



IMAGEN CORPORAL

qué cambió con la pandemia

INFORME Y
NOTA POSTER

SOMOS UN SISTEMA DE SISTEMAS

de la biología a la biopolítica



- anatomía
- biopolítica
- BMC
- corpodrama
- danza
- danzaterapia
- danza armonizadora
- eutonía
- expresión corporal
- esferodinamia
- kinesiología
- shiatzu
- canto
- método feldenkrais
- guía de profesionales
- agenda

2022
todo
un año
para
celebrar

30
años
de

Kiné

correo

Antes que nada queremos compartir y agradecer los mensajes recibidos. Gratificantes, memoriosos, conmovedores...

En esta página compartimos cartas de quienes nos acompañan desde el inicio de nuestras ediciones, y aún antes, desde la gestación de la idea...

■ de lo corporal a la biopolítica

No existían los celulares, al menos no los recuerdo. Fue una comunicación telefónica de aquellas que mi nieta llama antiguas. Yo no te conocía, pero había leído en Uno Mismo tu comentario sobre mi libro *El pensamiento Corporal*. Y una agradece esos detalles viniendo de una periodista. No cualquiera.

Un tiempo después fue un encuentro en casa con una interesante idea: una revista sobre temas corporales.

-¡Qué bueno Julia! Sugerí para Kiné: la revista «de lo corporal». Abarcar un «campo» profesional. La Expresión Corporal, por supuesto, pero también las otras técnicas corporales que tanto abundaban en Argentina.

Ah, ¿y los temas? No sólo corporales, sino también los modos de pensar el mundo desde estas prácticas. Y me fuiste empujando desde la eutonia hacia la Biopolítica. Aquí también entran los intercambios con tu compañero Carlos Martos.

Y entonces el cuerpo era la producción de una subjetividad, la producción de un histórico social. Siempre estaban presentes tus resonancias que me ayudaban a reflexionar, a corregir, a multiplicar.

30 años Julia. Nos pasó la vida. Kiné, la revista de lo corporal, testigo de un pensamiento corporal que se multiplicó.

Te pregunto cuántos números: 150 números, me decís. ¡Ah! Entonces 150 notas. Y continuamos con el mismo entusiasmo, el mismo deseo de seguir interrogando nuestro objeto de estudio que se expande por la ciencia, por el arte, por la salud, por la literatura...
Susana Kesselman

■ el cuerpo del movimiento

“-porque necesitamos un lugar donde puedan converger las distintas miradas sobre el cuerpo, un espacio de intercambio teórico entre especialistas de las diversas disciplinas vinculadas a lo corporal, una fuente de información y actualización para coordinadores de trabajo grupal, docentes, terapeutas, agentes de salud, estudiantes; un medio para compartir reflexiones, analizar la práctica, definir conceptos y abordajes, reseñar investigaciones, polemizar y coincidir; un ámbito donde se puedan desplegar y redefinir las relaciones entre cuerpo y arte, cuerpo y educación, cuerpo y salud” Fragmento del Editorial: ¿Por qué Kiné?, firmado por Julia Pomiés en el N° 1 de abril de 1992.

Cumpliendo esta declaración de principios, Kiné es desde sus inicios un lugar, un espacio dinámico que, con sus criterios editoriales, su política participativa que fue albergando a las diferentes técnicas del cuerpo, su investigación científica de la biología humana y el movimiento, y su mirada hacia el arte, la salud y la educación, han contribuido en forma determinante a la construcción y jerarquización del campo epistemológico de lo corporal en Argentina y en buena parte del mundo. Esta coherencia entre deseo y realización se hace cuerpo en una revista cuyo formato tabloide requiere de alguna adaptación corporal/espacial para que podamos incluirla en nuestro equipaje diario y así poder leerla. O quizás su tamaño requiera, como el trabajo corporal, de un espacio determinado, con un ambiente propio a las artes del cuerpo, amplio y tranquilo para poder encontrarnos con nosotros mismos e ingresar con conciencia, sensorialmente, en el espacio que Kiné nos propone, y compartirlo, sentirlo. El arte corporal de la revista se desarrolló con el tiempo manifestándose en las tapas y los pósters centrales, donde aparecieron esculturas clásicas intervenidas “corporalmente” por Rubén Longas y Julia Pomiés, evocando un poco a los anatomistas -ilustradores de la Modernidad, Andreas Vesalio y Bernhard Albinus.

Las mareas sociales y económicas del mundo golpean destruyendo proyectos que se vuelven muy difíciles de sostener, en especial por estos lares donde en los últimos años son más los emprendimientos que cerraron que los que se abrieron y pudieron sostenerse. Kiné resiste, y me permito decir que es un espacio de resistencia corporal y cultural a la hegemonía, tanto de las ciencias duras como de la sociología de mercado. Un espacio para pensar el cuerpo sintiéndolo. Un espacio para reflexionar en cómo nos percibimos, cómo educamos y somos educados, cómo evaluamos nuestra salud y el vínculo con nuestros cuerpos y los de los demás.

Con la pandemia, Kiné se adaptó y salió de la crisálida de papel y se convirtió en mariposa digital, con más colores en sus alas, pero con el mismo proyecto estético e ideológico.

Brindo por esta trayectoria, por este espacio y por muchos años más de Kiné, la revista de lo corporal, agradeciendo enormemente a Julia Pomiés, Carlos Martos y Rubén Longas esta quijotada que me sigue entusiasmando.

Un abrazo grande.
Carlos Trosman.

■ el mar de lo corporal

«Mientras miro las nuevas olas, yo ya soy parte del mar.» Charly García

Gracias Kiné por estar y compartir todo lo que atañe a lo Corporal y sus alcances. Por muchos años más. Gracias por ser parte de este mar. Salud!!!!
Cristina Soloaga

■ de La Máscara

Es una alegría conmemorar los 30 años de la revista Kiné, contar con ella es un testimonio de la trayectoria del movimiento corporal en nuestro país y el mundo. Los temas publicados son referencias para consultas, intercambios, conocimiento de nuevos aportes. Admiramos la continuidad y la solvencia. Queridos amigos Julia y Carlos, agradecemos la sabiduría con que llevan la dirección de la revista Uds, Rubén Longas y el equipo que los acompaña.

Sigamos compartiendo este recorrido. Con todo cariño Elina, Mario, Claudia y el equipo del instituto de la Máscara.

■ desde la idea

Conocí a Kine desde los momentos de su gestación. Desde que era idea imaginada, deseada, elegida por Julia. Participé entusiasta de ese proyecto que me parecía genial. Lo hice desde cada lugar que me fue proponiendo Julia, compartiendo su criatura.

La vi crecer, ser bella e interesante, nutritiva.

La leí empecinada, subrayando, aprendiendo de colegas, compartiendo un nosotros. Entrando en diálogo.

La utilizo como bibliografía en mis cátedras de la UNA, para que los estudiantes también se nutran desde el comienzo mismo de su formación. Soy asesora, escritora y lectora de Kine. La conozco de cerquita. La recibo y la celebro. Aprendo y digo. Nos veo y me reconozco en un cuerpo de teorías y prácticas diversas que nos entretienen en una militancia que es por la vida. Por explorar y generar nuevos modos de ser y estar en el mundo. Esta es nuestra resistencia. ¡Gracias!
Raquel Guido

■ desde el N°1

Felicitaciones Kine!!! Julia, Carlos. Gracias por ayudarnos a ampliar nuestros conocimientos y difundir nuestras actividades!!! En lo personal besos agradecidos por el afectivo acompañamiento del año pasado...y siempre!!! Brindo por la presencia de Kine !!!
Frida Kaplan

■ temas y sistemas

Queridos Carlos, Julia y también Rubén a quien conozco a través de sus maravillosos diseños, en esta oportunidad no podré estar bailando con ustedes como hace diez años, pero les envío todo mi amor por carta.

La revista kiné es icónica! Todos los corporales nos hemos refugiado en ella en busca de respuestas, conocimiento, colegas a los que acudir, nuevos caminos para recorrer, aprender e inspirarnos. Ese sistema de sistemas que ustedes idearon para el poster son uds: un sistema de sistemas que nos integra, nos nutre y nos pone en relación.

Kiné es una publicación valiente y viva, gracias por todos estos años de arduo trabajo y por ser siempre tan generosos.

Los quiero mucho.
María Pais

Kiné®
ISSN 2346-9412

la revista de lo corporal

año 31 - n° 151

20 de abril - 20 de junio 2022

editor

Carlos Alberto Martos

dirección periodística

Julia Noemí Pomiés

diseño, arte y diagramación

Rubén Longas + Julia Pomiés

asesoran

Susana Kesselman - Elina Matoso

Carlos Trosman - Mónica Groisman

Olga Nicosia - Marta Jáuregui - Raquel Guido

Silvia Mamana - Susana Estela

Mariane Pécora

sumario

3 Kiné cumple 30 años
Julia Pomiés y equipo

Informe SOMOS UN
SISTEMA DE SISTEMAS

8 Nuestra alta complejidad
Julia Pomiés

9 NOTA - POSTER

Julia Pomiés, Olga Nicosia, Rubén Longas

10 Así en la célula como en el cosmos
Silvia Mamana

11 Un sistema de energía en un universo de energía
Carlos Trosman

12 En un mundo de luchas por el poder
Mario Buchbinder

13 Con el cuerpo y la voz como brújulas
Paola Grifman

Informe Biopolítico

IMAGEN CORPORAL

¿QUÉ CAMBIÓ CON LA PANDEMIA?

14 El ser y el parecer
Celeste Choclin

16 En el sube y baja
Susana Kesselman

17 El cuerpo duplicado
Laura Corinaldesi

17 El cuerpo proyectado
Cecilia Núñez Cordo

18 La percepción como trinchera
Anabella Lozano

19 Caminos de la identidad
Mirtha Barnils, Karina Jousse

20 Cuerpos en modo pantalla
Raquel Guido

21 Habitar nuevos hábitos
Emiliano Blanco

22 Danza Integradora y pandemia
Susana González Gonz

En la sección Cuerpo &

26 Semana Feldenkrais
Asociación Feldenkrais Argentina

26 Freud y Beethoven, un solo corazón
nuevo libro de Carlos Caruso

27 Senso - corpo - reflexión
Patricia Aschieri

28 DMT y sexología
Valeria Agostinelli, Analía Uribe

29 8M, cobertura colectiva
Arecia, Asociación de Revistas Culturales

30 Despedir a Héctor Freire
Equipo Topia

30 Festival de Solo Performance
Perla Tarello

23 guía de profesionales y cursos

31 agenda

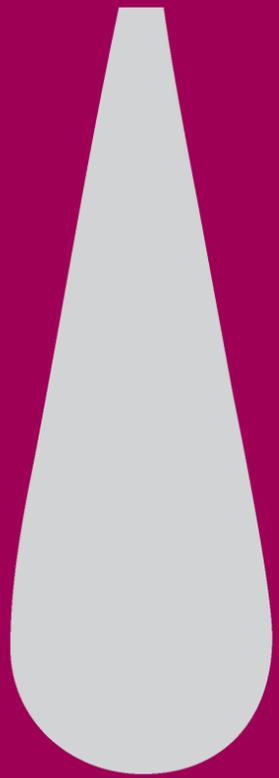
Kiné® la revista de lo corporal, es propiedad de Julia Noemí Pomiés. Las opiniones expresadas en los artículos firmados son responsabilidad de sus autores. Se permite la difusión y reproducción de este material, con la autorización correspondiente y citando la fuente.

Registro Nacional de la Propiedad Intelectual N° 5300347 - ISSN 2346-9412.

Redacción y publicidad: Leopoldo Marechal 830, 11° A (1405) CABA - tel: (011) 4981-2900.

kine@revistakine.com.ar
www.revistakine.com.ar

más correo



30 años de Kiné

■ estar y escuchar

Ser testigo del número 1 y estar en esta edición habla de nuestra historia y nuestro recorrido, participar de este recuerdo nos llena de recuerdos, emociones y complicidades.

Nos recuerdo llegando a los años noventa repletos de energías que curioseaban en lecturas, clases, ámbitos de exploración y en una idea del movimiento que traía experiencias y propuestas de ámbitos diferentes. Desde el cuerpo aun iba tomando formas muy ligadas a la danza y a las exploraciones de lo psicosomático.

Por esa época encontré en el Teatro IFT de Boulogne Sur Mer y Corrientes, CABA, el encuentro del Motrics (Movimiento de Trabajadores e Investigadores Corporales para la Salud) a la Revista Kiné. En ella se sintetizaba lo que sucedía en la ciudad de Buenos Aires y también traía materiales de pensadores y pensamientos que aún no podían circular por internet. Simplemente porque entonces Internet no existía.

El papel impreso era nuestra manera común la única, la más preciada y la que más se agradecía. Allí estaba Kiné proponiéndose abrir un espacio de encuentro y de difusión, de construcción de saberes y de información de prácticas. Allí estaban las láminas, los dibujos, las notas y sus ilustraciones de la Grecia clásica y su formato papel y tamaño de diario.

Kiné fue creciendo, fue ampliando sus límites e incluyendo siempre el conocimiento y los nuevos modos que han surgido a lo largo de los últimos 30 años. Fue ocupando un lugar que hoy ya es único, singular, valioso y motivador en las publicaciones que abordan a las prácticas de movimiento.

Kiné no es solamente una revista importante para los que trabajamos en el ámbito del movimiento, el arte y la salud. Es parte de nuestro trabajo concreto, nuestras posibilidades de crecimiento, de repensarnos y de reflexionar.

Kiné es la idea de Julia y Carlos hecha ya historia y trama, son sus propuestas, sus convocatorias, sus ganas, su paciencia, su manera de promover los derechos de las personas, su red, su insistencia, su perseverancia y sus políticas inclusivas repletas de otros. Gracias Julia, gracias Carlos, gracias Rubén por el diseño, por facilitar siempre y por tantos años de apostar a lo colectivo, lo solidario, lo sororo y lo comunitario.

Y la Escuela Esferobalones y todas las compañeras que formamos parte de ella les agradecemos siempre por hacernos un lugar repleto de ternura, apuesta, aliento, cuidado y confianza.

Anabella Lozano

■ a través de las palabras

Recuerdo que la primera vez que tuve la Kiné en mis manos, hace muchos años, mi reacción fue de alivio, un suspiro unido a la sensación de haber encontrado una brújula, una invitación a seguir mi viaje de investigación a través de la voz y el cuerpo.

Gracias Julia y Carlos por darme la oportunidad de llegar a las personas a través de la revista y así poder estimular sus propios descubrimientos.

Gracias por el apoyo para que pueda dar apoyo. Me encanta escribir. Escribir danzando con las palabras para hacer circular la voz, para estimular a que otras personas se expresen, en especial en estos momentos.

Considero muy importante, desarrollar algún tipo de trabajo expresivo para mantener un eje emocional. Confío plenamente que el camino de la voz y del movimiento, pueden aportar equilibrio y crecimiento en tiempos de crisis. Gracias Kiné por confiar en mi experiencia e invitarme al texto. ¡Feliz aniversario! ¡Chín, chín! Abrazo musical.

Paola Grifman

Desde las primeras ediciones hasta las últimas se han ido sumando nuevas voces, ideas, propuestas, disciplinas, enfoques... que enriquecieron y ampliaron los contenidos de nuestra publicación y el campo de "lo corporal". Gracias por las reflexiones que aquí comparten.

■ celebrar estrategias y alquimias

Celebrar la existencia de Kiné, la Revista de lo Corporal es celebrar haber conocido a Julia, hacia fines de los 80, ser testigo de la inauguración de la categoría "lo corporal" en las producciones periodísticas y con ello atesorar un espacio cultural que encarna al cuerpo como trama, legitimando la multiplicidad de perspectivas que porta y el impacto que alcanza en los campos de la salud, el arte y la educación.

Por aquel entonces la salida del autodenominado proceso de reorganización nacional (la dictadura cívico militar) no era sencillo ni directo; estar en democracia no significaba poder ejercerla en la magnitud de su potencia, y la libertad de expresión necesitaba conquistar la confianza en la voz propia junto a la solvencia de un contexto que la reconozca y contenga, aspectos que habían quedado sepultados por las múltiples prácticas sociales instaladas durante la dictadura, y que progresivamente comenzaban a reactivarse.

En 1992 el nacimiento de Kiné, la revista de lo Corporal cristalizó la apertura de un espacio que dió voz y cuerpo a una perspectiva singular e inédita hasta ese momento. En tiempo de profusas actividades y movimientos que abonaron la transformación de viejos paradigmas; para Kiné, darle cuerpo a la palabra que emerge de las experiencias fue fundamental, recuerdo a Julia diciendo, bueno, eso que dicen, denle forma escrita, materialicenlo en papel.

Instalada como la primera revista que puede dar cuenta de estrategias que faciliten un abordaje sensible, consciente y creativo de las personas, encarnado ese recorrido en su corporeidad. Propuso, y sigue haciéndolo en la actualidad, un abordaje multidimensional que recupera aspectos anatómico fisiológicos del cuerpo atravesado por las perspectivas emocionales, sociales, relacionales, culturales, históricas, políticas y resulta innovador respecto de las hegemonías vigentes por aquellos tiempos tanto en el campo de la educación, de la salud, como del arte; su impacto en el diseño y realización de micropolíticas transformadoras forman parte del ADN de Kiné.

Hacia el 2000 la creación del entonces IUNA ofreció sus aportes a la consistencia de esta trama que Kiné vislumbró años antes, legitimando las prácticas artísticas como campo de conocimiento académico. Allí volvimos a encontrarnos y pude apreciar con más precisión y detalle aspectos vitales en Julia: conocer a Carlos, su incondicional compañero de camino, proyectos e intereses; apreciar su sensibilidad para resonar con las capacidades potenciales de las personas; su pasión para articular el periodismo, la danza y el cine; la convicción con que actualiza los aspectos vertebradores de su práctica y que atraviesan Kiné a lo largo de su existencia; reconocer su plasticidad para incorporar los cambios que los tiempos traen; junto con su entrega y militancia para con el periodismo independiente y la danza emergente se perfilan como rasgos biográficos potentes que intervienen en la consistencia y congruencia de la trayectoria de Kiné, la revista de lo corporal. Agradezco su existencia y permanencia, sin dudas contribuyen al desarrollo de perspectivas que enriquecen la trama regional, celebro cada una de las circunstancias en que encontrarnos fue la alternativa para que la alquimia suceda. ¡Feliz aniversario Kiné, la revista de lo corporal! Sandra Reggiani

■ pensar el mundo desde lo corporal pensar el cuerpo desde lo biopolítico

En enero de 2010 regresaba después de 9 años de vivir en España, una llamada, un pedido, un artículo "para vos que te gusta el teatro y dicen que se te da bien escribir", me permitió ingresar en una revista que en un marco de plena libertad a lo largo de todos estos años (en mi caso ya son ¡12 años!), me ha obligado a ejercer una de mis mayores pasiones: escribir, a la vez que hizo realidad otro de mis más profundos deseos: reflexionar sobre la actual sociedad desde una mirada corporal, sensible y por último hacer transferencia de ello a partir de uno de mis principales *leitmotiv* en las clases de Teorías de la Comunicación en la universidad: hacer que las teorías se hagan cuerpo.

Felicito a Kiné por estos 30 años, una revista que quiero con todo el corazón, a la que le agradezco profundamente la posibilidad de reflexionar, de debatir, de trabajar en equipo y con la mejor de las ondas, la oportunidad de estudiar y aprender y mucho en la elaboración de cada informe, la posibilidad de pensar el mundo desde lo corporal, de mirar el cuerpo desde las biopolíticas contemporáneas. Cuerpos disputados, expuestos, exhibidos, exigidos, individualizados, conectados; y a la vez corporalidades desafiantes, potentes, creadoras, transformadoras. De todo eso fuimos trabajando en estos años compartidos siempre con respeto, con cariño, con total libertad y seguiremos por muchos más. Gracias Kiné ¡Muchas gracias!

Celeste Choclin

■ ¡y vamos por más!

Transcribir la potencia vital de todo lo que puede un cuerpo, cuando en cada lectura entramos en los rincones más novedosos como profundos: tocamos con las miradas alrededor de un recorte, que nuestra porción corporal ofrece en cada edición. Una lupa a este misterio finito que encarnamos. Saboreamos y deseamos un sinfín de contornos que cada especialista y redactor corporal presenta con cada consigna.

Escribir de la mano de Julia Pomiés, que hace parir cada vez lo que podemos decir desde nuestras maneras de decir, contempla el inicio orgásmico que lo orgánico manifiesta.

Gracias Julia por abrir ese surco abisal de una democracia carnal que alguna vez soñaste y hoy seguís disfrutando. Tu impronta es bandera y nos ayudaste a hacer historia, aventurándonos a una pasión que germinas cada vez.

Kiné desfila, con sus formatos en papel y virtuales, contorneando preguntas e inquietudes abiertas a un intercambio necesario. Esa cualidad, sella identidades genuinas en quienes esperan para leer sus notas y entrar en los mundos sensoriales que nos dicen y educan para una construcción de la humanidad, donde lo corporal es territorio de disputa. Queremos seguir así de gozantes.

Gracias a quienes se siguen sumando, a quienes ofrecen su tiempo para que lo escrito entre en sus vidas y una vez más nos acerque en un abrazo deseado.

Emiliano Blanco

■ desafiando el pensamiento único

Energía, movimiento, acción, resistencia, todas estas son acepciones válidas para definir a Kiné, la revista de lo corporal que hace 30 años Julia Pomiés y Carlos Martos crearon como emprendimiento editorial autogestivo. Todo un desafío en una época de reduccionismo político e intelectual, donde el pensamiento crítico parecía desvanecerse y alguien auguraba el fin de la historia. Fue este el contexto minimalista que desafiaron Julia y Carlos, cuando nos propusieron desde lo contracultural explorar y reconocer nuestras corporalidades. Pensarnos como movimiento, acción y resistencia. Porque si bien somos cuerpo, lo cierto es que no sólo somos cuerpo, existe un afuera que vigila, condiciona, controla... Y, para poder comprender ese estar en el mundo, Kiné se adentra, también, en la biopolítica. Conocer, entender, desentrañar es la tarea, porque cuando el pensamiento fluye el cuerpo se libera, y son las amarras del pensamiento único las que se desvanecen.

Mariane Pécora

■ incluir la inclusión

Querida Julia: No hay dudas de que permanecer 30 años en una actividad tan importante como es hablar de la salud referida al trabajo corporal, merece todo un reconocimiento. Reconocimiento no sólo de los que estamos en pos de esa misma aspiración, que es la de situar al cuerpo en el centro de reflexión y conocimiento, sino también de todos los que se favorecen y nutren de estas disciplinas. Como perteneciente a este colectivo convocado por Kiné, desde Danza Armonizadora no tenemos más que palabras de agradecimiento y reconocimiento a su alma mater y directora Julia Pomiés por su enorme esfuerzo y pasión por su trabajo. Nos consta que ha sido titánico con todas las vicisitudes que siempre sufrimos en nuestro país, y atravesando una pandemia.

Gracias, gracias, gracias, Julia. Gracias, Kine, y gracias a todos los que participamos y a los seguidores. Nos sentimos muy emocionadas de saber que han sido 30 años de un trabajo de inclusión para el arte, la salud y la educación. Proponemos que programemos un encuentro para celebrar tan maravilloso trabajo, e ir por más.

Élida Noverazco, Creadora y Profesora de Danza Armonizadora. Mirtha Barnils, Karina Jousse y Gabriela Prosdoci, Profesoras de Danza Armonizadora:

■ la "letra chica"

"Hay que leer la letra chica" es una expresión que hace referencia a ciertas cláusulas en contratos, pero, otro de los usos de la letra chica es también porque hay gran cantidad de texto que es necesario incluir en una sola hoja. Y esto es así en la revista KINE; gran cantidad de información y difusión de actividades afines con diversas disciplinas corporales. Un espacio de encuentro.

Gracias revista Kiné por 30 años de letras chicas.

Ricardo Dokyu

Terapeuta de Shiatsu desde 1985.

■ cortito y al pie

Creadores de la revista Kiné Felicitaciones por 30 años consecutivos, ofrecidos como pan caliente para los corporalistas y artistas, donde poner nuestro concepto corporal y poder compartir con otros.

Gracias gracissss por seguir por más con Kiné la revista de lo corporal. Abrazos, Perla Tarello

1992 edición aniversario 2022!

estamos de fiesta!

**Sábado 21 de mayo desde las 19hs.
en Espacio Tucumán, Suipacha 140, CABA
Charla-debate, música, canto, baile...
Entrada gratis, reservas: kine@revistakine.com.ar**

30 años son muchos. Muchísimos para una revista. Y más todavía para una revista independiente y autogestionada. Semejante aventura de permanencia merece una celebración. Y eso haremos, ahora que la pandemia lo permite. Tomando las precauciones correspondientes, el sábado 21 de mayo, desde las 19hs. nos reuniremos en un encuentro ¡presencial por fin!

Vamos a empezar con una charla-debate acerca de estos 30 años de lo corporal en la Argentina, donde hubo tantos cambios, avances y complejidades. Celeste Choclin nos dará un breve panorama de las leyes que ampliaron derechos, y las que quedan pendientes. Mariane Pécora reseñará las principales luchas sociales, los avances y reclamos del feminismo. Emiliano Blanco hará referencia a los cuerpos disidentes de la comunidad LGTBQ+. Sandra Reggiani se centrará en los cuerpos en el arte, y su capacidad de acompañar y generar transformaciones y resistencias. Susana Kesselman hablará de los vaivenes del tono vital en estas épocas conflictivas y el rol de las disciplinas de lo corporal. Carlos Trosman pondrá su foco en los recorridos de la revista Kiné. Intervenciones breves que serán desarrolladas más ampliamente en un informe para nuestra edición N°152 y que esa tarde serán el punto de partida para un intercambio de opiniones con otros colegas y el público.

Y después ¡el show! Danza con el GEAM (Grupo de Experimentación en Artes del Movimiento, UNA), más Raquel Guido, más Sandra Reggiani... Canto con Emiliano Blanco, Gabriela González López, Paola Grifman y el exquisito trío "Sinahuela". Y algunas sorpresas más...

Finalmente un cierre a pura danza comunitaria con el grupo «Bailarines toda la vida», coordinado por Aurelia Chillemi, con música en vivo de Osvaldo Aguilar; para que bailemos todos, todas y todes.

En los intervalos, delicias regionales tucumanas que se podrán adquirir en el bar: empanadas, tamales, dulzuras y vino. •• Esperamos que sea una hermosa fiesta. ¡Vengan a compartirla! ••



EN TAPA

"Somos un sistema de sistemas"
intervención anatómica de Longas + Pomiés
sobre "El nacimiento de venus" una obra del pintor William-Adolphe Bouguereau (1825 - 1905).

www.revistakine.com.ar

- **Artículos especializados.**
- **Agenda actualizada de cursos, talleres y actividades gratuitas.**
- **Sumario comentado de la última edición y sumarios completos de las ediciones anteriores.**
- **Datos para suscripción anual y detalle de beneficios para suscriptor@s.**
- **Suscripción al newsletter mensual con novedades de Kiné y del campo de lo corporal.**
- **Información para la solicitud de compra de ejemplares de la colección.**
- **Y toda la Guía 2022 con los vínculos (links) activos hacia las direcciones de mail y páginas web de los anunciantes.**

SUSCRIPCIÓN ANUAL DIGITAL

En el año 2020 inauguramos la posibilidad de suscripción a las ediciones digitales de Kiné, la revista de lo corporal. La suscripción anual abarca las 5 ediciones del año más la Guía Anual de Carreras, Cursos y Profesionales.

Incluye, además, la versión digital de dos libros de la Colección Kiné Biblioteca.

El envío de 5 posters digitales correspondientes a la serie de "Cadenas Musculares" y 3 ejemplares digitalizados de la colección, a elegir desde el N° 70 hasta la fecha, incluyendo las ediciones agotadas en su versión impresa.

\$1200.-

El modo de pago en Argentina: depósito o transferencia a la cuenta N° 13874/6. Caja de Ahorro en Pesos. Banco Provincia de Buenos Aires Sucursal 04007. CBU: 0140007603400701387469. IMPORTANTE: enviar el comprobante de pago con el nombre completo a kine@revistakine.com.ar

Para **suscripciones internacionales U\$S 20.-** consultar por e-mail a:

kine@revistakine.com.ar

A esa misma dirección se puede solicitar la compra de ejemplares de la colección.

Guía 2022
Kiné DE LO CORPORAL

Año XXX - N° 30
www.revistakine.com.ar

EDICION ANUAL GRATUITA

**CLASES
CURSOS
CARRERAS
PROFESIONALES**

- ANATOMIA
- ARTETERAPIA
- ARTES DEL MOVIMIENTO
- BIOENERGETICA
- BODY MIND CENTERING
- CLINICA CORPORAL
- CORPODRAMA
- CUERPO Y VOZ
- DANZA
- DANZA ARMONIZADORA
- DANZATERAPIA
- EMBARAZO Y PARTO
- ESFERODINAMIA
- EUTONIA
- EXPRESION CORPORAL
- GIMNASIA CONSCIENTE
- MASAJES
- MASCARAS
- METODO FELDENKRAIS
- ROLFING
- QI GONG
- SHIATSU
- SISTEMA MILDERTMAN
- SISTEMA RIO ABIERTO

**DISPONIBLE EN
EN NUESTRA PAGINA WEB**

La Guía Anual de Kiné, edición 2022, con toda la información sobre clases, carreras, cursos y profesionales de lo corporal.

Para consultas online, y también

• **DESCARGA LIBRE Y GRATUITA** •

Seguinos en: KINÉ la revista de lo corporal @kine.revista

1992

30 años de tapas

2022



las imágenes



Rafael Martín



Longas + Pomiés



Rubén Longas

El tema de las tapas ha sido una preocupación central en la Kiné de todas las épocas. La del N°1 la armamos con recortes de fotografías en blanco y negro tomadas en mis primeras clases de Expresión Corporal en el estudio de Lola Brikman y otras en lo de Patricia Stokoe. Era una forma de homenaje a los inicios. Ruben Longas, nuestro diseñador desde entonces hasta ahora, tuvo que luchar arduamente con calidades, enfoques y perspectivas para armar un collage que además de "memorioso" fuera estético. En el N°2 insistimos con la idea del collage, esta vez para manifestar los múltiples atravesamientos en nuestros cuerpos: palabras, imágenes, emociones, cultura... Podría seguir con la historia de cada tapa. Tengo un recuerdo imborrable de todas las que gestamos a dúo con entusiasmo, amor y adrenalina. 150 búsquedas, 150 hallazgos. Imposible. Me voy a conformar con algunas menciones fundamentales. Las ilustraciones de Rubén; doy como ejemplo sólo dos: una para el tema de la voz (N°7) y otra para el ojo y la mirada (N°52). Las ilustraciones de nuestro querido y recordado escultor Rafael Martín, artista de Bahía Blanca y del mundo, que generosamente nos autorizó a usar las fotografías de sus obras. Y una última mención especial para nuestro "invento" de realizar las que dimos en llamar "intervenciones anatómicas" sobre esculturas clásicas, y que firmamos juntos: longas+pomiés. En el N° 74 descubrimos la posibilidad de esa combinación que también pone énfasis en los cuerpos como amalgama de biología y cultura, y todavía seguimos encontrando nuevas variantes. Y una anécdota de cierre. En el N°78 para el poster habíamos trabajado lo anatómico sobre la figura de una bailarina, y en la tapa decidimos poner sólo las estructuras, la bautizamos: "Gracias Degás". Y gracias también a todas y todos los que colaboraron en esta tarea y en especial a Olga Nicosia y Cristina Oleari, que no nos dejaron cometer errores en la ubicación de órganos, músculos, huesos... Y a Carlos Martos editor y corrector atento e implacable. —Julia Pomiés



el color

Durante los primeros 20 años las tapas de Kiné fueron en blanco y negro. Recién en el año 2013 sumamos una segunda tinta: el bordó de pantone 222 que ya usábamos en el pliego central para el poster y que se mantiene hasta hoy como un distintivo de nuestra publicación



Ese color aplicado en las estructuras anatómicas resultó muy atractivo. Recién en 2021, en nuestras ediciones digitales nos dimos el lujo de recurrir a todo color. Pero siempre sin abandonar nuestro característico 222.



1972 30 años de la guía 2022

La Guía de Carreras, Cursos y Profesionales de lo Corporal fue siempre un espacio privilegiado en Kiné. Desde el N°1 iniciamos un relevamiento detallado con la pregunta "¿Quién forma a los formadores?". En cada una de las ediciones de ese primer año dimos cuenta de las escuelas de diversas disciplinas: Trabajo Corporal, Teatro, Danza, Mimo. Después convertimos esa sección en un extenso y exhaustivo informe anual dentro de la revista (desde 1993 hasta 1996). Y a partir de 1997, dada la gran cantidad de material que reunimos, la Guía se independizó como un suplemento aparte, anual, de distribución gratuita, acompañando cada edición de fin de año.

quién forma a los formadores

guía de institutos, escuelas y profesorado de trabajo corporal

Asociación Argentina de Arteterapia
Centro Cultural El Jardín
Escuela de Teatro de Agustín Alcega
Escuela de Danza

guía de formación teatro

Continuamos el relevamiento de instituciones que se dedican a la formación de profesionales vinculados a lo corporal en el campo de la educación, el arte o la salud. Esta vez nos ocupamos de las escuelas de teatro que dictan carreras de más de un año de duración. (Informe: Mariana Unasch)

Asociación Argentina de Arteterapia
Centro Cultural El Jardín
Escuela de Teatro de Agustín Alcega
Escuela de Danza

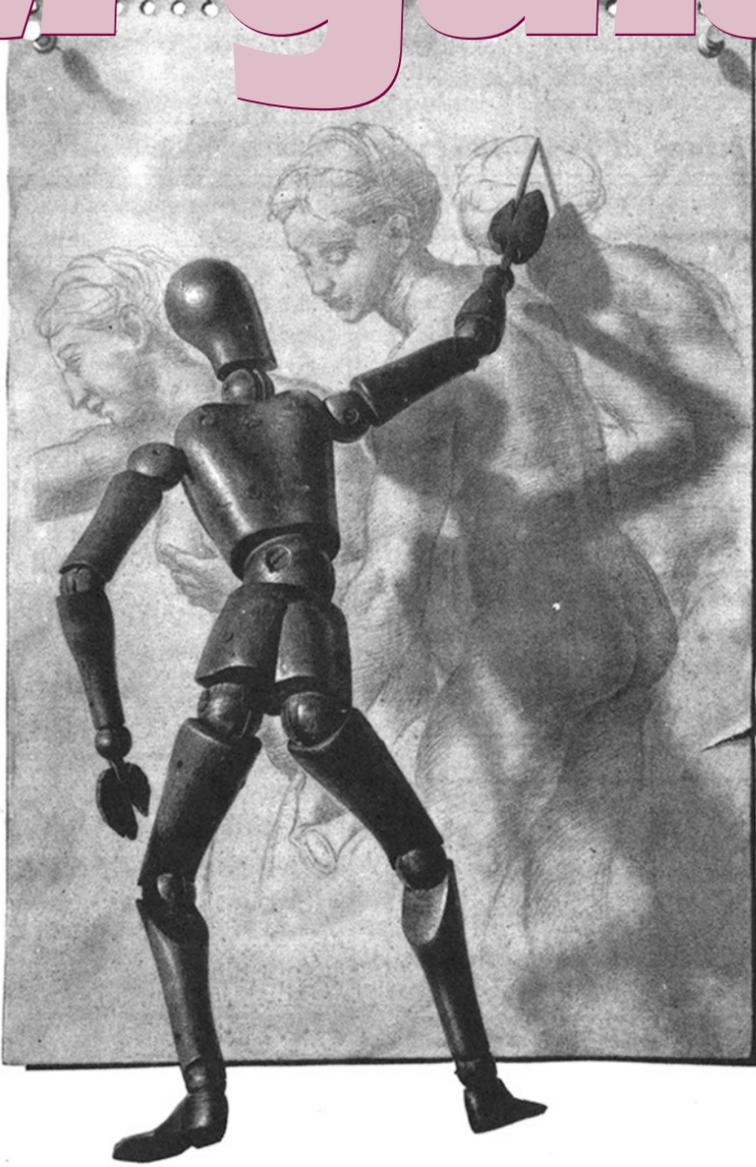
guía de formación danza

Tratamos de incluir desde el clásico más clásico hasta el jazz, el afro y las danzas latinoamericanas. Desde carreras de diez años de duración hasta espacios donde realizar una práctica más informal. Seguramente, habremos cometido más de una omisión involuntaria, pero la tarea no fue fácil. No conocemos entidades nucleadoras que concentren esta información. Tropezamos con algunas secretarías heréticas, de esas que no faltaron tampoco en las guías anteriores, y que otra vez nos llevan a preguntarnos qué datos quieren proteger algunas instituciones? Por supuesto, también --y en la mayoría de los casos-- nos encontramos con el entusiasmo por divulgar la tarea y convocar alumnos. Agradecemos el asesoramiento de Beatriz Amabile, y la biopsiquiatra de Claudia López Cantello. Pedimos disculpas a los asesores y las sugerencias que nos envíen sus datos por correo para que podamos corregir el error.

