



Taller

Teatro y Principios de la No Violencia

Inspirado en el libro "La Mirada Interna" de SILO

Preparado por Paulina Huntⁱ



www.teatropedagogico.cl

Tiempo de duración: 1/30 minutos

Introducción

Con esta metodología se pretende la transformación y movilidad del mundo interno y las relaciones interpersonales. Se trabaja desde la acción y desde el lenguaje y la comunicación No Verbal, por lo tanto, los y las participantes hablan lo mínimo necesario. Se parte de la experiencia, evitando los preconceptos. Los ejercicios exigen atención. Los cuerpos se comunican y los equipos también. El taller completo es un gran juego: el tono es fluido y liviano. Toda reflexión o comentario surge desde las imágenes y propuestas que se expresan durante el taller.

Conceptos que queremos internalizar:

No Violencia/Transformación de la realidad /Convergencia de las ideas/El lenguaje del cuerpo/Libertad/Expresión/La creatividad es la fuerza que transforma todo/Solidaridad/Colaboración



Presentación

Se presenta brevemente el o la conductora de la experiencia, y se explica que vamos a reflexionar sobre las situaciones que vivimos en la vida cotidiana, y que lo haremos a través de juegos y teatro. Que este taller es un laboratorio donde investigamos cómo modificar realidades de discriminación, y de violencia. Los participantes no se presentan, cada uno tiene escrito su nombre pegado en el cuerpo.



Dinámica de activación ii

Se sugiere trabajar con lo siguiente:



- Todos caminando por el espacio, solos. Relajándose, a ritmo. Con energía. Luego la conductora indica que se junten: dos pies, luego caminar, 4 rodillas, luego caminar, 2 cabezas, caminar, 5 plantas de pies, caminar, ...etc.
- Caminando todos, y a la orden del conductor, se detienen en modo foto. Continúan caminado, foto, acción, foto. Luego foto expresiva, luego foto de a 2, caminando, foto de a 3. Etc. Se pide luego que le suban la intensidad a la expresión, más expresivo!!!!
- Caminata, luego foto o estatua de a 6 personas, que represente la "Discriminación". Una vez que la tiene hecha, la desarman, caminan, vuelven a armarla. Desarman, arman. Luego caminando.
- El mismo grupo que está diseminado entre todos caminando, a la orden, se vuelve a reunir y realiza la foto de la "Solidaridad", lo mismo la desarman, luego la arman.



- Ahora construyen la estatua de la "Discriminación". Y en cámara lenta la desarman y rearman la de la "Solidaridad". Esto se puede repetir, en cámara lenta, en cámara rápida. (interesa que se habiliten en armar y desarmar estas estatuas)



Practica Teatral



En grupos de a 6 u 8 personas. Pueden ser los mismos que trabajaron la estatua. Se entrega a cada grupo un set con los 12 principios de la Acción Valida, y se explica que son los Principios de la No Violencia, y que cada grupo debe elegir uno de ellos.

Se les da un tiempo para leerlos y seleccionar uno. Luego cada grupo crea una representación teatral con uno de los principios, usando situaciones que viven en la vida cotidiana. Luego se presenta al conjunto y quienes observan “adivinan” cuál fue el principio que se representó.

Otra alternativa que se puede usar si hay poco tiempo, es que cada grupo cree una estatua con el principio elegido. Comentarios sobre los principios y su aplicación.

El Rol del Publico

El rol del público es muy importante, y se los invita a transformarse en el “mejor público del mundo”, que empatiza, apoya, aplaude, etc. Ya que nos ponemos en el lugar de quienes están presentando, y queremos que se sientan acogidos y apoyados.





Principios de Acción Valida^{III}



PRINCIPIO DE
ADAPTACION

«Ir contra la evolución de las cosas, es ir contra uno mismo».



PRINCIPIO DE
ACCION Y REACCION

«Cuando fuerzas algo hacia un fin, produces lo contrario».



PRINCIPIO DE
ACCION OPORTUNA

«No te pongas a una gran fuerza. Retrocede hasta que aquella se debilite, entonces, avanza con resolución».



PRINCIPIO DE
PROPORCION

«Las cosas están bien cuando marchan en conjunto, no aisladamente».



PRINCIPIO DE
CONFORMIDAD

«Si para ti están bien el día y la noche, el verano y el invierno, has superado las contradicciones».



PRINCIPIO DE
PLACER

«Si persigues el placer te encadenas al sufrimiento. Pero, en tanto no perjudiques tu salud, goza sin inhibición cuando la oportunidad se presente».



PRINCIPIO DE
ACCION INMEDIATA

«Sí persigues un fin te encadenas. Si todo lo que haces lo realizas como si fuera un fin en sí mismo, te liberas».



PRINCIPIO DE
ACCION COMPRENDIDA

«Harás desaparecer tus conflictos cuando los entiendas en su última raíz, no cuando quieras resolverlos»



PRINCIPIO DE
SOLIDARIDAD

«Cuando perjudicas a los demás, quedas encadenado. Pero, si no perjudicas a otros, puedes hacer cuanto quieras con libertad».



PRINCIPIO DE
LIBERTAD

«Cuando trata a los demás como quieres que te traten, te liberas».



PRINCIPIO DE
NEGACION DE LOS OPUESTOS

«No importa en qué bando te hayan puesto los acontecimientos; lo que importa es que comprendas que tú no has elegido ningún bando».



PRINCIPIO DE
ACUMULACION DE LAS ACCIONES

«Los actos contradictorios o unitivos se acumulan en ti. Si repites tus actos de unidad interna, ya nada podrá detenerte».



Cierre

"Aspira una bocanada de aire e imagina que llevas ese aire a tu corazón. Entonces, pide con fuerza por ti y por tus seres más queridos. Pide con fuerza para alejarte de todo aquello que te trae contradicción y confusión; pide porque tu vida tenga unidad."

Esta es una herramienta que nos dejó Silo, la más simple de todas, nos dijo, pero no por ello menos importante, y dice al terminar:

"No destines mucho tiempo a esta breve oración, a este breve pedido, porque bastará con que interrumpas un instante lo que va sucediendo en tu vida para que en el contacto con tu interior se despejen tus sentimientos y tus ideas". (Silo, Exposición inaugural en La Reja, Mayo de 2005).



ⁱ Este Taller, ha sido implementado en varios liceos, con estudiantes de enseñanza media y básica. Los monitores que lo han realizado son personas que no necesariamente cuentan con experiencia en Teatro.

ⁱⁱ Se pueden hacer diferentes juegos en este inicio, lo importante es generar la condición: lúdica, No Verbal, y conjunta.

ⁱⁱⁱ Libro La Mirada Interna de SILO. www.silo.net
Ilustraciones de Rafael Edwards