

LA CONFIANZA en crisis

INFORME Y
NOTA POSTER

SUELO PELVICO

- anatomía
- músculos y fascias
- cuidadosespecíficos
- ejercicios de fortalecimiento y sensibilización

Y ADEMAS

- ■MÉTODO FELDENKRAIS
- DANZA ARMONIZADORA
- SENSOPERCEPCIÓN
- ■LA EMOCION EN EL AULA
- ■UNIVERSO BALI 2025



JORNADAS FELDENKRAIS 2025

La Asociación Argentina Feldenkrais se prepara para un encuentro especial

En el marco de la conmemoración del nacimiento de Moshe Feldenkrais, la Asociación Feldenkrais Argentina (AFA) organiza las Jornadas Feldenkrais 2025, que se llevarán a cabo del 6 al 18 de mayo con el objetivo de acercar esta práctica a toda la comunidad. Durante este período, profesionales certificados del método ofrecerán clases gratuitas de ATM (Autoconciencia a Través del Movimiento), tanto presenciales como virtuales, brindando la oportunidad de conocer y experimentar este enfoque único para fomentar la conciencia corporal y el aprendizaje a través del movimiento.

Además, en esta edición, las jornadas estarán dedicadas a **Mia Segal**, en homenaje por su reciente partida. Mia fue una figura fundamental en la vida y obra de Moshe Feldenkrais, con quien descubrió la estrecha relación entre las funciones del cuerpo humano y el comportamiento. También ha sido una gran difusora del método en todo el mundo.

La apertura de las jornadas tendrá lugar el martes 6 de mayo, en un encuentro virtual que incluirá una charla a cargo de la entrenadora Gabriela Gómez, y una clase especial, dictada por la entrenadora asistente Andrea Guz.

Para más información ingresar a https://feldenkrais.org.ar/ Instagram: @argentinafeldenkrais



DISPONIBLE EN www.revistakine.com.ar

SUPLEMENTO ANUAL • GRATUITO



- •EXPRESION CORPORAL •DANZA •DANZATERAPIA •DANZA
 ARMONIZADORA •SISTEMA RIO ABIERTO •SISTEMA MILDERMAN
- •ANATOMIA• •TERAPIA CORPORAL •CREATIVIDAD •MASAJES
- •GIMNASIA CONSCIENTE •ESFERODINAMIA •EUTONIA
- •BIOENERGETICA •SHIATSU •METODO FELDENKRAIS• YOGA
- •PSICODRAMA QI GONG •MASCARAS •TAI CHI •ARTETERAPIA

Esta guía permanecerá disponible durante todo el año 2025 para consultarla o descargarla gratuitamente

www.revistakine.com.ar



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 2025 con los vínculos (links) activos hacia las direcciones de mail y páginas web de los anunciantes.

SUSCRIPCIÓN ANUAL DIGITAL

A partir del año 2020 inauguramos la posibilidad de suscripción a las ediciones digitales. La suscripción anual corresponde a las 5 ediciones de cada año y la Guía Anual de Carreras, Cursos y Profesionales. Incluye, además, la versión digital de dos libros de la Colección Kiné Biblioteca. Y el envío de 5 posters digitales correspondientes a la serie de "Cadenas Musculares".

\$15.000.- por todo el año 2025

El modo de pago en Argentina: depósito o transferencia a la cuenta Nº 13874/6. Caja de Ahorro en Pesos. Banco Provincia de Buenos Aires Sucursal 04007. CBU: 0140007603400701387469. ALIAS: revistakine. IMPORTANTE: enviar el comprobante de pago con el nombre completo a **kine2@revistakine.com.ar**

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

kine2@revistakine.com.ar

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

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



año 34 - nº 166 20 de abril - 20 de junio 2025

editor
Carlos Alberto Martos
dirección periodística
Julia Noemí Pomiés

diseño, arte y diagramación Rubén Longas + Julia Pomiés asesoran

Susana Kesselman - Elina Matoso Carlos Trosman - Olga Nicosia Marta Jáuregui - Raquel Guido Silvia Mamana - Mariane Pécora

sumario

Informe "Sistema de Sistemas" SUELO PELVICO

- **3** Funciones y prevención Marta Jáuregui
- Marta Jáuregui

 Nacimiento eutónico
- Atesorar nuestro periné
- 5 Anabella Lozano
- Energía vital
- 6 Carlos Trosman
- 7 El periné como diafragma Silvia Mamana
- 9 NOTA POSTER Músculos y fascias Julia Pomiés, Olga Nicosia, Rubén Longas

