

LA POTENCIA INVISIBLE

**Conversaciones sobre el entrenamiento creativo,
por Nora Moseinco y Valentina Rata Zelaya**

1. Entrenar la escucha

El entrenamiento en la escucha tiene que ver con el arte de la receptividad. Lo llamamos entrenamiento porque se refiere a una práctica, no es la escucha detenida. No hay nada que se detenga en el acto de escuchar. Esto implica algo físico más vasto, incluso una dimensión biológica de la escucha. Una sensación de paisaje, de contacto con la naturaleza: escuchar como quien oye llover.

Se investiga la posibilidad de albergar lo que pasa, con uno y con los otros, en un campo extenso que es el interior de uno mismo. Es observar eso que ocurre cuando me encuentro con los otros.

Es algo que está ligado a un acto biológico y físico de dejarse golpear por las emociones como dejarse golpear por la lluvia. Sin juicio. Se trata de una escucha que no es del sentido de lo dicho, y no porque uno niegue el sentido, sino porque no es éste el que impulsa el acto de estar presente. Esto implica el reconocimiento de que la presencia no está hilvanada a un sentido, a una justificación, sino a un acto más total y más físico. Es la escucha desde la presencia total. Es una escucha sin resistencia.

Uno generalmente relaciona la actuación con decir, con hacer. Paradojalmente la propuesta es entrenar la receptividad. Si uno entrena esto, puede alojar lo que va sucediendo, que pueden ser cosas muy sencillas o muy elocuentes, en lugar de estar vinculado a la necesidad de participar, o de reaccionar a lo que ocurre, que es otra de las cosas más comunes. Es un entrenamiento anti- reacción.

Si hay escucha, necesitás alojar y recibir, no reaccionar. Esto habilita una atmósfera, siembra un terreno donde aparece la posibilidad de trabajo desde un lugar no urgente.

La urgencia es opuesta a la creatividad. Entrenamos la no urgencia para alojar lo que sí ocurre sin necesidad de ponerle palabras.

Para crear es necesario salir de la zona de urgencias. Entonces, en ésta atmósfera, uno no le teme al propio pensamiento, porque siente la espesura y la textura que lo contiene en algo mayor, que excede a ese yo personal que suele estar asustado.

Todos estamos asustados y creemos que aprender es hacer algo solos. Esto genera aislamiento.

Uno tiene muy entrenado el músculo del decir. La especie humana está entrenada en decir mucho y escuchar poco, viene muy entrenado en el músculo de la acción y la visibilidad. Lo artístico y lo actoral están muy relacionados a la necesidad de “decir” y de “mostrar”.

Quizás por momentos parezca que tu tiempo de aprendizaje no es el mismo que el de los otros. Si no pensás que hay categorías de escucha, que el otro escucha más, menos, mejor, etc, si uno puede salirse de esa sintaxis de comparaciones, la receptividad se vuelve un hermoso entrenamiento. No te importa tanto cuánto recibís, lo estás experimentando.

No categorizamos la escucha ni la receptividad. La categorización viene de lo visible, lo que los otros ven, lo que creo que se ve de mi propio trabajo. Esto no significa que no importa lo visible, la forma, sino que el entrenamiento no empieza por la forma sino por la receptividad. Y la forma emerge de la receptividad. Es casi el camino inverso. Para alguien la forma que adquiera el entrenamiento puede ser muy verbal, y para otros puede ser muy silenciosa.

Esto genera que diferentes alumnos que pasan por la escuela se permitan desarrollar carreras que son muy diferentes, pero comparten la fuente del acto creativo. Pareciera ser que la escucha alberga actos más primarios, anteriores al momento de la forma.

Lo que proponemos es un contacto más sencillo con lo que te enciende. Esto que parece fácil es en verdad muy complejo y a veces trae frustración, porque se trata más de deshacer que de hacer. Entonces uno se pregunta ¿qué tengo que hacer? Sólo tenés que estar disponible. Es más desmontar que montar. Esto a veces da un poco de rabia.

El desmonte, el ir deshaciéndose de estructuras que teníamos muy arraigadas da la sensación de pérdida, no de encuentro con algo más vasto, que es lo que efectivamente ocurre.

