«El cuerpo como primer lenguaje en el cuidado de la salud mental». Un puente entre Italia y España.

Loredana Chielli (texto original en italiano)

Después de 27 años como responsable de una *Comunità Psichiatrica Riabilitativa* (Comunidad Psiquiátrica de Rehabilitación), ahora que estoy jubilada, emerge con claridad un principio que ha guiado todo mi trabajo: el cuerpo comunica antes que la palabra.

Cuando el relato se bloquea, cuando la historia no logra salir a la luz, el cuerpo habla a través de la mirada hacia abajo, las manos apretadas, el paso acelerado, los hombros cerrados, la respiración entrecortada.

En el sufrimiento mental el cuerpo es la primera forma de lenguaje, la más sincera, que se expresa incluso antes que el contenido verbal. Antes de lo que se dice, está cómo se dice, y si se consigue decir con el cuerpo.

Observando las prácticas que se están desarrollando en España, en particular las llevadas a cabo por La Neura, se vuelve a encontrar exactamente el mismo principio.

La atención se desplaza desde el diagnóstico a la persona en su totalidad, en su postura y en sus movimientos, en su manera de habitar el espacio.
El cuerpo no es el telón de fondo del cuidado sino el protagonista, no es un detalle que deba descuidarse sino el centro desde el que partir.

Este punto de vista profesional, madurado sobre el terreno a lo largo de tantos años, confirma un dato esencial: para intervenir en salud mental es necesario mirar primero la postura de una persona y después el historial clínico. El diagnóstico cuenta una parte, pero el cuerpo relata la persona viva, en el aquí y en el ahora, en su totalidad.

Este principio tiene una raíz histórica precisa y para mí profundamente personal: Franco Basaglia. Con la Ley 180 de 1978, cuando yo misma me encadenaba a las verjas del Manicomio de Ancona para que la ley se respetara y se aplicara hasta el final, se consolidó por primera vez de manera radical la idea de que el cuerpo no puede ser recluido. Que atar un cuerpo significa atar un pensamiento, bloquear una vida.

El cierre de los manicomios devolvió movimiento, dignidad, espacio y derecho de ciudadanía a las personas.

Aunque a menudo no se nombre directamente, aquella revolución sigue siendo hoy el punto de partida de muchas prácticas actuales en el mundo. Cambian los tiempos y los contextos, cambian los servicios y las organizaciones, pero el principio permanece idéntico e intacto: eliminar las barreras físicas y simbólicas para devolver libertad al cuerpo y, en consecuencia, libertad a la mente y a la relación.

Las experiencias españolas se inscriben en el mismo surco trazado por Basaglia, desarrollándose con herramientas y servicios diferentes, pero con la misma ética de fondo, el mismo respeto.

Sobre este terreno común nace un puente natural con la *Scrittura Fisica* (Escritura Física), práctica personal que llevo desarrollando desde hace 11 años y que continúa también ahora, durante la jubilación, como investigación cotidiana. Se trata de un trabajo cotidiano y minucioso sobre el cuerpo, sobre la postura, sobre el gesto mínimo y sobre la respiración consciente. El cuerpo se entrena como instrumento de expresión directa, sin mediaciones intelectuales.

Cuando las palabras no llegan, cuando son demasiado dolorosas, vergonzosas o confusas, el cuerpo se comunica igualmente: un paso hacia delante, un hombro que se abre, un puño cerrado que después se afloja lentamente, un peso que se desplaza de un pie al otro.

Es una forma de escritura verdadera, pero realizada con el cuerpo en lugar de con la pluma. Una escritura que no necesita saber escribir, que todos pueden practicar.
El punto de contacto con La Neura es, por tanto, evidente y profundo y me emociona reconocerlo. También en España se utilizan el teatro, el movimiento, la danza y la performance en los procesos de salud mental como herramientas de emancipación. Cambian las técnicas y el contexto colectivo, cambia la lengua y el lugar, pero el objetivo sigue siendo el mismo, idéntico: hacer que la persona salga del papel cristalizado y pasivo de «paciente» para devolverle el papel activo y creativo de «persona que actúa», de persona que elige, que hace, que crea, que decide.

La *Scrittura Fisica* (Escritura Física) y las prácticas de La Neura se configuran así como dos caminos diferentes que conducen a la misma plaza.
Por un lado desde la respiración individual y del gesto personal, íntimo y silencioso; por el otro, desde la escena grupal y de la performance colectiva, compartida y visible.

El mensaje es idéntico y poderoso: cuando el cuerpo vuelve a apropiarse del espacio, cuando vuelve a tener derecho a moverse y a ocupar espacio, la mente recupera la voz. Este es el puente concreto y vivo entre Italia y España: dos lenguajes diferentes que afrontan la misma herida histórica, devolver centralidad, dignidad y poder a la persona.

En una *Comunità Psichiatrica Riabilitativa* (Comunidad Psiquiátrica de Rehabilitación), durante un largo período, también llevamos a cabo una experiencia de Fototerapia y, en mi opinión, esta también iba exactamente en la misma dirección, conllevando un gran beneficio. Con el apoyo de un fotógrafo profesional externo, las personas salían a la ciudad, fuera de la estructura protegida, ocupaban las calles. El cuerpo se movía por el espacio urbano, los ojos elegían qué mirar, las manos tomaban fotografías. Era una experiencia de libertad y de responsabilidad. Nadie imponía el sujeto que había que fotografiar: la elección partía enteramente del cuerpo, del instinto, de aquello que llamaba la atención en ese momento.

Sólo después, al regresar al laboratorio fotográfico, a salvo y con calma, las fotografías se convertían en un puente hacia la palabra. Al mirar una imagen que se había elegido autónomamente, surgía espontáneamente la pregunta: «¿Por qué precisamente este banco está vacío? ¿Qué ha llamado la atención de ese rostro de un transeúnte?»

Es el mismo mecanismo que se puede observar en las prácticas de La Neura: primero se devuelve autonomía y confianza al cuerpo, después el cuerpo, al sentirse más libre y escuchado, devuelve una historia.

Primero viene la experiencia concreta, sensorial; después el relato de esa experiencia. Cambia la herramienta —fotografía por un lado, teatro por el otro—, pero la lógica es idéntica: devolver el poder de elección a la persona, devolverle la posibilidad de decir «yo elijo, yo miro, yo soy».

Italia y España, Basaglia y hoy, teatro, fotografía y performance. Cambia la forma, cambia el contexto histórico y geográfico, cambian las herramientas. El lenguaje de fondo sigue siendo uno solo, humano y universal: devolver la voz al cuerpo para devolver la voz a la persona.

Y al devolver la voz a la persona se devuelve voz y fuerza a toda la comunidad, que así se convierte en más inclusiva, más humana y más viva para todos.