Informe Biopolítico: CONFIANZA EN CRISIS

- 10 Con conciencia
 Celeste Choclin
- Un espacio humano
- Carlos Trosman

 Una autocrítica necesaria
- Elida Noverazco, Karina Jousse

 15 ¿Creer o no creer?
- Emiliano Blanco
- 16 Ir a otro tiempo
 Paola Grifman

ADEMAS

- 18 El cuerpo del agente de salud
- **19 Método Feldenkrais** *Mara Borchardt, entrevista a Gabriela Gómez*
- La emoción en el aula Susana Volosín
- En la sección CUERPO &

Imborrable Mariela

- Mariane Pécora
- **26** Ratón de Biblioteca Libros: Raquel Guido, Alicia Entel
- 26 Correo de lectores

 Juan Turri
- Jubilados ¿Palos y a callarse?

 Julia Pomiés
- 27 Devorando el vacío
- Paula Palomo
 Danza Aérea
- 30 aniversario de Brenda Angiel
- 28 Universo Bali 2025

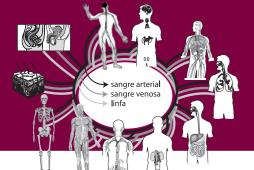
 Julia Pomiés
- 30 Semana de la Sensopercepción Déborah Kalmar, Daniela Yutzis, Marcela Bretschneider, Olga Nicosia
- 22 guía de profesionales y cursos
- 32 agenda

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: 4981-2900.

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



somos un sistema de sistemas

serie 2025: Músculos y Fascias

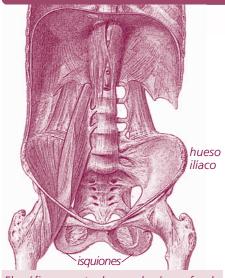
suelo-pélvico

El grupo muscular que constituye la base de la cavidad pélvica es una zona vinculada a etapas y momentos vitales de gran significación e intensidad: la sexualidad, el nacimiento... Su grado de tonicidad está muy relacionado con la salud de los órganos que contiene. Merece una atención que no siempre le otorgamos. Sobran motivos... La Dra. Marta Jáuregui nos describe detalladamente su morfología, sus funciones y la importancia de mantener un tono saludable. Frida Kaplan resalta la necesidad de afinar la percepción de la zona con un trabajo eutónico durante el embarazo y el parto. Anabella Lozano nos aconseja "atesorar nuestro periné" como un espacio vital, sensible y sensual, con la práctica de la Reeducación Postural Global y el trabajo con esferobalones. Carlos Trosman establece las relaciones entre el suelo pélvico y la energía vital, proponiendo cuidados y ejercicios desde su especialidad: el Qi Gong (Chi Kung). Silvia Mamana, maestra de Body Mind Centering, propone una serie de actividades de autopercepción desde la mirada de la Esferokinesis para afinar el registro del suelo pélvico como uno de los diafragmas que actúan como soportes de la columna vertebral.



morfología, función y tono

Escribe Dra. Marta Jáuregui



El gráfico muestra la pared más profunda de la cavidad abdóminopelviana

La cavidad pélvica es parte de la cavidad abdóminopelviana. Sus paredes están formadas en parte por huesos (ilíacos y columna) y por músculos (diafragma, abdominales y suelo pelviano o periné). Los músculos del suelo pelviano cumplen una función de sostén y contención, actuando mecánicamente, además, como sinergistas y antagonistas de los abdominales y del diafragma.

Morfológicamente el suelo pelviano tiene forma abombada, como el diafragma y la pared abdominal. Igualmente, tiene un centro tendinoso, ubicado entre el ano y los genitales. Como los abdominales, los músculos perineales están dispuestos en varios planos y sus fibras tienen distintas direcciones. Ver ilustraciones en el poster de esta misma edición.