2. La alegría del contacto

La alegría es la aceptación completa de lo que está ocurriendo, y eso lo trae la permanencia en el trabajo. Entendemos el trabajo como práctica de transformación. Estar en una experiencia de clase se asocia al concepto de práctica.

La potestad debería ser la experiencia, no los juicios acerca de ésta. La práctica no se divide en días buenos, días más o menos, todos son días donde uno trabaja la posibilidad de incluir lo que ocurre y celebrarlo.

Parece ser una afirmación humilde, pero es un ejercicio enorme de la voluntad. Requiere el trabajo de permanecer atento a lo que está ocurriendo, con todo lo que traiga. Es decir que la alegría es un efecto del trabajo de la atención.

Estar en una experiencia de aprendizaje creativo es un ritual del que uno elige ser parte, algo que podemos elegir. Que la alegría no esté vinculada a una idea de resultado, sino de práctica, de estar en el viaje del trabajo, es muy distinto a una idea de logro. Esto va en contra de la forma en la que aprendimos a aprender, que implica ir subiendo de niveles, aprobando distintos grados, etc.

Uno puede preguntarse si el resultado condiciona la alegría. La aparición del asombro del propio proceso está vinculada a un acto alegre, de fuerza vital con la experiencia. ¿Qué es la fuerza vital? Puede contener dolor y tristeza, no es tener sentimientos que culturalmente sean lindos, o más luminosos. Fuerza vital quiere decir que uno está en contacto con la experiencia, sin categorías.

Lo que interesa es la relación que tenés con las percepciones de lo que vas sintiendo para que la práctica las abrace. Etrenamos la relación con eso. Con el tiempo, esta práctica trae alegría al trabajo. Alegría de saber que estás en una práctica que elegís, que no es perfecta, que es parte de un proceso que resulta transformador.

3. La responsabilidad

No hay una manera de estar en la clase. Se llega como se puede, y siempre llegamos con nuestros miedos. Esta es nuestra materia prima. Sin embargo, no los usamos en el nivel narrativo ni biográfico: los ponemos al servicio del misterio de la clase.

Todo lo que nos pasa; la frustración, el enojo, la furia, son integrantes de lujo para la fluidez y la alegría del contacto con el trabajo. Es interesante porque aparece ahí la noción de responsabilidad.

Una alumna adolescente dijo durante una clase que se sentía frustrada, pero al rato, cuando repetimos la pregunta respondió "irresponsable". No es irresponsable como juicio, es entendiendo que la práctica te pide presencia con lo que sentís, no retirarse a sentirse mal. Si lo que sentís te enoja y te retirás, estás siendo irresponsable con la práctica. Porque estar en la práctica no es estar contento, es estar con lo que hay. Sorpresivamente, ella pudo decir esa palabra y vitalizarse.

Entonces hay una forma de entregarse a la práctica y una de retirarse. Los alumnxs a veces clausuran circunstancias de aprendizaje de manera silenciosa e interior, entran en la zona de la niebla, de lo no nombrado, se retiran. Esto viene de la idea de que para estar en la clase hay que estar bien, o luminosos, o sin miedos, con seguridad. Todo esto son ideas que en general no responden a la realidad del contexto de la clase.

El punto es la relación con el sentir y la traducción de eso. Es muy difícil porque cuando uno se siente incómodo quiere salir de ahí, nos pasa a todos. La responsabilidad es estar en la clase, no de una manera o de otra, sino estar ahí. Esa responsabilidad trae alegría.

Permanecer con alegría, pase lo que pase, es de las cosas a conquistar con la práctica más elevadas. Ahí uno sale de la linealidad del tiempo y entrena la receptividad, entonces el trabajo de los otros puede modificar tu emoción. Se puede tener una relación más flexible con lo que ocurre, con las emociones, y no dejarse tomar por ellas de una manera única.

La emoción como acto privado -que no es poroso con el afuera- produce aislamiento. Las emociones son el lugar donde navega una clase, un maestro, un alumno, y no tienen categorías, no hay unas mejores que otras.

Todo ser humano aprendiendo y viviendo está cambiando, y detrás de las emociones y sensaciones que uno desconoce, o son incómodas, se entrelaza la posibilidad de vivirlas, de aceptarlas, de mirarlas y ver qué más hay.

