



**Pasarela: Ser o no ser- mujeres “estándar”. Relatos Corporales hacia una acción performática.
Visibilización de estereotipos de belleza como formas de violencia simbólica.**

INGRID VANESSA CANASTERO TORRIJOS

CÓDIGO 2019277011

PROYECTO DIRIGIDO POR

NINI JOHANNA SÁNCHEZ AVILA

PROYECTO DE GRADO PARA OPTAR AL TÍTULO DE LICENCIADA EN ARTES ESCÉNICAS

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL

FACULTAD DE BELLAS ARTES BOGOTÁ 2024

Contenido

1. Agradecimientos.....	Pág. 5-6
2. Introducción.....	Pág. 7-9
2.1 Preguntas de investigación.....	Pág. 10
2.2 Objetivos general.....	Pág. 11
2.3 Objetivos específicos.....	Pág. 11
2.4 Población.....	Pág. 11
3. Mi preludio: Y si hay que empezar de cero, pues se empieza.....	Pág. 12-14
3.1 Motivante: ¿Qué importancia puede tener pensar cómo vivimos y sufrimos nuestros cuerpos a partir de la mirada social?	Pág. 15-23
4. Lo que antecede: Diálogos con otros proyectos creaciones y apuestas investigativas.....	Pág. 23-25
4.1 ¿Y respecto a la creación colectiva?	Pág. 26-28
5. Referentes conceptuales.....	Pág. 28
5.1 Violencias basadas en género.....	Pág. 28-30
5.2 Estereotipos de género.....	Pág. 30-32
5.3 Estereotipos de belleza.....	Pág. 32-35
5.4 Violencia cultural o simbólica.....	Pág. 35-37
5.5 La mirada pedagógica y teatral: Representaciones de lo corporal y performance....	Pág. 38-41
5.6 Teatro foro y la acción de los oprimidos y las oprimidas.....	Pág. 41-43
5.7 Teatro de las oprimidas, denuncia y resistencia femenina.....	Pág. 44-46
5.8 Acercamiento al ámbito contra-pedagógico.....	Pág. 46-47
	Pág. 48

6. Crear para no callar; Acercamiento metodológico a la creación colectiva.....	Pág. 48-53
6.1 Apuntes y experiencias alrededor de la Creación Colectiva.....	Pág. 53
6.2 ¿Quiénes practican la creación colectiva?	Pág. 54
6.3 Participantes ejercicio escénico.....	Pág. 54-59
7. Haciendo visible lo invisible.....	Pág. 59-67
8. Clausurando el desfile; Análisis, hallazgos y reflexiones.....	Pág. 67-69
8.1 Cómo asumir el reto de la puesta en escena.....	Pág. 69-70
8.2 Construcción de personajes.....	Pág. 70-76
8.3 Procesos de los ensayos.....	Pág. 77-78
8.4 La creación en colectivo.....	Pág. 78-87
8.5 Socialización del ejercicio escénico en público.....	Pág. 87-89
8.6 Algunos elementos emergentes en el proceso creativo.....	Pág. 90-92
9. Referencias.....	

1. AGRADEZCO CON TODO EL CORAZÓN....

A Dios porque en muchas ocasiones me dio la fortaleza para continuar cuando a veces quería desistir.

A mí compañero de vida, el amor bonito que me enseñó que parte de amar es ayudar a crecer al otro, infinitas gracias por apoyarme para estudiar, por estar siempre que necesite fuerzas, un abrazo o una idea para algún trabajo, por creer en mí, nuestra familia y este sueño, te amo señor papá.

A mi hijo quién me convirtió en una mujer mucho más fuerte y capaz, por acompañarme a clases desde que estaba en mi barriguita hasta sus primeros meses, por llenarme de su amor más puro e inspirarme a ser una mejor versión de mí por ser ahora la motivación más importante. ¡Lo logramos juntos chiquitín tatata!.

A mí madre por apoyarme siempre, por motivarme a luchar por los sueños, por ser cómplice de este proyecto y estar siempre que necesito un soporte, por cuidar de Santi cuando necesité sentarme a escribir.

A mí padre por permitirme ser y por motivarme a cumplir mis metas.

A la profe Nini por guiarme siempre de la mejor manera y creer en este proyecto, sus correcciones y aportes fueron sumamente importantes para que hoy este documento sea una realidad.

A mis hermanos que siempre han estado cuando necesito escucha, comprensión, o un consejo creativo, por ser siempre mis amigos y compañeros de camino..

A mí padrastro por ayudarme con mi bebé cuando necesitaba sentarme a escribir.

A mis amigas Lau y Yul por brindarme apoyo y soporte en lo largo de esta carrera, por estar en mi maternidad.

A las participantes de este proyecto Carmen, Patricia, Miriam, Sandra por la constante disposición y por estar de principio a fin dando lo mejor de sí mismas, por permitirme conocer un poco de sus intimidades y confiar en el proceso.

Al semillero PULSAR, quien fomento en mí el interés por investigar temas decoloniales, de género y las formas de abordar la performance.

A las profesoras Vanessa Guerrero y Mafe Sarmiento por haberse tomado el tiempo de leer este documento y realizar valiosas sugerencias sobre el mismo.

A Rubiela Ballesteros por el apoyo en el grupo Mujeres por Bosa, así como ayudarme a ir adquiriendo experiencia como profesora.

A mí abuela Sara por el constante diseño de vestuario en lo largo de mi carrera.

A la universidad pública porque me acogió, me enseñó, me alimentó y cuidó de mi hijo (escuela maternal).

A todo aquel, profesores, familiares o amigos que de manera directa o indirecta estuvieron en mi crecimiento personal y académico.

Dedicado a mis hermosos sobrinos Eli y Manu, quiénes sembraron en mí el amor por las infancias, a mi niña interior por haber sembrado este sueño desde los tan solo 7 años, querida niña habladora y soñadora, cumpliste tu sueño de estudiar teatro...

2. Introducción

Este documento estará dividido en cinco diferentes momentos, cada uno refleja una vivencia y un proceso que se ha recuperado, revivido, reelaborado; es importante resaltar que en este escrito se oscilará entre el lenguaje académico de algunas reflexiones, así como el lenguaje coloquial de la corporalización que se dice en otro lugar de enunciación., Así, la narrativa aquí expuesta no pierde la naturalidad de lo vivencial, aun cuando siga apostando a ser un documento de fácil comprensión para aquellas personas que no estén necesariamente en el ámbito de la academia y que estén interesadas en conocer este proyecto. La problemática social que en él se aborda parte e incorpora su respectivo proceso de reflexión y transformación, por lo que intenta constantemente apoyarse en el recurso de la imagen para orientar la comprensión y poder mantener la atención y la contextualización de las potenciales interlocutoras.

El momento número 1 **Para entender:** Recoge el *relato de mis vivencias personales, familiares, académicas y culturales*, que me han llevado a cuestionarme sobre los estándares de belleza entendidos como manifestación de la violencia de género, a partir de lo cual se argumenta por qué es importante hablar de este tema y cómo socialmente los estereotipos de belleza pueden afectar la salud física y mental de muchas mujeres; por ello, se exponen algunos ejemplos que están instaurados de manera constante en los medios y los discursos masificados.

En el momento número 2 se abordará el **Paso a la investigación.** Cuando escogí la modalidad de investigación-creación tenía claro sobre qué quería investigar, pues durante mi proceso académico y desarrollo como mujer en sociedad empecé a sentir que las acostumbres o situaciones de

violencia sobre el género femenino se habían normalizado; esto me hacían sentir incomoda y maltratada: comentarios sobre mi cuerpo, prácticas sobre cuerpos de mujeres cercanas, la televisión, las pautas publicitarias, piezas musicales, entre otras formas de representación, me develaban que algo no estaba bien cuando se referían a cómo debería ser la apariencia física de una mujer para ser aceptada, amada o valorada, y es aquí cuando la inquietud e inconformidad se volvió un proyecto de grado, empecé a buscar diferentes antecedentes (teóricos, visuales, teatrales) que tocaran dicha problemática para poderlos articular a mi investigación, así como pude abordar diferentes discursos teóricos y propiamente artísticos que apoyaran la reflexión así como la creación.

El momento número 3 ha sido titulado como **Crear para no callar**. En este apartado se desarrolla la propuesta de la metodología a la que se acoge esta investigación creación, el proceso se fue dando -taller a taller- desde experiencias individuales de cada una de las mujeres participantes, hasta llegar a una creación colectiva. Cada taller proporcionaba herramientas teatrales para que las participantes, que en su mayoría nunca habían tenido una formación para la escena, tuvieran elementos que les permitieran participar en el proceso de manera consciente y segura. Con ello, la creación se empieza a guiar desde la premisa de lo investigado, donde como investigadora-creadora y profesora no se buscaba imponer una dramaturgia o una forma de mostrar-se en escena, sino que, mediante diferentes exploraciones corporales, cartografías y diálogos creativos, se suscitaban formas de enunciar la problemática y acciones de empoderamiento que se daban en la construcción de la creación.

El momento número 4 es denominado **Haciendo visible lo invisible**. En este momento se pone en la escena lo investigado y creado, en este caso, una acción performática la cual se nombró *Pasarela: Ser o no ser... mujeres estándar*. El proceso de investigación logra materializarse en una

acción performativa susceptible de realizarse en espacios tanto convencionales como abiertos, este proceso se realiza en una primera ocasión como parte de la programación de obras del aula 101 en el parque nacional. Por ello, se realizó no solo la representación de los ejercicios, sino también un conversatorio con los asistentes, de los cuales se adjuntan evidencias, en formato de link digital, de la presentación realizada. Este momento fue uno de los procesos más esperados del proyecto, pues después de muchos talleres, mesas redondas de creación y ensayos, se pudo ver materializada la puesta de escena, logrando con ella tener un proceso de disfrute, enunciación, liberación, empoderamiento y sueños cumplidos. La escena construye mujeres poderosas, valientes, orgullosas de sus acciones, se pone sobre escena esta problemática social y con nuestra reflexión se recupera el amor propio y los cuestionamientos sobre los cánones de belleza, además, se puede reducir su impacto e influencia sobre nuestros cuerpos y cómo nos percibimos.

Finalmente, encontramos el momento 5 **Clausurando el desfile; Análisis, hallazgos y reflexiones.** en este último momento se encuentra la recolección de análisis y conclusiones del trabajo realizado, donde se evidencia el alcance hacia el objetivo desde el inicio formulado, además se exponen las reflexiones individuales, pero también reflexiones colectivas no solo del grupo participante, sino también de los espectadores. Este es el momento de asumir aciertos y desaciertos, de hacer un análisis de lo sucedido en el proceso en cada etapa (investigativa, exploratoria, creativa, reflexiva). Aquí se inicia otra etapa, pues gracias a esta aventura investigativa se forma una agrupación teatral que acoge mujeres mayores de 40 años para seguir creando y trabajando con una perspectiva de género.

Finalmente, en el documento se hace una variación intencionada de citación en norma APA con el uso de cursivas cuando se trata de los pensamientos de la autora -desde su experiencia precedente-

y para destacar las diferentes voces tanto teóricas como creativas aquí enunciadas, pues esto permite que sea visible el cambio de registro en el texto desarrollado.

Conceptos clave: Belleza, Estereotipos, Género, Violencia Simbólica, Creación.

Resumen: Este proyecto busca concientizar, por medio de una acción performativa, sobre las violencias simbólicas que sufren las mujeres por medio de los cánones de belleza impuestos socialmente. La importancia de este proyecto, desde la visión artística y pedagógica, se sitúa en lograr que mujeres participantes de la localidad de Bosa, puedan ser parte de un proyecto de creación colectiva; todas aportando ideas para la creación de personajes y situaciones, así como en la representación de los mismos, generando reflexiones sobre el impacto de los estándares de belleza y la violencia invisible que genera, tanto en las participantes del proyecto como en los espectadores de la obra, por medio del teatro de la oprimida y de la creación colectiva.

2.1 Preguntas de investigación:

¿Qué aporte hace el performance y las artes escénicas a la reflexión sobre los daños que generan a nivel físico, mental y emocional los estándares de belleza sobre el cuerpo femenino?

¿Qué perspectivas metodológicas de creación escénica dialogan, de manera crítica, con la reflexión alrededor de las violencias y opresiones invisibles originadas en los roles de género y los estándares de belleza femeninos?

¿Qué tipo de procesos creativos de escritura y expresión escénica pueden articularse a partir de diferentes experiencias reales vividas y la creación colectiva?

2.2 Objetivo General:

Concientizar, por medio de un ejercicio escénico performático de creación colectiva sobre la violencia simbólica que sufren las mujeres a partir de los cánones de belleza impuestos socialmente, a su vez incentivar el amor propio y el empoderamiento femenino.

2.3 Objetivos Específicos:

- Reconocer y visibilizar las violencias basadas en género en relación con los cánones de belleza a partir de un proceso de investigación creación
- Diseñar una propuesta de creación colectiva a partir de talleres de exploración y creación en los que se aborde de manera crítica las violencias de género e invisibles.
- Generar por medio de talleres de creación colectiva y performativa un proceso creativo y pedagógico de reconocimiento, aceptación y empatía por el cuerpo propio y el cuerpo del otro, fuera de los estándares de belleza impuestos socialmente.
- Enlazar los procesos de creación y expresividad escénica con una apuesta pedagógica para generar cuestionamientos y reflexiones en la comunidad participante, desde el planteamiento de una propuesta de investigación-creación que incorpore la construcción de una acción escénica.

2.4 Población:

Mujeres de la localidad de Bosa, pertenecientes al grupo cultural *Mujeres por Bosa*, entre los 40 y 50 años de edad. ¿Por qué se elije esta población para la activación de este proyecto? En primer lugar se elije un grupo de mujeres pues la problemática esta pensada desde la perspectiva de género en el contexto colombiano; en segundo lugar, algunas están involucradas en el mundo del arte y desde este lugar han llegado a sentir actitudes violentas sobre sus cuerpos, especialmente en el campo de la danza; en tercer lugar, se trata de mujeres que vienen de una generación que llegó a normalizar muchos tipos de violencia de género y que han transitado la violencia simbólica e invisible en todas las etapas de sus vidas (niñez, adolescencia, adultez).

3. Mi prelude: y si hay que empezar de cero, pues se empieza

Para empezar este escrito, y poco a poco desglosar lo que será esta aventura investigativa-creativa, me parece importante mostrar quién soy y contar algunas vivencias para que se logre entender por qué se ha optado por abordar el performance y la creación colectiva, como ejes de exploración crítica hacia los estereotipos de belleza que determinan formas de violencia simbólica. Esto se da en relación con nuestras experiencias de representación corporal.

Puedo decir que llegué a la universidad pedagógica buscando la forma de cumplir mi sueño de ser profesora de teatro, luego de pasar por dos decepciones en mi vida académica, pues por momentos pensé que mi anhelo de estudiar artes escénicas no sería viable; pasé por dos universidades antes de llegar a la UPN: en una estudié diseño gráfico y en la otra Licenciatura en danza.

En la primera de ellas adelanté diseño gráfico, una carrera en la que se aprenden muchas cosas sobre la teoría del color, la imagen y la publicidad, ya que para ser diseñador de *marketing* había que entender cómo funciona el mismo, por lo que una clase en particular me llamó la atención: en

ella vimos diferentes anuncios de variedad de productos y allí fue donde empecé a notar cómo la imagen de un determinado tipo de mujer aparecía en cada publicidad; el cuerpo de las mujeres era utilizado como gancho de pesca para captar clientes de cerveza, motos, gaseosas, chicles, entre otros, esas imágenes me quedaron resonando pero luego simplemente olvidé el tema, un año después me cambié de universidad para cambiar de carrera.

En mi segunda experiencia empecé a estudiar una licenciatura, está iba enfocada en la danza y el teatro, ambas carreras abandonadas a mitad de camino. La primera porque me di cuenta de que buscaba un espacio que me permitiera trabajar con la comunidad, una carrera más reflexiva y recordé que desde el colegio quería estudiar para enseñar teatro. La segunda carrera la dejé por dos motivos: primero porque la situación económica de mi hogar no era la mejor y la matrícula era bastante costosa, al tratarse de una institución privada; el segundo motivo fue una constante inconformidad al sentir que en esta institución sólo se preocupaban por manejar técnicas en la danza y el teatro. Era un lugar muy enfocado en el conocimiento disciplinar, el arte era como visto como un medio netamente estético para el montaje de un show, para verse lindo en escena, por lo que para ser una licenciatura carecía muchísimo de la parte pedagógica y yo quería realmente ser una buena profesora.

Meses después vendría como un salvavidas la universidad pública a mi vida. Al inicio me sentía frustrada al saber que debía empezar de cero, sentía que los años previos de estudio simplemente habían sido una pérdida de tiempo, pero poco a poco he ido entendiendo que a veces de eso se trata la vida: de abandonar lugares y si es necesario empezar procesos más de una vez. Se empieza de nuevo porque cada proceso enseña. Así, al llegar a la Licenciatura en Artes Escénicas (en adelante LAE) me sentí desde el primer día en un lugar acogedor, un lugar reflexivo y crítico como

el que deseaba hacía mucho y éste sería el lugar donde aprendería a ser profesora de/por/con vocación.

La LAE no solo tenía el componente pedagógico que buscaba, sino que, además, no había que seguir una determinada estética impuesta por las lógicas de la publicidad o del espectáculo, ya que cada estudiante tiene su esencia y para poder interpretar no había una fijación en la apariencia estandarizada. Aquí el cuerpo es tratado como territorio de vivencias y aprendizajes, como herramienta para la exploración, como un lugar poderoso para el Yo artista, ahí supe que mi cuerpo se encontraba en un lugar seguro.

Entonces ¿Por qué insistir en este contexto de estereotipos corporales? Esta pregunta marca el momento en que empecé a sentir la necesidad de cuestionarme el tema de los estereotipos de belleza, ya que empezaron a resonar cuando estaba en la universidad anterior, donde veía cómo otras estudiantes comentaban frecuentemente sobre el físico de otras compañeras, y también cómo un profesor nos pesaba y nos median la grasa corporal para ser actrices de teatro y bailarinas, ya que, según ellos, debíamos mantener bien nuestra *condición física*. Esto no era más que un eufemismo, pues no se trataba de un estándar de bienestar ni acondicionamiento corporal, sino que implicaba que para poder encarnar los personajes y poder ejercer como bailarinas el cuerpo debía conservar “una armonía” entre estatura y peso, así, si usted mide 1,50 debe pesar máximo 55kg para que dicha armonía no se quiebre y no era mi caso.

En una clase -como ritual extraño- con unos palitos nos median la masa corporal, mientras pensaba:

jumm preciso está semana que he comido como si no hubiera un mañana, ya me tocó asumir porque que qué más; ¿qué carajos les pasa? una persona de talla grande no podría entonces estar aquí, pufff como si el cuerpo importará más que las capacidades y necesidades expresivas, bueno sí, en esta sociedad superficial tal vez sí.