Espacialmente el plano del periné en la posición de pie, no es horizontal sino inclinado de atrás y arriba hacia adelante y abajo, con un declive de unos 60°, lo que hace que en bipedestación, parte del peso visceral sea sostenido por la pared abdominal. Al sentarse, cambia la posición de la pelvis y el peso va hacia el suelo pelviano que queda en plano horizontal.

Funcionalmente el suelo pelviano y la pared abdominal ceden al aumento de presión intraabdominal cuando el diafragma desciende en la inspiración, y se contraen durante la espiración, ayudando al empuje hacia arriba del diafragma. Este juego de ceder y contraerse en forma acoplada se reproduce permanentemente con nuestra respiración, sin que tomemos conciencia ni percibamos el fenómeno. El periné también se contrae en forma refleja durante la tos o los estornudos, lo que evita la incontinencia urinaria o rectal en esos bruscos ascensos de presión abdóminopelviana.

Aunque los músculos perineales son cortos y por tanto, tienen un escaso rango de movimiento, su acortamiento genera un acercamiento de las estructuras óseas en las que se insertan (pubis y coxis en sentido anteroposterior; ramas isquiopubianas en sentido transversal). Esto se traduce en un "achicamiento" de la pelvis inferior, y un agrandamiento de su diámetro superior que libera la movilidad sacroilíaca. Este mecanismo es facilitador de la acción flexora de los rectos abdominales. Por este motivo se incluye al periné como parte de la cadena miofascial recta anterior dinámica, según la descripción de Philippe Suchard.

Anatómicamente la mayor parte del suelo pélvico la constituye el músculo elevador del ano, cuyas fibras rodean los orificios del ano, la uretra, y la vagina en la mujer. Este músculo conforma de este modo un diafragma urogenital, un portal que es el último plano que atravesamos en el nacimiento. La disposición de las fibras multidireccionales del elevador del ano forma un embudo cuya salida la constituye el conducto anal (ver gráficos de la derecha y del póster).

Internamente desde el centro tendinoso del periné asciende una membrana conjuntiva –la fascia peritoneoperineal– que recubre vagina y vejiga, separándolas a modo de tabique, del recto, conformando el espacio urogenital por delante y el rectal por detrás.

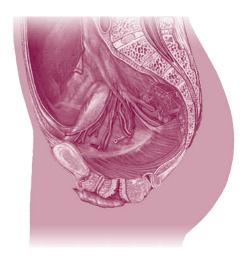
El diafragma urogenital está formado además por una capa muscular interna o superior a la fascia, compuesta por los músculos Transverso del profundo del periné y el Esfinter de la uretra –cuyas fibras rodean a la uretra y la próstata-. En la cara externa o inferior de la fascia se disponen los músculos Transverso superficial del periné y Esfinter externo del ano. También se alojan los músculos Isquiocavernoso y Bulboesponjoso que recubren los cuerpos eréctiles, entre ellos el clítoris.

La función de sostén que tiene el suelo pelviano está requerida en forma permanente como contención de las vísceras.

Por momentos se exacerba para la contención defecatoria, de la micción o la eyaculación. En forma refleja el periné se contrae rítmicamente durante el orgasmo. Para cumplir estas funciones el tono de estos músculos es siempre elevado, como el de los músculos antigravitatorios paravertebrales. Como todos los músculos de actividad tónica, la inervación que reciben tiene mayor proporción de fibras provenientes de los centros nerviosos reguladores del tono, lo que los hace muy reactivos a los estímulos que modifican el tono muscular. Así, las emociones negativas lo aumentan y es notable cómo el dolor, la ira o el miedo, generan contracción perineal refleja. En la vida cotidiana esto puede generar disfunciones



En este corte de la cavidad pélvica, vista de perfil, se muestra la ubicación de los órganos internos: recto, útero y vejiga.



En este otro corte, sin los órganos, se puede ver la musculatura del suelo pélvico, diversas ramas del músculo pubococcígeo



sexuales, trastornos evacuatorios, predisposición a las hemorroides.

El periné puede también perder tono y esa hipotonía muscular genera ausencia de contención adecuada con sus consecuencias de insatisfacción sexual por hipotonía vaginal o mal control eyaculatorio, incontinencia urinaria o fecal y prolapso urogenital o rectal. Las causas de esta pérdida de tono pueden ser partos múltiples, cirugías, lesiones traumáticas o incluso un exceso de esfuerzos abdominales con inadecuado control perineal por fatiga, como ocurre en algunos deportistas o fisicoculturistas.