Se trata de aceptar que estar en una posición de aprendizaje causa muchísimo temor, no porque sea difícil aprender sino porque consideramos que aprender es hacer algo bien, y hacerlo rápido. Creemos que eso es aprender, y así aprender se vuelve una escena temida.

La clase se desarrolla de forma que permite la experiencia emocional. Esto abre la posibilidad de crear algo nuevo, que incluye una manera nueva de mirar lo que nos pasa. La práctica se vuelve un acto móvil. Estar en una clase es estar en una experiencia.

4. Sorprenderse de uno mismo

Muchas veces la sensación es de novedad, como si recién nos conociéramos con los que tenemos al lado, incluso con uno mismo. Una alumna dijo en un seminario “es como si recién te conociera”, y la sensación de sorpresa era en verdad hacia sí misma.

Existe lo que llamamos conocido y lo desconocido. El trabajo abre lo desconocido de manera colectiva, las respuestas conocidas y nuestros relatos conocidos sobre nosotros y los otros, se ponen en función del trabajo. La sensación de amplitud, de descubrimiento, de exploración, no es producto de migrar hacia lo desconocido, sino habilitar esa relación: el espacio entre lo conocido y lo desconocido. Es un juego, un movimiento constante: las cosas pueden cambiar.

Esto invita a la valentía: quedarse en la incertidumbre de lo desconocido sin querer sacar conclusiones duales, hegemónicas, de bien o de mal, de lindo o feo, etc. Se necesita mucho coraje para no traducir eso nuevo que abre una experiencia sin clasificarla desde la urgencia. Quizás sobre lo nuevo no haya nada que decir, más que estar ahí.

Muchas veces hay alumnos que estando en zonas inexploradas tienen miedo a sentir su ira, o al descontrol, y yo creo que eso no es en verdad miedo, porque están ahí, y lo exploran. Es decir que el asunto es la idea que rodea a la emoción, no la emoción misma. No son las emociones en sí sino la idea que uno tiene acerca de ellas lo que asusta. El sentir nunca es peligroso.

El gran coraje del alumno, del maestro y de la experiencia, es organizar un espacio colectivo donde el movimiento de lo conocido a lo desconocido sea un campo abierto y de exploración. Todos queremos tener respuestas, y la invitación es a permanecer en la pregunta. A veces uno cree que son polos, que debe quedarse de un lado o de otro.

Lo que buscamos es la movilidad y la apertura. Es artesanal y singular la forma en la que se articula ese movimiento entre maestro y alumno, y requiere de muchísima atención.

La curiosidad es lo que genera atención, y no la idea de querer ser buen alumno. Hay que detenerse en la pregunta que abre, en la belleza de la pregunta que no busca respuesta. Una pregunta simple: “¿cómo estás?”, genera curiosidad si no es usada desde la perspectiva psicológica, desde una narrativa que clausura. Esto permite que entremos en una zona más móvil generada desde la observación atenta del presente.

¿A quién se le habla? ¿A la narrativa de lo que ocurre? ¿Al contenido narrativo de tu experiencia? ¿O le hablás a eso que está en el medio y que abre el espacio entre conocido-desconocido? ¿De qué se ocupa uno estando en una experiencia de clase?

La posibilidad de mutar es un efecto. No te tenés que ocupar de querer moverte: de lo que te tenés que ocupar es de no darle completa verdad a la narrativa de lo que ocurre y de no dialogar con ella, que es lo que hacemos todos. Sorprenderse de uno mismo no se trata de ocuparse de ser distinto o querer ser distinto. Es algo que sucede, emerge, mientras la atención está puesta en la verdad. ¿Qué es la verdad para este lenguaje? La verdad propia, el contacto con lo que está ocurriendo.

5. La experiencia de lo colectivo

Uno puede sorprenderse de uno mismo en tanto es parte de una experiencia colectiva que puede recibir ese movimiento, que tiene las condiciones necesarias para que eso ocurra. Este campo de red vincular se construye con la presencia colectiva. Necesitamos a los otros para alojar esa investigación personal.

