y sus recursos expresivos.

## **El cuerpo**

### **1. El cuerpo como totalidad, en reposo y en movimiento**

El cuerpo se vivencia primigeniamente como presencia, como un estar activo. Esta “presencia” puede consistir en hacer algo, decir algo, o simplemente observar lo que pasa, o incluso observarse a sí mismo. Cada uno de nosotros tiene una peculiar manera de presencia, que corresponde a los aspectos particulares de la personalidad. Hay quienes son naturalmente

activos, y su presencia es permanentemente dinámica. Otros son más receptivos y observadores, su función relacional con el mundo no es básicamente la transformadora, sino la conservativa. En primer lugar, pues, cada uno debe autoanalizarse para conocer cuál es su modo básico de “estar en el mundo”. Los ejercicios que siguen procuran presentar algunos recursos técnicos para lograr esto. Para evitar que en esta ejercitación “hagamos trampas”, expresando no lo que somos sino lo que quisiéramos ser, es necesario prepararse logrando un nivel disminuido de identidad, que haga aflorar la expresión auténtica.

### **Ejercicio preparatorio.**

Con poca luz, música suave de fondo a la guía de la voz del instructor o coordinador, cada participante se coloca en cualquier parte del salón y en la posición que desee, cerrando los ojos y aflojando el cuerpo todo lo que pueda. En esa posición se inicia una serie de ejercicios respiratorios profundos, consistentes en:

- a) aspirar lentamente por la nariz en cuatro tiempos (los cuenta el instructor o, preferentemente, los marca con golpes de tambor opaco, con golpes suaves los tiempos de aspiración, marcando más el cambio o retención y expiración);
- b) retener el aire otros cuatro tiempos, tratando de hacer la respiración abdominal profunda, es decir, llevar el aire de los pulmones hacia abajo, aflojando el diafragma (sacando vientre) y luego nuevamente hacia arriba contrayendo los músculos ventrales y el diafragma;
- c) expulsar el aire por la boca en cuatro tiempos, aflojándose más. Es preferible, al comienzo, hacer esto boca arriba en el suelo;
- d) mantenerse sin aire otros cuatro tiempos.

Esta secuencia debe repetirse cuantas veces sea necesario, por lo menos tres o cuatro, combinándose de alguna de estas maneras:

1. Tensionar el cuerpo durante la inspiración y aflojarlo durante la expiración.
2. Moverse en forma expansiva en la inspiración y en forma recesiva en la expiración, hasta lograr la posición fetal en forma natural.
3. Cuando ya se han abordado los ejercicios básicos de interacción, hacer este ejercicio tomados de las manos o abrazándose, todos juntos como si todo el grupo fuese un gran ser animado que respira y se mueva al compás de la respiración.

Como motivación del sentido “ecológico” de “limpiar la mente”, el guía puede ir dando las siguiente consignas (en voz adecuada y no autoritaria):

- *Ahora estoy sintiendo mi cuerpo, cómo penetra el aire a los pulmones, al diafragma, como una corriente azul que me recorre y vuelve a salir.*
- *Siendo el aire que penetra como una energía purificadora que me introduce fuerzas positivas.*
- *Al expirar siendo que arrojó todo lo negativo y enfermo, todos los desechos del cuerpo y del espíritu.*
- *Siento que al recibir el aire tomo fuerzas y puedo moverme hasta la máxima extensión de mis miembros.*
- *Ahora vuelvo a ser el pequeño en el vientre de mi madre, me acurruco buscando el calor materno.*

Cuando está logrado un nivel bajo de identidad, adecuado a la afloración de los aspectos más profundos (no concienciados ni “enmascarados”) del yo, se pasa a los ejercicios de identificación corporal.

## **Ejercicio 1**

En la misma posición en que quedó cada uno al terminar el ejercicio preparatorio, inicia una respuesta corporal no premeditada sobre las palabras que el guía le sugerirá:

a) **El propio nombre.** Se comienza con una improvisación libre de movimientos acompañada con música (elegir una composición que tenga al menos dos ritmos, un *adagio* y un *vivo*) o con percusión. Motivación: buscar los movimientos que parezcan más adecuados a cada uno, aquellos con los cuales se sienta identificado. Luego se introduce el nombre propio. Si se tienen varios, cada uno elige aquel con el que más personalmente (por lo general, el que usan los demás habitualmente para llamarlo, pero puede no ser así). Además de los movimientos ya logrados, el guía debe hacer notar que el nombre tiene por sí sugerencias rítmicas, melódicas y evocativas. Por ejemplo “Susana” es rítmicamente distinto de “Claudia”; “Susana”, “Celina”, “Roberta”, “Renata”, que tienen el mismo ritmo, son melódicamente distintos; “Azucena” y “Soledad” tienen evocaciones diversas. Además de esto el nombre tiene evocaciones personales para cada cual, según cómo lo usan los demás para nombrarnos. De allí la importancia del **nombrar**, que es más que llamar la atención o indicar un objeto. El movimiento debe sugerir las múltiples posibilidades del nombrar, por ahora referidas sólo al propio sujeto.

Las secuencias prácticas son:

- Improvisar movimientos con el nombre, descompuesto en sílabas, ritmado, cantado, gritado, etc., individualmente o en grupo, siguiendo el ritmo de una música dada, y luego sin música ni marcación percusiva.
- Luego cada uno va eligiendo la forma que más le sugiera identidad.
- Finalmente cada uno compone una secuencia en la que debe moverse y a la vez nombrarse al menos una vez.

Para esta forma del ejercicio el tiempo es libre, la utilización del espacio es también libre, y sólo la motivación es dirigida. En general es mejor hacerlo sin música (sobre todo al comenzar el uso de la palabra) y luego de haber hecho una práctica –si la música sigue motivando al grupo o a cada individuo– debe ser elegida por los interesados (el guía puede proporcionar, en caso de necesidad, algunas composiciones para que se elija entre ellas, si los interesados no pueden obtenerla por sí mismos).

**b. Palabras.** Cuando se ha concienciado la importancia del **nombrarse**, pasamos al trabajo de **nombrar**. Nombramos a nosotros mismos como modo de adquirir conciencia e identidad. Nombramos a las cosas para identificarlas. La palabra reemplaza la descripción mímica, pero ésta debe seguir siendo posible para nosotros; hablamos aquí de la mímica natural y espontánea, no del arte del mimo. El guía propondrá palabras en el siguiente orden en las sucesivas sesiones:

- a) sustantivos concretos: “gato”, “nido”, “amor;”, “guerra”;
- b) adjetivos concretos: “blanco”, “dulce”, “horrible”, “bueno”;
- c) pronombres demostrativos: “esto”, “aquella”;
- d) sustantivos y adjetivos abstractos: “humanidad”, “solidaridad”;
- e) sustantivos que expresen realidades espirituales: “alma”.

La mimesis expresiva de estas palabras puede hacerse de dos maneras: una consiste en imitar la forma o estructura de lo nombrado (por ejemplo, de un jarrón o de un nido), otra es expresar la actividad que sugiere (sobre todo los seres vivos) por ejemplo los movimientos de un gato o de un pájaro. Ambas formas también pueden combinarse. Cada uno comenzará como quiera y sólo cuando el guía vea que por sí mismo no llega a elaborar las dos formas ni/o la síntesis, lo motivará para eso.

Este ejercicio tiene una dificultad obvia, que es el pasaje de los sustantivos y adjetivos concretos a los abstractos, mediados por los demostrativos ambiguos, pues no nombran cosas sino que las señalan. Debe hacerse notar que precisamente el “enmascaramiento” verbal aparece cuando el lenguaje racional puede cubrir ambiguamente diversas formas de expresión. Por ejemplo, si el ejercicio toma como tema “gato”, será difícil que alguien lo interprete moviendo los brazos como alas o saltando como una rana. Con pocas variantes, se reproducirán actitudes que todos podemos identificar como gatunas. En cambio, se verá que “solidaridad” ya da lugar a formas más variadas y por tanto ambiguas, y otras expresiones como “humanidad”, “patriotismo”, etc., resultan totalmente ambiguas para el observador. Esta es la primera concienciación expresiva de las facultades enmascaradoras del lenguaje verbal abstracto.

## **Ejercicio 2. Improvisación sobre una noticia del periódico**

Se reparten diarios entre los participantes, cada uno elige una noticia, publicidad, nota, etc., con el tema que prefiera, para interpretarla. Como elemento plástico, para acompañar o apoyar una acción, se deben utilizar los mismos diarios (por tanto, deben ser inservibles), por ejemplo, ponérselo abierto sobre la cabeza a modo de paraguas, construir un palo, una cartera de mujer, un manto, un revólver, etc.

Cada participante hará una interpretación gestual de la secuencia elegida, sin verbalizar, salvo algunos sonidos o interjecciones para apoyar la acción. Los demás miran y deben interpretar el sentido de los gestos. Si aciertan en lo fundamental (coincidencia básica con el tema del periódico) la mimesis ha sido adecuada. Si no, el coordinador debe analizar las causas por las cuales la mimesis no resultó comprensible.

Luego de una práctica individual, se puede pasar a una expresión colectiva. En ese caso los grupos se formarán libremente, de a dos o tres personas (preferentemente no más de seis); está permitido hablar mientras se elige la noticia y para la elección del personaje, pero no para arreglar la forma en que lo representarán, las irán improvisando personalmente. Resultarán también improvisadas las relaciones interindividuales y el efecto grupal.

## **Ejercicio 3. Improvisación sobre una situación propuesta**

En este caso no se trata de expresar una secuencia completa, con un planteamiento situacional, un desarrollo y un resultado o situación final, como en el caso anterior, sino proponer sólo una situación, que incluye personajes determinados. El guía puede hacer una sola propuesta o varias, para que los participantes elijan. Se puede también hacerlo en forma individual o grupal. El participante debe componer su expresión de acuerdo a la situación dada, desarrollándola conforme al tipo humano que corresponda expresar. Por ejemplo, se propone: “un individuo tímido se

encuentra en la calle con un conocido medio bravucón y jactancioso”. En este caso, hay que expresar las dos modalidades con los gestos y actitudes (más que con palabras) que más correspondan al tipo humano escogido. Debe tenerse en cuenta que no siempre quien elige un “papel” lo hace porque se siente realmente identificado con él. Así, no todos los que elijan ser los tímidos lo serán en realidad. Sin embargo, siempre hay una relación, a veces oculta incluso al interesado, entre la elección y su propia personalidad. Por ejemplo, un tímido que no desea serlo puede escoger el temperamento contrario y querer expresar al bravucón. Sin embargo, el guía de gestoramamas debe evitar una excesiva verbalización en la etapa reflexiva, que convertiría al grupo expresivo en uno terapéutico, lo que de ningún modo es finalidad primordial de los gestoramamas. Sin duda una personalidad equilibrada y reflexiva, psicológicamente curada de algunos desajustes, puede ser el resultado indirecto de la expresión de la propia fe, pero ello es un fin circunstancial y no la meta principal del trabajo grupal.

## **2. Reconocimiento analítico del esquema corporal**

Aunque sabemos que el cuerpo no es homogéneo en sus partes y funciones, no siempre lo concienciamos suficientemente y ni siquiera obramos y nos movemos con aprovechamiento máximo de sus posibilidades. La limitación cinética es consecuencia, en parte, de la falta de concienciación profunda de las posibilidades corporales. Estas limitaciones no son iguales en todas las personas. Por ejemplo, hay quienes no conciencian la separación articular entre tronco y cabeza, y se mueven en bloque, por ejemplo girando todo el cuerpo o el torso junto con la cabeza para mirar hacia atrás. Por eso, el primer paso para revertir la situación de desconocimiento del esquema corporal es realizar ejercicios de sensibilización en cada parte.

### **Ejercicio 4. Sensibilización de la cabeza**

Después de haber realizado el ejercicio 1, cada participante elige un lugar y se coloca de pie o sentado, con el torso derecho y la cabeza en línea con el

torso. Deberá concienciar esa sensación de estar erguido; el guía irá marcando verbalmente los pasos del ejercicio.

- Concienciar los músculos del cuello que mantiene erguida la cabeza.
- Aflojar lenta y concientemente esos músculos, permitiendo que la fuerza de gravedad, por sí misma, mueva la cabeza haciéndola caer de costado o sobre el pecho. Es importante que no muevan por sí la cabeza hacia abajo, sino que la dejen caer por su peso y aflojamiento de los músculos.
- Cuando el trabajo anterior está logrado (puede ser difícil para algunos) hacer el ejercicio contrario, es decir, partiendo de la posición de cabeza caída o en relajación, ir tensionando los músculos para erguirla.
- Finalmente, hacer voluntariamente el trabajo de bajar la cabeza con apoyo muscular, y notar la diferencia de los dos casos.

### **Ejercicio 5. Sensibilización del torso**

Este ejercicio sigue la misma dinámica del anterior, sólo que deben dejarse relajados los brazos y la cabeza, mientras se trabaja la relajación y la recuperación del torso. Aunque puede hacerse en posición sentada (preferentemente en el suelo, y con las piernas cruzadas al estilo indio) es mejor, al principio, hacerlo de pie.

- Concienciar los músculos y las articulaciones que unen el torso a las piernas, es decir, la zona de la cintura, especialmente la lumbar.
- Concienciar el eje del cuerpo que pasa por el centro de la cabeza hasta los talones, pasando por la zona del coxis.
- Aflojar logrando que el torso se incline hacia adelante por su propio peso y recuperar la posición por trabajo muscular consciente.
- Bajar el torso con trabajo muscular y concienciar la diferencia.

### **Ejercicio 6. Sensibilización de cintura y cadera**

Si bien estructuralmente pertenecen al torso, o parte principal del cuerpo, desde el punto de vista de la movilidad y el esquema corporal la cadera y la

cintura tienen mucha importancia. De la correcta posición de cintura y caderas depende el equilibrio, la posibilidad de movimientos variados y menos habituales (giros, inclinaciones, apoyo sobre una sola pierna, en punta de pie, etc.) Al mismo tiempo, es la parte más importante para el equilibrio, porque allí está el centro de gravedad del cuerpo.

Para concienciar la buena posición, conviene hacer en forma reflexiva, los movimientos que se indican, como práctica, en el punto siguiente. Para lograr la conciencia del centro de gravedad, de pie, con los brazos al costado del cuerpo, sostenidos pero no rígidos, moverse en bloque hacia derecha e izquierda, balanceándose sobre los pies, y concienciando el eje que pasa por el centro de la cadera, hasta la máxima posibilidad. Repetir lo mismo moviéndose hacia adelante y atrás.

### **Ejercicio 7. Sensibilización del brazo**

Generalmente tenemos más conciencia de las posibilidades de los brazos que de otras partes del cuerpo. Sin embargo, conviene hacer ejercicios de sensibilización de los brazos por separado, manteniendo uno relajado y haciendo diversos movimientos parciales de las partes del otro: mano, antebrazo y brazo.

### **Ejercicio 8. Sensibilización de piernas**

También, sobre todo quienes llevan vida activa, suelen concienciar fácilmente sus piernas e incluso relajarlas. Practicar, como en el ejercicio anterior, la concienciación de pie, pierna y muslo, teniendo la otra pierna relajada, y en posición extendida boca arriba sobre el suelo.

### **Ejercicio 9. Sensibilización de manos y pies.**

Habitualmente movemos y percibimos muy nítidamente cada parte de las manos, mientras que los pies los percibimos y movemos como un bloque. Esto es producto de la larga evolución humana, desde nuestros principios

casi simiescos; la cultura nos ha determinado al uso de zapatos que dificultan la sensibilización de los movimientos del pie, y el resultado es que muchos tienen los dedos agarrotados e insensibles. Por eso conviene hacer los ejercicios de sensibilización simultáneos, para captar la gran diferencia entre manos y pies, procurando, en lo posible, realizar los mismos movimientos. Para ello es mejor sentarse en sillas más bien altas, de modo que puedan levantarse los pies sin mover mucho las rodillas.

Hacer movimientos lentos, concienciados, aflojando alternadamente el lado derecho y el izquierdo:

- girar hacia afuera la misma mano y pie
- girar hacia adentro la misma mano y pie
- girar en ambos sentidos manos y pies
- mover el mismo dedo de la mano y pie de cada lado
- encoger los mismos dedos del mismo lado
- aflojar un lado y tensionar al máximo el otro lado, procurando que la tensión sea igual en la mano y el pie.

### **Ejercicio 10. Sensibilización táctil**

Los humanos adultos nos servimos preferentemente del sentido de la vista en nuestra vida diaria; en segundo lugar el oído y sólo secundariamente los demás. Salvo las manos, la sensibilidad táctil es bastante limitada en muchas personas por falta de práctica, de tal modo que, por ejemplo, no logran percibir la diferencia, en una pierna, entre ser presionada con una punta (que no pinche) y algo romo. Naturalmente una sensibilización completa excedería el trabajo de expresión que aquí proponemos, pero sí podemos favorecer la sensibilización táctil que ayude nuestro trabajo específico. Por eso conviene hacer dos clases de ejercicios de sensibilización táctil.

**a. Sensibilización del propio cuerpo.** El cuerpo, en cada centímetro de su piel, es una gran antena que nos mantiene unidos al mundo; por eso la exploración de las posibilidades táctiles de nuestro cuerpo en toda su

extensión y no sólo las manos, como es habitual, nos permite otra forma de contacto con la realidad, que resulta una fascinante experiencia a poco que tomemos conciencia de su importancia. Para ello, después de haber realizado el ejercicio 1, y algún otro de sensibilización corporal, en un ambiente en que, de ser posible, haya diversos objetos no muy frágiles, cada participante, con los ojos cerrados, explorará una parte del espacio que lo circunda, tratando de apreciar los detalles que habitualmente nos pasan desapercibidos, como las texturas, rugosidades, poros, junturas, etc. Esto se hará primero con las manos, luego con otras partes del cuerpo, particularmente con la planta de los pies. Quizá nos sorprenderá la aparente disociación entre los datos visuales y los táctiles; por ejemplo, una pared lisa a la vista puede revelarnos desniveles y grietas al tacto; una superficie que parece cálida puede resultar fría e incluso desagradable, etc.

**b. Sensibilización del cuerpo del otro.** Nuestra civilización ha condenado moralmente el contacto físico, considerándolo principio de erotismo, a su vez también condenado. Sólo recientemente se ha revalorado la dimensión sensitiva, separándola del erotismo difuso y a su vez éste del erotismo genital, dando a cada uno el lugar que le corresponde en la integración de la personalidad. Sin embargo, nuestra educación –la de los adultos– ha prescindido del contacto corporal y casi no tenemos experiencia de contactos físicos con nuestros semejantes. Por la misma razón, reiniciar esa práctica natural de un modo total puede resultar chocante para la mayoría de las personas; incluso en quienes tienen ya esa práctica adquirida, el contacto humano requiere cierta dosis de identificación con el otro, que a veces es rechazada, por motivos personales y legítimos. Por eso los ejercicios de sensibilización corporal interindividual y grupal deben ser muy prudentes, graduados y en definitiva sólo propuestos en sus líneas generales, para que cada uno pueda participar o apartarse según su deseo. En ningún caso se debe presionar, de ninguna manera, ni siquiera indirectamente, a un ejercicio de contacto, pues el resultado será totalmente contrario.

- **Torre de manos.** Todo el grupo en forma de círculo (si son muchos hacer dos o más círculos) con las manos hacia adentro, una encima de otra, con las

palmas hacia abajo. Luego del ejercicio 1, con poca luz y música suave, girando lentamente alrededor del centro de manos, o meciéndose cada uno en su lugar, quien tiene su mano abajo (es decir, que no está apoyada sobre otra) la pasa arriba. Cada participante tiene las dos manos separadas, es decir, nunca debe tocar su propia mano. Con los ojos cerrados, repetir el ejercicio hasta perder el sentido de individualidad de la mano, sintiendo sólo la presión arriba y abajo, y luego la falta de soporte (que lleva la mano hacia arriba de la pila).

- **Reconocimiento de manos.** Los participantes se sientan en círculo. Uno de ellos toma las manos de cada uno de los sentados, observándolas y tocándolas, apreciando todos los detalles que pueda. Luego se le vendan los ojos, y debe reconocer a la persona a través de sus manos, sólo con el tacto.

- **Reconocimiento con cabeza.** Los participantes se colocan en grupo circular, con las cabezas hacia el centro, y deben colocar su cabeza sobre el cuerpo de otro participante, preferentemente el centro (no la frente ni la nuca) tratando de recorrer el cuerpo del otro sin separarse, apreciando las diferentes partes, con los ojos cerrados.

- **Reconocimiento con pies.** Los participantes se tienden en el suelo, en la posición que prefieran, pero tratando de no estar demasiado encogidos. Un participante por vez, con los ojos cerrados y pies desnudos, camina por el salón reconociendo la posición de los cuerpos quietos y rodeándolos y luego apreciando la posición sólo usando el pie como elemento de reconocimiento.

- **Banco de caricias.** Este ejercicio se practicará sólo cuando el grupo haya realizado ya muchos trabajos de concienciación corporal, y previamente preparado por el ejercicio 1 y otros de identificación grupal. Los participantes se colocan en círculo (si son muchos, en dos o más) y con poca luz, música suave de ritmo barcarola o canción de cuna, comienzan a mecerse lentamente. Quien desee se coloca en el centro, para recibir caricias, que harán los demás del grupo, en forma de lluvia, es decir, pasando sus manos por el cuerpo, desde el centro de la cabeza hasta los pies. Deben

comenzar todos juntos la primera vez, pero luego cada uno lo hará a su ritmo, de modo que el del centro se sentirá permanentemente acariciado. Si el ejercicio está bien hecho, no debe haber prevenciones ni tabúes, ni debe “saltarse” ninguna parte del cuerpo, pues no debe tener (ni para quien es acariciado ni para quien acaricia) un sentido sexual. Si esto no se lograra, debe suspenderse este ejercicio hasta que el grupo esté maduro en este aspecto.

### **3. Reconocimiento cinemático**

El cuerpo tiene tres tipos básicos de movimientos:

**1. Periféricos:** el miembro sostenido al cuerpo por una articulación se extiende fuera del centro-eje (el tronco) como rayos de una esfera imaginaria. Hay ocho rayos horizontales: delante-atrás, costado derecho, costado izquierdo, diagonales delanteras derecha e izquierda, atrás diagonales derecha-izquierda. Hay dos direcciones verticales: arriba-abajo. Hay ocho direcciones oblicuas que combinan las anteriores. Estos 26 rayos imaginarios marcan las direcciones básicas de todo movimiento de los miembros del cuerpo, y también sus rotaciones parciales.

**2. De rotación:** el cuerpo es considerado en su unidad total y rota sobre o alrededor de su eje. También un miembro puede considerarse unidad parcial y girar alrededor de un punto de colocación (por ejemplo la cabeza).

**3. De locomoción:** cambio de lugar en el espacio siguiendo las ocho direcciones horizontales indicadas en 1.

De acuerdo con esto podemos establecer el siguiente

## Cuadro sinóptico de los movimientos de los miembros

Cabeza

periféricos  
de rotación sobre el eje  
de rotación alrededor del eje (difícil)

Brazo

periféricos  
de rotación sobre el eje  
de rotación alrededor del eje  
alrededor del eje bloqueado

Torso

periféricos  
periféricos unidos  
de rotación sobre el eje  
de rotación alrededor del eje

Cadera

de rotación alrededor del eje

Caderas

periféricos  
de rotación sobre el eje  
de rotación alrededor del eje  
de bloqueo

Mano y pie

periférico  
de rotación sobre el eje

Codo y rodilla

periférico de bisagra

### **Ejercicio 11. Ejercitación libre de movimientos**

Los participantes, colocados en cualquier parte del salón, con o sin música o ritmo (preferentemente, al comienzo, con ritmo de percusión marcado por el guía) harán libremente todos los movimientos posibles indicados en el cuadro anterior, comenzando por los periféricos, añadiendo los de rotación y sólo cuando estos se hayan dominado, podrá pasarse al trabajo de locomoción.

### **Ejercicio 12. Ejercitación dirigida**

Del mismo modo que el anterior, se ejecutarán movimientos, pero siguiendo las consignas del guía, y con el ritmo que éste marca; por ejemplo

1. Hacer diez movimientos periféricos de cualquier clase.
2. Hacer diez movimientos de rotación de cualquier clase.
3. Hacer diez movimientos periféricos sólo con los brazos (o las piernas).
4. Hacer una secuencia de diez movimientos:
  - dos periféricos,
  - dos de rotación sobre el eje,
  - dos de rotación alrededor del eje,
  - dos de bloqueo,
  - dos de bisagra.
5. Hacer una secuencia de cinco movimientos tal que sea de un tipo distinto y de distinto miembro cada vez.

El ritmo se marcará muy lento al comienzo y luego paulatinamente más rápido, hasta llegar a mucha celeridad. Como se ve, los ejercicios deben irse complicando, a medida que los participantes dominen su cuerpo y puedan rápidamente hacer ejercicios bien diferenciados.

### **Ejercicio 13. Ejercicios de locomoción con esquemas rectos**

Haciendo movimientos simples lineales (no curvos) marcar las direcciones de los movimientos periféricos de brazos y piernas con variación

de ritmos, contando como base 16 tiempos

**1. Ritmo 1-2-3 y 4**

Hacerlo

- a. con brazos,
- b. con piernas,
- c. con ambos a la vez.

**2. Hacer movimientos con ritmo irregular entre brazos y piernas**

brazos: 1-2-3 piernas: 1-2.

**3. Lo mismo que dos, pero incorporando la marcha en diversas formas: de planta de pie, en media punto, arrastrando los pies, etc.**

**4. Lo mismo que 3, añadiendo cambio de direcciones:**

- 4 pasos adelante- 4 atrás,
- 4 pasos adelante- 4 costado derecho- 4 atrás,
- 4 pasos delante, derechas atrás e izquierda,
- etc. incorporando las diagonales.

**5. Lo mismo que 4, pero incluyendo un saldo o dos, en el primer o último tiempo de cada secuencia de 4 pasos.**

**6. Lo mismo que 5, pero haciendo secuencias crecientes o decrecientes con los pasos, por ejemplo:**

8 delante- 6 atrás- 4 delante- 2 atrás

(si el movimiento irregular de brazos 1-2-3 resulta difícil, a partir del ejercicio 4, poner primero brazos y piernas con el mismo ritmo y después que se haya dominado la combinación de pasos, añadir los brazos alternados o en ritmo sincopado).

**Ejercicio 14. Ejercicios de locomoción con esquemas espaciales curvos**

Señalar un círculo imaginario alrededor de cada uno, que debe recorrerlo

caminando, marcando el centro con un brazo extendido. Así, marcar el centro con el brazo derecho y caminar hacia la derecha. Luego marcar otro centro con el izquierdo y recorrer el círculo hacia la izquierda. Cuando esto está dominado por separado, se hace un ocho, es decir, sin detenerse se hace un círculo hacia la derecha y a continuación otro hacia la izquierda. Cuando esto se domine, añadir dos variaciones:

**1.**

Con el brazo derecho marcando el centro del círculo, describirlo una vez caminando, otra vez en media punta y otra arrastrando los pies, y luego repetir la misma secuencia hacia atrás.

**2.**

Se describe el círculo a la derecha, haciendo dos, o tres vueltas simples o combinadas como se indica en 1; luego dar un salto cambiando de dirección y empezar la misma secuencia sin parar la música (sirve el ritmo de vals).

### **Ejercicio 15. Ejercicios de desplazamiento**

Utilizando el mismo esquema espacial anterior, se considera ahora todo el salón, a lo largo o en diagonal.

Describir medio círculo a la derecha, luego medio a la izquierda y así avanzar a lo largo del salón. Puede hacerse con líneas curvas o restas en zig-zag, más abiertas, etc. Este ejercicio es una base de desplazamiento a la que se pueden añadir diversos movimientos de brazos o piernas, y es muy conveniente para habituar a los cambios direccionales. Se comienza a practicar con música lenta y melódica, tipo *adagio*, y gradualmente se lleva al *allegro*; con el tiempo, los que puedan hacerlo a la velocidad que les salga, lo que es una variante de piruetas.

### **4. La voz como elemento de expresión**

En todos los gestoramas se practicará la voz como elemento expresivo integrado a la expresión del cuerpo. Aquí se trata solamente de ejercicios

para habituar al manejo de la voz por sí misma, no como lenguaje determinado (palabras, conceptos).

### **Ejercicio 16. Intensidad**

Todos los participantes, sentados en cualquier parte, toman un sonido, de la altura que prefieran, pronunciando una vocal, mejor *A* u *O*, pero también puede ser cualquier otra. Ese sonido se emitirá muy suavemente y luego, con el mismo aliento (es decir, sin cortar el sonido) y mientras tengan aire, elevar la potencia hasta la máxima posible, que al término quedará como un grito.

Cuando el manejo del aliento se haya logrado se harán las siguientes variaciones:

1. Tomando un sonido, crecer en intensidad hasta el máximo y luego decrecer hasta llegar a un murmullo.
2. Hacer lo mismo, pero con un sonido entonado.
3. Hacer lo mismo a *boca chiusa*.
4. Hacer lo mismo, pero dos veces en cada *fiato* (toma de aire.)
5. Hacer lo mismo, pero tres veces en cada *fiato*.
6. Hacer lo mismo cuantas se pueda en cada *fiato*.

### **Ejercicio 17. Altura**

El ejercicio básico consiste en tomar una nota, cualquiera, y subirla o bajarla al máximo que se pueda sin cortar el sonido y gradualmente, lo que en canto se llama *portamento* de la voz. No es necesario utilizar instrumentos como guías, puesto que se puede comenzar por cualquier sonido; sin embargo, para tener una idea del logro de cada uno, se puede usar un instrumento (piano o incluso diapasón) para apreciar cuántos tonos se logra subir o bajar.

Cuando los participantes se han habituado a esto, que debe lograrse sin alteración de la intensidad, se harán variaciones:

1. Tomando cada uno un sonido, elevarlo, volver al mismo, bajarlo y volver al mismo, con un solo *fiato* y todos a la vez (puede hacerse marcando con cuatro tiempos, para que resulte más ordenado).
2. Dividiendo en dos grupos, unos toman un sonido y lo suben, otros los bajan, a discreción, pero partiendo todos de la misma nota.
3. El mismo ejercicio anterior, pero cortando el sonido cada vez que se sube o baja el tono inicial. Hacerlo al comienzo con uno o dos cortes, más bien lentos, y luego más, hasta que cada uno haga todos los que pueda con un solo *fiato*.

### **Ejercicio 18. Articulación**

Se trata de articular sílabas de dos y tres letras, cualesquiera, por ejemplo *ba, ta, le, cho, fu, tes, cus, lel, min, bum*.

Cada uno elige una sílaba y la articula probando distintas alturas e intensidades, en forma ligada o picada. Cuando juzga que ya agotó sus posibilidades, prueba con otra. Luego de esta preparación se proponen variantes.

1. Se eligen determinadas sílabas para todo el grupo, pueden ser una o más, y se comienza muy suave y lento, y se va aumentando la intensidad y la altura, hasta que el guía indica un movimiento contrario, y se baja intensidad, altura y velocidad hasta llegar al sonido inicial.
2. Se divide el grupo en dos “bandos”, colocados uno frente a otro, y deberán increparse con sonidos.
3. Igual que el anterior, pero en este caso se añaden movimientos agresivos en el lugar (sin cruzar una imaginaria frontera)
4. Se divide todo el grupo en parejas, y cada integrante debe relacionarse con su compañero en forma sonora pero no verbalizada, de acuerdo a las consignas que dé el guía, por ejemplo saludarse, contarse algo cómico,

contarse algo triste, insultarlo, responder al insulto, adularlo, alabarlo, agradecerle, etc. Debe procurarse que los gestos corporales sean los mínimos indispensables, es decir, lo que se expresa (agresión, cariño, etc.) debe estar en el tono, la intensidad y la forma de emitir la voz.