De esto deviene la atención especial que debe darse al periné en la planificación de ejercicios abdominales evitando los aumentos de presión intracavitaria (dentro de la cavidad abdóminopelviana) y haciendo siempre consciente la importancia del acople mecánico de esta cadena muscular. En los casos de hipotonía, siempre deberá iniciarse la rehabilitación cuidadosamente guiada del suelo pelviano y trabajar abdominales sólo con ejercicios hipopresivos.

Una situación especial es la del embarazo. El periné juega un papel fundamental tanto en el período dilatante como en el expulsivo del parto. Si el periné no se relaja, el descenso y encaje del bebé serán dificultosos. La salida atravesando este último plano con músculos no relajados, puede producir desgarros. Por eso, y considerando el funcionamiento, la mecánica y la inervación predominantemente involuntaria del suelo pélvico, el trabajo corporal durante el embarazo se deberá centrar en mejorar la percepción de la zona, el registro del grado de contracción muscular y la capacidad de relajar. Esto se entrena a través de ejercicios en los que con el contacto del piso pelviano

con esferas adecuadamente infladas, y a través de la respiración se hace consciente el juego entre el diafragma tóraco–abdominal, piso de pelvis y la pared abdominal. Cuando se logra exhalar con el periné relajado, se consigue el control voluntario de estos músculos, "desacoplando" la contracción de la pared abdominal de la del periné, la que es automática en cada movimiento respiratorio. Esto es el paso imprescindible para la práctica del pujo, donde la contracción de los músculos abdominales debe acompañarse por la relajación de los perineales.

La posibilidad de relajar el periné se entrena también en distintas posturas y diferentes movimientos para registrar cómo mejora la movilidad de la pelvis cuando se libera la tensión de los músculos que la "cierran por abajo".

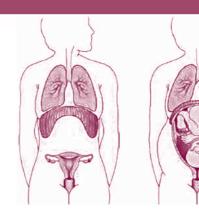
Durante el trabajo de parto el miedo y el dolor están comúnmente presentes. Esto hace que inconscientemente, los músculos de actividad tónica -como los de piso pélvico- sean los primeros en contraerse, y cuando no hay entrenamiento perceptivo de la zona, permanecen así, generando el cierre de los estrechos inferiores de la pelvis con la consiguiente dificultad para el descenso y encaje del bebé. Esto puede evitarse con el trabajo corporal previo y la preparación emocional que apunten a la mejor tolerancia del dolor como parte de un proceso natural y no como un padecimiento insoportable. Al mismo tiempo es necesario generar la confianza que facilite una actitud serena para soltar y no retener, siendo ésta la actitud saludable para vivir felizmente el nacimiento y la crianza de los hijos.

La Dra. **Marta Jáuregui** es médica clínica y creadora, junto con el profesor Claudio Cravero, del método *esferointegración*.

embarazo y nacimiento

escribe Frida Kaplan

La condición
femenina lleva
implícita la
posibilidad de
concebir, engendrar
y parir, y la anatomía
de las mujeres
está preparada
para cumplir
esas funciones.



Lamentablemente en las grandes ciudades suele privilegiarse un exagerado conocimiento teórico que va en detrimento de la conexión con el propio cuerpo.

En mis clases del método de embarazo y nacimiento eutónico, antes de realizar los trabajos pregunto a las mujeres embarazadas su percepción del espacio interno de la pelvis. Casi todas contestan que sienten que no hay espacio para que pase el bebé.

Por eso considero tan importante el conocimiento de las partes blandas y de los huesos de la zona. Las **partes blandas** se pueden modificar en su volumen y forma. Es lo que sucede con el canal por donde va a pasar el bebé para nacer: éstas pueden replegarse y acercarse al hueso para permitir su pasaje. Las tensiones profundas están fijadas a los **huesos**. Para habitar los espacios internos, especialmente la pelvis, es imprescindible tener conciencia de ellos. Porque **sintiéndolos**, **se amplía la conciencia del hábitat del bebé**, y del espacio por donde va a pasar para nacer. Esa vivencia es reveladora, porque se constata que ese espacio es mucho más grande de lo que se había pensado.

