

ESCRITOS.

SISTEMA CONSCIENTE PARA LA TÉCNICA DEL MOVIMIENTO

Aberastury, Fedora. Escritos. Sistema Consciente para la Técnica del Movimiento.
Leviatán, 2014, 96 pg. ISBN 978-987-514-284-8

1. Técnicas del movimiento. I. Título

Gabriela González López¹

(Universidad Nacional de las Artes. Universidad de Palermo)

Después de estar agotado por 15 años en sus ediciones de 1990 y 1991 y con una hermosa reedición a cargo de Editorial Leviatán, Escritos es una invitación a adentrarnos en el pensamiento de la creadora del Sistema Consciente para la Técnica del Movimiento.

Técnica del Movimiento significa poder llegar a adquirir un conocimiento acerca del uso de nuestro cuerpo, el cuerpo total, es decir todo lo que involucra la apariencia que mostramos, que no es sino el reflejo de un complejo y misterioso funcionamiento.

Todas las disciplinas cuyas propuestas abarcan la enseñanza del manejo de nuestro “instrumento-cuerpo”, entre las cuales incluyo la que transmito, deben tratar de proporcionar un conocimiento que nos lleve por espacios desconocidos, más allá de lo que puede ofrecernos el conocimiento conceptual.

Estas palabras de Fedora describen su posicionamiento en el abordaje corporal. Un abordaje en el que el pensamiento juega un papel fundamental, en el que estamos invitados y provocados a Pensar lo que Sentimos (y no a sentir lo que pensamos), porque es la conciencia la que nos lleva a las profundidades de la creación.

Fedora pensó su Sistema para todas las personas; pero su concepción de un ser humano total, involucrado en el develarse a sí mismo a través del pensamiento-movimiento

¹ Actriz Nacional (Escuela Nacional de Arte Dramático, 1992). Profesora de la UNA (antes IUNA) de la asignatura Entrenamiento Corporal del Actor desde 2001. Profesora de la Universidad de Palermo de la Asignatura Técnicas Corporales y Expresivas.

y capaz de despertar las energías dormidas llegando a los lugares desconocidos del propio cuerpo generó que muchos artistas se acerquen a su técnica. Al recorrer las páginas de estos Escritos, descubrimos algunos de los motivos de este interés: sus conceptos sobre la presencia humana, el deshacer el gesto estereotipado, la articulación del pensamiento con la acción, la relajación como una búsqueda activa de la energía necesaria que nos puede llevar a límites insospechados, la metodología del uso de las órdenes mentales, la labor de deshacer conscientemente los hábitos del movimiento, la singularidad de los espacios anatómicos en los que pone la mirada.

En los capítulos del libro se van desgranando los temas. Algunos, con la nomenclatura específica de la Técnica, son una infinita caja de resonancia para quienes trabajamos con este Sistema y, guardarán cierto cripticismo para quienes se acercan por primera vez. Y a la vez, al no ser un libro metodológico, ni de ejercicios, se constituye en un material conceptual de gran interés.

Como dice la filósofa María Zambrano: *El pensar tiene un movimiento interno que se verifica dentro del propio sujeto.* Entonces, este libro es la posibilidad de adentrarnos en el movimiento interno de Fedora y, a la vez, resonar por simpatía con él.

Cuando Fedora Aberastury falleció, su hija Gabriela le entregó a un grupo de sus discípulas los papeles escritos por su madre. Fueron ellas quienes hicieron esta selección, la ordenaron y concibieron este libro. Fedora es una creadora y referente dentro de las llamadas Gimnasias Conscientes, que desarrolló en nuestro país esta técnica que hoy se continúa transmitiendo y desarrollando no solo aquí, sino más allá de nuestras fronteras. Este es el único libro escrito de su propio puño y letra. Y junto con los escritos por Cristina Suárez y por Mabel Miguel, constituye la bibliografía fundamental para quienes se adentran en los infinitos caminos que nos ofrece esta Técnica.