### **Ejercicio 19. Combinación de movimientos y voz**

En este ejercicio, cuyas variantes pueden ser muchísimas y todo lo complicadas que se quiera, se explorarán las relaciones entre la voz y el movimiento del propio cuerpo. Se trata de emitir un sonido ligado haciendo al mismo tiempo un movimiento también ligado, que dure tanto como el sonido.

Luego se proponen variantes:

1. Hacer un movimiento y un sonido que crezcan en altura (por ejemplo, partiendo de un sonido grave y del suelo, levantarse y a la vez subir el tono hasta las máximas posibilidades de ambos casos).
2. Hacer movimientos contrarios al sonido emitido; así, emitiendo un sonido ligado, hacer movimientos cortantes o picados con brazos y piernas, y al a inversa.
3. Practicar el ejercicio 8 haciendo a la vez movimientos y emisión de sonidos, según diferentes consignas que puede dar el guía, tratando sobre todo de marcar las diferencias entre la integración y la disociación de movimiento y voz. Por ejemplo
  - Hacer gestos y emisiones amistosos,
  - Hacer gestos y emisiones agresivas,
  - Hacer gestos suaves y emisiones vocales agresivas y a la inversa.

### **Ejercicio 20. Combinación de movimiento con desplazamiento y voz**

Se trata aquí de concienciar el efecto estimulante de la voz, propia y

grupal, en los movimientos de desplazamiento. Los luchadores orientales y los primitivos, que se excitaban con gritos al lanzarse a la lucha, son un ejemplo de captación intuitiva del poder estimulante de la voz y el sonido. También lo saben los bailarines, quienes se sienten mucho más estimulados en sus giros o saltos con la música que en silencio, y dígase lo mismo de las marchas militares y las antiguas “cargas” de infantería o caballería, incitadas al toque de clarín.

En este ejercicio se probarán dos formas de esta motivación:

**a)** Se divide al grupo en dos partes: una se coloca haciendo calle a lo largo del salón u ocupando la diagonal (para ganar espacio) y por el medio pasará el otro grupo, por ejemplo corriendo, saltando, arrastrándose. Quienes están en la calle estimularán con sonidos a quienes van haciendo el ejercicio. Esto se propone como prueba, de modo que cada uno haga los sonidos estimuladores que le parezca. Se verá inmediatamente que no todos los sonidos logran ese fin, y el mismo grupo irá perfeccionándolos.

**b)** En este caso actuará todo el grupo, conjuntamente o en pequeños grupos si son muchos, o bien todos juntos pero ordenadamente, en forma circular o haciendo la diagonal y luego volviendo por los bordes a reiniciarla. En esta variante, el mismo que corre, salta o se arrastra, se incita con sonidos. Es posible que el guía lleve un ritmo parejo para todos, esto mejor al principio para dar a todos un tiempo parecido y evitar que se choquen o se amontonen, pero luego el mismo grupo tomará su propio ritmo, de acuerdo a la personalidad de sus integrantes y a las características grupales que vaya tomando con el tiempo y la práctica habitual de los gestoramás.

\* \* \*

Luego de haber probado estos ejercicios se hará una revisión sobre las peculiaridades de los sonidos de acuerdo a su intensidad, altura, repetición, articulación, etc. Así, por ejemplo, se apreciará que una misma sílaba, por ejemplo *bu*, emitida en tono agudo y picado produce el efecto de burla o abucheo, mientras que en tono grave y ligado evoca algo misterioso, tétrico o lamentoso. De est modo, para cada ejercicio de expresión de los que se indican en la guía para la preparación de los gestoramas, se pueden proponer diversas expresiones vocales que acompañan a la acción del cuerpo pero que no son verbalizaciones ni repetición de las palabras bíblicas. Cuando en la explicación del gestorama se indica (y esto se hace repetidamente) que es conveniente evitar la verbalización, no se excluye, sino al contrario, la introducción de la expresión vocal no verbal que apoye la expresión corporal.

\* \* \*

Como complemento, puede hacerse un trabajo verbal limitado, eligiendo algunas palabras claves, como “gracias”, “amor”, “no”, o bien nombres propios bíblicos o no (Jesús, Cristo, Barrabás y los nombres de los mismos participantes). Por ejemplo, el grupo se coloca en círculo alrededor de un centro imaginario y comienza a “acusar” a Judas sólo pronunciando su nombre, primero en voz baja y amenazadoramente, luego cada vez más alto y agresivamente. Es importante que no se hagan gestos corporales para que se aprecie mejor el sentido amenazador de la voz sola. Lo mismo puede hacerse con el nombre “María”, en forma de consolación, como si tuviera a su hijo muerto en los brazos. Estos ejercicios se repetirán con los nombres de los integrantes del grupo; cada uno podrá incluso proponer qué deba significar la expresión verbal del grupo, o bien eso lo decidirá el mismo grupo, quizá en forma improvisada, por ejemplo perdón, llamado, acusación, etc.

Es conveniente que cada participante aprecie por lo menos dos veces el efecto de la expresión vocal grupal de su nombre, y con dos sentidos o sentimientos o evocaciones opuestas; por ejemplo, si la primera vez fue expresión acusadora o amenazadora, la segunda deberá ser conciliadora. En

cualquier caso, este ejercicio no debe hacerse ni repetirse si el afectado se encuentra incómodo y no logra canalizar el posible efecto movilizador de la voz; con todo, es función del guía lograr que todos alcancen a practicar este trabajo, que es esencial para vivenciar los gestoramas, pero proponiéndolos cuando sea oportuno y no intentando ganar tiempo y apresurando etapas. Por eso para estos ejercicios no se fija tiempo, sino que eso dependerá del proceso de maduración y cohesión del grupo como tal y de cada uno de sus integrantes.

## SEGUNDA SERIE. NUESTROS CUERPOS

Así como el ser humano, individualmente considerado, se integra en su doble e inescindible dimensión espiritual y material, así, en la dimensión social y relacional, la interacción anímica pasa necesariamente por la dimensión corporal del encuentro humano. Acostumbrados a una comunicación casi exclusivamente verbal, nos cuesta habituarnos a otras formas de relacionarnos con nuestros semejantes y expresar y transmitir vivencias propias o participar en las colectivas. Gestos y actitudes de un alto valor simbólico en el pasado son repetidos hoy inconsistentemente, despojados de su mensaje sin que, por otra parte, hayamos logrado recomponer nuestro lenguaje corporal con gestos y actitudes corporales más adecuadas a nuestra sociedad actual.

Pongamos un ejemplo claro y casi trivial: todos nos damos las manos, sin que eso tenga hoy casi ni siquiera el mínimo significado de cumplir una formalidad social. En cambio, en épocas pasadas, dar y mostrar la mano libre de un arma era un gesto amistoso y solidario que sólo se hacía con sentido real (o de lo contrario se ponía en peligro la propia vida). En el cristianismo primitivo se fueron generando gestos y actitudes corporales expresivas de la fe, así como hubo inmediatamente símbolos pictóricos y visuales (la cruz, el pez) que distinguían inmediatamente un cristiano y evocaban, para la comunidad, todo un contenido completo de la creencia y la práctica religiosas de esa fe. Por ejemplo arrodillarse, hacer la señal de la cruz, golpearse el pecho, cubrirse con ceniza, untarse con óleo, partir el pan, etc. Algunos, indudablemente, remontan a Jesús, otros son muy primitivos y otros se fueron adosando de acuerdo a las costumbres y tradiciones de los distintos pueblos que iban abrazando el cristianismo. Producida una cierta planetarización de los símbolos externos cristianos (sobre todo católicos) con la hegemonía europea y el centralismo de la curia romana, sólo en forma muy esporádica y más tolerada que fomentada, las comunidades cristianas y cada individuo por sí, pudieron expresar libremente con gestos su fe, buscando un gesto auténtico de aproximación.

Últimamente se ha intentado revertir esa situación, reconociendo la importancia de gestos que hoy sean válidos para nosotros, y relegando aquellos gestos que ya nos suenan a falsos o estereotipados. Por ejemplo, el arrodillarse a cada momento es hoy más bien un signo de servilismo y de debilidad que de reconocimiento a la majestad divina, que puede expresarse de otros modos hoy más auténticos para nosotros (concentración, reflexión, quietud corporal, etc.); golpearse el pecho hasta parece el prototipo de gesto exagerado y falso, pues hemos concienciado la importancia del falso gesto. Y el golpearse el pecho es justamente uno de los más vapuleados en ese sentido. Sin embargo, no parece haberse hallado todavía un gesto colectivo que los reemplace y por eso se siguen usando, subsidiariamente, en forma un tanto desgana, como todos podemos apreciar constantemente. Algunos esfuerzos por realizar gestos con sentido actual han tenido éxito en ciertas comunidades, y se han estereotipado en otras. Por ejemplo el gesto de darse las manos o saludarse en la misa (“dar la paz”) resulta bien en pequeños grupos, donde la gente se conoce y se saluda de verdad; en cambio, en las grandes iglesias puede apreciarse la indiferencia de quienes mecánicamente dan la mano a algunas personas repitiendo “la paz sea contigo” de uno modo tal que todos sabemos que no nace de adentro. Es que la participación corporal requiere un hábito constante expresivo que, si no se posee por una larga práctica, no puede generarse espontáneamente casi nunca.

De allí que proponemos un trabajo de paulatino acercamiento a la expresión grupal, mediante tres instancias de trabajo expresivo preparatorio a los gestoramam: en un primer momento, vivenciaremos nuestra semejanza con el prójimo a través de la corporeidad; luego se concienciarán las relaciones especiales, es decir, yo-tú, y a partir de allí la formación del “nosotros”; finalmente, se concienciarán las formas básicas de relación con los semejantes (forma yo-tú) y como actitudes grupales de conjunto.

### **1. Reconocimiento del “nosotros”**

Aquí nos referimos a un “nosotros” general humano y no al “nosotros” grupal que es posterior al reconocimiento de la relación yo-tú. Vivenciar el

nosotros humano significa aprehender, de modo concreto y corporal, la esencial identidad de todos los hombres y el principio de nuestra hermandad natural. Para ello partimos de la identificación entre nuestros cuerpos (por supuesto, ésta es una de las vías, no la única, pero sí necesaria si se quiere lograr una concienciación profunda y vital de la humanidad y no sólo una postura intelectual). Para ello se harán diversos ejercicios cuyo “nivel de compromiso” va aumentando. Por tanto, no se debe pasar de uno al siguiente hasta que la vivencia que se propone en éste no se haya logrado realmente en profundidad.

### **Ejercicio 21. Espejos**

Podemos identificarnos con otro en la medida que vivenciamos que hacemos exactamente lo mismo y por tanto podemos suponer que experimentamos interiormente lo mismo. En su forma básica, el ejercicio de los espejos sirve como iniciación. El guía o uno de los presentes se coloca delante del grupo y comienza a hacer algunos movimientos (puede ayudarse con ritmo o música, para que sea más fácil); quienes están enfrente lo imitan como si fueran el espejo (es decir, si él mueve el brazo derecho, el grupo moverá brazos izquierdos, como pasa en el espejo). Al comienzo resultará difícil salvo que se hagan movimientos muy simples y lentos; con la práctica todos apreciarán que imitan cada vez con mayor facilidad, aun movimientos difíciles, como si “adivinaran” el movimiento que hará el guía. Esto se debe a que han comenzado a interiorizar el esquema de movimientos del guía y por ello lo “adelantan” naturalmente.

Cuando esto se haya logrado, se pasará a las variaciones:

**1.** Cada uno de los integrantes del grupo hará de guía y los demás de espejos, durante un lapso determinado, de acuerdo al número (por ejemplo un minuto, o dos, cada uno). Si son muchos los integrantes, puede hacerse en dos o más sesiones, pero procurando que cada vez se haga con cuatro o cinco personas para poder comparar. Los participantes apreciarán que imitan con más facilidad los movimientos de unos que de otros de los compañeros y que

esto no es igual para todos. De este modo se apreciará una cierta identificación propia con el esquema cinético y corporal de algunos de ellos (por ejemplo tendencia al movimiento pequeño y vibrante, o al amplio y lento, o al nervioso y ondulante, etc.).

**2.** Todo el grupo se dividirá en parejas, uno de los dos hace de guía y el otro de espejo (todos a la vez) durante un tiempo, luego se invierten los roles y finalmente se van rotando las parejas. Se harán las mismas apreciaciones que en la variante anterior (no es necesario dedicar tiempo especial a eso, sino que cada uno lo experimentará por sí y si quiere puede comentarlo fuera del tiempo de reunión).

**3.** Todo el grupo se colocará en círculo y cada uno imitará al que está en el centro (puede ser el guía o un participante) haciendo los movimientos según los ve (pues lo tendrá de costado, de frente o de espaldas); quien está en el centro procurará moverse alternativamente hacia todos los frentes. una parte de los participantes será un grupo observador y apreciará cómo el mismo movimiento del guía en el centro resulta imitado de manera distinta de acuerdo a la posición del “espejo”. Esto dará una vivencia de la relatividad de “miras”.

## **Ejercicio 22. Ronda de mano y mirada**

El objetivo de este ejercicio es vivenciar la necesidad del otro y comprender que todos sienten, igual que yo, esa necesidad. El grupo se coloca formando un círculo no muy cerrado y cada uno coloca la palma de su mano contra la palma de otro compañero, mirándolo en los ojos. Al compás de una música adecuada o de un ritmo marcado por el guía, que sea lento y cadencioso, cada uno debe caminar en círculo alrededor del centro imaginario, en el cual unos van en una dirección y otros en la opuesta, de tal modo que el compañero a quien miro y cuya mano toco, sigue en dirección contraria a la mía. Caminando lentamente, se van mirando hasta que deben soltarse las manos para seguir su camino, entonces encontrarán otro compañero que viene en dirección contraria y que también busca una mano y

una mirada. Pueden tomarse las dos manos los mismos compañeros, pero en general es mejor que cada mano tome la de un compañero distinto, de tal modo que casi siempre se tendrá al menos una mano en la propia. Haciendo este ejercicio durante un lapso adecuado, todos podrán vivenciar la ansiedad que da le quedarse, en algún momento, con las dos manos vacías y sin ninguna mirada que mirar, pero inmediatamente se comprende que otro que viene está en la misma situación y con la misma ansiedad, de modo que la unión de las dos manos es como un alivio.

Este ejercicio motiva muchas reflexiones, porque permite vivenciar de modo inmediato muchos problemas que el psicoanálisis tarda más en develar racionalmente. En primer lugar, la comprensión de que la soledad no es un problema exclusivo sino común, pues todos la sufren por igual. Además, el comprender que la necesidad de seguir el propio camino, el que uno ha elegido, implica abandonar cosas y personas que siguen direcciones opuestas, y esto debe tomarse como algo natural y no vivirse como una pérdida irreparable, puesto que luego se encontrarán otras cosas en el propio camino. Por último, comprender que casi siempre la adquisición de nuevas cosas (amistades, vivencias, experiencias) está ligada a la necesidad de abandonar otras (no se tienen más que dos manos, y no puedo tomar a la vez las manos de todos); así, para ser adolescente hay que dejar de ser niño, y para ser adulto hay que dejar de ser joven, con todo lo que ello implica, y lo mismo en muchas otras situaciones de la vida. Esta experiencia, vivida grupalmente de modo intuitivo y directo, nos hace sentirnos hermanados por las mismas necesidades y expectativas.

### **Ejercicio 23. El acunamiento**

Cuando éramos niños, el acunamiento ha sido una de las experiencias más gratificadoras; el calor del regazo materno, el movimiento, quizá el tarareo que inducía al sueño, eran una especie de vuelta al útero, donde nada nos amenazaba. Casi todos los individuos tienen actitudes regresivas y esto en cierto modo es normal. Puede ser negativo cuando es inapropiado como respuesta vital a un problema adulto, pues no sólo no lo resuelve, sino que

nos mantiene en la actitud pasiva e inerte del feto, impidiéndonos un auténtico progreso humano. Sin embargo, a nivel de la expresión corporal, es válido retomar estas experiencias iniciales para revivirlas en forma consciente y positiva. El acunamiento practicado en el grupo de expresión nos hace sentir a todos niños, hijos quizás de la misma madre (en todo caso, todos hijos de una misma naturaleza, y para los creyentes, del mismo Dios).

Hay dos modos de realizar este ejercicio.

**1. Forma individual.** Todos los participantes se sientan en el suelo, con luz suave y música adecuada (tipo barcarola o canción de cuna, preferentemente sin canto), cada uno será alternativamente acunador y acunado de otro compañero, de modo que todo el grupo se divide en parejas; el acunado debe cerrar los ojos y concentrarse en el movimiento de acunamiento y en la sensación de ser protegido, amado, contenido, ayudado. No debe **pensar** en eso, ni recordar su experiencia pasada (es decir, no imaginar que se está con la madre, por ejemplo) sino **sentir** el acunamiento, la protección y el amparo. El acunador debe tomar en sus brazos y regazo al acunado, meciéndolo suavemente y tarareando, si puede, el motivo musical de fondo. Cuando el acunado se ha relajado completamente (antes que pueda llegar a dormirse) debe despertárselo con movimientos un poco más fuertes, frotándolo con más vigor y dándole un abrazo de contención, para que suba el nivel de identidad y recupere su actitud de adulto. La mayoría, luego de algunas experiencias, podrá comprobar que se sienten mucho mejor.

**2. Forma grupal.** En este caso, a su vez, el acunamiento se puede hacer de dos modos:

a) El grupo acuna a uno solo de los participantes (naturalmente, si el grupo es pequeño, de lo contrario, dividir en varios grupos), es decir, el acunado se siente mecido por varios a la vez. Se hace y se termina como en la forma individual.

**b) Acunamiento conjunto:** en este caso todos acunan y son acunados; para ellos, estando de pie, en círculo compacto, se toman todos con los brazos para por la cintura, balanceándose suavemente, o bien, en el suelo sentados a lo buda o con las piernas estiradas al centro del círculo, se toman por los hombros, apoyando las cabezas en el hombro del compañero. Se termina como en la forma individual, dándose todos, entre sí, un abrazo de contención.

Después de haber hecho estos ejercicios de baja identidad, conviene terminarlos con una marcha, palmoteo, taconeo o movimiento rítmico que transmita energías y eleve el nivel de identidad, para poder pasar a otros ejercicios. En cambio, si se hace al término de la sesión, puede concluirse con respiración o con el ejercicio del adiós, que es otro de esta serie, pero apropiado para terminar cada reunión.

### **Ejercicio 24. La despedida**

El partir, el dejar un lugar, personas, etc., es siempre una experiencia de cambio, y como tal engendra una cuota (aunque sea mínima) de ansiedad. Naturalmente las partidas son distintas, no es lo mismo despedirse de alguien para volver a verlo mañana, que dentro de años o quizá nunca, ni es lo mismo dejar una situación agradable que una desagradable. En todo caso, la dispersión y la partida de un grupo unido y en el que se va se siente integrado, es una situación de desgarramiento, cuyo ingrediente doloroso hay que canalizar. Ya se vio en el ejercicio de las manos, la vivencia de “dejar para tomar”. Aquí se vivenciará la alegría de toda despedida en un grupo integrado, más allá de las expectativas o esperanzas de retorno. Así, la despedida es como el cierre, el resumen y la síntesis de lo vivido, valioso en sí, aunque la situación no llegue a repetirse.

Para ello hay una práctica muy sencilla, pero vitalmente rica. Todos los participantes se dan la mano y forman una ronda, tarareando una canción o una música que grupalmente tenga un significado para todos (puede ser una canción de la misma comunidad, una que guste especialmente al grupo, la

que se elija siempre, o cada vez para eso, etc.). En esta ronda cada uno, sin soltarse las manos, y llevando, por tanto, a sus compañeros tras sí, elegirá distintas personas y se acercará para besarlas. Puesto que todos van haciendo lo mismo, cuando lo desean, la ronda tendrá un cierto desorden que paulatinamente se irá ordenando, pues todos adquieren al fin un ritmo para ello. Entonces se sueltan las manos y cada uno va saludando a todos, caminando libremente entre los demás, y cuando ya ha saludado (a todos o a los que sienta deseos de hacerlo) sale del salón y con ello se da por finalizada la reunión, sin hablar.

## **2. Del yo-tú al nosotros**

En los ejercicios anteriores hemos vivenciado al “nosotros” general, aquí se trata ahora de vivenciar la relación especial yo-tú a través del cuerpo, y a partir de ella, el “nosotros” grupal que nos identifica, en nuestro caso, como cristianos.

Para ello se proponen dos ejercicios básicos (con sus variantes), que pueden combinarse y complementarse con cualquiera de los anteriores, a los que se dará un nuevo sentido, integrados en estas relaciones especiales.

### **Ejercicio 25. La relación yo-tú**

Este ejercicio consiste en buscar con el otro una relación personalizada pero no verbal ni conceptual. Resulta difícil, antes de practicarla, explicar en qué consiste, pues no es ni expresión mímica de un mensaje (por ejemplo gestos de pedir ayuda o limosna), ni responder del mismo modo, ni siquiera hacer un movimiento-pregunta y otro movimiento-respuesta. Consiste, más bien, en moverse ambos en relación, es decir, percibiendo que los movimientos en cada uno están integrados con el movimiento del otro, componiendo una conjunción armónica. Para ello, se colocan todos los participantes en parejas (como lo deseen, o por indicación del guía) y comienzan a moverse libremente al son de una música (más bien suave y lenta al comienzo, luego se puede variar de ritmo, intensidad y carácter); los

participantes deben percibir que se mueven en interrelación.

Cuando está lograda esa percepción, se pueden proponer diversas variantes:

**1.** Se establece una especie de diálogo, es decir, mientras uno se mueve, el otro debe quedar quieto, comenzando a moverse cuando el compañero termina su expresión o cuando él mismo lo desee.

**2.** Igual que el anterior, pero haciendo una pausa y cambiando el ritmo (musical o marcado por el guía).

**3.** Haciendo la expresión al mismo tiempo, deben respetar ciertas consignas del guía, por ejemplo

- expresar con el cuerpo, pero tomados de la mano,
- estar siempre enfrentados,
- estar siempre uno al costado del otro, etc.

### **Ejercicio 26. La relación “nosotros”**

Este ejercicio se hace como el anterior, es decir, tratado de lograr una expresión grupal personalizada. En este caso, tanto en el ejercicio central, como en las variantes que se proponen luego, hay que procurar concienciar la actividad física de cada uno como formando parte de un gran todo, que es el resultado grupal del movimiento. Es más difícil percibirlo desde dentro que desde fuera, porque cada uno ve los movimientos propios y los de los más cercanos. Como práctica, conviene comenzar haciendo “relación” con uno o dos compañeros y luego, ya en el pequeño grupo, irse acercando para relacionarse con otros grupos pequeños hasta formar un solo movimiento grupal. Cuando ya hay más práctica del conjunto, suele salir de inmediato un movimiento conjunto.

## **Variantes**

**1.** Hacer el movimiento grupal todos tomados de la mano y comenzando en círculo; no podrán soltarse de las manos, cualquiera sea el movimiento que hagan (en el suelo, de espaldas, etc.). Esto obliga a forzar los propios movimientos de acuerdo al movimiento de los demás, hasta lograr armonizarlos.

**2.** Ejercicio de respiración grupal: todos juntos, en círculo mirando al centro, hacer un ejercicio profundo de respiración tomados de las manos, abriendo hacia arriba los brazos unidos y expandiendo el torso y la cabeza hacia atrás al inspirar, y aflojando los brazos (siempre tomados) hacia el centro y contrayendo el torso y bajando la cabeza al espirar. Puede hacerse de pie o sentados a lo buda, pero deben estar bien juntos, hasta equiparar las respiraciones individuales logrando un solo ritmo natural, como una especie de gran animal de muchas bocas.

**3.** Considerar un punto en el centro del círculo imaginario alrededor del cual se colocan los participantes y hacia arriba, como algo hermoso pero inalcanzable, y moverse todos grupalmente hacia ese centro.

Además de estas variantes, el guía y el mismo grupo pueden proponer otras, algunas de las cuales pueden ser las sugeridas en el próximo apartado, como ejercicio preparatorio de los gestoramamas en especial.

## **3. Expresión**

Una vez que se ha logrado concienciar las relaciones yo-tú y del tú al nosotros, debemos ocuparnos más específicamente de las expresiones concretas. Esto también es algo natural y sin embargo suele requerir una práctica reflexiva, ya que estamos acostumbrados a expresiones estereotipadas que dejan poco margen a una auténtica expresión personal. Aunque hay muchos modos de encarar la expresión corporal, aquí nos vamos a limitar a las expresiones más adecuadas a nuestros gestoramamas. Por

ello, dejando de lado la expresión plástica de movimientos cotidianos (mimo) o las más danzadas, vamos a considerar la expresión de estados de conciencia y la expresión de relaciones personales.

**a) Expresión de estados de conciencia.** Nos referimos a situaciones en que el individuo tiene una respuesta consciente, no necesaria o exclusivamente racional o reflexiva, aunque también puede integrarse con ese elemento. La Biblia no es un tratado teórico y abstracto, y carece de nociones científicas o filosóficas que impliquen la necesidad de una expresión corporal simbólica de ellas. En cambio, hay numerosas situaciones y actitudes significativas, que conllevan un mensaje conceptual pero encarnado en el ejemplo y en la expresión concreta.

Desde el punto de vista analítico, y para esbozar mejor nuestros ejercicios de expresión, hablaremos de estados de conciencia positivos y negativos. Entendemos por estados positivos aquellos en que la conciencia se encuentra tranquila, feliz, expansiva; corresponde, desde el punto de vista de la motivación, a la presencia o expectativa de un bien, o a su recuerdo o evocación. Los estados negativos, a la inversa, son momentos de apagamiento, recesivos, auto o heterodestructivos y corresponden a la presencia o expectativa de un mal, a su recuerdo o evocación. De este modo, y considerando la situación de presencia o ausencia del bien y el mal, y a su mayor o menor intensidad y cercanía, tenemos cuatro estados básicos, con sus matices:

**1.** Toda situación de gozo o alegría implica una expansión psíquica que naturalmente se traduce en una expansión física. Por eso una expresión expansiva siempre indica al espectador una situación de tranquilidad, placer, bienestar, e incluso otras más especiales pero que implican aquéllas, como la gloria, el éxtasis y también, por supuesto, los estados anormales de conciencia que generan esos sentimientos, como la embriaguez.

Para practicar esta expresión, deben tenerse en cuenta sus matices: intensidad, interioridad/ exterioridad, individual/ grupal, etc. Para comenzar,

se hará en forma individual y cada participante evocará un momento de alegría procurando expresarlo con movimientos naturales y espontáneos. Las formas que puede sugerir el guía, con sus correspondientes motivaciones, son:

- 1.** Estamos esperando una noticia y con gran expectación; vemos llegar al mensajero, y es una buena noticia. Lo festejamos.
- 2.** Lo mismo, pero esperábamos una mala noticia y la que nos traen es buena.
- 3.** Nos sorprenden con una buena noticia.
- 4.** Estamos leyendo y de pronto encontramos algo que nos causa alegría.
- 5.** Estamos durmiendo y nos despertamos bien y nos sentimos alegres.
- 6.** Estamos reposando y evocamos un momento pasado de alegría.
- 7.** Hemos dado un examen muy difícil (o una actuación, etc.) y nos ha ido muy bien, estamos cansados pero contentos.

Sobre esta base se apreciará la diferencia natural expresiva entre los distintos supuestos, según la mayor o menor intensidad del bien que tenemos y nos comunican, y según la distancia espacial y temporal con los hechos gozosos.

Para la alegría inter-individual y grupal se sigue la misma práctica. Algunas motivaciones para practicar:

- 1.** Vamos caminando y nos encontramos con un viejo y querido amigo, a quien no veíamos hace mucho.
- 2.** Lo mismo, pero sabíamos que estaba muy enfermo y lo creíamos ya muerto; sin embargo lo vemos bien.
- 3.** Somos un grupo de trabajadores y un compañero nos anuncia que nos han contratado a todos.
- 4.** Estamos en rueda de amigos y recordamos una hermosa fiesta que hicimos hace muchos años.

También la alegría puede estar mezclada con pesar o melancolía, pues, como decía San Agustín, “estando triste recuerdo mi alegría pasada, y estando alegre, mi pasada tristeza”. Luego de trabajar la expresión de dolor,

se intentará la expresión de esta situación evocada por el Santo.

**2. Esperanza: el bien ausente.** La esperanza es una forma de alegría, pero más íntima y reconcentrada, no sugiere exultación pues el bien anhelado aún no está con nosotros, lo que nos alegra es el pregueto de su presencia. Por tanto, debemos expresar esa diferencia, como la hay entre:

- he ganado la lotería,
- mañana juega la lotería y tengo muchos números.

Por otra parte, la esperanza del bien tiene matices, según el grado de certeza, seguridad y confianza en el advenimiento real del bien esperado. Así, no es lo mismo esperar un bien azaroso (un billete de lotería) que uno casi cierto (me han dicho que tengo buen puntaje para el empleo solicitado) o uno cierto (me han dicho que gané una beca, aunque todavía no comencé a usufructuar de ella).

Por lo tanto, la esperanza de un bien azaroso va mezclada con ansiedad o angustia, la de un bien casi cierto con expectativa y la de un bien cierto es casi como la alegría presente.

Así como la alegría se expresa corporalmente con movimientos amplios y dilatados, la esperanza se expresa con iguales movimientos, pero más medidos, más internos. Si incluye expectación o angustia, habrá contracción y cierta retracción.

Como ejercicio práctico, se pueden analizar las diferencias que evocan las siguientes actitudes:

1. reír,
2. aplaudir,
3. saltar y batir palmas,
4. canturrear,
5. frotarse las manos,
6. crispas las manos,
7. abrir los brazos y girar sobre sí mismo,

8. suspirar ampliamente mirando al cielo, con los brazos abiertos,
9. correr con los brazos extendidos hacia adelante,
10. abrazarse a sí mismo.

**3. Presencia del mal: ira y dolor.** El mal, como el bien, son conceptos abstractos y difíciles de definir en general, pero todos podemos experimentar situaciones que incluyen la presencia del bien y del mal. Por tanto, aquí no tratamos de hacer una teorización sobre el bien y su contrario (o negación) sino vivenciar la presencia del mal, entendida como un elemento negativo para nosotros, que nos produce un malestar anímico, que nos mueve a la huida o a la lucha en su contra. Tenemos así, una actitud básica frente a lo malo, que es el rechazo. La primera expresión será pues, la de rechazar internamente aquello que nos desagrada. Expresivamente el rostro humano tiene muchas formas de expresar desagrado. Como práctica haremos la siguiente secuencia de expresiones de rechazo:

1. Expresiones faciales de rechazo. Practicar los matices que indiquen:  
    disgusto  
    rabia  
    asco  
    horror  
    indiferencia.
2. Suprimiendo las expresiones faciales, expresar los mismos matices con las manos y brazos (se puede comenzar poniendo el rostro adecuado, luego borrar esa expresión y trabajar la misma con brazos y manos).
3. Añadir el cuerpo a brazos y manos, y finalmente volver a la expresión del rostro. La idea es concienciar cómo todo el cuerpo, incluso con las piernas o los pies, se pueden expresar estos estados de conciencia.