Escuela Superior de Arte del Teatro Colón
Escuela de Danza
Escuela de Teatro de Agustín Alcega
Escuela de Danza

guía de formación cómo ser mimo?

Escuela argentina de mimo corporal
Escuela de teatro y teatro participativo
Escuela de mimo moderno



En la impresión de las guías anuales, como suplementos separados de la revista fuimos alternando tintas de tres colores: bordó, violeta y verde. Hoy, la versión digital es a todo color y se puede consultar online o descargar libremente en nuestra página web www.revistakine.com.ar

Guía 2018 Kiné DE LO CORPORAL

www.revistakine.com.ar

ANATOMIA
ARTETERAPIA
BIENERGÉTICA
BONES FOR LIFE
CENTROS DE ENERGÍA
CLÍNICA CORPORAL
CORPODRAMA
DANZA
DANZA ARMONIZADORA
DANZATERAPIA
ESTERODINAMIA
EUTONIA
EXPRESSION CORPORAL
GIMNASIA CONSCIENTE
LIBERACION DE CORAZAS
MASAJES
MASCARAS
OPTALMOLOGIA
QI GONG
REFLEXOLOGIA
ROLFING
SHIATSU
SISTEMA RIO ABIERTO
YOGA

EDICION ANUAL GRATUITA
Año XXVI
N° 26

CARRERAS CURSOS PROFESIONALES

Guía 2016 Kiné DE LO CORPORAL

Año XXIV N° 24 • EDICION ANUAL GRATUITA
www.revistakine.com.ar

ANATOMIA
BIENERGÉTICA
BONES FOR LIFE
CENTROS DE ENERGÍA
CLÍNICA CORPORAL
CREATIVIDAD
DANZA
DANZATERAPIA
ESTERODINAMIA
EUTONIA
EXPRESSION CORPORAL
FELDENKRAIS
MASAJES
MASCARAS
GIMNASIA CONSCIENTE
QI GONG
REFLEXOLOGIA
SHIATSU
SISTEMA RIO ABIERTO
YOGA

CARRERAS CURSOS PROFESIONALES

Guía 2019 Kiné DE LO CORPORAL

www.revistakine.com.ar
Año XXVII N° 27

ANATOMIA
ARTETERAPIA
BIENERGÉTICA
BONES FOR LIFE
CENTROS DE ENERGÍA
CLÍNICA CORPORAL
CORPODRAMA
DANZA
DANZA ARMONIZADORA
DANZATERAPIA
ESTERODINAMIA
EUTONIA
EXPRESSION CORPORAL
GIMNASIA CONSCIENTE
MASAJES
MASCARAS
METODO FELDENKRAIS
OPTALMOLOGIA
QI GONG
REFLEXOLOGIA
SHIATSU
SISTEMA RIO ABIERTO
TECNICA ALEXANDER
YOGA

EDICION ANUAL GRATUITA

CARRERAS CURSOS PROFESIONALES

Guía 2021 Kiné DE LO CORPORAL

www.revistakine.com.ar
Año XXIX - N° 29

ANATOMIA
ARTETERAPIA
ARTES DEL MOVIMIENTO
BIENERGÉTICA
BODY MIND
CENTERING
CLÍNICA CORPORAL
CORPODRAMA
CUERPO Y VOZ
DANZA
DANZA ARMONIZADORA
DANZATERAPIA
EMBARAZO Y PARTO
ESTERODINAMIA
EUTONIA
EXPRESSION CORPORAL
GIMNASIA CONSCIENTE
MASAJES
MASCARAS
METODO FELDENKRAIS
METODO LIBERACION DE CORAZAS
QI GONG
SHIATSU
SISTEMA MILDREMAN
SISTEMA RIO ABIERTO

EDICION ANUAL GRATUITA

CARRERAS CURSOS PROFESIONALES

1992

30 años
de

2022

biopolítica



corralito 2001

Kiné N° 51 • Informe: Acerca de asambleas, vecinos y corralitos. La vecindad de los cuerpos que cantan, golpean cacerolas, ocupan lugares en la calle... Mónica Groisman y Adriana González (terapeutas corporales) cuentan su experiencia en la coordinación de talleres en los que se aborda el tema de lo social en el cuerpo.

• **Encierros que abren:** Graciela Cohen (terapeuta gestáltica) reflexiona acerca de la posibilidad de recuperarnos con rebelde creatividad.

• **Lidia Crescente** (instructora de Río Abierto) invita al contacto con nuestros corralitos internos.

• **Mariana Litvin** (bioenergetista) analiza los efectos corporales de estar «acorralado».

cuerpos en la mira del poder



Kiné N° 75 • Biopolítica: Apunten al cuerpo (Susana Kesselman).

• **El negocio de la delgadez** (Elina Matoso).

• **Sexualidad y poder** (Esther Díaz).

Filósofos, genetistas, semiólogos, economistas, sociólogos, políticos, intelectuales de variadas extracciones profesionales, tienen como objeto de estudio de sus investigaciones a la Biopolítica, al Biopoder. El tema involucra a los trabajadores corporales de un modo especial. Independientemente de las técnicas con las que estamos familiarizados, los entrenamientos corporales apuntan a desarrollar en nosotros las antenas perceptivas para captar lo que va aconteciendo en los cuerpos, en su biología, en los modos de vivir, de percibir, de actuar, de afectarse, como consecuencia de las marcas que el histórico social va imprimiendo. Nuestro quehacer apunta a hacer visibles estas marcas. —Susana Kesselman

La idea inicial, mucho antes de que se concretara, era sin duda más acotada: una revista sobre el cuerpo, su biología y su expresividad. Surgió en el intenso trabajo de autoconocimiento que implicaba la formación en recursos expresivos en el Instituto de la Máscara, donde muchos integrantes del grupo nos presentamos con nuestras "dualidades": soy abogado y hago teatro, soy docente y bailarina, soy bancaria y cantante... Y lo mío fue: soy periodista y coordinadora de expresión corporal. Cada uno transitó a su manera esos y otros, múltiples, personajes internos. En mi caso fue surgiendo una amalgama posible: hacer periodismo sobre lo corporal. Después de tantos años de trabajar en editoriales grandes, la idea de encarar un producto autogestionado me entusiasmó. Y entusiasmó a Carlos Martos, mi compañero de vida que trabajaba en la gráfica. Y a Rubén Longas, diseñador. Y a Elina Matoso, directora del Instituto de la Máscara. Y a Susana Kesselman, eutonista y escritora. Y a Patricia Stokoe, la creadora de la Expresión Corporal en la Argentina. Y a much@s colegas de diversas disciplinas corporales que sumaron su apoyo con textos, sugerencias, publicidad... Con Elina, Susana y Patricia como asesoras era afortunadamente inevitable que mi concepto de cuerpo estallara expandiéndose al entramado de lo biológico con lo psicológico, lo social, la cultura y la política. Y hacia allí nos encaminamos desde la primera edición donde Kesselman definió la idea de lo corporal en toda su amplitud. Y Matoso puso el acento en los vínculos inter-corporales en el trabajo grupal. La presencia de esa mirada biopolítica se fue reforzando con el aporte de nuev@s integrantes del equipo asesor y de redacción. Y a partir de la crisis del 2001 se instaló con más fuerza. Mónica Groisman propuso un informe sobre los cuerpos en las asambleas barriales. Y desde entonces seguimos sumando en cada edición algún tema vinculado a esa compleja relación entre los cuerpos y el poder. Desde el año 2010, con la incorporación de Celeste Choclin, investigadora en comunicación y cultura urbana, establecimos un informe biopolítico en cada edición. El primero, en el número 91 "De carne y piedra, el cuerpo en las ciudades". Sostuvimos y sostenemos ese espacio hasta hoy con títulos como: ¿Consumidores o consumidos? El cuerpo en las plazas. Endeudados: el cuerpo también paga. Biopolítica de los miedos. Abordando tantos temas que nos preocupan y nos implican corporalmente. Trabajo. Salud. Contaminación. Adicciones. Manipulación mediática. Feminismo. Sexualidades. Aborto. Nuevas tecnologías. Pandemia... Y en cada informe también sumaron sus aportes Susana Kesselman, Carlos Trosman, Raquel Guido, Paola Grifman, Sandra Reggiani, Anabella Lozano... y representantes de diversas disciplinas corporales implicadas con lo social: danza armonizadora, danza inclusiva, danza comunitaria, teatro comunitario... Y en los últimos tiempos Emiliano Blanco y Mariane Pécora. Aquí un pequeño muestrario. —Julia Pomiés



¿consumidores o consumidos?

- Kiné N° 107 • Corporeidad "outlet",** Susana Kesselman
- **¿Consumo o me consumen?,** Celeste Choclin
- **El cuerpo en la vidriera,** Melisa Altuve
- **Para no consumir pensamiento enlatado,** Carlos Trosman
- **Consumidos por la mercancía,** Enrique Carpintero
- **¿Cuánta voracidad aguanta la democracia?,** Carlos Martos



carne y piedra



Marcha 24 de marzo 2010, foto Carlos Martos

Kiné 91 • El cuerpo en las ciudades

- **Se mira y no se toca,** Celeste Choclin.
- **Una nueva dureza,** Susana Kesselman.
- **Geografías biopolíticas,** Mónica Groisman.
- **Estos y otros terremotos,** Carlos Trosman.
- **Miedos urbanos,** Alicia Entel.
- **Lo orgánico y lo mineral,** Valerie Gaillard.

más biopolítica

• **Relaciones de poder sobre la vida**
Celeste Choclin.

• **La Biopolítica como puente**
Susana Kesselman.

• **Lo corporal como oportunidad**
Mónica Groisman.

• **Tiempos de corporalismo**
Carlos Trosman.

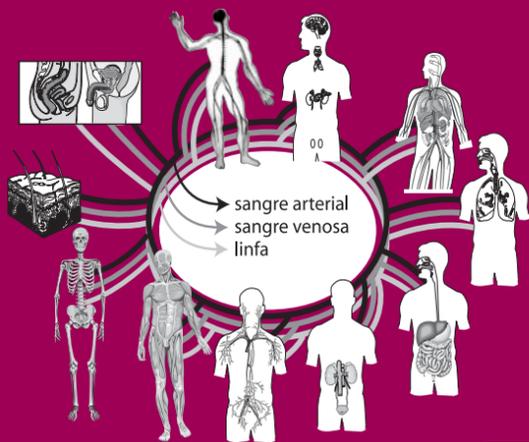
• **Lo bio y lo político**
Carlos Martos.

• **Conductas de Riesgo**
nuevo libro
de David
Le Breton.

• **Kiné N°97**



ilustración Rubén Longas



somos un sistema de sistemas

una mirada múltiple de lo corporal

año 2003



La idea de la NOTA-POSTER siempre sobrevoló nuestras páginas y, en varias ocasiones, se concretó desarrollando temas puntuales: El Homúnculo (Kiné N°4), Equilibrio y postura (Kiné N°5), Nutrición (Kiné N°11), Centros de energía (Kiné N°12), Shiatzu, puntos de primeros auxilios (Kiné N°16), Masajes para el bebé (Kiné N°19), Nuestros músculos (Kiné N°22 y N°24), Vida Intrauterina (Kiné N°46)... Y otros... La idea era aprovechar el gran tamaño de la doble página central de nuestra revista, formato «tabloide», que desplegada nos da un espacio muy amplio (40 centímetros por 57 centímetros) para ilustraciones y textos explicativos, y muchas posibilidades para que fueran didácticos y bellos a la vez, a modo de grandes infografías. Ya en el 2002 decidimos publicar posters en todas las ediciones y optamos por dedicar los 5 posters de ese año a un solo tema: los sentidos. Después de aclarar que «ni los vientos son cuatro, ni siete los colores...» ni cinco los sentidos... nos abocamos a desarrollar: gusto, el sabor del mundo (Kiné N°51); el ojo y la mirada (Kiné N°52); el oído, la escucha y el equilibrio (Kiné N°53); epidermis, tacto y contacto (Kiné N°54); el olfato, un sentido profundo (Kiné N°55). En todos los casos el tema se completaba con un informe escrito por especialistas de diversas disciplinas que nos convocaban a ampliar la mirada desde lo meramente anatómico hacia lo sensorio-perceptivo, lo psicológico, la creatividad y el arte, lo social y político...

En 2003, con la certeza de que ese era un camino muy adecuado para nuestra visión de lo corporal, iniciamos una serie de láminas e informes en la que buscábamos desarrollar cada tema de la biología como capas de una cebolla que se multiplicara desde el hueso al mundo. Junto con Olga Nicosia lo bautizamos: *Somos un sistema de sistemas*. Y esa multiplicidad de sistemas biológicos que nos componen de la piel hacia adentro, inter-relacionados e interdependientes, la percibimos inscrita en numerosos sistemas concéntricos: otros cuerpos, la familia, la cultura, la política, la ecología y hasta las energías del planeta y del cosmos. Sistemas que nos afectan y a los cuales también afecta nuestra presencia. No imaginábamos entonces que resultaría un abordaje tan eficiente y, al parecer, inagotable. Primero pusimos el centro de interés en cada uno de los grandes sistemas orgánicos, en forma global. Después fuimos poniendo el foco sobre los detalles, desplegando nuevos puntos de vista. Por ejemplo, cada músculo en forma individual, observando su función y relaciones dentro de una cadena miofascial. Y así, paso a paso, desarrollamos 95 posters y 95 informes que los complementan. ¡Y vamos por más!



PRIMER INFORME
Y NOTA-POSTER
de una sección
que hoy cumple

19
años
95
ediciones

ÍNDICE COMPLETO EN LA ÚLTIMA
PÁGINA DE ESTA EDICIÓN Y EN
WWW.REVISTAKINE.COM.AR

nuestra alta complejidad

escribe Julia Pomiés

Una bacteria unicelular, un rosal florecido, un elefante, ustedes, yo... todos los seres vivos "hacemos lo mismo": somos una porción de materia envuelta en una membrana más o menos permeable; tenemos la posibilidad de incorporar ciertos elementos del ambiente y procesarlos; los utilizamos para recuperar energía, crecer, reproducirnos... Eliminamos los desechos. Nos retraemos ante las agresiones, nos expandimos si las condiciones son óptimas... Las mayores diferencias consisten en el grado de complejidad de cada ser.

"La vida no sólo es compleja, sino que tiende a evolucionar hacia una mayor complejidad, atributo que parece ser fundamental para su continuidad;" nos dice Moshe Feldenkrais en su libro *La dificultad de ver lo obvio*. Así, los seres humanos, productos casi finales de la escala evolutiva, somos los más complicados. A nivel biológico, cada organismo vivo es en sí mismo un mundo de microorganismos. Y el humano lleva eso al colmo. Nuestro sistema nervioso, por ejemplo, cuenta con un número astronómico de células ($3 \cdot 10^{10}$), y por eso mismo

es capaz de una extraordinaria capacidad de resistencia y adaptación a los ambientes más diversos.

Cada uno de los sistemas orgánicos que componen nuestro cuerpo tiene un altísimo grado de complejidad y actúa en forma coordinada con todos los demás, integrándose en una permanente interacción.

Una de las redes de integración de los sistemas orgánicos es a través de los fluidos corporales (sangre, linfa). Otra está constituida por el sistema fascial que envuelve, protege y sostiene todos los músculos y órganos de nuestro cuerpo.

Los sistemas nervioso y endócrino en un trabajo conjunto (pueden denominarse sistema neuroendocrino), relacionados a través de la glándula hipófisis son los "directores de orquesta".

Los líquidos corporales (sangre arterial, sangre venosa, linfa) son sistemas de comunicación que llevan y traen en una incesante circulación las sustancias que todos producen y también las que eliminan. El corazón bombea para que la circulación no se detenga y el intercambio de sustancias se produzca hasta en los rincones más distantes.

El aparato digestivo proporciona combustible que se "quemará" utilizando el oxígeno aportado por los pulmones; encargados también de devolver al exterior los gases resultantes de tal combustión.

Otros residuos innecesarios o tóxicos, serán eliminados por el mismo aparato digestivo o por el urinario (después de atravesar

el filtro de los riñones).

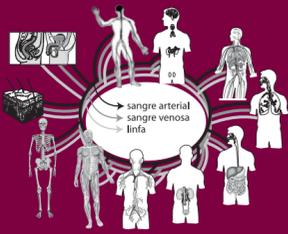
La energía producida permitirá el crecimiento, la reproducción y el movimiento; este último está sobre todo a cargo del sistema óseo y el muscular, hoy considerado miofascial (músculos más fascias), porque los sistemas de sostén se complementan con los tejidos conectivos y el sistema tegumentario.

En toda esta sinfonía resultan fundamentales las funciones de protección que también ejercen los tejidos tegumentarios (piel, mucosas, membranas...) y las barreras inmunológicas existentes, con características propias, en los diversos tejidos orgánicos.

Y pensar que en el principio fuimos un encuentro fortuito entre sólo dos células (óvulo y espermatozoide) con toda la información necesaria para convertirnos poco a poco en humanos. En el proceso de la gestación repetiremos, cada vez, paso a paso el proceso de evolución de las especies. Así pasaremos de ser seres unicelulares, a pluricelulares, gusanitos apenas inervados, renacuajos con esqueleto rudimentario... hasta llegar a constituirnos en mamíferos vertebrados. Como dicen los biólogos: **la ontogénesis repite la filogénesis.**

Julia Pomiés es periodista, directora de *Kiné la revista de lo corporal*; Lic. Artes del Movimiento (UNA); Prof. de Expresión Corporal (Isea - CEC); Coordinadora de Recursos Expresivos (Instituto de la Máscara); integrante de ARECIA (Asociación de Revistas Culturales Independientes). Mail: juliapomies@revistakine.com.ar

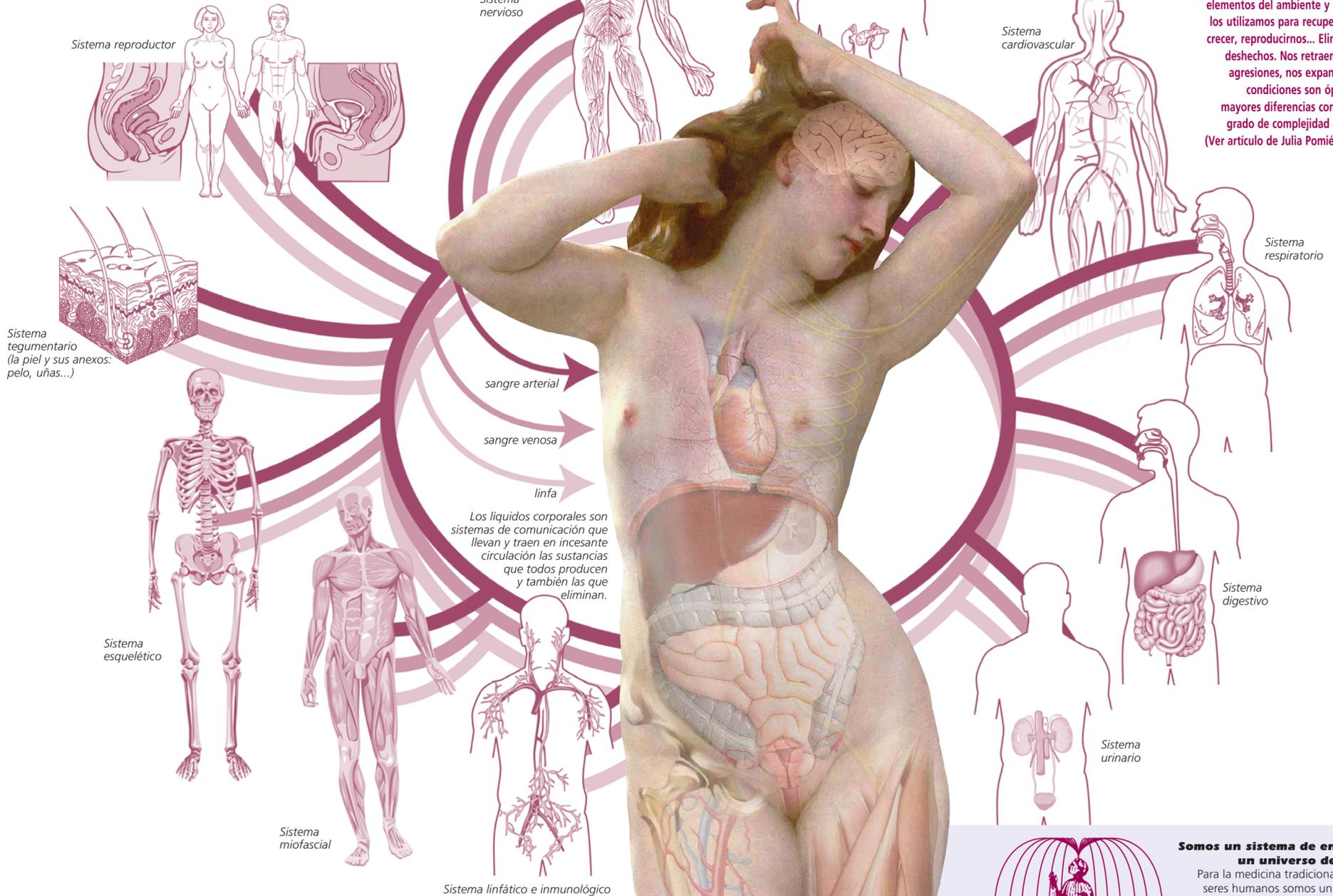




somos un sistema de sistemas

Idea y realización: Julia Pomíes
Ilustraciones: Rubén Longas
Supervisión: Olga Nicosia

Una compleja red de sistemas biológicos engarzada en un mundo personal afectivo, cultural, social, histórico... inmersa en redes concéntricas que se amplían hasta abarcar el ecosistema local y planetario... e incluso el mismísimo cosmos.
Palabra clave: interdependencia.



Una ameba unicelular, un rosal florecido, un elefante, ustedes, yo... todos los seres vivos "hacemos lo mismo": somos una porción de materia envuelta en una membrana más o menos permeable; tenemos la posibilidad de incorporar ciertos elementos del ambiente y procesarlos; los utilizamos para recuperar energía, crecer, reproducirnos... Eliminamos los desechos. Nos retraemos ante las agresiones, nos expandimos si las condiciones son óptimas... Las mayores diferencias consisten en el grado de complejidad de cada ser. (Ver artículo de Julia Pomíes en pág. 8)

Los organismos unicelulares como las amebas cumplen todas las funciones vitales de un organismo vivo. En los animales más complejos, las células se especializan y se organizan en grupos o tejidos que cumplen funciones específicas. En los humanos y demás vertebrados, este proceso llega a su máximo grado de especialización, poseemos:

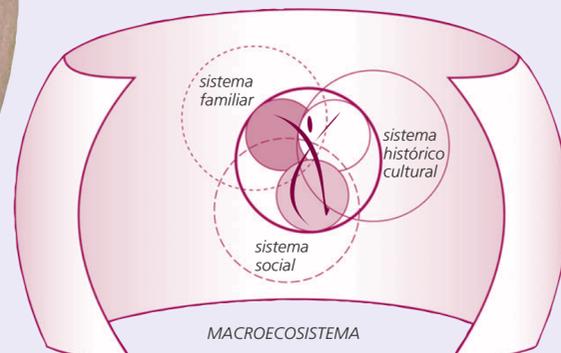
- un tracto **digestivo** para digerir y absorber nutrientes,
- un sistema **respiratorio** para captar oxígeno y eliminar anhídrido carbónico,
- un sistema **urinario** para eliminar desechos,
- un sistema **cardiovascular** para distribuir el oxígeno y los nutrientes en todo el cuerpo,
- un sistema **reproductor** para asegurar la supervivencia de la especie,
- un sistema **tegumentario** que nos protege del ambiente externo,
- un sistema **músculo-esquelético** que garantiza las funciones básicas de respiración, alimentación, comunicación, locomoción, el movimiento del cuerpo en el espacio y el contacto con nuestro entorno,
- un sistema **inmunológico** para la defensa del organismo,
- y los sistemas **nervioso y endocrino** como coordinadores y reguladores de los demás.

(Ver artículo de Silvia Mamana "Así en la célula como en el cosmos" en pág.10)



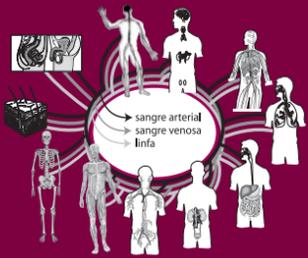
Somos un sistema de energía en un universo de energía

Para la medicina tradicional china, los seres humanos somos un sistema de energía, donde circula la energía cósmica universal llamada Qi (se pronuncia Chi). Este Qi humano, está producido por el Qi del cielo, **energía Yang** intangible de la cual nos nutrimos a través de la respiración y que tiene gran influencia sobre el sistema nervioso y el movimiento (tanto interno como externo); y por el Qi de la tierra, **energía Yin** tangible que absorbemos con la alimentación, de la que dependen los procesos químicos, la sangre y los fluidos. (...) Todos los procesos del clima y del ecosistema de la Tierra son impulsados por la energía radiante que la Tierra recibe del Sol y la energía geotérmica contenida en el interior de la Tierra. Y todos están siendo dañados por la intervención humana. Un claro desequilibrio ecológico donde la acumulación de poder y capital consume los recursos naturales desenfrenadamente, donde el "cada vez más" de unos pocos genera el "cada vez menos" de la mayoría. Es necesario romper la barrera del individuo, de la individualidad, para comprender que somos partes de una comunidad, de un planeta, de un cosmos. La concepción individualista y la aceptación de la intermediación del mercado en la relación con la naturaleza y los recursos energéticos, nos alejan de la raíz, que es la tierra, y de la conciencia de ser parte de una ecología planetaria y cósmica. (Ver artículo de Carlos Trosman en pág.11)



El modo en que los sistemas más amplios contienen a otros más acotados, que se entrecruzan y se influyen mutuamente, ha sido graficado de diversas maneras. Todas señalan la inevitable confluencia e interacción de las distintas áreas en el sistema de cada persona.

Para poder hablar del cuerpo sabemos que está dentro de un cosmos: la tierra, los animales, las plantas, los planetas, el sistema solar, el universo. Hablamos de un cuerpo, de su significación, de un cuerpo de la cultura. Hay una gran negación de esto en quienes tienen en sus manos y en sus arcas los destinos del planeta. En primer lugar, las grandes potencias y el momento actual del capitalismo salvaje. Los caminos de la destrucción de todo el ecosistema hacían ineludible, por ejemplo, la aparición de una pandemia junto con la destrucción del aire, de los mares, de los bosques, de los humedales, la inequidad, la miseria, etcétera. Y escribo estas líneas en un momento aún más trágico: la guerra. Es urgente recuperar el cuerpo frente al momento trágico y a la denegación, recuperando los ideales de lo particular y lo universal, el amor y la otredad. (Ver artículo de Mario Buchbinder "En un mundo de luchas por el poder", pág. 12)



somos un sistema de sistemas

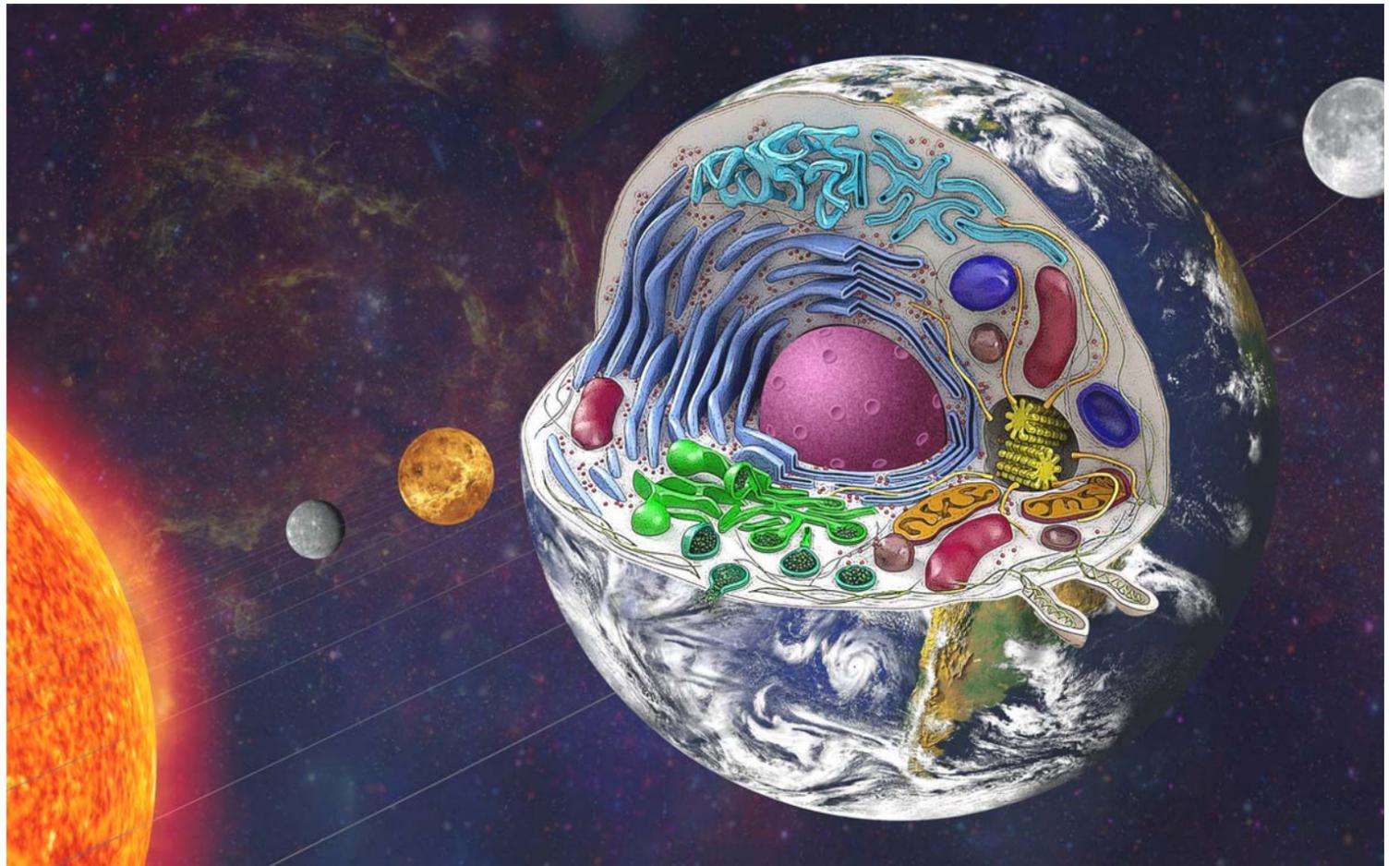
así en la célula como en el **COSMOS**

escribe **Silvia Mamana**

Los organismos unicelulares como las amebas cumplen todas las funciones vitales de un organismo vivo. En los animales más complejos, las células se especializan y se organizan en grupos o tejidos que cumplen funciones particulares. En los humanos y demás vertebrados, este proceso llega a su máximo grado de especialización: poseemos un tracto digestivo para digerir y absorber nutrientes, un sistema respiratorio para captar oxígeno y eliminar anhídrido carbónico, un sistema urinario para eliminar desechos, un sistema cardiovascular para distribuir el oxígeno y los nutrientes en todo el cuerpo, un sistema reproductor para asegurar la supervivencia de la especie, un sistema tegumentario que nos protege del ambiente externo, un sistema músculo-esquelético que garantiza las funciones básicas de respiración, alimentación, comunicación, locomoción, el movimiento del cuerpo en el espacio y el contacto con nuestro entorno, un sistema inmunológico para la defensa del organismo, y los sistemas nervioso y endocrino como coordinadores y reguladores de los demás.

Como unidad fundamental de la vida la célula es capaz de reproducir todas las actividades del organismo vivo: crecen, se reproducen, se enferman, se reparan y mueren.

Para ello, poseen "órganos" especiales que cumplen las mismas funciones de los distintos sistemas fisiológicos antes mencionados. A pesar de que no existe en el cuerpo una célula "tipo", la mayoría de ellas cuentan con diversas estructuras u **organelas**, que cumplen funciones específicas dentro del mecanismo de funcionamiento celular. Podríamos considerar a las **mitocondrias** como el aparato res-



piratorio de la célula, al **retículo endoplasmático rugoso** y a las **vacuolas** como el sistema circulatorio, al **aparato de Golgi** como el sistema digestivo y a los **peroxisomas** como el sistema urinario. Los **lisosomas** podrían considerarse como precursores del sistema inmunológico, y los **riobosomas**, del sistema endocrino. El **núcleo** de la célula, con el ADN que guarda los registros del código genético y dirige la síntesis de las proteínas, puede compararse con el sistema nervioso. En cuanto al sistema locomotor, la célula posee también un **citoesqueleto** formado por **microtúbulos** (similares a

los huesos), **microfilamentos** que poseen actina, como los músculos, y **filamentos intermedios** que dan forma y cohesión a la célula, funciones similares a las de las fascias y ligamentos. La célula no solamente posee movilidad, sino que tiene estructuras como las ciliadas y los **flagelos** que podrían asociarse a nuestros brazos y piernas.

La **membrana celular** no solamente cumple las funciones de protección y separación del ambiente interno y externo de la célula, sino que también asume la tarea de registro y selección de lo que entra y de lo que no ingresa, y la de abrirse y cerrarse en función de las con-

diciones del ambiente externo, como lo hacemos a través de la piel y los sentidos.

Desde la simplicidad de la ameba, pasando por las esponjas y los demás estadios de la evolución filogenética, cada célula es un organismo autónomo, con capacidad de pensar y tomar decisiones, mantener su homeostasis y relacionarse formando "comunidades" o tejidos. De la misma manera, los tejidos se organizan para formar sistemas, y los sistemas para concebir un ser vivo. Los seres vivos crean comunidades y éstas, en conjunto con los ecosistemas, conforman un mundo. Finalmente, el universo es

la integración armónica de los distintos mundos.

La misma matriz y las mismas funciones se encuentran en cada partícula de vida: desde la microscópica célula al vasto cosmos en constante expansión.

Silvia Mamana. Practitioner de Método Feldenkrais y de BMC. Somatic Movement Educator y Trainer de BMC. Docente de la UNA para el Posgrado en Danza-Movimiento Terapia y de la diplomatura en Educación somática, PUCP. Coordinadora del 1er. Posgrado en Esferokinesis, UNNE. Directora del CIEC.