Estas conductas que iba viendo en mi entorno me parecían incorrectas y violentas sobre nuestros cuerpos, pero prefería guardar silencio para evitar problemas, para no verme como una exagerada simplemente porque para la sociedad es normal que otro ser humano opine sobre nuestra apariencia física o lo que somos, esto me llevó a preguntarme ¿Se puede hacer pedagogía desde el teatro para hablar de lo perjudiciales que pueden llegar a ser los estereotipos de belleza a las mujeres?.

3.1 Motivante: ¿Qué importancia puede tener pensar cómo vivimos y sufrimos nuestros cuerpos a partir de la mirada social?

Puedo decir que lo que me motivó a llevar a cabo este proyecto son mis vivencias —como lo mencionaba anteriormente, pero no solo mis vivencias, sino las de mujeres cercanas que desde sus infancias viven en una sociedad sin respeto por la diferencia y que ejerce diversos tipos de violencia así como presión social sobre nuestro físico, como se evidencia en estudios realizados desde el estado colombiano, como el referido a violencia de género adelantado por el Instituto Nacional de Salud (2023)¹. Quería abordar este problema porque es un tema del que poco se habla, pero que a muchas personas afecta, especialmente a las mujeres. Es por esto por lo que decidí utilizar el arte escénico como herramienta pedagógica para buscar una conciencia en el espectador de la obra, así como de las mismas participantes, sobre la importancia de no juzgar la apariencia de otra persona, así como lograr una plena conciencia de que estamos viviendo en una sociedad que materializa en discursos y en la forma de estándares de belleza, formas de violencia simbólica que recaen de forma notable sobre los cuerpos femeninos.

¹ Ver: <https://www.ins.gov.co/buscador-eventos/Informesdeevento/VIOLENCIA%20DE%20GENERO%20INFORME%20PRIMER%20SEMESTRE%202023.pdf>
En el que se encuentra información a fecha del primer semestre 2023 sobre violencias de género, aludiendo a factores de violencia física, sexual, psicológica, negligencia y abandono.

En este sentido, por muchos años el teatro ha permitido la identificación con el otro y está identificación genera empatía, la cuál es muy necesaria para convivir de una mejor manera como sociedad. Es indispensable evidenciar que los estándares de belleza son un medio de opresión y una de las mejores maneras de liberarse de algún sistema represivo-o al menos reconocerlo para intentar liberarse- es el medio pedagógico; hacer pedagogía es mostrarle al otro aspectos que ignora o que ha normalizado, permitirle llegar al conocimiento de aquello que desconoce y, en este caso, el acercamiento a la exploración corporal y teatral se convierte en un medio de comunicación, identificación y de emancipación, buscando generar conciencia social.

Atendiendo a estos contextos, se hace necesario hablar, inicialmente, de los estereotipos de belleza pues éstos han provocado en las mujeres problemas de salud a nivel físico y mental; En el primer caso, relacionado con lo físico y la salud se evidencia que muchas mujeres para poder encajar en estos estándares se someten a prácticas que dañan su integridad, a través de procedimientos y acciones como fajarse constantemente sin medir que pueden generar daños en sus órganos y provocar problemas de salud tales como la incontinencia. Otras tienen quemaduras en su cuerpo por el uso frecuente de planchas de cabello y muchas más presentan daños internos en su cuerpo por procedimientos quirúrgicos estéticos, por lo que adquieren problemas dermatológicos por el uso desmedido de maquillaje, entre otras prácticas extendidas y aceptadas socialmente.

*En el silencio del alma, en la quietud del ser,
se esconde el secreto para poder florecer.
Aprender a quererse, es un arte,
es abrazar las sombras y bailar con el sol.
En el jardín del corazón, la semilla germina,
necesita amor y cuidado, como si fuera vitamina,
mirarse en el espejo con ojos de compasión,*

*aceptar las cicatrices, darles una canción.
Es amar las imperfecciones, abrazar las virtudes,
escribir en el alma, nuevas actitudes.
Aprender a quererse, es el primer paso,
hacia un amor eterno, hacia un nuevo lazo.
En el amor propio, reside la fortaleza
“Colectivo mujeres por bosa, 2024”*

De otra parte, a nivel de salud mental, podemos ver problemas de baja autoestima, lo que lleva a situaciones de ansiedad y depresión en relación con la constante descalificación sobre la apariencia, a lo que se suma la posibilidad de que aparezcan otros problemas como la anorexia y bulimia que llevan a desencadenar repercusiones físicas y denigración del cuerpo. Si bien los estándares de belleza no son la única causa de problemas de salud mental, sí puede rastrearse su correlación como factor de incidencia en la aparición o acentuación de los mismos, como se evidencia en estudios como el presentado por Salinas (2015) sobre “Estándares de belleza y cultura en la manifestación de anorexia en jóvenes del corregimiento de Bellavista en Ciudad de Panamá”, estudio en el que se explica con cifras como los estándares de belleza influyen en la aparición de problemas de salud como la anorexia.

Un tercer contexto corresponde al del ámbito escolar, pues tales estereotipos también han generado que desde la infancia exista el burla e irrespeto por la apariencia y el cuerpo de otros seres humanos; así, todos estos problemas confluyen en una violencia instaurada que no se ve como violencia, pues socialmente se ha normalizado al punto de invisibilizar los daños que ha causado y que puede seguir causando por tratarse de una violencia invisible. "Reconocer la violencia invisible es el primer paso hacia la recuperación. Es fundamental que las víctimas reciban apoyo y validación, ya que este tipo de abuso a menudo es minimizado o ignorado por la sociedad." (Vega, 2022, p. 77). Entre este tipo de violencia invisible se encuentra la violencia simbólica.

Entre la violencia simbólica claramente se encuentran los cánones de belleza, pues estos son impuestos para capitalizar el cuerpo femenino, vendiendo constantemente a las mujeres una necesidad incesante de consumir productos que le generen belleza, conseguir cierta talla y peso, a costa de la autoestima y la salud misma, para ello se visibiliza un tipo de mujer “la ideal” la que está en el estándar de lo considerado bello.

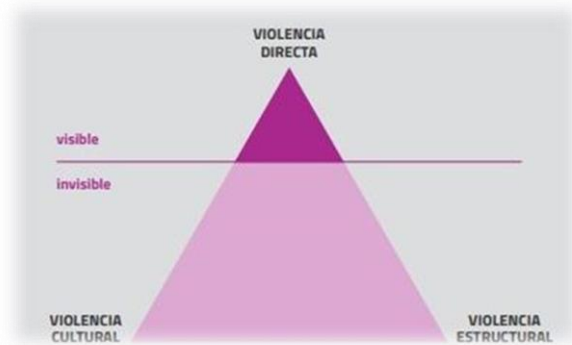


Imagen tomada de: <http://pazydiversidadcultural.org/2020/08/14/la-complejidad-del-triangulo-de-la-violencia/>

Explorando en diferentes fuentes de información quería encontrar alguna investigación que hubiese abordado la violencia simbólica en mujeres a profundidad, Por fortuna encontré una tesis de maestría en educación con énfasis en educación popular y desarrollo comunitario de la universidad del valle, año 1996 que aborda como tema principal la violencia simbólica en las mujeres y a medida que leía pensaba: (¡Qué increíble encontrar similitudes en un proyecto de grado de hace tanto tiempo con mi investigación creación!).

En esta tesis se mencionan varios aspectos importantes: uno de ellos es el exponer cómo hay agentes sociales, en este caso mujeres, que inconscientemente aceptan estrategias de dominación e incluso las replican recubriendo las acciones enmarcadas en la violencia simbólica como acciones de índole natural y normal. “la violencia simbólica, es simbólica en la medida que se desconoce cómo violencia, lo cual sucede porque los agentes sociales consideran el mundo como

autoevidente”. (Rodríguez y Villegas, 1999, p.6). Otro aspecto importante que también se menciona es que estas violencias pueden encontrarse en escenarios públicos o privados, por lo que justamente me pareció interesante poner sobre la escena teatral (escenario público) una problemática que se esconde en la industria de belleza y en la sociedad misma. Es evidente que existe una normalización sobre cómo debe ser el aspecto de una mujer, muchas veces disfrazado de cuidado corporal y falso amor propio, así, el proyecto saca vivencias personales (lo privado) a la escena teatral; si bien estas vivencias son parte de las vivencias personales de las integrantes, cada experiencia se mezcla con la de otras mujeres y la ficción para obtener acciones con rostros anónimos y que las mujeres no sientan que sus problemáticas fueron expuestas de manera directa. En esta investigación se abordan testimonios que son utilizados para intentar comprender y evidenciar esta problemática social a través de lo micro social como lo son los relatos de vida individuales, “cada relato de nuestras (auto)biógrafas se ha constituido de un tejido muy fino, a veces invisible de violencias simbólicas” (Rodríguez y Villegas, 1999, p.16.) Y esto es justamente una de las mayores similitudes con esta investigación, permitir un espacio para que mujeres puedan contar sus vivencias y que estas vivencias sean fuente para la creación escénica. Por ello, es interesante ver cómo se puede empezar a abordar este tipo de problemáticas no solo desde el eje teórico, sino también desde las corporalidades, porque el cuerpo tiene mucho que contar, historias detrás encarnadas en los cuerpos de las mujeres participantes quienes han pasado por diferentes situaciones que afectan directamente sus representaciones corporales a través de tratamientos estéticos, afectaciones posturales, pelvis lesionada, rostros afectados por el uso del maquillaje, afectaciones que pueden ser develadas gracias al testimonio corporal.

Esta problemática está presente en toda la sociedad en general, incluso desde nuestras familias hay una constante imposición sobre cómo debe ser la apariencia física de una mujer para ser aceptada,

esta imposición se da principalmente por medio de redes sociales y medios de comunicación que reproducen imágenes del cuerpo que son irreales, con estándares de belleza alejados de la cotidianidad y que sitúan una economía del deseo sobre un cuerpo que no es propio.



Imagen 1. Publicidad tomada de <https://twitter.com/alexandra1q/status/941014933122232327>, puesta en Cali, Colombia.

En esta primera imagen se puede ver cómo por medio de los medios publicitarios hay burla sobre los cuerpos femeninos que tienen pechos pequeños y cómo se busca generar una baja autoestima estableciendo que hay cuerpos que no están bien” y necesitan ser “arreglados”.

Cuerpos modelados para el ojo que los consume, cuerpos a la venta para la satisfacción del otro y que son obligados a des-hacerse, fragmentarse, hacerse pedazos para recomponerse ajenos...



Imagen 2. Publicidad tomada de marketingdirecto.com

Esta imagen igual que la anterior es reflejo de cómo nuestro cuerpo busca ser capitalizado. Cuerpo y venta, cuerpo y consumo. La imagen de la mujer como moneda de cambio o como atractivo que

se ofrece a la mirada de un comprador al que se le sugieren ganancias simbólicas más allá del producto que objetivamente se promociona, pero, además, cotejos, comparaciones en las que se van situando cánones de belleza en los cuerpos femeninos.

Salinas (2015) plantea que los estándares de belleza se definen por dimensiones y se determinan por aspectos como: *“estatura, volumen corporal, color de ojos, color de cabello y color de piel, pueden ser elementos principales a los cuales se puede atribuir un estándar de belleza”* (p. 37) lo cual implica que se establece una relación entre el estándar y el juicio de valor sobre el cuerpo propio que tiene correspondencia o no con el estereotipo. Aquí se presenta también una relación con la representación de éxito social cuando se concuerda con el estándar de belleza, al tiempo que se presenta inconformidad con la apariencia propia o necesidad de realizar acciones de consumo para acercarse a la imagen deseada.



Imagen 3. Publicidad tomada de museopublicidad.udp.cl/pieza/no-sea-flaca/, difundida en el año 1970.

La publicidad busca generar constante inseguridad en las mujeres, (no está bien ser negra, no está bien ser flaca, no está bien ser gorda, no está bien reflejar la edad, ni tener lunares o pecas) en estos ejemplos se puede evidenciar que desde hace muchos años se viene presionando al género

femenino a cumplir con estándares físicos que se van moviendo según la moda y según la industria cosmética. Estos generan su propio *merchandising*, su propia línea de consumo para cuerpos que pueden mejorar o que pueden corresponder al estándar si asumen el consumo de productos de embellecimiento y homogenización corporal. Al respecto Salinas (2015) plantea que son muchas las mujeres que sienten constante insatisfacción con sus cuerpos y quisieran otros rostros que se asemejen más al estándar de belleza valorado por la sociedad, explica como jóvenes en Panamá están expuestas a este tipo de tendencias debido a la gran exposición de medios de comunicación, moda y exigencias sociales.

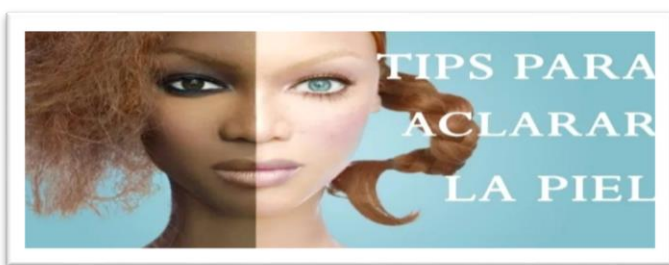


Imagen 4. Publicidad tomada de afrofeminas.com

También hay discursos, en este sentido, que circulan en otros formatos, ya no solo visuales sino verbales, discursivos, palabras y dichos que por medio de la música popular buscan reforzar la importancia de estar “buena” para la sociedad:

Arrebata'o, dando vuelta en la jeepeta (la jeepeta)

Conmigo una rubia, tiene grande' las teta' (grande' las teta')

*Quiere que se lo meta
Arrebata'o, dando vuelta en la jeepeta*

La Jeepeta (remix) (part. Brray, Juanka, Anuel AA y Myke Towers)

Las canciones se repiten incesantemente en el boca a boca. Así, la palabra de uno se hace palabra de todos, clamor colectivo que sitúa sus demandas en las fiestas, en las relaciones, en la reunión social donde el colectivo indolente se muestra como un fiscalizador del deber ser corporal sobre el cuerpo de la mujer. En este sentido, estudios como el de Caraballo (2006) sobre la incidencia

del reggaetón como “reflejo de la visión de colectivos concretos y cómo ésta reproduce, o (...) resignifica la realidad.” (p. 40), sostiene que en el género del reguetón la mujer es constantemente vendida como objeto de satisfacción y consumo únicamente sexual, donde la circulación masiva y sin restricción de estos discursos violentos genera una normalización de los fenómenos de violencia invisible.

No solo por el medio musical se refuerza una visión estandarizada del cuerpo de la mujer, esto también se ve a diario en la televisión, donde las protagonistas de novela deben cumplir con cierto prototipo, así mismo sucede con los estándares de la internet, donde la mayoría de *influencers* usan filtros y abusan del maquillaje para encajar en las plataformas y evitar las críticas de sus seguidores.

4. Lo que antecede: Diálogos con otros proyectos creaciones y apuestas investigativas Fotografía



tomada de *angelicadass.com*

“El mayor tesoro del ser humano es su diversidad”

Angélica Dass.

Aquí entraremos a dialogar con diferentes autores, autoras y artistas que de una manera u otra han tejido discursos y propuestas creativas

entorno a los conceptos de: estándares de belleza, violencias de género, violencias invisibles y creación colectiva.

Con ello, se busca reconocer que, aunque poco se habla respecto a esta problemática, hay artistas y autores que se han cuestionado la violencia simbólica articulada a los estereotipos de belleza y violencias de género desde sus lugares como artistas e investigadores. Como artistas se busca que la investigación no gire únicamente entorno a autores teóricos, pues hay creadores que desde el lugar artístico aportan a la crítica y visibilización de estas problemáticas; entre esas artistas se encuentra Angelica Dass (1979), una fotógrafa originaria de Rio de Janeiro Brasil, que busca a través de su obra *humanae* (2012, angelicadass.com) retratar la diversidad en cuanto al color de piel del ser humano, como una invitación a la reflexión sobre la diferencia, mostrando que cada persona tiene tonos y características que van más allá de enmarcarse en una raza o etiqueta étnica reducida al negro o blanco. Para ello, utiliza como comparación la paleta de colores, una estructura que codifica todos los posibles matices y variaciones demostrando que el color, como la piel, tiene variedad de tonalidades pero que termina reducida a una paleta que no representa la heterogeneidad de los cuerpos reales.

“Mi objetivo es investigar estas temáticas e intentar generar empatía. Naturalizar las diferencias, que en realidad representan el corazón de lo que es el ser humano: ser diferente, diverso, tener muchos puntos en común (el primero, que pertenecemos a la misma especie), pero, a la vez, ser cada uno único y distinto.” Angelica Dass, 2022.

Con este proyecto la fotógrafa demuestra que el arte, en este caso el arte visual no es solo para entretener o embellecer, el arte es para enunciar problemáticas sociales, es un medio para la denuncia y la visibilidad. Es interesante encontrar que un proyecto tan importante empezó por una convocatoria en *facebook* donde el artista público “Yo no creo en blanco y negro; si te apetece

venir a mi estudio...” como forma para convocar diferentes rostros, demostrando que para trabajar con el otro basta con generarle una inquietud, un querer descubrir o descubrirse. Angélica con su trabajo muestra la importancia de aceptar, que somos seres humanos diversos y por tanto nuestras particularidades individuales no caben en unos estándares concretos.

Por otro lado, tenemos a la artista contemporánea Vanesa Beecroft (1969) de Génova, Italia, quien se dedica a realizar propuestas artísticas relacionadas con el performance, la escultura y la fotografía trabajando especialmente con el cuerpo femenino donde refleja el cuerpo vivo, pero a su vez inerte a nivel mental. Busca mostrar una crítica a los estándares femeninos de belleza establecidos, por ello, las modelos que participan tienen una actitud de aburrimiento, abatimiento y hastío como reflejo de la mujer real que está obligada a ser perfecta. Esta artista tiene montajes tales como: Kaldor Public Art Projects 1999, VB52 2003, VBSS. 010. My HOLY FAMILY del 2006. Estos trabajos son muy interesantes, pues en ellos mezcla diferentes formas de expresión artística: tanto escénica, como visual; esta mezcla de lenguajes es utilizada para transmitir un mensaje sin siquiera necesitar de un texto o diálogo mediador, además, logra llevar al análisis crítico y a la reflexión social, por lo cual, plantea una técnica que puede aportar a este trabajo de investigación a nivel creativo y de producto final. Su mirada multimedial permite pensar en la integración de lenguajes en el proceso creativo que dialoga con lo performativo aunque no provenga de las artes escénicas.



Imagen tomada de: <https://www.numero.com/en/art/who-is-vanessa-beecroft-the-artist-adored-by-kanye-west-and-the-fashion-world>

Imagen tomada de: <https://www.dsigno.es/blog/disenio-de-moda/mujeres-artistas-vanessa-beecroft>

4.1 ¿Y respecto a la creación colectiva?