Además de la básica actitud de rechazo, el mal, estando presente, puede movernos en tres direcciones:

- a. A la huida, si ésta es posible (por ejemplo una catástrofe).

- b. Al dolor, o lamentación, si no hay remedio (por ejemplo un muerto querido).
- c. A la lucha, para vencerlo (por ejemplo tratar de repeler un ataque injusto).

Aunque el objeto motivador sea algo malo en los tres casos, las reacciones son muy distintas, pues también lo son nuestras posibilidades. Así, luchamos cuando tenemos alguna posibilidad de vencer; si el mal es muy fuerte, procuramos huir, y si nos abruma, lloramos. Esta secuencia, con todo, puede muy bien invertirse, y así, frente a un primer dolor, o intento de huida, podemos reaccionar y luchar. De modo que no hay una “secuencia” de estados de conciencia, sino tres estados que pueden combinarse de diverso modo; por ejemplo, si estamos atados por los pies, alejar el torso, o si estamos atados por el torso y manos, alejar la cabeza, etc. (puede practicarse en conjunto, haciendo que unos retengan fuertemente a los que desean huir).

**b. El dolor.** Es una experiencia tan universal que casi no necesita reflexión. Cada uno tiene, sin embargo, una manera propia de expresar su dolor; hay quienes lloran silenciosamente, otros a los gritos y con grandes crispaciones, otros se desmayan o quedan casi sin sentido, otros sufren en silencio, apretando los labios o los puños, otros bajan la cabeza y se aflojan, como cansados, etc. Se trata aquí de vivenciar cuál es nuestro modo propio de expresar el dolor, lo cual podemos saber con bastante exactitud si reparamos en nuestras actitudes cuando hemos sufrido un dolor real en la vida pasada. Sin embargo, no debemos tratar de imitar en los gestos sólo esa forma vivida, sino explorar otras manifestaciones de dolor que quizá también nos sean propias (y por tanto, nos alivien) pero que tal vez coartamos por ciertos convencionalismos. Por ejemplo, un dicho muy difundido afirma que “llorar no es de hombres” y sin embargo muchos hombres expresarían naturalmente su dolor llorando.

Como trabajo adicional, reflexionar sobre las distintas connotaciones culturales y personales de las siguientes expresiones de dolor (duelo):

1. Llorar silenciosamente,

2. Llorar a los gritos y mesarse los cabellos,
3. Gritar, tirarse al suelo y patalear,
4. Retorcerse las manos y apretar los labios,
5. Caminar “como león enjaulado”.

Reflexionar luego, y una vez que cada uno ha encontrado su forma más adecuada de expresar dolor, de qué manera dicha expresión constituye lo que psicoanalíticamente se denomina “duelo” y que es paso necesario para la superación del mal sufrido, retomando el propio camino vital.

Como corolario, repasar formas expresivas (más complejas) de expresar los siguientes duelos personales:

1. Por la pérdida de los padres,
2. Por la pérdida de los hijos,
3. Por la pérdida de la pareja,
4. Por la pérdida de la juventud,
5. Por la pérdida de los compañeros de generación (vejez).

**c. La lucha.** Es una forma de reaccionar frente al mal, intentado vencerlo. La lucha es expresión física y exteriorización de la ira, o actitud mental del rechazo activo del mal. Nuestro concepto de “lucha” implica casi siempre contendientes humanos o humanizados; sin embargo, debemos tratar de expresar la actitud **interior** de quien lucha en cualquier sentido que sea. Para comenzar, podemos, sin embargo, valernos de la lucha interindividual, que es la más inmediatamente expresiva. Haremos una práctica de actitudes de agresión, con y sin contactos físicos. Luego iremos alejando progresivamente el objetivo hasta que sólo quede la expresión individual. Se propone entonces las siguientes secuencias:

1. Lucha contra un agresor individual (lucha defensiva). Para ello se divide el grupo en parejas, cada uno de cuyos integrantes harán sucesivamente el papel de agresor y defensor.
2. Agredo directamente a alguien que está haciendo daño.
3. Juntos luchamos contra un tercero (se divide el grupo en subgrupos de tres).

4. Todos juntos luchamos contra un malvado presente, poderoso.
5. Todos juntos luchamos contra un opresor (colocado fuera del círculo como estando “más arriba” y protegido por sus propios defensores).
6. Todos juntos luchamos contra la situación provocada por el opresor.
7. Todos juntos luchamos contra una mala situación (puede incluso pensarse en una catástrofe física).

**4. Expectativa del mal.** Así como la esperanza es el anhelo de un bien todavía ausente, hay una expectativa del mal que genera diversos estados de conciencia. El bien, de suyo agradable, es superado sólo con alegría (no sería concebible que se esperase con indiferencia o temor). En cambio el mal provoca diversas reacciones, así como cuando es presente.

Un sentimiento general del mal ausente es el temor, contrapartida del rechazo (mal presente). Comenzaremos pues, con ejercicios expresivos que indiquen esta particularidad. Analizar las siguientes expresiones típicas de temor, tratando de buscar cuál es la que responde mejor a la personalidad de cada uno, o bien búsquense otras, con el mismo fin:

1. temblor,
2. castañeteo de dientes,
3. crispación de músculos del cuello, piernas, abdomen,
4. crispación de manos y pies,
5. rictus en la boca,
6. fruncimiento del entrecejo,
7. respiración agitada y entrecortada,
8. aflojamiento de piernas.

La expectativa de un mal puede inducir a la huida, pero como ya hemos tratado eso, pasaremos a la otra forma de expectativa: el acecho, que espera un mal para atacarlo. Todos conocemos actitudes animales de acecho frente a un “enemigo” o quizá “víctima”: el gato a la espera del pájaro o ratón; dos perros enemigos enfrentados, esperando el ataque; el ciervo que acecha al hombre, para huir apenas lo presiente cerca. En general el acecho implica una actitud de profunda y concentrada atención con la idea del rechazo u

odio hacia lo esperado y avizorado, para encontrar la propia expresión de acecho, practíquese las siguientes formas:

1. Mirar atentamente algo lejano,
2. Acercarse sigilosamente para espiar,
3. Aguzar el oído, procurando escuchar algo lejano,
4. Palpar (por ejemplo en la oscuridad) temiendo encontrar algo malo,
5. Imitar las actitudes de acecho de diferentes animales (gatos, perros, caballos, ciervos), concienciando sus diferencias.

Así como la evocación del bien pasado puede producir alegría, la evocación del mal produce dolor, expresándose en forma semejante a la alegría. Hay que tener en cuenta que el dolor por el mal ya sucedido, al evocarse, produce una reacción cada vez más débil en la medida en que el suceso es lejano en el tiempo, o el espacio o para nuestra relación personal con él. Practíquese el siguiente ejercicio: comparar las diversas expresiones de las siguientes frases (pueden decirse, con el matiz de voz que corresponde)

1. Ayer murió mamá,
2. Mamá murió hace dos meses,
3. Ya hace diez años que murió mamá.

1. Ayer murió mi papá,
2. Ayer murió el papá de mi amigo Roberto,
3. Ayer cayó un ómnibus en Tandil y murieron tres personas conocidas mías,
4. Ayer hubo una matanza de disidentes en África.

Además de la evocación, el mal pasado puede producir todavía el deseo de luchar contra él, o contra sus secuelas. Esto es lo que en un sentido se llamaría “reparación”, a veces también denominada “venganza”. La expresión de la maquinación de la venganza es bastante semejante al acecho, puesto que en definitiva se trata de sorprender y luchar contra un objeto maligno, pero tiene la connotación del dolor por el mal ya sufrido. Pueden ensayarse expresiones con motivaciones como éstas:

1. Espero cazar a la fiera que mató a mi caballo,

2. Me encontraré con el difamador de mi padre,
3. Preparo un ataque contra el batallón enemigo que mató mujeres y niños,
4. Vendrá a verme el juez que hace años me encarceló injustamente,
5. Soy miembro del tribunal que juzgará al asesino de mis amigos.

Es importante recalcar que todavía no estamos trabajando expresiones con contenidos morales (aceptables o reprobables) sino solamente reacciones naturales y espontáneas a ciertas situaciones. En una segunda etapa, se dará a estas actitudes un valor ético. Así, el dolor, por ejemplo, puede ser éticamente positivo si se sufre por un mal objetivo y no sólo subjetivo (algo inconveniente para mí) pero puede ser moralmente negativo si se trata de un malvado que se duele del bien merecido y justo que recibe su prójimo.

### **b) Expresión de relaciones**

Las relaciones humanas son intercorporales, y aunque actualmente damos preferencia a las relaciones verbales (y escritas) no siempre ha sido así, sino que la expresión corporal total tenía un contenido (simbólico, expresivo, transmisor) muy importante que paulatinamente se ha ido perdiendo, lo que constituye, sin duda, un empobrecimiento de nuestra realidad social y societaria humana. Mediante la expresión dirigida se puede revertir en parte este proceso, haciéndonos tomar conciencia de las posibilidades y conveniencias de la expresión no verbalizada, o no exclusivamente verbal: inmediatez, certeza emotiva, matiz, calidez humana, etc. En general, constatamos que la expresión a través del cuerpo es más decisiva que la palabra. Es más fácil ser ambiguo y evasivo con la palabra que con todo el ser humano, incluyendo el cuerpo. Por ejemplo, sin duda es más fácil decir sólo “te aprecio”, que dar un abrazo a quien en realidad nos disgusta. Por la misma razón, toda relación corporal es más intensa, sea de agrado o de desagrado, de acogimiento o de rechazo, de amistad o de enemistad. Así podemos ver el profundo sentido humano de algunas actitudes de Jesús como lavar los pies a sus discípulos. El contacto humano implica siempre un nivel de compromiso interior más fuerte y profundo que la palabra. No es lo mismo rezar por un leproso, o consolarlo de lejos que acercarse a curarlo,

aunque ambas actitudes sean válidas y la primera sea quizá la única posible para la mayoría de nosotros.

Analizando más en detalle las formas de relación humana, vemos que tienen básicamente dos direcciones: acercamiento/contacto y alejamiento/separación. Desde el punto de vista de la cualidad o característica de la relación en sí, ambas direcciones pueden implicar una actitud amistosa, indiferente o inamistosa.

Practicaremos, por consiguiente:

### **1. Formas de acercamiento**

Se consideran las siguientes:

- espacial (caminar, correr, arrastrarse, etc. hacia algo como a una meta);
- posicional: estando inmóvil en el espacio, tender el cuerpo hacia una meta (brazos, piernas, cabeza, torso);
- intencional: suponiendo una inmovilidad completa o parcial indicada por el guía (por ejemplo no mover brazos ni piernas) tender con la expresión que sea posible (manos, rostro, mirada) hacia la meta.

### **2. Formas de contacto**

Se practicará primero individualmente con un objeto elegido por cada uno, o con el mismo objeto para todos (por ejemplo las paredes del salón) y en la siguiente secuencia:

- mínima: sólo un punto (extremos de los dedos de manos o pies, cabeza, etc.);
- pequeña (una mayor superficie, un miembro);
- más amplia: una parte considerable del cuerpo;
- máxima: la mayor superficie posible del cuerpo.

En la medida en que el grupo se sienta motivado, lo hará luego con otros compañeros, sea por grupos de dos o tres, o en forma grupal.

Una forma de vivenciar la sucesiva compactación del grupo es: caminar primero libremente por el salón, sin tocarse y cada uno lo más alejado

posible del otro, a modo de átomos dispersos. Luego se irán acercando (en grupos de dos o tres) y tocándose en forma mínima, hasta que todos se toquen en forma mínima, luego ir estrechando el contacto hasta formar un todo compacto con los cuerpos, y volver a separarse de la misma forma, pero en sentido inverso y disgregarse. A continuación puede reflexionarse sobre la impresión que causó la experiencia en cada uno.

### **3. Formas de alejamiento**

Son las mismas que las de acercamiento, pero en sentido inverso, es decir, apartándose del objeto de distanciamiento, en forma espacial, posicional e intencional.

### **4. Formas de separación**

Indicamos con esto no todavía el sentido reprobatorio (aunque generalmente lo implica) sino exclusivamente la experiencia corporal de un alejamiento consumado, y en ese sentido es la contrapartida del contacto. Puesto que incluso en el acercamiento hay todavía separación física, no nos referimos aquí tanto a ella, como a la actitud psíquica de estar definitivamente distanciado o separado y que físicamente se marca con algún gesto conclusivo, dependiendo éste de la forma expresiva propia de cada individuo.

Como ejercitación vivenciada se realizará el ejercicio de contacto (grupal o individualmente) y al llegar a la disgregación, y cuando cada uno lo considera terminado como movimiento de alejamiento, hará un gesto conclusivo que él sienta como tal (gestos conclusivos típicos son, por ejemplo irse y cerrar la puerta, hacer un gesto de adiós, hacer el gesto de separar las manos juntas a la altura del pecho, como diciendo “se acabó”, o “no hay más”, etc.). A continuación puede reflexionarse sobre la diferencia entre los dos ejercicios, es decir, el de disgregación - contacto - disgregación, y el mismo pero añadiendo el final de la relación.

Esta práctica, como se habrá observado, es emotivamente neutra, en el sentido de que el acercamiento no implica necesariamente amistad, ni el

alejamiento enemistad. Cuando se haya vivenciado la experiencia del acercamiento/alejamiento y el contacto/separación como experiencias corporales que siempre tienen un significado en sí mismas, pasaremos al aspecto afectivo.

Practicaremos:

**1.** Acercamiento amistoso: es decir, a las formas de acercamiento señaladas, se añadirán las expresiones de amistad, amor, etc. Nótese que también se pueden indicar matices del acercamiento:

- rápido y fácil;
- difícil pero posible (implica poner mucha fuerza y esperanza);
- difícil y casi imposible (implica dolor).

**2.** Acercamiento inamistoso: implica desprecio - amenaza - rabia - desdén, matices que se expresarán con sus respectivas maneras, notando que en el movimiento de acercamiento, a medida que se progresa, deben intensificarse los sentimientos, sobre todo los inamistosos, o incluso los aprestos de combate.

**3.** Acercamiento indiferente: no se trata de no advertir el acercamiento (no verlo, no oírlo), sino de un acercamiento que no interesa, que da igual, desde el punto de vista humano. La expresión que debe practicarse está ligada a las formas de indicar “no me importa” y puede hacerse de muchas maneras. Hay gestos típicos, como alzar los hombros o hacer una mueca con los labios, pero cada uno debe explorar sus formas propias de indiferencia, incluso recordando situaciones pasadas. Así, algunos miran al objeto indiferente, pero en el vacío, otros dan vuelta la cabeza, otros continúan haciendo lo que hacían, etc.

**4.** Contacto amistoso: se practican las mismas experiencias ya indicadas, añadiendo expresiones de afecto o amor: suavidad en el roce, gesto delicado, sonrisa, etc. según cada uno lo sienta, procurando expresar todas las modalidades del afecto (tierno, melancólico, dolorido, nostálgico, etc.).

**5. Contacto inamistoso:** es directamente la agresión. Aunque con limitaciones obvias, debemos intentar practicarla, al menos en forma verbal y físicamente limitada, por ejemplo gritándose, amenazándose, presionándose sólo en brazos o manos, cuidando límites, etc.

**6. Contacto indiferente:** es muy difícil, porque raramente el contacto es indiferente para una persona normal. La idea central para lograrlo es eliminar de la mente toda connotación personal con respecto al objeto de contacto, y sentirlo como un ente cualquiera que me toca (una frazada, por ejemplo) pero que no implica aprecio ni peligro.

**7. Alejamiento amistoso:** se practica como el alejamiento neutro, pero se supone que alejarse de un objeto querido (persona o cosa) implica al menos las siguientes connotaciones que se procurarán expresar: esperanza de reencuentro, nostalgia, dolor, tristeza, según que la separación sea pasajera, probablemente duradera, para un largo tiempo, para siempre.

**8. Alejamiento inamistoso:** supone al menos dos notas específicas y bien diferentes: alivio (para el caso de un enemigo poderoso o peligroso, como análogo del temor) y rencor. Por lo tanto, deben practicarse separadamente las dos modalidades, insistiendo en que el rencor puede ser interiorizado y disimulado (por ejemplo cuando no queremos mostrar nuestra enemistad real) o abierto y amenazante, si la enemistad es declarada.

**9. Alejamiento indiferente:** se practica del mismo modo que el acercamiento, pues no implica ningún matiz afectivo.

**10. Separación amistosa:** del mismo modo que el contacto amistoso, hay graduación de intensidad, de menor a mayor, sólo que producen efectos opuestos: cuando más intenso sea el afecto, mayor razón de tristeza por la separación. Se practicarán los diversos matices: melancolía, nostalgia, tristeza, dolor, desesperación.

**11. Separación inamistosa:** como el alejamiento, provoca alivio y rencor,

sólo que el rencor, si la separación es definitiva, no podrá ya expresarse amenazadoramente, ni como proyecto de venganza, sino sólo con los matices de rabia, despecho y desdén (incluso frente a terceros)

**12.** Separación indiferente: no es necesario expresarla de modo especial, y vale el ejercicio general de separación para analizar sus caracteres físicos y psíquicos.

## **GUÍA DE EXPRESIONES QUE SE USARAN EN LOS GESTORAMAS**

Los gestoramam que se verán requieren diversos tipos de expresiones; por lo tanto, es conveniente que se practiquen separadamente y en un contexto independiente del mensaje evangélico, puesto que así se apreciará mejor su índole humana y el sentido que tiene para los cristianos la expresión religiosa vivenciada corporalmente.

- 1. Curación del paralítico:** poder espiritual, súplica, admiración, murmuración (forma de acecho), bendición, dolor, alegría, liberación física, celos, envidia, rechazo.
- 2. La transfiguración:** elevación, éxtasis, espiritualización, sublimación, contemplación, despertar de un sueño.
- 3. Multiplicación de los panes y peces:** dar (de diversos modos), recibir, agradecer, consumir (comer, beber), hambre, sed.
- 4. Expulsión de demonio:** locura (por posesión demoníaca), tentación, rechazo del demonio en forma de echar fuera, señalar, imponer manos (puede hacerse el trabajo de imposición de manos con sentido de protección religiosa de diversas formas: bendecir, señalar el corazón, bendecir a lo Buda, etc.)
- 5. Resurrección de Lázaro:** rezo, resignación, tristeza, dolor, esperanza (en diversas formas: expectativa, ansiedad, felicidad), condolencia formal, llanto, dolor, resucitar como un despertar.
- 6. Parábola del hijo pródigo:** tristeza, resignación, firmeza, arrepentimiento, dolor, hambre, abandono, alegría (del padre), alivio (alegría del hijo recibido), reprobación (del hermano mayor).
- 7. Parábola de los talentos:** comerciar, recibir, agrandar, guardar, esconder.

**8. Parábola del fariseo y el publicano en el templo:** seguridad, jactancia, humillación, arrepentimiento.

**9. Parábola del buen samaritano:** agresión, daño físico, abandono, indiferencia, socorro, cuidado.

**10. Parábola de las vírgenes prudentes:** espera, expectativa, indiferencia, distracción.

**11. Nacimiento de Jesús:** maternidad (parto, cuidado, amamantar), paternidad (protección, cuidado, orgullo, alegría), anuncio feliz, visita, admiración, incredulidad, rencor.

**12. Las tentaciones en el desierto:** soledad, acecho, firmeza, rechazo.

**13. Entrada en Jerusalén y última cena:** alegría, exultación, humildad, acecho traicionero, promesa, juramento, amor, fidelidad.

**14. Pasión:** serenidad, resignación, rabia, desdén, despecho, agresión, intriga, curiosidad, lástima, dolor, desesperación, tristeza, llanto, indiferencia, burla, asombro, terror, arrepentimiento, duelo.

**15. Resurrección y ascensión:** despertarse, elevarse, bendecir, enseñar, consagrar, despedirse, alegrarse, asombrarse.

**16. Pentecostés:** espera, rezo, asombro, alegría, bendición, predicación, murmuración, alabanza.

**17. Pedro y Juan ante el Sanedrín:** agresión, prendimiento, amenaza, burla, inquisición, reprobación, defensa, firmeza, testimonio.

**18. Tempestad y naufragio de Pablo:** temor, ansiedad, desesperación, confianza, rezo, ayuda, alegría alivio.

**19. Las tres negaciones de Pedro:** observación, ansiedad, interrogación, señalamiento, miedo, negación, arrepentimiento.

**20. Curación del tullido, discurso y prendimiento:** rezo, adoración, imposición de manos, súplica, liberación de impedimento físico, enseñanza, disgusto, preocupación, insidia, acechanza.

**21. Maldición a Ananías:** cordialidad franca, cordialidad fingida, maldición, rechazo, fulminación.

**22. Prisión y liberación por el Ángel:** agresión, prendimiento, rezo, resignación, sueño, éxtasis.

**23. El discípulo amado:** preocupación, observación, insidia, confianza, cariño.

**24. El discípulo amado y la Madre del Señor:** sufrimiento, resignación, confianza, acogimiento.

**25. Juan en el sepulcro:** sorpresa, ansiedad, prisa, admiración, extrañeza, comprensión, alegría.

**26. Pedro y los Apóstoles en el discurso al Sanedrín:** enseñar, interrogar, responder, proclamar, rechazar.

**27. La conversión de Pablo:** seguridad, sorpresa, temor, aceptación, éxtasis, alegría.

**28. El mago Elimas:** invitación, oposición, denuncia, burla, castigo, confusión.

**29. Prisión de Silas:** prendimiento, oración, esperanza, curiosidad, sorpresa, admiración, temor, alegría.

**30. El discurso en el Areópago:** tolerancia, curiosidad, escepticismo, ironía, convicción, aceptación.

**31. Vocación de los cuatro primeros discípulos:** diversos estados personales (malhumor, desconfianza, seguridad, escepticismos, etc.) curiosidad, aceptación.

**32. Vocación de Leví:** recaudar, contar, guardar, escuchar, aceptar, seguir.

**33. Nicodemo:** reflexión, crítica, pregunta, duda, consejo.

**34. María:** uncir, acariciar, besar, reprochar, responder, reprender, agradecer.

**55. Esteban:** confesar, proclamarse cristiano, condenar, apresar, apedrear, insultar.

**36. Los apóstoles prendidos y azotados:** burlarse, amenazar, predicar, tomar preso, empujar, maltratar, azotar.

**37. Los encarcelados por Saulo:** odio, burla, indiferencia, miedo, resignación, piedad.

**38. Los que sufren por Cristo:** burlarse, amenazar, insultar, convencer, murmurar, tranquilidad, resignación, defensa.

**39. Los elegidos:** señalar, marcar, éxtasis, adoración, oración, alegría, bendición, agradecimiento.

**40. Los ciento cuarenta y cuatro mil:** éxtasis, adoración, alegría, comunidad feliz.

**41. El castigo de los malos:** profetizar, prever, anunciar, miedo, huida, abatimiento.

**42. El pueblo de Dios:** apartamiento, protección, salvación, agradecimiento, adoración, bendición.

Como se habrá apreciado, hay expresiones que se repiten, porque corresponden a la dimensión religiosa de la vida humana. Por lo tanto, deberá ponerse el acento en ellas, tanto en sus matices, como en la forma auténtica en que cada uno puede realizarlas.

## **COMPLEMENTO. RELACIONES ESPACIALES**

El espacio es un elemento importante del lenguaje del movimiento. Siempre que hagamos algún desplazamiento, la utilización y manejo del espacio tiene una significación por sí misma. Por lo tanto, como complemento de los ejercicios preparatorios de los gestoramas, daré algunas indicaciones sobre las relaciones espaciales y sus características.

### **1. Uso del espacio**

Hay dos formas básicas de encarar el manejo del espacio en quien se traslada a través de él:

- a) Controlando y dominando el espacio, midiendo las relaciones, manteniendo distancias.
- b) Dejándose dominar por el espacio, como un objeto más.

Por ejemplo, la danza norteamericana moderna controla el espacio, mientras que la danza alemana tiende a sumergir al bailarín en el espacio, como si lo “tragase”. Son dos sensaciones que se traducen en movimientos espacialmente controlados (por ejemplos los pasos medidos y contados) o no controlados (traslaciones libres, carreras como absorbiendo el viento, etc.)

### **2. Calidad del espacio**

El espacio no es sólo el suelo donde caminamos o nos arrastramos, sino toda la atmósfera que nos rodea. Estamos habituados a que sea algo traslúcido y fácilmente atravesable. Sin embargo, podemos concebir otros tipos de espacio, que producirán diversas formas y calidades de movimiento al pretender penetrarlo; un espacio puede ser muy denso, como algo gomoso, una masa (una ciénaga) o, al contrario, puede ser mucho más etéreo que el nuestro, sin gravedad, donde todos los movimientos se hacen sin fuerza. Entonces, un movimiento en un espacio denso deberá poner mucha más energía que en el espacio normal; el mismo movimiento, en un espacio etéreo, deberá poner menos. Como resultado, las relaciones expresivas

variarán también. Esto puede servir para la expresión de estados de ánimo, pues cuando estamos alegres la atmósfera nos resulta etérea, mientras que cuando estamos tristes y deprimidos la percibimos pesada, como abrumándonos.

### 3. Relaciones espaciales

Cuando un suceso acaece en el espacio, podemos formar todos parte de dicho suceso, en cuyo caso las relaciones son totales, o bien el suceso puede acaecer en una parte determinada y los demás no tomar parte, ser espectadores. Por lo tanto, si en un acontecimiento hay una diferencia entre actores y espectadores, hay una división del espacio en dos partes. A su vez, el espectáculo puede suceder en el centro del espacio, o frontalmente (al modo de los teatros actuales).

Esquemáticamente, las relaciones son:

Espacio:

Total

Parcial:

espectador

espectáculo

frontal

central

Podemos concebir nuestros gestoramas de dos modos: como una relación total, y en ese caso no habrá espectadores, sino que todos lo vivimos y experimentamos, o como algo para mostrar a los demás, con sentido catequético. Ambas formas de encarar el gestorama son válidas; no obstante, si queremos, además de vivenciar grupalmente nuestra fe, transmitir ese mensaje a quienes no forma parte del grupo expresivo, deberemos tener en cuenta la realización de gestoramas con espacio parcial, es decir, como espectáculo. En este caso, deberemos encararlos en forma convencional (con espacio frontal) o en forma circular. Enseguida volveré sobre esto.

Por otra parte, aun en el caso de que sólo se encaren los gestoramamas como vivencia grupal, es interesante, como posibilidad para la reflexión, hacer la experiencia del gestorama-espectáculo, en las dos formas de uso (frontal y central).

El uso frontal del espacio es el que corresponde a la estructura tradicional de nuestros teatros: una parte de la sala se toma como frente, los espectadores se sientan todos en la misma dirección y los “actores” actúan para el público, es decir, también con un solo frente. Naturalmente las modernas técnicas interpretativas no son tan rígidas y la acción se desenvuelve frontalmente de modo bastante natural. Sin embargo, hay una profunda diferencia en los dos casos, que tiene que ver con nuestras posibilidades expresivas: en la forma frontal, todos los espectadores ven lo mismo, en la central (con los espectadores alrededor) cada sector ve un ángulo distinto, por tanto la representación no puede pensarse para un solo frente. Esto tiene consecuencias interesantes, que analizaré luego.

**a. Forma frontal.** Si tomamos un espacio escénico convencional, un rectángulo, podemos subdividirlo en partes, cada una de las cuales da una valoración distinta al objeto colocado en él. Los números de 1 a 9 indican el orden decreciente de valorización espacial. Debe tenerse en cuenta que esto vale para la sensibilidad cultural de occidente, que lee de izquierda a derecha. En otras culturas, con lecturas de derecha a izquierda, sería al revés.

---

6	3	9
---	---	---

---

4	1	7
---	---	---

---

5	2	8
---	---	---

frente

Para trazar líneas de movimiento en el espacio, que se valoricen o desvaloricen por el espacio mismo, deben tenerse en cuenta estos criterios:

- Debe tenerse en cuenta sobre todo el punto de llegada del movimiento, y no los de pasaje. Así, un movimiento será debilitado si termina en 9 aunque haya pasado por 1.
- Las diagonales completas son complejas, porque pasan por el centro.
- Caminar de frente es fuerte, caminar de espaldas o de costado es débil.
- Un personaje colocado en un lugar débil (desvalorizado en el espacio) puede ser valorizado por otros elementos (por ejemplo sus ropas, sus propios movimientos si los demás están inmóviles, la luz, etc.). Lo mismo la inversa.
- Hacia el fondo un personaje se solemniza, hacia el frente (más cercano al espectador) se hace más realista. Este carácter puede usarse en sentido opuesto, por ejemplo para ironizar o marcar paradojas.

**b. Forma central.** En este caso la actuación sucede en el centro, y los espectadores están colocados alrededor. Puede ser en un sector semicircular (como los modernos anfiteatros) o totalmente circular (como es costumbre en los rituales artísticos de pueblos primitivos, danzas gitanas, rondas de niños, etc.). Como se dijo, la característica de esta forma es que no hay puntos absolutamente fuertes o débiles, porque no hay un solo sector de visión. Por lo tanto, lo único que puede marcarse como fuerte es el centro, y la debilitación del espacio se marca en círculos concéntricos alejándose del centro. Así, el personaje más importante estará en el centro, resultará solemne y será valorizado. Los personajes menos valorizados quedarán alrededor, sucesivamente alejados. Las líneas de acercamiento al centro son fuertes, las de fuga son débiles. Los movimientos circulares no alteran la valoración del personaje con relación al espectador, pero sí su relación con el personaje central, según que el espectador los ve más cerca o más lejos (como planetas).

Como experiencia, al realizar un gestorama en las dos formas y con los mismos espectadores, se puede pedir que estos interpreten el sentido de las acciones de los personajes, analizando las diferencias que se aprecian según una u otra forma. Así se podrá elegir la más conveniente a cada caso.

## Parte II

### Realización de Gestoramas

#### Nota preliminar

Si bien en muchos casos las personas que participen de esta actividad conocen los relatos evangélicos, al menos en general, es necesario fijar bien, antes de comenzar el ejercicio, el texto que se va a representar en el gestorama. Por eso el guía o coordinador del grupo, antes de comenzar con los ejercicios preparatorios, debe dar lectura al texto correspondiente. Es importante que lo lea lentamente, recalcando los puntos más significativos, señalando con la voz la diferencia de actitud de los personajes; en suma, se trata de una lectura interpretada y no mecánica. Pero **no** debe hacer comentarios ni interpretaciones propias, pues esto alteraría el proceso que se intenta.

Aunque la mayoría de los relatos están repetidos en los evangelios y el guía puede escoger cualquiera a su gusto, aquí se sugiere la versión más adecuada para el gestorama cuando los participantes tienen poca experiencia de la actividad.

## I Parte. Vida de Jesús en los Evangelios

Para la expresión de la fe no se parte de dogmas abstractos, como “la divinidad de Jesús”, sino de actitudes de la vida de Jesús que lo muestran como el Mesías. Esto constituye la primera parte, subdividida a su vez en momentos, como explicamos en el esquema general.

### 1ª. Sección. Los relatos de milagros

Como lo muestra el análisis estructural, todos los relatos de milagro tienen un esquema básico que muy sucintamente (no estamos en clase de teología) puede exponerse así:

un antecedente, situación grave, de peligro, **negativa, el mal**  
una presencia (popular o restringida) que toma conciencia de ello  
el fracaso de las medidas tradicionales contra ese mal  
aparición de Jesús  
pedido a Jesús (fe implícita)  
Jesús responde a ese pedido, obra un milagro  
**se muestra como Cristo**  
el beneficiario reconoce el poder de Jesús (explicitación)  
Jesús se retira  
críticas a Jesús de los murmurantes  
admiración de la muchedumbre.