Escuela Nuad Thai Cursos de Formación

- Curso Introductorio
- Formación Tradicional
- Posgrados

- Grupos reducidos
- Clases privadas
- Atención a terapeutas

La Escuela Nuad Thai sigue las enseñanzas de un mo borarn, un médico tradicional tailandés, a quién invita cada año a la Argentina para continuar con la difusión y enseñanza de contenidos de las tradiciones Tailandesa y Lanna.

www.escuelanuadthai.com

escuelanuadthai@gmail.com



Susana Estela
CUERPO Y ARTES

TALLERES • FORMACIÓN • TERAPIAS

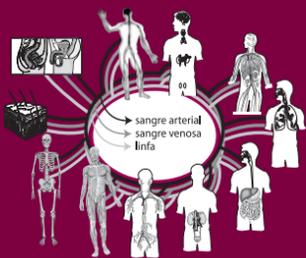
Los recursos artísticos en la coordinación grupal.

Curso teórico-vivencial para enriquecer la práctica profesional con instrumentos del movimiento, la plástica y el teatro

Cuerpo y Arte vía Zoom | Argentina | Brasil | España |

www.susanaestela-artes.com • 4861-2406

• susanaestela@gmail.com / correo@susanaestela-artes.com



somos un sistema de sistemas

en un universo de energía

escribe Carlos Trosman

Somos una parte integrante de la ecología del cosmos

El término energía proviene del griego *enérgeia*, 'actividad' 'operación'; de *energós*, 'fuerza de acción' o 'fuerza de trabajo'. Sus diversas definiciones lo relacionan con una capacidad para obrar, transformar o poner en movimiento. En física se define como la capacidad que tiene un sistema para realizar un trabajo. Es la posibilidad (potencial) o habilidad (acción) para hacer funcionar las cosas. Todo cuerpo es capaz de poseer energía en función de su movimiento, posición, temperatura, masa, composición química, y otras propiedades. En términos biológicos, puede considerarse como la habilidad de generar algún tipo de cambio.

La energía es la capacidad que tiene un cuerpo de realizar un cambio, una transformación.

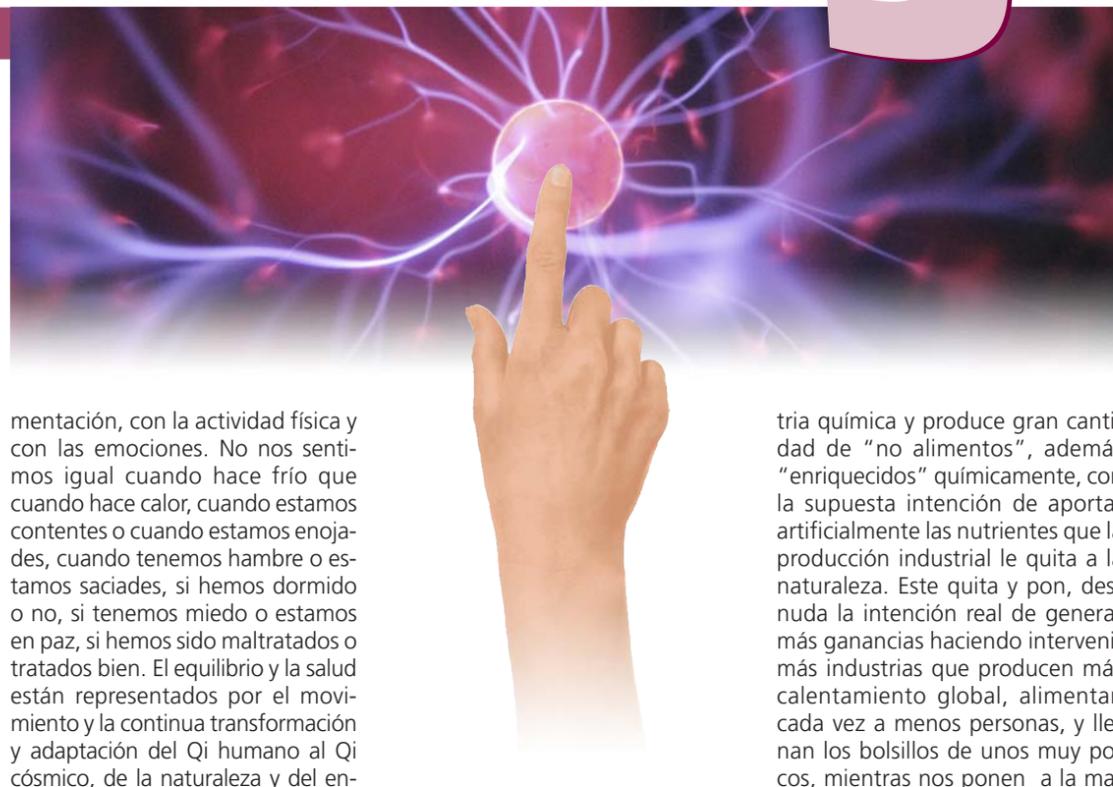
"Lo único permanente es el cambio", dice el Tao Te King.

Somos un sistema de energía en un universo de energía

Para la medicina tradicional china, los seres humanos somos un sistema de energía, donde circula la energía cósmica universal llamada Qi (se pronuncia Chi). Este Qi humano, está producido por el Qi del cielo, **energía Yang** intangible de la cual nos nutrimos a través de la respiración y que tiene gran influencia sobre el sistema nervioso y el movimiento (tanto interno como externo); y por el Qi de la tierra, **energía Yin** tangible que absorbemos con la alimentación, de la que dependen los procesos químicos, la sangre y los fluidos.

Constantemente el Yin se transforma en Yang (los alimentos se convierten primero en fluidos para llegar a producir calor, movimiento y pensamiento). Y el Yang se transforma en Yin (el oxígeno se integra a la sangre pasando de inmaterial a material, y llega a formar parte de huesos, músculos, órganos).

La Medicina Tradicional China postula un sistema energético diferente a los conocidos en occidente: el Sistema de los King-Lo (Canales y Colaterales), llamado también Sistema de Puntos y Meridianos. Por esta red de canales circula el Qi en diferentes direcciones, tanto ascendentes como descendentes y desde el interior de los órganos hacia la piel y viceversa. Estos ríos invisibles llevan el Qi del universo dando vida a nuestro cuerpo y a nuestra conciencia. Esa circulación varía con los climas, con las horas del día, con las estaciones del año, con la edad, y también con la ali-



mentación, con la actividad física y con las emociones. No nos sentimos igual cuando hace frío que cuando hace calor, cuando estamos contentes o cuando estamos enojados, cuando tenemos hambre o estamos saciados, si hemos dormido o no, si tenemos miedo o estamos en paz, si hemos sido maltratados o tratados bien. El equilibrio y la salud están representados por el movimiento y la continua transformación y adaptación del Qi humano al Qi cósmico, de la naturaleza y del entorno. Esta adaptación como seres producidos por las interacciones de la naturaleza y el cosmos, y por ende parte de este universo energético, también tiene un aspecto productor: modificamos la naturaleza con la cultura y el desarrollo humano, no siempre a conciencia de la importancia vital de este intercambio.

Energía y Ecología

Los seres vivos constituyen sistemas abiertos que intercambian materia y energía con el entorno: respiran, se alimentan, generan desechos, se reproducen. **La energía se mueve y cambia de forma.** Por ejemplo, la energía potencial química es la energía almacenada en los enlaces químicos de los átomos y moléculas. Un ejemplo en nuestro cuerpo es la glucosa, que almacena energía potencial química que se transforma en energía calórica por medio del metabolismo, para mantener la temperatura del cuerpo. Los organismos vivos requieren energía para mantenerse vivos, como la energía que obtienen de los alimentos. La mayoría de los ecosistemas obtienen su energía a partir del sol. Los **productores** convierten la luz solar en energía química o comida, como es el caso de las plantas por medio de la fotosíntesis. Los **consumidores**, como animales y humanos, obtienen algo de esa energía cuando se alimentan de los productores. Los animales también pasan algo de esa energía a otros consumidores cuando son devorados. **La energía circula y se transforma, transformando a su vez todo a su paso.** La civilización humana requiere energía para funcionar, que obtiene explotando recursos de la naturaleza como combustibles fósiles

(carbón, petróleo y gas natural), combustible nuclear, la biomasa como la madera, o energías renovables. Pero todos los procesos del clima y del ecosistema de la Tierra son impulsados por la energía radiante que la Tierra recibe del Sol y la energía geotérmica contenida en el interior de la Tierra.

Según el informe de la ONU sobre el cambio climático emitido el 28/02/2022, **"el cambio climático inducido por el ser humano está causando una perturbación peligrosa y generalizada en la naturaleza y afectando a miles de millones de vidas en todo el mundo.** A pesar de los esfuerzos por reducir los riesgos, las personas y los ecosistemas más vulnerables frente a estos riesgos son los más azotados por los efectos del clima." ... "En este momento casi la mitad de la población vive en una zona de peligro. Muchos ecosistemas han alcanzado el punto de no retorno. La contaminación por emisiones de carbono sin control empuja a la población más vulnerable del mundo a un camino de destrucción." declaró el Secretario General de la ONU, António Guterres.

Verdad o consecuencia

La intermediación que se produce en las sociedades modernas por medio de la cultura y las políticas económicas de consumo, provocan la mediatización de la relación de los seres humanos con la naturaleza para la obtención de energía a través de los alimentos, el aire, el agua, el sol y los elementos químicos necesarios para nuestra supervivencia que en ella se encuentran. Así, los alimentos dependen de una poderosa industria alimentaria, que ahora está entramada con la indus-

tria química y produce gran cantidad de "no alimentos", además "enriquecidos" químicamente, con la supuesta intención de aportar artificialmente las nutrientes que la producción industrial le quita a la naturaleza. Este quita y pon, desnuda la intención real de generar más ganancias haciendo intervenir más industrias que producen más calentamiento global, alimentan cada vez a menos personas, y llenan los bolsillos de unos muy pocos, mientras nos ponen a la mayoría cada vez más al borde de la extinción. Esta intermediación del "mercado" para cubrir las necesidades vitales, esenciales y no esenciales de la humanidad, está reforzada por los medios de comunicación y la publicidad, habilitada por una educación insuficiente o mala, creando así grandes masas de clientes cautivos en países con economías sumergidas, economías así sostenidas por los países centrales, del "primer mundo", que "ayudan" obscuramente con préstamos impagables, mientras se mantienen a flote pisando cabezas que se mantienen sumergidas. Sumergidas en la falta de alimentos de calidad, en la falta de agua potable, respirando un aire cada vez más sucio, afectando sus propias biológicas y su calidad de vida. Así se vuelve muy difícil elegir dejar de ser una víctima más de un sistema corrupto y, en definitiva, antihumano, y tomar otras decisiones más acertadas para la propia vida. Porque el problema para esto es que requiere conciencia, educación y también dinero, de un poder del cual los poderes hegemónicos van vaciando a la gente.

El MAS de pocos genera el MENOS del resto.

Un claro desequilibrio ecológico donde la acumulación de poder y capital consume los recursos naturales desenfrenadamente, sin que esto redunde en una mejora global de las condiciones de vida de la humanidad.

Somos una unidad de unidades

Humberto Maturana dice: "... los seres humanos haremos de lo humano lo que de hecho hagamos

al vivir, porque nada de lo que hagamos en el vivir será inocuo para nuestra biología..."

"...Nuestra biología depende del mundo en que vivimos."
-agrega Humberto Maturana

Gregory Bateson opina: "Un organismo que destruye su ambiente, se destruye a sí mismo."

Nuestros recursos naturales más íntimos son la relación con nosotros mismos y con nuestro entorno. Este entorno se ampliará o no, de acuerdo a nuestra percepción y a cómo nos situemos en el mundo.

Es necesario romper la barrera del individuo, de la individualidad, para comprender que antes somos partes de una comunidad, de un planeta, de un cosmos. La concepción individualista y la aceptación sin cuestionamientos de la intermediación del mercado en la relación con la naturaleza y los recursos energéticos para el desarrollo de la vida y el desarrollo humano, nos alejan de la raíz, que es la tierra, y de la conciencia de ser parte de una ecología planetaria y cósmica.

Cuanto mayor, más variado y más flexible es un sistema ecológico, adquiere más complejidad y más posibilidades de adaptación y supervivencia.

Sentirse, respirar, percibirse y percibir el entorno son datos imprescindibles para poder decodificar cómo estamos y qué necesitamos. ¿Cuáles son mis necesidades reales? ¿Qué necesita el mundo? ¿Cómo honrar la vida? Somos lo que comemos, somos lo que bebemos, somos lo que respiramos, somos lo que pensamos, somos lo que hacemos con nuestras circunstancias y con las relaciones con los demás. "... quien respeta el mundo en su misma persona, es digno de que se le confíe la humanidad. Y el que ama al mundo en su misma persona, lo merece también." Tao Te King.

Bibliografía:

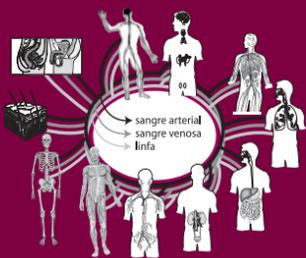
-Antropología del cuerpo y modernidad, David Le Breton, Ed. Nueva Visión, Buenos Aires, 1995.

- El sentido de lo humano, Humberto Maturana R., Dolmen Ediciones, España, 2002, p. 152, 153.

-Noticias ONU <https://news.un.org/es/story/2022/02/1504702>

- Tao Te King, Lao Tsé, Trad. Richard Wilhelm, Ed. Sirio, Málaga, 2000.

Carlos Trosman es Psicólogo Social, Diplomado en Corporeidad y Psicodrama, Fundador de la Escuela de Shiatzu Kan Gen Ryu® en 1992. Director del Instituto Internacional de Qi Gong Argentina. carlostroman@gmail.com



somos un sistema de sistemas

en un mundo de luchas

Peripecias del deseo en tiempos de endeudamiento, guerras, pandemia...

escribe **Mario Buchbinder**

"Tus labios y tus ojos, tu mirada me hacen amar el universo"

Quien no se ha preguntado en estos últimos 2 años, años de pandemia, ¿Cuánto acercarse al otro, abrazarlo, darle un beso, si tiene una gripe o el Covid? Si concurrirá a un gimnasio o a hacer trabajo corporal ¿Cuánto cuidarse, si el cuidarse no es un modo de la represión, o cuánto acallar todas estas precauciones y vivir en libertad? Seguramente muchísimas más preguntas.

Al referirnos al cuerpo en primer lugar nos referimos al cuerpo humano, pero esto es una dificultad. Porque hacemos un cuerpo humano-centrismo dado que para poder hablar del cuerpo sabemos que está dentro de un cosmos: la tierra, los animales, las plantas, los planetas, el sistema solar, el universo. También hablamos de un cuerpo, de su significación o de un cuerpo de la cultura.

Nos asombramos de la pandemia, nos preguntamos por qué tiene que suceder esto. Sin embargo, ya estaba preanunciado décadas antes.

Los caminos de la destrucción de todo el ecosistema, del sistema planetario hacían ineludible por un tema de zoonosis¹ o por alguno de los temas particulares que pudiera transformarse en una gran destrucción que en este caso, es una pandemia junto con la destrucción del aire, de los mares, de los bosques, de los humedales, la inequidad, la miseria, etcétera.

Hay una gran negación en quienes tienen en sus manos y en sus arcas los destinos del planeta. En primer lugar, las grandes potencias y el momento actual del capitalismo salvaje. Si hay una denegación del mo-

por el poder



mento de la pandemia, de las vacunas, de los peligros del contagio es un problema sociocultural pero en el que cada uno de nosotros no está al margen.

Qué pasa con la imagen del cuerpo y el entrecruzado con el esquema corporal, éste último según Dolto, se refiere al cuerpo anatómico, el cuerpo de la biología, la imagen del cuerpo está atravesada

por la cultura y el deseo ¿cómo lo atraviesa cómo está atravesado en estos años de pandemia?

En la novela "Muerte en Venecia" a partir de la cual Luchino Visconti dirigió la película con el mismo nombre, un clásico del cine italiano, Visconti narra el camino a la muerte del personaje que encarna Dick Bogarde, versus la hermosura y la alegría de un joven adolescente.

Mientras transcurre el camino hacia la muerte de ese personaje y hacia la vida del joven, en Venecia ocurren las muertes por una peste, el cólera.

La peste por la cual estamos todos atravesando debemos darnos cuenta que es un índice de la destrucción de nuestro cuerpo y de la destrucción planetaria.

Si uno de los grandes peligros de la pandemia es el contagio por la

cercanía con el otro, llama la atención la paradoja de que al mismo tiempo que siguen ocurriendo los contagios y las muertes, por otro lado en nuestro país en los centros de verano y en las ciudades y los pueblos del mundo, el contacto con los otros, denegación mediante, tuviera que venir de la mano de la eroticidad.

Claro que el otro es imprescindible en la construcción de la subjetividad y por supuesto del cuerpo y de la imagen del cuerpo.

Parece como si los grandes ideales de la humanidad, de los que no están exentos la lucha por la vida y por la muerte, hubieran quedado aplastados por la máscara del goce.

El barbijo hace presente las máscaras más antiguas y las del presente.

¿Pueden estar unidos los grandes ideales y el goce por la vida?

Escribo estas líneas en un momento aún más trágico de la humanidad que es la guerra en Ucrania con el destrozado de lo humano, las muertes y la zozobra. Momento en que se preanuncia el posible pasaje de la pandemia a la endemia.

Se trata de recuperar el cuerpo frente al momento trágico y a la denegación, recuperando los ideales de lo particular y lo universal, el amor y la otredad.

¹ (El término **zoonosis** designa a la enfermedad o a la infección que se da en los animales, producida por diferentes agentes infecciosos, y que, cumpliendo determinadas circunstancias, puede ser transmitida al hombre en condiciones naturales).

Mario Buchbinder es médico psicoanalista, psicodramatista. Director del Instituto de la Máscara.



MEDICINA ENERGÉTICA BIOLÓGICA CLÍNICA HOMEOPATÍA

Fundación Dr. Puiggrós

DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO DE ENFERMEDADES

Fundamentada en una concepción energética de la enfermedad, que se nutre en la biología y desarrolla una clínica médica específica.

• **Consultorios médicos y tratamientos de enfermedades:**

Alérgicas. Reumáticas. Inmunitarias.

Oncológicas. Dermatología. Clínica Médica General.

Pediatría. Ginecología. Neumonología. Oftalmología. Nutrición. Psiquiatría.

Psicología. Kinesioterapia (RPG y Bruxismo). Acupuntura.

• **Farmacia homeopática:** Remedios Biológicos, Florales, Herboristería, textos y almacén orgánico y natural.

Riobamba 436 - Farmacia: Riobamba 438

Informes y turnos: 4954-4569 / 5141 4951-3870 / 1919

WhatsApp Farmacia 11 3654 9011

WhatsApp Turnos: 11 3599 6872

E-mail: fundacionpuiggros@gmail.com farmaciapuiggros@gmail.com

www.farmaciapuiggros.com.ar



**LIC. SUSANA
KESSELMAN**

EUTONISTA. CORPODRAMATISTA

**ESCUELA DE PSICODRAMA
Y CORPODRAMA**

TALLERES DE EUTONÍA

**INSTRUCTORADO EN
RELAJACIÓN ACTIVA**

(consultar por modalidades a distancia)

SE OTORGAN CERTIFICADOS

Informes: 15 4050 0408 / 4804-8880
kesselmansusana@gmail.com
susana@loskesselman.com.ar

ESTUDIO KALMAR STOKOE



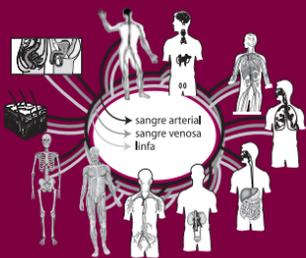
EXPRESIÓN CORPORAL
arte salud & educación

Monroe 2765 011 4543 4230

1428 CABA - Argentina

http://kalmarstokoe.com

Facebook: Estudio Kalmar Stokoe



somos un sistema de sistemas

con el cuerpo y la voz como brújulas

escribe Paola Grifman

El sistema vocal puede expandirse y favorecer la expansión de los demás sistemas que nos componen, desde el sistema respiratorio, los músculos y fascias, la circulación... hasta la piel... Y también el estado de ánimo, la conciencia, y nuestra relación con el entorno, las personas, el mundo.

Momentos de cambios. El fluir del ritmo cotidiano se ve absolutamente afectado en la pandemia. Desde el comienzo de la misma me interrogo cuál será el impacto subjetivo de todo esto. Hay una pérdida de la plataforma base, un contexto mundial inestable, cambiante y lleno de incertidumbre.

Voy notando cómo esta pausa obligada, este aislamiento, ha provocado múltiples sensaciones. Una enorme lista: incertidumbre, confusión, ansiedad, soledad, retraimiento, encierro y esa angustia que se ve reflejada en los cuerpos. Y como una radiografía se escucha el efecto en las voces. El miedo, la tristeza. La dificultad para tomar y sacar aire... Voces que a su vez afectan los cuerpos. Cuerpos replegados... asustados, llenos de dudas.

Cada proceso es un universo, como cada persona

La soledad y la falta de contacto es un tema que ha afectado mucho a Claudia, quien decide al año y medio de pandemia embarcarse en una investigación vocal y corporal. Necesita expresarse para sentirse mejor.

Me cuenta que se siente vulnerable y con desconcierto. Apática y retraída desconfía de su propia percepción corporal. Duda acerca de sus sensaciones o sentimientos y esto la hace no parar de pensar nunca. *¿Qué validez tienen las señales de mi cuerpo? Es como si no me reconociera... ¿Estoy bien?, ¿Me siento bien?*, se interroga Claudia

desorientada. Mucho ruido interno, confusión que distorsiona su imagen corporal. Pasó mucho miedo, en soledad la mayor parte del tiempo, afrontando duelos y pérdidas.

Se siente muy contracturada en especial en su espalda que viene resistiendo como puede. Cuenta que padeció la falta de abrazos. Una catarsis de emociones en suspenso...

Se siente agobiada y muy exigida en pandemia. La tarea virtual le provoca muchos esfuerzos. Gran parte de su día lo pasa frente a la pantalla utilizando mucho su voz. Siente mucho estrés. Tiene dificultades para dormir. Desconcertada y angustiada, se cierra sobre sí misma. El sonido de su voz, da cuenta de ello.

La voz brújula

La cámara se enciende y nos saludamos. Claudia se estira en forma espontánea llevando sus brazos hacia el techo, movimiento que da pie a algunos bostezos. Su respiración comienza a abrirse paso. *"Me hace tan bien estirarme"*, dice con un rostro aliviado. A continuación, la invito a trabajar con las plantas de sus pies. Primero que registre el contacto de las mismas con el piso, con las rodillas levemente flexionadas, inhalando y exhalando, soltando allí el peso de su cuerpo.

Después que las masajee con una pelotita de tenis, estimulando así la base y sostén de su cuerpo y su sonido. *"Necesito volver a armar mis pilares"* dice en tono reflexivo.

Luego con esta sensación fresca, le propongo experimentar la vibración interna. Respirando profunda y lentamente deja salir un sonido con una "m" mientras va descubriendo resonancias en su instrumento vibrante. Su propia voz la masajea, la ayuda a alinearse sin esfuerzo y la mima profundamente.

Las zonas rígidas de la musculatura de su espalda se van flexibilizando y desbloqueando en este recorrido sonoro. Nota cómo el sonido vibra y despierta su cuerpo.



El trabajo con su voz hace que el aislamiento no sea tan solitario.

Un viaje ida y vuelta. A través del puente sonoro

En otro encuentro el foco estuvo puesto en entablar un diálogo musical, preguntas y respuestas. El sonido, con distintos e improvisados movimientos corporales viaja a través de la pantalla. Ahí comienza Claudia lanzando una "eeeEE" viajera que recibo y transformo en una "Oooo", que recibe Claudia y deviene una "aAAA" y así seguimos un buen rato experimentando con todas las vocales, ambas escuchando y sosteniendo un verdadero clima ritual, un abrazo de voces que se encuentran y contactan. *"Me hace bien... viajé... me sentí libre"*, dice.

Nos quedamos charlando acerca de la importancia de la voz en pandemia, como sostén externo e interno. La voz escrita, leída, escuchada, dicha, cantada. Voz media-

dora que puede acercar distancias, y brindar aliento.

Hay voces que la abrazaron tiernamente en momentos difíciles.

Un lugar para las canciones

Elige canciones que quiere cantar. Le propongo que las explore desde diferentes interpretaciones para darle lugar a la pluralidad de voces que hay en ella.

Que las investigue. Ya decantará la versión que más la represente.

Escribir después. ¿Cuántas voces quieren salir? ¿Qué le hace sentir cada canción? ¿Con qué aspectos de ella misma la conectan hoy? Se asombra gratamente de su capacidad de explorar.

Dar el paso. Tiempos de reflexión

"Decido ir hacia adelante, porque

hacia allí está la vida", así arranca Claudia después de algunos meses de trabajo sobre sí misma. Me cuenta que sale a caminar para desconectarse y bajar el ritmo y le hace muy bien. Son momentos de introspección. Una renovada energía late vibrante en su interior, donde se anidan pensamientos más optimistas. Los paisajes que encuentra la inspiran. Saca fotos y a veces escribe.

Una nueva Claudia florece.

Se revincula con amistades. Empezó a comunicarse más. A decir lo que piensa y siente. Se interroga sobre qué la hace feliz y cómo encender su vida.

Decide sacarse cosas de encima y encara una profunda limpieza de su armario.

Sus estructuras internas y externas siguen en movimiento y se reacomodan. Va creando una plataforma de salida, hacia una nueva base. Se agudiza su autoobservación y autoescucha.

Conectada con su propio camino para sincronizar y sintonizar con su mundo interno, nuevas puertas se abren y se cierran otras.

Un reseteo necesario para volver al ruedo con dosis de vida.

Elige relacionarse con ella misma de manera amorosa. Valora de sí misma ese abrazo interno que su propio canto puede lograr.

"Cuando necesito el rescate, tengo que ir a cantar a la copa de los árboles... muy arriba...", dice sonriendo.

Su voz se ha expandido. Se nota a sí misma más relajada y duerme mejor. Su estado de ánimo también mejora y se expande. Confía en ella y en sus nuevos recursos.

Percibe entusiasta que tiene otras potentes vidas posibles por vivir, vibrar y conocer. Está yendo hacia una renovada estructura, más amplia, más sólida e integrada.

Lic. Paola Grifman: Psicóloga UBA. Cantante. Docente e Investigadora de la voz, el sonido y el cuerpo. Formada en Técnicas Corporales y Recursos Expresivos. Miembro de la Asociación Argentina de Arteterapia. espaciolavozyelcuerpo@gmail.com

diseño gráfico

revistas
libros
folletos
logotipos



afiches
catálogos
presentaciones
infografías

rubén longas | ☎15-5625-5490 | rdlongas@gmail.com

Kine VENTA DE EJEMPLARES DE COLECCION

de abril a diciembre consulte a: kine@revistakine.com.ar
(EDICIONES AGOTADAS: NROS. 61 - 65 - 67 - 77 - 79 - 80 - 89 - 98 - 108)

imagen corporal qué cambió con la **pandemia**



¿Qué pasó con nuestros “cuerpos en modo pantalla”? (como tan bien los denominó Raquel Guido) ¿Y con nuestras percepciones? (se pregunta Anabella Lozano) Pensar los cuerpos también es un modo de tocarlos, afirma Susana Kesselman. Cuerpos que se sienten duplicados, proyectados... comentan Laura Corinaldesi y Cecilia Núñez Cordo. Y siempre la identidad como campo de batalla, según Mirtha Barnils y Karina Jousse. Mientras vamos tratando de habitar nuevos hábitos, dice Emiliano Blanco. Con una mirada cada vez más inclusiva, reclama Susana González Gonz

el ser y el **parecer**

El cuerpo y su construcción en Occidente. Redes sociales en pandemia. El auge de las videoconferencias: lo que se ve, lo que queda oculto. Amor por catálogo. Lo que emerge cuando se apaga la pantalla.



escribe: Celeste Choclin

La pandemia se verá como un antes y un después en nuestro siglo XXI. ¿Quién iba a pensar antes que el barbijo llegaría a ser un elemento esencial de nuestra imagen fuera de casa, o que las videoconferencias serían un modo de vinculación cotidiana? Nos dedicaremos a pensar el cuerpo y su imagen en estos tiempos tan peculiares. La construcción de la imagen de la cintura para arriba, justo lo que toma el Zoom o la de los que explotaron en las redes y depositaron su libido en la producción de sí mismos. La imagen de aquellos que encontraron su amor o algún “chongo” en Tinder y tuvieron que producirse para entrar en el catálogo virtual, así como los rostros de quienes dejaron de teñirse para no ir a la peluquería y advirtieron otra manera de mirarse. Los que descubrieron los rincones de su barrio porque comenzaron a recorrerlo a pie o en bicicleta y los que hallaron los modos de encontrarse con otros al aire libre. Del cuerpo, de la imagen, de los estereotipos que se rompen y los que siguen o se recrean trataremos en la siguientes líneas.

La imagen de sí

Como señala David Le Breton, el cuerpo es el efecto de una construcción social y cultural. En ese marco, Occidente ha tendido a privilegiar la vista por sobre los demás sentidos.

“Estamos inmersos en la ilimitada profusión de la vista. La vista es el sentido más constantemente solicitado en nuestra relación con el mundo” sostiene Le Breton en *El sabor del mundo*. Curiosamente este sentido puede registrar sólo la superficie.

“La vista es un sentido ingenuo, pues está aprisionada en las apariencias, al contrario del olfato o del oído que desenmascaran lo real bajo los ropajes que lo disimulan... La vista transforma al mundo en imágenes y, por lo tanto, fácilmente, en espejismos”.

Por lo tanto la construcción personal está basada en la imagen, y la relación con el otro está mediada por el parecer. “La puesta en escena de la apariencia deja librado al actor a la mirada evaluativa del otro y, especialmente, al prejuicio que lo fija de entrada en una categoría social o moral por su aspecto... Preferentemente los estereotipos se establecen sobre la base de apariencias físicas y se transforman rápidamente en estigmas”, sostiene Le Breton en *Sociología del cuerpo*.

Para el pensador francés, el cuerpo en Occidente resulta un atributo a moldear y se concibe desde un lugar paradójico.

Por un lado aparece como un obstáculo, un estorbo para una “humanidad sentada” cuyas prácticas cotidianas con el uso del automóvil, la computadora, el celular, el trabajo de oficina y los modos de vida cada vez más sedentarios tienden a anular lo corporal. Y por otro, el cuerpo se torna una obsesión, como aquello que se debe adaptar para “estar en forma” y de esa manera construir una imagen adecuada de sí mismo capaz de ingresar dentro de los cánones instituidos. Una suerte de racionalización de lo corporal que somete al cuerpo en forma permanente a dietas, gimnasios, operaciones, cosmética, modas siempre pasajeras, propias de la lógica del mercado de consumo. Se prioriza, entonces, tener un cuerpo más que ser un cuerpo.

Imagen en las redes

Con la pandemia, la cuarentena primero y las restricciones luego, se fue incrementando el uso de Internet y sobre todo de las redes sociales. Según un estudio realizado por Hootsuite y We Are Social, el “Digital 2021: Global Overview Report”, actualmente el 53,6 % de la población mundial usa redes sociales de forma activa y a partir de 2020 las redes sociales como Instagram, Twitter, YouTube, Twitch y TikTok tuvieron un crecimiento exponencial. En Argentina se calcula que hay 36,32 millones de internautas, el 80 % de la población. De ese total, el 79,3 %, o sea, 36 millones de personas, tiene perfiles creados en Facebook, Tik Tok, Instagram y YouTube. En relación al tiempo promedio de uso por día, el informe advierte que en nuestro país se utilizan 9 horas y 39 minutos para navegar por Internet, de las cuales 3 horas y 22 minutos se utilizan especialmente en el uso de redes sociales y el resto para leer noticias digitales, jugar videojuegos, mirar series por plataformas digitales, escuchar música, etc...

La construcción de una imagen de sí tomó aún más protagonismo. Subir historias a Instagram, hacer videos en Tik Tok no sólo implicó durante la pandemia un modo de recrear el encierro, sino que sirvió como una forma de mantener el contacto con los otros, y en algunos casos se tornó una suerte de conexión desmesurada con un afuera virtual.

La multiplicación de la imagen a través

de fotos subidas compulsivamente a las redes sociales, la exposición de la vida íntima a la vista de todos es una práctica cotidiana que Paula Sibilia en *La intimidad como espectáculo* llama *extimidad*, una suerte de “narcisismo exacerbado” donde lo personal ya no se resguarda en la *intimidad* del hogar, sino que se encuentra totalmente expuesto. Una exposición del yo cuyas imágenes tienen un carácter efímero, ya que acorde a la velocidad de estos tiempos deben renovarse, actualizarse permanentemente para no caducar. En un momento donde, señala Sibilia, pareciera que se necesita la mirada del otro para confirmar la propia existencia, las nuevas tecnologías potencian esta concepción multiplicando los espejos a los que admirar. Se trata de una cierta fascinación por mostrarse, por plasmar la vida en la pantalla. Sobreviene la idea de hacer de las vivencias un show del yo, un espectáculo para que muchos amigos, seguidores, interesados en general valorados por su cantidad (número de amigos, de clicks o “me gusta”) lean, vean, escuchen esa existencia que se pasea por el mundo virtual. De allí que pareciera más importante aquello que se expone que el propio proceso de comunicación, más importante el parecer que el ser.

En *La salvación de lo bello*, Byung Chul Han señala que la época actual identifica lo bello con lo pulido, liso e impecable y ello se advierte en una comunicación digital motorizada por el uso y sobre uso del *smartphone* y las redes sociales que está basada en la positividad, pensada para agradecer, que

continúa en la página siguiente

viene de la página anterior

busca el "me gusta": "Este mundo humanamente interconectado conduce a estar de manera continua mirándose a sí mismo... En este espacio autoerótico de visión, en esta interioridad digital, no es posible ningún asombro. Las personas ya sólo encuentran agrado en sí mismas".

Expresión de las imágenes contemporáneas son las *selfies*, donde el rostro se torna autorreferencial y por tanto vacío e inexpressivo "la adicción a la selfie remite al vacío interior del yo. Hoy, el yo es muy pobre en cuanto a formas de expresión estables con las que pueda identificarse y que le otorguen una identidad firme".

Un escenario para cada ocasión

El trabajo remoto fruto de la pandemia trajo la oficina, el aula, el trabajo a la casa y reuniones virtuales a través de plataformas de videoconferencias como Zoom, Meet... De allí la necesidad de recrear un escenario particular dentro del propio hogar. Lo que ha dado lugar a escisiones corporales de lo más graciosas. Maquillada y en pantuflas: sólo se "produce" aquello que toma la cámara del celular o de la PC y por tanto la construcción del parecer tendió a realizarse de la cintura para arriba. Aunque a algunos vestirse por completo les recreaba en el imaginario la posibilidad de vivir un momento fuera del aislamiento. Pero el hogar seguía siendo el mismo y por tanto se fueron haciendo denodados esfuerzos para construir escenarios propicios para la actividad laboral: buscar un rincón de la casa sin ruidos, calcular qué de ese espacio íntimo se registraba en la pantalla y acondicionar ese ámbito para tal fin.

