

# ENSENYAMENT

### Lo pequeño

Algo pequeño me ha movido a escribir este texto. Pequeño, como hoja brillante en el suelo. Como el vuelo del pájaro que, de golpe, me ha sacado de mí en mitad del paseo.

Lo que paso a contaros viene ocurriendo desde hace dos años aproximadamente, cuando regreso del pequeño viaje que me lleva en relación con otra por los pueblos de la provincia de Granada donde a través del Área de Igualdad de la Diputación impartimos un taller para mujeres. Después de no pocas vueltas, al taller lo llamamos *En busca de lo femenino*. Lo llamamos así porque nuestro deseo de llevarlo a cabo pudo más —era más grande— que nuestro rechazo al lenguaje institucional, que no entiende casi nada de lo que se dice libremente. Y, por eso, finalmente, lo nombramos así: En busca de lo femenino, aunque a una de nosotras lo femenino, sin el adjetivo libre le chirrié mucho y, a la otra, el título le suene a película de aventuras. ¡Y nunca mejor dicho! El dossier de nuestro taller pasó la criba y entró en el catálogo de la Diputación provincial andaluza sin tener que usar la palabrota de siempre —igualdad— que nada o poco dice de casi nadie.

Lo pequeño lo cuento porque de vuelta de uno de esos viajes me sentí volar de alegría. Pasó por mí el pensamiento de que esto que estaba ocurriendo era algo grande. Luego, saltó la cadena de pensamientos que dicen que a nadie podía interesarle esto que ocurría y fue entonces, cuando la más lista que yo detuvo la cadena pensante y otra de las que me hablan se lanzó a contarlo todo. Porque si es cierto, como ha escrito Luisa Muraro, que las grandes historias empiezan siempre desde algo

pequeño, entonces, mejor contarle ya, lanzarlo con gracia y ver qué ocurre.

## **Las pastoras lo saben. O de como pasamos de anunciadas a anunciadoras**

**En busca de lo femenino. Cuestiones en torno a lo femenino a través del cuerpo y el tiempo** es fruto de dos experiencias educativas con mujeres: el trabajo a través de la difusión del conocimiento feminista y el pensamiento de la diferencia sexual y el trabajo desde el cuerpo y el movimiento. Ambas experiencias, dispares y vitales, a veces nos dejaban, a cada una por nuestro lado, a medias, impotentes ante esa parcela de realidad que sigue ofreciendo datos alarmantes sobre la falta de autoestima femenina y violencia masculina.

Del sentido de unir esas dos experiencias educativas nació este taller cuyo deseo primero era volver a unirlo todo, tejerlo nuevamente unido: cuerpo y palabra, cuerpo y mente, acción y pensamiento, teoría y práctica, vida, danza y movimiento. Y así, lanzamos nuestro deseo con la certeza de que no hay integración (quizá tampoco comprensión verdadera) que no pase por la experiencia del cuerpo. Una experiencia única, a la que las mujeres están más predispuestas, y aunque sabemos que “no hay recetas para entrar en éxtasis”, como señala Luisa Muraro,<sup>1</sup> nos dimos cuenta, a través de nuestra experiencia, de que la práctica de la Biodanza no sólo facilitaba el pasaje a la experiencia de sentir el cuerpo sino que, además, promueve y facilita la confianza entre mujeres.

Nosotras sentimos que nacer mujer es un privilegio y ese privilegio, entremujeres, crece y aumenta su poética. Pero en la experiencia docente, también una se va dando cuenta de que no a todas les basta con leer libros o con comprender ciertas ideas. Es parecido a señalar, no sin tristeza, que la llamada estima femenina no siempre

mejora a pesar del acceso a la universidad o el trabajo en el mercado laboral.

El privilegio de nacer mujer, como señala la filósofa italiana, se siente más en relación o en las grandes pruebas y ambas cosas se dan en la práctica de la Biodanza. Por eso, decidimos unir nuestras dos experiencias de enseñanza. Como escribimos en nuestro dossier: “En la actualidad, el movimiento de las mujeres (los frutos del feminismo y la política libre llevada a cabo por estas) ha producido que estas estén en todos los ámbitos de la sociedad cumplidos los objetivos de acceso a la educación universitaria, sin que el conocimiento parezca haber modificado la relación de las mujeres con sus cuerpos y su autoestima, con las otras mujeres y con los hombres, por lo tanto, sin que se haya modificado su relación con el mundo.”