Según se ve, es una estructura concéntrica que se presta a la relación como drama.

Como ejercicio se hará en dos etapas. En la primera será totalmente muda, sólo como expresión. Más adelante, en la segunda parte del curso, se usarán las palabras de los Evangelistas.

## Curación del paralítico

**Texto: Mateo 9, 1-8**

*Subiendo luego a la barca, pasó a la otra orilla y vino a su ciudad. En esto trajeron donde él un paralítico postrado en una camilla. Viendo Jesús la fe de ellos, dijo al paralítico: “¡Ánimo! hijo, tus pecados te son perdonados”. Entonces algunos escribas dijeron apara sí: “Éste está blasfemando”. Mas Jesús, conociendo sus pensamientos, dijo: “¿Por qué pensáis mal en vuestros corazones? ¿Qué es más fácil decir: ‘Tus pecados te son perdonados’, o decir: ‘Levántate y anda’? Pues para que sepáis que el Hijo del hombre tiene en la tierra poder de perdonar los pecados –dice entonces al paralítico– ‘Levántate, toma tu camilla y vete a tu casa’”. Él se levantó y se fue a su casa. Al ver esto la gente se sobrecogió y glorificó a Dios, que había dado tal poder a los hombres.*

### **Motivación: lectura del texto**

Como ejercicio preparatorio una improvisación libre, individual y/o grupal sobre el tema. Conforme a los resultados, el guía analiza los diversos aspectos, dando la posibilidad de que cada uno reconozca lo válido de la improvisación. Luego, irá explicando las bases simbólicas de la forma estructurada de expresión.

**1º.** Formación en círculo. Todos los participantes se reúnen en círculo, en el interior se desarrollará lo esencial de la acción. Contraposición entre el frontalismo (teatro puro) y la integración primitiva (círculo mágico). Todos los actantes saldrán de ese grupo.

**2º.** ¿Cómo sale Jesús? Dos formas: desde fuera (de entretelones) o del mismo grupo. Significan dos concepciones sobre Jesús; una pone el acento en lo trascendental, lo venido “de arriba”; otra en lo propiamente humano, en cuanto es “nuestro hermano”. La decisión puede provenir del guía, del grupo

o de un análisis textual (qué quiso destacar más el Evangelista; por ejemplo: si interpretamos los Sinópticos podemos usar el segundo modo, a Juan el primero le va mejor).

**3º.** Desarrollo de la acción. Dos formas: simultánea o sucesiva (mientras Jesús cura el pueblo se asombra y los malos murmuran, o eso viene después). También son dos modos de entender el mensaje, como lo que se ve, o como lo “que nos han contado”. Ensayar la diferencia de una y otra forma, para los mismos intérpretes y con relación al público (por ejemplo, que una parte del grupo haga de público y dé su opinión).

**4º.** Término: improvisación sobre lo que el mensaje nos sugiere a nivel de expresión corporal **exclusivamente** (tal como ya indiqué, en la segunda parte puede verbalizarse).

Estas indicaciones, como las correcciones del caso, son válidas para los siguientes relatos de milagro.

### **Realización del gestorama**

**Jesús:** es llamado y solicitado. La expresión debe indicar el cambio de atención: primero está atendiendo a sus discípulos, cuando lo reclaman debe tomar atención en el paralítico. La toma de atención es particularmente fuerte. Por tanto, hay que utilizar las expresiones **bien** marcadas de interés y de solicitud (parte general). La disposición a curar implica una comprensión del problema. Hay dos formas de reaccionar frente al paralítico (pensar en un mendigo, por ejemplo): con la afectividad pura o principalmente, o con la razón. Ambas son formas válidas, según el temperamento de cada uno. Sensibilidad: expresión de simpatía, de dolor, de compasión (parte general). Con la razón: se avizora un problema al que hay que dar solución. Si bien ambas son válidas, lo son en cuanto reacciones que conduzcan a un resultado tangible (la curación). Es decir, no basta la actitud de la primera reacción (que se hará a distancia) sino que hay que completarla con el acercamiento **real** a solucionar el problema. Terminado el gestorama, reflexionar sobre

nuestras actitudes en caso semejante, y en qué medida la primera reacción es seguida de la actitud curativa real como en Jesús.

El gestorama debe marcar la reacción (afectiva o racional, según el intérprete), el acercamiento y la imposición frente al mal, como tres momentos esenciales (esto vale para todos los casos en que el milagro consiste en algo exterior: resurrección de Lázaro, multiplicación de panes y peces, etc.) A nivel individual, improvisación expresiva como preparación. Marcar esos tres momentos en una situación de ayuda al prójimo en la vida diaria, puede ser un buen ejercicio complementario.

Actitud de imposición: actitud de quien **tiene poder** sobre el mal a título personal. La idea para la expresión es imaginar una fuerza vital, un flujo energético que sale de todo el cuerpo de Jesús, o de una de sus partes, y penetra en todo el cuerpo del paralítico o en alguna de sus partes. Expresión: tono muscular tenso, aumentando progresivamente, movimiento de imposición lento, en espacio denso, para expresar la energía. Formas “solemnes” (ver parte general).

**Paralítico:** momento inicial: impotencia motora, dependencia de quienes lo llevan, abandono. Súbitamente esperanza. Puesto que no se mueve, la expresión debe marcarse sólo con rostro y en parte manos y mejor sólo con rostro, particularmente la mirada. Ejercicio complementario: miradas solas de Jesús y el paralítico: pedido-atención; acercamiento de Jesús - esperanza; presencia de Jesús - alegría.

Paralelamente al influjo energético de la expresión de Jesús, el paralítico debe recibirla, lo que le permitirá comenzar a moverse. Ver ejercicios “en relación”. Hay varias formas posibles:

- **Sin contacto** y a distancia cercana: imposición de manos, o de una (estilo Buda o Jesús bizantino). La energía es un haz que sólo comienza a distribuirse por el otro cuerpo al llegar a él: de un centro motor comenzarán los demás movimientos (por ejemplo, a partir de un plexo, mejor que de un solo miembro).

- **Contactos:** Jesús pone su mano. Si lo hace sobre la cabeza, el rostro o el corazón, efecto similar al anterior. Si lo hace sobre un miembro, el movimiento comenzará por allí.
- La **imposición** se desliza y va provocando la curación. A medida que la mano toca o pasa cerca de cada miembro, comienza a moverse. Esta tercera forma es la más sencilla para comenzar; la primera es la más difícil, pero la más interesante como posibilidad expresiva, para un nivel de mayor adelanto.

**Participación admirativa del pueblo y murmurante de los malos,** conforme a ejercicios generales: formas de admiración, formas de celo o envidia, formas de rechazo.

\*

## La transfiguración

### *Texto Lucas 9, 28-36*

*Unos ocho días después de estas palabras [“el Reino de Dios está próximo”] tomó consigo a Pedro, Juan y Santiago, y subió al monte a orar. Y, mientras oraba, el aspecto de su rostro se mudó, y sus vestidos eran de una blancura fulgurante, y he aquí que conversaban con él dos varones, que eran Moisés y Elías; los cuales aparecían en gloria, y hablaban de su partida, que estaba para cumplirse en Jerusalén. Pedro y sus compañeros estaban cargados de sueño, pero permanecían despiertos, y vieron su gloria y a los dos varones que estaban con él. Y al separarse ellos de él, dijo Pedro a Jesús: “Maestro, es bueno estarnos aquí; vamos a hacer tres tiendas, una para ti, otra para Moisés y otra para Elías”, sin saber lo que decía. Estaba diciendo estas cosas cuando vino una nube y los cubrió con su sombra; y al entrar en la nube, se llenaron de temor. Se oyó una voz desde la nube, que decía: “Éste es mi Hijo, mi Elegido; escuchadle”. Y cuando la voz hubo sonado, se encontró Jesús solo. Ellos callaron,*

*y por aquellos días, no dijeron a nadie nada de lo que habían visto.*

Aunque este relato pertenece al contexto total de la Pasión, que incluye sus anuncios, puede aislarse como relato de milagro. Manteniendo el esquema básico de Jesús que se manifiesta como Cristo en el núcleo central, se diferencia en cuanto a la “gratuidad” del signo, no hay un pedido anterior, pero sí admiración posterior. Importante en el relato en el aspecto del “secreto” mesiánico.

Reflexión previa: Jesús se manifiesta como Cristo frente a los discípulos más cercanos, a los que hace partícipes de su “secreto” en su manifestación más inmediata: la visual. Valor de la vista como vehículo. Relación con el Dios invisible de Moisés, aquel que habla desde la zarza porque no hay rostro humano que pueda ver su majestad sin morir. Es el Dios tremendo. Jesús es el Dios a la medida humana, el Dios majestuoso pero “hermano”. La expresión tiene que recalcar ese aspecto.

### **Ejercicios preparatorios para los personajes**

- **Jesús:** un ser que tiene conciencia de su misión y su destino, lo asume y lo demuestra cuando debe. De ser normal y cotidiano pasa a la dimensión de la grandeza divina. Ésta se manifiesta, expresivamente, como una fuerza interior irradiativa. Debe imaginarse que el cuerpo se concentra en sí, como un diamante, una sustancia superior, e irradia luz y potencia, transformándose en algo sublime, etéreo, brillante, pero no “tremendo”. Es la expresión de lo numinoso, del misterio revelado. Ejercicios: de pie, o de rodillas, manos plegadas sobre el pecho, rostro sereno y relajado, cabeza un poco levantada, concentrar la atención en el centro del cuerpo, realizar una tensión interior suave y sostenida, como si el cuerpo fuese ocupando cada vez más espacio y fuera a la vez más transparente, inmaterial (no gaseoso, difuminado o vago, que son otras sensaciones), algo así como una llama (pero inmóvil) o una fuente de luz. Este estado se supone que es el de la contemplación de la esencia divina (beatitud), expresada en el rostro como visión de una lejanía muy nítida y admirable, algo que colma plenamente el

gozo de la vista: ojos abiertos, con poco parpadeo, mirada fija, no errante, concentrada pero no preocupada, movimientos muy lentos, irradianes: de brazos cruzados a una expresión salvífica: brazos en cruz, hacia adelante con palmas hacia arriba, como ofrenda, hacia abajo con palmas hacia afuera (Buda calmando los elementos), o hacia abajo con palmas hacia abajo, como “imponiendo” las manos al mundo a los pies.

**Los discípulos:** actitud de observación admirativa. Se supone que al principio el asombro determinaría algún comentario, movimiento, inquietud, etc. Pero luego son totalmente cooptados por el prodigio. Expresión: observación de curiosidad (ver ejercicios preparatorios generales), algunos de temor (ver ídem) pero lentos y muy medidos. Finalmente entrega a la contemplación del prodigio. Al término, vuelta gradual (o búsqueda, dos variantes posibles) a la normalidad. Idea de que se despierta de un sueño (ver ejercicios preparatorios).

\*

## **Multiplicación de los panes y peces**

### ***Texto Marcos 6, 30-44***

*Los apóstoles se reunieron con Jesús y le contaron todo lo que habían hecho y lo que habían enseñado. Él, entonces, les dice: “Venid también vosotros aparte, a un lugar solitario, para descansar un poco”. Pues los que iban y venían eran muchos, y no les quedaba tiempo ni para comer. Y se fueron en la barca, aparte, a un lugar solitario. Pero les vieron marcharse y muchos cayeron en cuenta; y fueron allá corriendo, a pie, de todas las ciudades, y llegaron antes que ellos. Y al desembarcar vio mucha gente, sintió compasión de ellos, pues eran como ovejas que no tienen pastor, y se puso a instruirlos extensamente. Era ya una hora muy avanzada cuando se le acercaron sus discípulos y le dijeron: “El lugar está deshabitado y ya es hora avanzada. Despídelos para que vayan a las aldeas y pueblos*

*del entorno a comprarse de comer”. Él les contestó: “Dadles vosotros de comer”. Ellos le dicen: “¿Vamos nosotros a tener doscientos denarios para darles de comer?”. Él les preguntó: “¿Cuántos panes tenéis? Id a ver”. Después de haberse cerciorado, le dicen: “Cinco, y dos peces”. Entonces les mandó que se acomodaran todos por grupos sobre la verde hierba. Y se acomodaron por grupos de cien y de cincuenta. Y él, tomo los cinco panes y los dos peces, y levantando los ojos al cielo, pronunció la bendición, partió los panes y los iba dando a sus discípulos para que se los fueran sirviendo, Y también repartió entre todos los dos peces. Comieron todos hasta saciarse. Y recogieron doce canastos llenos de trozos de pan y las sobras de los peces. Los que comieron los panes fueron cinco mil hombres”.*

### **Esquema básico para milagros con objetos (las bodas de Caná, etc.)**

La realización escénica es circular, cuando se trata del pueblo, es frontal en el caso de las Bodas. La idea es una repetición inagotable de actos de “dar” que nunca acaban los objetos repartibles. Las expresiones del grupo son de “recibir”, agradecer y consumir. Para todo esto, ver los ejercicios preparatorios.

Desde el punto de vista expresivo-teológico hay dos variantes: la actitud del receptor frente al don (siempre amoroso y paciente) puede ser egoísta o altruista, el don puede recibirse para consumirse en la soledad, para compartir o (si todos han recibido al mismo tiempo) para agradecer en común. Estas tres variantes serán representadas por el grupo, tomando conciencia de que la primera forma de recepción, la más común, no implica necesariamente desagradecimiento (cada uno agradece individualmente lo que recibe) sino falta de sentido comunitario. No hay que mostrar pues, al receptor como un desagradecido sino como un aislado, es un individuo más entre otros, no tiene conciencia de comunidad.

**Caso 1.** Los individuos se acercan a Jesús, en el centro junto con los discípulos inmediatos que tienen varias cestas. Las cestas pueden suprimirse

y hacer sólo los gestos, o reemplazarse por otros objetos incluso más pequeños, como un plato, o más grandes, como una olla colectiva de la cual se sirve en escudillas (figuración más realista de formas actuales de la olla popular). Cada uno realizará su propia expresión de hambre, pedido y agradecimiento, sin conexión con los demás. Para que se aprecien las diferencias expresivas con el otro caso, una parte del grupo observa y la otra trabaja alternativamente.

**Caso 2.** Se establece una especie de cadena. No todos tienen acceso a Jesús, pero los que reciben primero reparten. A su vez los que reciben interpónen una persona, agradecen a ella, a Jesús o a los dos a la vez.

**Caso 3.** Todos reciben a la vez y agradecen en conjunto (relacionados).

\*

## **La expulsión de los demonios**

### ***Texto Marcos 5, 1-30***

*Y llegaron al otro lado del mar, a la región de los gerasenos. Apenas saltó de la barca, vino a su encuentro, de entre los sepulcros, un hombre con espíritu inmundo que moraba en los sepulcros y a quien nadie podía ya tenerle atado, ni siquiera con cadenas, pues muchas veces le habían atado con grillos y cadenas, pero él había roto las cadenas y destrozado los grillos, y nadie podía dominarle. Y siempre, noche y día, andaba entre los sepulcros y por los montes, dando gritos e hiriéndose con piedras. Al ver de lejos a Jesús, corrió y se postró ante él y gritó con gran voz: “¿Qué tengo yo contigo, Jesús, Hijo de Dios Altísimo? Te conjuro por Dios que no me atormentes”. Es que él le había dicho: “Espíritu inmundo, sal de este hombre”. Y le preguntó: “¿Cuál es tu nombre?”. Le contesta: “Mi nombre es Legión, porque somos muchos”. Y le suplicaba con insistencia que no los echara fuera de la región. Había allí una gran piara de cerdos que*

*pacían al pie del monte; y le suplicaron: “Envíanos a los puercos para que entremos en ellos”. Y se lo permitió. Entonces los espíritus inmundos salieron y entraron en los puercos, y la piara –unos dos mil– se arrojó al mar desde lo alto del precipicio y se fueron ahogando en el mar. Los porqueros huyeron y lo contaron por la ciudad y por las aldeas; y salió la gente a ver qué era lo que había ocurrido. Llegan donde Jesús y ven al endemoniado, al que había tenido la Legión, sentado, vestido y en su sano juicio, y se llenaron de temor. Los que lo habían visto les contaron lo ocurrido al endemoniado y lo de los puercos. Entonces comenzaron a rogarle que se alejara de su término. Y al subir a la barca, el que había estado endemoniado le pedía quedarse con él. Pero no se lo concedió, sino que le dijo: “Vete a tu casa, donde los tuyos, y cuéntales lo que el Señor ha hecho contigo y que ha tenido compasión de ti”, Él se fue y empezó a proclamar por la Decápolis todo lo que Jesús había hecho con él, y todos quedaban maravillados.*

Dos niveles: en una primera etapa, se desarrolla el relato en forma teatral, donde hay un solo endemoniado.

**Ejercicios preparatorios.** El endemoniado, significación teológica y psicológica del “demonio”, la fuerza del mal personalizado que hace presa en un individuo determinándolo a realizar cosas contra su voluntad, que ya no puede usar.

- **1º ejercicio:** influjo del demonio. Dos participantes, uno poseído, otro el demonio. Dominación de un sujeto por otro. Formas expresivas:

1. forma más elemental, un acercamiento y sujeción por fuerza, dominio del más débil;
2. forma más elaborada, tipo control mental, del demonio dirige desde lejos, ordenando o sugiriendo movimientos al otro (deben copiarse estilo espejo);
3. forma más insidiosa: la tentación invencible, pues se presenta como bondad.

**Técnicas de expresión.** Para el primer caso: demonio, trabajo con intensidad máxima, espacio denso, planos medio y alto. Para el poseído, trabajo con intensidad de defensa descendente hasta flaccidez, espacio primero denso, luego enrarecer hasta espacio leve, finalmente movimientos “títere”.

Para la segunda forma, demonio y poseído utilizan el espacio como vehículo, relación distante que es percibida a través de alguna parte del cuerpo. La posesión puede comenzar por las extremidades (agitación), luego por el desplazamiento, finalmente la imitación espejo total a distancia.

Para el tercer caso, espacio común, para el demonio, técnica de máscara (fingimiento claro para el espectador, no para el poseído), para el poseído, engaño que lo transforma en “títere voluntario” y finalmente se identifica con el demonio al que cree bueno.

- **2º ejercicio:** forma de demonización grupal, todos son demonios o poseídos, indistinta o distintamente, o todos a la vez se sienten poseídos hasta no ser conscientes de sus propios movimientos.

**Técnica:** elegir para cada uno un lugar del salón, que en las primeras ejercitaciones es lo único que se debe respetar, aunque se hagan simultáneamente, cada uno será como un solitario. Sentir que el cuerpo no responde a la voluntad, se mueve como quiere, hasta caer. Puede hacerse en forma de interacción simultánea y sucesiva. Idea a desarrollar: todos podemos ser demonios y endemoniados entre nosotros mismos, el mal no es algo fuera de nosotros mismos.

### **Realización del gestorama**

**Ideas a desarrollar:** el endemoniado, en alguna de las formas indicadas, se opone a Jesús.

Jesús se presenta como quien tiene autoridad con el mal.

Dos formas: primero el endemoniado y el demonio como doble, que huye y deja libre al “títere”, luego sólo el endemoniado - demonio.

La autoridad: la expresión debe ser una forma “mágica” corporal que indique dominación y expulsión, a elegir por el intérprete entre varias (ver ejercicios generales). Forma básica deíctica: señalar afuera; forma más elaborada de imposición de manos, con la idea que trasmite una fuerza que “borra” la fuerza del mal. Otra forma: una mano impone, la otra se concentra (por ejemplo en el corazón).

Segundo nivel: ejercicio grupal preparado por el último ejercicio preparatorio. La idea es que todos somos librados del mal. Se hace también primero en la secuencia con los dobles, luego en la secuencia sólo personal.

En este ejercicio se puede prescindir del pueblo y del elemento admirativo, también puede prescindirse de la piara de cerdos.

Variante admisible: ser el cerdo endemoniado que va al abismo donde al morir se expulsa el demonio. En este caso aclarar que la expresión **no debe** implicar identificación. De cualquier modo, es preferible omitirla con niños, adultos conflictuados o de escasa comprensión teológica. Evitarla también con personas desvalorizadas por el grupo o por alguno de sus integrantes, y también con los excesivamente desvalorizantes, que pueden tomarlo como una agresión.

\*

### **Otros relatos de milagros**

Siguiendo el mismo esquema básico, hay variantes de relatos de milagros que pueden servir para mostrar otras formas de expresión. En estos casos se hará una preparación previa.

## La resurrección de Lázaro

### *Texto Juan 11, 1-43*

*Cierto hombre, llamado Lázaro, de Betania, pueblo de María y de su hermana Marta, estaba enfermo. María era la que ungió al Señor con perfumes y le secó los pies con sus cabellos; su hermano Lázaro era el enfermo. Las hermanas enviaron a decir a Jesús: “Señor, aquel a quien tú quieres, está enfermo”. Al oírlo Jesús dijo: “Esta enfermedad no es de muerte, es para gloria de Dios, para que el Hijo de Dios sea glorificado por ella”.*

*Jesús amaba a Marta, a su hermana y a Lázaro.*

*Enterado de su enfermedad, permaneció dos días más en el lugar donde se hallaba. Al cabo de ellos, dice a sus discípulos: “Volvamos a Judea”. Le dicen los discípulos: “Rabbi, con que hace poco los judíos querían apedrearte, ¿y vuelves allí?”. Jesús respondió*

*“¿No son doce las horas del día?*

*Si uno anda de día no tropieza, porque ve la luz del mundo; pero si uno anda de noche, tropieza porque le falta la luz”.*

*Dijo esto y añadió: “Nuestro amigo Lázaro duerme; pero voy a despertarle”. Le dijeron los discípulos: “Señor, si duerme se curará” –Jesús lo había dicho de su muerte, pero ellos creyeron que hablaba del descanso del sueño–. Entonces Jesús les dijo abiertamente: “Lázaro ha muerto, y me alegro por vosotros de no haber estado allí, para que creáis. Pero vayamos donde él”. Entonces Tomás, llamado el Mellizo, dijo a los otros discípulos: “Vayamos también nosotros a morir con él”.*

*Cuando llegó Jesús, se encontró con que Lázaro llevaba ya cuatro días en el sepulcro. Distaba Betania de Jerusalén unos quince estadios. Habían venido muchos judíos a casa de Marta y María para consolarlas por su hermano. Cuando Marta supo que había venido Jesús, le salió al encuentro, mientras María permanecía en casa. Dijo Marta a Jesús: “Si hubieras estado aquí no habría muerto mi hermano. Pero aun ahora yo sé que cuanto pidas a Dios, Dios te lo*

concederá”. Le dice Jesús: “Tu hermano resucitará”, “Ya sé, le respondió Marta, que resucitará el último día, en la resurrección”. Jesús le respondió:

“Yo soy la resurrección y la vida.

“El que crea en mí, aunque muera, vivirá,  
y todo el que vive y cree en mí,  
no morirá jamás

¿Crees esto?”

Le dice ella: “Sí. Señor, yo creo que tú eres el Cristo, el Hijo de Dios que iba a venir al mundo”.

Dicho esto, fue a llamar a su hermana María y le dijo al oído: “El Maestro está ahí y te llama”. Al oírlo, ella se levantó rápidamente, y se fue donde él. –Pues todavía Jesús no había llegado al pueblo; sino que seguía en el lugar donde Marta le había encontrado–. Los judíos que estaban con María en casa consolándola, al ver que se levantaba rápidamente y salía, la siguieron, pensando que iba al sepulcro para llorar allí.

Cuando María llegó donde estaba Jesús, al verle, cayó a sus pies y le dijo: “Señor, si hubieras estado aquí, mi hermano no habría muerto”. Viéndola llorar Jesús y que también lloraba los judíos que la acompañaban, se conmovió interiormente, se turbó y dijo: “¿Dónde le habéis puesto?”. Le responden: “Señor, ven y lo verás”. Jesús se echó a llorar. Los judíos entonces decían: “Mirad cómo le quería”. Pero algunos de ellos dijeron: “Éste, que abrió los ojos del ciego, ¿no podría haber hecho que este hombre no muriera?”. Jesús se conmovió de nuevo en su interior y fue al sepulcro, que era una cueva con una piedra encima. Dice Jesús: “Quitad la piedra”. Le responde Marta: “Señor, ya huele, es el cuarto día”. Le dice Jesús: “¿No te he dicho que, si crees, verás la gloria de Dios?”. Quitaron, pues, la piedra. Entonces Jesús levantó los ojos y dijo:

“Padre, te doy gracias por haberme escuchado.

Ya sabía yo que tú siempre me escuchas;  
pero lo he dicho por estos que me rodean  
para que crean que tú me has enviado”.

*Dicho esto, gritó con fuerte voz: “¡Lázaro, sal fuera!”. Y salió el muerto, atado de pies y manos con vendas y envuelto el rostro en un sudario, Jesús les dice: “Desatadle y dejadle andar”.*

### **Estudio de personajes**

Se debe observar que aquí los personajes están nombrados, tienen con Jesús una relación especial, son conocidos y amigos, hay un mayor acercamiento anterior que en otros relatos de milagros. Antes alguien le pedía algo a un taumaturgo. Ahora se le pide algo (que es lo más que se puede pedir, la resurrección) a un amigo. El grupo ensayará las posturas y actitudes de los distintos personajes. Marta y María, caracterización de la vida “activa” y “pasiva” (o “mística” según la versión tradicional). También debe insistirse en la valorización de ambas. Pero aquí importan sobre todo dos frases:

“Señor, si hubieras estado, no habría muerto mi hermano”.

“Señor, ya huele”.

En el primer caso hay un condicional contrafáctico. Ésta es una actitud propia de quien ya es creyente, pero no en el grado máximo, pues acepta la muerte como un hecho consumado. La expresión debe reflejar esta situación. Puede ensayarse, como esquema corporal, el siguiente: postura inicial de resignación pasiva, tristeza contenida. Movimientos curvos hacia abajo. Recepción de Jesús, esperanza futura o esperanza truncada, emotividad ambivalente. Se logra con gestos indecisos e imprecisos, no terminados o no dirigidos exactamente a poses fijas finales.

La segunda frase indica una actitud activa frente a la muerte: su aceptación y la reorganización de la vida en función de lo sucedido (no se puede abrir la tumba). La tristeza activa se expresa por una mecanización de los rituales y del trabajo. Posiciones altas pero algo tensas, precisas pero no personales, sino grupales o de “obligación”.

La llegada de Jesús pondrá en cuestión estas dos actitudes. Los

movimientos de Jesús son muy importantes. Pueden ensayarlos todos los participantes, o los que previamente hayan sido elegidos, o se hayan autoelegido para este gestorama. La tristeza por el amigo muerto: emoción humana rescatada como valiosa y religiosa por la actitud de Jesús: entristecerse y llorar, pero no desesperarse.

**Expresión:** caminar hacia la tumba como quien va a un encuentro y no encuentra (por ejemplo llevando lentamente los brazos extendidos hacia adelante y “sentirlos” luego vacíos). Acercarse (puede ser de pie o en cuclillas, sentado o de rodillas), luego cada vez más tristeza, finalmente llanto.

*Climax* del llanto superado por el sentido de ayuda, fuerza interior que va desprendiéndose del personaje. Expresión: a partir de la relajación posterior al llanto, ir logrando recuperación con considerable fuerza, que puede mostrarse en la contracción muscular tensionada, como quien está haciendo un enorme esfuerzo. Debe llegarse a la máxima intensidad antes de la pronunciación de la orden de resurrección. Marcar la importancia de la actitud expectante de los otros.

**Lázaro:** absoluta inmovilidad física y mental, relajación total pero dentro del “vendaje”. Siente la pulsión que emana de Jesús y comienza a recibir, de afuera, como un sople vital. Este sople llega como una fuerza envolvente, pero también puede imaginarse como una corriente que entra por una parte del cuerpo (por ejemplo la cabeza, la boca, o el corazón) o por varias a la vez. Según cada cual lo sienta más, realizará de diversa manera la expresión de la resurrección. En la primera instancia se mantiene lo textual: le cuesta trabajo salir por los vendajes y la mortaja, y los demás deben ayudarlo.

En una segunda etapa, esta escena, que no tiene forma circular sino teatral (frontal) es realizada grupalmente, puede ser uno solo Jesús, o un ente colectivo, o uno de los muertos. La idea es que “Jesús” (el individuo o la comunidad creyente) “me resucita a mí”, hacen algo por mí, me transfieren la fuerza espiritual. Pero la resurrección es transformación y cambio de

actitud con respecto a la materialidad del cuerpo, es un cuerpo distinto, mejor estructurado, sin quiebras del yo. El ejercicio debe terminar con una expresión de la absoluta y perfecta integración de los elementos de la personalidad, que se muestra a través del esquema corporal.

\* \* \*

## **2ª Sección: Jesús pedagogo. Las parábolas**

Pertencen al género didáctico, la expresión debe destacar este aspecto, mostrando especialmente y con énfasis el consejo, o precepto, o enseñanza que surge del relato. Hay dos formas de expresar las parábolas.

1. El narrador en *off* muestra la escena como quien cuenta. En una variante puede contarla toda y los intérpretes son mudos; o bien narra en parte y los protagonistas toman la palabra. Es posible suprimir el narrador en casi todo, pero no en forma total: debe estar presente al dar la interpretación de la parábola, la regla. Puede hacerlo con palabras o con expresión, pero debe hacerlo. Es decir, el Narrador debe aparecer.

2. El Narrador ejemplifica él mismo la escena con todos sus personajes. Por ser más difícil este aspecto, es conveniente comenzar por el anterior.

Los ejercicios preparatorios sirven para los dos casos.

**Lecturas previas:** Es necesario buscar un esquema básico argumental de las parábolas que tenga formas significativas de expresión.

La enseñanza parabólica sugiere:

1. El narrador,
2. El oyente,
3. El elemento narrativo (esto puede ser tanto los intérpretes, en la primera forma, o el narrador mismo en cuanto interpreta todos los personajes, como en la segunda forma).

Como ejercicios preparatorios

**1. Actitud de enseñar y aprender.** La enseñanza del Evangelio no es abstracta y teórica, sino vital y práctica. La expresión del Maestro debe representar estas características.

Proponer a los integrantes cómo enseñarían de modo expresivo, en situaciones concretas y prácticas, algunos elementos cristianos contenidos en las parábolas: el amor al prójimo, la ayuda, la veracidad, etc.

Por ejemplo, cómo mostrar en forma práctica la lección de ayuda: un individuo está enfermo, o herido, pasa el Maestro y lo ayuda, luego se vuelve a los oyentes y les “muestra” el resultado. Variar las formas, según modelos expresivos de la parte general. No usar palabras.

La actitud del que aprende. Es esencial que el aprendizaje sea comprendido, y ello se evidencia en la imitación: las parábolas son propuestas prácticas de comportamiento (a imitar o a evitar). El oyente ve o escucha, y luego imita. En el ejemplo anterior, el que vio va a ayudar a otro.

Un colectivo: dar y recibir. El Maestro toma la iniciativa: recoge algo y lo da a alguno e invita a los demás a hacer lo mismo entre sí; cada participante da y recibe, puede ser en rueda, en forma libre, dar solamente o recibir solamente, según las propias vivencias. Comentar luego cuál de todas las actitudes probadas (incluso no dar ni recibir, o rechazar) parece provocar más alegría interior. Esto es un principio de interpretación del mensaje de la parábola, a nivel expresivo y vivencial.