La imagen fotográfica tiene una particularidad para Roland Barthes y es su vinculación con lo real. La fotografía da la apariencia de transparencia, de constituirse como un pedazo de realidad a secas, "pura denotación" señala el pensador francés en *Lo obvio y lo obtuso* y ello enmascara la connotación (las significaciones secundas). Sin embargo la imagen es más que realidad, es una construcción con una intención comunicativa y para ello se utilizan una serie de recursos como la pose corporal, los modos de retoque fotográfico que contribuyen a guiar la connotación. También se incorporan objetos acompañantes que como inductores de ambiente, crean un escenario que refuerza la significación. La proliferación de reuniones a través de video conferencias han hecho de la construcción de escenarios dentro del espacio del propio hogar toda una actividad: los intelectuales con la biblioteca atrás, el profesor con alguna pizarra, el maestro de yoga con la vela encendida, una planta y algún mandala próximo, el dibujante con la mesa de trabajo, el cantante con algún instrumento y micrófono, etc... Los escenarios protagonizaron la construcción de la imagen de sí en pandemia y cuando no era posible, o se quería preservar la intimidad del hogar, se buscaban fondos alusivos para poner detrás del rostro visible.

Amor a la carta

Así como se incrementó el uso de redes sociales para la vinculación con el afuera, también los vínculos amorosos se vehicularon a través de plataformas virtuales de las cuales Tinder es la más conocida, pero también se han desarrollado otras como Be2, Bumble, Happn, Badoo, entre otras tantas que nacieron antes de la pandemia y con ésta crecieron en forma exponencial en gran parte del mundo.

La búsqueda de relaciones amorosas por medio de una app de citas antes era algo raro, minoritario o marginal, pero hoy su uso es muy frecuente tanto en personas adultas como en adolescentes.

La imagen construida a partir de este modo de amor a través de la virtualidad se basa en un real que queda resguardado en el



mundo de las apariencias. Tal como señala Paola Boavitta en el mundo acelerado en el que vivimos pareciera que no hay tiempo para el romance, para el diálogo y el descubrimiento del otro, todo se requiere al instante y en la actualidad "la nueva 'Celestina' pasa a ser el sistema operativo que permite descargar aplicaciones de este tipo. En ellas, los usuarios y las usuarias observan un 'menú' en el que se exponen fotos y datos personales básicos sobre las personas. A partir de allí, se elige qué consumir. El amor en un chasquido de dedos, a la orden, sin preámbulos".

En una investigación sobre Tinder realizada por Rodrigo Alonso Cardoso-González en la Ciudad de México y en Madrid, las personas encuestadas señalaban en su mayoría que en la aplicación el componente visual es muy importante, ya que será la fotografía principal la que producirá la conexión (*match* en la terminología utilizada por la aplicación) deseada: "tener los ojos descubiertos y sonreír aumentan la probabilidad de hacer *match*. Pero se puede ir más allá: la elección de fotografías comúnmente es estratégica y hay quienes crean una performance a través de la narrativa que cuentan en conjunto con los otros datos proporcionados para lograr el interés: aparecer con un cachorro o con un gato puede indicar que es una persona cariñosa y preocupada por los demás, así como por los animales; aparecer sonriendo puede crear la impresión de que es alguien confiable y con seguridad en su persona".

Este modo de "amor a la carta" da cuenta de los modos de vincularse contemporáneos; tal como señala Zygmunt Bauman en *Amor líquido*, hombres y mujeres en sus relaciones conllevan una paradoja: por un lado sienten que deben vincularse y por el otro le temen al "para siempre" porque les da miedo que ello pueda convertirse en una carga en un mundo cambiante donde hay que andar liviano de peso.

Y las nuevas tecnologías facilitan la construcción de esta afectividad efímera.

Sostiene Byung-Chul Han en *La agonía del eros* sostiene que el amor está ligado a lo desconocido, al otro como una alteridad, una presencia especial cargada de incertidumbre, de misterio: "El Eros arranca al sujeto de sí mismo y lo conduce afuera, hacia el otro".

El Eros agoniza en el marco de una sociedad donde los afectos en la virtualidad carecen de cuerpo, poseen demasiada pantalla y un acceso rápido a una sobre-oferta de perfiles.

En contraposición a la vivencia de la alteri-

Maquilladas y en pantuflas... un "look" que se puso de moda durante la pandemia, en tiempos de "zoom" cotidiano.

ciencia de que no somos inmortales, lo que nos hace vivir con intensidad.

También durante la pandemia fueron ganando terreno otros ámbitos fuera de las pantallas como actividades y encuentros al aire libre.

Algunos optaron por hacer pic nic en espacios verdes y realizar caminatas urbanas sin rumbo definido; otros se lanzaron a correr o hacer ejercicio en parques y hasta en la vereda; muchos se subieron a la bici y reemplazaron los viajes en algún vehículo motor por la pedaleada urbana; otros tantos vieron la posibilidad de realizar terapias corporales en parques con lo gratificante que resulta moverse colectivamente entre árboles con el sonido de algún pájaro.

Mientras el clima acompañara, plazas y parques fueron nuevos salones para clases de teatro, danzas diversas desde el folclore argentino hasta el estilo country, artes marciales más allá del más frecuente tai chi... salas de ensayo... escenarios de fiestas cumpleaños... multiplicando con entusiasmo las actividades habituales en los espacios verdes.

De esta manera, la necesidad de recrear la vida social y salir del encierro permitió redescubrir la ciudad y convertirse un poco en turistas del barrio y lugares aledaños al develar rincones que nunca se habían reparado. Tal vez como un modo de resistencia, como la contracara de la imagen *on line*, la apertura de la vida al aire libre renovó los modos de vincularse con uno, con los otros, con el entorno, con la maravillosa experiencia de existencia vital.

En *Elogio del caminar*, Le Breton comienza señalando: "Caminar es una apertura al mundo. Restituye en el hombre el feliz sentimiento de su existencia. Lo sumerge en una forma activa de meditación que requiere una sensorialidad plena. A veces, uno vuelve de la caminata transformado, más inclinado a disfrutar del tiempo que a someterse a la urgencia que prevalece en nuestras existencias contemporáneas... Caminar es a menudo un rodeo para reencontrarse con uno mismo".

Así como dicen que la virtualidad llegó para quedarse, tal vez la práctica corporal al aire libre, el caminar sin rumbo, el recorrer las urbes en bicicleta también logren sostenerse en el tiempo.

Y lleguen a formar parte constitutiva de la imagen *off line* de sí, aquella propia de las presencias, una imagen más ligada al ser que al parecer.

Celeste Choclin es Doctora en Ciencias Sociales (UBA), Mg. en Comunicación e Imagen Institucional (UCAECE- Fundación Walter Benjamin), Lic. en Comunicación (UBA), docente universitaria UBA (integrante de la Cátedra de Comunicación I, carrera de Comunicación), profesora en UCES y Fundación Walter Benjamin; además de investigadora en comunicación y cultura urbana.

dad, la elección por catálogo a través de plataformas digitales hace del cuerpo una mercancía: "El otro es sexualizado como objeto excitante. No se puede amar al otro despojado de su alteridad, solo se puede consumir", sostiene el pensador coreano. El exhibicionismo de la sociedad contemporánea devela el misterio: "La exposición aniquila precisamente toda posibilidad de comunicación erótica. Es obscena y pornográfica la cara desnuda, carente de misterio y de expresión, reducida exclusivamente a su estar expuesta", sostiene el filósofo.

La imagen OFF line

La pandemia también habilitó otras prácticas, salir del traje y la corbata para trabajar en jogging en el hogar y descubrirse haciendo las labores cotidianas de la oficina en ropa cómoda y pantuflas. En el caso de las mujeres donde los mandatos suelen ser más fuertes, estar a cara lavada o no teñirse, fueron modos de reencontrarse con un ser tal vez más auténtico y desde luego más relajado.

Así lo señalan algunas de las mujeres que luego de años y años de someter su cabello, su tiempo y su bolsillo a tinturas de todo tipo decidieron dejarse las canas.

El pelo blanco, muchas veces marca de vejez, de abuelidad, se fue imponiendo como un modo de verse al natural. La situación de aislamiento, el cierre de muchas peluquerías durante el comienzo de la pandemia dieron el empujón y muchas figuras del espectáculo local e internacional salieron a promocionar su look blanco. Además se crearon cuentas en redes sociales como *#silveristers* en Instagram que animan a dejar la tintura y lucir las canas. Desde luego que también la industria de la belleza femenina se puso a tono y hay tanto reparadores del cabello, ampollas nutritivas, shampoo con tonos azules para dominar el blanco como recomendaciones para la Grey Transition (transición al gris) o para hacer del pelo sin tintura un look que no aparezca como desprolijo o desarreglado.

Más allá de las modas, el cambio de imagen tendiente a lucir las canas implica dar cuenta del paso del tiempo, de las vivencias, en definitiva encaminarse hacia un lugar de mayor autenticidad. En una entrevista realizada a Le Breton, éste señala que el cuerpo es percibido como algo molesto porque es el lugar del límite, del envejecimiento, de la fragilidad. Pero es justamente esa vulnerabilidad de la existencia, la con-

Para seguir leyendo

- Barthes, R. (1986) *Lo obvio y lo obtuso*. Buenos Aires: Paidós.
- Bauman Z. (2005). *Amor Líquido*. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.
- Boavitta, P. (septiembre 2015) "El amor en los tiempos de Tinder" en *Cultura y representaciones sociales*, Año 10, N° 190. UNAM.
- Cardoso-González (2021) "Ser en Tinder. Reflexiones sobre la autenticidad y el performance de las identidades digitales" en *Miradas para una ciudadanía emergente: encuentros y desencuentros en el escenario digital*. Ciudad de México: UAM.
- Digital 2021: Global Overview Report en <https://datareportal.com/reports/digital-2021-global-overview-report>
- Entrevista a David Le Breton (La Nación- 18 de julio de 2010) "Internet es el universo de la máscara".
- Byung-Chul Han (2015). *La salvación de lo bello*. Buenos Aires: Herder.
- Byung-Chul Han (2017). *La agonía del eros*. Buenos Aires: Herder.
- Le Breton, D. (2000). *Elogio del caminar*. Madrid: Ediciones Siruela.
- Le Breton, D. (2002). *Sociología del cuerpo*, Buenos Aires: Nueva Visión.
- Le Breton, D. (2009). *El sabor del mundo*, Buenos Aires: Nueva Visión.
- Sibilia, P. (2008). *La intimidad como espectáculo*. Bs. As.: Fondo de Cultura Económica.

la imagen corporal en el sube y baja

escribe Susana Kesselman

Pensar los cuerpos es otra manera de tocarlos.
Aprender a aprender durante la pandemia.
Las presencias que habitan en lo no presencial.



A. SOBRE LA REPRESENTACIÓN MENTAL DEL CUERPO

A pesar de las definiciones variadas, algunas de orientación neurológica como las de Oliver Sack y Damasio, otras de orientación psiquiátrica o psicológica, de estilo de las de Schilder, Dolto, Wallon, Pichon Rivière, la mayoría de los autores coincide en definir al esquema y a la imagen corporal como representaciones mentales del cuerpo. Las diferencias, por lo general, radican en argumentos espacio-temporales, por ejemplo: la invariabilidad o la lentitud de los cambios del esquema, en contraposición a los cambios rápidos que pueden ocurrir en el cuerpo, y por otra parte, la versatilidad de la imagen, que según Schilder está en permanente cambio. También se mencionan disímiles localizaciones: cerebro (esquema) y mente (imagen). Estos conceptos son utilizados con frecuencia por quienes se ocupan del cuerpo enfermo, con disfunciones sensorio-motrices y para señalar una ausencia, una perturbación, el apartarse de una norma.

En un sentido amplio, podría designarse representación mental del cuerpo a una herramienta conceptual que entrelaza los dos conceptos, esquema e imagen,

Y que autores de procedencias diversas utilizan para observar, diagnosticar y operar en sus prácticas clínicas.

Las definiciones de esquema e imagen que provienen de la psicomotricidad y de las terapias corporales, se orientan en una u otra dirección o en ambas (médica y/o psicológica), con la particularidad de que los profesionales

de estas disciplinas necesitan además de estos conceptos -que a veces resultan muy teóricos y poco operativos- herramientas técnicas para el abordaje del cuerpo sobre el cual accionan de modo directo y, en especial, una guía para la observación de conductas corporales de todo tipo: hábitos de alimentación, de higiene, de expresión postural, emocional, sexual, relacional, de coordinaciones motoras, etc. Conductas corporales que abarcan rubros tan diversos que a veces no suelen pensarse como conductas corporales.

B. ESCRITO EN UN DIARIO DE VIAJE EN LA ERA COVID.

Releo el texto anterior que ya tiene varios años. Me sorprende la naturalidad con la que considero estos conceptos que son incuestionables desde un punto de vista técnico y al mismo tiempo lo son para mi trabajo como eutonista.

Aprendí a mirar cuerpos, a hacer lecturas corporales, a tocarlos con la técnica del tacto y del contacto consciente como enseñaba Gerda Alexander.

En este segundo o tercer tiempo de nuestra vida en pandemia, diría que recuerdo los cuerpos, que los veo caminar en mi Estudio, en mi lugar de trabajo.

Pensar los cuerpos es otra manera de tocarlos.

Los "veo", digo, de otras maneras que con los ojos.

A las tensiones, a las zonas doloridas, las palpo de otras maneras que con las manos.

Así surgió una Eutonía de posguerra, que sucede cuando la gente todavía teme pisar una granada perdida. ¿De posguerra?

Mis aliados en este trabajo que debe continuar -el trabajo debe continuar sin duda- son mis pasos previos en Letras, tengo algo de literata en mis descripciones de las imágenes corporales. Mis alumnas y alumnos me dicen "cansada" o "cansado" y pienso una espalda cansada, pienso en los omóplatos que en estos dos años virales se fueron separando y separando y así arrastraron a los hombros y también al cuello y a la cabeza y en esos pies cansados de no caminar o de caminar de otras maneras.

Además los dolores. *Mucha computadora*, me oigo decir como si estuviera exenta. Entonces pienso que ese dolor forma parte de una novela y que esa novela tiene escenas donde un hombro, una columna, una pierna son protagonistas y que el desafío es descubrir qué otras novelas son posibles, qué otros escenarios tendrán esos protagonistas y poder situarlos en otro escenario que haga fluir la potencia. Y así el tiempo covid me pide un vagar por un espacio que no es como una piel, cuyos límites a veces son holgados y otras estrechos.

Desde la mirada del Psicodrama diría que el tiempo que vivimos en covid «me cambió el personaje».

¿Te acordás de los heterónimos que Pessoa frecuentaba? Todos ellos tenían posturas diferentes. Tal vez Pessoa no hable tanto de sus cuerpos, pero a algunos se los imagina con hombros cansados, cuellos atentos, pechos de

destino incierto, pechos que querían y no querían, a veces más no querían. Y las piernas, qué decir de las piernas y de los pies. Tal vez que perdieron el rumbo, el dibujo de los dedos tan necesarios para recordar qué era caminar, qué era el suelo y qué lo necesario para dar el paso.

Así escribí en mi Diario aquel día y no era al final de la clase como creí sino en el medio. Ahora recuerdo que no era una clase presencial sino una clase de las que se consideran no presencial y sin embargo las siento llenas de presencia.

Susana Kesselman es licenciada en Letras, Eutonista, Asesora del Centro de Psicoterapias Operativas. Autora de numerosos libros, entre ellos: *Dinámica Corporal, El pensamiento corporal, El cuerpo en estado de arte*, y las novelas *La Sudaca* y *Crónica de un exilio*. E-mail: susana@loskesselman.com.ar

Escuela de Shiatzu
Masaje japonés de digitopresión y estiramientos
Director: Carlos Trosman - Psicólogo Social Corporalista

FUNDADA EN 1992

Instituto Internacional de Qi Gong Argentina

Fundador: Dr. Yves Réquena
Director: Carlos Trosman
Única sede en Latinoamérica del iiQG

CURSOS DE TERAPEUTA de SHIATZU Kan Gen Ryu® 2022 COMIENZAN EN ABRIL
Modalidad mixta: práctica presencial y clases teóricas por Zoom. Exámenes presenciales.

Duración: 2 años.
NIVEL I: Principios Teóricos - Técnica Base
NIVEL II: Diagnóstico - Tratamientos

FORMACIÓN CONTINUA. Se puede comenzar en cualquier Módulo. **VARIAS SEDES Y HORARIOS en CABA y OLIVOS.**
Es posible recuperar clases en otra sede y horario.
Se entrega material didáctico y Certificados de asistencia.

ABIERTA LA INSCRIPCIÓN. No se paga matrícula.
DESCUENTO ESPECIAL 10 % a suscriptores de Kiné, la revista de lo corporal.

Nivel I: Técnica Base; Principios Teóricos
De abril a noviembre, examen en diciembre. 2 años de duración

CABA: MODALIDAD MIXTA:
Cada mes 2 clases teóricas por Zoom dos martes de 19.30 a 21 hs y 1 clase práctica presencial un sábado de 9 a 14 hs (zona Abasto, CABA).
Con protocolo sanitario. *Las clases teóricas quedan grabadas*
COMIENZA el martes 12 de abril de 2022 a las 19.30 hs. con Carlos Trosman
OLIVOS: Presencial un sábado por mes. Con Guillermo Cid

Programa Nivel I:
TEORÍA: Fundamentos de la Medicina Tradicional China; Qi; Yin-Yang; 5 Actividades; 3 Tesoros; 3 Calentadores; Meridianos; Salud y Prevención.
PRÁCTICA: Qi Gong para la Salud; Técnica Base en 3 posiciones; Estiramientos y Digitopresión en espalda; sacro y piernas; pies; cabeza y rostro; brazos; pecho y abdomen.

ABIERTA LA INSCRIPCIÓN

Todas las clases son teórico-prácticas.
Se entrega material didáctico en pdf y videos.
Vacantes limitadas.

iiQGArgentina
Escuela de Shiatzu Kan Gen Ryu

Whatsapp: +54 9 11 6656-5215 | www.iiqgargentina.com.ar

FORMACIÓN 2022 Presencial y Online

55 años de experiencia en educación y desarrollo humano

INFORMES E INSCRIPCIÓN
fundacionrioabierto@gmail.com

Un abordaje integrador basado en herramientas psicocorporales
Un espacio de salud, bienestar y transformación creado en Argentina y difundido en todo el mundo

Formación en el Sistema Río Abierto.
Título reconocido por el Organismo Río Abierto Internacional.
Clases de: movimiento vital expresivo, concientización postural, elongación y fortalecimiento, yoga sistema Río Abierto, movimiento para adultos mayores.
Masajes: Circulatorios, Energéticos y Correctivos.
Cursos y Talleres: Grupos de trabajo sobre sí, Taller de liberación de la voz, Arte, música y movimiento, Grupos de reflexión, Veni a Ver, Taller de Meditación, Movimiento Libre.

Río Abierto, Paraguay 4171, CABA. 4833-0813/6889 whatsapp 1140418665
www.rioabierto.org.ar

el cuerpo & el cuerpo duplicado & proyectado

Marzo 2020, comienzo de la pandemia: La voz se siente metálica, distante, por momentos entrecortada. Desde la pantalla de la computadora escucho las consignas de **Cecilia Núñez Cordo** en una clase virtual de **Trabajo Postural Global**.

Mi cuerpo tendido sobre la colchoneta se siente un cibercuerpo solitario y torpe; la pantalla, una suerte de panóptico que indaga en la intimidad de mi habitación y me devuelve una imagen plana de mí misma.

¿Soy una copia deformada de mi cuerpo cuyo original se ha perdido? ¿Un cuerpo duplicado? ¿Terminaré como en esas escenas de "Viaje a las estrellas" donde los cuerpos de los tripulantes se ubican debajo de una cúpula de cristal y se desmaterializan para dejar la nave en un viaje hacia otras galaxias?

Prácticas realizadas de manera presencial son repetidas a la distancia sin la familiaridad del trabajo grupal de otros tiempos. Siento las consignas como órdenes que me resisto a obedecer. ¿Vivimos como si las cosas hubieran engullido su espejo y se hubieran convertido en transparentes, como dice **Baudrillard**?

Mi cuerpo es un pequeño Robocop, interceptado por pensamientos colmados de enojos, miedos y desprovisto de los apoyos que en otros tiempos lo acompañaron. El final de la clase no es mas gratificante: la figura recortada de Cecilia despidiéndose en el estudio antes habitado por mi grupo de trabajo profundiza mi aislamiento y la añoranza de mis seres queridos.

Decido interrumpir la práctica corporal en mi estéril modalidad virtual. Años de formación en la danza y la eutonía junto a antiguos maestros naufragan frente a la pantalla. Palabra y cuerpo se encuentran sin sostén porque ambos están amenazados por una catástrofe imposible de nombrar. De ella sólo se conocen cinco letras y dos números: COVID-19 y los estragos que el virus provoca.

Tendida en la colchoneta y enfundada en mi pantalón y buzo pandémicos, comienzo mi pequeña búsqueda solitaria en un intento de restituir la conexión perdida con mi cuerpo.

Lo siento pesado, torpe, distante, olvidado de sí. Como si hubiera alojado en él las fracturas de un mundo incierto. Sin embargo, aparece la decisión subjetiva de romper mi propio aislamiento para reencontrarme con mis zonas de apoyo, mis zonas más cercanas y solidarias.

Al principio es sólo respirar y apoyar las plantas de los pies para luego deslizarlas por el piso. Percibo muy distantes los pies de la cabeza. Los respiros se entrecortan. El trabajo se sostiene por 15 minutos. Interrumpo.

A los tres días regreso a la colchoneta. Vuelvo a la respiración, no intervengo en ella. Interceptada por pensamientos, retorno una y otra vez al cuerpo. Practico empujes con las plantas de los pies donde se hace presente la cintura. Vuelvo a la quietud. Reconozco el lento movimiento de las costillas en el inhalar y exhalar del aire. Con las piernas extendidas, percibo al mismo tiempo el toque de los talones en el piso, el sacro, el peso de la cabeza y la columna ar-

**Allí en la pantalla...
¿soy una copia deformada de mi cuerpo cuyo original se ha perdido?
¿Un cuerpo duplicado?**



Ilustración
Ricardo
Merkel

mando una pequeña filigrana desde los pies a la cabeza.

Los recorridos con el cuerpo se hacen más frecuentes, variados y espontáneos. Al lado de la estufa de gas exorcizo el frío y juego con la piel de los pies mientras los dedos se mueven dentro de las gruesas medias de lana. Al mismo tiempo, muevo los talones y las rodillas en círculos y siento la piel de las piernas y los muslos que roza el pantalón. Deslizo los brazos en cruz buscando la textura del algodón de la remera debajo del buzo y siento la piel de mis pechos. Me doy abrigo. Realizo una prolongación con los dedos de ambas manos, el movimiento es leve y los omóplatos se expanden. Siento alivio. Estoy abierta a mis sentires, de pronto aparece la imagen de mi madre. Aferrada a su falda, muy pequeña, la escucho decir: "un paso a la izquierda, dos a la derecha", en su primera clase de boleros con la voz engolada de Pedro Vargas como música de fondo. Me dejo afectar por la intensidad de los recuerdos, por sus tibiezas. Puedo transitar pasajes de zonas pesadas hacia otras más livianas.

Regreso a mis respiros, decido cómo moverme y en qué dirección, sin mediación alguna, en disidencia con el mundo virtual y en la invención de mi solitaria micropolítica del cuerpo.

La duración de mis búsquedas alejada de la pantalla se fue extendiendo, los apoyos se hicieron más claros, las plantas de los pies se afirmaron en sus empujes. El tono fue encontrando los modos de regularse. Zonas antes restringidas se ampliaron. Y fue necesario el lento transcurrir de tres meses para retomar el trabajo corporal virtual.

A dos años de la pandemia puedo enlazar voz y cuerpo, la voz de allá, detrás de la pantalla que marca consignas y describe movimientos, con mi cuerpo de acá, como una amalgama invisible. Descubro en ella su timbre, brillantez, las variaciones de sus ritmos, matices, volúmenes. La voz, ese "entre" que la distancia desafía, hace cuerpo.

Dice **Le Bretón** en "Estallidos de la voz. Una antropología de las voces": "Al darle carne al lenguaje, la voz lo hace escuchar". La voz del otro, esa emanación del aliento y sus vibraciones sutiles, funciona como una envoltura sonora capaz de armar un espacio confiable más allá de la distancia física y sus soportes virtuales. Hay presencia, allí donde hay ausencia. Sin embargo, anhelo retornar a la modalidad presencial, volver al encuentro y al abrazo con Cecilia y mis compañeros a quienes veía encerrados en celdas como en un panal de abejas, pero segura que en estos dos años de pandemia se pudo conservar, una grupalidad en medio de la adversidad.

Laura Corinaldesi es Profesora de Filosofía, periodista. Formada en barre á terre, en técnica Graham y Eutonía.

La comunicación virtual, pone en jaque variables constitutivas: espacio, tiempo, contacto físico... que inevitablemente se transforman y nos transforman. Rescato y valoro el gran recurso que ofreció y ofrece en tiempos de pandemia

El 19 de marzo del 2020 comenzó el confinamiento en la Argentina a causa de la Pandemia, dos días después de la primera clase virtual. Desde el patio (porque el wifi en la sala era muy malo), a cielo abierto, rodeada de plantas, una tarde de domingo templado y acompañada por mi pareja (que resolvía las cuestiones tecnológicas) inauguramos grupalmente **la sala virtual de Casaviva**. Impactaba ver cómo iban apareciendo las ventanitas del zoom por donde asomaban lxs alumxns con sus familias, mascotas, desde la intimidad de sus casas.

Irrumpió una nueva modalidad, que permitió estar en contacto en un momento de conmoción, incertidumbre y miedo, de una manera impensada. Era una nueva posibilidad, un tipo de encuentro diferente. En ese contexto, rescato y valoro el gran **recurso** que ofreció y ofrece la **comunicación virtual**, que pone en jaque variables constitutivas: espacio, tiempo, contacto físico; y que **inevitablemente nos transforman**.

A dos años de esa primera experiencia

El **eje espacio** se construye de otro modo. Se conjugan la experiencia del propio espacio corporal (interno – externo), la experiencia espacial propia de los Otrxs y se genera un **espacio común virtual**. Esto posibilitado por la **mediatización** de computadoras, celulares, tablets y sujeto a los múltiples vaivenes de las fallas tecnológicas.

Para habitar ese espacio virtual común el cuerpo se sustrae de algunos sentidos (olfato, tacto) y potencia otros (vista y oído); ofrece y receptiona un cuerpo virtual, una imagen que pulsa, un reflejo del cuerpo real, que puede distorsionar (la voz, las proporciones corporales) que muestra recortes y fragmentos.

Las **distancias físicas se anulan**, conviven personas de distintas latitudes. No hace falta trasladarse para llegar a otro espacio físico, recorrer el camino que te lleva a... , salir de la casa, cruzar el umbral. ¿Cómo es ese cuerpo que no necesita trasladarse? Daniel Calmels habla del **cuerpo proyectado** "cuando hablo de espacio habitado no me refiero solamente a espacio ocupado".

En la infancia se necesita el cuerpo del Otro (función corporizante) para que el niño pueda construir su corporalidad. Qué sucede en el individuo adulto ante la falta del contacto físico, ante la ausencia del toque, del registro de la piel de Otro, cuando la experiencia digital tiene tanto protagonismo en la vida cotidiana.

El cuerpo se manifiesta de diversas formas: a través del movimiento y el contacto físico, pero hay otras que juegan un papel importante: el **modo de mirar**, la gestualidad, la voz. Hugo Perrone habla de "tactilidad a distancia".

El rol de la palabra en la virtualidad tiene mucha importancia. Contactar a través del sonido, darle volumen a la palabra, son distintos modos de proponer, contener y acompañar.

Tiempo, ritmo, duración y contacto sutil

En ocasiones no se comparte el huso horario ni la estación del año; cuando algunxs alumxns están comenzando el día, otrxs lo están terminando.

El **registro común grupal de tiempo externo** es el de la duración de la clase.

Cada unx registra su **tiempo biológico personal**, el propio ritmo. También se construye un **ritmo** de clase, actividad, descanso. Compartimos presente.

La búsqueda de docente y alumnx es la de **hacer contacto** con sí mismo y con los demás. Esta es la **sustancia de las prácticas corporales conscientes**. El contacto es sutil, trasciende la modalidad virtual o presencial.

El desafío es poder superar las dificultades que (como todo) tienen cada una de estas modalidades y capitalizar experiencia.

En lo personal vivo con más plenitud el encuentro cuerpo a cuerpo con lxs alumxns. Sin embargo valoro la posibilidad que ofrece la comunicación virtual que permite conocer y trabajar con gente de lugares distantes, que potencia el intercambio.

Es un desafío de época **vivenciar de modo consciente el cuerpo virtual**, que no sea una reducción de nosotrxs mismos sino un modo de continuar expandiendo consciencia.

Cecilia Núñez Cordo es Eutonista (Nº Reg 148 A.A.L.E). Maestra de Trabajo Corporal Postural. Bailarina. Fundadora y Coordinadora de Casaviva, centro de actividades corporales integradas. www.casaviva.com.ar

al borde
de nuestros

bordes

Nadie ha pasado por esta época histórica sin una huella, una marca, un cambio de prioridades... El tema de esta reflexión es acerca del cambio de nuestras percepciones.

Parte 1: la percepción como trinchera

escribe Anabella Lozano

La pandemia intervino nuestra percepción, la interrumpió, la deformó, la colapsó, la dejó detenida o demorada, saturada, impresionada, seguro hay muchos adjetivos que pueden llenar esta lista, podríamos decir en síntesis que la dejó afectada.

Estamos al borde de la pandemia y de nuestros propios bordes

Pandemia ya es la palabra que abre el antes y el después de una experiencia global, simultánea e inédita que nos dejó en un escenario no deseado pero común. Que nos condicionó en múltiples sentidos y que nos reunió en torno a ideas, preocupaciones e intereses que jamás hubiéramos imaginado.

Pareciera que estamos dando la vuelta por el final de esta experiencia histórica que ha modificado especialmente nuestras vidas en lo personal, lo familiar, lo comunitario y en cada país o región también. En donde el sistema capitalista en el que vivimos todes vuelve a tomar la oportunidad de hacer de esta crisis sanitaria, su recuperación y su reacomodamiento y su escenario desigual aún más desigual.

Ninguno, ninguna de nosotros y nosotras ha pasado por esta época histórica sin llevar una huella, una marca, un cambio de prioridades, necesidades, posibilidades pero sobre todo el tema de esta reflexión es acerca del cambio de nuestras percepciones.

A veces decir "momento histórico" trata de explicar y englobar un período de tiempo, una descripción temporal que no hace honor a la historia de las mujeres y los hombres "pequeñas/os" que la habitan, la protagonizan, la absorben, la padecen, la transitan y la transforman.

Contemplar esa forma de habitar nuestra época suele hablar de las transformaciones, secuelas y huellas con las que transitamos eventos críticos. Observamos a otras y otros, nos vemos en ellas y ellos, en sus bordes y en los nuestros. Observar sin ideas previas es una tarea que es movilizante de nuevas preguntas y nos aleja de las certezas. Aunque parezca que es una tarea desgastante o desestructurante es una práctica en la que se suma mucha observación de nosotras y nosotros mismos. Cada observación que practicamos de esa manera trae información sobre cómo nos relacionamos, no es un hecho aislado observar y percibir es una operación relacional.

La percepción como campo para la práctica

La percepción suele ser un tema o una zona de estudio y campo para la práctica que es abordada por muchas disciplinas, las del movimiento entre ellas. Resguardarla como una fuente de información valiosa y con un lugar tan protagónico como el de la racionalidad pensante, que ha tenido siglos de reinado, es parte de nuestras misiones y de nuestras prácticas.



En las prácticas del movimiento consciente o del campo somático hablamos de soma para hablar del cuerpo como "un sistema de consciencia que se mueve intensamente y solo un sistema de toma de consciencia tiene la capacidad de experimentar, entendiendo toma de consciencia como la capacidad para sentir y actuar simultáneamente".

Dejar que la percepción informe sobre nuestros modos de estar aceptando que la palabra no alcance a nombrar nuestras vivencias es parte de hacerle un lugar, dejar que vaya tomando su lugar y su forma con sus pretensiones que pulsan de una manera singular, que es la de la singularidad de cada quien.

No ponerle palabra a todo, darle tiempo a que decante, viaje y se ordene orgánicamente es casi el modo de hacerle lugar.

El campo de la Percepción va haciendo su expansión brumosa, gaseosa y con la calidez de lo inmaterial pero que sin embargo nos permite ocupar un lugar de calidad, demorar respuestas, aumentar los interrogantes, hacernos preguntas, observarnos y observar, compartir pareceres, sin determinismos infranqueables o antes de reaccionar desde las heridas o desde los temores más primarios.

Razón y Percepción fueron parte de un binomio del siglo XIX que se instaló hasta bien entrado el SXX pero ya hacia fines del siglo pasado y en el siglo XXI en el que vivimos actualmente, ese binomio empezó a tejerse en una trama más equitativa.

Haciendo lugar al sentir y al pensar como el "sentipensar" del que hablamos muchas veces, legitimando un modo de transitar las amalgamas y las adherencias de ese modo

de pasar por el mundo y la vida sin tantas dicotomías que se repelen y ahuyentan.

La percepción como trinchera

Decíamos que la Percepción va tomando un lugar a distancia prudente de la razón siempre tan hegemónica. Justo esa parte la de mantenerla alejada de la racionalidad es el borde que encuentro lleno de aprendizajes. Gran parte de la racionalización se ha puesto al servicio de lo que llamamos "desconexión" es decir ha servido muchas veces para tomar distancia de aquello que pulsa más profundo en nosotras y nosotros y que nos hace seres sensibles. La Razón como una trinchera de protección de nuestras intuiciones, sentimientos y percepciones que muchas veces no encajan con nuestras ideas previas o creencias. Pensar siempre ha sido un hábito humano que hemos ido llenando de modos y que es moldeado por las culturas y los paradigmas que en ella se crean y se retroalimentan. Una operación humana que nos distingue.

En este tiempo de Pandemia he escuchado mucho más que nunca la palabra *percibir* en boca de las personas con las que comparto prácticas, vida e incluso momentos fugaces, eventuales y efímeros como una actividad doméstica. La he escuchado en la calle, e incluso en los medios de comunicación y las redes. Resulta que ahora nuestras percepciones han ido moldeando y legitimando nuestras elecciones porque parece que hemos tenido una pausa no elegida para escucharlas. En estas épocas, nuestras percepciones tuvieron lugar y nos funcionaron como guía y sustento de elecciones sin precedentes.

Se han hecho presentes luego del tiempo de quietud, encierro, riesgos, encuentros y con el paso del tiempo de dificultades para volver a relacionarnos.

Encontrarle un lugar cercano y reconocerle el lugar que informa sobre nuestra vulnerabilidad y versatilidad ha sido para mí un distintivo de esta época que nos ha tocado vivir y que seguimos viviendo.

Ese rol de la percepción ha dado lugar a los miedos y a las amenazas y también a nuevos pensamientos que se adhieren a ellas como maridajes entrañables.

Sumado a las reacciones más primarias y muchas veces más reactivas se vuelve dificultoso para la comunicación o para darle cabida a las sensibilidades y a los modos diferentes. Es decir que hacerle espacio a la percepción no es garantía de modos de transitar en el que nos auto-regulemos sino que también puede ordenar creencias repletas de refuerzos reactivos.