Que esto sucede, porque el conocimiento universitario no se ha sexuado, es algo que otras han dicho antes, lo han escrito y lo enseñan. Nosotras asentimos, porque lo padecemos malamente pese a licenciarnos ambas en el año cero del nuevo milenio en la mejor facultad de letras del estado, donde nunca se habló ni citó a ninguna mujer en las clases ni bibliografías.

En *En busca de lo femenino* desarrollamos, de un lado, contenidos feministas relacionados con la historia de las mujeres introduciendo en la historia humana el sentido libre de la diferencia sexual, que es el sentido libre de ser mujer. Cuando el sentido libre de la diferencia femenina se enseña, algo brilla en el aula. Brilla enseguida y enseguida otras lo ven, lo recogen, lo entienden, lo acunan y, luego, se lo llevan a casa.

Y así, nosotras, que hubiésemos deseado dar clases en la universidad, imposibilidad que recogen nuestras calificaciones de calidad media fruto del terrible aburrimiento que pudo más, a veces, que el deseo, hoy nos vemos llevando alto conocimiento universitario a mujeres que nunca han ido ni

irán a la universidad y que, quizá, precisamente por esto, las mujeres lo recogen con tanto amor y cuidado.

El sentido libre de lo femenino, no único, sino el que cada mujer diga, como señala María-Milagros Rivera, se da en nuestros talleres de ese modo: No único, sino dispar, como cada una lo siente, lo cuenta y, luego, lo danza. Y en cada baile brilla el sentido libre de la experiencia de ser mujer, experiencia del cuerpo femenino a la que cada una restituye algo —a veces poco, a veces mucho— de autenticidad y valor original.

### **“En el corro secreto pero inmenso de la confianza”**

La segunda parte de nuestro taller se inicia con lo que se llama “relato de vivencia”<sup>2</sup> único momento en el que se puede usar la palabra y en el que el *partir de sí* abre el juego. El relato de vivencia permite y da la oportunidad de tomar la palabra, en la medida que se pueda, desde ellas y de ellas, de lo que sienten. Este el momento, porque luego no podrán hacerlo.

En Biodanza no se habla, tan sólo la maestra, la que guía y facilita las vivencias, lo hace. En nuestro taller, lo hace usando las palabras de otras, reconociendo la precedencia de lo que otras han dicho, palabras de otras entrelazadas en su discurso. Y así, con las palabras de otras invocadas en la parte teórica, palabras recogidas luego en la parte práctica, las palabras de las otras y las nuestras quedan resonando por dentro y por fuera dando sentido a las vivencias que se danzan y a lo explicado con anterioridad: *Entremujeres, Libertad femenina, Excelencia y grandeza femeninas, gracia, capacidad de ser dos, mediación con la trascendencia.*

Fue en la práctica cómo comprobamos que, para integrar dichas figuras, la Biodanza se convierte en una herramienta clave que logra, a través del movimiento y la música, vivencias integradoras del sentido libre de lo femenino.

## Descubrirse y descubrir a las otras más allá de las palabras

A veces sucede que eso de estar sin palabras delante de las otras a muchas les da más vergüenza que andar desnudas por la calle y, entonces, las mujeres se ponen a hablar hasta que, poco a poco, va reinando el silencio y las mujeres se quedan delante de las otras, sin palabras, sin máscara.

Tras cada taller, sentíamos que no sólo nos gusta enseñar la potencia del entremujeres, sino que nos gusta mucho más sentirla. La Biodanza permite esta experiencia hasta con desconocidas o con mujeres que nada saben de feminismo ni del movimiento de mujeres. Porque el cuerpo tiene una memoria que se reactiva, por mucha resistencia inicial que haya.

La Biodanza busca incorporar a la danza de la existencia los movimientos naturales perdidos y las emociones que nos vinculan con nosotras y el mundo. Lo hace a través de ejercicios llamados “vivencias” que buscan crear una danza integrada que refuerza el equilibrio orgánico, psíquico, mental y emocional. Con Biodanza se trabajan principalmente cinco de los muchos potenciales humanos: la vitalidad, la afectividad, la creatividad, la sexualidad y la trascendencia. Estas cinco líneas abarcan la totalidad de nuestra vida y su desarrollo y expresión indican nuestro grado de salud e integración.