**2) Actitud de preguntar y responder.** En las parábolas no sólo Jesús enseña, sino que sus discípulos le interrogan lo que no saben y él les responde. Ejercicios de inquisición y repuesta: expresar la inquisición expresivamente mediante la mirada, el rostro, las manos, el torso, primero separadamente y luego en forma unitiva y finalmente en forma libre. Ejercitar del mismo modo la respuesta. Al comienzo la pregunta o la

respuesta son “inventadas” por uno mismo, luego se hace en parejas, luego varios preguntan y uno responde (este ejercicio también vale cuando uno pregunta y varios responden: procedimiento de acusación a los cristianos, para *Hechos*).

Formas de inquirir: con curiosidad, con tristeza (¿por qué sucede esto?), con angustia, con desesperación. Para la expresión general de estos estados de ánimo, ver la Parte General. Después de esta ejercitación cada uno dirá cuál de las formas le parece adecuarse más a su particular vivencia de la pregunta cristiana (formular varias de las que Jesús ha respondido: la muerte, el dolor, la maldad, el pecado).

\*

### **Parábola del hijo pródigo**

***Texto: Lucas 15, 11-31***

*Dijo: “Un hombre tenía dos hijos; y el menor de ellos dijo al padre: ‘Padre, dame la parte de la hacienda que me corresponde’ Y él les repartió la hacienda. Pocos días después el hijo menor lo reunió todo y se marchó a un país lejano donde malgastó su hacienda viviendo como un libertino.*

*Cuando hubo gastado todo, sobrevino un hambre extrema en aquel país, y comenzó a pasar necesidad. Entonces fue y se ajustó con uno de los ciudadanos de aquel país, que le envió a sus fincas a apacentar puercos. Y deseaba llenar su vientre con las algarrobas que comían los puercos, pero nadie se las daba. Y entrando en sí mismo, dijo: ‘¡Cuántos jornaleros de mi padre tienen pan en abundancia, mientras que yo aquí me muero de hambre! Me levantaré, iré a mi padre y le diré: Padre, pequé contra el cielo y ante ti. Ya no merezco ser llamado hijo tuyo, trátame como a uno de tus jornaleros’.*

*Estando él todavía lejos, le vio su padre y, conmovido, corrió, se echó a su cuello y le besó efusivamente. El hijo le dijo: ‘Padre, pequé*

*contra el cielo y ante ti; ya no merezco ser llamado hijo tuyo'. Pero el padre dijo a sus siervos: 'Traed aprisa el mejor vestido y vestidle, ponedle un anillo en su mano y unas sandalias en los pies. Traed el novillo cebado, matadlo, y comamos y celebremos una fiesta, porque este hijo mío estaba muerto y ha vuelto a la vida; estaba perdido y ha sido hallado'. Y comenzaron la fiesta.*

*Su hijo mayor estaba en el campo y, al volver, cuando se acertó a la casa, oyó la música y las danzas; y llamando a uno de los criados, le preguntó qué era aquello. Él le dijo: 'Ha vuelto tu hermano, y tu padre ha matado el novillo cebado, porque lo ha recobrado sano'. Él se irritó y no quería entrar. Salió su padre, y le suplicaba. Pero él le replicó a su padre: 'Hace tantos años que te sirvo, y jamás dejé de cumplir una orden tuya, pero nunca me has dado un cabrito para tener una fiesta con mis amigos; y ahora que ha venido ese hijo tuyo, que ha devorado tu hacienda con prostitutas, has matado para él el novillo cebado!'*

*Pero él le dijo: 'Hijo, tú siempre estás conmigo, y todo lo mío es tuyo; pero convenía celebrar una fiesta y alegrarse, porque este hermano tuyo estaba muerto, y ha vuelto a la vida; estaba perdido y ha sido hallado'.*

**Primera forma, escenificada por varios personajes:** el padre, el hijo menor, el hijo mayor; los demás del grupo pueden representar los otros personajes: los amigos y meretrices, el jefe de los cuidadores de cerdos. Cada personaje compondrá su estilo, dentro de algunas posibles variantes admitidas por el texto. El **padre** podrá ser: más sensible que racional, preocuparse ostensiblemente, llorar, afligirse; podrá ser más calmo y racional, asumir las situaciones con mesura. La expresión reflejará estas dos formas, ambas válidas. En la primera, con movimientos cortos, tensos, marcando mucho la depresión de la partida (movimientos hacia abajo) y el gozo de la vuelta (hacia arriba). La segunda forma usará siempre ademanes más sobrios, movimientos ligados, contenidos naturalmente, formas solemnes: líneas curvas no abruptas, moderado el tono de voz. También hay otras variantes: dentro de su calma no puede evitar un momento de

derrumbe, o el gozo que lo hace brincar de alegría.

El **hijo pródigo** puede ser representado de diversas formas. Por ejemplo, un joven botarate pero no malo, distraído, débil, al que arrastran las malas compañías. En este caso se representará con movimientos laxos, condescendientes, se marcará cómo los demás lo llevan. También puede ser un joven apasionado y extraviado por su orgullo, o por su deseo de poder, fama, gloria. En ese caso es el dolor de la caída, la humillación, el sentimiento principal que hace quiebra en su personalidad. La expresión entonces marcará los dos momentos, según las formas de los ejercicios de la parte general.

El **hijo mayor** podrá ser un joven firme, seguro de sí y de la justicia humana, que en definitiva no queda satisfecho con la respuesta amorosa del padre. Podrá ser también un individuo ansioso de cariño, que no ha sabido asumir el papel de hermano mayor, y quiere ser tan consolado por su padre como el menor. Los matices, en este caso, son difíciles; se aconseja elaborarlos gestualmente en forma no exagerada, y más bien por tonos de la voz, cuando del gestorama la incluya.

\*

## **Parábola de los talentos**

### ***Texto Mateo 25, 14-30***

*[El Reino de los Cielos] Es también como un hombre que, al irse de viaje, llamó a sus siervos y les encomendó su hacienda: a uno dio cinco talentos, a otro dos y a otro uno, a cada cual según su capacidad; después se marchó. Enseguida, el que había recibido cinco talentos se puso a negociar con ellos y ganó otros cinco. Igualmente el que había recibido dos ganó otros dos. En cambio el que había recibido uno se fue, cavó un hoyo en la tierra y escondió el dinero de su señor. Al cabo de mucho tiempo, vuelve el señor de*

*aquellos siervos y ajusta cuentas con ellos. Llagándose el que había recibido cinco talentos, presentó otros cinco, diciendo: “Señor, cinco talentos me entregaste; aquí tienes otros cinco que he ganado”. Dijo el señor: “¡Bien, siervo bueno y fiel!; has sido fiel en lo poco, te pondré por eso al frente de lo mucho; entra en el gozo de tu señor”. Se acercó también el de los dos talentos y dijo: “Señor, dos talentos me entregaste, aquí tienes otros dos que he ganado”. Díjole su señor: “¡Bien, siervo bueno y fiel!; has sido fiel en lo poco, te pondré por eso al frente de lo mucho; entra en el gozo de tu señor”. Se acercó por fin también el que había recibido un talento y dijo: “Señor, sé que eres un hombre duro, que cosechas donde no sembraste y recoges donde no esparciste. Por eso me dio miedo, y fui y escondí en tierra tu talento. Mira, aquí tienes lo que es tuyo”. Mas su señor le respondió: “Siervo malo y perezoso, sabías que yo cosecho donde no sembré y recojo donde no esparcí, debías, pues, haber entregado mi dinero a los banqueros. Y así, al volver yo, hubiese recobrado lo mío con los intereses. Quitadle, por tanto, su talento y dáselo al que tiene los diez talentos. Porque a todo el que tenga, se le dará y le sobrá; pero al que no tenga, aun lo que tiene ser le quitará. Y a ese siervo inútil, echadle a las tinieblas de fuera. Allí será el llanto y el rechinar de dientes”.*

Primera forma, escenificada. Lo importante es destacar la oposición entre los siervos que hacen fructificar el talento y el que no. Puede omitirse el personaje del señor. La idea inicial y literal es el intercambio monetario que hace fructificar el capital. Esto se representará en forma simple, para comenzar: gestos de intercambiar, ganar, volver a intercambiar, aumentar el caudal, contrapuestos a la acción de enterrar. Pero inmediatamente se pasará a una expresión más libre: el talento que se recibe es alguna cualidad, objeto, bien, etc. Dos formas de realizar esta improvisación: un integrante es el “dispensador” y debe dar “cosas” diferentes a los siervos, de modo suficientemente claro y explícito con su accionar gestual. Los siervos verán cómo desarrollarlas o guardarlas. Por ejemplo, da a uno gran fuerza física:

gestos de forjarse músculos potentes, etc. La persona los desarrolla ejercitándose, o no los ejercita y se echa a dormir.

Variante: cada siervo se concentra y “siente” qué don ha recibido y cómo puede o no desarrollarlo.

En la última etapa el mismo siervo hará las dos experiencias: la de guardar el don y la de desarrollarlo, valorando el efecto psicológico que le causa el realizar cada una de las posibilidades.

\*

## **Parábola del fariseo y el publicano en el templo**

### ***Texto Lucas 18, 9-14***

*Dijo también a algunos que se tenían por justos y despreciaban a los demás, esta parábola: “Dos hombres subieron al Templo a orar, uno fariseo, otro publicano. El fariseo, de pie, oraba en su interior de esta manera: ‘Oh Dios! Te doy gracias porque no soy como los demás hombres, rapaces, injustos, adúlteros, ni tampoco como ese publicano. Ayuno dos veces por semana, doy el diezmo de todas mis ganancias’. En cambio el publicano, manteniéndose a distancia, no se atrevía ni a alzar los ojos al cielo, sino que se golpeaba el pecho diciendo ‘¡Oh Dios! ¡Ten compasión de mí, que soy pecador!’. Os digo que éste bajó a su casa justificado y aquel no. Porque todo el que se ensalce, será humillado; y el que se humille, será ensalzado”.*

En este ejercicio conviene que todos hagan la experiencia sucesiva de ser el fariseo y el publicano. En la medida de lo posible conviene no hablar sino realizar acciones gestuales, no tanto como si se estuviera en un templo orando, sino como actitudes vitales. Así, el fariseo será el “perfecto” que mira con desdén a los demás desde su propia perfección. Se iniciará el ejercicio en forma grandilocuente y exagerada; luego se irá atenuando la

exageración, hasta convertirse en una conducta corriente. La idea es mostrar que nadie está libre de esta forma de fariseísmo, porque todos tenemos tendencias a autojustificarnos y autogratificarnos.

El ejercicio se puede hacer en dos formas: en una, uno es el fariseo, otro el publicano y los demás gente común, sin determinación especial. Estos últimos representan aquellos que todavía no se han planteado el problema. Luego se hará en forma grupal, de modo que cada uno asuma libremente el rol que quiera cumplir; también puede proponerse que los roles se intercambien continuamente, a voces de mando del guía. La idea es mostrar la complejidad de nuestras relaciones humanas y religiosas, y nuestra propia conciencia religiosa y moral. La elección del elemento “farisaico” podrá proponerla el guía, para todos o para algunos, o ser libre. Es conveniente comenzar por propuestas dirigidas, varias pero pocas: por ejemplo el fariseísmo de la limosna de ostentación (incluso en sus versiones modernas de las “damas de caridad”), la “pureza” de costumbres sexuales, el ritualismo de la oración. En estos casos la expresión debe marcar el aspecto exterior del acto, pero también mostrar la autosatisfacción del que se cree bueno.

\*

## **Parábola del buen samaritano**

### ***Texto Lucas 10, 29 37***

*Pero él, queriendo justificarse [un legista a quien Jesús interpeló sobre el primer mandamiento: amar a Dios sobre todas las cosas y al prójimo como a uno mismo] dijo a Jesús: “¿Y quién es mi prójimo?”. Jesús respondió: “Bajaba un hombre de Jerusalén a Jericó, y cayó en manos de salteadores que, después de despojarle y golpearle, se fueron dejándole medio muerto. Casualmente, bajaba por aquel camino un sacerdote y, al verlo, dio un rodeo. De igual modo, un levita que pasaba por aquel sitio le vio y dio un rodeo. Pero un*

*samaritano que iba de camino llegó junto a él, y al verlo tuvo compasión; y, acercándose, vendó sus heridas, echando en ellas aceite y vino; y montándole sobre su propia cabalgadura, le llevó a una posada y cuidó de él. Al día siguiente, sacando dos denarios, se los dio al posadero y dijo: ‘Cuida de él y si gastas algo más, te lo pagaré a mi vuelta’. ¿Quién de estos tres te parece que fue el prójimo del que cayó en manos de los salteadores?· Él dijo: “El que tuvo misericordia de él”. Díjole Jesús: “Vete, y haz tú lo mismo”.*

En esta parábola, por su plasticidad, se puede obviar todo el relato del narrador en su primera parte. En la primera escena el viajero y dos o tres ladrones representarán la escena del robo. En la segunda, el viajero, aparentemente muerto, a un costado, será visto por el sacerdote y por el levita. Estos dos personajes, aunque distintos en jerarquía, tienen en común el ritualismo ético y religioso, se preocupan más de las apariencias que de la interioridad. Su aspecto es sereno y majestuoso. Caminan lentamente, con cierta rigidez y miran escasamente su entorno. Es importante marcar que ellos **no** tropiezan con el herido, él está a un costado, se limitan a verlo indiferentemente y pasar de largo. Es la reducción del prójimo a una cosa (un animal muerto, por ejemplo). Varias formas de pasar de largo, a ensayar: demostrando cierto asco y acelerando el paso; con total indiferencia, como si no se lo viera; con un primer impulso de cierta ayuda, pero recapacitando en la pureza, indecisión y finalmente alejamiento.

En la tercera escena, se acerca el samaritano; lo ve y corre a ayudarlo, lo cura, lo venda y lo lleva a un posadero. Esta ayuda puede ser: cargarlo, ayudarlo a caminar, o ir a buscar ayuda al posadero para llevarlo entre los dos. Pueden practicarse todas estas formas a opción de los intérpretes. En la última escena, el posadero ayuda al herido y el samaritano le paga. El narrador dice algo al final. Debe tenerse en cuenta que el Evangelio no menciona la actitud del salvado, si fue o no de agradecimiento, porque no hace a la esencia de la parábola. No obstante, es conveniente que el intérprete del herido practique alguna actitud con respecto al samaritano: agradecimiento, indiferencia, petulancia (por ejemplo, querer pagarle a su

vez con dinero lo hecho, no viendo que esa ayuda no tiene propiamente precio). Estas tres formas de reacción nos darán un cuadro de las posibles relaciones entre salvado y salvador: amistad en el primer caso, indiferencia y separación en el segundo (no se han sentido unidos) y hostilidad en el tercero. Observar que estas actitudes se repiten no sólo en la vida cotidiana, sino también, inconscientemente, en nuestras relaciones espirituales con Jesús salvador.

\*

### **Parábola de las vírgenes prudentes**

#### ***Texto Mateo 25, 1-13***

*Entonces el Reino de los Cielos será semejante a diez vírgenes que con sus lámparas en la mano, salieron al encuentro del novio. Cinco de ellas eran necias, y cinco prudentes. Las cinco necias, en efecto, al tomar sus lámparas, no se provieron de aceite; las prudentes, en cambio, junto con sus lámparas, tomaron aceite en las alcuizas. Como el novio tardara, se adormilaron todas y se durmieron. Más a media noche se oyó un grito: “¡Ya está aquí el novio! ¡Salid a su encuentro!”. Entonces todas aquellas vírgenes se levantaron y arreglaron sus lámparas. Y las necias dijeron a las prudentes: “Dadnos de vuestro aceite, que nuestras lámparas se apagan”. Pero las prudentes replicaron: “No, no sea que no alcance para nosotras y para vosotras; es mejor que vayáis donde los vendedores y os lo compréis”. Mientras fueron a comprarlo, llegó el novio, y las que estaban preparadas entraron con él al banquete de boda, y se cerró la puerta. Más tarde llegaron las otras vírgenes diciendo: “¡Señor, señor, ábrenos!” Pero él respondió: “En verdad os digo, que no os conozco”. Velad, pues, porque no sabéis ni el día ni la hora.*

La idea central del relato es estar preparados para el acontecimiento salvífico. Jesús se revelará en cualquier momento. El grupo se dividirá en

dos subgrupos de igual número de integrantes. La llama de la lámpara significa la conciencia alerta. Por consiguiente, tiene un contenido simbólico. En una primera forma, se utilizarán elementos para representar las lámparas físicas (cartuchos de papel, o velas encendidas, por ejemplo) que la mitad de las vírgenes custodia con cuidado y la otra mitad desatiende. En la escena siguiente, cuando llega el Esposo, las vírgenes prudentes pueden salir a recibirlo con sus lámparas, las otras buscan a oscuras y no lo encuentran. En una segunda forma, se elimina la lámpara física, y nos atenemos a actitudes personales de espera atenta o de distracción. En el primer caso se vislumbra al Esposo desde lejos y se lo espera; en el segundo, la conversación, la risa, la intrascendencia del grupo no les permite apreciar la llegada del Esposo, que al no ser recibido se retira. Luego, una cierta inquietud conmueve a las imprudentes, buscan al que ya no está, en vano.

\* \* \*

### **3ª Sección. Jesús como paradigma vivo**

Algunos aspectos de la vida de Jesús que narran los Evangelios, significan no sólo una noticia sobre su vida, sino un paradigma de conducta y encierran una significación religiosa. Estos relatos, en la práctica, se recortan, pero en sí constituyen unidades de sentido y como tal las haremos en los gestoras.

#### **El nacimiento de Jesús**

##### ***Texto primera parte: Lucas 2, 1-29***

*Por aquellos días salió un edicto de César Augusto ordenando que se empadronase todo el mundo. Este primer empadronamiento tuvo lugar siendo gobernador de Siria Cirino. Iban todos a empadronarse, cada uno a su ciudad. Subió también José desde Galilea, de la ciudad de Nazaret, a Judea, a la ciudad de David, llamada Belén, por ser él de la casa y familia de David, para empadronarse con María, su*

*esposa, que estaba encinta. Y sucedió que, mientras estaban ellos allí, se le cumplieron los días del alumbramiento, lo envolvió en pañales y lo recostó en un pesebre, porque no había sitio para ellos en la posada.*

*Había en la misma comarca algunos pastores, que dormían al raso y vigilaban por turno durante la noche su rebaño. Se les presentó el Ángel del Señor, y la luz del Señor, y la gloria del Señor los envolvió en su luz; y se llenaron de temor. El ángel les dijo; “No temáis, pues os anuncio una gran alegría, que lo será para todo el pueblo; os ha nacido hoy, en la ciudad de David, un salvador, que es el Cristo Señor; y esto os servirá de señal; encontraréis un niño envuelto en pañales y acostado en un pesebre”. Y de pronto se juntó con el ángel una multitud del ejército celestial, que alababa a Dios diciendo: “Gloria a Dios en las alturas y en la tierra paz a los hombres en quienes él se complace”.*

*Cuando los ángeles, dejándolos, se fueron al cielo, los pastores se decían unos a otros: “Vayamos, pues, hasta Belén y veamos lo que ha sucedido y el Señor nos ha manifestado”. Y fueron a toda prisa, y encontraron a María y a José, y al niño acostado en el pesebre.*

*Al verlo, dieron a conocer lo que les habían dicho acerca de aquel niño; y todos los que lo oyeron se maravillaban de lo que los pastores decían. María, por su parte, guardaba todas estas cosas, y las meditaba en su corazón. Los pastores se volvieron glorificando y alabando a Dios por todo lo que habían visto y oído, conforme a lo que se les había dicho.*

### **Texto segunda parte: Mateo 2, 1-18**

*Nacido Jesús en Belén de Judea, en tiempos del rey Herodes, unos magos que venían de Oriente se presentaron en Jerusalén, diciendo: “¿Dónde está el rey de los judíos que ha nacido? Pues vimos su estrella en el Oriente y hemos venido a adorarle”. En oyéndolo, el rey Herodes se turbó y con él toda Jerusalén. Convocó a todos los sumos sacerdotes y escribas del pueblo, y por ellos trataba de*

*averiguar el lugar donde había de nacer el Cristo, Ellos le dijeron:  
“En Belén de Judea, porque así está escrito por el profeta:*

*“Y tú, Belén de Judá,*

*no eres, no, la menor entre los principales clanes de Judá;*

*Porque de ti saldrá un caudillo*

*que será pastor de mi pueblo Israel”*

*Entonces Herodes llamó aparte a los magos y por sus datos averiguó el tiempo de la aparición de la estrella. Después los puso en camino de Belén, diciéndoles: “Id, e informaros bien sobre ese niño, y cuando le encontréis, comunicádmelo, para ir también yo a adorarlo”.*

*Ellos, después de oír al rey, se pusieron en marcha. Y he aquí que la estrella que habían visto en el Oriente, iba delante de ellos, hasta que llegó y se detuvo encima del lugar donde estaba el niño. Al ver la estrella se llenaron de inmensa alegría. Entraron en la casa, vieron al niño con su madre María y, postrándose, le adoraron; luego abrieron sus cofres y le ofrecieron dones de oro, incienso y mirra. Después, avisados en sueños que no volvieran donde Herodes, se retiraron a su país por otro camino.*

*Después que ellos se retiraron, el Ángel del Señor se apareció en sueños a José y le dijo: “Levántate, toma contigo al niño y a su madre y huye a Egipto; allí estarás hasta que te avise. Porque Herodes va a buscar al niño para matarle”. Él se levantó, tomó de noche al niño y a su madre, y se retiró a Egipto; y allí estuvo hasta la muerte de Herodes; para que se cumpliera el oráculo del señor por medio del profeta:*

*“De Egipto llamé a mi hijo”*

*Entonces Herodes, al ver que había sido burlado por los magos, se enfureció terriblemente y envió a matar a todos los niños de Belén y de toda su comarca, de dos años para abajo, según el tiempo que había averiguado de los magos. Entonces se cumplió el oráculo del profeta Jeremías;*

*“Un clamor se ha oído en Ramá,  
llanto y lamento grande,  
es Raquel que llora a sus hijos,*

*y no se quiere consolar,  
pues ya no existen,”*

Dos aspectos fundamentales deben destacarse en la expresión: la plenitud de los tiempos y el “secreto” de dicha plenitud (el “rechazo” en el mesón, prefiguración de su vida y de muchas circunstancias que sufre también el cristiano).

Podemos encarar de dos maneras el nacimiento: en una primera forma, más simple, es el gestorama directo sobre los textos. En otra, en forma más elaborada, la expresión de ese acontecimiento como sucedería en la actualidad, como sucede con muchos seres de los que Jesús fue la figura.

Las secuencias del nacimiento abarcan desde la traslación a Belén hasta la persecución de Herodes. Pueden hacerse por partes, para su estudio, pero luego deben unirse, pues todo el relato tiene una unidad de sentido que el gestorama debe rescatar.

**1ª. Forma.** Personajes principales: María, José, un pastor, un rey (sabio de Oriente), Herodes, un ángel, el dueño del mesón. Los demás integrantes pueden multiplicar estos personajes principales: más ángeles, pastores, reyes, secuaces de Herodes.

María - José: los seres buenos, que son rechazados por falta de sitio, que buscan un lugar, tienen un hijo, reciben –sin entender mucho, pero agradeciendo– a pastores y sabios, y que deben huir.

El dueño del mesón: hombre de negocios, no tiene tiempo para pensar en los problemas de esa pareja.

El pastor: gente sencilla que va a ayudar a un recién nacido y tiene la revelación de la bondad divina.

El ángel: es el que sabe todo, el iluminado, aquel que puede ser mensajero de Dios.

El sabio: es aquel que sabe más que los demás, intuye y espera.

Herodes: el que no quiere saber, porque su comodidad le inspira a seguir en el *statu quo*.

Cada personaje realizará, para su estudio, ejercicios preparatorios.

María: concepto fundamental a expresar, la maternidad. Diversos aspectos: maternidad cuya atención no es escuchada; parto, cuidado del niño, orgullo frente a su niño, protección, apoyo en el varón. Las secuencias de expresión deben marcar el paso del embarazo al nacimiento, las dos formas de la maternidad; actitud de la madre con el hijo, cuidado material, protección, amor, ternura, mostración satisfecha.

José: el varón fuerte, protección, defensa, admiración frente al misterio.

Cuando cada personaje esté compuesto, se realizará la unión de las secuencias parciales. Nada impide que los actores intercambien, o realicen varios papeles, a medida que progresa la acción.

### **Idea de marcación escenificada**

1ª escena - llegada a Belén y episodio del mesón: en una esquina, el mesón. El escenario representa el camino, idea de cansancio, maternidad próxima, pobreza, esperanza de encontrar un refugio, alegría. En diagonal la pareja cruza el escenario mostrando estas expresiones y golpea. Aparece el mesonero, niega la entrada (variantes de expresión: desinteresado; interesado en ellos, pero no puede hacer nada; de mal humor, etc.). La pareja vuelve a desandar el camino, expresión de tristeza y resignación.

2ª escena - el establo: parto, dolor y gozo del padre y de la madre; ambos

alzan al niño, lo integran.

3ª escena - las visitas: el establo se representa a un costado, el centro es la comarca. Un pastor recibe el aviso del ángel: el pastor cuida su ganado, mira el cielo, quizá reza. El ángel aparece como algo fugaz, una inspiración súbita. El pastor va al establo, cree que ese niño es alguien predestinado, no puede saber más; le ofrece sus pocas cosas (leche, miel). Mientras tanto, un sabio sigue una estrella y así llega, comprende la existencia de un misterio, medita profundamente sobre su propia sabiduría inconclusa, reverencia el misterio divino en un pequeño ser.

4ª escena - el sabio (los sabios) encuentran a Herodes: manifiestan su respeto ante el misterio de las predicciones. Herodes es escéptico, amablemente los despide. No quiere problemas, medita y ordena la muerte de los niños.

5ª escena - los inocentes. Si hay suficientes integrantes, puede representarse a los soldados y a las madres. La expresión del soldado es el mero cumplimiento, autómatas sin sentimiento, casi como sin sentir ni culpa ni ternura, no es cosa de ellos sino del que manda. Las madres suplican en vano, lloran sobre sus muertos; por detrás, la pareja y el niño huyen, expresión de que algo siempre puede salvarse.

**2ª forma:** estos acontecimientos pueden representarse imaginativamente, en cada una de las cinco escenas, como si el nacimiento de Jesús sucediera en la actualidad y en la propia ciudad.

Una pareja pobre deseará una habitación en un hotel y no lo conseguirá: en los hoteles baratos no hay lugar, los caros, no les alcanza el dinero. Alrededor del escenario se colocan los conserjes de hoteles, de los más lujosos a los más humildes; la pareja pedirá en todos sin encontrar lugar. En este caso la interpretación podrá ser más teatral, en forma de lenguaje actual, en los diálogos, que serán inventados, conforme a nuestras costumbres. La expresión total se hará en los intermedios, desde la esperanza hasta la tristeza y la desesperación de no hallar solución al problema. Escenas sucesivas, en

algún galpón abandonado de los aledaños de la ciudad, un trabajador los encuentra, le da ocasión de meditar sobre el destino de los seres humanos. Un investigador se ha enterado y quiere ir a verificar esa anomalía social, y a remediarla. Cuando llega, intuye que hay algo más profundo, algo simbólico, se retira y da cuenta a la autoridad. La autoridad decide terminar con las villas miserias y lo que interpreta como posibles focos delictivos. Los niños son separados de sus madres, todos son dispersados en nombre del orden social.

También puede simbolizarse las persecuciones raciales y nacionales, la matanza de inocentes en manos de los triunfadores de una guerra, o de una revolución, de cualquier movimiento de fuerza. La idea es que la muerte de los inocentes clama a Dios desde la tierra; pero persiste la esperanza, porque el que será Salvador se ha salvado. Estos tramos finales del gestorama deben integrarse en una visión esperanzadora, el mal no puede ser el resultado final en una ordenación de la sabiduría divina. No hay todavía resurrección, pero hay esperanza en la oscuridad de la comprensión incompleta. Los sufrientes terminan el gestorama en una improvisación colectiva de mutuo consuelo, que se eleva a Dios en forma unificada (movimientos concéntricos cada vez más elevados).

## **Las tentaciones en el desierto**

***Texto: Lucas 4, 1- 13***

*Jesús, lleno del Espíritu Santo se volvió al Jordán, y fue llevado por el espíritu al desierto, donde fue tentado por el diablo durante cuarenta días. No comió nada en aquellos días y, al cabo de ellos, sintió hambre. Entonces el diablo le dijo: “Si eres Hijo de Dios, di a esta piedra que se convierta en pan”. Jesús le respondió: Está escrito: No sólo de pan vive el hombre”.*

*Llevándole a una altura, le mostró en un instante todos los reinos de la tierra; y le dijo el diablo: “Te daré todo el poder y la gloria de estos reinos, porque a mí me ha sido entregado, y se lo doy a quien*

*quiero. Si, pues, me adoras, todo será tuyo”. Jesús le respondió: Está escrito: adorarás al Señor tu Dios, y sólo a él darás culto”.*

*Le llevó a Jerusalén, y le puso sobre el alero del Templo, y le dijo; “Si eres Hijo de Dios, tírate de aquí abajo, porque está escrito: a sus ángeles te encomendará para que te guarden. Y: te llevarán en sus manos para que no tropiece tu pie con piedra alguna. Jesús le respondió: “Se ha dicho: No tentarás al Señor tu Dios”. Acabado todo género de tentación, el diablo se alejó de él hasta un tiempo oportuno.*

La narración es una forma simbólica de expresar un proceso interior. Importancia del desierto: lugar de revelación de la divinidad en el Antiguo Testamento, pero también lugar de las grandes experiencias espirituales. El desierto como lugar físico equivale a la soledad interior, donde se libran las batallas espirituales y donde Dios se revela al alma creyente. La mente semita encuentra semejanzas entre las características físicas del desierto y la interioridad. Deben analizarse como trabajo preparatorio antes del gestorama de las tentaciones.

Las características más importantes del desierto son: la soledad (silencio, quietud) y la ascesis (la vida en el desierto es ardua y difícil, es símbolo por ello de penitencia, expiación y dolor). De allí el sentido ambivalente: por una parte es penitencia, dolor; por otra, la soledad y el silencio, la quietud y la meditación permiten la iluminación. Pero previamente es necesario pasar una prueba. Esta prueba es también y fundamentalmente consigo mismo, contra los diversos impulsos negativos y destructores.

## **Ejercicios preparatorios**

**1. Vivir en el desierto** como realidad física. Expresión de estos diversos matices:

- no hay caminos ni metas, se anda por cualquier lado, se descansa en cualquier lado, no hay nadie ni nada con quien toparse, no es necesario apresurarse. El viajero del desierto va lento y se concentra en sí mismo.
- sentido de la soledad, quizá del abandono. Diversos aspectos de la soledad:

- abandono, melancolía (expresión adecuada, caminar mirando hacia atrás, extender los brazos a algo que se pierde, actitud de ensimismamiento doloroso);
- meditación y silencio interior; actitud de profunda meditación: el cuerpo debe elegir posiciones que lo cierran en sí mismo, a las que se llega y se va pasando con pocos y muy leves movimientos. Ensayar en los tres planos: suelo (marcar diferencia con actitud relajada y de descanso, es actitud tranquila, pero consciente), nivel medio (como la postura de “El pensador” de Rodin y variantes) y nivel alto, quietos y andando;
- sentido de penitencia y expiación. Privación de bienes que han sido ocasión de pecado, desprendimiento de todo lo innecesario.