Con la recuperación de antecedentes creativos interdisciplinarios e investigativos, alrededor del tema central, se hace relevante *in-corporar* algunos montajes que particularmente desde la orilla de lo escénico me han permitido establecer relaciones con mi trabajo. *La que no fue*, montaje de la dramaturga colombiana Carolina Vivas Ferreira, se trabajó y estrenó en el año 2012 con cinco actrices que empezaron a crear desde el yo, pero ese yo individual se fue convirtiendo en un nosotras en la creación colectiva:

“Umbral Teatro ha indagado a fondo la historia como fuente, la crónica, el testimonio; en esta oportunidad quisimos ir en búsqueda de nuevas teatralidades, hallar otras voces y ubicarnos en la riesgosa zona del Yo, como fuente de la creación. El montaje se propuso como una creación colectiva, a partir de la indagación del imaginario de las actrices, de materiales afincados en su historia y su universo personal, los cuales fueron considerados como pre-textos.”. Vivas, 2012, P. 97)

Siempre he tenido un interés particular por ahondar en el Yo como premisa para la creación, aunque en distintos espacios académicos teatrales se me ha pedido alejarme del Yo para poder crear; realmente nunca he comprendido porque sugieren este distanciamiento tan fervorosamente, pues personalmente encuentro una gran potencia en el testimonio, veo el teatro como la representación ficcional de lo que somos, que al convertirse en una pieza artística, aporta reflexiones del componente testimonial sin necesidad de exponer directamente a la persona que brinda su experiencia, dónde la autoconciencia permite dismantelar recuerdos y discursos propios para ver en cada individuo lo que hubiera ocurrido si hubiese actuado de determinada manera, o incluso cómo puede percibirse a sí mismo desde el escenario en tanto que espejo reflexivo, que no queda solo en un imaginario individual pues resulta integrando y repercutiendo en lo colectivo.

Atendiendo a estos aspectos, este proyecto de investigación creación busca justamente tomar vivencias personales para convertirlas en un ejercicio escénico donde el cuerpo representa realidades desde lo ficcional, trabajando en conjunto, creando en conjunto, a partir de las ideas que son escuchadas y debatidas, donde la puesta final sea algo construido en comunidad, partiendo también del Yo mujer, Nosotras mujeres, con vivencias y violencias en común.

Imagen tomada de: <https://revistas.udistrital.edu.co/index.php/CORPO/article/view/19089/18052>



Por otro lado, se encontró que en el libro *Performances habitar la calle* (2015), de Patricia Ariza, se exponen trabajos realizados con mujeres que exploran diferentes posibilidades de deconstruir y exponer violencias hacia el género femenino; las que habitan estos cuerpos tienen, una a una, historias de abusos de las que han sido protagonistas; las que han padecido acoso, maltrato físico o psicológico, incluyendo a una de las madres de Soacha quien -como mujer- se encuentra en un enclave de varios tipos de violencia social acentuada por su género. Todas ellas han acudido al performance como hecho colectivo, para transformar su dolor en acción, en memoria y en reflexión para ellas mismas y sus espectadores. Tomo este referente porque creo que el teatro, la acción performativa y el arte en sí mismos son medios para denunciar, así como para tramitar sentimientos, pensamientos, vivencias compartidas y experiencias que deben ser contadas y para que puedan, no solo visibilizarse, sino también cambiarse a nivel colectivo.

5. Referentes conceptuales

Para comprender el interés hacia el que apunta este proceso de investigación-creación es necesario definir aquellos conceptos ligados a la problemática principal, relacionados con tres ejes de indagación: la representación de lo corporal femenino, las violencias basadas en género, la pedagogía del oprimido y la creación colectiva; Así, en cuanto a las primeras categorías se relacionan concepciones como: los estereotipos de género y los cánones de belleza. Para el segundo eje se explorarán la violencia estructural y simbólica y en el tercer ámbito, se indagará sobre las características, estrategias de creación colectiva y procesos de montaje alrededor del teatro de la oprimida y del oprimido.

5.1 Violencias basadas en género:

Este tipo de violencia tiene como premisa las acciones hostiles hacia el género femenino por ser considerado socialmente como el género “inferior” o “débil” por tanto no merecedor de respeto, este género debe ser manso, servicial, carismático de lo contrario se pierde la feminidad, es el hombre quien debe poseer el poder y dominio para que su hombría sea validada:

Hablar de violencia invisible no tiene sentido si no hablamos de violencia estructural y de violencia simbólica. La primera se refiere a la manera en que las instituciones o estructuras sociales dañan a ciertos individuos impidiendo que se desarrollen y consigan cubrir todas sus necesidades, este tipo de violencia impide que se alcance la igualdad” (Mateos, 2021, p.6).

Es por ello, que hay una serie de normas que se nos implantan desde la infancia de cómo se debe comportar una persona para ser un gran hombre o una gran mujer. De otra parte, en la perspectiva de Mateos se dan elementos para identificar las violencias simbólicas:

“cuando hablamos de violencia simbólica nos referimos a todas las creencias inculcadas, mensajes implícitos, normas sociales, normas religiosas que se interiorizan y que se dan por validadas, siendo aceptadas por todo el mundo sin cuestionarlas, cuya consecuencia es que se siguen perpetuando” (Mateos, 2021, p.18).

Las violencias invisibles entonces se tratan de relaciones en las que se ejerce un maltrato muy sutil, difícil de explicar para la víctima e incomprensible para personas cercanas a ella, puesto que las situaciones son tan invisibles que, sin asestar un solo golpe, el agresor incomoda, insulta, altera la percepción de la víctima y crea una tensión tal que la persona agredida vive aterrada con un solo gesto o una mirada.

La víctima de violencia vive en tensión constante, duda de sí misma, de la relación con los demás y de si las agresiones son reales o no, como consecuencia hay un control social y muchas veces económico, generando a su vez aislamiento social. *“Los tres tipos de violencia son interdependientes. Cualquier forma de violencia puede extenderse y afectar a los otros tipos. Por*

ejemplo, si la violencia estructural se institucionaliza y la violencia cultural aumenta, existe el riesgo de que aumente la violencia directa” (Galtung, Johan, 2003, p. 34). Es decir, cada violencia se relaciona una a la otra sosteniendo la estructura de una sociedad violenta y machista.

La violencia simbólica viene de un esquema violento estructural que desde hace muchos años atrás ha impulsado a querer mostrar a la mujer como propiedad del hombre, como seres destinados a servir y ha procrearse, es como si desde nuestros antepasados a la mujer se la viera con menos valor, más moldeable y objetual, careciente de poder e intelecto. Pero ¿Por qué se ve a la mujer como un ser débil, indefenso, fácil de dominar? Justamente porque desde la infancia es al niño al que se le enseña a defenderse y resolver a los golpes, la niña es domesticada y se le invita constantemente a permitir la agresión.

“La mujer, se ve tomada, arrastrada a una lucha cuerpo a cuerpo en la que el hombre es el más fuerte; no tiene libertad para soñar, retroceder, maniobrar: está en manos del varón que dispone de ella. (Beauvoir, 1949. P.361)

Esto se convierte en algo problemático, pues justamente se incentiva a la violencia desde la infancia, se cultiva en el género masculino que está bien ser agresivo y que está bien reprimir emociones para ser más varonil, sin que haya un cuestionamiento de cómo esto puede traer problemas de desigualdad y aumento en la violencia no solo contra la mujer, a partir del juicio de carácter físico y simbólico, sino también a nivel general, con acciones violentas generadas por las delimitaciones corporales que orientan la interacción social; así, los hombres se comportan de manera X y mujeres de manera Y, aun cuando este comportamiento dañe al individuo hacia afuera o internamente.

5.2 Estereotipos de género:

Los estereotipos son las expectativas de lo que la sociedad atribuye a mujeres y hombres; son representaciones y mandatos de cómo ser y sentir según el rol de género; con ellos se busca imponer un modelo de feminidad y otro de masculinidad.

Con frecuencia los estereotipos se usan para justificar la discriminación de género y pueden sustentarse con teorías tanto tradicionales como modernas, incluso a través de leyes o de prácticas institucionales. Una dicotomía fundamental desde esta perspectiva es que mientras socialmente se asigna a los hombres al espacio público, donde se toman las decisiones políticas, sociales y económicas, las mujeres se asignan al espacio privado, donde realizan el trabajo de cuidados y crianza.

Así, al estereotipo de feminidad se asocian ciertas características y roles: maternidad, trabajo doméstico y cuidado de otras personas, el ser cariñosas, sensibles, débiles, sentimentales, intuitivas, buenas, dependientes, sumisas y adaptables.

“La suerte inmensa del niño es que su forma de existir para el otro le ayuda a afirmarse para sí. vive su cuerpo como un medio de dominar la naturaleza y un instrumento de combate” (Beauvoir, 1949, P. 277). Y es que justamente la sociedad nos dice qué debemos hacer y cómo nos debemos comportar según nuestro género, en el fragmento anterior se enuncia lo que se le suele pedir a una persona del género masculino y cómo desde su infancia se va moldeando para ser violento, carecer de la sensibilidad como forma de reforzar la masculinidad, al tiempo que, en el caso de las niñas, se les suele incentivar desde muy pequeñas a que sean nobles, tranquilas, que cuiden de su apariencia y actúen con “delicadeza”, por ello, tanto hombres como mujeres deben cumplir estos mandatos es sus roles de genero para no ser señalados socialmente.

En este mismo sentido, el vestuario es un ejemplo de la permanente tensión según la apariencia pues se establece quiénes se ven más *“masculinos o más femeninas”*, las mujeres deben cargar con la constante frase *“eso no es de señoritas” “las señoritas deben comportarse de tal manera” “te ves poco femenina”*; y es que sobre el cuerpo femenino se tejen normas y presiones en función del género masculino para liberarles de responsabilidades y prejuicios, pues son ellos quienes tal vez *“fueron provocados por una falda corta y esa provocación llevó a un abuso”* o también está la presión por la aprobación masculina y la justificación al mal accionar *“mija, él le fue infiel porque es que usted no se arreglaba”*, *“sea atenta con ese hombre o lo puede perder”*, todas estas frases se suman al conjunto con acciones que refuerzan la idea de que la mujer debe asumir ciertas normas desde el control de su cuerpo e individualidad. Muchas de estas acciones impuestas no son percibidas como tales, sino que se asumen como normas sociales en positivo que terminan normalizándose de manera acrítica y terminan acogiéndose y validándose socialmente por los colectivos. *"Los estándares de belleza patriarcales no solo afectan la autoestima de las mujeres, sino que también refuerzan jerarquías sociales y económicas que benefician a los hombres al mantener a las mujeres en roles subordinados."* (Jeffreys, 2005, p. 58).

5.3 Estereotipos de belleza:

Los estereotipos de belleza se definen como el conjunto de características del aspecto de un objeto o de una persona que la sociedad percibe y valora como bello o atractivo. En este sentido, los rasgos físicos considerados bonitos o atractivos han ido variando a lo largo de la historia y son distintos también según cada cultura.

“En nuestra cultura, las miradas sobre los cuerpos femeninos se centraron en el “modelo maternal” y su camino hacia la reproducción y, con el paso del tiempo, también en el modelo de

“mujer-objeto” las actitudes complacientes y los temperamentos amables” (ESI en primera persona / Estereotipos de belleza y género, 2023, Pág.8)

Existen modelos corporales homogeneizantes ligados a la perspectiva tradicional de género, son modelos que se reproducen así no correspondan a las características de las personas reales. ¿A caso es menos mujer la que tiene un cuerpo ancho y mide más de 1,80 o menos hombre aquél que tiene poco bello corporal y mide menos de 1.70? solo porque no entran en el imaginario tradicional, aceptable y “normal”. Cuántas mujeres en este preciso momento se encuentran luchando consigo mismas para alcanzar el tan añorado *reloj de arena*, aunque su genética corporal no se adapte a este modelo.

Así pues, aunque también podemos valorar la belleza de los objetos, es más habitual hablar de cánones de belleza de los individuos, tanto hombres como mujeres. Este patrón de belleza establecido afecta en muchos aspectos de nuestra vida y, cómo no, a nuestra autoestima. Influye en nuestra manera de vestir, de peinarnos o incluso puede incidir en qué comemos, en cuánto deporte hacemos o si usamos o no ciertas prendas o maquillaje.

“El sistema patriarcal y machista en el capitalismo, ha instaurado y promovido la perfección física, estereotipos de belleza y roles de género. Lo bello es tangible, es mercancía y objeto”
(Muñoz, Jaramillo, Osorio, 2023 P. 3)

Así se va promoviendo la belleza como una necesidad en la que hay que invertir *¿Deseas ser aceptada o amada?* Entonces invierte en aquello que necesitas y te hace falta: maquillaje, cremas anti-edad, tratamientos, operaciones. *¡Lo que eres no es suficiente para merecer atención, amor o admiración! El consumo tiene una amplia gama de elementos para alcanzar la aprobación de tú*

belleza. Gracias al marketing sobre las inseguridades físicas de las personas grandes industrias de belleza se mantienen en la cima del sistema capital.

¿A quién afecta los cánones de belleza? Aunque actualmente el hombre también se ve influido por cómo debe ser su cuerpo y su aspecto idóneo, han sido prioritariamente las mujeres las más afectadas y críticas por su apariencia física. Basta con ver comerciales de productos de belleza que enfocan su marketing claramente sobre la mujer, (*¿quieres tener menos arrugas? Foto de una mujer con arrugas, ¿quieres tener una figura esbelta? foto de una mujer esbelta, o miremos cuanto maquillaje usan las mujeres en comparación a los hombres*). Según la American Society of Plastic Surgeons (ASPS), en Estados Unidos en el año 2020, el 92% de los procedimientos cosméticos quirúrgicos fueron realizados en mujeres, mientras que solo el 8% fueron realizados en hombres. En cuanto a procedimientos no quirúrgicos, las mujeres también lideraron con el 89% frente al 11% de los hombres. Estas cifras muestran una clara disparidad en la prevalencia de la cirugía plástica entre ambos géneros.

“Un discurso hegemónico que se impone con la transmisión de un ideal. (ESI en primera persona / Estereotipos de belleza y género, 2023, Pág. 7). Este discurso ha tendido a perpetuar normas y expectativas que dictan cómo deberían ser y comportarse los cuerpos de las mujeres, a menudo enfocándose en la apariencia física y la sexualidad. Los cuerpos femeninos son constantemente reducidos a objetos de deseo sexual y se les valora principalmente por su apariencia física y su capacidad de cumplir con los estándares de belleza idealizados. Esta objetualización puede llevar a la cosificación de las mujeres, tratándolas como meros objetos de placer en lugar de sujetos con autonomía y agencia.

Se promueve un ideal de belleza que privilegia la delgadez y la juventud, lo que puede causar efectos negativos en la salud mental de las mujeres que no se ajustan a estos estándares. Esto puede

manifestarse en la industria de la moda, la publicidad y los medios de comunicación, donde los cuerpos delgados y jóvenes suelen ser enaltecidos y promovidos como ideales. En este sentido, las mujeres que no se ajustan a los estándares de belleza o que desafían las normas de género establecidas, frecuentemente enfrentan discriminación y estigmatización. Esto puede incluir la discriminación laboral basada en la apariencia física, la vergüenza corporal y formas negativas de autopercepción.

Por tanto, se ignora la diversidad de formas, tamaños, colores y capacidades que existen entre las mujeres. La falta de representación de cuerpos diversos en los medios de comunicación y la cultura popular contribuye a la perpetuación de un ideal de belleza estandarizado y poco realista; Desmontar este discurso hegemónico es fundamental para promover la igualdad de género y la autonomía de las mujeres, así como para fomentar una cultura que celebre la diversidad y la autenticidad en todas sus formas. Esto implica cuestionar activamente las normas y expectativas impuestas a los cuerpos femeninos.

5.4 Violencia cultural o simbólica:

Este tipo de violencia se entiende como uno de los aspectos de una cultura social que legitima el uso de la violencia directa o estructural. La violencia cultural y simbólica se manifiesta a menudo en actitudes y prejuicios como el racismo, sexismo, fascismo, homofobia, aportando a un mundo más desigual, violento e injusto. El nivel invisible de este tipo de violencia describe el hecho de que en el caso de la violencia estructural y cultural no aparece nadie a quien se pueda responsabilizar. La violencia estructural está incorporada al sistema y se manifiesta en relaciones de poder desiguales y, en consecuencia, en oportunidades de vida desiguales.

La violencia simbólica es una problemática social poco visible pues ésta se ha ido instaurando como “normal” o “natural” en cada lugar de la sociedad, escuela, casa, tiendas, empresas, etc.

“Toda violencia de género es violencia simbólica en tanto implica relaciones de poder desiguales histórica y culturalmente establecidas entre hombres y mujeres” (Blanco, 2009. p.64)

Estereotipos de belleza y violencia simbólica: cómo ver lo que no se ve a simple vista:

El contexto descrito hasta ahora nos sitúa en una situación problemática y, al tiempo, nos demanda acciones. La pregunta que da lugar a esta propuesta parte de mi experiencia como investigadora, creadora y docente en formación.

Por mucho tiempo, los estándares de belleza han estado instaurados en nuestra sociedad, presentes en nuestro día a día, sin percatarnos de su presencia y de cómo ésta nos mantiene en una opresión como mujeres; pues la opresión básicamente proviene de la necesidad de ajustarse al estándar, como lo plantea Salinas (2015), se trata de un ejercicio de instauración de patrones corporales que se ajustan a formas de representación que identifican el gusto social, a partir de la imagen que se considera deseable y que corresponde a un deber ser instaurado por la masificación de discursos sobre el cuerpo femenino. En este caso, la mujer que cumple con estos estándares será aceptada y aprobada en la sociedad, así como la mujer que se salga de los cánones está destinada a ser rechazada o discriminada, lo que lleva justamente a que muchas mujeres se autorregulen para poder cumplir con dichos requisitos y obtener esa aprobación.

Lo que se busca con esta investigación-creación es que las mujeres participantes puedan, a partir del trabajo colectivo y la recuperación de sus historias de vida, reconocer que este tipo de violencias existen y logren transformarlas en la propuesta escénica, con el fin de leer críticamente

y transformar las representaciones que recaen sobre sus cuerpos con los estándares y estereotipos de belleza.

Para esto, es necesario que se permita un espacio tanto reflexivo como creativo que aborde el diálogo sobre la problemática y que favorezca hacer conciencia sobre cómo los cánones de belleza causan en muchas mujeres baja autoestima y auto discriminación, llevando a un constante estado de desaprobación consigo misma. Así, incluso desde la escuela se ha normalizado burlarse del cuerpo de alguien más haciendo que se olvide la empatía por el sentir del otro y justamente lo que también busca este proyecto es el reconocer que existe esta forma de violencia y que la sororidad y la empatía hacia la diferencia son, no solo posibles, sino necesarias.

Por ello, es importante comprender que esta problemática viene arraigada al capitalismo, al machismo, al sistema patriarcal y a la violencia simbólica, que constantemente nos quieren mostrar el cuerpo femenino como un objeto de consumo y un objeto eficaz para el marketing de muchas empresas dedicadas al tema de productos tales como el licor, las industrias del maquillaje, las estéticas de belleza y cirugías (con fines estéticos). Todo facturando con las inseguridades de muchas mujeres, sin importar pasar por encima de su salud mental y física. Por ello, autores como Johnson plantean que:

"El patriarcado ha jugado un papel crucial en la construcción y perpetuación de los estándares de belleza, imponiendo ideales que restringen la autonomía y el valor de las mujeres a su apariencia física. Estos estándares no solo dictan qué es considerado atractivo, sino que también refuerzan estructuras de poder que benefician a los hombres." (Johnson, 2014, p. 102).