La pandemia intervino nuestra percepción, la interrumpió, la deformó, la colapsó, la dejó detenida o demorada, saturada, impresionada, seguro hay muchos adjetivos que pueden llenar esta lista, podríamos decir en síntesis que la dejó afectada. Y seguro esa afectación es muy singular y nuestra sensibilidad la absorbió, o se volvió más permeable a algunas percepciones que integró o diferenció. Son tantas las posibilidades que lo único que he podido hacer con todo esto que pienso es darle un lugar cuidadoso a cada una de las personas que me rodean en la cercanía y en los encuentros eventuales. O eso creo. Ser cuidadosa y cuidadoso, comprensiva y comprensivo y sobre todo "moldear nuestra reactividad" parece ser la forma de hacerle espacio a las percepciones que han quedado reclamando las viejas maneras, las que protestan por las aprensiones de uno y la osadía de otros. Las que hacen del contacto un lugar del reencuentro y las que hacen el lugar del límite. Cada uno con sus bordes y todas/todos con sus razones.

No hay duda somos muy diferentes y nuestras experiencias tienen mucho valor, el constitutivo de lo propio y el que abre nuestra sensibilidad a los otros, otras y otros. Retomar la posibilidad de darle a la percepción un lugar para auto-regularnos, es decir: "Controlar una acción conscientemente significa gobernar o verificar la propia actividad en curso (auto-regulación). Auto-regular significa, a su vez, estar atento a un proceso en marcha, representando en la mente lo que va a suceder (planificar) o discriminando lo que ya está sucediendo (actuar) y así decidirse para modificar la acción (controlar/accionar)".

Auto-regular es lo que seguimos amasando como nuestro material de práctica, es decir templar nuestras reacciones, no demonizar, no polarizar, no romper para poder seguir y volver a la trama.

Continuará...

Bibliografía:

- "La educación Somática: un medio para desarrollar el potencial humano", Julia Castro Carvajal y Marta Uribe Rodríguez.
- Teorías de la Corporeidad. Distintas representaciones del cuerpo en Occidente, Raquel Guido.

Anabella Lozano es Prof. Universitaria de Artes en Danza - Expresión Corporal. (UNA) Docente y formadora en Esferodinamia, Educadora Somática. Docente invitada en la Carrera de Kinesiología (Universidad Maimónides). Formadora en Institutos Terciarios de Educación Física, UFLO y C. C. Rojas, UBA. Fundadora de *Esferobalones* Escuela de Esferodinamia. Mail: anabella@esferobalones.com

por los caminos de la identidad

El cuerpo en su valor real ha sido siempre el gran oprimido de la historia. Ha sido, también, el campo de batalla de diversos poderes.

escriben Mirtha Barnils - Karina Jousse

Según Pierre Bourdieu, el cuerpo humano es un producto social mucho más que natural, modelado o construido en relaciones sociales que lo condicionan y le dan forma. Pensado o leído como un producto social, es, por tanto, atravesado por la cultura, por las relaciones de poder, por las relaciones de dominación y de clase.

En los cuerpos, hay señales en las que se distinguen claramente las neurosis de angustia, las obsesiones, la depresión, la psicopatía. Cada uno de nosotros fue, por decirlo de algún modo, programado para ser funcional a un sistema dominador. Esto es algo que está instrumentado desde tiempos inmemoriales, y hace que se produzca un equilibrio patológico donde se precisan, por ejemplo, cierta cantidad de depresivos para ser explotados, así como personas con rasgos psicopáticos para ejercer la dominación. Esta división tiene su correlato corporal; vemos, por ejemplo, que la imagen de los que detentan el poder material y/o simbólico se traduce en una estructura corporal fácilmente reconocible.

Por lo demás, siempre hubo, asimismo, cuerpos "legítimos" y cuerpos "ilegítimos".

Las imágenes corporales "aceptables" han ido cambiando según las épocas históricas, acordes a los patrones de belleza, que varían según la moda e intereses creados.

La mayoría de las personas tienen una percepción distorsionada de su cuerpo. Más que vincularnos con él para reconocernos, lo hacemos para tratar de encajar en un modelo preestablecido. Es muy difícil no pensar en el ideal de belleza hegemónico cuando nombramos imagen corporal. No podemos parar de compararnos con un ideal absolutamente irreal; nos sentimos enojados o angustiados con nuestra imagen. Ese mensaje, que es implantado en nuestras psiquis, nos hace sentir incompletos y precarios. Nos mantiene en una eterna desvalorización desde la cual somos susceptibles de ser fácilmente manipulados.

El cuerpo debería ser tomado para nuestro real conocimiento, para ver en él nuestra identidad. En él se ven reflejadas nuestras raíces, nuestros antepasados y la evolución. La imagen corporal real cuenta su historia, sus rasgos únicos.

Imagen corporal: ¿Qué cambió con la pandemia?

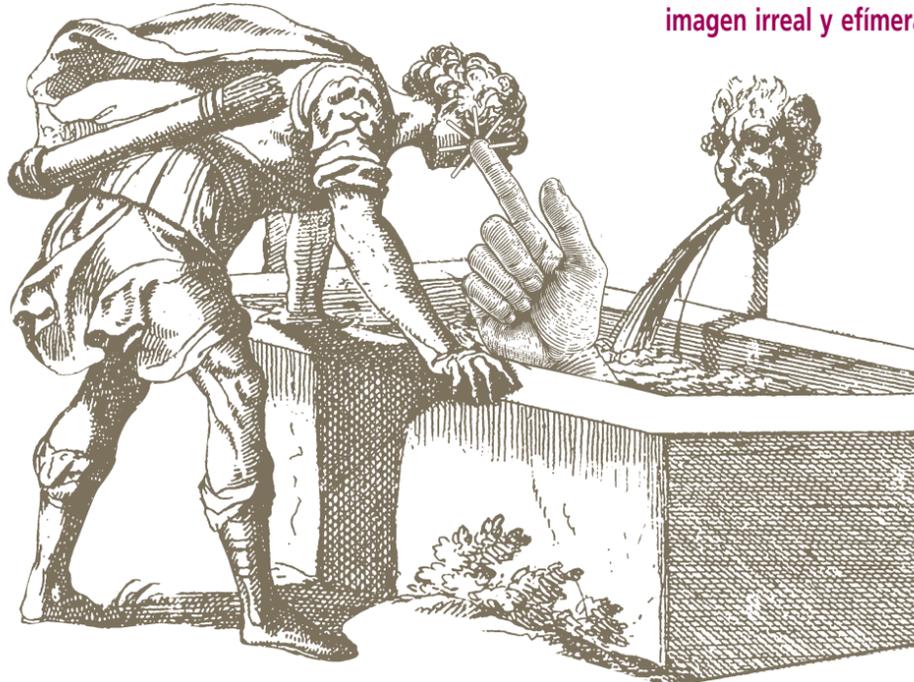
La pandemia nos dio un tiempo de cierto aislamiento, y nuestra atención sobre el cuerpo se concentraba en ver si tosíamos, teníamos fiebre, si habíamos perdido o no el olfato..., si vivíamos o moríamos. Quizás, esto último nos hizo replantear muchas cosas.

Al tiempo que, al estar en casa, relajamos los cuidados tan exigentes en la preparación de nuestra imagen, disfrutamos de vestirnos cómodos, de dejarnos las canas, etc. Quizás, en algunas personas surgió un replanteo de cómo es nuestra relación con el cuerpo, o sea, con uno mismo. Muchos cuerpos se modificaron, producto de la ansiedad, los miedos, la falta de movimiento y la incertidumbre que generó la pandemia.

A su vez, en algunos casos, fue un tiempo que puede haber contribuido con la introspección y el autocuidado.

Vivimos momentos conflictivos; por momentos, sentimos como haber caído en un descuido, en un desgano, en el agotamiento que nos produjo el haber transitado la enfermedad o en la preocupación por quienes la estaban transitando.

En esta cultura de las apariencias, corremos el riesgo de convertirnos en Narcisos mortificados en pos de una imagen irreal y efímera



El ritmo de vida cambió repentinamente, muchas personas pudieron reconocer el stress que acumulaban, y a otros la quietud los angustió. La pandemia pasó por nuestro cuerpo, por nuestra psique.

Esta experiencia parece vislumbrar un nuevo paradigma, un cambio de época. Se modificarán ciertas costumbres, pero ¿las estructuras profundas cambiarán realmente?

No debemos olvidar que la humanidad pasó por numerosas crisis, pero el cambio en la especie humana nunca fue radical.

La pandemia dejará sus huellas; estará en cada persona su capitalización. No debemos menospreciar el poder de los sectores que intentarán lucrar y dominar también con esta realidad.

¿Qué pasaría si tuviéramos la intención de cambiar nuestro paradigma?

Por supuesto, que no nos va a alcanzar la pandemia para lograrlo, no nos engañemos.

Hacia una valorización y reconocimiento de nuestra imagen real a partir de un trabajo corporal consciente.

Para los trabajadores corporales, el cuerpo es un lenguaje vivo, con sus propios ritmos, que marcan el pulso de una vida. Contiene lo vivido y lo vivible, siempre en busca de ser valorado, escuchado, intentando escabullirse de normas dominantes. En sus expresiones, puja porque aflore lo esencial de cada ser humano.

Consideramos muy importante el contacto con nuestro cuerpo, lo más concreto que tenemos. Valorar cada parte como es en realidad, conocer sus funciones, celebrar y apreciar su forma natural, y aceptarlo como único.

Seamos precavidos para no ser empujados a ser Narcisos, perdiendo tiempo y dinero mortificándonos en pos de una imagen irreal que será siempre efímera y que, finalmente, no nos hará felices, volviéndonos incapaces de apreciar lo que nos rodea y de generar vínculos sinceros.

Para Danza Armonizadora, una persona se ubica en su verdadera imagen corporal en el momento en que descubre y legitima sus verdaderos potenciales como únicos. Trabajar nuestra imagen corporal es conocer nuestra historia, nuestras características en todos los aspectos de nuestro ser, tanto corporales, psicológicos, afectivos, como espirituales, que forman ese universo que es cada persona. Valorar nuestro cuerpo, que nos da identidad, que nos posibilita ver, acariciar, bailar, abrazar, que nos permite existir y, a través de él, percibir todo lo que nos ocurre en este mundo.

Que cada uno elija libremente cómo afianzar su identidad, resaltando los rasgos propios, usando la ropa, los peinados, los colores que lo identifiquen en cada ocasión. Que no nos avergoncemos nunca más de nuestro cuerpo, que jamás permitamos ser tratados como objetos. Fundamentalmente, lograr expresar nuestras emociones, nuestros deseos, nuestros pensamientos. Y así poder cambiar lo sociocultural, complementándonos desde la salud, ejerciendo nuestras vocaciones.

En Danza Armonizadora trabajamos desde la armonía, con un movimiento consciente y a la vez sensitivo que nos permite tomar dimensión de nuestro cuerpo real, de su armonía propia y de sus potenciales, y conectarnos con sus libertades expresivas, su fuerza y su capacidad de placer y disfrute.

Como ya lo hemos señalado, tenemos una percepción del cuerpo de quienes "dominan" y una noción del cuerpo de quienes son "dominados". Dominación no sólo en sentido concreto material, sino también en un amplio sentido simbólico, como sucede en ciertos grupos que tienen el poder de crear una escala de valores que construye un consenso que valida esa dominación. A esto, nada menos, es a lo que nos enfrentaremos si deseamos encontrarnos con nuestra imagen corporal real, humana, atravesada por el paso del tiempo, por todo lo vivido.

Trabajar nuestra imagen implica el coraje de reconocer esos sesgos que nos han grabado a fuego.

Hay que cambiar muchas improntas que se sellaron en el imaginario colectivo. Nos va a llevar tiempo y dedicación. Sólo aquellos que en estos tiempos se replantearon profundamente, comenzarán un camino de cambio, pero sabemos que no es algo general, y mucho menos para ciertos poderes con intereses creados, que no soltarán por nada su dominio.

Es fundamental articular instrumentos que nos permitan conectar con nuestros potenciales verdaderos. Trabajar para llegar a vivenciar como natural vestir la ropa que me gusta, o entrar a determinados restaurantes, o tener un puesto de trabajo acorde a mis capacidades y no a mi imagen corporal. Revertir lo que nos han hecho creer que no nos pertenece.

Es cierto que hoy se plantea una crisis histórica y filosófica de las clasificaciones binarias del cuerpo, del tipo normal-anormal, moral-inmoral, bello-feo, pero no debemos olvidar que el cuerpo está inscripto en relaciones sociales; no debemos caer en facilismos, y sí, en cambio, profundizar en la calidad de los vínculos que construimos.

Reclamamos la dignidad, la voz de los invisibilizados, el reconocimiento de nuestra historia, de nuestros propios cuerpos. Ya hemos esperado demasiado tiempo. Pero sabemos que no es tarea sencilla; es necesario cuidar las conquistas y no caer en nuevas trampas donde sólo se cambien las formas, pero las estructuras más profundas de dominación queden intactas. Una verdadera revolución es realmente la igualdad de Derechos que, por ahora, es una expresión de deseo en la que muchos estamos trabajando.

Es el desafío para una humanidad real, el ser humano legítimo, amoroso, solidario, empático. Comprender que la verdadera libertad no está en lo que utilizamos para adornar nuestros cuerpos, sino en su interior, y en la realización de ese sueño, de esa aspiración de encuentro e identificación que tan bien nos expresa Eladia Blázquez en estos versos:

"Vení... charlemos, sentate un poco. / ¡No ves que sos mi semejante! / A ver, probemos, hermano loco, / Salvar el alma cuanto antes. / Es un asombro tener tu hombro / y es un milagro la ternura... / ¡Sentir tu mano fraternal! / Saber que siempre para vos... / ¡el bien es bien y el mal es mal!"

Llegaremos así a una situación más noble para los seres humanos.

El trabajo corporal cumple un rol preponderante en el desarrollo de esa imagen física, reeducando nuestra musculatura, dándole al cuerpo el lugar que merece lograr en su legitimidad, desde la armonía, el buen trato y la creatividad.

Mirtha Barnils y Karina Jousse son Profesoras de Danza Armonizadora, técnica corporal terapéutica creada por Érida Noverazco.

cuerpos en modo pantalla

escribe Raquel Guido

De imágenes corporales jugando

El trabajo con la Imagen Corporal y la Autoimagen debe surgir de un entrecruzamiento de miradas, propias y ajenas.

En cuanto a las propias, la idea es promover la experiencia de los practicantes, de unir percepción con la imagen, que se construye en base a esas sensaciones experimentadas con presencia. De aquí surge -en la búsqueda exploratoria con la escucha de las sensaciones como guía y el movimiento espontáneo- un despliegue poético del cuerpo presente en el movimiento, las tensiones, el gesto, la postura, la actitud, la temporalidad, la ocupación del espacio...

Podríamos hablar de una fase de construcción de la autoimagen "desde adentro".

Habitando, visualizando, y danzando desde "adentro" del espacio corporal. Habitando el espesor de nuestro cuerpo, uniendo imagen y sensación; tanto en quietud como en movimiento.

Para reflexionar sobre la Imagen Corporal y sus posibles abordajes en la práctica, es importante considerar también la importancia de una Imagen de sí "desde afuera".

Para esto es muy útil verse en video. Luego es de esperar que estas dos imágenes se fusionen en la presencia, situada en el aquí y ahora.

Otra actividad que nos aporta elementos a la construcción de la autoimagen corporal, es la mirada de lxs otrxs. La posibilidad de verse y ser miradx.

Permite afinar la sensibilidad para la captación y escucha de las diversidades, de los inéditos universos singulares que somos capaces de desplegar, de los cuerpos heterogéneos que somos...

En una observación con mirada abierta se redimensiona aquello a lo que tanto Schiller como Merleau Ponty se referían cuando nos hablaban del entrecruzamiento de las imágenes corporales propias y de les otrxs y de la "intercorporeidad".

De este atravesamiento de miradas diversas en sus perspectivas, surge una Imagen Corporal que nos da la experiencia de sí



mismx y que, intrínsecamente dinámica, siempre deviene otra.

Ser cuerpos en modo pantalla

A partir de los aislamientos preventivos vividos desde que comenzó la pandemia, de pronto nos dimos cuenta que las nuevas tecnologías audiovisuales y digitales, estaban disponibles y podíamos utilizarlas para seguir, para resistir haciendo y creando, entrelazándonos en nuevos modos.

Momentos de nuevos aprendizajes para muchxs. Momentos de nuevas configuraciones, nuevas tensiones, nuevos escenarios, nuevos modos de ser, hacer, sentir y pensar.

Los modos de comunicación, los procesos de construcción y producción artística y de enseñanza-aprendizaje, circulan por la vía audiovisual abriendo nuevas experiencias y significaciones.

En pandemia 2021 todo sucedía en modo pantalla

Algunos señalan que el centramiento en lo visual, de estas condiciones, solo dan continuidad al paradigma sensorial centrado en la vista, propio del racionalismo logocentrista, eurocentrista del modelo hegemónico occidental.

La imagen como vía de encuentro

Desde mi perspectiva la potencia de lo visual no debería quedar detenida y cerrada en una relación con ser el sentido privi-

legiado en occidente, relacionado con la inteligencia, la racionalidad.

Se me ocurre pensar en las relaciones ambiguas entre nuestras imágenes corporales en modo virtual, bidimensional, fragmentadas, sintiendo que algo se perdía... y era insustituible...

Imágenes fragmentadas

La pantalla de la virtualidad nos ofrece fragmentos que estallan las fronteras y las configuraciones totalizadoras. Fragmentos de cuerpos, fragmentos de espacios y objetos cotidianos, devenidos en escénicos, colas de gatos que pasan delante de las cámaras y se ligan en una poética azarosa... augurando otros modos de habitar/nos.

La fragmentación de la Imagen dialoga con la percepción de unidad, del propio cuerpo, también estallado por la fragmentación propia.

Las imágenes que vemos repercuten en nosotrxs en nuestra corporeidad afectando la propioceptividad; aquella sensibilidad que nos da la experiencia de nuestro propio cuerpo, de modo tal, que la imagen que vemos de lxs otros vía pantalla pone en resonancia nuestro cuerpo y nuestra Imagen Corporal es afectada, puesta en diálogo y encuentro con las imágenes corporales de lxs demás, en un diálogo de imágenes como lugar de encuentro.

Rescato nuevamente a Schiller, cuando nos enseña que toda modificación en la Imagen Corporal es vivida emocionalmente, y todo cambio emocional y actitud psíquica provoca

cambios en la Imagen Corporal. A tal punto llega su flexibilidad y carácter dinámico.

La exploración de nuevos modos de hacer y pensar nos hizo abrirnos a caminos no explorados, al menos por tantas personas en un mismo tiempo, y **poner en juego otros modos de comunicación y encuentro a través de nuestras imágenes corporales en modo bidimensional.**

Las imágenes visuales pasaron a ser, de modo preponderante, nuestro modo de hacer, sentir y pensar. La mirada se vuelve táctil y sonora... Puede ser mirada curiosa o mirada enjuiciadora. Mirada que espeja flujos diversos y discontinuos disolviendo las fronteras entre lo óptico y lo áptico.

La difusión de obras, intervenciones, performances abrieron una indagación más profunda de los modos visuales y la potencia comunicativa de la imagen en el encuentro entre los cuerpos.

Del mismo modo sucede con la difusión y participación de obra en modo imagen bidimensional, como en la realización de Encuentros, Jornadas, Congresos, Conversatorios pensando en colectivo, observantes de lo emergente, la búsqueda de lo nuevo posible...

Las prácticas de la enseñanza y de la salud en el campo de lo corporal debieron entrelazarse con la virtualidad y tejer nuevos modos audiovisuales.

Encontrar nuevas metodologías en las pedagógicas corporales sensibles. Nuevos modos de observar que nos dan nuevas cosas para ver. Nuevas y diversas poéticas de la imagen del cuerpo, "en permanente destrucción y autoconstrucción internas" como diría Paul Schiller, ...viéndonos devenir interpelados por el protagonismo de la imagen, en el contexto de la pandemia.

Podría cerrar diciendo que es posible pensar los cuerpos que estamos viviendo en pandemia, interpellando nuestros saberes previos, poniendo en diálogo, tejiendo redes de prácticas, teorías, experiencia y significación reflexiva...

La Imagen Corporal toma el protagonismo en pandemia de un modo singular, siendo encarnación que se visibiliza y se habilita con fuerza como lugar de encuentro.

La Lic. Raquel Guido es Prof. de Expresión y Lenguaje Corporal, Lic. en Composición Coreográfica (UNA), Prof. de Artes (nivel universitario, UNA). Prof. universitaria regular: UBA (Facultad de Filosofía y Letras, Carrera de Artes) y UNA (Depto. de Artes del Movimiento, Cátedra de Expresión Corporal I y II).

INSTITUTO DE LA MÁSCARA
45 años
CON CUERPO Y ALMA

Fundado en 1975
Directores: Dr. Mario J. Buchbinder y Lic. Elina Matoso

Uriarte 2322 ☎ 4775-3135
www.mascarainstituto.com.ar
@institutodelamascara
@mascarainstituto
institutomascara@gmail.com

**FORMACIONES
DIPLOMATURAS OFICIALES**

- ESPECIALIZACIONES
- POSTGRADOS
 - Coordinador en Clínica Corporal y Arte
 - Coordinador en Psicodrama / Psicodramatista
 - Seminario de Especialización en Psicodrama y Clínica Corporal (Mensual / Trimestral)
- DIAGNOSTICO CORPORAL

FORMACIONES Y TRATAMIENTOS ON LINE

Lic. Mónica Groisman

CLINICA DE LA TENSION / CUERPO-PSICOANÁLISIS

Psicoterapia Grupal: Movimiento y Palabra

CUERPO / IMAGEN / ENERGIA

Grupos terapéuticos - Clases virtuales

☎ 1565710001 ✉ monigroisman@gmail.com

habitar nuevos hábitos



escribe Emiliano Blanco

"Los blancos deben estar locos: creen que se piensa con la cabeza"
Anónimo indígena sudamericano.

¿Entonces dónde está el pensamiento? Podemos preguntar, mientras nos vamos proponiendo revisar algunos interrogantes sobre 'qué nos pasó', 'quiénes quedamos' y 'cómo se sigue sobreviviendo'... algunos que todavía están buscando su lugar.

La pandemia dejó heridas que nuestros cuerpos todavía van reconociendo. Y esas heridas, actualizaron la manera en la que nos vinculamos con nosotros mismos y con los demás.

Recupero un punto de partida de una nota escrita en **Kiné** hace unas ediciones atrás, donde se mencionó que 'estamos viviendo un histórico social que nos hace desconfiar de las propias sensaciones, percepciones, evaluaciones, ideas... imponiéndonos otras como "reales". Es necesario prestar mucha atención a este mecanismo. A ese proceso que Susana Kesselman denomina: "trollización" de la sensibilidad, y que es la construcción de una maquinaria de desconfianza en nuestros registros perceptivos."

Ese histórico social nos sacude entre imprevistos y las pocas certezas que la normalidad nos proponía como 'establishment' - un conjunto de personas, instituciones y entidades influyentes en la sociedad o en un campo determinado, que procuran mantener y controlar el orden establecido- ya no está como solíamos conocerlo y la 'nueva normalidad' no volvió mejorada.

Antes de la pandemia del coronavirus, la posmodernidad y la posverdad ya devenían, forjando una relación con nuestro cuerpo según las tendencias que el mercado y el marketing disponían. Ahora se activa con resultados masivos y con mayores adhesiones.

El nuevo siglo vomitó un paradigma que dio fin a la época de cambios para germinar un cambio de época: el avance tecnológico/digital, Internet y las corrientes políticas de emancipación y progresismo democráticos.

Cual alfareros, moldearon los contornos del espesor corporal y las estrategias para asimilar lo percibido.

Aparecieron nuevas identidades, otras formas de construir/destruir vínculos, nuevos cuerpos y objetos con los cuales convivir, canales holográficos y comunicaciones mediadas; pero también se evidenció la gran desigualdad en recursos y una crisis institucional para dar respuestas a un contexto de marginalidad: muchas personas ya estaban fuera del sistema... ¿Y ahora cómo hacemos para que aparezcan, si las medidas favorecieron el parcelamiento de la subjetividad de una manera implícita?

El 'barbijo', activó una nueva relación con la propia imagen en el espejo, nuevos hábitos sociales y una posibilidad de mayor acercamiento. El objeto plasmó la creatividad de estampados y tamaños.

Sabemos cuál es nuestro barbijo y cuál no lo es. Se convirtió en máscara identitaria. Está en el kit de lo que buscamos antes de salir de casa, además de la llave, el cargador del celular y la billetera.

Las expresiones faciales nos permiten to-

davía identificar una sonrisa detrás de la máscara, agudizamos esa apertura para hacer aparecer lo conocido, aunque esté oculto.

La anulación pública del contacto, otra relación que nos vinculaba con la percepción del entorno y el espacio personal, también construyó un código de lenguajes de miradas y saludos de puños.

El capitalismo ya nos regulaba la angustia y administraba cómo relacionarnos con ella, pero la pandemia y las dinámicas de 'cuidados', tomó forma y la desnudó.

Ese mecanismo tocó todos los sectores y el contagio no discriminó historias, estadísticas, cifras ni acceso a los recursos para hacer llevadero un 'nuevo tiempo' que empezó sin inauguración.

Recupero una entrevista hecha a Alexandra Kohan, Psicoanalista y Docente de la UBA, en 'Revista Mate' el 24/03/2020.

En ella, Kohan explica y profundiza sobre unos Tweets de su cuenta personal, donde escribió lo siguiente:

"(...) para leer hay que suspender el mundo, y en este caso, el mundo nos suspendió a nosotros" @alexkohan 22-04-2020.

Entonces, en la entrevista recupera y explica algunas reflexiones que vienen al caso: *"Cuando llegaron los primeros indicios de una cuarentena, las redes sociales empezaron a llenarse de consejos, recomendaciones para aprovechar el tiempo muerto. Y un día ¡Plum! Llegó el aislamiento y con él las preguntas incómodas para hacernos a nosotros mismos"*.

Podemos hacer memoria de momentos donde recurrimos a esas herramientas y hasta las compartimos como folleto virtual.

La relación con nuestros hábitos cotidianos se intensificó. Fue creciendo con la percepción de nuestra casa y sus rincones, habitándola hasta el hartazgo y aprendiendo a ubicar una cámara/ventana que nos conectara con el exterior.

Y ahí, el respeto por aceptar a que cada cual hizo como le salió...

Kohan continúa diciendo: *"Me parece muy complicado intentar armar escenarios como si nada estuviera pasando, como si todo fuera igual pero dentro de casa. Una cosa va con la otra: no hubo tiempo para advertir qué es esto y por eso todos los imperativos terminaban siendo negadores de un real que nos está afectando indefectiblemente y cuyos efectos aún son incalculables"*.

¿Qué sensaciones siguen intactas? ¿Cuántas relaciones podemos recuperar de esa experiencia que nos dejó 'pedaleando en el aire'?

Quiénes tuvieron acceso al contagio ¿cuáles son las secuelas que todavía siguen descubriendo? ¿Qué nuevas relaciones tuvieron que accionar con su cuerpo convaleciente? Porque no olvidemos que no sólo se encarnaron síntomas, sino también el temor y el prejuicio de una sociedad en 'aislamiento' y con poca información sobre el tema.

Es importante tener en cuenta que el canal para ejercer la comunicación, mayormente es una plataforma que configura un perfil virtual que vuelve compleja la relación con el cuerpo: elegir una imagen para proyectar y descifrar lo que la pantalla devolvía con la forma que devolvía, que si bien era bidi-

mensional, excluía más de una sensación y permanecer vivxs era más importante.

¿Qué les sucedió y cómo lo vivieron quienes fueron excluidxs de esas plataformas? Hubo un gran desvelamiento de fragilidad en la salud mental: no generar una estrategia del 'mientras tanto', sino poner el foco en la esperanza que va a suceder para 'volvernos a ver' con un crecimiento numérico de contagios y muertes, acrecentó el sentido alrededor de la soledad y en muchos casos la depresión porque la atmósfera no era muy vital; pero también convivir con quienes agotaron los recursos y no accedieron a lo primario, porque la pobreza no estaba entre los síntomas que se mencionaban.

¡Había que tener casa para quedarnos en ellas, y en un país con una crisis de acceso a la vivienda, era clave!

Y cito una entrevista a Susy Shock, de la mano de **'MU lavaca'** aquel 30 de septiembre del 2020, donde gritaba con ternura: *"Ha sido vital que el arte esté acompañando todas las épocas, porque sino ya no tendríamos mundo. Si sólo hubiesen mandado la ciencia, esta política «democrática» y la lógica de los mercados, hoy llamada capitalismo, sería ya un fracaso, no habría humanidad"*.

Con la necesidad de recuperar la salud cultural, crearon las **'Postas culturales sanitarias'** con una iniciativa a hacer arte en la vereda para salir al encuentro de la calle desolada y los espacios de artes cerrados por protocolos y una nueva tarea para lxs artistas: armar redes y animarse con lo que está al alcance, 'contagiando' al vecino con poesía. Y ese contagio se produjo, a pesar de la impronta histórica que recordaba Susy Shock: *"(...) cuando la OMS en su momento decía que no se podía tomar mate porque te contagiabas de VIH, nosotras aprendimos a tomar mate, aprendimos a no relegar el deseo y lo que podemos sentir por la otra persona y lo que una persona puede sentir por una. Esa estrategia la tenemos nosotras, nos la enseñaron nuestras madres, abuelas, tatarabuelas; que inventaron el deseo. Lo hicimos antes de que la OMS diga '¿Sabías que me equivoqué? El mate no contagia el VIH' porque entre que lo tiró hasta que lo negó, hubo un enorme disciplinamiento, instaló un montón de miedo y desde esa ignorancia hizo mucho mal. Entonces ¿Tengo que escuchar a la OMS, para quien hasta hace un año las travas éramos personas enfermas? ¿Tengo que escucharlos para que me digan cómo me tengo que cuidar?"*

La infodemia fumigó el contacto con esas estrategias, y lo que más se tocó en el folklore popular fue el empoderamiento del miedo instalado y el recorte al acceso de los recursos básicos para sostener el pedido de 'cuidado'.

Evolucionan las variantes del virus, pero nos repetimos en los modos de relacionarnos con ello.

Repetir no está mal, la pregunta es si nos estamos dando cuenta de qué es lo que estamos repitiendo. Y por eso resalto ambas entrevistas, por sus lecturas de lo que también estaba sucediendo: testimoniando sobre lo que somatizamos en medio de una real incertidumbre y que repercute hasta estos días en nuestra relación con el imaginario y con nuestra imagen corporal, el contacto como riesgo y el distanciamiento social como resguardo, las estrategias para so-

brevivir y una normalidad que nos acecha nostálgicamente.

Entre los síntomas que afecta el coronavirus, anula el sentido del olfato y del gusto, dos sentidos exteroceptivos que nos vinculan con oler y degustar un 'otro yo'. Reconfigura una relación con el aprendizaje sobre la memoria de olores y sabores que nos acompañaron hasta ese momento, y de golpe ya no están más. Luego van apareciendo otra vez, de una callada manera bien particular de uno con uno. Es momentáneo, no es eterno, pero ese tiempo del 'mientras tanto' no siempre es amable o creativo. Es angustioso, y un duelo adolescente nos modifica la actitud para dar cuenta de lo que nos pasa. Discernir es la tarea.

Recuperar, es el verbo infinitivo que toma el mando en nuestra percepción. La dimensión donde se aloja la memoria, muchas veces recurre al imaginario para completar la imagen.

La pandemia volvió a poner en jaque una vieja pregunta de Spinoza: *"¿Sabemos lo que puede un cuerpo?"*. La potencial incertidumbre y su singular espera, reconfiguraron el entramado que nuestra corporeidad identifica como percepción y el respectivo imaginario que lo alimenta.

Gastón Bachelard en "Imaginación y movilidad del aire y los sueños" propone que *"de un modo más general, hay que revisar todos los deseos de abandonar lo que se ve y lo que se dice en favor de lo que se imagina"* (Bachelard, 1958). Un nuevo cuerpo se nos manifiesta en este tiempo y podemos adaptarnos para ajustarnos a una 'normalidad' que vuelve y nos devuelve un registro sensible; y en el mejor de los casos, imaginar un futuro posible con nuevas instancias y una nueva estructura, distinta y novedosa, es más difuso pero es.

La nostalgia por la certeza, es un fantasma que nos hace compañía, pero lo difuso y lo intermitente pueden tener sus novedades atractivas. También en ese cuerpo que se creará estrategias para desarticular las prácticas pandémicas que siguen vigentes. ¿Alcanzan? Dirían quienes promueven lo **efectivo**. ¿Y quienes queremos proponer lo **afectivo**, qué preguntamos?

La Imagen corporal es la plataforma donde esa experimentación tiene lugar.

Nuestro modificado espesor, nos devuelve un territorio que ocupamos y en el que existimos, nuestro volumen proyecta y empuja la atmósfera y el vacío espacial. Está vivo y permeable para recuperar lo que hay alrededor.

Recuperar y abandonar 'lo que se ve' como conocido para renombrarlo, puede ser el método que nos rescate de anclar certezas prescritas y le de vuelo a la imaginación, que después de todo, espera con ansias jugar y ser reeducada en nuestro favor con un alcance infinito.

Lo demás, seguirá ahí... sucediendo.

Nos tocará bailarla como si fuera la primera vez, cada vez. Pero bailando... y ahí, hay una diferencia.

Emiliano Blanco es prof. de Danzas Folklóricas y Populares. EMBA. Performer y bailarín de Expresión Corporal. Prof. Universitario de Artes en Danza (mención Expresión Corporal, UNA). Sikuri y cantor popular.

danza integradora, un camino de **inclusión**

"Navegamos en una mar de incertidumbre a través de archipiélagos de certezas"
(Edgard Morin)

Conviviendo con la Diversidad en la pandemia

escribe Susana González Gonz

Vivimos en un mar de incertidumbre, donde la hostilidad del mundo externo nos acecha sin miramientos. La pandemia nos ha obligado a quedarnos en casa y ese refugio acogedor para resguardarnos del afuera, se convirtió en una prisión, una amenaza donde cundió el miedo a estar con otro, dando lugar a la soledad, la angustia y la desesperanza. La imagen corporal siendo un constructo netamente subjetivo, que tiene que ver con la representación y la vivencia que cada persona tiene del propio cuerpo, se vio modificada por el aislamiento forzado. La casa se convirtió en un escenario de usos múltiples, un nuevo espacio para descubrir y redescubrirnos, donde se gestaron actitudes y sentimientos de placer, displacer, satisfacción, disgusto, impotencia... lo que produjo cambios en las maneras de comunicarnos y relacionarnos con nosotros mismos, los otros y el espacio que habitamos. En muchos casos hubo dejadez, aburrimiento, desgano, y en otros, entusiasmo por realizar nuevas actividades, propuestas por la virtualidad.

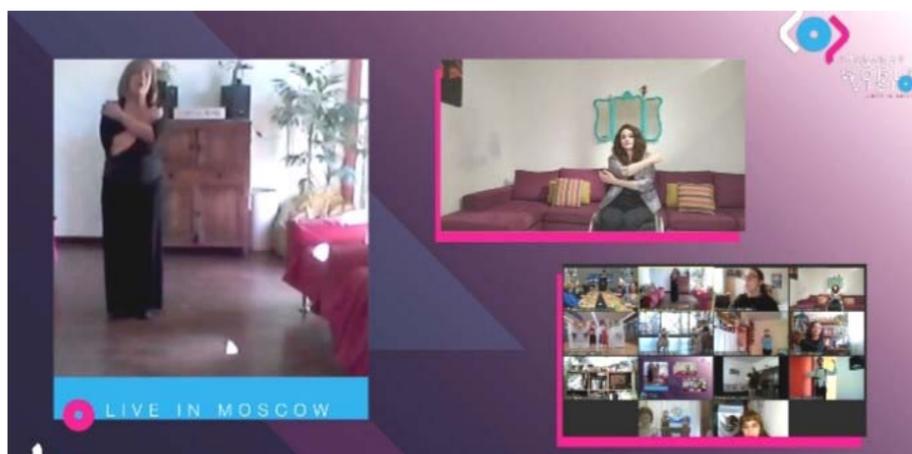
La Danza Integradora, DI, Inclusiva desde su nacimiento, ha sido una llave de luz que ha abierto puertas en cuerpos diversos, afirmando la autoestima y transformando la imagen corporal.