El estudio gestual puede hacerse con materiales: la persona sale de su casa al desierto con muchas cosas superfluas que va abandonando, con diversos matices:

- toma la determinación y abandona todo de golpe (sea frente a su ciudad, en medio del camino, luego de haber tenido dificultades de cargar con ellas en el desierto);
- va dejando cosas, a medida que comprende su inutilidad, o porque no puede con ellas, o porque acrecienta su misticismo. Estos tres matices se marcan de manera diferente. La inutilidad, contemplando cada cosa, meditando sobre ella y su uso (que se marca con gestos, por ejemplo un peine, un espejo, una alhaja) y rechazándola. La impotencia, por la dificultad de cargar con ella en el desierto, por ejemplo vestidos fastuosos, adornos o cántaros pesados, baúles, maletas, etc. El aumento de la actitud mística prescinde de la consideración de las cosas que se dejan; no se las observa, ni se ve su inutilidad o la impotencia de querer conservarlas, sino que sencillamente se olvidan, desaparecen del campo de la conciencia. El viajero tiene una meta, cada vez se centra más en ella, en algo que están en la línea del horizonte, un poco más arriba, en su camino va dejando naturalmente y como sin darse cuenta, todas las cosas que llevaba.

Todas estas actitudes pueden marcarse en tres tiempos: primero, con objetos reales para apoyar el estudio gestual. Se sugieren artículos de uso

personal: ropas, libros, aparatos (radios, grabadores, etc.), adornos. Es conveniente que cada participante elija los objetos que más le gustan e interesan, aquellos que llevaría consigo si tuviera que abandonar de pronto su hogar por alguna situación especial. Nótese que no necesariamente son objetos vanos, lujosos o pecaminosos, pueden ser nobles e importantes (libros, obras de arte, hasta objetos religiosos). Lo relevante es que sean cosas a las cuales uno se siente **apegado** y de las cuales se va desapegando. Los gestos se hacen sobre estas cosas. En un segundo tiempo se prescinde de las cosas concretas y el gesto se hace **imaginando** todo tipo de posesiones (por ejemplo casas, campos, acciones, títulos comerciales, dinero, etc.). En este caso el gesto se hará más amplio y genérico, indicando sólo el desprendimiento. Varios modos de ensayar la improvisación. Se sugiere:

- librarse de algo que pesar o preocupa: gestos de descargar cosas que están sobre el cuerpo;
- arrojar lejos, con fuerza, cosas que se descubren malas, inútiles o desagradables;
- transformación personal, como si no hubiese más nada.

A partir de esta tercera forma se pasa al tercer tiempo: no se imagina más el desprendimiento de cosas, sino una transformación interior, que gestualmente en la expresión se marca:

- con un movimiento igual, pero marcando la diferencia por cambio en la densidad del espacio: del espacio denso al liviano;
- con una modificación en el movimiento: comienza pesado, difícil, con tendencia a pesar hacia abajo, y pasa a ser ágil, invade el espacio hacia adelante, hacia la meta;
- con una modificación en la intensidad: se comienza con movimientos muy tensos, estando muy atento a cada fase del mismo, a lo que rodea, al efecto que produce; se pasa a un movimiento relajado, mucho más libre, sin tener en cuenta lo que rodea o sus fases, sino como atendiendo sólo a la sensación total corporal de la libertad.

Estas formas son matices que cada uno debe experimentar, hasta encontrar aquella con la cual se siente más identificado en su vivencia de

desprendimiento, es decir, cuál es su forma propia de desprendimiento, de soledad interior y de concentración.

2. La tentación. Significa una invitación a volver al estado anterior, del cual se había salido, o hacer algo que habíamos rechazado. Hay dos formas de expresar la tentación: la que da el texto, escenificada y personificada; y otra, interior, lucha consigo mismo. Las dos son experiencias válidas. El cristiano puede experimentar, a lo largo de su vida, que a veces la tentación asume la forma exterior de un ser que le atrae, o la vive como algo propuesto por una fuerza o realidad distinta de sí mismo, es decir, la vive como una sustantivación exterior del mal. En otros casos el creyente vive la tentación como un desdoblamiento de sí mismo, de su propia personalidad.

Estas dos formas serán trabajadas en los ejercicios preparatorios.

Primera forma: la tentación exterior. A su vez puede tener diferentes matices:

- objeto o persona que atrae sin que haga algo específico de su parte para dirigirse al tentado. Se ensayará primero con un objeto. Por ejemplo, algo lindo, que no me pertenece y que estoy tentado de robar. El trabajo de expresión tendrá dos variantes: sucumbir a la tentación y resistir a la tentación. A su vez sucumbir de varias formas: rápidamente (indica un ánimo pervertido), tras mucho esfuerzo, en un pasajero momento de debilidad. Resistir: fácilmente, con mucha dignidad, difícilmente, con gran esfuerzo; huyendo de la cosa, apartándola, sobreponiéndose a sí mismo;
- un ser que se presenta a proponer algo malo, entonces se entabla una especie de diálogo. Puede usarse con ligeras modificaciones, el del Evangelio. Las modificaciones se improvisarán según los participantes. Conviene trabajar en parejas que luego intercambien papeles, de modo que cada uno se alternativamente tentador y tentado. También se ensayarán las dos formas: aceptación y rechazo.

En los casos de aceptación se debe ligar el remordimiento o arrepentimiento, conforme a los ejercicios generales.

La expresión de la tentación puede asumir, gestualmente, varias formas. Se sugieren las siguientes:

- acompañar a algún lugar donde no se quiere ir: el tentador indica, muestra, trata de empujar, de llevar por la mano, arrastrar, etc. Puede pasar de la dulzura a la violencia;

- hacer aceptar algo que no se quiere aceptar: el tentador hará gestos de ofrecimiento cada vez más fuertes y compulsivos, acercándose, usando sus brazos para forzar las manos y brazos del otro. El tentado rechazará con gestos primero de lejos, luego con gestos de sacarse de encima lo que se le quiere dar o poner;

- inducir a hacer algo que no se quiere. Es la forma más difícil, porque es la más abstracta. El tentador imitará lo que quiere que haga el tentado, mostrándolo de una forma plástica, agradable, conveniente, luego lo mostrará cada vez más autoritativamente. Esto se marca cambiando la dinámica: al principio lento y suave, luego cada vez más rápido y fuerte; y la textura del movimiento: sobre el mismo esquema de movimiento (por ej. comer una manzana, tentación del paraíso) se variarán las líneas: curvas, suaves y no muy marcadas, a más rectas y marcadas, se movimiento continuo a movimiento “picado” (el movimiento ligado va haciéndose cada vez más cortante);

- el tentado se encuentra en una situación colectiva de tentación. Este es un ejercicio grupal, en que el tentado puede ser uno o varios, pero siempre en menor número que el grueso de los “tentadores”. Tómese el ejemplo, para comenzar, de una pandilla en que la mayoría quiere hacer algo (por ejemplo, robar, romper o destruir algo) y quiere arrastrar a uno o unos pocos de sus miembros que se resisten. El grupo está haciendo lo suyo, los otros quieren apartarse, el grupo se niega al apartamiento, los incita, los agrede, etc. Pueden imaginarse varias secuencias sobre esta forma.

Luego de realizar estos ejercicios preparatorios, se pasa al gestorama.

El gestorama puede representarse en los dos sentidos antes indicados. Primero, como forma de diálogo con “otro”, el demonio personificado como el tentador. El relato de las tres tentaciones deberá hacerse en una unidad,

aunque conviene comenzar a practicar sólo por la primera, al acabar iniciar la segunda, y así sucesivamente.

Inicio: actitud de meditación que es interrumpida por el tentador

Reconocimiento de los personajes entre sí: “saber a qué atenerse”. El reconocimiento se hace según las formas generales de expresión. A continuación viene el relato de la primera tentación. En lo posible el tentador debe hacerlo sin palabras, mostrando real o imaginativamente el objeto de la tentación. Jesús debe pasar por la prueba, si bien manifestará siempre rechazo, éste deberá ser gradual: primero una simple negativa, a medida que el tentador insiste, más enérgica tentativa y finalmente la orden de abandonar el lugar; el tentador deberá retirarse con aire vencido: no sólo no logró su propósito, sino que perdió su autoridad frente a la autoridad de Jesús. La idea del Gestorama es la autoridad de Jesús frente a la tentación.

En una segunda etapa el sujeto desarrollará el papel de Jesús, pero sin el tentador exterior: producirá los movimientos de acercamiento y rechazo del objeto de la tentación. Este ejercicio deberá ser realizado por todo el grupo y puede hacerse simultáneamente. El tiempo de la prueba es libre, cada uno debe vivenciarla. En la última etapa es preferible omitir toda manifestación verbal.

## II parte. Cumplimiento de la misión (Pasión y Resurrección)

En este relato complejo, cualquiera sea el texto tomado como base, es necesario fijar los límites y las secuencias interiores con claridad, a fin de que puedan hacerse, si se desea, separadamente. En una forma amplia, el relato podrá abarcar desde la entrada de Jesús en Jerusalén hasta la resurrección. Esto tendría el sentido totalizante de mostrar la dialéctica de la afirmación (el “*hosanna* al Hijo de David”), la negación (proceso, muerte) y la síntesis afirmativa final (la resurrección). Además implicaría el mensaje cristiano de que a la muerte sigue la resurrección, que la muerte no es lo definitivo. En un sentido más restringido, abarcaría desde la oración del Huerto hasta la muerte. En este caso se trataría del “proceso de dolor”, para distinguirlo del constitutivo eclesial (la última cena) y la apoteosis (resurrección, proclamación y ascensión). Obviamente la utilización de uno de estos criterios u otros parciales posibles, depende del interés en el acento o matiz elegido: exultativo, penitencial, eclesial, etc.

De todas maneras el mismo relato, en cualquiera de las versiones, es suficientemente explícito en cuanto a las unidades menores. Pero debe tenerse en cuenta que para un gestorama no se puede seleccionar una unidad demasiado breve, o ligada esencialmente a otras anteriores o posteriores. Por ejemplo como gestorama no tendría sentido sólo la escena del Huerto, sin relación a la anterior traición de Judas, o al menos a la referencia a ella que Jesús le hace en la última cena. Tampoco serviría el episodio de las tres negaciones petrinas sin el antecedente de la profecía. Es decir, no todo texto que es suficiente elemento de meditación cristiana, basta para una composición escénica, en que el mensaje, la idea que se quiere transmitir, debe ser clara y coherente para el espectador (que incluso puede no ser creyente). Por otro lado nada impide, al contrario, resulta muy interesante, formar gestoramas sobre un tema que esté textualmente en partes discontinuas del relato, pero unidos por el sentido. Por ejemplo un gestorama sobre Judas lo mostraría como discípulo celoso, luego como traidor, como entregador y finalmente como arrepentido desesperado de perdón y suicida. Sería un drama basado en el texto evangélico, aunque no en una secuencia

propiamente dicha. Del mismo modo puede hacerse la historia de Pedro, como veremos en el próximo apartado.

## 1. La entrada de Jesús en Jerusalén

### *Texto. Lucas 18, 28-38*

*Y habiendo dicho esto [enseñanzas en parábolas] marchaba por delante subiendo a Jerusalén. Y al llegar cerca de Betfagé y Betania, al pie del monte llamado de los Olivos, envió a dos de sus discípulos diciendo: “Id al pueblo que está enfrente y, entrado en él, encontraréis un pollino atado, sobre el que no ha montado todavía ningún hombre; desatadlo y traedlo. Y si alguien os pregunta: ‘¿Por qué lo desatáis?’’, diréis esto: ‘Porque el Señor lo ha menester’”. Fueron, pues, los enviados y lo encontraron como les había dicho. Cuando desataban el pollino, les dijeron los dueños: “¿Por qué desatáis el pollino?”. Ellos les dijeron: “Porque el Señor lo necesita”.*

*Y lo trajeron donde Jesús; y echando sus manos sobre el pollino, hicieron montar a Jesús. Mientras él avanzaba, extendían sus manos por el camino. Cerca ya de la bajada del monte de los Olivos, toda la multitud de los discípulos, llenos de alegría, se pusieron a alabar a Dios a grandes voces, por todos los milagros que habían visto. Decían “¡Bendito el Rey que viene en nombre del Señor! Paz en el cielo y gloria en las alturas”.*

El relato muestra claramente dos niveles de participantes: “el pueblo” como unidad, un actuar conjunto, y Jesús con sus discípulos.

**El pueblo** realiza un único acto con diversas manifestaciones: la proclamación de Jesús como Hijo de David (salvador). No es la actitud de súplica, ni de admiración, que vimos en los relatos de milagros, sino de proclamación y reverencia jubilosa. El relato marca los tres elementos

fundamentales: 1°. extender sus vestidos como alfombra; 2°. agitar ramas de olivo; 3°. gritar un slogan (que nosotros traduciríamos por “¡Viva Jesús!”). Evidentemente esto responde a una forma cultural tradicional judía. El gestorama puede tomarla, pero también puede “traducirlas” a un lenguaje simbólico más actual: agitar banderitas, portar carteles, llevar instrumentos percusivos (en la cultura popular argentina, el bombo). La idea es el festejo al gran personaje, al que se le quiere, se le honra, pero sin solemnidad, no se le teme. Por eso no se postran, sino que están de pie.

Como aporte gestual se ensayará el movimiento de agitación simultáneo al grito, lo cual resultará fácil pues básicamente estamos acostumbrados a esta manifestación.

Hay un detalle importante: en el relato, el pueblo “acompaña” (“tanto los que iban delante como los que iban detrás...”) es decir, no es un desfile del personaje y sus discípulos contemplado por el pueblo estático. El sentido simbólico y gestual de esto es muy importante y tiene que marcarse: son los que “van delante” los que ponen su ropa, y los siguen acompañando (hay un sentido de desprendimiento, de dar lo suyo para el festejo). Es decir, el gestorama se realizará en el espacio, en la forma que sea posible (en diagonal, en zig-zag o en elipse abierta) pero marcando siempre esta acción acompañante.

**Jesús:** es importante la composición del personaje. El relato no dice nada especial. ¿Cuál era su actitud? Parece que mansa (iba en la mula y su asnito) y bondadosa. Ensayar, como ejercicio preparatorio, tres formas de aparecer:

- soberbia y altanera (el vencedor en relación a los vencidos);
- “demagógica” (aparatosa, para deslumbrar);
- bondadosa y amable, como la de Jesús.

Practicarlo caminando en diagonal, por el mismo camino las tres veces. Soberbiamente: mirando por encima, despreciativamente, con los brazos cruzados en el pecho, en las caderas o llevando armas. Demagógica: paso aparatoso, saludos exagerados o notorios, levantar y blandir los brazos,

cruzarlos uniendo las manos sobre la cabeza, alzar y agitar un puño y el otro alternativamente, etc.

Jesús camina sencillamente, agradece con una sonrisa y un gesto de manos muy medido, extendiendo suavemente como para bendecir (ensayar, como contraposición, el gesto “demagógico” y exagerado de una bendición).

## **La última Cena**

***Texto: Juan 13, 1-32***

*Antes de la fiesta de la Pascua, sabiendo Jesús que había llegado su hora de pasar de este mundo al Padre, habiendo amado a los suyos que estaban en el mundo, los amó en extremo.*

*Durante la cena, cuando ya el diablo había inspirado a Judas Iscariote, hijo de Simón, el propósito de entregarle, sabiendo que el Padre le había puesto todo en sus manos y que había salido de Dios y que a Dios volvía, se levanta de la mesa, se quita el manto y, tomando una toalla, se la ciñó. Luego echa agua en un lebrillo y se puso a lavar los pies de los discípulos y a secárselos con la toalla con que estaba ceñido.*

*Llega a Simón Pedro, éste le dice: “Señor, ¿lavarme tú a mí los pies?”. Jesús le respondió: “Lo que yo hago, tú no lo entiendes ahora; lo comprenderás más tarde”. Le dice Pedro: “Jamás me lavarás los pies”. Jesús le respondió: “Si no te lavo, no tienes parte conmigo”. Le dice Simón Pedro: “Señor, no sólo los pies, sino hasta las manos y la cabeza”. Jesús le dice: ¡El que se ha bañado, no necesita lavarse, está del todo limpio”. Y vosotros estáis limpios, aunque no todos”. Sabía quién le iba a entregar, y pero eso dijo: “No estáis todos limpios”.*

*Después que les lavó los pies y tomó su manto, volvió a la mesa y les dijo: “¿Comprendéis lo que he hecho con vosotros? Vosotros me llamáis ‘el Maestro’ y ‘el Señor’, y decís bien, porque lo soy. Pues si yo, el Señor y el Maestro, os he lavado los pies, también vosotros*

*debéis lavaros los pies unos a otros. Os he dado ejemplo, para que también vosotros hagáis como yo he hecho a vosotros.*

*¡En verdad, en verdad os digo:*

*no es más el siervo que su amo,*

*ni el enviado más que el que le envía,*

*Sabiendo esto seréis dichosos si lo cumplís. No me refiero a todos vosotros. Yo conozco a los que he elegido; pero tiene que cumplirse la Escritura:*

*‘El que come mi pan*

*ha alzado contra mí su talón’*

*Os lo digo desde ahora,*

*antes de que suceda,*

*para que, cuando suceda,*

*creáis que Yo Soy.*

*En verdad, en verdad os digo:*

*quien acoja al que yo envié me acoge a mí,*

*y quien me acoge a mí, acoge a Aquel que me envió.*

\*

[Anuncio de la traición de Judas]

*Cuando dijo estas palabras, Jesús se turbó en su interior y declaró:*

*“Yo os aseguro que uno de vosotros me entregará”.*

*Los discípulos se miraban unos a otros sin saber de quién hablaba.*

*Uno de sus discípulos, al que Jesús amaba, estaba a la mesa al lado*

*de Jesús. Simón Pedro le hace una seña y le dice; “Pregúntale de*

*quién está hablando”. Él recostándose sobre el pecho de Jesús, le*

*dice; “Señor, ¿quién es?”. Le responde Jesús: “Es aquel a quien dé el*

*bocado que voy a mojar”. Y, mojando el bocado, lo toma y se lo da a*

*Judas, hijo de Simón Iscariote. Y entonces, tras el bocado, entró en él*

*Satanás. Jesús le dice: “Lo que vas a hacer, hazlo pronto”. Pero*

*ninguno de los comensales entendió por qué se lo decía. Como Judas*

*tenía la bolsa, algunos pensaban que Jesús quería decirle: “Compra*

*lo que nos hace falta para la fiesta”, o que le mandaba dar algo a los*

*pobres. En cuanto tomó Judas el bocado, salió. Era de noche.*

*Cuando salió, dice Jesús;*

*“Ahora ha sido glorificado el hijo del hombre  
y Dios ha sido glorificado en él.  
Si Dios ha sido glorificado en él,  
también Dios le glorificará en sí mismo  
y le glorificará pronto”.*

Este relato requeriría, para estar más completo, trece personas. Si son menos, se repartirán los papeles más importantes: Jesús, Judas, Pedro y Juan son imprescindibles, y algunos más para el “coro”. La escena se realizará de frente al espectador y también en círculo cerrado (en ese caso algunos quedarán de espaldas). Cuestión para proponer a los intérpretes: cómo obviar, durante el gestorama, estos dos extremos: 1. mantener la posición frontal, estereotipada (como en los cuadros) o 2. dar la sensación de grupo cerrado y esoterismo.

**Motivaciones.** Es uno de los pasajes más complejos, porque en cierto sentido cada personaje podría ser el centro, si la historia se viera desde él. La tradición y la creencia hace que tomemos como centro a Jesús; pero cualquiera de los tres discípulos podría serlo en cada uno de sus aspectos: la traición, el juramento de fidelidad (que después violará) y el “amado”. De hecho, hay en la Biblia elementos posteriores para componer la “historia” de estos tres personajes y por eso en el relato de la Pasión pueden mantenerse en su lugar narrativo secundario, pasando a primer plano en un bosquejo interpretativo.

- Motivación para Jesús: tres principales

1. lavado de pies,
2. partición del pan,
3. anuncio de la traición.

- Motivación para Judas:

1. traición,
2. salida subrepticia.

- Motivación para Pedro:
  1. escena del lavado,
  2. promesa de fidelidad.
  
- Motivación para Juan:
  1. el discípulo amado.

### **Ejercicios preparatorios para estos personajes:**

- **Lavado de pies:** dos niveles de interpretación corporal: en un primer nivel, totalmente mímico, Jesús hará los gestos de lavar y secar los pies y los discípulos se mirarán asombrados, respetuosos, y Pedro hará su escena. En un segundo nivel expresivo, la idea de “abajamiento” y de “limpieza” grupal debe desarrollarse en otras formas corporales que no sean este símbolo, aunque deban ser en parte simbólicas. Se propone por ejemplo gestos de amistad, apoyo mutuo, servicio (ver parte general), movimientos desde el interior, desde el tronco, hacia la cabeza, los brazos y por fin las piernas.

- **Partición del pan:** este gesto, unido al de oración, es el más significativo y debe mantenerse. Deben ensayarse diversas formas: solemne, amoroso, extático, místico o contemplativo, solidario, alegre, compasivo con los necesitados, pensativo, etc. La distribución del pan se hará de dos maneras: de Jesús a cada comensal y de Jesús a los más próximos y así sucesivamente, dando idea de compartir.

- **Juramento de fidelidad:** ensayar actitud de juramento (no estereotipadas) antes de emplear palabras. Ensayar las siguientes variantes: a) la actitud sin palabras; b) las palabras sin actitud; c) actitud con palabras. Se observará que en todos los casos fallará algo. El primero porque resultará diálogo de mudos o no dará todo el contenido necesario al relato; el segundo carece de plástica y el tercero es redundante. Elegir, según diversas posibilidades, una fórmula en que la expresión complemente y aclare las palabras; ensayo de la “palabra encubridora” (se dice, pero no se siente, el gesto es ambiguo y huidizo).

- **Idea de traición.** El discípulo sabe lo que hará y quizá sabe que Jesús lo ha descubierto. Su actitud es disimulada, pero a la vez temerosa y de mirada huidiza. Ensayar diversos caracteres de traidor: 1. el ruin y temeroso, que sólo es capaz de atacar por la espalda, mirada huidiza, gesto poco comprometido, intento de pasar desapercibido y en un rincón; 2. el despreocupado, un poco “sobrador”, como quien piensa que todo es fácil y que está seguro; 3. el que odia y en los momentos preliminares a la traición goza con el mal que producirá.

- **El amor y la admiración.** Es la actitud propia de Juan, y también de los demás, pero que en el “amado” alcanza su dimensión paradigmática. El Evangelio dice que Juan “reposó en su pecho” y además fue al único al que confió el secreto del traidor. Sin embargo, Juan no parece haberse mostrado escandalizado, ni haber hecho ningún gesto especial que llamara la atención de los otros comensales; su comunión con Jesús era sobre todo espiritual, un entendimiento “de miradas”. Por tanto, en los ejercicios preparatorios debe insistirse en este aspecto interiorizado de la relación Jesús-discípulo amado, tratando de elaborar diversas formas de acercamiento que no impliquen manifestaciones especiales. Deberá ensayarse las diversas posibilidades de “reposar en su seno”, es decir, la actitud de abandono en el maestro; también se hará el trabajo de comunicación a través de la mirada, en dos formas: la mirada de Juan que sigue amorosamente al maestro en sus menores gestos (aunque Jesús no lo mire) y la mirada mutua.

Cuando se haya logrado elaborar con claridad cada uno de los personajes centrales, se buscará completar el cuadro con los restantes. El hecho de que en los relatos bíblicos queden desdibujados no significa que carecieran de personalidad y fueran anodinos. Por tanto, y a falta de noticias más exactas, podemos considerarnos con derecho de “inventar” actitudes de discipulado que no sean contradictorias con el hecho de que: a) estaban muy contentos; b) se sentían seguros y no esperaban el drama que sobrevendría; c) amaban y admiraban al Maestro. Porque estos son los datos que nos da el Evangelio. Podemos componer personajes ruidosos, o más callados, algunos más comilones, otros más parcós, algunos inquietos, otros tranquilos. Es

importante que el cuadro tenga variedad y todos sientan que cualquiera de esas formas es válida y que todo eso pudo suceder en la Cena.

Una vez que se han compuesto todos los personajes puede hacerse ya el gestorama de la última cena. Podemos pensar en tres formas de encararlo:

1. más dramatizada, tipo obra de teatro, con gestos medidos y realistas, utilizando el lenguaje bíblico y también una adaptación actual, tanto de las palabras como de los gestos;

2. una expresión totalmente corporal, sin verbalizaciones, que puede ser a su vez de dos modos:

a. en forma de mimo, es decir, con expresiones imitativas y descriptivas de los distintos momentos del texto;

b. una expresión corporal libre sobre las ideas, sentimientos y acontecimientos que vivieron los personajes, según lo sienta cada participante;

3. en una tercera forma, se unirán las dos anteriores, cuidando algunos aspectos más importantes. De la primera forma se retendrán las palabras esenciales, con todo su peso religioso y simbólico. De la segunda forma se rescatarán, por reflexión del grupo, los elementos expresivos que hayan sido vividos como más aptos por todo el grupo que participa. Es importante que esta tarea de selección se haga en forma grupal y reflexionando cada uno sobre su propio trabajo gestual como expresión auténtica de su fe real.

### **3. La Pasión**

Este relato abarca desde el prendimiento de Jesús hasta el descenso de la cruz. Tomando el relato de Lucas (c. 22, 47 ss y cap. 23) tenemos varios pasos que pueden desarrollarse aisladamente, o en relación, para llegar luego a un gestorama muy sintético, expresión de lo más fundamental del relato.

Podemos dividir el relato en las siguientes partes:

1. Prendimiento (22, 39-52)

2. Jesús ante el Sanedrín (22, 66-71)

3. Jesús ante Pilatos (1ª vez, 23, 2-7)

4. Jesús ante Herodes (23. 8-12)
5. Jesús ante Pilatos (2ª vez, 23,13-25)
6. Crucifixión (23, 26-46)
7. Descenso y sepultura (23, 47-56).

Analizando cada una de estas partes, podemos ver que encierran la posibilidad de una reflexión por sí mismas, además del nexo y función en el relato general. En tal sentido pueden considerarse como actos de un drama, cada uno de los cuales es a su vez un drama, y de este modo pueden ejercitarse.

### **3.1. Prendimiento**

**Texto: Lucas 22, 39-52**

*Salió [de la cena] y, como de costumbre, fue al monte de los Olivos, y los discípulos le siguieron. Llegado al lugar les dijo: “Pedid que no caigáis en tentación”.*

*Y se apartó de ellos como un tiro de piedra, y puesto de rodillas oraba diciendo: “Padre, si quieres, aparta de mí este cáliz; pero no se haga mi voluntad sino la tuya”. Entonces se le apareció un ángel venido del cielo que le confortaba. Y sumido en angustia, insistías más en su oración. Su sudor se hizo como gotas espesas de sangre que caían en tierra.*

*Levantándose de la oración vino donde los discípulos y los encontró dormidos por la tristeza; y les dijo “¿Cómo es que estáis dormidos? Levantaos y orad para que no caigáis en tentación”.*

*Todavía estaba hablando, cuando se presentó un grupo; el llamado Judas, uno de los Doce, iba primero y se acercó a Jesús para besarle. Jesús le dijo: “¡Judas, con un beso entregas al Hijo del hombre!”. Viendo los que estaban con él lo que iba a suceder, dijeron: “Señor, ¿herimos a espada?”, y uno de ellos hirió al siervo del Sumo Sacerdote y le llevó la oreja derecha. Pero Jesús dijo: “¡Dejad! ‘Basta ya!’. Y tocando la oreja la curó.*

*Dijo Jesús a los sumos sacerdotes, jefes de la guardia del Templo y ancianos que habían venido contra él: “¿Cómo contra un salteador habéis salido con espadas y palos? Estando yo todos los días en el Templo entre vosotros no me pusisteis las manos encima; pero ésta es vuestra hora y el poder de las tinieblas”.*

*Entonces le prendieron, se lo llevaron y le hicieron entrar en la casa del Sumo Sacerdote; Pedro seguía de lejos. Habían encendido una hoguera en medio del patio y estaban alrededor.; Pedro se sentó con ellos. Una criada, al verle sentado junto a la lumbre, se le quedó mirando y dijo: “Éste también estaba con él”. Pero él lo negó: “¡Mujer, no le conozco!”. Poco después, otro, viéndole, le dijo: “Tú también eres de ellos”. Pedro dijo: “Hombre, no lo soy!”. Pasada como una hora, otro aseguró: “Cierto que éste también estaba con él, pues además es galileo”. Le dijo Pedro: “Hombre, no sé de qué hablas!”. Y en aquel momento, estando aún hablando, cantó un gallo, y el Señor se volvió y miró a Pedro, y recordó Pedro las palabras del Señor cuando le dijo: “Antes que cante hoy el gallo, me habrás negado tres veces”. Y, saliendo fuera, rompió a llorar amargamente. Los hombres que le tenían preso [a Jesús] se burlaban de él y le maltrataban: y cubriéndole con un velo le preguntaban: “¡Adivina! ¿Quién es el que te ha pegado?”. Y le insultaban diciéndole otras muchas cosas.*

Aquí las figuras indispensables son Jesús, Judas, al menos un discípulo (podría ser Pedro, con quien suele ser identificado) y uno o dos personajes que sean las autoridades que vienen a prenderlo. Si no hay personas suficientes para realizar el acto manual del prendimiento, puede hacerse en gestos, o incluso –y casi es mejor– como un prendimiento simbólico. Como es habitual en estos ejercicios, deben omitirse las palabras, o ser muy escuetas. Es importante en cambio, destacar los tres niveles de interpretación: Jesús, sus discípulos y Judas con la turba (dentro de ésta Judas es un personaje especial). Jesús sabe lo que va a acontecer, ni se sorprende ni se defiende, actitud que sí sorprende a sus discípulos, quienes

intempestivamente desean una defensa. Durante todos estos pasos de la pasión, es muy importante visualizar: a) la conciencia de Jesús de su misión, que no excluye momentos de dolor, desaliento o amargura, pero que en definitiva se resuelven con su dejarse estar en manos del Padre; b) la actitud de los discípulos frente a la “caída” de su maestro; todas las actitudes humanas son válidas y por eso el Evangelio las menciona: la resistencia con ira, el miedo (la negación de Pedro), el dolor (ante la cruz y en el sepulcro), la sensación de desamparo. Son actitudes contrastantes, pues los discípulos creen en Jesús, pero su fe es todavía débil, porque aún no han recibido el Espíritu. Este primer momento de todo creyente debe analizarse, respetuosamente. Cada uno puede evaluar sus propias reacciones como creyente, a través de sus actitudes gestuales espontáneas.