A su vez, iniciativas como la del gobierno argentino con propuestas como la *Guía para una comunicación con perspectiva de género* (2018) establecen que “a través de patrones

estereotipados, mensajes, valores, íconos o signos, se transmite y reproduce dominación, desigualdad y discriminación en las relaciones sociales, naturalizando la subordinación de la mujer en la sociedad” (p. 6), entendiendo esto como una violencia simbólica que se reproduce prioritariamente a través de los medios masivos de comunicación. Así, se plantea que este tipo de mensajes no solamente reproduce condiciones y percepciones de desigualdad, sino que legitima patrones socioculturales que generan violencia hacia las mujeres.

5.5 La mirada pedagógica y teatral: Representaciones de lo corporal y performance

Lo performático, lejos de estar por fuera de lo teatral hace parte esencial de este contexto, por eso, su forma de acercarse a las corporalidades está en la base de aprendizaje, procesos y miradas que lejos de querer situarse en la disciplinariedad de lo teatral, se ubican en la liminalidad del mundo cotidiano, donde el proceso es importante, a partir de la transición de vivir que nos ofrece la acción performática en cuanto al tiempo-espacio y la exploración del permitir al cuerpo salirse de estructuras rígidas de cómo debería ser una puesta de escena.

Para comenzar acudimos a una primera definición general de performance que establece que *“Una performance es una extensión de la actividad formal-metafórica posible dentro de un cuadro o construcción”* (Schneemann, 2010, p.62) Schneemann, es una artista visual y performática estadounidense, conocida por su contribución pionera al arte de la performance, especialmente en la década de 1960 y 1970. considera que la performance va más allá de una simple actuación, siendo una expresión profundamente personal y política que desafía las normas culturales y sociales. Para Schneemann, el cuerpo es el medio de comunicación central, que busca involucrar al espectador en una experiencia sensorial y emocional, desafiando las convenciones sobre el arte y el género. Es una artista que tiene trabajos del performance con enfoque de género.

Teniendo en cuenta esta noción, nos preguntamos ¿Por qué el performance puede ser adoptado como herramienta teatral para abordar este trabajo de investigación creación? Creemos que es porque permite la libertad en el abordaje de diferentes temas y problemas sociales, políticos y culturales, permitiendo la libre exploración corporal y creativa ofreciendo así un medio para experimentar mientras que a su vez se pueden cuestionar diferentes aspectos de la condición humana.

La performance incluye elementos del teatro, aunque ésta se distingue por ser más experimental y multidisciplinar que el teatro convencional. Algunas diferencias entre la performance y el teatro convencional son: en el teatro convencional, la narrativa y la estructura dramática son elementos primordiales. Las obras teatrales tienen una historia con personajes, diálogos y una línea narrativa definida. En la performance, la estructura puede ser más exploratoria y menos lineal, permite diferentes formas de integración en lo teatral desde lo interdisciplinar como el arte plástico, la danza, música, instalaciones en el espacio, interacciones con el público, etc. Esta definición es tomada de la experiencia en el semillero de la LAE (performatividades urbanas, sub-urbanas y artistas PULSAR) semillero que me mostró desde el trabajo en calle cómo se puede abordar la performance como medio para trabajar diferentes problemáticas sociales como la colonialidad del género, la raza y las clases sociales.

En el teatro convencional lo más normal es que haya una separación entre los actores y el público, mientras que la performance a menudo busca involucrar al espectador en la experiencia, eliminando la barrera entre los artistas y los espectadores, con lo cual se puede abordar una gama amplia de temas conceptuales o políticos que quieren evidenciarse en el espacio público de circulación. La performance puede ser más abstracta y provocativa en su contenido, explorando temas socioculturales de manera no convencional.

Mientras que en el teatro convencional lo más importante suele estar centrado en la producción final y la presentación de la obra, en el performance el proceso creativo y la experimentación pueden ser igualmente importantes, a veces incluso más que el resultado final, buscando explorar nuevas formas de expresión artística. Es por esto que se eligió el performance como medio de trabajo, teniendo en cuenta que esta investigación se da con mujeres no profesionales del ámbito teatral y que muestran interés por la escena y la exploración artístico-corporal.

En cuanto a su desarrollo y estructura, la acción performática se puede implementar de diferentes maneras: se puede abarcar desde la improvisación (realizar acciones en el instante, sin preparación previa o inesperada) o desde la planificación (preparación previa, guía con pasos a seguir para llegar a una meta o intención propuesta). Así mismo, en cuanto a su materialidad, puede incluir gestos corporales, implementación de objetos, interacción con el espacio y espectador, así como la implementación de sonidos y medios tecnológicos que pretenden desarrollar una acción escénica con el propósito de evocar experiencias, provocar una experiencia estética o generar una reflexión en el espectador.

Según Richard Schechner, director teatral y teórico de la performance, la creación performativa se define como *"una acción que se lleva a cabo y se observa, o que es observada mientras se está llevando a cabo"* (1988). Esto refleja la interacción que puede haber en la acción performativa donde el público puede ser involucrado activamente en el evento teatral. Así mismo, *"el 'performance es un comportamiento social complejo'. Esta idea resalta la naturaleza interdisciplinaria del performance, que va más allá de los límites del teatro convencional y se entrelaza con diversas esferas de la vida social y cultural."* (Schechner, 1988, p.145). Como hecho social remite a situaciones que pueden generar identificación pues recuperan aspectos de la vida cotidiana y conectan con la propia trayectoria del que observa y se involucra.

En cuanto a sus aspectos centrales, Schechner establece que *"La acción performática en el teatro se centra en la presencia del performer en el espacio escénico, donde su cuerpo se convierte en el vehículo principal de expresión"* (Schechner, 2002, p. 45). Para este proyecto es importante que el cuerpo femenino disfrute la expresión del gesto escénico, donde las intérpretes puedan explorar en los talleres sus corporalidades, para llevar estas mismas exploraciones a escena de una manera disruptiva, emocional, natural, vivencial y transgresora.

Esta acción escénica es dada sin diálogos, puesto que son los cuerpos femeninos y las acciones las que muestran las problemáticas, son el cuerpo y la acción los que envían un significado, una interpretación o develan lo que se quiere manifestar: *"La acción performática en el teatro se basa en la exploración profunda del cuerpo del performer como instrumento expresivo, donde se busca una conexión íntima entre la acción física y la emoción"* (Grotowski, 1968, p. 29).

Así, la acción del performance en el teatro es un enfoque experimental que busca ir más allá de los límites de las teatralidades tradicionales y salirse un poco del arte escénico convencional, invitando al público a tener una participación activa antes, durante o después de la acción escénica, al tiempo que invita a cuestionar diferentes percepciones sobre el mundo que nos rodea. *"La acción performática en el teatro contemporáneo abarca una amplia gama de prácticas artísticas que desafían las convenciones teatrales tradicionales, explorando nuevas formas de narrativa y participación del espectador"* (Schechner & Brady, 2013, P. 75).

De esta manera, se espera que acudiendo a un lugar que es menos reglado desde cánones representacionales externos a las intérpretes, se logre hacer un acercamiento creativo y crítico a lo corporal, sin caer en procesos que solo remitan a hacer personajes desde teatralidades más tradicionales.

5.6 Teatro foro y la acción de los oprimidos y las oprimidas

El teatro del oprimido (Santos, 2021) busca estimular la emergencia de la reflexión crítica y la implicación política y organizativa en contra de la opresión. (Freire, 1974) no buscaba separar la educación de la esfera política y social, ya que, al considerar la singularidad de una, se encuentra implícita la otra.

Las acciones socio educativas a partir de la metodología de pedagogía del oprimido son conceptualizadas como acciones orientadas hacia una educación humanista y libertadora, abarcando dos momentos distintos:

1. Los oprimidos van desvelando el mundo de la opresión y se van comprometiendo mediante la praxis en la transformación del espacio social en que viven.

2. Transformada la realidad opresora esta pedagogía deja de ser del oprimido y pasa a ser de la pedagogía de los hombres en proceso permanente de liberación.” (Baraúna y Motos, 2009, p.82).

Teniendo en cuenta estos dos ámbitos de participación se plantea que *“toda acción educativa debe ser ante todo una acción socio cultural que proponga una reforma moral e intelectual”* (Baraúna y Motos, 2009, p. 83). Por ello, el eje creativo y pedagógico de esta investigación recupera esta perspectiva, dado que se trata de una mirada que puede favorecer no solamente en aportar al reconocimiento de violencias estructurales, de género e invisibles, sino que también puede generar acciones individuales y colectivas para transformarlas.

Al analizar las acciones socio educativas en el teatro del oprimido observamos que no siempre los canales formales de participación social son suficientes para detectar las demandas de la población, ni siempre las personas se sienten desinhibidas para manifestarse en contextos formales, lo que impide discutir temas importantes sin la presión de la mirada y el juicio público. Es por ello, que

se busca fomentar la participación de la comunidad, lo cual requiere explorar formas de comunicación innovadoras que faciliten el intercambio de ideas, generando entornos novedosos donde se anime la expresión creativa sin juicios morales o externos a la experiencia que se desarrolla. La metodología socioeducativa empleada en el teatro popular facilita la comprensión de los aspectos subyacentes en las interacciones sociales, al mismo tiempo que impulsa la ejecución de acciones que promueven la participación de la comunidad.

Entonces, dada la importancia de recuperar, analizar y deconstruir los avatares de la experiencia de representación corporal, vivida por cada participante, el proceso tiene como punto de partida la recuperación de la experiencia vivida. Se busca tener un proceso pedagógico y creativo colectivo donde se brinde las herramientas necesarias para que sean capaces de construir su propio conocimiento, a la vez que se busca desempeñar un papel de mediadora, profesora y creadora capaz de orientar un proceso de investigación creación regulando, más no imponiendo, para que las mujeres puedan ser participantes activas del proceso.

Por ello, la propuesta creativa será complementada con el modelo pedagógico de Paulo Freire (1974) y Bárbara Santos (2021) quienes busca empoderar a los oprimidos y oprimidas, en este caso mujeres oprimidas por los estándares de belleza, desarrollando una mirada crítica que genere conexiones entre problemas individuales y contexto social. Para trabajar con este modelo pedagógico, es necesario que yo como artista y profesora pueda asumir una actitud de escucha donde se genere una relación democrática entre las participantes de los talleres y yo, de esta manera, pretendo horizontalizar el proceso para que se dé una mirada crítica y la concientización ocurra.

En cuanto al proceso creativo y de aprendizaje conjunto y colaborativo, que está en la base de este proyecto, se busca que por medio de talleres de creación y exploración colectiva se dé un espacio

de reflexión y aprendizaje sobre violencias basadas en género, que tanto se necesita para disminuir las prácticas de violencia sobre las mujeres y que, además, pueda consolidar un espacio propicio para la sensibilización y el acercamiento a la educación artística y escénica. Por ello, se vuelve importante evidenciar cómo ésta puede ser una herramienta poderosa para hablar de temas sociales y denunciar prácticas que afectan a la sociedad en general.

5.7 Teatro de las oprimidas, denuncia y resistencia femenina:

Uno de los referentes más importantes en este proceso de creación, es la actriz, directora y pedagoga brasileña Bárbara Santos (2021), dado que ella pensó en la importancia de mostrar las opresiones que sufren las mujeres desde una perspectiva feminista donde rescata constantemente la importancia del trabajo conjunto para reducir diversas problemáticas que afectan al género femenino *“sabemos que problemas estructurales necesitan de articulaciones colectivas, entonces cuando trabajamos con el público lo estimulamos para pensar en colectivo”* (Santos, 2021, Min 36:32). Y este trabajo apunta precisamente a un desarrollo e implementación conjunta.

En Latinoamérica estamos bajo una estética del opresor, en el caso de Brasil desde la estética de las telenovelas ¿Cómo representamos lo real? Lo representamos a partir de lo que vemos en la tv, nosotras trabajamos con personas que la única representación de la realidad era la televisión y la televisión utiliza la estética del opresor. (Santos, 2021, Min 19:15).

El melodrama y las novelas han contribuido a la construcción y perpetuación de roles de género tradicionales, que buscan mantenerse de generación en generación pues la televisión es un poder sobre las masas que tienden a beneficiar al sistema capitalista y machista. En muchas historias melodramáticas y novelas, las mujeres suelen ser retratadas como seres vulnerables, pasivos y dependientes, mientras que los hombres son representados como fuertes, dominantes y activos.

Estas representaciones pueden influir en las expectativas sociales sobre cómo deben comportarse y qué roles deben desempeñar las mujeres en la sociedad, y los medios están presentes para constantemente recordárnoslo.

Creo que es importante que las mujeres investigadoras, creadoras y, por supuesto, profesoras, empecemos a buscar los medios para enunciar diferentes tipos de violencia, incluso aquellos que no se perciben fácilmente, pues esta es la esperanza latente de una equidad de géneros *“Nosotras teníamos que reconstruir la estética del opresor, para crear nuestra propia estética y con ella nuestra propia forma de representar el mundo, La estética del oprimido, es la estética de poder decir; nosotras creamos formas de representar nuestra propia realidad”*. (Santos, 2021, Min 21:08).

Por otro lado, el teatro puede ser un medio para reconocernos, para empoderarnos y descubrir a los y las demás *“Vamos a descubrir quiénes somos nosotros, vamos a abrir las puertas, las ventanas de nuestras posibilidades y desde ahí intentar una representación de la realidad, que incluya a nosotros, no como objetos, que incluya a nosotros como personas*. (Santos, 2021, Min 25:11). Aquí, la pedagoga nos propone un viaje introspectivo hacia la autoexploración y el autorreconocimiento. Es una invitación a sumergirnos en la búsqueda de nuestra identidad, entendiendo que esta búsqueda es un proceso continuo y dinámico. Es mantener la apertura a nuevas perspectivas y experiencias, así como a la aceptación de nuestras diversas corporalidades, facetas y potencialidades. Con ello, se invita a romper con las limitaciones autoimpuestas y explorar todo lo que somos capaces de ser.

Implica un esfuerzo por comprender el mundo que nos rodea desde nuestra propia subjetividad, reconociendo que nuestras percepciones están moldeadas por nuestras experiencias, valores y

creencias, así como incluirnos a nosotros mismos como personas en esa representación de la realidad:

“Estar en escena no es solo representar un texto que alguien escribió, es escribir su propia historia, es entrar en el escenario para representar quién es, y pensar yo hoy presento lo que soy, yo hoy representó mi historia y puedo imaginar como cambiar eso, e imaginar eso en colectivo mi historia no es solo mi historia, esa historia individual habla de muchas otras historias que están pasando por lo mismo (Santos, 2021, Min 26:04)

Así, para cumplir el objetivo que se propone en este proyecto es necesario que se rompa con concepciones previas de cómo debe hacerse el teatro, pues lo que se quiere es que la acción escénica vaya más allá de la mera representación, se quiere que realmente sea un espacio que acoja a mujeres en toda su integridad, sus cuerpos, sus historias, sus vivencias, sus miedos y sueños para poder tejer -desde la realidad- una acción ficticia con mucha carga de lo real, pero en perspectiva crítica. Ante esto Bárbara Santos se pregunta: *“Será que, si hubiera más mujeres conduciendo el proceso, la manera de hablar, la manera de crear la narrativa sería distinta” (Santos, 2021, Min 30:17)*. Por ello, la importancia no solo de que este tipo de acciones performativas teatrales sean realizada -si no dirigidas por mujeres-, ya que esto permite tener una perspectiva auténtica de las vivencias que tal vez al no ser transitadas por el género masculino, en la mayoría de los casos pierden el sentido de lo real, pues carecen del peso de lo vivencial y experiencial que ayuda a la identificación de inequidades y la construcción de empatía ante la opresión social.

5.8 Acercamiento al ámbito contra-pedagógico:

Otro referente tomado para esta investigación es Rita Segato con su investigación: *Contra-pedagogías de la crueldad*, de la editorial Prometeo, es un libro que consta de cuatro conferencias

impartidas en la Facultad Libre de la Universidad del Rosario en el 2016. Esta escritora, antropóloga y activista feminista expone cómo nuestra humanidad está inmersa en una constante pedagogía de la crueldad donde se percibe al otro ser como una cosa, un objeto destinado al consumo y dominado por el capitalismo, este sistema se implantó desde la colonización dejando en la sociedad seres humanos apáticos, insensibles, individualistas y crueles.

Tal argumento es puesto sobre esta investigación porque es justamente lo que sucede con las mujeres y sus cuerpos, ya que estos desde hace mucho tiempo atrás vienen siendo explotados como objeto de consumo por el varón y toda una industria de consumo que impuso unos estándares para que cada cuerpo femenino sea o no aceptado social y culturalmente. Esta presión es reforzada desde muchos lugares, empezando desde ámbitos en los que se supone debería haber refugio y lugar de protección como lo es el hogar o la escuela. Este tipo de opresión sobre el cuerpo femenino también se da a través de los medios de comunicación que muestran cómo debería ser el cuerpo de una mujer para ser validado, por lo hay una constante insensibilización sobre cómo estas presiones pueden producir daños psicológicos y físicos en las personas víctimas de esta violencia estructural, que a su vez es invisible pues ya hay en la población una aceptación de estos cánones estéticos al punto de que se normaliza pisotear a otra persona por su apariencia física, perdiendo total empatía sobre cómo se puede estar sintiendo el otro.

Es por esto por lo que Rita Segato (2018) propone el surgimiento de unas *Contra pedagogías* que buscan hacer resistencia a esa normalización de la crueldad e individualidad logrando llegar como sociedad a una vida en comunidad, trabajo colectivo con derecho a la desobediencia y el pensamiento crítico. Con ello, se espera que se logre cuestionar las estructuras de poder, lo cual constituye un eje central en esta investigación creación, que justamente busca lograr que un grupo de mujeres se cuestione situaciones que han normalizado y que son violentas, cuestionamientos

que evocan reflexiones individuales y grupales, logrando mujeres empoderadas de lo que son y de sus cuerpos, por lo cual es necesario que haya una deconstrucción de saberes, así como la reconstrucción y emergencia de saberes propios, nuevos y situados en las vivencias de cada participante.

6. Crear para no callar; Acercamiento metodológico a la creación colectiva

Para el desarrollo de una propuesta de investigación creación que se pudiera realizar en la conjunción de la experiencia de una docente en artes escénicas en formación y las trayectorias vitales de unas participantes sin formación actoral, pero con intenciones expresivas y necesidades contextuales particulares, se vio la necesidad no de acudir a una estructura metodológica ya elaborada o situada en la tradición, sino a la elaboración a adaptación de aspectos metodológicos diversos que respondieran a la realidad y contexto del proyecto. Así, en este apartado se enlazarán: aspectos estructurales y metodológicos de la creación colectiva, elementos del taller como estrategia pedagógica, creativa e investigativa, así como elementos del teatro de las oprimidas y acciones desde la mirada contra pedagógica en una propuesta de fases de trabajo que dan cuenta del proceso vivido y realizado.