Sabemos que el cuerpo es una construcción cultural y en este contexto de tantas desigualdades, violencias políticas, religiosas, étnicas y de género, las clases de DI han conectado con la vida del cuerpo de cada participante despertando la subjetividad, el pensamiento crítico y la reflexión, sin dejar de lado la emoción, la alegría de compartir, la creatividad y el disfrute de la propia danza.

No creo en un Dios que no sepa Bailar
(Nietzsche)

En esta pandemia que ha provocado enfermedad, depresión y tantas muertes, tengo la certeza de que la DI despierta a los cuerpos dormidos, quejosos y doloridos. Se hace difícil salir del desasosiego y el desgano y encontrar el entusiasmo de lo que significa respirar y estar vivo. Acuno la convicción de que solo a través del cuerpo podemos contactar con nuestro ser interno, cualquiera sea nuestro estado físico y emocional y la Danza con la música, o con nuestros sonidos internos, nos comunica y nos transforma, porque es una expresión del encuentro con uno mismo y con los demás que permite celebrar la vida con alegría y agradecerla.

Diversidad, es tener la voluntad de Convivir con otras personas tan diferentes, pero iguales en cuanto derechos, desandando creencias y prejuicios limitantes. No es que hay que tolerar las diferencias sólo en términos de inclusión, sino aceptar la convivencia en el día a día, viendo nuestras actitudes y poniendo de manifiesto los derechos humanos, para dar paso a la equiparación de oportunidades y a la accesibilidad cultural. La pandemia nos enfrentó a la incertidumbre de nuevos aprendizajes donde pudimos navegar desde la virtualidad a través de pequeños archipiélagos de certezas, entre reflexiones conocidas acerca de lo que nos interpela la danza y la inclusión. Pudimos trascender la pantalla y junto con cada participante, construir encuentros virtuales, de verdadera interconexión y transformar las limitaciones en nuevas y creativas posibilidades. Entrelazar la práctica con la teoría para incorporar nuevos conceptos y mejorar el sistema inmunológico generando bienestar psicofísico, emocional y espiritual. Tuvimos que aprender junto a nuestros estudiantes a bailar en el contexto frío de lo virtual y recrear la energía grupal, el calor del abrazo, la mirada que sostiene o la risa compartida, afianzando la identidad expresiva, respetando y valorando los tiempos personales de cada participante y aceptando los vaivenes del presen-



te. Nos permitimos abrirnos al encuentro amoroso con nosotros mismos y proyectarnos en unidad, empatía y amor hacia los otros y nuestro entorno. Estas premisas desarrolladas en la presencialidad, han sido mi norte en la virtualidad, para poder acompañar a cada participante incentivando su ser creativo.

Hacer de cada caída un paso de danza y de cada búsqueda un agradable encuentro con estudiantes y docentes del campo del arte, la educación y la salud, del interior del país y del exterior con la certeza de que la danza nos une más allá de cualquier interrupción, fue uno de mis más claros objetivos.

"De Todo, Quedaron Tres Cosas"
La certeza de que estaba siempre comenzando,
la certeza de que había que seguir
y la certeza de que sería interrumpido antes de terminar.
Hacer de la interrupción un camino nuevo,
hacer de la caída, un paso de danza,
del miedo, una escalera,
del sueño, un puente, de la búsqueda... un encuentro
Fernando Pessoa

Vengo trabajando en la temática de la Danza y la Discapacidad desde 1992 y desde el 2003, cuando mi proyecto "Todos Podemos Bailar" se instaló en Artes del Movimiento de la UNA y con la creación de la Cátedra Danza Integradora en el 2015, Catedra Abierta a la Comunidad desde 2012 y los Seminarios intensivos que realizo todos los años, la Danza Integradora se ha multiplicado y expandido por el país y el exterior.

Gracias al apoyo tecnológico de Artes del Movimiento de la UNA, pude continuar las actividades presenciales que hacía en el DAM y en el segundo cuatrimestre del 2020 realizarlas en formato virtual. Tanto la Cátedra, como los Talleres de los sábados y los Seminarios que coordiné en la pandemia durante el 2020 y 2021 han sido de gran impacto y emoción para todas y todos los participantes de la comunidad, estudiantes, bailarines, docentes y excelentes profesionales de Argentina, Uruguay, Venezuela, Perú, Chile, Colombia y España,

que nos han dejado significativos aprendizajes y fuertes vivencias que nos han enriquecido como personas y profesionales.

Hicimos varios videos de las distintas actividades, participé como invitada en el Festival Internacional Inclusive Dance World Vision de Rusia-Moscú con la participación de 35 países del mundo, un evento virtual sin precedentes, donde se lució la última obra del "Grupo Alma", *Devenir-es*, y la clase de tango que dirigí para todos los países participantes. En varios conversatorios, cursos y seminarios dictados en el país y el exterior, tuve la oportunidad de presentar mi libro, "Danza Integradora, Vida, Arte, Inclusión, Otredad", Biblos, noviembre 2018.

Abonar la tierra, seleccionar las semillas y el momento para plantarlas, lleva su tiempo, porque es necesario aprender a vivir en la incertidumbre, cuidar, regar, esperar y aceptar los obstáculos y las inclemencias climáticas, que muchas veces frenan su crecimiento. Cada Encuentro de DI, es un sembrar nuevas semillas para que otros continúen abriendo caminos. Cambiar límites por oportunidades y tejer saberes danzando, para construir redes nutricias, nos inspiran para transformarnos y transformar la realidad, hacia una sociedad verdaderamente humana, valorando la experiencia de la diversidad, como construcción del conocimiento que promueve la Esperanza, la Paz y la Justicia Social.

Creo que lo más valioso de cada experiencia son los testimonios de los participantes que la hacen posible:

- "Conocer la danza en el campo de la discapacidad desde un enfoque no asistencialista, sino profundamente político, que emerge desde lo más inquebrantablemente humano y del dolor de la experiencia cercana, fue para mí una oportunidad, de poder ver y vivenciar en carne propia, este trabajo que se viene desarrollando desde hace tanto tiempo en el DAM. Fue alucinante y estremecedor escuchar las ponencias de excelentes profesionales del país y el exterior, confluyendo en la virtualidad desde tierras tan lejanas y constatar, que la UNA Universidad de la que formo parte, apoye y genere espacios de aprendizaje como lo es el proyecto Todos Podemos Bailar que promueve la Danza Integradora.

Vengo de un lugar en el cual la danza es algo muy restringido y a esta altura aburrido, en su selección de cuerpos bailantes. Agradezco el haberme dado la oportunidad de incendiar algunas ideas, que acrecientan las desigualdades, siendo las batallas de las personas con discapacidad últimas en la fila de la justicia, desde todos los tiempos.

- En este contexto de pandemia en el que estamos tan sensibles, frágiles, cansados y desolados, la DI nos permitió hacer un camino hacia dentro, habitando el Cuerpo con cada consigna como un baño de luz que llegaba desde nuestra coronilla hasta nuestros pies. Agradezco esa energía de amor, por acompañarme en este contexto, que a pesar del aislamiento me ha fortalecido. Podría decir que la virtualidad en los espacios de DI me han estimulado a seguir tejiendo redes muy sólidas, que deseo conocer con mucha profundidad esta línea de fuego en la que se paran, bailan, ruedan y luchan tantas personas, para crear un mundo más justo, deshilvanando esos prejuicios tan profundamente instalados desde la danza. La danza integradora es un tesoro, es un bosque, un manantial, un fuego, un huracán desde donde es posible la belleza, es encontrarnos, y bailar nos la vida" Lourdes Dakak.

- Aixa: "La Danza Integradora es una danza de libertad, una invitación amorosa y contagiosa para honrar la vida"

- Tathi: "Es danzar la vida misma, es un acto de dar a luz, con amor, sin límites ni prejuicios".

- "La danza integradora es un baile que da felicidad y disfrute a las personas con o sin discapacidad".

- Natasha: "Es el lugar más lindo que encontré donde poder divertirme desde mis lugares más vulnerables y frágiles, sin miedo a que me rechacen y me hace feliz poder compartirlo".

- Cristina: "La DI me permitió conectarme con la belleza de mi alma, para luego transmitirlo a las personas en cada uno de mis días".

- Andrea: "La DI me nutrió de nuevos conocimientos y vivencias inolvidables. Tengo una alegría enorme de haber podido bailar y expresarme con mi hija en brazos, aceptando su discapacidad para poder pararme en la realidad que me tocó vivir, fortalecerme y entender que los no puedo y los no va a poder, también son parte de la vida.

- Beatriz: "La DI ha sido el mejor espacio dentro de mi formación, he encontrado la esencia de la danza y la genuina expresión del cuerpo, ahora veo no solo la técnica sino lo humano de la danza".

Invito a abrir los links que les comparto, para disfrutar del trabajo que hemos realizado.

<https://www.youtube.com/watch?v=Lg2mukOWio&t=65> (Muestra final de los talleres de DI de los sábados)

<https://www.youtube.com/watch?v=cI3sMfPsEw4> (Seminario de Danza Integradora 2021 - Bolero)

https://www.youtube.com/watch?v=sYJ_EKsgYh8 (Seminario de Danza Integradora 2020 - Brindis)

Susana González Gonz es Pionera de la Danza Integradora en Argentina. Fundadora y titular de la Cátedra Abierta Danza Integradora y Creadora y Directora del proyecto "Todos Podemos Bailar" en la UNA, Universidad Nacional de las Artes. Directora y Coreógrafa del "Grupo Alma Compañía Danza Integradora", fundado en 1996. Participó en el rodaje de la película "Mundo Alas" de León Gieco. Autora del libro "Danza Integradora, Vida, Arte, Inclusión, Otredad". Edit. Biblos nov. 2018.

susanagonz.danzaintegradora@gmail.com

Guía

de cursos y profesionales



Instituto para la Gimnasia Consciente de la Dra. Irupé Pau

Instituto para la Gimnasia Consciente de la Dra. Irupé Pau. La Gimnasia Consciente es un aprendizaje del funcionamiento postural del cuerpo propio. Al tomar conciencia de las asimetrías, desarrollar la sensibilidad propioceptiva, la imaginación, la memoria, mediante la ejercitación consciente de la musculatura, se logra adquirir el conocimiento para lograr el buen sostén. A través de la conciencia y la experiencia del cuerpo como unidad, de la elaboración de dicha práctica en relación a las cuestiones teóricas de la anatomía y la biomecánica, se logran grandes cambios en nuestra manera de estar en el mundo, para poder realizar cualquier actividad en armonía, en un equilibrio tónico muscular y sin dolor. •*Mientras dure la pandemia estamos dando clases virtuales individuales o en grupos reducidos.* •Damos clases: Aline Dibarbouré Pau, Verónica Krieg y Marina Figueiras. Todas nosotras somos Profesoras de Gimnasia Consciente formadas por la Dra. Irupé Pau. Facebook: *Gimnasia Consciente Metodo de la Dra Irupé Pau* •Informes: gimnasiaconsciente39@yahoo.com

Shiatsu 指圧
Masaje Terapéutico Japonés



Ricardo Dokyu
f Shiatsu Dokyu

La sesión de Shiatsu abarca 2 aspectos: uno integral y otro particular. • El aspecto integral es la aplicación del Shiatsu sobre todo el cuerpo para armonizar la circulación del Ki y estimular la función de los órganos internos. • El aspecto particular o focalizado es, de acuerdo al motivo de la consulta, el trabajo específico sobre el síntoma: contracturas musculares, rigidez, sensación de adormecimiento, cosquilleo u hormigueo en cuello y hombros, dolores a lo largo de la columna, dolor ciático-lumbar, dolores de cabeza, problemas digestivos, insomnio, estrés, mareos o sensación de vértigo, cansancio general, etc. El Shiatsu beneficia desbloqueando y activando el Ki - Energía Original promoviendo y restableciendo el equilibrio físico, psíquico y espiritual. Ricardo Dokyu comenzó su formación como terapeuta de Shiatsu en 1984 junto a su Maestro Zen Igarashi Ryotan en Belo Horizonte, Brasil. Más información: 4864-7253 ó 15 6447 9869 shiatsu.dokyu@gmail.com

A.A.L.E
Asociación Argentina y Latinoamericana de Eutonía

FORMACIÓN PROFESIONAL EN EUTONÍA

¡TODAVÍA ESTÁS A TIEMPO DE INSCRIBIRTE!

Informes e inscripción:
aale.redes@gmail.com
www.eutonia.org.ar

La **Asociación Argentina y Latinoamericana de Eutonía**, con 33 años de trayectoria difundiendo la Eutonía, realiza por 18º año consecutivo la Formación Profesional en Eutonía que otorga el título de EUTONISTA. La Eutonía busca desbloquear y desplegar la potencia vital, la sensibilidad, las variaciones tónicas de las personas, a través de la flexibilización, la regulación y el dominio del tono corporal. Esta metodología abarca un conjunto de dispositivos teóricos y prácticos organizados según los principios de la Eutonía, en un abordaje individual y/o grupal, y con una finalidad didáctico-terapéutica. La Formación Profesional en Eutonía mantiene y actualiza los lineamientos y contenidos transmitidos en la 1ª Escuela de Eutonía en Latinoamérica que fue creada y dirigida por la Dra. Berta Vishnivetz, discípula directa de Gerda Alexander. Web: www.eutonia.org.ar E-mail: aale.redes@gmail.com

Expresión Corporal - Danza
Clases individuales y grupales
Talleres combinados

Cristina Soloaga
Profesora Nacional Expresión Corporal - Licenciatura Composición Coreográfica (UNA)



2065-9525 / 156 685 3926
csoloaga60@hotmail.com
Facebook: **Cuerpo Danza Terapia**

Expresión Corporal- Danza y Recursos Expresivos. Más de 25 años de trayectoria en la docencia y en la expresión artística a través de distintas disciplinas. •*Talleres: Movimiento y voz. Danza Expresión Corporal. Grupales. Personalizados.* •Programa "Somos vitales". Teatro y Expresión Corporal. Adultos mayores. •*Área Corporal. Co-dirección Fundación Acuario.* Promoción de la salud integral y cuidado del planeta. •"Movimiento y Voz" en elenco teatral. Cristina Soloaga. Profesora Nacional de Expresión Corporal. Licenciatura Comp. Coreográfica. UNA. Tel 2065-9525. 156 685 3926. csoloaga60@hotmail.com Facebook: [cuerpo danza terapia](https://www.facebook.com/cuerpo.danza.terapia) Facebook: Quisiera hablar con Renee

tu cuerpo cuenta

terapia reichiana

desbloqueo emocional
trabajo sobre corazas

Lic. Marcelo Della Mora
Psicólogo

11 4982-5546
mdellamora@intramed.net

Tu cuerpo es una construcción biográfica de deseos que se transmiten de manera intersubjetiva y transubjetiva. Todas tus experiencias vitales están inscritas en el cuerpo. La vitalidad de tu cuerpo se desarrolla en base al equilibrio de la pulsación biológica: contracción-expansión. Cuando tu cuerpo recibe un estímulo placentero y agradable, se produce un movimiento de expansión centrífuga; y cuando recibe un estímulo displacentero y desagradable, se produce una contracción centrípeta. Uno de los descubrimientos más originales de Wilhelm Reich fue la **coraza muscular**: el tono muscular y el tono emocional están íntimamente relacionados. Las tensiones musculares crónicas bloquean la libre circulación de la energía vital. La estasis o estancamiento de esa energía se traduce en una inhibición para la expresión de la angustia y del placer. Las contracciones musculares crónicas devienen espasmos automáticos e inconscientes debido a impulsos congelados y emociones retenidas en los músculos, formando una coraza que se defiende de estímulos internos y externos. Los bloqueos musculares siguen una disposición céfalo-caudal segmentada: ocular, oral, collar, pectoral (incluye miembros superiores), el diafragmático, el abdominal y el pélvico (incluye miembros inferiores). La terapia reichiana es una invitación para contactar corazas musculares, identificar y ablandar resistencias, aflojar tensiones emocionales y lentamente disolver bloqueos energéticos y osteo-articulares profundos. "Tal vez haya en nuestro inconsciente corporal más de lo que sabemos conscientemente acerca del cuerpo". •Lic. Marcelo Della Mora. Psicólogo. M.N. N° 21.682. Teléfono: (011) 4982-5546. * mdellamora@intramed.net

Improvisación Creatividad en movimiento Expresión Corporal

Sandra Reggiani

Talleres regulares e Intensivos

4382 8855 sandrareggiani@yahoo.com.ar

Un espacio dirigido a todas aquellas personas interesadas en la propuesta, independientemente de su formación y su ejercicio profesional. •Dedicado a: -desarrollar tus capacidades de movimiento y expresión, dándole forma a tu universo imaginario de modo personal y colectivo. -Adentrarse en la especificidad del arte del movimiento dando cabida a tu singularidad. -Profundizar en el conocimiento teórico práctico de la improvisación y la composición como vías de conocimiento y desarrollo artístico. -Reflexionar a partir de las experiencias y de analizar material bibliográfico y fílmico. -Implementar estrategias de supervisión y seguimiento para profesionales de la educación y la escena. Talleres regulares. Sandra Reggiani es Profesora en UNA y CCG San Martín. Informes: 4382 8855 sandrareggiani@yahoo.com.ar

ESPACIO LA VOZ Y EL CUERPO

INVESTIGACIÓN, ENTRENAMIENTO Y EXPERIMENTACIÓN.

Lic. Paola Grifman

ÁREA TERAPÉUTICA Y EXPRESIVA

GRUPOS DE ESTUDIO Y SUPERVISIÓN

(011) 6380-4017 [f lavozelcuerpo](https://www.facebook.com/lavozelcuerpo)
www.patoblues.blogspot.com



espaciolavozyelcuerpo@gmail.com
instagram @paolapatogrifman

Espacio de investigación, entrenamiento y experimentación. Búsqueda de la identidad vocal. •**Área expresiva:** Un trabajo integral para todo aquel que desee investigar y conectarse creativamente con su voz a través de la exploración de diferentes técnicas vocales y corporales, la improvisación y el juego. También para quien quiera seguir nutriéndose de herramientas para sus prácticas y vida cotidiana. Individual y grupal. •**Talleres intensivos** de capacitación teórico-práctico. Cada encuentro tiene un enfoque diferente y temáticas específicas. •**Seminario** "Exploración e Investigación en el Proceso Creador". •**Área terapéutica:** abordaje psico-corporal. Sesiones individuales. •**Área de Investigación:** grupos de estudio, práctica y supervisión: la voz como herramienta de transformación. Las voces que nos habitan. ••Lic. Paola Grifman: Psicóloga UBA. Cantante. Docente e Investigadora de la voz, el sonido y el cuerpo. Formada en Técnicas Corporales. Miembro de la Asociación Argentina de Arteterapia. Info.: (011)63804017. espaciolavozyelcuerpo@gmail.com Facebook: [lavozelcuerpo](https://www.facebook.com/lavozelcuerpo) Blog: www.patoblues.blogspot.com



SENSO - CORPO - REFLEXIÓN
...volver al pulso vital...

@patricia.aschieri

www.patriciaaschieri.com

poesiacorporalennmovimiento@gmail.com

Senso - corpo - reflexión. Mi nombre es Patricia y me apasiona conocer del mundo y de mi misma a través de las corporalidades en movimiento. En mis 30 años de formación y profesión -Dra. en antropología, especialista en cuerpo y performance (UBA-UNTREF), actriz butoh, bienenergetista y exploradora de diversas artes corporales y terapéuticas- encontré una riquísima diversidad de posibilidades para indagar desde la creatividad en movimiento y la expresión. En los últimos años quedé cautivada por la astrología y me entregué a su universo simbólico y energético profundizando mis investigaciones. El abordaje que te propongo retoma toda esa experiencia a partir de una metodología propia (la senso-corporo- reflexión) para que puedas reestablecer tu eje vital y tu bienestar, en la relación vos y con tu entorno. Te espero. Tu consulta es una *oportunidad* Modalidad Individual y Grupal Contacto: IG @patricia.aschieri Web: www.patriciaaschieri.com Email: poesiacorporalennmovimiento@gmail.com

TRASLASIERRA - CORDOBA

ALBA | INSPIRA | SIERRA

RETIRO ANALÓGICO DE LIMPIEZA DIGITAL



Coordina: María de los Angeles País
www.limpiezdigitalretiros.tumblr.com

Retiro Analógico de limpieza digital... habitar el cotidiano desde diversas practicas artisticas. •Desconectar para conectar... Este proyecto nace para impulsar a las personas a estar más presentes @y mejorar el equilibrio con el uso de la tecnología en sus vidas. Esta propuesta no es como «irte de vacaciones y apagar el teléfono», porque está pensada no desde el lugar de la privación de los dispositivos, sino en la creación de condiciones para que puedas explorar actividades analógicas que te conecten con el desarrollo de nuevas sensaciones y capacidades tuyas. En la tranquilidad serrana e inmersos con la naturaleza. Planes personalizados, retiros grupales e individuales. Coordinación general: María de los Angeles País. • Tel. +5491127196947 <https://limpiezadigitalretiros.tumblr.com/mariadelosangelespais@gmail.com>




@Soma Conciencia en Movimiento

En tiempos donde se dificulta la comunicación real, queremos ofrecer espacios para compartir y conversar. Conversar habitando el cuerpo, para dejar aparecer lo que necesita ser expresado, lo que no tuvo lugar. Somos un equipo de trabajo interdisciplinario con una mirada crítica y reflexiva de las disciplinas que practicamos. Creemos que la aplicación técnica, sin la presencia de una escucha profunda y una disposición del terapeuta al intercambio, obstruye la aparición de lo particular de cada persona en su proceso. Por ello conformamos un entramado que acompaña, que permite la manifestación de cada territorio en su devenir corporal. Para esto ofrecemos círculos de vivencias y aprendizaje, tertulias de intercambio de saberes y experiencias, jornadas de integración, acompañamiento individual, clases grupales y cursos de capacitación de disciplinas varias. En La Plata, Pcia. de Bs. As. Para más información: soma.conciencia.en.movimiento@gmail.com Instagram y Facebook: Soma Conciencia en Movimiento Tel. 2216186827 Mercedes Vitale



Formación Profesional de Docentes del Método Frida Kaplan



Formación Profesional en el Método Frida Kaplan® Embarazo y Nacimiento Eutónico

Comienza en abril

Materias:

- Eutonía y abordaje al mundo anatómico, fisiológico y psicológico desde la Eutonía.
- Pedagogía.

Formación y dirección: Frida Kaplan
Co-docente: Silvina Ramírez
Docente asistente: Judith Glusberg

eutoniakaplan@gmail.com
www.fridakaplan-eutonia.com
Instagram: metodo.frida.kaplan

La **Formación Profesional** en el Método Frida Kaplan® Embarazo y Nacimiento Eutónico **comienza en Abril.** •Materias: Eutonía y abordaje al mundo anatómico, fisiológico y psicológico desde la Eutonía. Pedagogía. •Formación y dirección: Frida Kaplan. Co-docente: Silvina Ramírez; Docente asistente: Judith Glusberg. •Informes: eutoniakaplan@gmail.com www.fridakaplan-eutonia.com Instagram: [metodo.frida.kaplan](https://www.instagram.com/metodo.frida.kaplan)



LEA KAUFMAN
MOVIMIENTO INTELIGENTE

Tu Postura mejora
Tu mente se armoniza
Tus emociones se calman

Marilina Massironi

Maestra Certificada Internacional
Especialista en Incorporación de Conciencia

marilinamassironi@gmail.com IG: @Marilina Massironi
Facebook: LK Movimiento Inteligente Argentina

LK Movimiento Inteligente®: Técnica de conciencia corporal creada y diseñada por Lea Kaufman basada en los fundamentos de Feldenkrais. A través de su práctica se logra la autorregulación del sistema nervioso entrenando la atención y desarrollando la propia imagen mental. No hay impedimentos físicos ni de edad, cada persona la realiza según sus posibilidades. Mejora la postura, las emociones se armonizan pasando del malestar al bienestar. Pionera dentro de la Educación Somática en ofrecer contenido online, permite el acceso a sus clases desde cualquier lugar del mundo. Marilina Massironi, Maestra Certificada Especialista en Incorporación de Conciencia. Clases presenciales en Bs. As., Clases online y Talleres en diferentes ciudades del país. Info: (011) 4074 3269 marilinamassironi@gmail.com, IG: @MarilinaMassironi, Fb: @LKMImarilinamassironi

ALQUILER en BELGRANO

WhatsApp +54 9 11 5094-4689

En Belgrano, Olazábal entre Moldes y Amenábar, a 4 cuadras de Cabildo y Juramento. Departamento de 90 metros cuadrados. Apto profesional, ideal para estudio, con salón amplio, pisos de madera, buena vista, buena ventilación. Dos consultorios / dormitorios. Recepción, sala de espera y vestuario. Cocina. Lavadero. Dos baños.

COACHING CORPORAL Y FACILITACIÓN CUÁNTICA

Entrenamiento vivencial y entrenamiento corporal

Coach and trainer
Liliana Bermudez



www.facebook.com/coachlilianabermudez
www.instagram.com/coachlilianabermudez/
coachlilianabermudez@gmail.com
WhatsApp +5491169364356

VISITA NUESTRO CANAL DE YOUTUBE:
Coach Liliana Bermudez

¿Buscando mejorar tu relación contigo, el dinero y el tiempo? ¿Crear coherencia e integridad en tu vida? ¿Crear un salto cuántico en tu vida? ¡Entrenate! •Encuentros presenciales y online de entrenamientos vivenciales cuánticos para crear relaciones extraordinarias contigo mismo, con los demás, con las circunstancias el tiempo y la otredad. En tiempos donde el mundo corre tan a prisa, se requieren capacidades extraordinarias que te permitan gestionar la forma de relacionarte con la nueva realidad/normalidad. ¡Se requieren habilidades no solo corporales o cognitivas también entrenar el percibir, Ser y recibir que permitan Crear Saltos Cuánticos! Algunas de nuestras propuestas son: Sexualness: la energía vital para crear. Crea gratitud y expándete. Prevención del estrés. Salir de la deuda con gozo. Salir del drama y el trauma con facilidad. Libérate de la adicción a ser tú. •Programas diseñados por la Lic. Liliana Bermúdez kinesióloga y máster coach corporal con más de 20 años de experiencia. Entrenadora de transformación cuántica con estudios de neurociencia cognitiva, coaching corporal. Consultora en Wellness empresarial y organizacional.

SISTEMA MILDERTMAN

MOVIMIENTO RÍTMICO EXPRESIVO

VALERIA CASSOLI

JÓVENES-ADULTOS- ACTORES-ARTISTAS - ADULTOS MAYORES-

CASTELAR Tel: 1135922710 CABA PALERMO

* Todo el Año: Clases de Movimiento Rítmico Expresivo Sistema Milderman en Caba (Palermo) y Zona Oeste (Castelar). Actividad de gran aporte para Jóvenes, Adultos, Actores, Artistas, Profesionales de la Salud, Terapeutas Holísticos, Docentes, Adultos Mayores y personas en general. Un espacio para el autoconocimiento, la expresión, creación artística, expansión psicofísica y sanación interior a través de la Música y el Movimiento Libre Expresivo. Consultar por días y horarios al +54 9 1135922710 IG @movimiento_ritmico_expresivo . Prof. Valeria Cassoli. •1vez por mes : clase Abierta con contribución voluntaria

Frida Kaplan

EUTONISTA DOCENTE
Miembro de la AALE, Registro N° 27

Personalidad destacada de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires

www.fridakaplan-eutonia.com

Clases on line: •Eutonía para todo público •Método Frida Kaplan para parejas embarazadas •Secuencia de toque en **contacto con el bebé**. Más Información en: eutoniakaplan@gmail.com www.fridakaplan-eutonia.com WhatsApp 54 9 11 6157 2314



Gabriela González López
CuerpoArtesEscénicas

FORMACIÓN Y ENTRENAMIENTO EN TÉCNICAS CONSCIENTES E INVESTIGACIÓN ARTÍSTICA

INTENSIVOS EN CABA, TANDIL Y ELDORADO (Misiones)

contactogabrielagonzalezlopez@gmail.com
Facebook: @cuerpoyarteescenicas
WhatsApp: +54911 6353 0934
www.gabrielagonzalezlopez.blogspot.com

Acompañamiento de procesos creativos -Clases individuales y grupales - Propuestas Virtuales y Presenciales.

•Taller - Grupo de estudio del Sistema Consciente para la Técnica del Movimiento (modalidad virtual) - •Espacio laboratorio para artistas - •Intensivos de indagación creativa - •Estimulación vestibular y sintonización somático - emocional®, un abordaje desde el oído interno para investigar las relaciones entre la propiocepción, la percepción, el sonido y la emoción. •Intensivos en Caba, Tandil (Provincia de Buenos Aires) y Eldorado (Misiones)




Dra. Anabella Tumbeiro

MEDICINA INTEGRAL | ACUPUNTURA MÉDICA | MEDICINAS COMPLEMENTARIAS

Turnos y consultas: ☎+54 9 11 2627-5346
@dra.anabellatumbeiro fDra. Anabella Tumbeiro

La Dra. Tumbeiro, Médica Generalista con una mirada Integral, aborda sus pacientes en forma integral (considerando sus esferas Cuerpo-Mente-Espíritu) aportando salud en terapéuticas tradicionales. En sus consultas utiliza herramientas e que incluyen Acupuntura Médica/ Medicinas complementarias. Realiza cursos y Talleres de Mindfulness, Cuidados Básicos en la Salud y temáticas relacionadas a Acupuntura y Salud. Consultorio en Colegiales.

Turnos y consultas: WathsApp +54 9 11 2627-5346
En Redes: @dra.anabella.tumbeiro



Perla Tarello
"Diagnóstico en el trabajo corporal"

4866-0999 / 156-0366490
perla.tarello@gmail.com

El adicto es en definitiva "la oveja negra donde recaen todos los males". Del relato de mis pacientes se deduce que, toda adicción es el resultado de una elección forzada realizada durante las primeras etapas de desarrollo. Tal vez el rasgo principal de la vincularidad adicta sea la marcada dependencia que establece con las personas que conforman la esfera de sus afectos. Por lo general, dichos individuos son también dependientes de las drogas más comunes (alcohol, tabaco, tranquilizantes, cocaína, miles de pastillas, etc. etc..) y de determinadas personas que a menudo se constituyen en afectos a los cuales adherirse, repitiendo un modelo de vínculo semejante al hábito de consumo de sustancias tóxicas. 156-0366490.

guía

Kiné de cursos y profesionales



ESCUELA EXPRESIÓN HUMANA

Escuela para danzar en libertad. Nutridos de muchos maestros y del aporte de cada uno, profundizamos en un clima de trabajo no competitivo ni esteticista. Viajamos hace décadas sin interrupción hasta esta cuarentena buscando la libertad del cuerpo a través de ideas de trabajo que abarcan juegos con cambio de roles y experiencias de investigación. Grupos reducidos, cerrados y presenciales en pandemia. Protocolos de ingreso e higiene para participar. Pedir información actualizada por e-mail a: escuelaexpresionhumana@gmail.com @www.expresionhumana.com.ar

Cantar es posible

Taller grupal de iniciación al Canto

Docente: Edith Scher ☎ 15 68756433



Cantar es posible. Taller grupal de iniciación al canto. Docente: Edith Scher, directora del grupo de teatro comunitario Matemurga de Villa Crespo. Desde 2002 da talleres de canto comunitario en todo el país.

ESFEROINTEGRACION

Síntesis de técnicas corporales con fisiobalones

Clases regulares

Clases para embarazadas



Dra. Marta Jáuregui

011 4523-7076

www.martajauregui.com.ar

f esferaintegracion

Esferointegración es una síntesis de Técnicas corporales desarrollada a partir de Esferodinamia, Yoga e Integración Somática, con el sustento del conocimiento médico de Anatomía y Fisiología. Se trabaja con una concepción integral de nuestra arquitectura, que permite un entrenamiento cuidadoso, intenso y seguro. Se amplía la conciencia del contenido visceral y el trasfondo permanente de la respiración. Se trabaja orgánicamente para mejorar el funcionamiento y la armonización de todos nuestros sistemas, a lo que se suma el permanente estímulo de las respuestas de equilibrio provocado por la inestabilidad de las esferas. La Esferointegración puede ser practicada a cualquier edad, permite la recuperación o mejoría del bienestar general, previene lesiones, alivia dolores y genera el reencuentro placentero con el movimiento.



Un abordaje integrador basado en herramientas psico-corporales. Un espacio de salud, bienestar y transformación creado hace 50 años en Argentina y difundido en todo el mundo

FORMACIÓN DE INSTRUCTORES
MOVIMIENTO VITAL EXPRESIVO
CONCIERTIZACIÓN POSTURAL
GRUPOS DE TRABAJO SOBRE SÍ
LIBERACIÓN DE LA VOZ
MASAJES
TALLERES PARA CHICOS
LO NUESTRO ES PURO TEATRO

Paraguay 4171, CABA
www.rioabierto.org.ar

• **Formación en el Sistema Río Abierto.** Terapeutas psicocorporales y transpersonales. Modalidad de cursada presencial y online. Título avalado por el Organismo Río Abierto Internacional. • **Cursos y talleres.** • **Grupos de trabajo sobre sí:** Un espacio de autoconocimiento que nos acerca a nuestra esencia y promueve el desarrollo pleno del potencial creativo y vital. Mediante el empleo de técnicas de trabajo psico-corporal, como movimiento, expresión, trabajo con la voz, plástica, dramatizaciones, contacto y meditación, se abordan con mayor profundidad las trabas físicas, psíquicas y emocionales, facilitando una mejor relación con uno mismo y con los demás. • **Fundación Río Abierto- Paraguay 4171, CABA -tels: 4833-0813/6889. E-Mail: info@rioabierto.org.ar**

ÁREA ASISTENCIAL

TERAPIA CORPORAL

A cargo del Lic. Claudio Mestre

Mestre CONSULTA HORARIOS DISPONIBLES



@institutovathia



El cuerpo sensible requiere hoy de nuestra atención. El instituto Vathia ofrece: • **Área Asistencial -Terapia Corporal individual.** Mapa Corporal Intensivo. Cuerpo y Expresión -Psicoterapia Individual, vincular y grupal. • **Área Académica e Investigación -Formación en Coordinación Grupal y Sociopsicodrama.** Cursada Intensiva. Modalidad mixta. Virtual-presencial. **Dirección: Mariana Sciotti - Claudio Mestre.** El instituto concibe el aprendizaje como un constante teórico-vivencial. Es decir que en cada encuentro se articulan conceptos teóricos, que se transversalizan con la puesta del cuerpo en la escena. La **Formación** está pensada como una cursada en módulos independientes con encuentros mensuales. Cada módulo cuenta con un nivel de profundización teórico-práctica y prepara al/la cursante con diferentes objetivos. Además se suman dos últimos módulos de entrenamiento en dirección psicodramática, supervisión e investigación por parte de los y las estudiantes. • **Taller Las Máscaras del Cuerpo.** Cuerpo y Obra. Es un taller continuo de investigación personal. Cada encuentro consta de un momento de trabajo corporal entre cuerpo-rostro. Luego se construyen máscaras propias con materiales que proporcionamos. Encuentros quincenales @institutovathia @claumestre2002 @marianasciotti

CENSO DIGITAL desde el 16 de marzo

Censá a todas las personas que viven en tu hogar en 4 simples pasos:

- 1 | Entrá a **censo.gob.ar**
- 2 | Completá el **cuestionario**
- 3 | Guardá el **comprobante de finalización**
- 4 | **El 18 de mayo** mostrale el comprobante a tu censista



Argentina
Presidencia

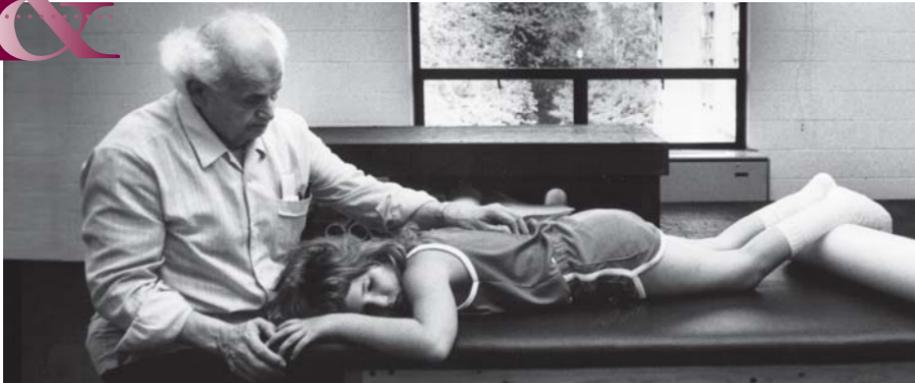
indec



CENSO
2022
República Argentina



MEMORIA Y CELEBRACION



El próximo mes de mayo se celebra la Semana Internacional del Método Feldenkrais en conmemoración del 118° aniversario del nacimiento de su fundador Moshé Feldenkrais, nacido en 1904 en Baranovitz, Rusia.