### **3.2. Jesús ante el Sanedrín**

#### ***Texto Lucas 22, 66-71***

*En cuanto se hizo de día, se reunió el Consejo de Ancianos del Pueblo, los sumos sacerdotes y los escribas, le hicieron venir al tribunal y le dijeron: “Si tú eres el Cristo, dínoslo”. Él les respondió: “Si os lo digo, no me creeréis. Si os pregunto, no me responderéis. De ahora en adelante, el Hijo del hombre estará sentado a la diestra del poder de Dios”. Dijeron todos: “Entonces, ¿tú eres el Hijo de Dios?”. Él les dijo: “Vosotros lo decís: Yo soy”. Dijeron ellos: ¿Qué necesidad tenemos ya de testigos, pues nosotros mismos lo hemos oído de su propia boca?”.*

Aquí la figura principal es Jesús, y por la otra parte al menos uno (mejor dos o tres) de los miembros del Sanedrín. En este momento Jesús se proclama Hijo de Dios, es la primera vez que lo dice públicamente ante las autoridades religiosas judías. Esta proclamación surge de su íntimo convencimiento y además del momento solemne y formal en que es interrogado. En suma, esta parte de la Pasión nos muestra que hay momentos cruciales o situaciones-límite, en que no se debe ni se puede ser ambiguo.

Por tanto, el gestorama no verbalizado deberá incluir la demanda formal de la autoridad sobre su identidad y la proclamación, seguida de la ira de los miembros del tribunal. Una vez que el gestorama está realizado, procurando que todos los participantes hayan expresado a Jesús, se pasará a una interpretación libre sobre diversas situaciones en que debemos proclamar nuestra fe sabiendo que arriesgamos todo en ello. En estos momentos cada uno debe concienciar de qué modo proclamaría lo que cree de sí mismo, del mundo, de Dios, etc., como su convencimiento más profundo; los modos de expresión variarán de acuerdo al temperamento de cada uno: fogoso, dramático, dulce, resignado, irónico, etc. Todo modo auténtico y claro de proclamación es válido; lo que se excluye es la duplicidad o ambigüedad (comparar expresivamente una y otra situación y meditar a la vez la frase del AT: “porque no eres frío ni caliente [decidido] sino tibio, te vomitaré de mi boca”).

### 3.3. Jesús ante Pilatos

**Texto: Lucas 23, 1-7.**

*Y levantándose todos ellos, le llevaron a Pilato. Comenzaron a acusarle diciendo: “Hemos encontrado a éste alborotando a nuestro pueblo, prohibiendo pagar tributo al César y diciendo que él es Cristo Rey. Pilato le preguntó: “¿Eres tú el rey de los judíos?”. Él le respondió: “Sí, tú lo dices”. Pilato dijo a los sumos sacerdotes y a la gente: “Ningún delito encuentro en este hombre”. Pero ellos insistían diciendo: “Solivianta al pueblo, enseñando por toda Judea, desde Galilea, donde comenzó, hasta aquí”. Al oír esto, Pilato preguntó si aquel hombre era galileo, Y, al saber que era de la jurisdicción de Herodes, le remitió a Herodes, que por aquellos días estaba también en Jerusalén.*

En esta parte del gestorama hay tres protagonistas: Jesús, Pilatos y “los judíos” (es decir, los Sumos Sacerdotes y los miembros del Sanedrín), que pueden reducirse, simbólicamente, a una sola persona. Se trata de una

auténtica forma de juicio, pues la anterior presentación no era tal, porque no sólo el Sanedrín no era autoridad real, sino y sobre todo porque era parte interesada. Ahora, el Sanedrín y los que lo representan se constituyen en acusadores y Jesús en acusado; el juez es Pilatos, representante del máximo poder terrenal, el emperador de Roma. En este contexto debe entenderse y expresarse la parte más profunda de este pasaje: a) el sometimiento al poder terrenal es exigencia de la *kénosis* del Hijo de Dios, pero también es la condición fáctica de todo creyente en este mundo y de la Iglesia Peregrina. En la versión que seguimos, el diálogo es muy breve, la cuestión de la reyecía moral no importaba a Pilatos. La figura de Jesús en el gestorama está clara y ya hubo ocasión de indicar cómo abordarla. El acusador, uno o varios (pero que actúan unificadamente) también está claro: no aceptan la proclamación de Jesús y quieren que la autoridad lo condene, lo acusan vigorosa e interesadamente.

La figura de Pilatos, en cambio, es más difícil. Desde el comienzo se discutió acerca de él, de sus calidades humanas, etc. Los mismos evangelios dan pautas un tanto distintas, desde la apreciación “buscaba salvarle”, hasta el ser inducido a ello por un sueño de su mujer. Pero precisamente ese carácter oscuro (como al fin resulta siempre oscuro el interior de cada hombre cuando se erige en juez) es lo que permite diversas interpretaciones. Podemos ensayar algunas, que son válidas no sólo como interpretación bíblica, sino también como expresión de actitudes humanas de quienes han tenido que juzgar cuestiones relativas a la religión cristiana o a cualquier otra.

- **El funcionario:** Pilatos sería un hombre dedicado a su función, ocupado en cumplir su deber y no salirse de él, ni para bien ni para mal; por eso interroga al acusado, responde a los acusadores y ante un posible problema de jurisdicción remite el preso a quien incluso antes era su enemigo personal (Herodes). Por eso mismo su actitud ante las cosas intenta ser objetiva y en cierto sentido deshumanizada; se trata del “caso”, no de la persona. Quien elija esta interpretación debe buscar expresiones corporales adecuadas, objetivantes, distantes y formales.

- **El hombre escéptico:** más en consonancia con el relato de Juan, y quizá válido históricamente, sería el prototipo del hombre instruido y culto, interesado en las grandes cuestiones, pero sin creer en definitiva en ninguna respuesta; de allí que, con cierto escepticismo (interpretación que parece más válida que la de ser un inquieto futuro discípulo) pregunte “¿qué es la verdad?” en la versión joánica. En este caso la reticencia a condenarlo se asemejaría a la reticencia a condenar a un visionario inofensivo. Piénsese que hay muchas autoridades que así procedieron y proceden con los cristianos y otros hombres religiosos, en los cuales la aparente bondad va unida al menosprecio íntimo por sus creencias. Para expresar esta personalidad debe buscarse el “tipo” intelectual, un poco “a la vuelta de todo”, menos formal que el funcionario, pero con una objetividad incluso más fría, porque es expresión de la propia incredulidad.

- **El hombre de fondo bueno, pero temeroso y pusilánime.** La interpretación del juez cobarde, que se asusta ante la posibilidad de que los judíos lo acusen ante Roma y condena a quien cree inocente, ha sido bastante aceptada por la tradición interpretativa. Para expresar corporalmente esta personalidad deben buscarse las formas de temor secreto, gestos pequeños y nunca del todo firmes, desconfianza con el entorno marcada en las posiciones nunca francas del cuerpo.

Cada uno puede elegir entre estas propuestas y muchas más y más matizadas que surjan de la discusión y la expresión del personaje en el grupo. Luego cada uno podrá hacer su propio Pilatos, es decir, interpretar a Pilatos desde su propia personalidad, o sea, expresarse como se expresaría si le hubiera tocado un caso semejante. Para ello nótese que Pilatos no podía saber ni prever el fin de la historia y para él (y para quien haga sus veces) Jesús no se diferencia aparentemente de otros casos; por tanto, es una conducta humana general lo que se expresa, y además, para el creyente, la oportunidad concedida y perdida de Pilatos para ver más allá de lo aparente.

### 3.4. Jesús ante Herodes

*Texto: Lucas 23, 8-12*

*Cuando Herodes vio a Jesús se alegró mucho, pues hacía largo tiempo que deseaba verle, por las cosas que oía de él, y esperaba presenciar alguna señal que él hiciera. Le preguntó con mucha palabrería, pero él no respondió nada. Estaban allí los sumos sacerdotes y los escribas acusándole con insistencia. Pero Herodes, con su guardia, después de despreciarle y burlarse de él, le vistió un espléndido manto y lo remitió a Pilato. Aquel día Herodes y Pilato se hicieron amigos, pues antes estaban enemistados.*

Es un texto muy breve y con sólo dos personajes importantes: Jesús y Herodes. Este es un personaje diferente a Pilatos y la Biblia nos da elementos para su caracterización personal: es frívolo, sin profundidad, incapaz de comprender la importancia de los seres o los acontecimientos que lo rodean. Ni siquiera se toma en serio (como el Sanedrín) las “pretensiones reales” de Jesús y por eso, al no obtener de él un milagro, se burla considerándolo un loco. Aunque el texto dice que en la audiencia estaban los escribas y los Sumos Sacerdotes acusándolo, ese evidente que Herodes no se interesó en profundizar estas acusaciones. Herodes puede tomarse como un prototipo de quienes indirectamente causan daño a los creyentes, no tal vez por maldad preconcebida y acción directa, sino por frivolidad y desinterés.

En la expresión gestual Herodes será el rey infatuado, que intenta impresionar con gestos y palabras para lograr un milagro o prodigio, pero con interés anecdótico, como un espectáculo. Jesús, que comprende la liviandad de ese carácter, no le contesta, al contrario de su actitud con los sacerdotes o con Pilatos. Jesús mantendrá un silencio digno, no mezclándose con las chapucerías de los espíritus mediocres. La realización del gestorama puede ser puramente gestual o bien con algún discurso construido por parte de Herodes. Este discurso puede ser, a su vez, relativo al tiempo histórico y situación narrada en la Biblia, o bien puede hacerse en forma de adaptación a

una situación histórica o actual y como si se tratase de un interrogatorio a un cristiano por parte de una autoridad incrédula y jactanciosa.

Si se hace en forma exclusivamente gestual debe tratarse de evitarse la mímica excesiva, o sea, el reemplazo de la palabra por el remedo gestual de los conceptos. Al contrario, hay que tratar de que el gesto exprese los sentimientos de Herodes: interés vano, pretenciosidad, jactancia. Por eso debe enfrentarse con Jesús, dar vueltas observándolo, intentar (con la vista, con el gesto del rostro y del cuerpo) un diálogo que es rechazado con el silencio y la inmovilidad de Jesús.

### **3.5. Jesús por segunda vez ante Pilatos**

**Texto: Lucas 23, 13-24**

*Pilato convocó a los sumos sacerdotes, a los magistrados y al pueblo y les dijo: “Me habéis traído a este hombre como alborotador del pueblo, pero yo le he interrogado delante de vosotros y no he hallado en este hombre ninguno de los delitos de que le acusáis. Ni tampoco Herodes, porque nos lo ha remitido. Nada ha hecho pues, que merezca la muerte. Así que lo castigaré y le soltaré. Toda la muchedumbre se puso a gritar: “Fuera ese y suéltanos a Barrabás!” Éste había sido encarcelado por un motín que hubo en la ciudad y por asesinato.*

*Pilato les habló de nuevo, intentando librar a Jesús, pero ellos seguían gritando: “¡Crucifícale, crucifícale!”. Por tercera vez les dijo: “Pero ¿qué mal ha hecho? No encuentro en él ningún delito que merezca la muerte; así que lo castigaré y le soltaré”. Pero ellos insistían gritando a grandes voces que fuera crucificado y sus gritos eran cada vez más fuertes.*

*Pilato sentenció que se cumpliera su demanda. Soltó, pues, al que habían pedido, el que estaba en la cárcel por motín y asesinato, y a Jesús se lo entregó a su voluntad.*

En esta parte, lo más importante de la acción no es, como en la primera entrevista, el diálogo de Jesús con Pilatos, sino entre éste y los representantes de los judíos, incluyendo al pueblo que había sido soliviantado por ellos. Aquí apreciamos tres actitudes diferentes: 1. Pilatos, con cierta voluntad de salvar a Jesús, pero sin comprometerse demasiado, por lo cual al fin cede; 2. Los enemigos de Jesús, fuertes en su propósito; 3. el pueblo versátil, que antes alababa y ahora pide la cabeza. Esta dialéctica puede servir de análisis con relación a las auténticas expectativas que puede tener un apóstol convencido. Jesús, nuestro modelo, se vio atacado por enemigos acérrimos y defendido por un débil (casi nadie se juega a favor de alguien, aunque muchos sí se juegan en contra de alguien) y la masa acrítica puede ser hábilmente desviada para servir a intereses mezquinos. Estos tres elementos de un drama humano que se repite permanentemente son el núcleo expresivo del gestorama. Jesús permanecerá como siempre, digno y resignado activamente a la suerte elegida. Pilatos oscilará entre la piedad y el miedo, predominando este último; los enemigos se mostrarán más firmes y el pueblo se mostrará cada vez más enardecido. Para ello se continuará con el modelo expresivo elegido para la presentación al Sanedrín (enemigos) y a Pilatos, mientras que el pueblo, figura que aparece ahora, debe expresar, a empuje de un demagogo, el pasaje no repentino sino gradual de la indiferencia a la contrariedad y luego a la vociferación. De este modo este gestorama puede hacerse en silencio, o como una pieza teatral, manteniendo lo vívido del diálogo (y en ese caso sólo con el apoyo expresivo natural). Además, y como complemento, podemos imaginar la acción en tiempos actuales. Nótese que el Evangelio de Lucas dice que Pilatos lo entregó a los judíos, es decir, como siendo ellos los encargados principales de la ejecución, aunque el aspecto material lo cumplieran los centuriones. Por eso el resto del relato continúa en plural, haciendo una vaga referencia a los miembros del Sanedrín.

### 3.6. La Crucifixión

**Texto: Lucas 23, 26-46**

*Cuando le llevaban, echaron mano de un cierto Simón de Cirene, que venía del campo, y le cargaron la cruz para que la llevara detrás de Jesús. Le seguía una gran multitud del pueblo y mujeres que se dolían y se lamentaban por él. Jesús, volviéndose a ellas, dijo: “Hijas de Jerusalén, no lloréis por mí; llorad más bien por vosotras y por vuestros hijos. Porque llegarán días en que se dirá: ¡Dichosas las estériles, las entrañas que no engendraron y los pechos que no criaron! Y se pondrán a decir a los montes: ¡Caed sobre nosotros! Y a las colinas ¡Cubridnos! Porque si en el leño verde hacen esto, en el seco ¿qué se hará?”. Llevaban además otros dos malhechores para ejecutarlos con él.*

*Llegados al lugar llamado Calvario, le crucificaron a él y a los dos malhechores, uno a la derecha y otro a la izquierda. Jesús decía: “Padre, perdónalos, porque no saben lo que hacen”. Se repartieron sus vestidos, echando suertes.*

*Estaba el pueblo mirando; los magistrados hacían muecas diciendo: “A otros salvó, que se salve a sí mismo si él es Cristo de Dios, el Elegido”. Y también los soldados se burlaban de él y, acercándose, le ofrecían vinagre, y le decían: “Si tú eres el Rey de los judíos, ¡sálvate!”. Había encima de él una inscripción; “Éste es el Rey de los judíos”.*

*Uno de los malhechores colgados, le insultaba: “¿No eres tú el Cristo? Pues ¡sálvate a ti y a nosotros!”. Pero el otro le reprendió diciendo: “¿Es que no temes a Dios, tú que sufres la misma condena? Y nosotros con razón, porque nos lo hemos merecido por nuestros hechos; en cambio, éste nada malo ha hecho”. Y decía: “Jesús, acuérdate de mí cuando vayas a tu Reino”. Jesús le dijo: “Yo te aseguro que hoy estarás conmigo en el paraíso”.*

*Era ya cerca de la hora sexta cuando, al eclipsarse el sol, la oscuridad cayó sobre toda la tierra hasta se hasta la hora nona. El*

*velo del templo se rasgó por medio y Jesús, dando un fuerte grito, dijo: “Padre, en tus manos pongo mi espíritu” y, dicho esto, expiró. Al ver el centurión lo sucedido glorificada a Dios diciendo: “Ciertamente este hombre era justo!”. Y todas las gentes que habían acudido a aquel espectáculo, al ver lo que pasaba, se volvieron golpeándose el pecho. Estaban a distancia, viendo estas cosas, todos sus conocidos y las mujeres que le habían seguido desde Galilea.*

Tenemos aquí varios momentos: la marcha hacia el calvario, la crucifixión con la repartija de los vestidos y los últimos momentos con varios episodios y personajes que aparecen y desaparecen rápidamente de escena.

La realización de esta parte del gestorama tiene aún mayor unidad que las anteriores, porque se trata del momento culminante de la redención iniciada en la encarnación. Podemos imaginar aquí un camino, que representa toda su vida misma, hasta el fin que es la muerte en la cruz. Entonces la realización será necesariamente itinerante, al menos el grupo permanente que es Jesús, los fieles que lo siguen (su madre y algunos discípulos) y los soldados que lo custodian. Los personajes que va encontrando en el camino son varios: primero el Cireneo, luego las “hijas de Jerusalén”, los otros dos condenados y la guardia que ya estaba allí y que sorteó sus vestidos luego de crucificarlo.

Debe notarse que en esta parte de la narración hay notables diferencias entre los textos bíblicos. Juan pone escenas que no están en los Sinópticos, como la mención de “Rey de los judíos” y el diálogo de Pilatos con ellos justificándolo, las palabras a su madre y la lanzada que traspasó el costado. Mateo, también Marcos y las fuentes de Lucas son más dramáticos: la muchedumbre vocifera en su contra, no está el episodio de las mujeres piadosas y Jesús se lamenta por el aparente abandono del Padre. Por lo tanto, esta parte puede realizarse de acuerdo a cualquiera de estas formas, marcando las diferencias; en Juan, hay sobre todo un hálito sobrenatural y de cumplimiento profético, en Mateo y Marcos sobre todo un gran realismo,

destacando la culpabilidad del pueblo y los sacerdotes sus líderes, con gran dramatismo por parte de Jesús, y en Lucas una mayor humanización con indicios de cierto consuelo entre los espectadores y más serenidad en el sufriente.

En la realización del gestorama se elegirá un lugar que permita un desplazamiento recto, por ejemplo en diagonal, pero si no fuera posible puede hacerse en forma circular espiralada, comenzando por los extremos y marchando hacia el centro, de modo que los personajes intervinientes vayan quedando alrededor, formando un círculo. Para esto se requieren los siguientes componentes: Jesús, el Cireneo, las mujeres, el pueblo, los magistrados que se burlaban, los soldados que lo crucifican y los dos ladrones. Las mujeres, el pueblo y los magistrados, actuando como grupo, pueden estar representados por una sola persona; los soldados que se reparten las vestiduras deben ser al menos dos y pueden ser los mismos que acompañan la subida al calvario y uno puede ser el centurión. Como se indicó, en el evangelio de Lucas hay ciertas particularidades que respetar, como la compasión y el arrepentimiento del pueblo. Veremos a continuación la expresión de cada componente.

Jesús debe continuar con la serena y dolorosa tranquilidad interior, él a su vez consolará a las mujeres que se lamentaban y tendrá un gesto de piedad hacia el “buen ladrón”; luego sentirá la proximidad de la muerte y expirará diciendo con un fuerte grito (pero no desesperado) la frase evangélica. El Cireneo no habla y se limita a su papel de cargador de la cruz; el Evangelio no nos dice con qué ánimo lo hizo, si dispuesto o fastidiado y por tanto esto puede quedar librado a la interpretación de cada uno, pensando cómo reaccionaría cada uno si al término de una jornada de trabajo alguien nos pidiera (pero con sentido de obligación, la autoridad) que prestásemos un servicio público semejante (por ejemplo si uno es médico, atender a un delincuente condenado a muerte, etc.). Este es el modo de reinterpretar el pasaje desde nosotros mismos.

El pueblo, en la versión de Lucas, no parece hostil sino más bien curioso; es más acorde con la gran recepción a la entrada a Jerusalén y podría interpretarse como que ya se había calmado el furor anterior, pasajero y producto de la insidia de los acusadores. En todo caso, al menos algunos de entre el pueblo, las mujeres, tenían piedad. Pero éste es un grupo aparte, el pueblo en general se muestra curioso, sin embargo al verlo morir se siente arrepentido. Las mujeres pueden interpretarse como algunas seguidoras suyas anteriores más fieles; Jesús puede consolarlas de modo puramente gestual, de acuerdo a las formas que tiene el consuelo: con gestos de torso y brazos que indiquen contención, apoyo, trasmisión de fuerza, etc.

Los soldados que llevan a Jesús son romanos, indiferentes a lo que acontece, cumplen con un deber de verdugos casi a diario; la repartición de vestiduras era común y lo hacen del modo habitual. Por eso chancean y echan suertes, tratando en el fondo de evitar concentrarse en lo que sucede a su alrededor. Los gestos serán propios de la indiferencia de gente no muy culta y más bien ruda. El Centurión al final se mostrará sorprendido pero no arrepentido –como el pueblo– pues él no tiene de qué arrepentirse; su gesto será sobre todo de admiración. Los magistrados judíos son los únicos, en el relato de Lucas, que mantienen la inquina hasta el final: estando Jesús en la cruz se burlan todavía de él. Puede pensarse que al ver los acontecimientos extraños que rodearon su muerte tuvieron cierto temor, o al menos recelo y se retiraron en silencio.

Los dos malhechores han pasado a la tradición como dos prototipos de respuesta frente al Cristo oculto en la figura de un condenado: uno de ellos transfiere su propio odio intentando quizá que, si ciertamente tiene poderes especiales, los use a favor de los tres que, siendo tan distintos, comparten la misma suerte. Se trata, por tanto, de una típica mentalidad delictiva, la necesidad de una alianza circunstancial, la rabia desatada contra quien nada le ha hecho, la blasfemia y la renegación del destino. El otro asume sus culpas, en cierto modo pide perdón a quien reconoce justo y se resigna a su suerte. Aunque figuras extremas, son de alguna manera paradigmáticas y podríamos extrapolarlas a situaciones reales actuales. Por eso, cuando se

trate de expresar esta parte, cada uno debe pensar cómo reaccionaría en una situación semejante, por ejemplo, si estuviese condenado a muerte junto con un visionario y qué actitud tendría hacia él. Si nos analizamos en nuestras actitudes diarias, seguramente encontraremos un parecido con uno de los dos, en el sentido de que reneguemos, o aceptemos los vaivenes del destino. Quizás habría que considerar esto como dos tipos de personalidad, la pasiva y resignada y la luchadora, que si se extralimita puede llegar a la blasfemia. Los dos malhechores pueden servir de modelo para dos actitudes, tal vez no tan extremas, pero que se dan y tienen que ser meditadas.

La progresión de la expresión debe dar no sólo la fuerza dramática (efecto un poco teatral) sino y sobre todo el recogimiento y el sentido profundo de los acontecimientos. En el momento de la consumación, hay varias posturas: el pueblo curioso, los soldados indiferentes, los magistrados burlones triunfantes, las mujeres y partidarios de Jesús llorosos y tristes, un malhechor iracundo impotente, el otro esperanzado. Todos estos gestos deben ser simultáneos, para dar lugar inmediatamente a la reacción de asombro y temor frente a los acontecimientos extraños que suceden enseguida. Luego y rápidamente todos se dispersan, dejando solos a los condenados con Jesús muerto.

### **3.7. Descenso y sepultura**

***Texto: Lucas 23, 50-56.***

*Había un hombre llamado José, miembro del Consejo, hombre bueno y justo, que no había asentido al consejo y proceder de los demás. Era de Arimatea, ciudad de Judea, y esperaba el Reino de Dios. Se presentó a Pilato y le pidió el cuerpo de Jesús y, después de descolgarlo lo envolvió en una sábana y lo puso en un sepulcro excavado en la roca en el que nadie había sido puesto todavía. Era el día de la Preparación y apuntaba el sábado. Las mujeres que habían venido con él desde Galilea, fueron detrás y vieron el sepulcro y cómo era colocado el cuerpo.*

*Y regresando, prepararon aromas y mirra. Y el sábado descansaron según la Ley.*

Esta parte es muy breve en el relato lucano, y se desarrolla en dos lugares bien diferenciados: al pie de la cruz y en la cueva que sirve de sepulcro. Además puede hacerse –si se desea, porque no es esencial a esta parte del gestorama– la expresión de la visita de José de Arimatea a Pilatos para pedir el cuerpo.

#### **4. La resurrección**

##### ***Texto Juan 20, 1-10***

*El primer día de la semana va María Magdalena al sepulcro de madrugada, cuando todavía estaba oscuro, y ve que la piedra estaba quitada del sepulcro. Echa a correr, llega donde Simón Pedro y donde el otro discípulo al que Jesús quería y les dice: “Se han llevado del sepulcro al Señor y no sabemos dónde lo han puesto”.*

*Salieron Pedro y el otro discípulo, y se encaminaron al sepulcro. Corrían los dos juntos, pero el otro discípulo corrió más que Pedro, y llegó antes al sepulcro. Se inclinó y vio que estaban las vendas en el suelo, pero no entró. Llega tras él Simón Pedro, entra en el sepulcro y ve las vendas en el suelo, y plegado en un lugar aparte, no junto a las vendas, el sudario que cubrió su cabeza. Entonces entró también el otro discípulo, el que había llegado antes al sepulcro; vio y creyó, pues hasta entonces no habían comprendido que según la Escritura, Jesús debía resucitar de entre los muertos. Entonces volvieron a casa.*

De los varios relatos, se elige éste para comenzar por ser el que tiene más posibilidades para un gestorama. En este relato hay tres protagonistas: María Magdalena, Juan y Pedro. Aunque pueden añadirse algunos más –deben ser varones– como compañeros de los Apóstoles, su acción es de simple presencia y acompañamiento en el dolor antes de la llegada de la magdalena. En esta versión ella está sola ante la tumba y esto es esencial para diferenciar

este relato del otro.

En este relato hay dos escenarios bien diferenciados: la tumba, el lugar donde están los discípulos, que presumiblemente es una casa o su porche; y luego de nuevo la tumba. A su vez, en este espacio general dos secciones: afuera, es decir, el camino, la entrada al lugar, y el interior de la tumba. Esto se puede marcar como un ángulo pequeño de la sala, incluso con algún elemento rígido (unas piedras, un tablón, hasta una o dos sillas) que indiquen la entrada y quede bien claro que quien está afuera no puede ver que está vacía, para verlo hay que entrar.

Si la sala fuese suficientemente amplia, ambos escenarios pueden coexistir, sobre todo si es oblonga o rectangular. Si no, se marca la diferencia entre la primera y la segunda escena con la salida. Es decir Magdalena sale, por ejemplo, por el ángulo delantero izquierdo de la primera escena, y entra por el mismo a la segunda escena, como marcando que se trata del mismo camino.

María Magdalena es una mujer decidida, gran admiradora de Jesús, dispuesta a colaborar. En el texto no se dice que fuera al sepulcro para ungir el cadáver, como en el otro relato, de modo que es mejor no añadir ese elemento y que la acción quede simplemente como presencia orante ante la tumba del Maestro. Por eso su personaje debe tener como consigna la gestualidad, sin palabras, de quien va al cementerio para visitar la tumba de un ser muy querido. y la sorpresa al encontrar que se ha quitado la piedra que tapaba la entrada.

Juan es el “Discípulo amado” un joven impetuoso, inocente y al mismo tiempo respetuoso de Pedro, a quien reconoce como de mayor jerarquía. Su impetuosidad le hace salir corriendo a la advertencia de Magdalena, sin pensar en nada más

Pedro, que recibirá poco después las llaves del Reino, y que sin duda carga en su conciencia la culpa de haber negado al Maestro, parece en esta

parte de los relatos como más maduro, consciente de sus fallas, y dispuesto a cambiar su conducta asumiendo los riesgos con mayor decisión. Por eso también sale corriendo a la vez que Juan, es decir, tampoco duda y eso el relato lo marca claramente. Sólo que no es joven y en la carrera es superado, lo que se marcará como haciendo un mayor esfuerzo que Juan para llegar al sepulcro.

La realización del gestorama puede hacerse con o sin palabras, probar preferentemente las dos formas, aunque es conveniente comenzar apoyando los gestos con la voz. Para Magdalena, es importante marcar la diferencia en el ritmo de movimiento: cuando llega al sepulcro va lentamente, aunque decidida, pero como contenida por su dolor. Debe expresar sorpresa, incluso con voces (Oh!, Eh?!) y con mezcla de decisión y temor acercarse a la entrada. Debe marcar bien que aunque no entra, recorre con la vista el pequeño ámbito. Además de la sorpresa, la decisión de salir corriendo a avisar.

Juan y Pedro, y algunos más si se incorporan, están tristes, silenciosos, de pie o sentados, pero casi inmóviles. Magdalena llega corriendo y puede comenzar su parlamento desde antes de estar frente a ellos. La reacción de ambos es inmediata, salen corriendo, Magdalena puede quedarse como explicando más a los otros, si hay más personas, o bien salir detrás de ellos, aunque no tan rápido; pero ya no aparece en la escena siguiente. En la segunda escena, o sea, los metros antes de la entrada del sepulcro, es importante marcar la diferencia entre Juan que, siendo joven, llega con el mismo ímpetu que salió, mira la tumba y se detiene a esperar a Pedro, que debe llegar más lentamente y un poco agitado. Es importante marcar la decisión inmediata de Pedro de entrar al sepulcro, sin miedo ni otra reticencia, y que en eso es imitado por Juan. Dentro del sepulcro, los dos deben mirarse e indicar por gestos que han entendido.

Salen juntos y a paso regular se dirigen por el mismo camino pro donde habían venido. En estos metros es bueno que vayan juntos, tal vez abrazados y con aspecto de emoción y alegría interior. Cada uno de los dos personajes

debe encontrar el modo de expresar su fe en la resurrección, lo que luego puede ser comentado con el grupo, al término del gestorama.

\*

También puede hacerse otra versión, conforme al relato de Lucas, que se complementa con otra historia, un poco diferente, de las primeras apariciones. En este caso las figuras centrales son los ángeles.

### ***Lucas 24, 1-12***

*El primer día de la semana, muy de mañana, llegaron [las mujeres que lo habían acompañado en la crucifixión] al sepulcro llevando los aromas que habían preparado. Pero encontraron que la piedra había sido retirada del sepulcro, y entraron, pero no hallaron el cuerpo del Señor Jesús. No sabían que pensar de esto, cuando se presentaron ante ellas dos varones con vestidos resplandecientes. Como ellas temiesen e inclinasen el rostro a tierra, les dijeron “¿Por qué buscáis entre los muertos al que está vivo? No está aquí, ha resucitado. Recordad cómo os habló cuando estaba todavía en Galilea, diciendo: Es necesario que el Hijo del hombre sea entregado en manos de los pecadores, y sea crucificado, y al tercer día resucite”. Y ellas recordaron sus palabras.*

*Regresando del sepulcro anunciaron todas estas cosas a los Once y a todos los demás. Las que decían estas cosas a los apóstoles eran María Magdalena, Juana y María la de Santiago y las demás que estaban con ellas. Pero todas estas palabras les parecían como desatino y no les creían.*

*Pedro se levantó y corrió y corrió al sepulcro. Se inclinó, pero sólo vio las vendas y se volvió a su casa, asombrado por lo sucedido.*

Preparación y ejecución del gestorama: esta versión tiene varias similitudes con la anterior en cuanto al aspecto escénico y a la composición de personajes. Para situar la escena, se puede usar el mismo criterio anterior,

colocando la tumba en un extremo hacia atrás y la salida-entrada de personajes en el extremo opuesto de la diagonal. María Magdalena ahora está acompañada de al menos otras dos y si es posible varias más, puede incluso ser todo el grupo femenino, salvo que sean muchas y obstaculicen los movimientos. Si son pocos, deberían ser por lo menos dos, porque lo que este gestorama debe marcar, a diferencia del anterior, es la certeza conjunta de las mujeres que se apoyan en su relato, frente a los varones.

También los varones deben ser por lo menos dos, pero sólo se destaca Pedro, que aparece en este relato como un líder más explícito que en el anterior. También pueden participar todos los varones del grupo, salvo que su número obstaculice la escena. En este relato no hay texto para las mujeres, por lo cual deberían remitirse a gestos, que en aspectos específicos pueden ser ensayados separadamente: contar algo atropelladamente, a los gritos, señalar para el lado de la tumba, etc. Si resultara difícil, para un primer intento se pueden usar las palabras del anterior.