La creación colectiva en el teatro es un proceso de producción artística en el cual el trabajo creativo es resultado de la colaboración y participación de un grupo de personas que pueden incluir actores, dramaturgos, diseñadores, y otros colaboradores. Este enfoque promueve la horizontalidad en la toma de decisiones y la generación de obras teatrales que reflejan una diversidad de perspectivas y experiencias.

6.1 Apuntes y experiencias alrededor de la Creación Colectiva

La metodología principal de este proceso de investigación es la creación colectiva, por lo que me pareció importante tomar como referente el trabajo que ha venido realizando el Teatro la candelaria con Patricia Ariza, quien en el año 2023 concedió una entrevista detallada al Instituto Distrital de Patrimonio Cultural donde destacó aspectos importantes de dicha metodología. Inicialmente se menciona que *“La creación colectiva es una actitud ante la creación artística, el convencimiento de que se puede creer y crear con el otro”* (Ariza, 2023, Min 1:11).

Estoy convencida que se pueden crear puestas de escena que generen un impacto y una reflexión trabajando en colectivo, pues son varias personas pensando, sintiendo y creando, se trata no solo de una estrategia, sino de una actitud creativa de utilidad social donde se generan procesos, pero como diría Patricia Ariza, también resultados.

Otro aspecto que se menciona y que también me parece muy importante es que enuncia que *“En la creación colectiva hay director que guía, por qué alguien tiene que ver desde afuera, el director es la persona que hace las veces de público, durante los ensayos el director es un mediador.”* (Ariza, 2023, Min 3:20). Por lo que, aunque en el proceso de estructuración de la acción performativa las participantes daban sugerencias de qué querían mostrar o cómo mostrarlo, pero era durante el ensayo que veíamos lo que funcionaba y lo que no: así, estar desde afuera me permitió justamente ponerme en el lugar del espectador, por lo que algunas veces les invitaba a realizar ajustes a algunas acciones que ellas mismas en sus exploraciones corporales habían realizado para cada cuadro de la performance.

Aunque hubo ideas que surgieron de la imaginación de todas intentamos que cada acción tuviera también un carácter investigativo, desde la premisa: ¿por qué escojo hacer lo que hago en escena?

¿qué significa cierto tipo de gesto? ¿cómo son las características de cierta enfermedad o consecuencia sobre el control corporal?

En este sentido, como proyecto de investigación creación, se tiene la responsabilidad de indagar a fondo sobre las violencias invisibles y simbólicas de género, así como la influencia de los estándares de belleza sobre las mujeres, para que la creación artística este nutrida por el componente investigativo. Considerando la importancia de que todas hagan la investigación y no solo la investigadora docente: *“Toda creación colectiva es un laboratorio de creación, pero si el grupo quiere crear tiene que investigar sobre el tema de interés”*. (Ariza, 2023, Min 3:25).

Así mismo, en la entrevista se menciona que, para la etapa final del proceso de creación, el director logra dar cierre a los diversos procesos de laboratorio para llegar a la creación, por eso la persona que guía el proceso toma decisiones finales que permitan pasar a las otras etapas, así, en el caso de este trabajo es justo quien ha trabajado como profesora y ha guiado el proceso quien asume este papel, por lo que como participante y orientadora logré dar pautas involucrando siempre a los participantes del proyecto, **por ejemplo (sesión 6)**: *“necesitamos cuatro personajes femeninas, ¿cuáles propondrían ustedes? ¿si hacemos una pasarela ustedes que pondrían sobre pasarela para mostrar problemáticas de los cánones de belleza?, ¿cómo hacemos para que se entienda si no hay textos?”* (Sesión #6, 09 de febrero de 2024)

Ejemplo de la sesión 5:

"En esta cartografía la idea es que todas dibujen y escriban llegando a una enunciación colectiva. (Sesión #5, 02 de febrero de 2024) Entre otras pautas, se utilizó la mediación desde las preguntas, así como la incorporación de propuestas estéticas y pedagógicas desde la experiencia de cada participante. Así, por ejemplo, todas podían sugerir, si había preguntas las íbamos resolviendo, si

algo les incomoda durante el proceso de base se hacía saber, para poder respetar y conciliar sobre todas las diferentes posturas.

“Con la creación colectiva la gente que quería hacer teatro sintió que podía hacerlo sin necesidad de que viniera un Mesías, director o el gran artista a proponérselo. Es una propiedad social no sólo el Teatro la Candelaria.” (Ariza, 2023. Min: 09:02). Es interesante cómo en el Teatro la Candelaria los actores y actrices, formados o no, tienen autoría y, como dice Patricia Ariza, empiezan a surgir desde lo colectivo talentos individuales: el músico, el que escribe, el que diseña, entre otros roles que van emergiendo; pues lo que realmente se busca es que las mujeres participantes se empoderen del espacio, de la creación y de sus talentos, para enunciar una problemática social desde su creación y expresión. No se parte de un proceso de formación actoral profesional, sino de una necesidad expresiva que busca recuperar las trayectorias de cada participante desde su propia experiencia de vida.

De otra parte, Ariza plantea que *“Cuando empezamos a investigar sobre un tema aparece la realidad, descubrimos el país”* (Ariza 2023, Min 11:13). Podríamos entonces pensar si ¿la violencia simbólica contra la mujer es una realidad del país? Es justamente esta una de las preguntas que llevan a la creación como medio de visibilización, pues la violencia simbólica existe, aunque se ha normalizado y ha sido poco expuesta, al punto que muchas personas no saben ni siquiera que es la violencia de tipo simbólico y mucho menos se cuestiona o se entiende que viene de otro tipo de violencia de carácter estructural.

En este sentido, surge la pregunta por ¿Cómo es hacer creación colectiva cuando hay variedad de opiniones y posturas? Ariza plantea que *“un grupo es un saco de conflictos por lo que la creación colectiva puede ser muy difícil, pero es apasionante”* (Ariza, 2023, Min 14:06). por supuesto este proceso de creación colectiva se vio envuelto en diferentes conflictos teniendo en cuenta que las

mujeres participantes tenían creencias y posturas muy arraigadas a sus vivencias personales y contextos, al ser señoras mayores muchas veces era difícil ampliar su visión y generar cuestionamientos sobre lo que ya está implantado como “normal”, esto de alguna manera nos empezó a ayudar a extender la mirada de nuestra sociedad y empatizar con la otra, comprendiendo que tenemos vivencias en común pero también vivencias particulares buscando ser comprendidas.

La creación colectiva no se limita solo al grupo creativo, también hay una integración del público, pues en Colombia se volvió una bandera del teatro y una tradición que creo se debe mantener para luchar contra un sistema contemporáneo que prioriza el individualismo, la competencia y el aislamiento social.

De otra parte, en cuanto al trabajo sobre el texto dramático o texto mediador, al inicio del proceso no sabía cómo empezar a trabajar para que fuera una creación colectiva, Patricia Ariza plantea lo siguiente: *“Encontré a la gente haciendo creación colectiva, ellos inventaron la obra a su manera, porque ahora está la posibilidad, cuando yo empecé hacer teatro eso era imposible, imaginarse uno cómo va a montar una obra si no se tiene el texto, por qué el tirano siempre ha sido el texto, pues este debe ser académico.”* (Ariza 2023, Min 25:09). Esto es interesante porque se permite no solo hacer obras teatrales, si no también implementar otras corrientes artísticas como el performance, el videoarte, entre otras. Así el texto no se vuelve el centro de todo, sino que apareció en la forma de testimonios, relatos y experiencias que se narraban primero con palabras y luego a través del movimiento y la acción corporal.

“La paz es una creación colectiva” Patricia Ariza



Imagen tomada de:
<https://hemisphericinstitute.org/es/hidvl-additional-performances/itemlist/category/35-encuentro.html?start=910>

Teniendo en cuenta estos aspectos centrales iniciales, se toman elementos de la metodología de creación colectiva desde el referente del teatro la candelaria y las dinámicas de Patricia Ariza como herramienta para el desarrollo metodológico que abarca los ejes de:

1. **Colaboración y Participación:** todos los participantes del grupo se integran de manera activa al proceso, donde hay diálogo e intercambio de ideas de manera individual y grupal.
2. **Horizontalidad:** en el teatro tradicional la autoría y dirección recaen en una sola persona, en la creación colectiva se busca equidad, con un enfoque más horizontal en la toma de decisiones y contribuciones.
3. **Experimentación y libertad creativa:** se promueve un espacio para la experimentación y la exploración de nuevas formas de expresión artística, que buscan tejer posibles soluciones para abordar temáticas relevantes para la sociedad.
4. **Reflexión Crítica:** No solo busca generar arte por generarlo, busca promover la reflexión crítica sobre la realidad sociocultural mediante la creación, permite a los participantes a cuestionar lo establecido y la búsqueda de nuevas formas de entender el mundo.

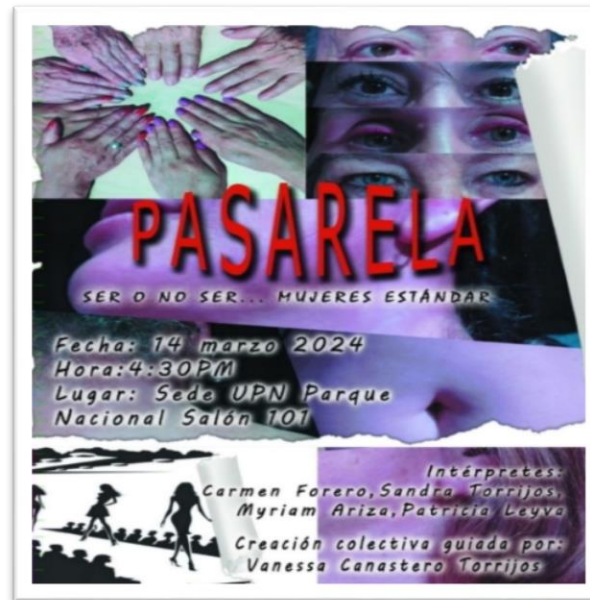
6.2 ¿Quiénes practican la creación colectiva?

La creación colectiva en el teatro se ha utilizado en una amplia variedad de contextos, incluyendo el teatro comunitario, el teatro educativo, el teatro político y el teatro experimental. En cada uno de estos contextos, la creación colectiva se adapta a las necesidades y objetivos específicos del grupo y se convierte en una poderosa herramienta para la expresión artística, el empoderamiento personal y la transformación social.

6.3 Participantes del ejercicio escénico

Esta creación colectiva es un trabajo que se realiza con mujeres de la localidad de Bosa, con un rango de edad de entre los 40 a los 60 años, dos de ellas bailarinas que trabajaban previamente la expresión corporal desde la danza, las otras dos mujeres siempre habían querido involucrarse con el arte escénico, pero por sus contextos socioculturales y económicos no habían podido hacerlo y vieron este espacio como una oportunidad para permitirse vivir la escena. Al inicio de los talleres empezaron 7 mujeres, luego se sumaron otras bailarinas y el número de participantes incremento a 13 personas, finalmente en el proceso quedaron 4 mujeres dispuestas a participar de la presentación, pues algunas se retiraron por falta de tiempo y otras porque no se sentían preparadas para presentarse.

7. Haciendo visible lo invisible



• Cuadro acciones escénicas

Acciones	Espacio	Conceptos	Materiales	Audio	Luces
Cuadro 1 Desfile: mujer y lo estándar Descripción En esta acción se produce un desfile fashionista, mujeres bien arregladas, corporalidades prepotentes, elitistas, reflejando la sociedad líquida en la que vivimos Se encuentran cuatro problemáticas relacionadas a los estereotipos de belleza: - Enfermedad Bulimia Acción de Patricia, las demás se mantienen indiferentes y apáticas comen de la comida mientras la mujer con bulimia vomita. - Baja autoestima por presión redes sociales Acción de Miriam, las demás se mantienen indiferentes y apáticas, siguen desfilando, se burlan y critican a la mujer que intenta obtener aprobación externa, finalmente se toman selfie sonriendo sin importar que su compañera se encuentra mal. - Uso de fajas para moldear figura, Acción de Sandra Mujer se mira al espejo no le gusta como se ve, se maquilla y lucha por entrar en su faja opresora, las demás	4 atmósferas que reúnen 4 problemáticas - Bulimia - Redes sociales y la presión - Ansiedad maquillaje y fajas - Lucha contra la edad	-Violencia simbólica -Opresión -Sociedad líquida -Problemas de salud física y mental producida por los estándares de belleza - Baja autoestima	Bulimia Patricia Comida mesa inodoro mantel Copas vino 1 bandeja plateada Redes sociales Miriam Silla Maquillaje faja Sandra Maquillaje espejo o marco faja Anti edad Carmen Espejo o marco mesa cremas	Música pasarela a https://www.youtube.com/watch?v=YkJErmu-JU	Desfile grupal, luz general. Cuatro atmósferas, luz donde se desarrolla cada acción Acción 1: luz verde Acción 2: luz morada Acción 3: luz amarilla

se mantienen indiferentes y apáticas, usan del maquillaje de la mujer y siguen desfilando, se burlan del cuerpo de su compañera, finalmente pasan por encima de la mujer con faja. -Uso de cremas antiarrugas, geles y tratamientos por miedo al envejecimiento Acción de Carmen Mujer se mira al espejo no le gusta ver sus “líneas de expresión”, se unta diferentes productos en el rostro se siente impotente y fea, lucha por borrar de su rostro cualquier signo de envejecimiento, las demás se mantienen indiferentes y apáticas, siguen desfilando, se burlan, usan los productos mientras sonríen. Este primer cuadro busca develar la violencia simbólica que sufren muchas mujeres por culpa de los estereotipos de belleza, se muestran cuerpos frustrados, oprimidos, indiferentes, a su vez refleja los problemas de salud físico y mentales que traen consigo.			Vestuario modelos estándar 4 batas 4 pares de guantes 4 extensiones 4 donas		Acción 4: luz blanca
Cuadro 2 Cuerpos inertes Descripción Se realiza canon de movimiento corporal y se procede un congelado horizontal en dirección al espectador mirada fija congelado para que el espectador observe a detalle las corporalidades y expresión facial de lo que estas mujeres estandarizadas quieren expresar (tristeza, represión, angustia, desanimo)	Una fila horizontal frente al escenario (congelado)	cuerpo estático -Presión social	Igual a cuadro 1	Audios frases	Luz delantera en color amarillo, ilumina la fila
Cuadro 3 Me encuentro, me libero Descripción En este cuadro las mujeres se despojan de estas dinámicas estandarizadas, al ritmo de la canción se quitan trajes, pelucas, maquillaje y a su vez realizan percusión corporal, proceden a vestirse con ropa personal, prendas con las que se sienten cómodas, bonitas y que disfrutan ponerse, así como sacan elemento personal que las enorgullece como mujeres.	Cuadro en contra luz, cambio de ropa	Teatro de sombras	Biombo tela blanca al frente, tela negra lados, luz contra luz	Canción reverdecer Perota https://www.youtube.com/watch?v=hRt1IitYBGU	Luz biombo cenital morada
Cuadro 4 Esencia y ser Descripción En este cuadro ya son ellas mismas con su ropa, cabello natural, maquillaje favorito, mostrando su esencia propia, libertad de movimiento, develación de cuerpos reales y	Libre circulación por el espacio, atmósfera de vitalidad y poder femenino	Cartografía Auto ficción Autoestima Empoderamiento	Vestuario propio Elementos simbólicos	Canción Unstopable Sia https://www.youtube.com/watch?v=hRt1IitYBGU	Luz general, iluminación todo el escenario

vivos se toman el espacio con su ser y elementos personales Elementos Patricia: foto de su máquina de coser y artículos realizados por ella misma. Miriam: medallas de su hijo Sandra: Taladro inalámbrico, su herramienta de trabajo Carmen: Tesis de grado como estilista				atch?v=0jPrqdAh-gU	
En todos los cuadros	Atmósfera de pasarela, alfombra roja, 4 ambientes	Acción performática Teatro de las oprimidas Creación colectiva Investigación creación	Utilería general Luces, sonido, biombo, papel contac rojo y blanco marcadores Papel periódico Tela blanca larga, luz 2 tela negra larga luz		

El 14 de Marzo de 2024, en el marco del 8M, se lleva a cabo la presentación de la acción performática poniendo en escena lo investigado, explorado, imaginado y creado, una acción performática la cual se nombró **Pasarela: Ser o no ser... mujeres estándar**, este nombre se escogió en el momento que surgió la idea de poner una pasarela en un auditorio teatral, así como ser o no ser, viene por supuesto de la frase célebre de Shakespeare en Hamlet; por otro lado, la denominación de mujeres estándar se cuñó por el fenómeno social de buscar una estandarización de lo que es considerado bello, especialmente en el cuerpo femenino.

Como memoria del acontecimiento vivo se recupera un registro en vídeo de la acción performática que puede consultarse en el siguiente link: [Link Acción performática](#). El video reúne fragmentos

de la puesta en escena, sin embargo, no es lo mismo vivir la experiencia en vivo, puesto que la experiencia propia de ese día es una acción irrepetible ya que está compuesta por una estructura establecida, pero también por la exploración e improvisación en vivo. Las intérpretes tenían la opción de explorar en los cuatro ambientes propuestos, así como en el cambio de ropa donde tenían la libertad de percutar partes de su cuerpo a diferentes tiempos y ritmos mientras se despojaban de su versión estandarizada, luego cuando salen con su elemento de valor tienen nuevamente la libertad de explorar en el espacio y la relación (elemento-espacio-movimiento-cuerpo-espectador) logrando un espacio con secuencias de movimientos y acciones espontaneas.

En la performance encontramos 4 personajes, cada personaje representa un perfil de mujer estandarizada:

Perfil 1: Mujer con problemas de ansiedad alimenticia producida por la bulimia.

Perfil 2: Mujer con obsesión a las fotografías en búsqueda de aprobación exterior.

Perfil 3: Mujer obsesionada con obtener figura de reloj de arena y uso excesivo de maquillaje.

Perfil 4: Mujer que se niega aceptar su edad, utilización excesiva de cremas anti-edad.

La escena parte del gesto simbólico de hacer una pasarela, como en el contexto de los desfiles de moda, pero no luciendo las prendas y la apariencia estándar con agrado, sino que, a la inversa, se ven mujeres insatisfechas, aburridas y oprimidas, en el segundo momento las mujeres reciben un llamado a quitarse esa opresión, en este proceso de liberación las participantes generaron formas de movimiento y sonido con su cuerpo mientras se iban desvistiendo de esos ropajes y simulacros sociales para adoptar una forma, un vestir, un caminar y una apariencia propia.

el hecho escénico duró 25min, 15min de acción escénica y 10 min de foro, el montaje se realizó en el salón 101 de la Sede Parque Nacional, con los siguientes requerimientos técnicos:

Luces:

Primer cuadro; desfile grupal, luz general, luego 4 atmosferas, acción 1: luz verde, acción 2: luz morada, acción 3: luz amarilla, acción 4: luz blanca.