Obtuvo su doctorado en Ciencias Físicas en la Universidad de la Sorbona en París, donde Feldenkrais residió a partir de 1928. En aquel entonces trabajaba en el laboratorio del Premio Nobel Frédéric Joliot-Curie en las primeras investigaciones nucleares.

En París se convirtió en discípulo del fundador del Judo, el maestro japonés Jigoro Kano. Fue el primer occidental en aprender el judo para difundirlo luego como fundador del club de judo francés. Obtuvo el primer cinturón negro de occidente y escribió varios libros sobre el Judo. Una severa lesión de rodilla lo llevó a experimentar con el propio cuerpo y a desarrollar su revolucionaria manera de utilizar el movimiento para mejorar el funcionamiento integral del ser humano mediante su concepción del aprendizaje orgánico. A partir de los años cincuenta decidió dedicarse de forma exclusiva al desarrollo y perfeccionamiento de su método. Trabajó en todo el mundo con las más diversas personas, desde personas comunes hasta artistas famosos, desde recién nacidos a ancianos de 90 años, con deportistas de élite como con niños con parálisis cerebral.

Creó su propio sistema entre pedagogía y terapia influenciado por la neurociencia, las teorías de Piaget-Wallon, el trabajo de G.I. Gurdjieff, H. Jakob y muchos otros. A finales de la década de los 50 inició la primera formación profesional con algunos de sus alumnos. A partir de 1972 fue invitado a viajar a los Estados Unidos para dar conferencias y seminarios sobre su método en universidades y otros organismos. Durante diez años Feldenkrais trabajaba parte del año en los Estados Unidos para enseñar y disertar sobre su método. El resto del año trabajaba en su Instituto en Tel Aviv con personas de todo el mundo. Después de la primera formación en Israel dirigió dos Formaciones de profesionales en EEUU: la primera en San Francisco (1975-1977) y la segunda y última en Amherst (1980-1983). Moshé Feldenkrais murió en 1984.

Libros escritos por el Dr. Feldenkrais: traducidos al castellano: Autociencia por el movimiento (Paidós), El poder del yo (Paidós), La dificultad de ver lo obvio (Paidós), El caso Nora, y sin traducción al castellano: Body and mature behaviour; Higher Judo; Unarmed Combat.

ASOCIACIÓN FELDENKRAIS ARGENTINA PRESENTA

ACTIVIDAD GRATUITA Y ABIERTA AL PÚBLICO GENERAL

Semana Feldenkrais

Inauguración 6 de Mayo 2022

Actividades Virtuales desde el 6 al 13 de Mayo.
Actividades Presenciales durante todo el mes de Mayo.

SEGUINOS EN LAS REDES PARA MAS INFORMACIÓN

f Asociacion Feldenkrais Argentina @ instagram.com/argentinafeldenkrais/

En Argentina también se celebra la Semana Feldenkrais con el fin de divulgar a toda la comunidad el legado del creador de este Método.

La Asociación Feldenkrais Argentina organiza anualmente este evento.

Profesionales del Método de todo el país, acreditados internacionalmente, dictan clases abiertas y gratuitas al público en general durante el mes de mayo.



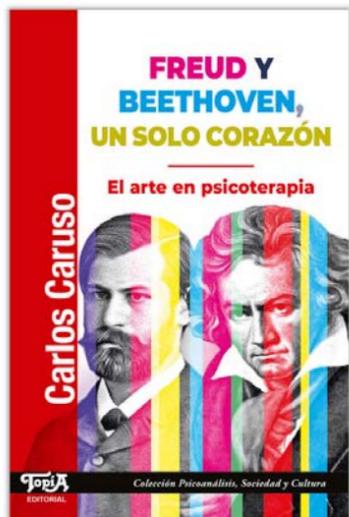
LIBROS

Freud y Beethoven, un solo corazón

El arte en psicoterapia

Carlos Caruso

Editorial Topía - 124 páginas
Fecha de Edición: Enero / 2022



Dice Caruso en el inicio de este nuevo libro: *Una manifestación psicosomática es un intento de comunicar algo por un medio distinto del verbal, cuyo significado el portador del síntoma desconoce al igual que nosotros, ya que nos resulta incomprendible desde el punto de vista racional y del pensamiento lógico.*

Lo que se intenta comunicar está vinculado a emociones y sentimientos causados por algún estímulo que, por su calidad, su intensidad o por el momento de la vida en que se produjo (y por consiguiente del grado de desarrollo neuropsicológico), sobrepasó la capacidad del psiquismo de quien posee el síntoma para procesarlo a nivel simbólico-conceptual.

Los motivos para que un síntoma corporal sea determinado emocionalmente, tanto en la temprana edad como en la adultez, son los mismos: 1) defenderse de la cercana posibilidad del daño o de la muerte (tanto sea física como moral -la propia dignidad-) y 2) imposibilidad de expresarlo de algún modo (darle curso en el intercambio interpersonal o social). En estos casos, desde la patología, se hace evidente la función que cumple el afecto.

De ahí en más el libro va entrelazando,

sin forzar conceptos ni argumentos, medicina, psiquiatría, psicoanálisis, música, poesía, filosofía, humanismo y sentido del humor. Sus temas refieren tanto a la utilización del arte en la psicoterapia, como a reflexiones e investigaciones sobre el vínculo entre el arte y la ciencia que reflejan el asombro del autor al comprobar la afinidad que científicos como Freud y Watson tenían con el arte y cómo eso los ayudó en sus desarrollos teóricos. Constata cómo artistas de la envergadura de Shakespeare, Beethoven o Whitman se adelantaron a la ciencia con sus agudas observaciones, sus percepciones e intuiciones. Ya Herbert Read

dijo, hace muchos años, que: "El arte es representación y la ciencia es explicación de la misma realidad". Por ello, comparte el "descubrimiento" de Freud y su "hermandad" con Beethoven.

De esta manera incorpora, entre otras cosas, el arte en la práctica asistencial: la poesía y la escritura, el canto y las canciones, la música. Lo que está presente en el autor es la seriedad y la responsabilidad en la búsqueda y el encuentro de las explicaciones científicas que cimentaran su labor práctica. Cada apartado del texto desarrolla una experiencia original y única, como necesariamente debe encararse el enfoque terapéutico de cada ser humano, que es también original y único, con su historia particular y sus propias posibilidades. Los casos seleccionados, complejos y dificultosos, son síntesis y fragmentos de algunos de los asistidos en una extensa práctica profesional, desde que, hace casi cuarenta años, abandonó la "ortodoxia" psicoterapéutica y comenzó a actuar con mayor libertad técnica. Pichon-Rivière ya había dicho: "Lo que se puede hacer hay que hacerlo. Después vemos los cómo y los porqués."

Cómo escribe en el prólogo Santiago Levín: "el autor nos ofrece un libro lleno de amor por la otredad y por la diferencia, de compasión y empatía hacia el que sufre, de respeto por la subjetividad del que consulta y por sus modos personalísimos de narrar su dolor. Y ofrece no solo su larga experiencia clínica sino una invitación a recorrer nuevos caminos, tanto a quienes somos pacientes como a quienes también somos psicoterapeutas."

Carlos Caruso es médico psiquiatra, psicoanalista, pianista y compositor. Ex docente del Departamento de Salud Mental de la Facultad de Medicina y de la Carrera de Musicoterapia de la Facultad de Psicología de la Universidad de Buenos Aires (UBA). Organizador y primer presidente del Capítulo Arte y Salud de la Asociación de Psiquiatras Argentinos (APSA). Socio fundador, primer presidente y docente de la Asociación Argentina de Arteterapia (AAdA). Autor de Silbando en la oscuridad. Música y psicosomática (1997), de ¿Y los sapos dónde se van a dormir? Cómo y por qué el arte cura (2012) y coautor de Arteterapia, experiencias desde Argentina (2009) y Arte y Salud (2021). Ha sido pianista del Instituto Superior de Arte del Teatro Colón de Buenos Aires y de la Porteña Jazz Band. Brindó conciertos de tango y música folklórica argentina en diversos lugares de Europa, Australia y EEUU. Inauguró el Primer Congreso Mundial de Arteterapia, en Budapest, con un concierto de tango argentino. Ha registrado los CD Tangos by Caruso. Concert piano solos, Volumen I, II y III (Euro Records, 1997, 2007 y 2008).

El miércoles 12 de marzo se realizó la presentación de este libro en un encuentro que resultó una exquisita combinación de emociones intensas y reflexiones inteligentes: un fiel reflejo de la obra de Carlos Caruso. Fueron los presentadores: Daniel Izraelit y Santiago Levín. Coordinó: Alejandro Vainer. Recomendamos con vehemencia ver y escuchar este evento en el canal youtube de Topía, <https://www.youtube.be/qUfDtc-Fkg>



a qué se refiere

Patricia Aschieri

cuando habla de

senso-corpo-reflexión

La metodología que propongo, condensa más de 30 años de formación y profesión como doctora en antropología, especialista en cuerpo y performance, actriz butoh, bienergetista e intensa exploradora de diversas artes corporales y terapéuticas, así como también del universo simbólico y energético de la astrología.

Hace ya varios años en uno de los talleres que tomaba tuve una fuerte experiencia corporal mientras bailaba. Sentí una desintegración de todo lo que creía que yo era. Inesperadamente vivencí, y simultáneamente identifiqué, el instante de deconstrucción de mi identidad, sobre todo de género, dándome cuenta de las inasibles y escurridizas, aunque no por ello menos estables, máscaras de mi ser en el mundo. Me descubrí corporalidad en movimiento, ser vivo en estado de aliento, de soplo, de presencia irreductible. Una experiencia intensamente física que me advirtió acerca de las invisibles y violentas relaciones de poder que constriñen nuestras corporalidades. Esta experiencia poderosamente fundante, me llevó a concebir el cuerpo como un espacio liminal en el que pueden suspenderse jerarquías, relaciones de poder e identificaciones. Una suerte de *epoqhé* fenomenológica en la que el devenir movimiento, el accionar, el ser-en-el-mundo -como diríamos con Merleau-Ponty- puede suceder sin antecedentes ni valoraciones.

Desde entonces me volví *especialmente sensible* a estas experiencias, que indudablemente todos experimentamos a lo largo de nuestra vida en diferentes instancias, aunque casi nunca les prestemos atención. Por ejemplo, cuando intentamos aprender cualquier técnica corporal que nos resulta ajena, cuando algo no sale como esperamos y tenemos que improvisar una solución, o cuando nos piden que hagamos acciones cotidianas de un modo diferente... Por un instante todo se detiene y no sabemos cómo movernos ¿verdad? A lo largo de mi trayectoria corporal esta sensibilidad, ese momento potencialmente transformador, se fue convirtiendo en una metodología de autoconocimiento personal y también, un instrumento de producción de conocimiento e investigación social desde los cuerpos.s

La senso-corpo-reflexión, tal como la concibo, remite precisamente a esos casi imperceptibles momentos-corporales-reveladores, esos micro instantes que nos conmueven y nos vitalizan en sentidos inesperados e impensados.

Una situación fortuita, o tal vez buscada que activa un bucle experiencial, y que al reparar en sus sentidos, nos transforma y ya no permite que seamos, que actuemos, que pensemos o sintamos como lo hacíamos. Es un modo de conocimiento sensible, en principio no verbal, que muy probablemente no responde a relaciones racionales sino que pone en juego lógicas poéticas encarnadas que nos cambian y nos transmutan.

Esta metodología entonces, permite que exploremos creativamente desde nuestra corporalidad en movimiento y a partir de distintos recursos, los modos (creencias, automatismos, hábitos, conductas, sensibilidades, etc.) que nos atraviesan y que nos gobiernan manteniéndonos domesticadxs, estancadxs, detendidxs sin saber por qué no podemos hacer de otro modo o por qué reiteramos patrones que nos hacen caer, sin que tengamos conciencia de ellos, en las mismas trampas.

En los encuentros que pueden ser individuales o grupales (modalidades que nos proponen diferentes grado de intimidad y profundidad de trabajo), las personas despliegan sus inquietudes (hasta la más pequeña es significativa) y, a partir de ello, diseñamos estrategias para convocar sus potencialidades. El trabajo se dirige a descubrir o desarrollar aristas desconocidas de su ser-en-movimiento y de su creatividad, de su potencial de descubrir y conocer, así como de facetas de su personalidad soterradas, en modos que restablezcan su eje vital y vibrátil para lograr mayor bienestar en su relación consigo mismxs y con su entorno.

La metodología de la "sensocorpo-reflexión" involucra un resonar creativo y poético entre imaginarios y movimientos (el tuyo y el mío). Y en estas resonancias dialogan sensibilidades, poéticas y técnicas específicas (en mi caso la danza butoh tiene un lugar fundamental), orientadas a favorecer la apreciación de las dinámicas entre el cuerpo y sus representaciones, entre la imagen y el movimiento, entre gestos, pensamientos y escenas. El objetivo es ir desde el cuerpo a las ideas, que te empoderes para fortalecer y ampliar tu capacidad de acción en pos de lo que deseas, sean objetivos artísticos y/o de creación, de investigación, de autoconocimiento personal y/o de entrenamiento de tu sensibilidad.

La vida cotidiana domestica de modos invisibles nuestra atención, señalándonos aquello que sería relevante, y anestesia no sin intenciones, dimensiones de nuestra experiencia que no lo serían. El espacio que te propongo considera despertar-te en aquellos lugares que permanecen dormidos, ocultos, inmóviles y silenciosos para desarrollar toda tu potencialidad. Te espero. Tu consulta es una oportunidad.

Patricia Aschieri. Artista-Investigadora. Coordinadora del Área de Artes Liminales del Instituto de Artes del Espectáculo (FFYL_UBA) donde dirige proyectos de Investigación. Profesora del Departamento de Artes en la misma institución y de la Licenciatura en Psicomotricidad de la Universidad Nacional de Tres de Febrero. Dicta Seminarios de Posgrado. Es autora de diversas publicaciones en el ámbito nacional e internacional. Su último libro es *Subjetividades en Movimiento Reelaboraciones de la Danza Butoh en Argentina* (Colección Saberes- Editorial FFYL-UBA). Integrante de las Redes Investigación de y desde los Cuerpos y Corporalidades en las Culturas y Descentradxs. Descentrar la Investigación en Danza. Ig: @patricia.aschieri E-mail: poesiaenmovimiento@gmail.com



Explorar creativamente...

Fotografías: Salvador Batalla



...desde la corporalidad en movimiento



Recurrir a la sensibilidad como metodología de conocimiento



La danza butoh, una propuesta que amplía los caminos sensibles

Invitamos a los profesionales que deseen participar en esta sección de la Revista Kiné a que nos hagan llegar sus "definiciones" a: kine@revistakine.com.ar

(Texto mínimo 2000 caracteres; máximo 6000 caracteres)

sexología clínica

Placer, relajación y contacto.

Incidencias del estrés en los vínculos de pareja

escriben: **Valeria Agostinetti y Analía Uribe**

Nos encontramos en un presente signado por el cambio; una era de mutaciones constantes donde la incertidumbre es moneda corriente. Los ritmos que provienen del exterior se aceleran vertiginosamente, imponiéndose a los ritmos internos. Las demandas y exigencias de la sociedad consumen la energía agotando los cuerpos. Nos preguntamos en este mundo acelerado dónde encontrar el espacio para la relajación, la intimidad y el disfrute. Qué observamos y qué recursos encontramos para acompañar en nuevos escenarios, desconocidos también para quienes elegimos el trabajo terapéutico desde la Danza Movimiento Terapia (DMT). En un mundo del hacer y el pensar ¿dónde ha quedado el espacio para entregarnos al sentir?

Proyectamos una mirada integral sobre la sexualidad que comprende desde el erotismo, el placer y la intimidad, hasta la reproducción, incluyendo cada espacio de la vida coti-

diana. La sexualidad como una forma de expresión de las emociones que nos habitan, un reflejo de una forma de habitar el mundo, de vivir nuestros vínculos, de relacionarnos con nosotros mismos y con nuestro cuerpo. Este enfoque bio-psico-social nos invita a pensar la salud sexual proponiendo la exploración del placer en el cuerpo junto con los sentimientos, los temores, la historia propia y de la pareja, las ideologías. No es posible pensar la sexualidad por fuera de este entramado de factores que abordan lo familiar, económico, cultural y social.

El estrés, la ansiedad y los miedos no ayudan a la hora de un encuentro sexual, ya que nos desconectan de nuestro cuerpo y nuestro deseo alejándonos de la posibilidad de entregarnos al disfrute. El placer sólo puede experimentarse en tiempo presente, con la atención plena en las sensaciones; también es preciso contar con una disposición mental y un cuerpo de musculatura relajada donde la energía sexual

pueda circular sin bloqueos. El estrés inhibe estas condiciones previas para la experimentación del disfrute corporal. Las preocupaciones llevan la mente del pasado al futuro y viceversa, impidiendo la atención en el presente y generando un cuerpo en tensión listo para el ataque o la huida. "Si hay una inminente amenaza, eso envía una señal a nuestro cuerpo de que probablemente no es un buen momento para tener sexo". Por esa razón, "el aumento del estrés conduce a un bajo deseo o a una dificultad para que se produzca la excitación" (Jamea Emily, 2021).

Esta situación propia de la era actual se vio agudizada por la pandemia y la convivencia en confinamiento. Emily Jamea describe que muchas parejas que vivían solas disfrutaron de un breve impulso en su vida sexual al principio del aislamiento. Sin embargo, con el paso del tiempo, a medida que aumentaban los factores de estrés relacionados con la pandemia -como la soledad o el temor- también informaron de una disminución del deseo sexual hacia sus parejas. Se pudo observar una atmósfera de incertidumbre, miedo y agotamiento

to que derivó en un descenso de prácticas sexuales tanto en pareja como en solitario. Ahora nuevos cambios se presentan con la apertura creciente de actividades y espacios sociales, generando la demanda de seguir adaptándose a escenarios cambiantes.

Desde las sesiones de DMT se propone como punto de partida habilitar un espacio de re-conexión con el cuerpo, dentro de un marco de seguridad y cuidado que posibilite abrir un canal de escucha personal y vincular. Un espacio de demora donde despojando las exigencias que aparecen en un marco de estrés, sea posible investigar el modo y ritmo propio de la pareja para encontrarse.

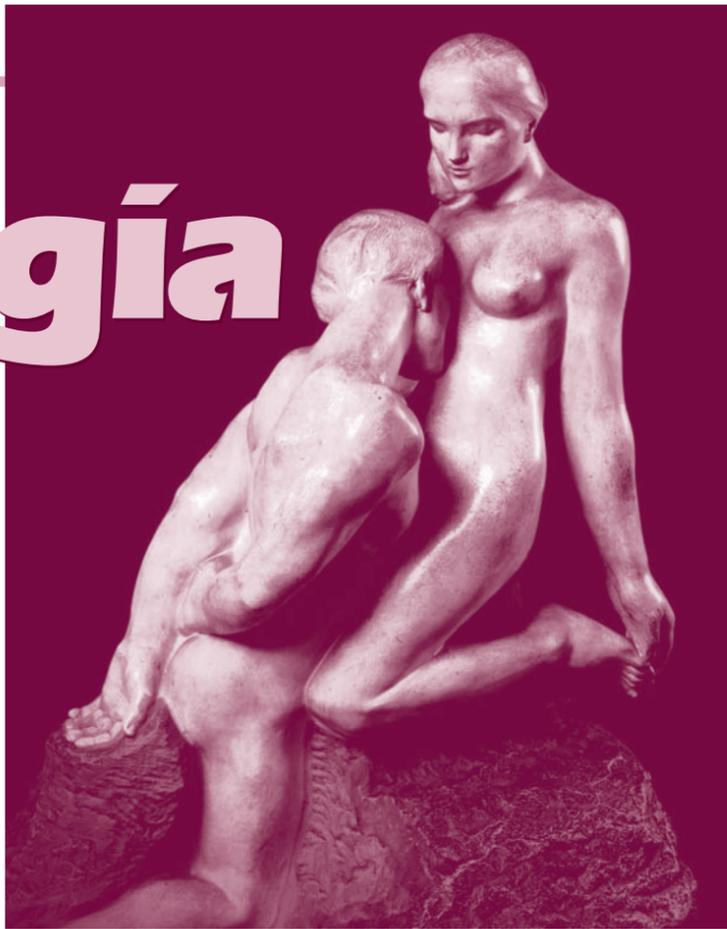
Un camino para conectarnos nuevamente con el erotismo es trabajar sobre el deseo, la seducción y el placer. Habilitar la escucha y ejercitar qué disfrutamos y qué no. Darnos el espacio para observarnos, conectar con el cuerpo, la respiración consciente, la mirada y la piel, uno de los principales órganos sexuales. Hacer un alto en la rutina y contactar con nosotros mismos es el primer paso para habilitar una sexualidad plena y saludable.

Referencias:

Jamea Emily, 2021, "Como la pandemia ha dañado nuestra vida sexual", BBC News Mundo.

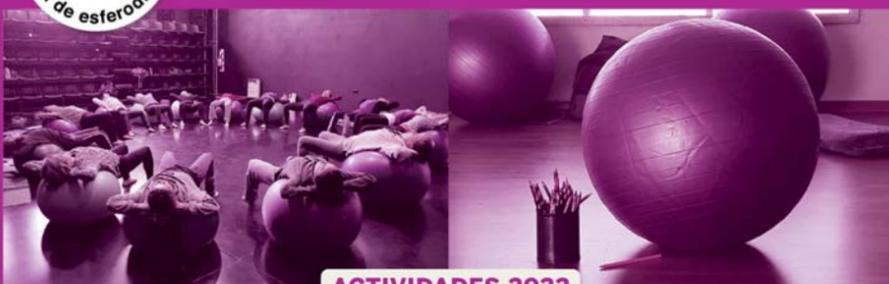
Valeria Agostinetti, Danza Movimiento Terapeuta, Psicóloga, Abordaje en Tantra. @indiradanzaterapia

Analía Uribe, Psicóloga, Formada en DMT, Diplomada en Sexología Clínica @in_pulso_terapeutico



ESFEROBALONES
ESCUELA DE ESFERODINAMIA
REORGANIZACIÓN POSTURAL
EDUCACIÓN SOMÁTICA

10 AÑOS
DE MOVIMIENTO
JUNTAS



ACTIVIDADES 2022

• CERTIFICACIÓN EN ESFERODINAMIA PARA EL EMBARAZO, EL TRABAJO DE PARTO Y EL POST PARTO

Módulo I: Esferodinamia, posturas básicas para el Embarazo (12 hs)

Módulo II: Esferodinamia para el Embarazo y el Trabajo de Parto (22 hs)

Módulo III: Esferodinamia para el Post Parto (10 hs)

• CAPACITACIÓN TEÓRICO-PRÁCTICO "EL PERINÉ" CENTRO ORGANIZADOR DE LA ACTITUD POSTURAL Y SUS CONEXIONES ORGÁNICAS CON EL MOVIMIENTO

• CIERRE DEL CICLO DE SEMINARIOS DE FORMACIÓN EN ESFERODINAMIA REORGANIZACIÓN POSTURAL 2020-2021

Nivel I: Respiración y Postura.

Nivel II: Reorganización Postural, Movimiento y Prácticas de la Enseñanza.

Primer Ciclo de Egresadas y Egresados en la Modalidad Virtual.

• SEMINARIOS INTENSIVOS Y DE ESPECIALIZACIÓN: INTRODUCCIÓN A LA ESFERODINAMIA, POSTURAS BÁSICAS Y PAUTAS DE SEGURIDAD

• ESFERODINAMIA PARA NIÑES

• JORNADAS DE ACTUALIZACIÓN PEDAGÓGICA: CONSTRUYENDO COLECTIVAMENTE NUESTRA PRÁCTICA: DIRIGIDO A EGRESADAS/OS DE LA ESCUELA ESFEROBALONES.

• JORNADAS DE ACTUALIZACIÓN PEDAGÓGICA EN ESFERODINAMIA PARA EMBARAZADAS: CONTACTO, ESCUCHA Y PRESENCIA DE RECURSOS EN EL ACOMPAÑAMIENTO DEL TRABAJO DE PARTO.

• CLASES DE ENTRENAMIENTO Y PRÁCTICA

• CLASE DE ESFERODINAMIA PARA EMBARAZADAS Y SUS ACOMPAÑANTES

MODALIDAD PRESENCIAL - VIRTUAL EN TIEMPO REAL ZOOM

CABA

PATAGONIA

NOA

NEA

www.esferobalones.com esferobalonesescuela@gmail.com

Esferobalones-Escuela de Esferodinamia @esferobalones @embarazadasyesferodinamia

DANZA ARMONIZADORA

Método Elida Noverazco

40 años de experiencia y permanencia nos avalan
Seriedad en trabajo corporal

TÉCNICA CORPORAL TERAPÉUTICA

En las clases de Danza Armonizadora se trabaja sobre pautas de movimiento muy específicas, que promueven la armonía y la unificación. Se pone fin a la práctica mecánica del trabajo corporal, proponiendo que éste pueda ser vivenciado a través del afecto y los sentidos.

- GRUPOS TERAPÉUTICOS
- GRUPOS DE MOVIMIENTO

ESPERAMOS TU CONSULTA
POR DÍAS, ZONAS Y HORARIOS

**ABIERTA LA INSCRIPCIÓN
AL PROFESORADO**

STAFF:

Elida Noverazco
Mirtha Barnils - Karina Jousse
Gabriela Prosdocimi

Facebook /danzaarmonizadoraargentina/
Instagram @danza.armonizadora
Mail: armonizadora@gmail.com



Norma Osnajanski, una trabajadora de prensa inquebrantable Kiné. La revista de lo corporal / Ciudad de Buenos Aires

Militante de su profesión, sus intereses, sus amores, sus amistades... Comprometida hasta el hueso con las causas que consideraba justas, con la igualdad de derechos, con los derechos humanos, con el derecho a la diversidad, con la maternidad y la docencia. Una mujer necesaria e inolvidable.

<https://www.revistakine.com.ar/norma-osnajanski-una-trabajadora-de-prensa-inquebrantable/>

Somos Julieta, y también Romeo Música Clásica BA / Buenos Aires

El trabajo de las intérpretes en la música tiene, quizás, más visibilidad que el de otras especialidades. Pero este protagonismo también fue fruto de una prolongada lucha y por la imposibilidad de los hombres de seguir cumpliendo ciertos roles. Un claro ejemplo es el «papel en calzones» en la ópera: cuando ya no era una posibilidad emplear (ni mutilar) a los castrati, las mujeres tomaron el protagonismo en los roles vacantes.

<https://musicaclassica.com.ar/somos-julieta-y-tambien-romeo/>

Podcast - Detrás de lo invisible TZE1- 8M: la lucha no está a la venta La Primera Piedra / Ciudad de Buenos Aires

El 8 de marzo es una jornada de lucha, pero ¿por qué en un momento de la historia se lo relacionó con regalar flores y bombones? ¿Qué hay detrás de algo que nada tiene que ver con un reclamo colectivo por derechos?

<https://open.spotify.com/episode/7ajOrZujQxQp9ZvG4N48HD?si=11e51ae57beb44db>

El Podcast que Queremos Rock.com.ar / Ciudad de Buenos Aires

Un ciclo de mujeres artistas entrevistadas por periodistas mujeres. Y no es (solamente) una cuestión de género, porque el rock argentino ya tiene bastantes hombres. Las tres conductoras conversan con las artistas más representativas de la escena independiente argentina de los últimos años. Sus gustos, sus inspiraciones, los obstáculos que debieron superar para lograr llegar a donde llegaron. La artista, desde otro lugar.

<https://open.spotify.com/show/0CAYRPvT7DmdLHCHoxFw?si=huPyVOZLSQizTSR4ysawyw>

Conurbano norte Revista Timbo / Buenos Aires

Testimonios de mujeres en voces de varones. Una representación gráfica de la necesidad imperiosa de escuchar responsabilizarse a los cómplices de la opresión.

<https://youtu.be/OLMPFSeKQUS>

«Las travestis somos capaces de producir conocimiento» Periódico VAS / Ciudad de Buenos Aires

El Teje es el primer periódico travesti de Latinoamérica editado por el Centro Cultural Ricardo Rojas. Marlene Wayar, su directora, apuesta a construir con esta publicación otras posibilidades de ser en el mundo, que permitan vivir de una manera más igualitaria.

<https://www.periodicovas.com/las-travestis-somos-capaces-de-producir-conocimiento/>

Femicidios territoriales: es la policía La Vaca / Ciudad de Buenos Aires

Un nuevo concepto para comprender crímenes que integran a la policía y el Poder Judicial con las redes de delincuencia: femicidios territoriales. Desde el loco de la ruta hasta los casos recientes. Un análisis de las estructuras mafiosas y el funcionamiento de los territorios en manos de la fuerza de seguridad. Por Claudia Acuña.

<https://lavaca.org/ni-una-mas/femicidios-territoriales-es-la-policia/>

Las calles vuelven a ser nuestras Revelada / Rosario

En el 2015 tuvo lugar en nuestro país el primer Ni Una Menos, el grito colectivo que emergió como respuesta a la bronca y el dolor por el femicidio de la adolescente Chiara Páez, desde entonces el movimiento feminista se fortaleció y masificó hasta volverse marea en las calles, y los #8M son expresión de paro y movilización de mujeres, lesbianas, bisexuales, identidades no binarias, travestis, trans, originarias, personas con discapacidad, afros e indígenas. En esta nota charlamos con referentes de distintas organizaciones de Rosario para conocer sus voces y propuestas colectivas de cara a esta fecha histórica, y cómo se prepara la ciudad para volver a colmar las calles.

<https://reveladas.com.ar/8m-las-calles-vuelven-a-ser-nuestras/>

Respirar y sacar la voz. Agitadoras en el Anfi La Canción del País / Rosario

El sábado pasado, el ciclo Agitadoras en el Anfi tenía programada su segunda edición en el marco de las actividades por el 8M. Bajo el comando artístico de Evelina Sanzo, el homenaje a las grandes músicas latinoamericanas se hizo esperar por la lluvia. El domingo evadió los chaparrones e hizo sonar los acordes del cancionero popular de mujeres desde México hasta Argentina.

<https://www.lacanciondelpais.com.ar/notas/musica/musica/respirar-y-sacar-la-voz.html>

Cobertura colectiva del 8 de marzo de 2022. Notas publicadas en los medios de ARECIA para reivindicar el trabajo de las mujeres trabajadoras de prensa, en el ámbito autogestivo y cultural.



Norma Osnajanski



Angélica Gorodischer



Joyeras Argentinas



8 M en Rosario



Salvadora Medina Onrubia



8 M en Bariloche



Femicidios Territoriales



Marlene Wayar

Las mil vidas de Laurita Gosh Boletín enREDando / Rosario

Trava tortillera, poeta y DJ. Desde el barrio 7 de septiembre, Laurita Gosh hace bailar a la pibada disidente que emerge en los espacios culturales autogestivos de la ciudad. ¿Cuántas historias puede guardar un cuerpo?

<https://www.enredando.org.ar/2021/12/11/las-mil-vidas-de-laurita-gosh/>

Mujeres de negro, un cuerpo colectivo por las que ya no están Inquieta-revista contemporánea de danza y artes del movimiento / Rosario

Reflexionar sobre cómo ponemos el cuerpo, qué implica ocupar las calles, con qué estrategias nos reinventamos, aparecen como claves para pensar las luchas presentes y futuras.

<https://cobai.org/2021/06/06/mujeres-de-negro-un-cuerpo-colectivo-por-las-que-ya-no-estan/>

La mujer fantástica Revista Rea / Rosario

Rosarina nacida en Buenos Aires, Angélica Gorodischer murió el pasado mes de febrero a los 93 años. Una narradora y feminista prolífica y reconocida a nivel internacional.

<https://revistarea.com/la-mujer-fantastica/>

«¿Qué baila conmigo cuando bailo?» bocaaboca, por Fany Postan / Concordia

En esta entrevista a Soledad Chertin - bailarina, performer, directora escénica, gestora cultural y docente de Concordia - conversamos sobre danza y sexualidad: goce, conexión con el centro, gestión del dolor, danzas y cuerpos únicos y reales frente a la bajada de línea de la danza hegemónica.

<https://www.bocaaboca.com.ar/que-baila-conmigo-cuando-bailo/>

ABORTO con todas las letras Kiné. La revista de lo corporal / Ciudad de Buenos Aires

El empecinamiento, la rebeldía y la capacidad de lucha de mujeres, corrientes feministas y personas LGBTQ+, parieron esta ley que no obliga a ningún cuerpo gestante a abortar, sino que hace que esta práctica deje de ser un delito.

<https://www.revistakine.com.ar/aborto-con-todas-las-letras/>

Existencia lesbiana en los medios de comunicación Periódico VAS / Ciudad de Buenos Aires

El 7 de marzo, día de la visibilidad lésbica, nos invita a repensarnos. ¿Cómo es habitar un medio de comunicación siendo lesbiana? Conversamos con periodistas que hacen de su trabajo una militancia por la visibilidad y existencia lesbiana, destacan la necesidad de construir narrativas propias, contar en primera persona y habitar los espacios siendo visibles.

<https://www.periodicovas.com/existencia-lesbiana-en-los-medios-de-comunicacion/>

La pandemia es el capitalismo La Vaca / Ciudad de Buenos Aires

La activista boliviana María Galindo, comparte con MU este texto que es producto de una clase en la que no pregona verdades proféticas, sino que piensa la post-pandemia desde la incertidumbre, la pregunta, la intuición y el «tanteo». El resultado es un diccionario sobre el léxico con el que gobiernos de izquierda y derecha disciplinan a las sociedades. Cómo pensar política e ideológicamente las vacunaciones en todo el mundo, el orden colonial-patriarcal-extractivista que convierte al neoliberalismo en fascismo, y cómo interpretar la velocidad de los cambios a la luz de la rebeldía y la creatividad.

<https://lavaca.org/mu156/capitalismo-pandemico-lo-que-esta-en-juego-ecocidio-y-suicidio/>

Salvadora Medina Onrubia, una mujer de nuestro tiempo trenINSOMNE / Buenos Aires

Feminista, anarquista, escritora y revolucionaria, la obra y la figura de Salvadora Medina Onrubia es rescatada a través de diferentes ramas del arte.