En cuanto a los varones, a la inversa del anterior, no hay sorpresa ni decisión, sino escepticismo. Esto es más fácil de representar sin palabras: gestos de no creer, de reírse, hacer señas de que están locas, etc. Hay mucha variedad de formas y cada uno puede elegir unas o más, puesto que no son excluyentes. Aunque Pedro al principio participa de la incredulidad general, mientras sus compañeros prosiguen con las chanzas, él comenzará a ponerse serio y finalmente tomará una decisión y saldrá corriendo. Su llegada a la tumba es igual a la del gestorama anterior, lo mismo que entrar y ver las vendas, que pueden representarse con tela o papel blanco. Pero a diferencia del anterior, en que los apóstoles comprenden lo sucedido, en este caso Pedro se sentirá asombrado e intrigado, quedará pensativo sin comprender y en ese estado saldrá lentamente de escena por donde vino. Este gesto de asombro debe ser especialmente marcado en esta versión.

Los ángeles son los personajes nuevos, y el centro de interés dramático del gestorama. Representar un ángel, sentirse tal, no es fácil en general, pero sobre todo resulta difícil, para muchos, salir de las imágenes estereotipadas

tradicionales religiosas. Los “angelitos”, figura de niños o bebés, son más fácilmente descartables porque ningún adulto intentaría ninguna identificación; en cambio, el joven rubio, hermoso, mirada al cielo y manos en oración, será casi siempre la figura que se intentará representar, advirtiendo (a veces crudamente) “no doy el tipo”. Algunos tendrán otra imagen del ángel, sobre todo los que se han interesado por figuras angélicas fuera de la tradición religiosa cristiana y más ligada a lo literario: el ángel se representa como algo temible, incluso sin forma definida, algo “tremendo”. Tampoco es fácil asumir esta concepción angélica y menos aún representarla. Pero sobre todo, hay que hacer comprender que no sirve para el caso, porque no condice con el texto bíblico.

La manera más adecuada de presentar la figura del ángel es explicar el sentido originario (incluso veterotestamentario): es el “mensajero de Dios”. En otros términos, su figura no importa tanto, puede ser cualquiera que sea digna, incluso no humana, lo que importa es el mensaje. Entonces, se puede concebir que la descripción del texto apunta más bien a llamarles la atención, a hacerles comprender a las mujeres la identidad de los mensajeros, su autenticidad. Pueden representarse con vestido blanco, pero sobre todo con luces, por ejemplo linternas sobre ellos, o llevando velas de llama bien visible. El “miedo” de las mujeres, así como inclinarse a tierra, no es –no debe ser entendido así– el temor de sufrir un daño, sino el temor reverencial ante una manifestación de lo divino. Debe hacerse ver la diferencia, incluso con posturas y gestos, sobre todo del rostro, que marquen los dos casos y que la correcta interpretación quede bien asumida.

Los ángeles les hablan con autoridad, pero a la vez con dulzura, como se ve por el texto, de modo que ellas van comprendiendo y aceptando esa presencia. Al terminar el parlamento, las mujeres deben haber cambiado de actitud: del temor reverencial inicial a la comprensión y la alegría, incluso desbordante.

\*

Finalmente, se puede hacer un gestorama con la versión de Mateo, que incluye toma la forma de un tríptico escénico, con un “prólogo” sobre la custodia del sepulcro y un “epílogo” con el soborno a los soldados.

***Texto Mateo 28, 52- 28-15***

**Primera parte: custodia del sepulcro**

*Al otro día, el siguiente a la Preparación, los Sumos Sacerdotes y los fariseos se reunieron ante Pilato y le dijeron: “Señor, recordamos que ese impostor dijo cuando aún vivía: ‘A los tres días resucitaré’. Manda pues que quede asegurado el sepulcro hasta el tercer día, no sea que vengan sus discípulos, lo roben y digan luego al pueblo: ‘Resucitó de entre los muertos’, y la última impostura será peor que la primera”. Pilato les dijo: “Tenéis una guardia. Id, aseguradlo como sabéis”. Ellos fueron y aseguraron el sepulcro, sellando la piedra y poniendo la guardia.*

**Segunda parte: relato de la resurrección**

*Pasado el sábado, al alborear el primer día de la semana, María Magdalena y la otra María fueron a ver el sepulcro. De pronto se produjo un gran terremoto, pues el Ángel del Señor bajó del cielo y se sentó encima de ella. Su aspecto era como el relámpago y su vestido blanco como la nieve. Los guardias, atemorizados ante él, se pusieron a temblar y se quedaron como muertos. El ángel se dirigió a las mujeres y les dijo: “Vosotras no temáis, pues sé que buscáis a Jesús, el resucitado; no está aquí, ha resucitado como lo había dicho. Venid, ved el lugar en que estaba. Y ahora id enseguida a decir a sus discípulos: ‘Ha resucitado de entre los muertos e irá delante de vosotros a Galilea; allí le veréis. Ya os lo he dicho’. Ellas partieron a toda prisa del sepulcro, con miedo y gran gozo, y corrieron a dar la noticia a sus discípulos.*

### **Tercera parte: soborno a los soldados**

*Mientras ellas iban, algunos de la guardia fueron a la ciudad a contar a los sumos sacerdotes todo lo que había pasado. Éstos, reunidos con los ancianos, celebraron consejo y dieron una buena suma de dinero a los soldados, advirtiéndoles: “Tenéis que decir: ‘Sus discípulos vinieron de noche y le robaron mientras nosotros dormíamos’. Y si la cosa llega a oídos del procurador, nosotros le convenceremos y os evitaremos complicaciones”. Ellos tomaron el dinero y procedieron según las instrucciones recibidas. Y se corrió ese rumor entre los judíos, hasta hoy.*

Realización del gestorama. Para ella se puede optar por una interpretación continuada, y en ese caso cada miembro del grupo sólo representará un papel y lo repite si reaparece. O bien hacer cada parte en forma independiente y en ese caso cada uno puede representar más de un personaje o el mismo, según desee o se acuerde entre todos.

**Primera forma.** En este caso tenemos los siguientes personajes: Pilatos; los sacerdotes (por los menos uno, con dos sería suficiente, si son muchos participantes, pueden ser tres); los guardias, deben ser dos al menos, pues tienen que dar testimonio (falso) conjunto; las dos mujeres y el Ángel. Estos son los personajes mínimos, pueden añadirse más sacerdotes y ancianos para la tercera parte. En esta versión los apóstoles no aparecen.

Para la escena, como todo se desarrolla sin solución de continuidad, el espacio es uno solo y debe dividirse en sectores. Se aconseja mantener, ya que hay varios gestoramas posibles, la misma disposición para el sepulcro; en nuestra propuesta dijimos, como ejemplo, el ángulo derecho de atrás. El resto de la escena, es decir, los otros tres ángulos y el centro, se usará para fijar los otros momentos. Se aconseja dejar el centro libre, y que las mujeres salgan del ángulo izquierdo delantero, pasando por el centro y se acerquen al sepulcro tal como se indicó en los otros gestoramas. De este modo se mantiene escénicamente invariable y afirmada esta parte esencial del relato.

El encuentro con Pilatos, que sin duda es en su despacho oficial, puede estar colocado a la izquierda atrás. Pilato puede estar sentado y dos (o tres) guardias detrás. El lugar de la reunión de los sumos sacerdotes y ancianos será entonces el ángulo anterior derecho, de modo que de allí sale la comitiva para hablar con Pilatos y allí vuelve, pudiendo desaparecer por ese ángulo o quedar en escena, en forma muda, con poca acción (por ejemplo atendiendo, conversando en voz baja, etc.).

Cuando Pilatos les concede la guardia, indica a los que tiene a su lado, que salen con los sacerdotes y van al sepulcro, Pueden pasar por el centro como marcando que realizan algún camino diverso al de los otros personajes.

La escena se desarrolla conforme a las caracterizaciones dadas para todos los personajes, en gestoras anteriores de la Pasión. En el caso de los soldados, la idea es que sean correctos, obedientes, pero a la vez distanciados del tema que se les encarga. Acompañan a los sacerdotes que sellan la tumba y se colocan a ambos lados del lugar marcado como entrada, quedando quietos, mejor sentados, pero en guardia, no durmiendo, ni hablando, ni entreteniéndose en nada. Pueden quedar sentados cuando llegan las mujeres, o pueden pararse, pueden incluso hacer algún gesto, pero no violento, de cerrarles el paso.

Cuando aparece el ángel, deben expresar un profundo asombro seguido de temor, levantarse (si están sentados) pero como obnubilados y sin fuerzas y luego ir cayendo vencidos por el temor. Cuando el ángel termina su parlamento y desaparece en el ángulo de la tumba y las mujeres corren hacia el ángulo izquierdo anterior, pasando por el centro, los guardias se van levantando lentamente y un poco mareados, también pasando por el centro para evidenciar un camino distinto, llegan al ángulo anterior derecho. Allí se produce la reunión con los sumos sacerdotes y la entrega del dinero, que puede representarse con dos bolsitas que ellos palpen notando que tiene monedas, pueden abrirlas y mirar el contenido, mostrando satisfacción por la paga y haciendo gestos de aceptar el convenio.

Finalmente, los soldados, luego de guardar el dinero, van al centro, se dirigen hacia el lugar de Pilatos y hacen gestos de explicar, para luego volver al centro y continuar con los mismos gestos, amplificadas como dirigiéndose a una multitud. Si hubiera más integrantes sin actuar, pueden en este momento participar como personas del pueblo (hombres y/o mujeres) que escuchan asombrados, comentan, y se van informando unos a otros. Éste es el final del gestorama, dando a entender que la falsa noticia continuó expandiéndose.

**Segunda forma.** En este caso, la composición de los personajes y de las escenas es la misma. La diferencia, además de la posibilidad de actuación diversa de los personajes, es que cada una de las tres partes tendrá una escena diferente. Con todo, sería conveniente que el sepulcro quede siempre a la vista y en el mismo lugar, al que en cada caso se lo señala dando a entender de qué se trata. La escena con Pilatos puede hacerse en el centro, acentuando la importancia de su figura; los judíos de la comitiva pueden entrar por cualquiera de los lados delanteros, pero todos juntos. La segunda escena repite los parámetros escénicos de los otros gestoramas, y se puede también aprovechar todo el espacio, dando más lugar a la tumba, permitiendo una zona mayor para que ellas entren y vean el lugar donde estaba el cuerpo.

Los soldados pueden quedar en el suelo cerca del sepulcro al terminar esta parte, y deben estar allí en la misma posición al iniciar la tercera. Luego, se levantan y ya no es necesario que acudan al centro donde en la primera escena estaba Pilatos, porque él ya no está; simplemente pasarán por el ángulo izquierdo de atrás hacia adelante y hacia la derecha, aunque más en el centro para valorizar las figuras, sucede el soborno. Los sacerdotes deben retirarse con gestos de satisfacción; en el centro quedan los soldados explicando a los oyentes, en una escena que puede ser similar a la versión anterior.

### III Parte. El cumplimiento final de la misión

Como parte final de la vida y obra de Jesús, el Cristo, luego de la resurrección el acontecimiento central es la instauración de la Iglesia y de los Doce, tema con el que finalizan al unísono los cuatro Evangelios. Ello incluye varias apariciones: a María Magdalena, a los discípulos, el envío y la misión de los Apóstoles y la Ascensión,

#### 1. La aparición a María Magdalena

##### *Texto Juan 20: 11-18*

*Estaba María llorando afuera, junto al sepulcro. Y mientras lloraba se inclinó hacia el sepulcro y ve dos ángeles de blanco, sentados uno a la cabecera y otro a los pies de donde había estado el cuerpo de Jesús. Dícenle ellos: “Mujer, ¿por qué lloras? ¿A quién buscas?” Ella les responde: “Porque se han llevado a mi Señor y no sé dónde le han puesto”. Dicho esto, se volvió y vio que Jesús estaba allí, pero no sabía que era Jesús. Le dice Jesús: “Mujer ¿por qué lloras? ¿A quién buscas?”. Ella, pensando que era el encargado del huerto, le dice: “Señor, si tú le has llevado, dime dónde le has puesto, y yo me lo llevaré”.*

*Jesús le dice: “María”. Ella le reconoce y le dice en hebreo “Rabbuni” –que quiere decir Maestro–. Dícele Jesús: “Déjame, que todavía no he subido al Padre. Vete donde los hermanos y diles: Subo a mi Padre y vuestro Padre, a mi Dios y a vuestro Dios”. Fue María Magdalena y dijo a los discípulos: “He visto al Señor” y que le había dicho estas palabras.*

**Preparación del gestorama.** Como en todos los casos de apariciones de Jesús resucitado, hay una diferencia esencial que debe quedar comprendida y escénicamente marcada: la de un ser resucitado y los demás. Para estos, en realidad no hay variantes, sus movimientos, sus acciones, son las habituales,

con el matiz y la intención que les corresponda como personajes en la escena. Pero el resucitado es diferente, en dos sentidos. Por una parte, ya es un ser glorioso, ha vencido a la muerte; sus palabras, sus acciones, ya no son humanas, porque está listo para “subir al Padre”, es decir, volver al seno divino como Segunda Persona de la Trinidad. Por otra, un cuerpo resucitado no es igual a un cuerpo simplemente viviente, podría decirse que vive, en cuanto ejecuta las acciones habituales, pero no de la misma manera. Porque ya no está sometido al dolor, a la destrucción ni a la muerte, es impasible.

Sin embargo, no es un cuerpo etéreo, algo así como una figura fantasmal, porque los evangelios, sobre todo en el caso de la aparición a los apóstoles y la duda de Tomás, insisten en que es un cuerpo real, tangible, tiene peso, textura, solidez. Pero a la vez es distinto. Este aspecto de lo similar-pero-distinto debe ser especialmente trabajado. La sugerencia es que cada participante pueda expresar cómo se sentiría él si fuera un cuerpo resucitado, manteniendo estas características.

En cuanto a María Magdalena, su actitud está marcada por el texto. Lo más importante es el momento del reconocimiento, que debe ser trabajado con cuidado, porque se trata de un reconocimiento total, de Jesús como Cristo Salvador y no solo de la persona física.

**Ejecución del gestorama.** La escena puede ser la misma usada para los relatos anteriores, es decir, el ingreso de los personajes por la delantera izquierda y la tumba atrás a la derecha. En este caso Magdalena entrará y comenzará a buscar o a pasear inquieta en la cercanía de la tumba, donde, quizá de espaldas y como haciendo algo, está la figura que confunde con el jardinero o cuidador. Luego cada personaje debe continuar su parlamento de acuerdo al texto.

El gestorama puede terminarse con la salida de Magdalena en busca de los discípulos. Pero si se quiere hacerlo más completa, se puede disponer una segunda escena, similar a la de los otros gestoramas, en que hacia la derecha se encuentran los discípulos. Debe estar por lo menos Pedro y otro más, que

identificaríamos con Juan porque suelen ir juntos. Se puede sugerir que todos los varones del grupo actúen como discípulos. Ellos no hablan, pero pueden expresarse con gestos y con exclamaciones. El evangelio no dice qué actitud tomaron, si le creyeron o dudaron como en un gestorama anterior. Esto puede quedar a decisión de los participantes, incluso que entre ellos mismos haya una discusión, porque algunos le creen y otros no. El rol de Magdalena, en todo caso, es siempre afirmativo, casi desafiante, está segura de lo que dice. También puede pensarse el final de la escena como un progresivo asentimiento de los discípulos en vista de la seguridad de Magdalena.

## **2. Aparición a los Discípulos de Emaús**

### ***Texto Lucas 24, 13-35***

*Aquel mismo día iban dos de ellos [discípulos] a un pueblo llamado Emaús, que distaba sesenta estadios de Jerusalén, y conversaban entre sí sobre todo lo que había pasado, Mientras ellos conversaban y discutían, el mismo Jesús se acercó y siguió con ellos; pero sus ojos estaban retenidos para que no le conocieran. Él les dijo: “¿De qué discutís entre vosotros mientras vais andando?”. Ellos se pararon con aire entristecido.*

*Uno de ellos, llamado Cleofás le respondió: “¿Eres tú el único residente en Jerusalén que no sabe las cosas que estos días han pasado en ella?”.*

*Él les dijo: “¿Qué cosas?”. Ellos le dijeron: “Lo de Jesús de Nazareth, que fue un profeta poderoso en obras y palabras delante de Dios y de todo el pueblo; cómo nuestros sumos sacerdotes y magistrados lo condenaron a muerte y le crucificaron. Nosotros esperábamos que sería él el que iba a librar a Israel; pero, con todas estas cosas, llevamos ya tres días desde que esto pasó. El caso es que algunas mujeres de las nuestras nos han sobresaltado, porque fueron de madrugada al sepulcro, y, al no hallar su cuerpo, vinieron diciendo que hasta habían visto una aparición de ángeles, que decían que él vivía. Fueron también algunos de los nuestros al sepulcro y lo*

*hallaron tal como las mujeres habían dicho, pero a él no le vieron. Él les dijo: “¡Oh insensatos y tardos de corazón para creer todo lo que dijeron los profetas! ¿No era necesario que el Cristo padeciera eso y entrara así en su gloria?”. Y, empezando por Moisés y continuando por todos los profetas, les explicó lo que había sobre él en todas las Escrituras.*

*Al acercarse al pueblo donde iban, él hizo además de seguir adelante. Pero ellos le forzaron diciéndole: “Quédate con nosotros, porque atardece y el día ya ha declinado. Y entró a quedarse con ellos. Cuando se puso a la mesa, tomó el pan, pronunció la bendición, lo partió y se lo iba dando. Entonces se les abrieron los ojos y le reconocieron, pero desapareció de su lado. Se dijeron uno a otro. “¿No estaba ardiendo nuestro corazón dentro de nosotros cuando nos hablaba en el camino y nos explicaba las Escrituras?”.*

*Y levantándose al momento, se volvieron a Jerusalén y encontraron reunidos a los Once y a los que estaban con ellos, que decían: “¡Es verdad! ¡El Señor ha resucitado y se ha aparecido a Simón!”.*

*Ellos, por su parte, contaron lo que había pasado y cómo le habían conocido en el partir el pan.*

**Preparación del gestorama.** En este caso tenemos dos figuras que no han aparecido todavía y cuya composición es necesario preparar. El tercer personaje, Jesús resucitado, ya ha sido trabajado en gestoramas anteriores y esa base puede servir en este caso, con algunos aditamentos señalados en el texto. Los dos discípulos no tienen nombre, no parecen ser muy importantes en el conjunto de seguidores, desde luego no son parte del grupo más cercano de los apóstoles, y el hecho de no nombrarlos intensifica la idea de su marginalidad en el grupo amplio de los seguidores de Jesús. Además, si bien se nota que tenían afecto y admiración por el Maestro, no parecen haber comprendido su carácter mesiánico, ni haber analizado sus mensajes a la luz de la Escritura. Están sorprendidos, apenados y eso es lo que comentan. Pero se interesan por la conversación del tercer viajero y poco a poco van sintiéndose atraídos por sus enseñanzas, reproduciendo en esto el mismo proceso que promovía Jesús cuando vivía. Hay un cambio importante

cuando le insisten en que cene con ellos y les siga enseñando. El tercer cambio es el momento en que reconocen a Jesús al partir el pan. Para la parte final debe haber algunos varones representando a los apóstoles y discípulos (no se habla de mujeres, aunque podrían también incluirse) cuya función escénica es similar a las de los gestoramas anteriores sobre la resurrección. Las frases del final deben decirse como a coro, desordenadamente y en forma de exclamación gozosa.

**Realización del gestorama.** Dado que el texto tiene tres escenas bien diferenciadas (el camino, la casa donde cenar y la reunión en Jerusalén), hay dos opciones de realización. Una es dividir el texto en tres escenas armándolas separadamente. Es lo recomendable si el salón es pequeño. La otra opción es hacerlo todo en una sola escena marcando los espacios, como ya se indicó para los relatos de la resurrección. También es posible una tercera opción, en dos escenas: la primera el camino hacia Emaús, luego la cena y el regreso; a segunda escena sería ya en Jerusalén en el Cenáculo.

Esta opción es preferible si la sala no es muy grande y sobre todo si es rectangular. En todo caso la zona escénica de la segunda y tercera opción tomará los dos extremos, derecho e izquierdo, como salida de Jerusalén y llegada a Emaús respectivamente, quedando el centro como el camino. La única diferencia en el tercer caso es que la reunión de Jerusalén tendrá escena propia y se desarrollará en el centro. En el caso de que la cena en Emaús y/o el encuentro en el Cenáculo tengan escena propia, se desarrollarán en forma más abierta, en el centro y se pueden poner algunos elementos de utilería, por ejemplo banquetas para sentarse y, en el caso de la cena, una mesa con copas y un pan para hacer más realista la representación, aunque también puede hacerse sólo por gestos que, en ese caso, deben ser bien ensayados previamente para que no resulten difusos y no alcancen a dar idea del texto.

### 3. Aparición a los discípulos en el Cenáculo

#### *Texto Juan 20, 18-29*

*Al atardecer de aquel primer día de la semana, estando cerradas, por miedo a los judíos, las puertas del lugar donde se encontraban los discípulos, se presentó Jesús en medio de ellos y les dijo: “La paz sea con vosotros”. Dicho esto les mostró las manos y el costado. Los discípulos se alegraron de ver al Señor. Jesús repitió: “La paz sea con vosotros*

*Como el Padre me envió,  
también yo os envío.*

*Dicho esto sopló sobre ellos y les dijo*

*Recibid al Espíritu Santo.*

*A quienes perdonéis los pecados,*

*les quedan perdonados;*

*a quienes se los retengáis,*

*les quedan retenidos.*

*Y Tomás, uno de los Doce, llamado el Mellizo, no estaba con ellos cuando vino Jesús. Los discípulos le decían: “Hemos visto al Señor”. Les contestó “Si no veo en sus manos la señal de los clavos, y no meto mi dedo en el agujero en su costado, no creeré”. Ocho días después, estaban otra vez los discípulos dentro y Tomás con ellos. Estando las puertas cerradas, se presentó Jesús en medio y dijo: “La paz sea con vosotros”. Luego dice a Tomás: “Acerca tu dedo y aquí tienes mis manos; trae tu mano y métela en mi costado, y no seas incrédulo sino creyente”. Tomás le contestó: “Señor mío y Dios mío”.*

*Dícele Jesús:*

*“Has creído porque me has visto*

*Dichosos los que aun no viendo, creen”.*

**Preparación del gestorama.** Todo el desarrollo corresponde a un mismo lugar escénico. Puede ambientarse con algún mueble (por ejemplo bancos, incluso una mesa alrededor de la cual se sientan los apóstoles y discípulos) o bien nada, pero en ese caso todos deberán estar de pie, o alguno sentado en el suelo, levantándose todos al aparecer Jesús. El evangelio no menciona mujeres, por lo cual parece que en la escena sólo hay varones. No obstante, y teniendo en cuenta la reiterada presencia femenina en todos estos textos, puede aceptarse que también participen compañeras del grupo, aun cuando no tienen texto y sólo pueden apoyar a los varones con gestos o exclamaciones. Los personajes son los mismos de los gestoramas anteriores, y todos los que han participado pueden repetir su composición, que sería lo más recomendable. La figura de Tomás es nueva, y sólo aparece en la segunda escena, mostrando una cierta desconfianza, pero no excesiva ni violenta. En la tercera escena, con Jesús de nuevo, manifestará primero gran sorpresa y luego arrepentimiento y adoración. En cuanto a Jesús resucitado, son válidas las observaciones anteriores.

**Realización del gestorama.** Comienza con los reunidos, con cara de preocupación y mirando hacia la puerta cerrada. La aparición de Jesús debe dejar en claro que la puerta no se abrió y por tanto es justificada la gran sorpresa. No hay diálogo sino un monólogo, a la vez amoroso y solemne de Jesús. Es importante lograr este equilibrio, Jesús resucitado no es un ser alado y lejano, pero tampoco es igual a su vida anterior a la muerte. Sin embargo, manifestará siempre su amor a los suyos, aunque de una manera menos carnal.

La segunda escena, con Tomás, puede incorporar algunas frases más además de las bíblicas, por parte de los discípulos, dentro del mismo sentido, y en forma coloquial: “Sí, lo vimos”, “Te digo que sí, que es verdad”, “Lo vimos, lo vimos, créenos”, etc. Pero siempre estarán en función y en torno a las palabras de Tomás, que pueden incluso ser repetidas una o dos veces.

La tercera escena puede tener la misma distribución de personajes que la primera, pero el tono es más confiado, incluso feliz, no con el temor de la

primera. Tomás puede compartir esa alegría aun cuando haya sido escéptico con respecto a la visión de Jesús. Desde que éste aparece, la escena se transforma en un diálogo entre él y Tomás, con los discípulos silenciosos y atentos. Luego todo puede terminar en exclamaciones de gozo, bendiciones, etc. Es importante que quede en claro la conversión de Tomás, que representa la conversión de todos los cristianos posteriores. Puede terminarse con un coro de alabanza, con algún texto elegido o consensuado por todos, incluso con cánticos. Puede también ponerse música, y mejor si es interpretada en vivo, por ejemplo si hay piano en la sala, o con guitarras.

\*

### **Apéndice al ciclo**

Este gestorama marca el final del ciclo, ya que la ascensión no es representable en este sentido realista, aunque puede ensayarse como la visión que tiene el grupo creyente aunque exteriormente no ocurra nada. El relato evangélico es escueto, dice que mientras les hablaba y los bendecía se fue elevando; no hay texto y tampoco la elevación puede hacerse en forma realista. Por eso la escena consistiría en un círculo de discípulos y discípulas, dejando un espacio en el centro donde estaría Jesús elevándose, lo que puede representarse por la elevación de las cabezas y las miradas y también los brazos en gesto de adoración.

De todos modos, incluso en el caso de completar con la ascensión, es conveniente terminar el ciclo en forma coral, con participación de todos y con gestos de confianza y amor comunitario: darse las manos, abrazarse, tomarse de los hombros y cantar y caminar en forma de círculo coral o cualquier otra forma que el guía considere adecuada y del gusto de todos.

## Apéndice

Se añaden algunas imágenes de la obra Gustave Doré, *Estampas bíblicas*, México, Fernández Ed, 1960. Doré se ha caracterizado por la plasticidad de sus dibujos y la variedad de expresiones, de modo que pueden servir de motivación en la ejecución de los gestoramas.



La multiplicación de panes y peces (p. 184)



El Hijo Pródigo (p. 191)



El nacimiento de Jesús (p. 162)



Sepultura de Jesús (p. 217)



Aparición a los discípulos de Emaús (p. 219)

## **Observaciones conclusivas sobre los Gestoramas**

He presentado esta propuesta, sobre la que he trabajado muchos años y con diferentes temáticas, aplicadas a la fe cristiana porque ella es mayoritaria en nuestros países hispanoparlantes. Nada impide que estas propuestas se apliquen a otras creencias religiosas que tengan textos sagrados susceptibles de una presentación integral, como es el gestorama.

Incluso considerando el Nuevo Testamento solamente, se pueden buscar otros textos, sea de los Evangelios, de las Epístolas, de Hechos e incluso el Apocalipsis es un texto interesante para trabajar la imaginación del grupo con nuevas posibilidades, dentro de las bases de ejercicios presentados en la Primera Parte. Por supuesto lo más fácil es comenzar por relatos de milagros o de parábolas que no se han elegido aquí. Otros relatos, como las Bienaventuranzas, por ejemplo, son susceptibles de diversas formas escénicas que se pueden explorar con provecho. Además, tomando otros textos históricos cristianos, se pueden elaborar gestoramas sobre la primitiva vida de la Iglesia.

El Antiguo Testamento, para los cristianos, es un antecedente del Nuevo y muchos de sus personajes prefiguran de alguna manera a Jesús, su vida y obra. Sobre esa base es posible presentar cuadros elegidos de los libros históricos que aporten en este sentido, y su representación y composición de personajes puede hacerse por analogía con lo que se han presentado aquí.

Tanto para el Cristianismo como para el Judaísmo los relatos del Pentateuco pueden servir para elaborar gestoramas con participación de diversos grupos judeo-cristianos, e incluso musulmanes, constituyendo una interesante y valiosa experiencia de diálogo interreligioso con elementos textuales, reflexivos y artísticos.

Queda abierto un amplio camino; invito a transitarlo.

CELINA HURTADO

## ÍNDICE

Presentación	5
<b>Parte I</b>	
<b>Ejercicios preparatorios de expresión corporal</b>	7
Plan de los ejercicios preparatorios generales	7
Esquema de una sesión preparatoria a la expresión de un gestorama	8
<b>Primera serie. Mi cuerpo</b>	10
El cuerpo	11
1. El cuerpo como totalidad, en reposo y en movimiento	11
2. Reconocimiento analítico del esquema corporal	17
3. Reconocimiento cinemático	23
<b>Segunda serie. Nuestros cuerpos</b>	34
1. Reconocimiento del “nosotros”	35
2. Del yo-tú al nosotros	41
3. Expresión	43
Guía de expresiones que se usaran en los gestoramas	58
Complemento. Relaciones espaciales	63
<b>Parte II</b>	
<b>Realización de Gestoramas</b>	67
Nota preliminar	67
<b>I Parte. Vida de Jesús en los Evangelios</b>	68
<b>1ª. Sección. Los relatos de milagros</b>	68
Curación del paralítico	69
La transfiguración	72
Multiplicación de los panes y peces	74
La expulsión de los demonios	76
Otros relatos de milagros	79
La resurrección de Lázaro	80
<b>2ª Sección: Jesús pedagogo. Las parábolas</b>	84
Parábola del hijo pródigo	86
Parábola de los talentos	88

Parábola del fariseo y el publicano en el templo	90
Parábola del buen samaritano	91
Parábola de las vírgenes prudentes	93
<b>3ª Sección. Jesús como paradigma vivo</b>	94
El nacimiento de Jesús	94
Las tentaciones en el desierto	100
<b>II parte. Cumplimiento de la misión (Pasión y Resurrección)</b>	107
1. La entrada de Jesús en Jerusalén	108
2. La última cena	110
3. La Pasión	115
3.1. Prendimiento.	116
3.2. Jesús ante el Sanedrín	118
3.3. Jesús ante Pilatos	119
3.4. Jesús ante Herodes	122
3.5. Jesús por segunda vez ante Pilatos	123
3.6. La Crucifixión	125
3.7. Descenso y sepultura	129
4. La resurrección	130
<b>III parte. El cumplimiento final de la misión</b>	140
1. La aparición a María Magdalena	140
2. Aparición a los Discípulos de Emaús	142
3. Aparición a los discípulos en el Cenáculo	145
Apéndice al ciclo	147
Observaciones conclusivas sobre los Gestoramas	153

## Gestoramas para la fe

**¿Qué somos? Cristianos.**

**¿Qué es un cristiano? Aquel que confiesa que Jesús es el Cristo.**

**Esta propuesta de expresión de la fe toma lo esencial del cristianismo, que es la figura de Jesús, tal como lo muestran los Evangelios, y de su Iglesia tal como se ve en el resto del Nuevo Testamento**

**He trabajado muchos años la propuesta de gestoramas, con diferentes temáticas, aplicadas a la fe cristiana porque ella es mayoritaria en nuestros países hispanoparlantes. Nada impide, sino al contrario, que estas propuestas se apliquen a otras creencias religiosas que tengan textos sagrados susceptibles de una presentación integral, como es el gestorama.**

*Celina Hurtado*

