

Una silla para sentarse a pensar

Elegir una silla de nuestra casa que consideremos que sea cómoda. Es preferible que esté tapizada tanto en el asiento como en el respaldo, ya que el proceso de elaboración de esta pieza será más complejo y por lo tanto más efectivo.

Buscar a continuación algunas herramientas similares a las que se precisan para tapizar una silla. Es posible que necesitemos unas tijeras, un instrumento punzante o un destornillador para quitar las grapas, unos alicates, una sierra y un martillo, por si acaso.

El proceso a seguir es eliminar, por medio de la acción de arrancar, despegar, romper o desgarrar, todos los elementos de tapicería que tiene la silla hasta dejar a la vista su esqueleto, de forma que las tres partes de una silla: el respaldo, el asiento y las patas queden libres de cualquier elemento para la seguridad o la decoración.

Empezaremos quitando la tela ornamental del tapizado. Seguiremos desprendiendo del asiento y del respaldo la espuma que sirve para el acolchado, para terminar retirando las cintas de nylon verticales y horizontales que sostienen el peso de nuestro cuerpo al sentarnos. Si la silla tiene muelles, también los retiraremos. De esta forma habremos eliminado las superficies destinadas a la estabilidad funcional.

Una vez terminada la tarea de desprender del esqueleto de la silla todo lo que la convierte en una silla, hay que sentarse y usarla de la misma forma que la usábamos antes del proceso de eliminación del tapizado. El objetivo de este proceso es permanecer sentado sobre el esqueleto durante un minuto por número de años que tenga la persona que se someta a esta acción con la firme decisión de pensar, reflexionar o debatir con nosotros mismos aquellas cuestiones que consideremos importantes en ese momento.

Esta silla¹ sin asiento ni respaldo, sin sus superficies seguras, nos proporcionará una visión clara de lo incómodo (e incluso doloroso, depende de la edad y de los minutos dedicados) que es enfrentarte a tus propios pensamientos.

¹ Cualquier parecido con la “técnica educativa” llamada La silla de pensar y que consiste en colocar a un hijo o hija en una silla, para que piense sobre lo que ha hecho mal, entendiéndose que así el sujeto cambiará su comportamiento, es pura coincidencia. Sí reconocemos que el tiempo que hemos propuesto para esta experiencia tiene que ver con alguna de las instrucciones que se dan sobre la duración apropiada de este castigo.