Segundo cuadro; luz delantera en color amarillo, ilumina la fila.

Tercer cuadro; luz biombo cenital morada.

Cuarto cuadro; Luz general, iluminación todo el escenario.

Sonido general:

Primer momento: Música pasarela, mujeres estandarizadas
https://www.youtube.com/watch?v=Yk_JErmu-JU

Segundo momento: Música voces mujeres acapela, liberación
<https://www.youtube.com/watch?v=hRt1IitYBgU>

Tercer momento: Música pop, mujeres empoderadas de su esencia
<https://www.youtube.com/watch?v=0jPrqdAh-gU>

"El teatro es una forma de conocimiento. Es el lugar donde un ser humano puede enfrentarse a otro ser humano en un lugar específico, con la intención de compartir una experiencia. Es un lugar de celebración, de encuentro, de confrontación, un lugar donde la humanidad se encuentra consigo misma." (Augusto Boal, Teatro del oprimido, pág. 23).

8. Clausurando el desfile; Análisis, hallazgos y reflexiones

Navegando en el proceso

Un proceso investigativo y artístico al igual que un viaje tiene subidas y bajadas, diversidad de paisajes, de acontecimientos. Además, el destino final o resultado suele ser tan anhelado que a veces olvidamos el trayecto, ese que siempre nos muestra cosas maravillosas e importantes, por lo que empezaré por hablar del proceso, un proceso que realmente me ha dejado demasiadas enseñanzas, desde el poder desligarme del ego de la imposición creativa pensándome como actriz o directora, así como pude entender que puedo ceder cuando de ideas para la escena se trata.

Estructura del análisis

De una parte, se hace un recuento general de momentos de participación a partir de la secuencia de desarrollo de los talleres, lo cual permite hacer el análisis del proceso de participación y creación colectivo. De otra parte, el otro aspecto tendrá que ver con concepciones desde lo teórico que fueron desarrolladas en los ejes de: comprensión de las violencias de género, interiorización de aspectos del teatro de la oprimida y desde la mirada de la creación colectiva. Finalmente, cada apartado incorporará no solo el análisis sino también conclusiones y hallazgos que irán surgiendo de cada parte del proceso, por lo que se integraron a la secuencia sin separarlas como un capítulo aparte de este texto.

De la directora y la actriz a la participante

inicialmente estaba muy enfocada en sacar un buen ejercicio escénico, así que por momentos me perdí de la esencia del convivio (Dubatti, 2015) y lo experiencial, rápidamente caí en cuenta que un ejercicio de este estilo tiene gran importancia en el transitar, porque en el transitar aparece la escucha entre nosotras, aparece una visión más amplia de las violencias de las que a diario somos víctimas; en el transitar está el dialogo y el surgimiento de ideas, así como la potencialización de lo creativo, aparece la reconciliación con nuestros cuerpos y lo que somos como mujeres, nos permitimos vivir la experiencia desde cada contexto.

En las primeras dos sesiones de los talleres, **Taller 1: me reconozco y Taller 2: reconozco a las demás**, se realizaron mesas redondas para dialogar sobre experiencias propias enmarcadas en los cánones de belleza y como han repercutido sobre sus cuerpos, además en el taller 2 se empezó a integrar ejercicios lúdicos desde las herramientas teatrales de teatro de las oprimidas, se trabajó un juego que permitió sacar la voz, invitando también a olvidar las opresiones que la sociedad ha llegado a poner sobre ellas y sus voces, actividad para olvidar Mi yo recatada, Mi yo silenciosa.

Crear en colectivo es importante para mí como profesora y artista, pues me permitió ampliar la visión de lo que puede ser la creación, escuchar otras propuestas me enseñó que puedo confiar en las ideas de otras personas, solía controlar cualquier proyecto en el que estuviera participando, pero me permitió ser una guía del proceso más no una directora que impone cada acción, cada gesto y cada elemento que se pone sobre la escena.

Las participantes solían debatir sobre ideas y situaciones para la escena, entrabamos con ellas en un constante diálogo de lo que podría ir o no en el proceso.



Tomada el 10-11-2023, Bosa, Bogotá

Participantes: Carmen Forero, Patricia Leyva, Miriam Ariza, Sandra Torrijos



Tomada el 20-10-2023/Bosa, Bogotá

Participantes: Carmen Forero, Patricia Leyva, Miriam Ariza, Sandra Torrijos

Se preguntará usted ¿se cumplió con el objetivo propuesto? ¿Lo recuerda? Estaba justo al inicio de este documento: *Concientizar, por medio de un ejercicio escénico performático de creación colectiva sobre la violencia simbólica que sufren las mujeres a partir de los cánones de belleza impuestos socialmente, mientras se fomenta el amor propio y empoderamiento femenino*; y la respuesta es sí, es una respuesta que se da observando minuciosamente lo que sucedió en el proceso y en la puesta en escena.

Con el desarrollo del **taller No. 3: reconociendo lo invisible**, se generó una actividad por grupos, cada grupo debía elegir una canción que consideraran tenía algún mensaje de opresión en la mujer, después de elegirla debían crear una historia dramatizada con base a la canción; esto se hacía con el fin de que primero aprendieran a reconocer violencias simbólicas en un elemento artístico como lo es una canción y que comprendieran que este tipo de violencia está en muchas cosas que consumidos (televisión, radio, arte, moda), el crear la historia dramatizada les permitía ir perdiendo el miedo a la representación y a ser observadas por otras personas.

Las canciones elegidas por las participantes fueron:

Salieron dos dramatizaciones

1 La olleta Marbell

2 Talento de televisión Willy Colón



Tomadas el 22-12-2023, Bosa, Bogotá, Participantes: Sandra Torrijos, Carmen Forero

Para elegir estas canciones las participantes tuvieron que escucharse una a la otra pues cada una tenía diferentes propuestas, por lo que se les invitó a la escucha colectiva para poder entender a la otra, finalmente después de un tiempo de encuentros y desencuentros de opiniones cada grupo eligió su canción a interpretar, esta interpretación se hizo a través del gesto y el movimiento.

Como se planteó anteriormente, hay en la selección de las canciones una convergencia de discursos populares que circulan formas de entender el cuerpo y en varios casos normalizar representaciones corporales violentas (Caraballo, 2006) en las que las mujeres toman lugares sumisos o complacientes. Parte de lo percibido por las participantes tiene que ver cómo estas letras disfrazan con bromas y aspectos cómicos, formas de control sobre las corporalidades de las femeninas.

- **Análisis Fase 2:** exploración corporal

En la segunda fase se empiezan a trabajar juegos teatrales para ayudar a las participantes a trabajar el miedo a la escena y se realizan ejercicios para liberar sus voces y cuerpos, por tanto, se hacía una invitación a que ellas se permitieran soltar la opresión desde la mirada del teatro de las oprimidas de Barbara Santos. Luego, se empieza a abordar la creación colectiva y el performance como medio de creación y gesto escénico, para ello nos apoyamos en los antecedentes Angelica Dass (2022) y Vanessa Becroft (2006): Quienes se articularon desde la estética del ejercicio escénico como lo es la expresión gestual y corporal de las mujeres; el trabajo de Becroft aportó para la parte inicial del ejercicio sobre corporalidades estandarizadas que carecían de luz propia, y permitió situar a las participantes en un rol diferente; inicialmente se sentían insatisfechas con la forma en que se veían, en la segunda parte de la acción integramos a Dass desde el mostrar la individualidad, el habitar y abrazar la diversidad, con lo cual se dio un ejercicio de análisis y trámite de la autorrepresentación.

Así como desde lo conceptual y metodológico se emplea una relación para el trabajo con Carolina Vivas (2012), teniendo como punto de partida las experiencias individuales, para crear un ejercicio de carácter colectivo, y luego, la relación con el trabajo de Richard Schechner (1988), con la mirada sobre la performance como una manifestación del comportamiento humano, que se encuentra en diversos contextos sociales, el cual desempeña un rol crucial en la creación y

modificación de significados culturales y sociales. Así se concibió la performance como enlace entre lo cotidiano, el análisis crítico de la representación masificada y estereotipada y el proceso de conexión con la experiencia de las participantes y del público.

De otra parte, el trabajo de Rita Segato (2018), en *Contra-pedagogías de la crueldad*, permitió orientar en el proceso creativo, el cuestionamiento de las estructuras de poder, en este caso la implementación de los cánones de belleza como medio de dominación sobre las mujeres; ello, muy en relación con lo planteado por Paulo Freire (1974) y Barbara Santos (2021), quienes creían en el poder transformador de la educación para liberar a las personas oprimidas y promover una sociedad más justa y equitativa, tal y como fue sucediendo paulatinamente no solo con el proceso dialógico y verbal, sino con los gestos simbólicos corporales que se fueron desarrollando. Así, desde lo colectivo, las propuestas de cada una de las participantes fueron tomando valor tanto en los talleres como en el escenario, para poder desligarse de la imposición externa e interna y permitir una mirada crítica sobre el proceso creativo y reflexivo llevado a cabo.

- **Taller 4: me abrazo desde la danza**

En esta sesión, se les invita a las participantes a que, por medio de la música y el movimiento libre, se reconcilien con esas partes de su cuerpo que alguna vez maltrataron o rechazaron, un acto de hacer la paz consigo mismas y lo que son, para esto deben intentar entablar una relación entre música y movimiento, el movimiento debe ser transitado desde diferentes niveles, velocidades, fuerza, dando lugar a las *Expresiones Corpo-Narrativas*. Aquí inicialmente se evidencia lo que Mateos (2021) identifica como tensiones y dudas que las mujeres expresan sobre su autopercepción y la forma de relacionarse con sus compañeras, lo que las lleva inicialmente a tener pena en mostrar las situaciones de maltrato.



Tomadas el 12-01-2024, Bosa, Bogotá

Participantes: Carmen Forero, Patricia Leyva, Miriam Ariza, Sandra Torrijos

Fue así como de las narraciones verbales pasaron al proceso de escritura, por lo cual esta etapa de expresión escritural empezó a integrarse con más fuerza a las dinámicas corporales, pues si bien en varios talleres se trabajó el cuerpo como medio de expresión y de exploración, en esta etapa se potencializó la construcción de una voz para los personajes creados, pues ya lo corpóreo no era meramente exploratorio, sino que se empezó a volver el eje principal de la narración y del acto escénico mismo, esto cobra aún más relevancia, cuando se decidió como colectivo que las acciones no llevarían texto si no que serían un proceso meramente mostrado desde la gestualidad y el cuerpo. Por lo que el texto pasa a un formato de audio en voz en off que da la sensación de voz colectiva al tiempo que voz interna de los personajes. En relación con Richard Schechner, (1988), la naturaleza del performance que acoge una amplia gama de actividades humanas, desde rituales religiosos y deportes hasta rituales cotidianos y políticos. Esto significa que el performance está presente en casi todas las actividades colectivas, que a su vez enuncia el cuerpo como eje fundamental de representación, ya que es a través de la actuación física y la presencia corporal que se transmiten significados y se establece una conexión con el público. Esto resalta la importancia del cuerpo como medio de expresión y comunicación en la propuesta de la contra-pasarela, como espacio ritual real y como lugar de enunciación crítico resignificado por las participantes.

- **En el taller #5** se retoma la actividad de la canción dramatizada, en este caso ya no se elige una canción que tenga un mensaje de opresión si no que, por el contrario, que tenga un mensaje de empoderamiento femenino, en esta ocasión el ejercicio es individual, las canciones que salieron para este ejercicio fueron:

-*Te aviso te anuncio, Shakira*

-*Yo no soy esa mujer, Paulina Rubio*

-*Me voy Julieta, Venegas*

-*Último adiós, Paulina Rubio*

Se les pregunta ¿Cómo se sienten cuando escuchan este tipo de canciones? a lo que respondieron, que sentían motivación, amor propio y una energía de que pueden lograr grandes cosas como mujeres.

En el taller #6 empezamos a pensar en lo que sería la creación. **Inicialmente**, se dialogó sobre posibles personajes, sin embargo, sentía que para abordar caracterización de personajes primero debíamos tener claro el contexto en el que se desarrollaría el ejercicio escénico por lo que después de pensar diferentes opciones surgió la idea de una pasarela ¿Por qué una pasarela? Porque la pasarela suele ser uno de los principales espacios de opresión de las mujeres implementando los estereotipos de belleza, la pasarela mueve la careta de lo superficial, del irrealismo del cuerpo femenino, se propuso entonces acudir a la representación de modelos donde cada una mostraba una imitación de lo que es ser una modelo.

La parodia puede ser entendida como una “estrategia que le permite al decodificador interpretar y evaluar” (Hutcheon, 2000, p.2) La imitación de la pasarela originalmente pensada como espacio de exhibición es abordada en la parodia como aspecto que ridiculiza este espacio y permite finalmente a las participantes y al espectador identificar lo inapropiado de esa práctica social, pero

también lo critico en la reelaboración propuesta, es mostrar la decodificación de un espacio que comúnmente promueve lo superficial, para mostrar lo interno y esencia propia de cada mujer, sobre la pasarela (talentos, vestimenta propia, rostros sin o con poco maquillaje, elementos de valor, alegría, energía) algo más que un rostro y cuerpo estandarizado, la pasarela deja de ser un espacio de exclusividad y apariencias.

Las participantes inicialmente recuperaban elementos de movimiento, texto y espacios que copiaban y se dio el caso que entre ellas se daba la misma dinámica de copiar un poco el modelo de ejercicio de las primeras en socializar. Ante esto el primer impulso como tallerista y directora fue el de dar instrucciones para diversificar la representación, pero luego me di cuenta que la idea no estaba centrada en que la recuperación de estas representaciones sociales redundara en una representación escénica tradicional, por lo que en diálogo con las asistentes se logró establecer preguntas que nos permitieran a todas entender por qué se daban esos lugares comunes y homogenizados corporales y de qué manera esto correspondía a formas de violencia de género invisibles, recuperando y analizando los lugares sociales de objetualización del cuerpo femenino. Como lo enuncia Blanco (2009) se pudo encontrar en estos espacios de dialogo y creación que la violencia simbólica implica relaciones de poder desiguales y que ubica a la mujer como objeto de consumo, restándole agencia y minimizando su subjetividad, esto se pudo evidenciar en cada anécdota e idea planteada por cada participante.

8.1 Cómo asumir el reto de la puesta en escena:

Ya en la fase 3, denominada **Represento y visibilizo**, seguimos trabajando con relación a los autores de la fase anterior destacando especialmente en esta etapa la propuesta de creación colectiva desarrollada desde la perspectiva de Patricia Ariza (2023) la cual se toma para crear entre todas el ejercicio escénico teniendo en cuenta lo que nombraba en una de sus entrevistas “*Cuando*

empezamos a investigar sobre un tema aparece la realidad” (Ariza 2023, Min 11:13). En este caso nos encontramos con mujeres que habían pasado por diferentes tipos de violencia de género, de ahí la importancia de articular con el trabajo de Barbara Santos (2021) y Richard Schechner (1988), autores principales para pensar en el proceso de creación colectivo enfatizando las acciones de construcción colectiva de personajes y de construcción de una propuesta de guía para el performance.

Este proceso me hace sentir satisfacción y esperanza al ver cómo por medio del arte escénico se puede hacer una constante conciencia sobre diversas problemáticas sociales y, en este caso, enfocado en el género femenino apoyado en el teatro de las oprimidas, que se centra en las experiencias de las mujeres y su lucha contra la opresión de género. Barbara Santos (2021) ha desarrollado técnicas específicas dentro de esta forma de teatro para abordar temas como la violencia física, domestica, la discriminación en el trabajo y el acceso limitado a la educación.

De esas estrategias se retomaron ejercicios como:

- ★ *Posición de estatua*, donde las participantes en diferentes momentos de la creación optan esta posición congelada para que el espectador pueda observar sus rostros de descontento, amargura y disgusto; a través de esta “escultura” muestran sus cuerpos en relación con las demás para representar una situación opresiva. Santos explica: "La escultura corporal se refiere a una forma de representación que implica la colocación física de los cuerpos en el espacio para formar una imagen o escena que comunica una idea o experiencia" (Santos, 1992, p. 81) esto a su vez se integra con las puestas visuales de la artista Vanessa Beecroft (2017 y 2019).
- ★ Otra de las técnicas abordadas en los talleres fue el *teatro periodístico*, que utiliza técnicas teatrales para investigar y representar temas socioculturales que estén generando

desigualdad o violencia, "El teatro periodístico tiene como objetivo informar, analizar y provocar reflexiones sobre un tema específico. Para ello, se investiga y se utilizan técnicas teatrales para presentar la información de manera accesible y emocional" (Santos, 1992, p. 124). En este caso se realizó investigación de violencia de género, específicamente simbólica e invisible, luego de investigada se involucra al acto escénico para informar y evocar reflexiones tanto en el espectador como en las mismas intérpretes desde la corporeización de los personajes y su guía para asumir el desplazamiento en la pasarela.

8.2 Construcción de personajes

Mujer 1 Se construye pensando en las mujeres que se encuentran atravesando un proceso de bulimia o anorexia es una mujer que ha sufrido la violencia simbólica e invisible cuando por culpa de la presión constante que hay sobre el peso de nuestros cuerpos, todas cinco, en algún momento de nuestras vidas nos hemos sentido inconformes con nuestro peso, es una mujer que ha sufrido la violencia simbólica cuando

Mujer 2 Se construye pensando en la presión que hay en la actualidad sobre verse siempre perfectas en las fotos de las redes sociales, dónde algunas de nosotras, nos hemos llegado a tomar varias fotos para que al menos una nos guste y sea digna de ser subida y digna de recibir aprobación exterior por medio de los *likes*.

Mujer 3 Se construye pensando en personas como la participante, que tuvo que aguantar el uso de elementos para verse bien por encima incluso de la salud, ese fue el caso del uso de maquillaje obligado pues para las mujeres que no lo pueden usar se hace difícil pertenecer, así como el uso de fajas que, aunque son incómodas y perjudiciales para la salud, son usadas por muchas mujeres para lograr el anhelado cuerpo de reloj de arena.

Mujer 4 Se construye pensando en todas las mujeres que llegan a cierta edad y empiezan a batallar con las “líneas de expresión y los signos del envejecimiento” pues muchas se sienten frustradas al sentir que con la juventud se va su belleza, por lo que empiezan a aplicarse muchas cremas, tratamientos y a realizarse procesos como el bótox en el rostro para intentar “arreglar” lo que el tiempo daño.

Estas elecciones de personaje entran en relación con los estereotipos de belleza, enunciadas en el cuadernillo ESI (2023), donde se enuncia precisamente las características físicas más valoradas por la sociedad: piel blanca, estatura alta o media, dentadura perfecta, ojos claros, cabello rubio y las características menos valoradas: granos en el rostro, piel morena, cabello colorado, orejas prominentes, granos en el rostro, estatura baja, gordura.