<http://treninsomne.com.ar/ec-medinaonrubia.html>

Las joyeras argentinas www.purochamuyo.com / Cuadernos de 'Crisis' / CABA

El colectivo de mujeres que resistió la pandemia creando con los materiales que tenían en casa joyería contemporánea, a partir de un fragmento de *La Peste*, de Albert Camus.

<https://www.purochamuyo.com/las-joyeras-argentinas/>

Cuando el feminismo era cosa de niñas Ayesha / Buenos Aires

Las memorias encontradas de Eva Libertad Clara Ordoñez Roatta (Santa Clara de Saguier, 1940) sacan a relucir una mirada inédita acerca de cómo las niñas de pueblo veían los roles del hombre y la mujer en la Argentina de mediados del siglo XX. Identidad, conciencia del abuso y emancipación proteica en un libro inusual.

https://www.ayasha.com.ar/autores_detalle.php?id=25

Sobran motivos para PARAR Al Margen Bariloche / Río Negro

El ámbito de la comunicación no escapa a la precarización laboral que viven las mujeres, recorrido que comienza en la entrevista laboral hasta la difícil tarea de llegar a puestos jerárquicos. Acercamos la lupa a las experiencias de dos mujeres comunicadoras, en diferentes ámbitos laborales atravesados por el mismo sistema patriarcal.

<https://almargen.org.ar/2022/03/08/sobran-motivos-para-parar/>



Julietas y Romeos



Laurita Gosh

DESPEDIDA



héctor freire

(1953 - 2022)

Quienes hacen la revista Topía lamentan informar que el 22 de marzo falleció su querido compañero Héctor Freire. Escritor, poeta y crítico de cine. Héctor era miembro del Consejo de Redacción de Topía desde 1996, escribió en todas las ediciones y era el responsable del área de cultura de la revista.

Nació el 10 de diciembre de 1953. Fue profesor en Letras por la Universidad de Buenos Aires. Recibió el Premio y la Beca a la Investigación Literaria Ciclo 2003, otorgada por el Fondo Nacional de las Artes, por su proyecto «Poesía Buenos Aires (1980 / 1990)». Fue fundador de la Primera Escuela Literaria del Teatro IFT («Idisher Folks Teater»), jurado del Fondo Nacional de las Artes (género ensayo), jefe de redacción de la Revista de Poesía «Barataria», así como de la Revista Cultural «La Pecera» (Mar del Plata) y director de la Revista de Cultura «Rizoma» y responsable de las secciones Arte y Erotismo de la revista virtual «El Psicoanalítico». Entre 1994-2014 formó parte del grupo de docentes-capacitadores del CEPA (Escuela de Capacitación Docente. Pedagogías de Anticipación), dependiente de la Secretaría de Educación de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires.

Deja una frondosa producción escrita, donde se destacan: *Literatura y cine, uso del video en el aula* (en co-autoría con Maximiliano González Jewkes, 1997), *Sostiene Tabucchi* (todo es una película) (en co-autoría con Roberto Ferro, Maximiliano González Jewkes y Ana Paruolo, 2000), *De cine somos* (críticas y miradas desde el arte) (Topía, 2007), *El cine en su laberinto: literatura, pintura y sociedad* (Topía, 2009), *Cine en tiempos de insignificancia* (2013). También libros de poesía como *Voces en el sueño de la piedra* (1991), *Poética del tiempo* (Grafiti, Montevideo, Uruguay, 1997), *Motivos en color de perecer* (2003; Premio Fondo Nacional de las Artes), *Satori* (2010; con segunda edición, castellano-francés, en 2013) y *Botánica*. Antología poética (2021).

En uno de sus últimos textos, «Enfermedad y dolor y sufrimiento en el arte» sostenía con certera lucidez:

«El nacimiento de la imagen artística está unido desde el principio de la humanidad a la superación del dolor, el duelo y la incertidumbre ante la muerte. Pero si esas primeras imágenes surgen de las tumbas, es como rechazo a la nada, y para prolongar en cierta forma la vida. De ahí la necesidad de cubrir esas representaciones con colores, para hacer más soportable la idea insostenible de la muerte. Es como si esos primeros 'artistas', experimentaran por primera vez en la historia, ante el dolor, la enfermedad y el sufrimiento, la paradoja crucial que le da sentido al arte: para expresar el silencio de la muerte, el silencio nunca es suficiente.»



Y en uno de sus poemas hace referencia a la obra del pintor japonés Hokusai

En su zoología de intimidad, el gato de Hokusai destaca el impudor que pretende evitar, la infinitud de aquello que los humanos ignoramos. Quizás por eso, su ocio nos resulta demasiado trabajoso. En ese «vacío pictórico» - inservible a efectos descriptivos - se ajusta el contenido de su imagen: una humilde silueta recortada que elimina cuanto sobra. Por un instante ese signo de medida nos hace olvidar la violencia del mundo.

(Satori, 2013)

DANZA

diálogo de la roca sola



El Grupo de Experimentación en Artes del Movimiento (GEAM) dirigido por Sandra Reggiani presenta «Diálogo de la roca sola», de Luisa Ginevro, obra ganadora de la Segunda Edición del Premio Graduados a la Creación (2018), otorgado por el Departamento de Artes del Movimiento de la Universidad Nacional de las Artes (UNA).

En el Museo Ernesto de la Cárcova, Av. España 1701 CABA.
Domingos 15 hs. (Mayo 15, 22 y 29; Junio 5, 12 y 19).

FIDS 2022

Festival Internacional Denise Stoklos de Solo Performance

virtual y gratuito x zoom

del 2/5 al 8/5/2022

www.fidsfestival.com/programação

Desde Irati, Brasil, con curaduría y participación de la genial artista Denise Stoklos, la segunda edición de FIDS se desarrolla íntegramente online con actividades gratuitas durante las mañanas, tardes y noches, ofreciendo un variado programa de espectáculos, Escenario Abierto, Cine-Teatro, Conferencias, Talleres y Masterclass.

En el evento participan artistas e invitados nacionales e internacionales, entre ellos Nadja Marcín (EE.UU.-DE), Anna Deveare Smith (EE.UU.), Carolina Virguez (CO), Vivi Tellas (AR), Elias Andreato, Luiz Rufino, Perla Tarello (que es corresponsal del evento en nuestro país y que presentará su video performance: «Absurdo, Poder, Transformación» - ver fotos-).

El Festival de Solo Performance 2022 se destaca por su singularidad en privilegiar las obras interpretadas en solitario y con un sesgo de experimentación y contemporaneidad. El festival fue diseñado a partir de los principios del **Teatro Esencial**, creado por la dramaturga y actriz Denise Stoklos, quien aporta al evento su mirada sobre la curaduría, además de su deseo personal de ampliar espacios para el teatro solista.

Toda la programación se transmitirá en la plataforma Zoom, y para cada atracción o actividad existe un límite de audiencia de 100 espectadores. Los talleres ofrecen de 15 a 20 plazas para los participantes. Además de las presentaciones escénicas, FIDS busca compartir investigaciones artísticas, ofrecer acciones de formación y propiciar reflexiones e intercambios de experiencias estéticas, políticas, poéticas y éticas.



FOLKLORE EN LA UNA

cursos de extensión

en el Departamento de Folklore de la Universidad Nacional de las Artes



Se encuentran abiertas las inscripciones a los diversos talleres que ofrece la Secretaría de Extensión y Bienestar Estudiantil del Departamento de Folklore de la UNA. La oferta de los talleres virtuales y presenciales contiene clases de instrumentos como guitarra y charango, canto, canto con caja, danzas folklóricas argentinas y de otros países latinoamericanos, tango, entrenamiento técnico, lenguas originarias, herramientas para la actuación, entre otros.

Para conocer los cursos disponibles: <https://folklore.una.edu.ar/cursos/>
Para consultas: folklore.rp@una.edu.ar

cuerpo y psicodrama

■ **23 de abril a las 10hs.:** Taller: Las máscaras del cuerpo. ■ **14 de mayo a las 11hs.:** módulo de Formación en Coordinación Grupal y Sociopsicodrama. ■ Terapia corporal, psicodrama, individual, vincular y grupal. ■ **Abierta la inscripción a cursos de formación.** Instituto Vathia. Dirección: Mariana Sciotti - Claudio Mestre. Informes: institutovathia@gmail.com IG y Fb: @institutovathia

sistema milderman

■ **Todo el Año:** Clases de Movimiento Rítmico Expresivo Sistema Milderman en Caba (Palermo) y Zona Oeste (Castelar). Actividad de gran aporte para Jóvenes, Adultos, Actores, Artistas, Profesionales de la Salud, Terapeutas Holísticos, Docentes, Adultos Mayores y personas en general. Un espacio para el autoconocimiento, la expresión, creación artística, expansión psicofísica y sanación interior a través de la Música y el Movimiento Libre Expresivo. Consultar por días y horarios al +54 9 1135922710 IG @movimiento_ritmico_expressivo Prof. Valeria Cassoli. ■ **1 vez por mes : clase Abierta con contribución voluntaria.**

coaching corporal

■ Entrenamiento vivencial corporal. ■ **Formación de facilitadores de conversaciones cuánticas inicia el 4 de mayo** todos los miércoles hasta septiembre. ■ **Presencial: Entrenamiento en Mayo 13, 14 y 15** intensivo de transformación cuántica. Coach y Trainer Liliانا Bermúdez. Informes: WhatsApp: +54911 69364356. coachliliabermudez@gmail.com www.facebook.com/coachliliabermudez www.instagram.com/coachliliabermudez/

esferokinesis, BMC

■ **Abril:** Comienzan nuevos grupos de Formación en Esferokinesis@ (online y presencial). BMC: Abierta la inscripción al curso Sistema muscular. ■ **Cursos cortos online de Esferokinesis: 30/4** Columna y cintura escapular; ■ **28 y 29/5:** Gestación y postparto; ■ **18/6:** Esferokinesis para la niñez. Informes: CIEC WhatsApp: +5491165919621 ciec@esferokinesis.com www.esferokinesis.com

Qi Gong

■ **Abril:** -Wu Dang Yang Sheng Gong. "Movimientos para el bienestar". **Abierta la inscripción. (Seminario cuatrimestral).** Movimientos sencillos con potentes efectos energéticos. Se puede participar en forma unitaria o como inicio del Curso de Profesor Internacional de Qi Gong del Instituto Internacional de Qi Gong Argentina. Duración 3 años. Única sede en Latinoamérica del iiQG con sede en Francia. Fundador: Dr. Yves Réquena. Director en Argentina: Carlos Trosman. Programas, horarios y Ficha de Inscripción: www.iiqgargentina.com.ar WhatsApp: +54.9.1.6656.5215.

movimiento expresivo

■ Clases de **Formación en el método Expresión Humana.** Prácticas de improvisación en movimiento, juegos dramáticos, manchas de color y ejercicios con consignas. Desde Mayo a agosto 2022. Certificado de asistencia. **Clases abiertas Movimiento Libre en Villa Crespo. Viernes 19hs.** Método Escuela Expresión Humana. 117-365-3215.

Retiros en Córdoba

■ **Retiros analógicos en Traslasierra - Córdoba.** (en grupos, o individual) en la tranquilidad serrana e inmersos con la naturaleza. Informes: +5491127196947 mariadelosangelespais@gmail.com

actividades Zen

ZAZENKAI - Encuentros de práctica de zazen, **presencial** en Congreso. (Actividad **arancelada**) Con Ricardo Dokyu, Monje Budista Zen - Terapeuta de Shiatsu. ■ **Todos los Lunes 19:30 hs. Llegar 15 minutos antes.** Informes: zen.actividades@gmail.com ■ **1er y 3er jueves de cada mes a las 10 hs.:** **Taller de Meditación Zen - Zazen. Presencial. Actividad Gratuita.** Coordinado por Ricardo Dokyu. Monje Budista Zen - Terapeuta de Shiatsu. En Hospital Bernardino Rivadavia, Servicio De Salud Mental 1er. Piso - Pabellón Molina. Gratuito y Abierto a la Comunidad. Informes: zen.actividades@gmail.com

talleres de cuerpo y arte

■ **Del 2 de Mayo al 6 de Junio, Presencial:** "Salir Del Perímetro" Seis Encuentros Para Experimentar, Investigar e Integrar. Dirigidos a Balarines, Actores, Cantantes, Personas con Formación Corporal. A cargo de Gabriela González López. Informes: contactogabriela Gonzalezlopez@gmail.com

formación masaje tailandés

■ Cursos de Formación en Masaje Tradicional Tailandés y Lanna. Grupos reducidos. Formación personalizada. Informes: s_escuelanuadthai@gmail.com wwwescuelanuadthai.com

la voz y el cuerpo

■ **Área expresiva:** individual y grupal. Investigación y búsqueda vocal. Encuentros online y presencial. Talleres intensivos: "Un viaje con la voz", "La voz de los sueños", "La voz como herramienta de transformación", "Recursos técnicos y expresivos para el autocuidado docente". Entrenamiento vocal y corporal: planes personalizados de 21 días. ■ **Área terapéutica:** abordaje psicocorporal. Sesiones individuales. Grupos de estudio y supervisión. Seminario Arteterapia "Exploración e investigación en el proceso creador". **Abril: 23 y 30.** Lic. Paola Grifman: (011)63804017. espaciolavozyelcuerpo@gmail.com FB: lavozyelcuerpo IG: paolapatogrifman www.patoblues.blogspot.com

instituto de la máscara

■ **Viernes 29 de abril:** Taller para la exploración del movimiento. A través de la danza, los elementos de la naturaleza y sus ritmos. Coordinan Mabel Martínez y Majo Chacón. ■ **Mayo 2022:** Taller «Lo que nunca te dije...» Taller para reparar vínculos internos y externos. Modalidad 4 encuentros. Coordinan Guillermo Duarte y Silvia Sisto. ■ **Taller de Construcción de Máscaras,** coordina Inés Melo. En el Instituto de la Máscara. www.mascarainstituto.com.ar Tel: 4775-3135. Instagram: @mascarainstituto Fb: institutodelamascara institutomascara@gmail.com

festival de performance

■ **2/5/2022 al 8/5/2022s** FIDS Festival internacional Denise Stoklos de "Solo Performance" **online desde Irati, Brasil.** Participa **Perla Tarello** (Buenos Aires, Argentina) con el video "Absurdo poder... Transformação". Info: www.fidsfestival.com/programacao

Qi Gong

-Qi Gong: **Clases gratuitas presenciales** en Hospitales Públicos de CABA **Hospital B. Rivadavia: martes de 13 a 14.30 hs.** en Av. Las Heras 2670, Servicio de Salud Mental, 1er piso, con Elba Longhini y Carlos Trosman. **Hospital Ramos Mejía: miércoles de 15 a 16.30 hs.** en Gral. Urquiza 609, Servicio de Salud Mental, 2do piso, arriba del Vacunatorio, con Andrea Ronconi y Carlos Trosman. Para todo público. Sin inscripción. https://iiqgargentina.com.ar/clases/ - Videos gratuitos de clases de Qi Gong con Carlos Trosman. Suscribite en forma gratuita. Más de 100 clases en español y francés. Para todo público en "Qi Gong para Tódes", en el Canal de YouTube del iiQG Argentina: iiqgqigongargentina Trad. en français.

mujeres en danza

■ **Taller on line: Re-encontrar el placer,** «Sensualidad y el derecho a la alegría» Todas las mujeres son reales, todos los cuerpos hermosos. Un espacio de crecimiento personal, que se nutre en el compartir grupal. Modalidad virtual. Coord. Maria de los Angeles Pais, bailarina y técnica en Desarrollo Psicocorporal. +5491127196947 mariadelosangelespais@gmail.com

adiciones

■ "Diagnóstico en el trabajo corporal" Perla Tarello. Informes: 4866-0999 / 156-0366490 perla.tarello@gmail.com

gimnasia consciente

■ **Instituto para la Gimnasia Consciente de la Dra. Irupé Pau.** La Gimnasia Consciente es un aprendizaje del funcionamiento postural del cuerpo propio. ■ **Damos clases:** Aline Dibarboure Pau, Verónica Krieg y Marina Figueiras. Todas somos Profesoras de Gimnasia Consciente formadas por la Dra. Irupé Pau. Facebook: Gimnasia Consciente Método de la Dra Irupé Pau ■ Informes: gimnasiaconsciente39@yahoo.com

eutonía y psicodrama

■ **Clases y talleres on line.** Tratamientos individuales. Instructorado en Relajación Activa. Psicodrama y Corpodrama. A convenir horario. Coord.: Susana Kesselman, Eutonista, Corpodramatista. Se otorgan certificados. 15 4050 0408 / 48048880.

terapia reichiana

■ **Terapia reichiana** para contactar y ablandar corazas musculares, disolver bloqueos energéticos, emocionales y osteo-articulares profundos. Adultos y adolescentes. Lic. Marcelo Della Mora Psicólogo. M.N. N° 21.682. Más información: (011)4982-5546. mdellamora@intramed.net

Qi Gong

■ **abril-junio:** -Chi Kung (Qi Gong), clases para principiantes y avanzados, presenciales y virtuales con Profesor@s del Instituto Internacional de Qi Gong Argentina en distintos barrios de CABA y en otras localidades y horarios. El Qi Gong mejora la circulación de la sangre y la energía, la concentración y la flexibilidad. Regula el ritmo respiratorio y cardíaco. Puede ser practicado por personas de cualquier edad y condición física. Consultar profesores certificados, horarios y localidades en https://iiqgargentina.com.ar/clases/

laboratorio de improvisación

■ Laboratorio improvisar y su imperfecto revés. Un encuentro mensual. Un sábado por mes de 10 a 14 hs. ■ **Charlas informativas gratuitas,** (consultar días y horarios). Coord.: Sandra Reggiani. Interesados solicitar entrevista: sandrareggiani@yahoo.com.ar

esferodinamia

■ **abril-junio:** Clases Regulares de Entrenamiento y Práctica Presenciales y Virtuales en Tiempo Real. En NOA, Centro y Patagonia. A cargo de docentes de la Escuela de Esferobalones. Informes en Instagram: @embarazadasyesferodinamia @esferobalones

terapeuta de shiatzu

-Shiatzu Kan Gen Ryu: Curso de Terapeuta de Shiatzu en Escuela de Shiatzu Kan Gen Ryu(r), fundada en 1992. Director: Carlos Trosman. **Inician en abril 2022. Modalidad presencial y teóricos virtuales.** En CABA y en OLIVOS. Formación Continua: se puede comenzar en cualquier Módulo y continuar cursando hasta completar el Nivel. **Curso Completo: 2 años de duración.** Se entrega material impreso. En todas las clases: práctica de Qi Gong, teoría de la Medicina Tradicional China y aprendizaje de Shiatzu. Grupo reducido. Vacantes limitadas. **Abierta la inscripción.** No se requiere experiencia previa. **Descuento Especial 10% a suscriptores de Kiné.** Inscripción: Whatsapp: +54.9.1.6656.5215. www.shiatzukanogenryu.com.ar

senso-corpo-reflexión

■ **Encuentros Individuales y Grupales.** Bioenergética ■ **Danza Butoh** ■ **Recursos expresivos.** ■ **Liberá tu corporalidad en movimiento y viví un proceso de empoderamiento personal.** Prof.: Patricia Aschieri: poesiacorporalenmovimienfmasto@gmail.com www.facebook.com/patricia.aschieri

medicina-homeopatía

■ **Diagnóstico y tratamiento de enfermedades.** Clínica Médica. Inmunología. Oncología. Reumáticas, Kinesiología (RPG). En Fundación Dr. Puiggrós, Riobamba 436, 1er piso. CABA. Más Información: fundacionpuiggrós@gmail.com 4954-4569/4951-3870. www.institutopuiggrós.com

eutonía para embarazadas

■ **Clases de eutonía para todo público.** ■ **Clases del Método Frida Kaplan** embarazo y nacimiento eutonico. ■ **Clases de Secuencia de toque en contacto con el bebé.** ■ **Formación profesional Método Frida Kaplan.** Eutonista Frida Kaplan. Informes: 4862-5171. www.fridakaplan-eutonía.com

medicina alternativa

■ **octubre/nov./diciembre:** Espacio destinado a servicios de salud, que considera al ser humano en sus esferas cuerpo, mente y espíritu. Se trabaja sobre cambios de hábitos saludables y medicina preventiva. Info: Tel: 4772-9139 Instagram: dra.anabellatumbeiro Facebook: Dra. Anabella Tumbeiro Wp: 1126275346

LK movimiento inteligente

■ **Talleres:** "Energía en Movimiento" Yoga y LK Movimiento Inteligente®. Taller virtual por Zoom con reserva anticipada. Guiado por Florencia Daneu (España) y Marilina Massironi (Argentina). Inscripciones: florenciadaneu@gmail.com FB: @LKMmarilina massironi y marilina massironi@gmail.com IG: @flordaneu

eutonía – formación prof.

■ **Abierta la inscripción 2022.** Formación Profesional, 18 años formando Eutonistas. Clases, Talleres, Seminarios. En Asociación Argentina y Latinoamericana de Eutonía (AALE). Info: E-mail: aale.redes@gmail.com www.eutonía.org.ar

cuerpo y arte vía zoom

■ **cuerpo y arte vía zoom** (Argentina, Brasil, España). Coordina Susana Estela. Tel 4861-2406. susanaestela@gmail.com / www.susanaestela-artes.com / Palermo, CABA.

expresión corp./danza

■ **abril/mayo/junio:** Talleres, Seminarios y Conversatorios anuales. Improvisación en Expresión Corporal - Danza. ■ **Sensopercepción.** ■ **Talleres para niños.** ■ **Talleres Pedagógicos** para quienes trabajan con niños. ■ **Clases virtuales por zoom y presenciales.** Contacto: kalmarstokoe@gmail.com eks@fibertel.com.ar / facebook: Estudio Kalmar Stokoe / Instagram: estudio_kalmar_stokoe / Av. Monroe 2765 (CABA).

movimiento en La Plata

■ **Clases grupales y cursos de capacitación** de disciplinas varias: Osteopatía, Integración Somática, Psicoterapia con enfoque psicocorporal, Anatomía Vivencial, Bioenergética, Esferokinesis, Expresión Corporal, danza, Sensopercepción. IG y Fb: Soma Conciencia en Movimiento. En la ciudad de La Plata. Coordina: Mercedes Vitale. Tel. 2216186827. Mail: soma.conciencia.en.movimiento@gmail.com

sistema río abierto

■ **Actividades presenciales:** ■ **Movimiento libre:** un espacio de investigación corporal a partir de la percepción y concientización de los centros de energía. **Viernes a las 20.30 hs - cada 15 días - coordina:** Gabriela Segade ■ **Manos a la obra II:** encuentros para profundizar el manejo de los recursos expresivos y supervisar los trabajos profesionales: **Encuentros mensuales de 11 a 15 hs.,** el segundo sábado de cada mes por zoom. Coordinan, Lidia Crescente y Noemí Diéguez. ■ **Mi historia musical: Biografía del alma.** Ciclo de talleres vivenciales de trabajo sobre sí a partir de la música en Río Abierto. **Miércoles de 19 a 21.30 hs.** (6 encuentros). Coordinan Daniel Kasztelan y Leonardo Piatti. ■ **Grupos de trabajo sobre sí en Río Abierto** - un viaje hacia nuestro Ser esencial. **Martes de 19 a 21 hs.** - coordinan: Fernanda y Leo. **Miércoles de 19 a 21 hs** - Coordinan: Basi y Gaby. ■ **Clases presenciales, en nuestra sede y en diferentes parques. También por zoom.** Informes: Consultar la grilla horaria en: www.rioabierto.org.ar o también por mail a: fundacionrioabierto@gmail.com

expresión corporal-danza

■ **abril-junio:** Taller Movimiento y Voz Expresión Corporal Danza. Todas las edades. Zona Almagro. ■ **Taller Teatro y Expresión Corporal.** Personas Mayores. Caseros, Ptdo. Tres de Febrero. ■ **Danza en el bosque.** Taller mensual. Solar del Aguador. Abasto. La Plata. (Gratuita para alumnos regulares). ■ **Clases personalizadas:** Disciplinas corporales. Caminata. Lago Palermo. **Inician en febrero y marzo.** Consultas a Cristina Soloaga. 1166853926. 20659525. csoloaga60@hotmail.com. FB. Cuerpodanzaterapia. FB. QuisierahablarconRenee.

seminario de Qi Gong

agosto 2022: Qi Gong BA DUAN JIN "Las 8 Piezas del Brocado". Serie clásica del Gral. Yen Fei. (Seminario bimestral). Con Carlos Trosman en CABA y Guillermo Cid en Olivos. **Presencial y/o virtual.** Respetamos las normas sanitarias. Para todo público. No se requiere experiencia previa. Seminario ideal para aproximarse al Qi Gong y/o comenzar la Formación. Se entrega material didáctico y Certificados de Asistencia. Carlos Trosman, Director iiQG Argentina Más información: www.iiqgargentina.com.ar WhatsApp: +54.9.11.6656-5215.

Kiné

está asociada a



ARECIA

Asociación de Revistas Culturales Independientes de Argentina
www.revistasculturales.org

TopiA

Año XXXI
Nº 94
Abril 2022

Una revista de pensamiento crítico donde el psicoanálisis se encuentra con la cultura

Editorial
El capitalismo destructivo del tejido social y ecológico

Enrique Carpintero

Dossier: La era del malestar
A. E. Brailovsky, M. Rodríguez, M. del Carmen Verdú, H. Scorofitz. C. Hazaki

El malestar en los varones
C. Barzani y A. Vainer

Área Corporal
Biopolítica de un arte que nos cura
L.L.Laguna

Clínica: Pandemia y crisis de angustia
M. Echeagaray, R. Sibils, D. Waisbrot, D. Winograd

www.topia.com.ar revista@topia.com.ar
4802-5434 - 4551-2250



Kiné la revista de lo corporal, se edita 5 veces por año en forma ininterrumpida desde 1992. En todas esas ediciones hemos publicado una gran cantidad y variedad de textos, imágenes, informaciones... que dan cuenta de la intensa actividad de un campo complejo y en constante reformulación: el campo de lo corporal. En el año 2020, iniciamos una nueva etapa en la que la edición de la revista se realiza en formato digital. Con los mismos objetivos que nos impulsaron durante los últimos 30 años.

• **Equipo Kiné:** editor: Carlos Martos - dirección periodística: Julia Pomiés - diseño, arte y diagramación: Rubén Longas, Julia Pomiés - web: Axel Piskulic.

Asesoran: Susana Kesselman (Biopolítica, Eutonia) / Elina Matoso (Clínica Corporal, Máscaras) / Mónica Groisman (Cuerpo y Psicoanálisis) / Carlos Trosman (Psicología Social, Qi Gong, Shiatzu) / Olga Nicosia (Anatomía Funcional) / Susana Estela (Cuerpo y Artes) / Silvia Mamana (Esferokinesis, Body Mind Centering) / Raquel Guido (Expresión Corporal, Artes del Movimiento) / Marta Jáuregui (Medicina Clínica) / Mariane Pécora (Comunicación Social).

COMPRA DE EJEMPLARES, POSTERS, LIBROS



5 ejemplares Digitalizados
Arg. \$ 750.- / Internacional U\$S 20.-

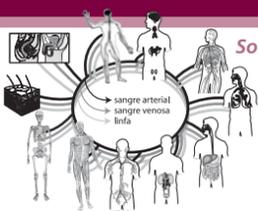
5 posters Digitalizados
Arg. \$ 750.- / Internacional U\$S 20.-



2 libros digitales de la Colección Kiné Biblioteca
Arg. \$ 750.- / Internacional U\$S 20.-

En Argentina: realizar depósito o transferencia a la cuenta N° 13874/6. Caja de Ahorro en Pesos. Banco Provincia de Buenos Aires Sucursal 04007. CBU: 0140007603400701387469. **IMPORTANTE:** enviar el comprobante de pago con el nombre completo a kine@revistakine.com.ar

Para compras internacionales consultar por mail a kine@revistakine.com.ar



Somos un sistema de sistemas ÍNDICE DE INFORMES Y POSTERS

- Kiné 56: Somos un sistema de sistemas integrados en compleja red.
- Kiné 57: Sistema Circulatorio. Desde el corazón al amor.
- Kiné 58: Sistema Respiratorio. Anatomía y fisiología. Dejar de fumar.
- Kiné 59: Sistema Urinario: Para filtrar toxinas.
- Kiné 60: Sistema Digestivo: Apetito y ansiedad.
- Kiné 61: Sistema Osteoarticular 1: Huesos, órganos vivos. Maniobras óseas en el masaje.
- Kiné 62: Sistema Osteoarticular 2. Articulaciones. Tejido conectivo y ligamentos.
- Kiné 63: Sistema Muscular 1. Músculos de la cara.
- Kiné 64: Sistema Muscular 2. Hay músculos en todos los sistemas.
- Kiné 65: Sistema Muscular 3: Musculatura esquelética. La postura. Tono neuromuscular.
- Kiné 66: Sistema Nervioso 1. Central y Periférico.
- Kiné 67: Sistema Nervioso 2. Respuestas Motoras. De las sensaciones a la Percepción.
- Kiné 68: Sistema Nervioso 3. El Sistema Nervioso Autónomo. Pánico, ansiedad, estrés.
- Kiné 69: Sistema Endocrino. Hormonas en acción.
- Kiné 70: Sistemas Inmune y Linfático 1. Defensas.
- Kiné 71: Sistemas Inmune y Linfático 2. Drenaje Linfático y masaje.
- Kiné 72: Sistema Reproductor 1. Anatomía y Fisiología. XX, XY y otras complejidades.
- Kiné 73: Sistema Reproductor 2. Concepción, anticoncepción y embarazo.
- Kiné 74: Sistema Tegumentario: Piel, pelo, uñas. Un sistema protector y de comunicación.
- Kiné 75: Origen Embriológico de los Sistemas.
- Kiné 76: Dolor de Espalda. Posibles causas y alivios.
- Kiné 77: Sistema Fonador: voz, grito, canto.
- Kiné 78: Músculos en Acción (1): Regulación nerviosa de la contracción muscular.
- Kiné 79: Músculos en Acción (2): Flexibilidad. Las fascias: un sistema de integración.
- Kiné 80: Músculos en Acción (3): Fuerza.
- Kiné 81: Músculos en Acción (4): Resistencia.
- Kiné 82: Músculos en Acción (5): Coordinación.

Consultar esta guía para localizar los temas de cada uno de los informes y posters publicados en esta sección de la Revista Kiné. Para adquirirlos comunicarse a kine@revistakine.com.ar

- Kiné 83: Músculos en Acción (6): Tono muscular.
- Kiné 84: Huesos en Acción (1): Tejido óseo y movimiento. Los huesos, funciones, estabilidad y sostén.
- Kiné 85: Huesos en Acción (2): Las fracturas.
- Kiné 86: Dolor (1): Funciones del dolor. Dolor crónico.
- Kiné 87: Dolor (2): Columna vertebral y postura.
- Kiné 88: Dolor (3): El mundo sobre los hombros. Tendinitis del manguito rotador, codo de tenista, síndrome del túnel carpiano.
- Kiné 89: Dolor (4): La salud del nervio ciático. Masajes: todas las técnicas para aliviar dolores.
- Kiné 90: Dolor (5): Rodilla, Tobillo, Pié. Serie de ejercicios ilustrados.
- Kiné 91: Artritis y Artritis. Principales diferencias. Prevención y tratamiento.
- Kiné 92: Colesterol. Enfoque clínico y psicossomático. Homeopatía. Gimnasia y masaje.
- Kiné 93: Diabetes. Prevención y tratamiento. Terapias complementarias. Testimonios.
- Kiné 94: Alergias. Asma. Rinitis. Eczemas.
- Kiné 95: Osteoporosis. Prevención y tratamiento.
- Kiné 96: Anorexia y Bulimia, propuestas desde: Medicina, Psicoanálisis, Eutonia, Shiatzu, etc.
- Kiné 97: La salud de la postura. Desde la gestación a la vejez. Origen y desarrollo de la postura.
- Kiné 98: Escoliosis y otros problemas posturales. Prevención, diagnóstico, tratamiento.
- Kiné 99: Alteraciones posturales por mal funcionamiento de las vísceras. Y viceversa.
- Kiné 100: Problemas: trabajo, postura y computadora
- Kiné 101: Otra vez la voz. Sistema fonador. La voz como herramienta de transformación.
- Kiné 102: Hiperlordosis. (Posturas que duelen 1)
- Kiné 103: Hipercifosis. (Posturas que duelen 2)
- Kiné 104: Cervicales. (Posturas que duelen 3)
- Kiné 105: Los piés. (Posturas que duelen 4)
- Kiné 106: Grupos Musculares 1: Abdominales
- Kiné 107: Grupos Musculares 2: Los glúteos y la salud del nervio ciático.
- Kiné 108: Grupos Musculares 3: Suelo Pélvico.
- Kiné 109: Grupos Musculares 4: Entre los Omóplatos.
- Kiné 110: Grupos Musculares 5: El Cuello.
- Kiné 111: Contracturas 1: Diagnóstico.

Consultar el índice completo de los contenidos de todas las ediciones de Kiné en www.revistakine.com.ar

- Kiné 112: Contracturas 2: Tratamientos.
- Kiné 113: Contracturas 3: Cabeza, Bruxismo, Jaquecas de origen muscular.
- Kiné 114: Contracturas 4: Torso. Lumbago.
- Kiné 115: Contracturas 5: Brazos y piernas.
- Kiné 116: Articulaciones en peligro 1: Columna Vertebral. Hernia de disco. Pinzamientos.
- Kiné 117: Articulaciones en peligro 2: Cadera: Coxofemoral. Tratamientos. Cirugía. Prótesis.
- Kiné 118: Articulaciones en peligro 3: Hombro.
- Kiné 119: Articulaciones en peligro 4: Rodilla.
- Kiné 120: Articulaciones en peligro 5: Tobillo.
- Kiné 121: Fascias 1: Un sistema de integración.
- Kiné 122: Fascias 2: Dolor de espalda, enfoques innovadores. Fascia toracolumbar.
- Kiné 123: Fascias 3: Muslos. Fascia Lata.
- Kiné 124: Fascias 4: Tendinitis.
- Kiné 125: Fascias 5: Plantar y Tendón de Aquiles.
- Kiné 126: Músculos un enfoque global (1) Abdominales.
- Kiné 127: Un enfoque global (2) Psoas Iliaco.
- Kiné 128: Un enfoque global (3) Diafragma.
- Kiné 129: Un enfoque global (4) Lumbalgias.
- Kiné 130: Un enfoque global (5) Suelo Pélvico.
- Kiné 131 a 135: Cadenas musculares 1, 2, 3, 4 y 5.
- Kiné 136: Músculos en movimiento (1) Fuerza.
- Kiné 137: Músculos en movimiento (2) Elasticidad.
- Kiné 138: Músculos en movimiento (3) Velocidad.
- Kiné 139: Músculos en movimiento (4) Potencia.
- Kiné 140: Músculos en movimiento (5) Resistencia.
- Kiné 141: Capacidades Sensitivo-Motoras (1) Coordinación.
- Kiné 142: Capacidades Sensitivo-Motoras (2) Ritmo.
- Kiné 143: Capacidades Sensitivo-Motoras (3) Equilibrio.
- Kiné 144: Capacidades Sensitivo-Motoras (4) Precisión.
- Kiné 145: Capacidades Sensitivo-Motoras (5) Destreza.
- Kiné 146: La salud de la postura (1) Cuidados.
- Kiné 147: La salud de la postura (2) Espalda.
- Kiné 148: La salud de la postura (3) Escoliosis.
- Kiné 149: La salud de la postura (4) Sedentarismo.
- Kiné 150: La salud de la postura (5) Vísceras.