Luego, tras la sesión, bajo el hechizo de la potencia desencadenada por el encuentro entremujeres, la emoción nos hace regresar a casa casi volando. Sólo nos faltan las escobas porque, allí, además de emociones, se libera mucha confianza, excelencia y gracia. Y el cuerpo también se descarga, a su manera, con lágrimas, sollozos y algún grito. Luego, las que han compartido con nosotras nos devuelven palabras sentidas y agradecidas que guardamos como un tesoro.

## **Semillas de mostaza en los caminos**

Me digo que es poco lo que hacemos y pequeño lo que sucede. Luego me digo que es pequeño, pero sirve. Ya hemos estado en veintidós pueblos; hemos estado con mujeres muy dispares y nos hemos encontrado de todo confirmando que el pasaje de sentido que Muraro señala existe: Que la realidad es contingente y supera a la ficción, pues en ella puede suceder de todo.

“¡En este mundo puede suceder de todo!”. En una pequeña pedanía en la vega de Granada conocimos a una alcaldesa que para prevenir la violencia masculina en su pueblo realiza cada año constelaciones familiares<sup>3</sup> grupales y gratuitas. Tras asistir a nuestro taller con las mujeres de su pueblo nos pidió un intensivo sobre Historia de las mujeres y Ciclo menstrual. Cuando le preguntamos por su toma de conciencia y las políticas preventivas que lleva a cabo nos dijo:

“Antes lo hacía con más cuidado. Es dinero público y puede llevar a malentendidos. Ahora lo hago con la certeza de que estoy ayudando a las mujeres a quererse; a sanar sus heridas y las de sus madres. La única manera de que se respeten y se hagan respetar.”

A nuestros talleres vienen a veces madres con hijas, también niñas pequeñas. ¡Qué fácil resulta explicar allí el privilegio, el sagrado continuum materno, el valor de ser hermana de otra y ver en ella a mi madre! Cuando explicamos que “cada mujer es al menos tres”, todas las mujeres asienten, letradas o analfabetas, ignorantes de lo que es el inconsciente o el psicoanálisis, todas asienten porque hay verdades que el cuerpo reconoce cuando son escuchadas.

## **En estado de gracia agradecido**

Lo contamos, porque está ocurriendo. Significado en movimiento que viaja y se mueve con nosotras y desde

nosotras en una relación de a dos, con sus más y sus menos (negativo siempre abierto y expuesto en confianza, a veces, en conflicto relacional y rico). No lo contamos como una hazaña. Pero hemos sentido la necesidad de que se sepa en Duoda, porque una de nosotras lo aprendió allí y la otra lo aprendió leyendo lo que desde Duoda se enseña. Continuidad y precedencia de lo otro.

Lo contamos, por necesidad de comunicar este estado de gracia agradecido y seguir volando.

**notas:**

<sup>1</sup> Las citas y títulos entrecomillas son de la filósofa Luisa Muraro y pueden encontrarse en su último libro: Luisa Muraro, *La indecible suerte de nacer mujer*, trad. de María-Milagros Rivera Garretas, Madrid: Narcea, 2013 y en *El dios de las mujeres*, trad. de María-Milagros Rivera Garretas, Madrid: horas y Horas, 2006.

<sup>2</sup> Sobre el “relato de vivencia” y otras cuestiones relacionadas con nuestro trabajo: [www.biodanzaya.com/documentos/1144-las-cuatro-caras-de-la-luna-biodanza-y-el-ciclo-menstrual](http://www.biodanzaya.com/documentos/1144-las-cuatro-caras-de-la-luna-biodanza-y-el-ciclo-menstrual).

<sup>3</sup> La teoría de las constelaciones familiares toma su nombre de esa expresión jungiana y es una herramienta para analizar la capacidad de la memoria interpersonal y los sistemas familiares de conducta. Bert Hellinger, que ha desarrollado teóricamente esta categoría, ha señalado en una entrevista: “La felicidad empieza muy temprano, empieza con la madre y se sigue manteniendo en la relación con ella. El camino de la felicidad se interrumpe cuando perdemos el contacto con la madre, por supuesto también con el padre, pero eso está en segundo lugar. (...) Cuando le preguntan: “¿Cómo nos preparamos entonces para ser buenas madres o ser de las madres que queremos brillar en los ojos de nuestros hijos?”, Hellinger contesta: “Muy simple: amar a la madre de uno mismo. Ahora tú también brillas...” [www.mantra.com.ar/Entrevistas/hellinger.html](http://www.mantra.com.ar/Entrevistas/hellinger.html).