Estas mujeres son creadas partiendo de acciones que marcan lo que es ser una mujer que está en el estándar, en cuanto actitud, vestuario, comportamiento para dar lugar a la construcción de un estereotipo de representación femenina, teniendo en cuenta la necesidad de hacer un gesto simbólico de deconstrucción y se finaliza con la idea de *pasarela inversa* como espacio no para exhibirse para el consumo del otro, sino una pasarela para quitarse el peso del consumo y recuperarse para el ojo interno, propio. Cuando estás mujeres deciden liberarse de la presión de lo estándar, florece una Patricia artista de costura, una Carmen estilista y bailarina, una Sandra como mujer emprendedora desde la carpintería, y una Miriam como madre orgullosa.

8.3 Procesos de los ensayos

- **Ensayo #1**

En el primer ensayo se realizó el primer acercamiento a lo que sería la muestra final, a medida que se ensaya se eliminan acciones y se añaden otras, se descartan ideas, otras se mantienen. Así, lo

primero que se eliminó fueron los textos, esto se dio por dos motivos: el primer motivo es que las cuatro participantes deseaban potenciar en lo posible la expresión corporal y a su vez expusieron que no estaban preparadas para memorizar textos, pues sentían que con los nervios podían olvidarlos, por lo que finalmente se decidió que irían unas pequeñas frases en formato pregrabado:

-Prisioneras de la imagen

-Reflejo distorsionado del amor propio, donde la imagen superficial eclipsa la verdadera valía del ser humano.

-Validación exterior incesante

-Fragilidad, vacuidad de aquellos que buscan su valor en la opinión de los demás

-Prisión dorada, donde el ego se encierra a sí mismo

-Espejismos efímeros y vacíos

-Corriente que arrastra a las mentes desprevenidas hacia la banalidad y la insatisfacción constante

Estas frases aparecen durante la primera parte de la acción escénica con la representación de las mujeres estandarizadas, el pregrabado permitió que las intérpretes se concentraran en la expresión corporal.

- En este ensayo se proponen elementos personales para la escena, estos elementos (objetos) debían ser importantes para las participantes a modo personal, se trataba de encontrar un objeto que las hiciera sentir orgullosas de sí mismas; luego de elegir estos elementos se realizó una cartografía donde se explicaba el porqué de su selección y las historias detrás de ellos. En este momento se teje una relación con Ariza (2023) abordando los ejes de *colaboración y participación* desde lo individual experiencial, para construir una acción colectiva. Para el proceso era necesario primero recopilar el material experiencial de cada participante, y comprender luego lo esencial de cada experiencia para articularlo de forma colectiva. De esta forma, ya no solo se trataba de muestras de violencia simbólica sufridos

por una mujer, sino elementos que representan a muchas mujeres y que apuntaban, finalmente, a la diversidad del ser mujer. En cuanto a la *horizontalidad* se evidencia que la negociación se dio pues aunque se indicó que fueran elementos personales de cada una y que representaran algo importante para ellas, una de las participantes decidió escoger las medallas de su hijo pues en los logros de su hijo ve sus logros, así que me pareció igualmente válido, por lo que más allá de generalizar los discursos y gestos simbólicos, se buscó incorporar todas las propuestas situándolas en el marco crítico de la puesta en escena. Finalmente, en cuanto a la cartografía, entre todas se decidió cómo querían mostrar sus elementos en lo digital y en la escena.

- **Ensayo #2**

En el segundo ensayo se toman decisiones definitivas sobre qué acciones, elementos, escenografía, etc, quedarían para la escena final. En este ensayo hubo algunos inconvenientes porque alguna de las participantes no estaba del todo de acuerdo con las ideas que iban surgiendo, por lo que se le pidió también que diera aportes, pero con la invitación a estar dispuesta a escuchar a las demás compañeras. (Ariza, 2023) enunciaba en una de sus entrevistas lo complicado pero interesante que podía ser trabajar en grupo, pues si bien se busca constantemente el trabajo colectivo a veces es necesario ejercer el papel de guía que cobra un sentido particular, pues no se trata solo de realizar negociaciones en positivo, sino también de ceder ante aspectos con los que no siempre hay concordancia, tanto la persona que lidera la creación debe ceder, así como las participantes empiezan a comprender que no siempre se puede integrar todo lo que desean al ejercicio.



Tomadas el 23-02-2024, Bosa, Bogotá

Participantes: Carmen Forero, Patricia Leyva, Sandra Torrijos

- **Ensayo #3**

Se ensaya con los ajustes realizados en la sesión anterior y se realizan más ajustes, especialmente de luces y sonido antes del ensayo general. Este ensayo fue muy importante para las cinco pues ensayar directamente en el espacio ayuda a generar un sentimiento de seguridad, de familiarización espacial, en este ensayo nuevamente se desataron algunos conflictos entre ellas, pues algunas corregían y otras se molestaban, se llevaban la contraria por momentos que generaba tensión grupal, pero luego de entrar a mediar, retomaban la escucha, paciencia y trabajo grupal.

En este ensayo el cuerpo de todas las participantes reflejaba total disposición, surgieron movimientos y gestos que antes no habían aparecido y que eran interesantes cada uno de estos ejercicios y que nutrían la búsqueda en la acción de la performance, entendido como una exploración del cuerpo de las *performers* para poder no solo construir una ruta de acción simbólica individual, sino también una partitura narrativa y de movimiento y gesto simbólico que pudiera dar cuenta de las búsquedas y discusiones de las cuales partía el análisis de la violencia simbólica situada en sus cuerpos y experiencias (*Grotowski, 1968*).

- **Ensayo general**

Se hace un ensayo con cada cuadro y personaje, donde la intención estaba en repasar varias veces todo el trabajo realizado y estar preparadas para la muestra final, dado las dificultades de

comunicación grupal les pedí que en este ensayo fueran más tolerantes unas a las otras. Salir en conjunto tiene otros retos, el problema de pensar ya no en el cuerpo y la acción propia, sino también en la incidencia de la acción individual en la performatividad de las demás.

Valor de lo objetual: la escena cobra vida cuando lo que está en ella suele tener un valor significativo, esto es lo que se intentó lograr cuando se articula un elemento que sea producto de orgullo para estas mujeres, se les pidió elegir un elemento con carga emocional en cuanto a los conceptos de orgullo propio, ¿Qué elemento me hace sentir importante?



Ejercicio Cartográfico realizado el 16-02-2024, Bosa, Bogotá

Participantes: Carmen Forero, Patricia Leyva, Miriam Ariza, Sandra Torrijos

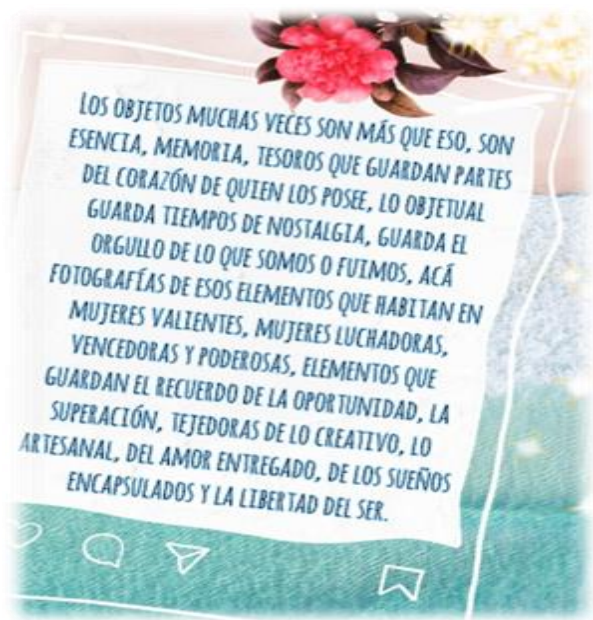
En esta etapa se recopilaron diferentes experiencias que han vivido las participantes pasando de la narrativa verbal a la narrativa escrita, así como seleccionar algunas de las exploraciones dadas en los talleres que tuvieran potencial en la narrativa corporal, esto con el fin de que empezaran a surgir ideas para la creación del gesto escénico. Para llegar a estas narrativas fue necesario pasar por la adaptación de un ejercicio de Santos (2021) llamado el *espejo roto*: en esta estrategia, las participantes forman parejas y se confrontan. Una de ellas representa un personaje oprimido y la

otra representa a una fuerza opresora. A través del diálogo y la improvisación, exploran las dinámicas de poder y buscan formas de desafiar y transformar la situación. En la adaptación se propuso pensar en parejas que objetos de su cotidianidad que representaban opresión y objetos de su cotidianidad que las empoderaban; el ejercicio implicó pensar cómo estos elementos podrían contribuir a su propia liberación personal. Así, para transformar la realidad opresora, esta se pasa a una praxis de personas en proceso de liberación desde la concienciación. (*Baraúna y Motos, 2009*). Es de aquí donde parte la idea de pensar no solo en visibilizar una problemática, sino en pensar cómo entramos como mujeres a un proceso de constante liberación de prejuicios, estándares y expectativas puestas sobre nuestros cuerpos y comportamientos. Todas eligieron su elemento y resumieron en una frase que encarnara el sentido sobre cómo el objeto representaba su mejor versión como mujer. Con ello se buscaba reconocer por qué lo seleccionaron, para finalmente unir los elementos objetuales aportados al ejercicio en una sola imagen fotográfica, así los objetos terminaron construyendo una cartografía emocional y experiencial del grupo, lo cual permitió entender cómo estos elementos se pondrán en el espacio escénico para ser parte del proceso creativo final.

Al analizar las acciones socio educativas desde el teatro de la oprimida observamos que no siempre los canales formales de participación social son suficientes para detectar las demandas de la población, ni siempre las personas se sienten desinhibidas para manifestarse en contextos formales, lo que impide discutir temas importantes sin la presión de la mirada y el juicio público.

Ejercicio Escrito realizado el 18-02-2024, Bosa, Bogotá

Autor: Ingrid Vanessa Canastero Torrijos



Luego de la selección de objetos, se realizó de manera personal un escrito que tratara de sintetizar el valor emocional, simbólico y experiencial en lo objetual y su aporte para el proceso de la creación; posteriormente cada texto se compartió con el grupo. El resultado es no solamente la discusión sobre las representaciones realizadas, sino un ejercicio de diálogo en el que emerge la conciencia sobre cómo lo que nos circunda crea historias y dice cosas sobre quiénes somos, nuestras trayectorias vivenciales y de qué manera en esa conservación objetual terminamos haciendo un espacio de representación positivo de nosotras mismas y nuestros valores.

8.4 La creación en colectivo



Tomada el 14-03-2024, Upn Sede Parque Nacional, Bogotá

A la hora de crear cualquier pieza artística es normal enfrentarnos a los bloqueos, la duda, la incertidumbre, el constantemente construir y deconstruir una y otra vez si es necesario y éste ejercicio no fue la excepción. Los talleres muchas veces brindaban herramientas y proponían materiales que sabía cómo manejar a favor de la creación, pero otras veces no sabía qué hacer con algunos hallazgos, era necesario respirar, hacer una pausa y continuar. Por ejemplo, en los primeros talleres se tenía previsto dialogar entorno a la violencia simbólica desde los estándares de belleza, pero en algún momento varias mujeres resultaron desahogándose a partir de sus vivencias contando historias de otro tipo de violencias como la física y verbal, situaciones que llegaron a sufrir por parte de sus parejas; si bien se les escuchó, fue necesario ir redirigiendo el taller hacia lo que nos convocaba, pero esto propicio un primer espacio seguro para el diálogo y para el trámite emocional.

En este momento había una fuerte necesidad de querer no solo desahogarse, sino alzar la voz y denunciar, provocando en ellas una sensación de liberación por el rompimiento del silencio, que es justamente lo que busca el teatro de las oprimidas, una fuerza interna que las impulsaba a decir *(yo también he pasado por esto y no quiero que ninguna otra mujer lo viva, estoy cansada de sentirme oprimida)*. La metodología socioeducativa empleada en el teatro popular facilita la comprensión de los aspectos subyacentes en las interacciones sociales, al mismo tiempo que

impulsa la ejecución de acciones que promueven la participación de la comunidad. *“sabemos que problemas estructurales necesitan de articulaciones colectivas, entonces cuando trabajamos con el público lo estimulamos para pensar en colectivo”* (Santos, 2021, Min 36:32). La invitación que se les hizo desde el principio fue el pensar de manera colectiva y articulada como ser voz en la escena de aquellas que callan su malestar frente a este tipo de violencia simbólica.

De otra parte, algunos momentos fueron tensionantes, pues por momentos dos participantes querían agregar algo a la creación, pero las otras no, además, algunas se tomaban las correcciones de manera personal lo que desencadenaba tensión grupal, esto se da debido al contexto de cada integrante pues como enuncia Santos (2021), en este tipo de ejercicios representan nuestra propia realidad, esto hace que lo que alguna piensa que es lo correcto quiera imponerlo sobre las demás, porque piensa solo en su realidad como absoluta o única.

Pese a las dificultades de algunos momentos siempre se terminaba solucionando el inconveniente desde la comunicación, es por eso que quiero destacar cómo este tipo de procesos de creación colectiva contribuyen al desarrollo de las habilidades sociales, la comunicación asertiva, la empatía y el trabajo en equipo, pues lo que siempre fue claro para nosotras -como equipo- es que las decisiones que se tomarán debían ser en pro de sacar una puesta de escena que disfrutarán todas pero sin olvidar que se trataba de un performance con una actitud crítica y reflexión social.

8.5 Socialización del ejercicio escénico en público

El día de la presentación llegó y con ella la sensación de querer que la puesta de escena saliera lo mejor posible, sin olvidar que lo más importante de este ejercicio era el proceso, es por ello que aunque hubo nervios y tensión, mis palabras para las performers fueron: *“disfruten lo que van hacer, disfruten cada momento en el escenario, permítanse vivir esta experiencia sin presiones,*

ustedes saben cómo es el ejercicio, simplemente confíen” fueron mis palabras para ellas con un tanto de nostalgia.

La presentación es un gran momento no solo para mí como líder del proceso, sino que constituye un momento importante para las participantes, pues son mujeres que siempre habían querido estar en escena y por diferentes circunstancias no pudieron hacerlo años atrás; así, después de trabajar algunos meses, dar lo mejor de sí mismas en cada taller, el constante rebote de ideas, desahogos y reflexiones en las mesas redondas, y después de debatir sobre cómo sería nuestra creación final y transitar ensayos de encuentros y desencuentros, se puede ver materializada la puesta de escena. Con ella se logra tener un proceso de disfrute, enunciación, liberación, empoderamiento y sueños cumplidos. En escena vimos mujeres poderosas, valientes, orgullosas de sus procesos, quienes evidenciaron una problemática social y cómo con nuestra aceptación, amor propio y cuestionamientos sobre los cánones de belleza, puede reducir su impacto e influencia sobre nuestros cuerpos y sobre cómo nos percibimos.

Así tanto ellas como yo, pudimos cuestionar si en el quehacer artístico se está cayendo también en la opresión, ante la tendencia pensar en cumplir con ciertas características estéticas que sean propicias y dignas de un *Show*, tal y como en una pasarela; este estándar lo empezamos a cuestionar cuando una de las participantes en los talleres comenta que sus ojos son alérgicos al maquillaje, que ella se encontraba en un grupo de danza donde se solía usar maquillaje y pestañas postizas; ella en ese grupo comentó que era alérgica y no podía utilizar estos elementos pero la respuesta fue: “si no te maquillas como las demás no puedes bailar”, esto generó en ella una presión pues realmente deseaba bailar, es por esto que pese a su alergia se aguantó el malestar por un tiempo hasta que tuvo que retirarse del grupo porque su malestar ocular aumento. Así, esta participante expresaba que por esa experiencia le interesaba el tema abordado en esta investigación, pues quería

desde su propio cuerpo enunciar esa problemática. Buscando develar cómo la estética se convierte en un componente de opresión, Santos (2021) expresa la necesidad de una inclusión de nosotras no como objetos exhibidos, sino como personas con voz, esta bailarina se cuestionaba por qué era más importante su apariencia física que el valor sobre su habilidad y expresión al bailar.

Fue así como en el escenario estas mujeres se mostraron y se construyeron valientes, capaces de tomar riesgo en la vida, mujeres que se permitieron sacar la voz, despojarse de algunas opresiones desde ejercicios teatrales, mujeres que antes, durante y después de la presentación trabajaron en equipo y se apropiaron de la creación.

En cuanto a las herramientas tomadas del teatro foro, se logró mostrar en el espacio compartido de trabajo colectivo y de presentación pública; Esto redundó en la aparición de algo que denominamos *poéticas del compartir*, cercana a la construcción de creación colectiva inicialmente retomada de Ariza (2023), como espacio interactivo entre compañeras y con el espectador, es así como se percibió la interacción que tuvimos con el auditorio, como una interacción poética, reflexiva, consiente, que permitió un diálogo ameno con las intérpretes, dando lugar a un acercamiento más íntimo espectador – intérpretes. Además, nos permitió develar qué se lleva el espectador de lo que vió y vivió antes, durante y después de la puesta de escena, cada comentario o pregunta nutrió el proceso y es un momento muy disfrutado por las integrantes del grupo. Como parte del diseño del ambiente interactivo, en la entrada se ubicó la pregunta *¿Qué verás en pasarela?* El público debía escribir lo que creía iba a ver en esa pasarela, algunas respuestas fueron que creían iban a ver humanidad, cuerpos libres, belleza, crisis y rompimiento, al terminar el ejercicio se les preguntó: *¿Qué habían visto en escena? ¿Si coincidía o no con lo que habían escrito inicialmente?* Algunas respuestas para el final fueron: “*empoderamiento femenino, reales, esencia, el 10 interior*”, el

público también tuvo la opción de hacer a las intérpretes preguntas o comentarios sobre la acción o el proceso, algunas de estas preguntas fueron:

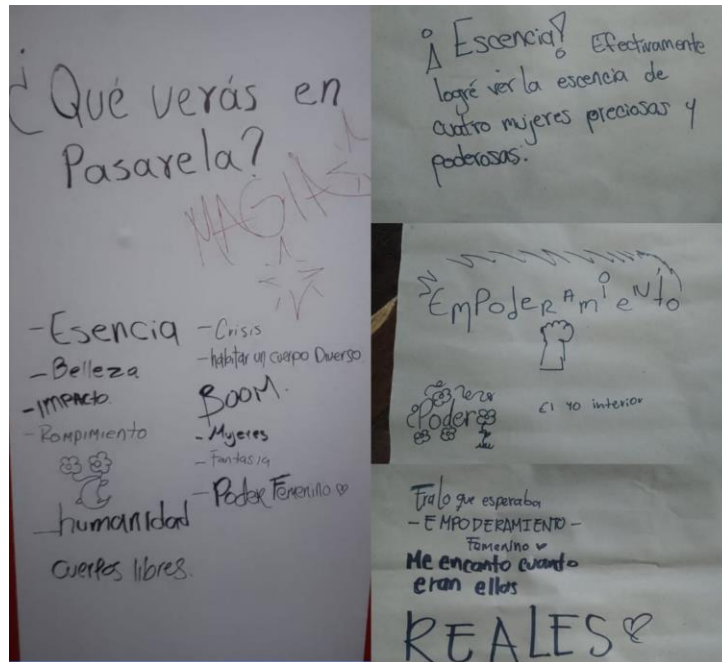
¿Qué significan los elementos que estaban exhibiendo?