Ese paisaje vincular está armado por la atención de todas esas personas que están ahí, en contacto con la experiencia de lo desconocido sin traducirla.

Cuando uno está en la clase intentando leer la experiencia, la traduce con lo que ya vivió. Es muy difícil decir de qué se tratan las cosas mientras están ocurriendo. Uno saca conclusiones como si el tiempo fuera lineal. No se puede agarrar una experiencia desconocida. No podemos saber de qué se trata. Cuando estamos en la experiencia, uno tiene la certeza de que no se quiere ir, es gozosa. Quizás esa sea la única certeza con la que contamos mientras estamos en la experiencia.

Esta red de trabajo vincular alberga la experiencia singular. Uno cree que quiere ser exitoso y lo que quiere en verdad es estar unido a otros en una experiencia de trabajo creativo. Eso es lo potente.

Se trata de poner tu vivencia personal al servicio de algo mayor, que te excede, que va más allá de vos mismo. Este acto termina siendo muy eficiente con la inteligencia. Pensamos mejor si estamos unidos a otros en una experiencia. Las respuestas vienen de la acumulación de práctica, no de la intención de traer respuestas productivas.

No hay tal cosa como la suma de las partes, sino la presencia de las partes, sin intentar ser visibles como un deseo, porque ya estar ahí alcanza. Por eso lo llamamos entrenamiento invisible. Ese campo con esas partes, que no necesitan demostrar que están ahí, sale de la sintaxis presencia-ausencia. Todo es presencia, como sea que estemos.

6. La potencia de lo que es y no de lo que falta

Sorprenderse de uno mismo es permitir una exploración de relación móvil con uno mismo, poder salirse de unas ideas y categorías que uno construye sobre sí mismo, y sobre los demás, sobre cómo es uno con los otros. Esto es gracias a que uno está dentro de un campo mayor, que acepta todo, que es amoral, que incluye. En este campo potencial estamos valorando lo que hay y no lo que falta, entrenamos la celebración de lo que es y no de lo falta.

El campo necesita para construirse como campo de la inclusión de todo, sin moral y sin juicio, y necesita de esa experiencia colectiva inclusiva, que no es catártica, que no es descontrolada, que es inclusiva y es artesanal. La potencia de lo que es implica que no es algo que uno tiene unas veces y otras no, es esa fuerza que emerge de esta suma de actos. No es la idea de poder como “puedo solo”, “puedo mejor”, “puedo más”. La potencia nos pertenece a todos.

El poder, en estos términos, es del campo. No es de nadie más. Por eso incluye todo. No es personal.

Si el poder es del campo, el trabajo individual es unirse a esa textura. Aparece lo simple, la simpleza. Entrar en esta sintaxis hace evidente que estamos tan llenos de cosas y de ideas que se nos hace muy difícil lo simple. Lo simple es un efecto del trabajo. Es lo que alojás después de mucho trabajo. A veces uno dice “más simple, más despojado”. Es mentira. Necesitamos trabajar para que aparezca lo simple.

El campo no pertenece a ningún lado en particular sino que lo incluye. El miedo a perder la experiencia niega la experiencia en sí. El campo necesita de la atención. El miedo niega eso que efectivamente pasa.

La atención tiene que estar puesta en no traducir todo el tiempo. Si uno cree que sabe a dónde quiere ir, y que tiene un plan para sí mismo, quizás en el trabajo te aparece algo que no tiene que ver con eso y no lo podés recibir, y es una pena porque es efectivamente lo que está pasando, y lo cancelás.

Entonces, no tener plan te relaciona con la alegría. Los planes los hace la experiencia y tu trabajo. Hay actos. Uno detrás de otro. Un acto de entrega al campo, de confianza en que el trabajo nos guíe. A vos, a mí, al maestro. Esta idea de aceptarlo todo tiene que ver con incluir la honestidad de los vínculos humanos. De la humanidad.

Si lo permitís completamente, y no lo actuás, lo aceptás pero sabés que no es la verdad del relato, el campo te ofrece otro relato, otro encuentro, otro diálogo con eso.

La propuesta entonces es estar atento a si uno está siendo manejado por las ideas de los planes que tiene para sí mismo, o si está animándose a no saber qué planes tiene.