**LOS DISFRACES**

**Aclaración sobre la experiencia a llevarse a cabo**

Las dificultades en los transformismos, suelen reflejar los problemas que uno tiene con su propia persona, con su propia imagen y también los problemas que sufre la imagen que uno tiene de sí mismo, al ser confrontada con otras personas.

En esta práctica se incluyen algunas operaciones de expansiones y contracciones, útiles al desbloqueo y movilidad de la propia imagen.

Este ejercicio tiende a mejorar las relaciones del practicante con las personas con las que se relaciona, al proporcionarle un mayor control de la imagen de sí mismo. De este modo, pueden ser trabajados bloqueos o inmovilidades de la propia imagen que se expresan frecuentemente como timidez, exceso de susceptibilidad, ocultamiento, fuga de situación, etc.

**Experiencia guiada**

Estoy sin ropas en un campo nudista. Me siento observado cuidadosamente por personas de distinto sexo y edad. Alguien me dice que la gente me estudia porque ha notado que tengo problemas. Recomienda que cubra mi cuerpo. Entonces me pongo una gorra y unos zapatos. Inmediatamente los nudistas se desentienden de mí Termino de vestirme y salgo del campo... debo llegar pronto a la fiesta. Entro en una casa y en el recibidor, un petimetre me dice que para entrar al salón debo vestirme adecuadamente, ya que se trata de una fiesta de disfraces. Señala a un lado y allí veo un vestuario repleto de ropas y máscaras insólitas. Empiezo a elegir detenidamente. Ante un conjunto de espejos que hacen ángulo entre sí, voy probando disfraces y caretas. Puedo verme desde distintos puntos. Me pruebo el modelo y la máscara que peor me quedan. (\*)



Ahora he encontrado el mejor de los conjuntos y la mejor máscara. Observo desde todos los ángulos. Cualquier detalle imperfecto es modificado de inmediato hasta que todo encaja maravillosamente bien. (\*)

Entro radiante al gran salón en el que se desarrolla la fiesta. Hay mucha gente, toda disfrazada.

Se produce un silencio y todos aplauden la perfección del modelo que llevo. Me hacen subir a una tarima y piden que baile y cante. Lo hago. (\*)

Ahora el público solicita que me saque la máscara y que repita la operación. Al disponerme a hacerlo, noto que estoy vestido con aquél conjunto desagradable que me probé en primer lugar. Para colmo de males, estoy a cara descubierta. Me siento ridículo y monstruoso. No obstante, canto y bailo frente al público asimilando las mofas y los silbidos de reprobación. (\*)

Un imprudente mosquetero, saltando a la tarima, me empuja injuriándome. Entonces, empiezo a convertirme en animal ante su desconcierto. Sigo cambiando, pero siempre conservando mi propio rostro: primero soy un perro, luego un pájaro, por último un gran sapo. (\*)

Se acerca hasta mí una torre de ajedrez y me dice: “¡Debería darle vergüenza... asustar a los niños de ese modo!” Entonces, vuelvo a mi estado normal vestido con la ropa de todos los días. Estoy reduciéndome lentamente. Ya tengo la estatura de un niño pequeño. Bajo de la tarima y veo a los disfrazados, enormes, que me contemplan desde arriba. Sigo achicándome. (\*)

Una mujer aúlla diciendo que soy un insecto. Se dispone a aplastarme con el pie, pero me reduzco microscópicamente. (\*)

Rápidamente recupero la estatura de niño. Luego, mi apariencia normal. Después sigo creciendo ante la concurrencia que corre en todas las direcciones. Mi cabeza está tocando el techo.

Observo todo desde arriba. (\*)

Reconozco a la mujer que me quiso aplastar. La tomo con una mano y la deposito en la tarima, mientras ella chilla histéricamente. Volviendo a mi estatura normal, me dispongo a salir de la fiesta. Al llegar al recibidor, veo un espejo que deforma completamente mi aspecto. Entonces, fricciono la superficie hasta que me va devolviendo la hermosa imagen que siempre quise tener. (\*)

Saludo al lechuguino de la entrada y salgo de la casa tranquilamente.

**Recomendación**

Considerar las resistencias de las diferentes escenas, relacionándolas con problemas experimentados en la vida cotidiana. Verificar si las resistencias vencidas, producen un correlativo progreso en las actitudes habituales. Repetir la experiencia enfatizando en las resistencias no vencidas más importantes.