¿Cómo participaron de la creación?

¿Cómo se sintieron en la escena?;

Y algunos de los comentarios fueron: *“dejaron en mí una reflexión sobre cómo tratamos nuestro cuerpo” “que chimba ver mujeres empoderadas de sus cuerpos y esencia”*.

Después de terminar todo el ejercicio las participantes entusiasmadas dicen: “¿Si vieron? lo hicimos bien, a las personas les llegó el mensaje, ¿vamos a seguir presentándonos? A lo que respondí claro que !sí!, por lo que el cierre de este primer proceso nos decide, a todas, a continuar con este proyecto, porque si bien se logró llevar reflexiones y preguntas en el espectador, estos talleres, esta creación, se volvió un lugar seguro y feliz para estas mujeres y creó que eso es muy valioso y vale la pena conservarlo y dejarlo evolucionar. Según Barbara Santos (2021) esto desarrollaría la estética del decir, en la que el oprimido logra levantar su voz sobre el discurso opresor para sí mismas y para otros.



Tomada el 14-03-2024, Upn Sede Parque Nacional, Bogotá



Tomada el 14-03-2024, Upn Sede Parque Nacional, Bogotá

- **Empoderamiento femenino**

Por otro lado, creo que el proyecto por medio de las performatividades potenció el empoderamiento femenino, la recuperación del amor propio y generó un mayor nivel en la

autoestima de las mujeres participantes, pues ellas (nosotras) entendieron (entendimos) que tienen (tenemos) cualidades físicas y de personalidad que las hacen (nos hacen) hermosas. Por supuesto, este proyecto no buscaba imponer una postura, más que imponer invitaba al cuestionamiento, por lo que las mujeres del colectivo expresaron libremente por qué algunas prácticas de estética las hacían sentir bien, e incluso algunas actividades que embellecen físicamente como es el caso del ejercicio benefician también el estado de salud. Se tejió entonces la relación con Santos (2021) resaltando que en el ejercicio del teatro de la oprimida hay un interés más allá de lo estético, lo bonito o divertido, hay una importancia política y crítica de presentar mi historia de manera que enlace con la historia de otros y otras, lo cual permite imaginar formas de cambio y genera empatía con lo que otros también han vivido.



Tomadas el 14-03-2024, Bosa, Bogotá, Participantes: Carmen Forero, Patricia Leyva, Miriam Ariza, Sandra Torrijos

Otro acierto del proyecto es que mujeres que estaban frecuentemente en casa, dedicadas la mayor parte del tiempo a los quehaceres del hogar, se permitieron un espacio para ellas, sus aprendizajes personales, sus relaciones consigo mismas y las demás. Gracias a este proceso para el escenario se convirtió en un lugar donde los sueños se pueden hacer realidad. Se enuncia de esta manera porque estas cuatro mujeres tienen en común que les llamaba la atención el arte escénico, pero por sus diferentes contextos no habían podido estar en un escenario como intérpretes, por lo que se puede ver en ellas la alegría de poderse parar en la escena.

Pude observar a diferentes mujeres enterándose que había otros tipos de violencia a parte de la física y psicológica, si bien la presentación se generó con 4 mujeres el alcance de los primeros talleres fue mayor, aproximadamente 10 mujeres narraron sus experiencias, se permitieron dialogar sobre la violencia de género y esto me parece un alcance poderoso; teniendo en cuenta que en su mayoría son mujeres mayores de 40 años, es decir, mujeres que ya habían normalizado ciertas conductas y patrones machistas que el sistema les impuso como normales y que hasta ahora ellas lo cuestionan (Mateos 2021). El público que vio la puesta en escena nos compartió apreciaciones al final del ejercicio, comentarios que dan cuenta de que en ellos también se logró llegar con el mensaje, compartieron el video del performance con personas y quienes también compartieron sus opiniones al respecto, lo que nos conduce a evidenciar el poder de la creación colectiva en un contexto de violencia, como lo establece (Ariza, 2023) posibilita y promueve “la reflexión crítica sobre la realidad sociocultural mediante la creación, permite a los participantes a cuestionar lo establecido y la búsqueda de nuevas formas de entender el mundo”.

¿Qué pasara con el colectivo? Todas dialogamos al finalizar el proceso creativo y cada una expuso cómo el proceso les ayudó a comprender que existían otros tipos de violencia más allá de la violencia física y verbal, además, las mujeres participantes expresaron su interés por seguir generando reflexiones desde la escena pues sienten que quieren aportar a las nuevas generaciones haciendo conciencia sobre este tipo de problemáticas, por lo que decidimos continuar con el colectivo para trabajar desde la investigación- creación. Las mujeres participantes expresaron en el cierre que el proyecto las hizo sentir empoderadas y orgullosas de sí mismas, es por esto que quieren seguir sintiéndose mujeres libres y valientes con un trabajo que aporte al desarrollo social.

- **Mi yo mujer, estudiante y profesional**



Tomada el 16-02-2024, Bosa, Bogotá, Participantes:
Carmen Forero, Patricia Leyva, Miriam Ariza, Sandra Torrijos



Tomada el 08-09-2023, Upn sede parque nacional, Bogotá
Vanessa Canastero Torrijos, Noah Santiago Poveda Canastero

Como mujer debo decir que este proyecto me enseñó muchísimo sobre feminismo, empatía con mujeres de mi familia y comunidad, comprendí que como mujer contribuyo socialmente, cuando comprendo, abrazo, escucho, aconsejó, denunció y sostengo. El momento en el que comienzo el proceso me sitúa en mi embarazo, por lo que esto genero retos en mí y mi cuerpo, el hecho de explicar un ejercicio o buscar estar involucrada de manera activa, aunque tuviera una gran *barriga* que pesaba demasiado y afectada por tanto mi movilidad. Luego vino mi maternidad y gracias a ella pude comprender muchísimo mejor a las mujeres que tenía al frente, pues las cuatro han sido madres y desde ahí pude notar cómo articulaban diferentes situaciones de violencia contra nuestros cuerpos, esto se dio desde comentarios como “*ay, pero quedó gorda*”, “*con esta crema es como si nunca hubiera tenido un bebe*” y me preguntaba: ¿por qué estos comentarios? ¿Por qué mi cuerpo debe fingir que no paso por un proceso como la gestación y un parto? ¿por qué es tan malo que el cuerpo narre que vivió cambios? Y la respuesta que hasta el momento he obtenido gracias a esta investigación es justamente, porque nuestros cuerpos están en un sistema que promueve constantemente la perfección corporal desde lo que debería ser considerado bello o atractivo. Además, definitivamente la mayoría de los cuerpos en post parto se salen de ese lugar, por lo que la presión social hace que desees volver rápidamente a lo que eras físicamente antes de tener hijos,

y justamente por eso comprendí porque las mujeres con las que estaba trabajando han permitido estas presiones sobre sí mismas, gracias a la normalización de esta violencia simbólica.

Esto me lleva a pensar en lo que establece Bárbara Santos (2021): *“si hubiera más mujeres conduciendo el proceso, la manera de hablar, la manera de crear la narrativa sería distinta”* (Santos, 2021, Min 30:17). Por ello, solo como partícipe de la experiencia y no solo como dramaturga o como una actriz que representa un papel ya escrito, pude asumir la necesidad de escribir o representar desde lo propio y sobre todo desde la mirada femenina.

Como estudiante me queda la curiosidad; por investigar y cuestionarme todo lo establecido socialmente, me queda la certeza de que para adquirir ciertos conocimientos y acceder al saber, es necesario que en mí siempre estén latentes las ganas de aprender, el deseo por conocer, el anhelo de deconstruirme en todo lo que pueda dañar a otros, me queda el agradecimiento hacia mis profesores que día a día nutrieron mi formación.

Como profesora me queda la esperanza, la ilusión de que enseñar desde el amor y la pedagogía crítica puede ayudar a construir una sociedad mejor, más tolerante, respetuosa, compasiva, resiliente *“No pretendo cambiar el mundo, pero en el pedacito que me tocó vivir quiero hacer la diferencia”* Eduardo Galeano. Creo que ese es el mayor movilizante para alguien que eligió la labor docente, el creer firmemente que puede contribuir en algo a forjar personas más humanas más sensibles y críticas, para así mismo lograr un mundo más justo.

Como artista el agradecimiento por permitirme crear, jugar, expresar e imaginar mundos posibles, por luchar cuando la sociedad frecuentemente te dice a la cara que no vale la pena ser artista, que renuncie porque estamos en el sistema capitalista. Ser artista es resistir y en la resistencia ir siendo feliz. Mi niña interior le agradece a mi yo adulta por haberle permitido cumplir ese sueño que

siempre tuve, el de estar en un escenario encarnando diversidad de personajes, el de dejar algún mensaje al público y al final recibir los aplausos que llenan el corazón de entusiasmo y amor.

Como investigadora me descubrí un poco más, gracias a la investigación: no solo en este proyecto sino en otros proyectos que paulatinamente fui desarrollando, participación en seminarios y el hacer parte de espacios de semilleros, gracias a estos lugares de experiencia comprendí un poco más por qué soy lo que soy, por qué escogí esta carrera, por qué el mundo parece a veces ser tan injusto, por qué me movilizo cuando hay actos de intolerancia, irrespeto y desigualdad, ahora me cuestiono más de lo que solía cuestionarme. Alimenté mi ser crítico, mi ser preguntón que busca obtener respuestas para despertar aún más la curiosidad, sobre todo comprendí que la investigación abre un camino grande de posibilidades, aunque no siempre se obtendrán las respuestas esperadas o pensadas, pero siempre aprenderás un poco más.

8.6 Algunos elementos emergentes en el proceso creativo

Finalmente, es necesario mencionar la aparición de algunos conceptos como la *autoficción* (como posibilidad para la creación) y el *potencial de las comunidades de práctica* que, si bien no están explícitos en el tránsito de esta investigación, aparecieron en algunos talleres y creo es importante mencionarlos pues fue interesante trabajar desde esos lugares. Así, en el caso del primer concepto recupero que la autoficción nos sitúa en “textos que beben de las aguas de lo real y lo biográfico, pero no se constituyen como declarada autobiografía, sino que hay en ellos un juego textual lo bastante interesante en sí como para que la cuestión de la veracidad importe de modo alguno” (Verdú, 2022, p. 238) esto se dio en los talleres cuando las mujeres narraron sus experiencias propias enmarcadas en la problemática de los cánones de belleza y estas narraciones nos permitieron representar en ejercicios y la muestra final, se trató de vivencias reales combinadas con lo ficcional, es decir, tomamos parte de las vivencias de algunas participantes y lo llevamos a

escena con tratamiento ficcional para no develar directamente la situación real, así como no mostrar al público que participante vivió cierta situación realmente, creando imaginativamente situaciones reales e imaginadas.

Por otro lado, es importante mencionar el surgimiento de las comunidades de práctica, estas comunidades aprovechan los saberes propios, específicos y prácticos que tiene la gente, permite potenciar que las personas se reúnan para aprender juntas cosas nuevas, así como aprender de otros *“Todos pertenecemos a comunidades de práctica. En casa, en el trabajo, en la escuela, en nuestras aficiones: pertenecemos a varias comunidades de práctica en cualquier momento dado. Y las comunidades de práctica a las que pertenecemos cambian en el curso de nuestra vida. En realidad, las comunidades de práctica están por todas partes.”* (Wenger, 2001 p. 6); es bellísimo vivir un proceso pedagógico y creativo donde las personas participantes buscan aprender unas de las otras, logrando incluso entablar un vínculo de amistad gracias al trabajo colectivo y los aprendizajes en común, en un espacio que sienten seguro, donde son escuchadas y comprendidas, donde todas van aprendiendo y conociendo que mucho de lo que han normalizado es un tipo de violencia.

Además, las comunidades de practica buscan la horizontalidad y el aprendizaje desestructurado y dialógico, que es justamente a nivel pedagógico como se trabajó en este proyecto *“en nuestra experiencia, aprender es una parte integral de nuestra vida cotidiana. Forma parte de nuestra participación en nuestras comunidades y organizaciones.”* (Wenger, 2001, p. 26); creo que la importancia de trabajar este tipo de temas en comunidad es precisamente que se tejan aprendizajes, saberes y reflexiones en colectivo, trabajar en comunidad *creo*, es demasiado poderoso para construir nuevas sociedades más equitativas, empáticas, justas y menos violentas.

“El teatro es un espacio donde se entretajan las historias individuales con las narrativas colectivas, permitiendo a la audiencia reflexionar sobre la complejidad de la experiencia humana.” – Anna Deavere Smith, en su libro “Talk to Me: Listening Between the Lines”, p. 78.

Tomada el 14-03-2024, Upn Sede Parque Nacional, Bogotá



“La labor de un profesor no se limita a impartir conocimientos, sino que también implica guiar, inspirar y empoderar a los estudiantes para que se conviertan en ciudadanos críticos y comprometidos con el bienestar social.” – Paulo Freire, en su libro “Pedagogía del oprimido”, (p. 32).

Tomadas el 15-12-2023 y el 14-03-2024, Upn Sede Parque Nacional, Bogotá

9. Referencias

Libros

Santos Barbara. (2020). *Teatro de las oprimidas estéticas feministas para poéticas políticas*. Ediciones del signo.

Vivas Ferreira Carolina, (2012). *Dramaturgia y presente*. Ediciones del Umbral.

<https://teatroycirco.mincultura.gov.co/Documents/DRAMATURGIA%20Y%20PRESENTE%20%28Libro%29.pdf>

Mateos Santiago, (2021). *La violencia invisible: Guía para profesionales de la intervención social*. Consejo general del trabajo social.

Galtung Johan, (2023). *Violencia cultural*. Gobierno Vasco.

Galtung, Johan, Gernika: Bakeaz, Gernika Gogoratuz. (2003). *Tras la violencia, 3R: reconstrucción, reconciliación, resolución. Afrontando los efectos visibles e invisibles de la guerra y la violencia*. Gobierno Vasco.

Hutcheon Linda, (2000). *A Theory of Parody: The Teachings of Twentieth-Century Art Form*. University of Illinois Press.

Gobierno de Argentina. (2018) *Violencia simbólica y mediática. Guía para una comunicación con perspectiva de género*. Disponible en: https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/violenciasimbolica_recomendaciones.pdf

Simone Beauvoir, (1949). *El segundo sexo*. <https://perio.unlp.edu.ar/catedras/comyddhhlic/wp-content/uploads/sites/152/2020/08/7-De-Beauvoir-Simone-El-segundo-sexo.pdf>

Anna Deavere Smith, (2000). *Talk to Me: Listening Between the Lines*. Random House Publishing Group.

Freire Paulo, (2005). *Pedagogía del oprimido*. Siglo Veintiuno Editores.

Schechner Richard, (2000). *Performance: teoría y practicas interculturales*. Universidad de Buenos Aires.

Grotowski Jerzy, (1968). *Hacia un teatro pobre*. Siglo XXI.

Schechner Richard & Brady, (2013). *Performance Studies: An Introduction*. Routledge.

Baraúna Tânia y Motos Teruel Tomás, Teixeira, (2010). *De Freire a Boal: pedagogía del oprimido, teatro del oprimido*. Ediciones Universidad de Salamanca y los autores.

Wengner, E. (2001). *Comunidades de Práctica: aprendizaje, significado e identidad*. Paidós.

Verdú Arnal Isabel. (2020). *Autoficción y feminismo. La autoficción femenina como arma política*. Ediciones Universidad de Salamanca y los autores.

Jeffreys Sheila. (2005). *Beauty and Misogyny: Harmful cultural practices in the West*. Taylor & Francis, Inc.

D'Ovidio, Ana Clara (2020). *Roles y estereotipos de género: experiencias de socialización en adolescentes*. Memorias del XII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXVII. Universidad de Buenos Aires. <https://sedici.unlp.edu.ar/handle/10915/159745>

Entrevistas

Ariza Patricia, (2023). Entrevista en Voz Alta. <https://www.youtube.com/watch?v=XNyHvekCRm8>

Santos Bárbara, Paulo Freire, (2021). teatro del oprimido y teatro de las oprimidas, Teatro das Magdalenas (Brasil). Catedra Paulo Freire UPN. <https://www.youtube.com/watch?v=cPjH3bpehic>

Artículos

Blanco, Jessie. (2009). Rostros visibles de la violencia invisible: Violencia simbólica que sostiene el patriarcado, *Revista Venezolana de Estudios de la Mujer*. Vol. 14 n.32

Salinas. (2015). “Estándares de belleza y cultura en la manifestación de anorexia en jóvenes del corregimiento de Bellavista en Ciudad de Panamá”. Punto Cero, Año 20 – N° 31 –2° Semestre 2015. Pp. 35-54. Universidad Católica

Carballo. (2016). Musica y violencia simbolica. Vol 22 - No 22

Tesis

Rodríguez Sánchez Adriana, Villegas Marín Patricia, (1999). *Mujeres y violencia simbólica*. Universidad del Valle.

Muñoz-Zapata, Doris Elena, Estrada-Jaramillo, Lina Marcela, & Osorio-Franco, Johanna Marcela. (2023). *Problematizaciones de roles de género y estereotipos de belleza a través de cuentas de Instagram durante la pandemia en Colombia*. Universidad Pontificia Bolivariana, Colombia.

Imágenes

Imagen 1. Publicidad tomada de <https://twitter.com/alexandralg/status/941014933122232327>, Post Twitter AlexandraLG. (2017). puesta en Cali, Colombia.

Imagen 2. Publicidad tomada de marketingdirecto.com. (2004).

Imagen 3. Publicidad tomada de museopublicidad.udp.cl/pieza/no-sea-flaca/. (1970). Museo de la publicidad y la propaganda.

Imagen 4. Publicidad tomada de afrofeminas.com.(2015). Revista Web Afrofeminas.

Fotografía tomada de angelicadass.com. Angelica Dass. (2012). Obra Humanae

Imagen tomada de: <https://www.numero.com/en/art/who-is-vanessa-beecroft-the-artist-adores-by-kanye-west-and-the-fashion-world>. Vanessa Beecroft. (2017).

Imagen tomada de: <https://www.dsigno.es/blog/diseño-de-moda/mujeres-artistas-vanessa-beecroft>. Vanessa Beecroft. (2019).

Imágenes tomadas de: Mujeres y violencia simbólica/ Adriana Rodríguez Sánchez/ Patricia Villegas Marín. (1996).

Imagen tomada de: <https://hemisphericinstitute.org/es/hidvl-additional-performances/itemlist/category/35-encuentro.html?start=910>. Foto: Mateo Rudas. (2010). Mujeres a la plaza.

Imagen tomada de: <http://pazydiversidadcultural.org/2020/08/14/la-complejidad-del-triángulo-de-la-violencia/>. (2020). MPDL Cantabria.