Al realizar un aprendizaje corporal de **auto-conocimiento** es posible: •sentir el espacio por donde pasará el hijo al nacer, •constatar las dimensiones óseas de ese lugar, •realizar trabajos para aflojar la tensión de las partes blandas, •observar que, al hacer los trabajos, el espacio se modifica, y el sentimiento de seguridad del "sí puedo" se instala.

Estas emociones ayudan a contrarrestar el miedo paralizador en la tarea del nacimiento. Cuando las dimensiones de la pelvis son conocidas, surge la certeza de poder tener al hijo mediante un nacimiento bajo, natural, sin cesárea.

Frida Kaplan es eutonista docente, creadora del método F. Kaplan de Parto Eutónico. Autora de los libros: *Embarazo y Nacimiento Eutónico* y *El poder de renacer*.







atesorar nuestro periné

espacio vital-sensible y sensual

escribe Anabella Lozano

El Periné es fuerte, potente y receptivo.
Es activo, sensible y con capacidad de sostener. Desde el punto de vista fisiológico y mecánico encarna una trama íntima con las emociones más primarias y regula las reacciones que nos permiten resguardar la supervivencia y expandir la vivencia.
Se trata de un espacio hacia donde llevar la conciencia para comprender su relevancia en la actitud postural y en la regulación de las tensiones.



El suelo de nuestra pelvis tiene un protagonismo especialmente importante en los períodos de la gestación y por supuesto en el trabajo de parto y en el parto mismo, aunque es muy importante rescatar que su importancia va mucho más allá de ese período de la vida. Luego de la gestación suele presentar disfunciones o lesiones que habitualmente las mujeres, a pesar de que las reconocemos y muchas veces las padecemos, tardamos mucho en resolverlas porque quedamos absorbidas por las tareas de cuidado y crianza.

Iniciar una práctica para integrar el suelo de la pelvis a nuestro cotidiano y a las actividades de entrenamiento físico es una propuesta que permite ampliar el registro sensible y evita presiones innecesarias o aumento de las lesiones. Es muy importante cuidarlo, e incluirlo tomando y repasando saberes que se acercan desde la anatomía para llegar a lo profundo de su percepción y de nuestras sensibilidades.

Reconocer sus conexiones activas con sus músculos vecinos y sobre todo aquellas que convocan al movimiento y a la percepción de continuidad y movilidad de la pelvis con los abdominales, es lo que llamamos el **Soporte Abdominal** en Esferodinamia Reorganización Postural (RP) y es uno de sus principios más difundidos en la práctica.

La Práctica y la necesidad de identificar lo que estamos haciendo

El primer paso que proponemos en nuestra técnica es el de hacerle lugar a la **Experiencia** como la percepción activa en primera persona, con todo lo que ella traiga, en la vivencia de sostenernos a nosotros y nosotras mismas desde la base de nuestro cuerpo y hacia el centro organizador de la Actitud Postural.

El material que utilizamos son pelotas de 45 cm. a las que llamamos "Pelotas de Empollar", es un material blando para dar un contacto amable al suelo de la pelvis.

Sostener al tejido que nos sostiene es el camino por el que pasamos para suavizar y considerar el ser cuidadosas con las sensibilidades del suelo de la pelvis.

Es cierto que el Periné ha estado ausente a menudo de las prácticas físicas en parte por desconocimiento de su función activa y vital y en parte por los abordajes que se concentran más en la mirada de grupos musculares que en el abordaje de continuidades miofasciales.

Por lo que recién ahora estamos tratando de recuperar el tiempo de ausencia en las prácticas o en las clases de entrenamiento. Poder hacerle lugar necesita de una pedagogía que lo considere en sensibilidad para guiar el recorrido de sus fuerzas, sus conexiones y la posibilidad o limitación de cada persona.

La frustración suele aparecer con más rapidez en la práctica de su activación cuando se trata de las primeras veces. Además debemos considerar que si existen incontinencias, disfunciones y lesiones es necesario tener vínculo y red con otros profesionales de la salud que aborden su rehabilitación y a quienes podamos derivar a las personas que estén con más dificultades.

Por otra parte su modo activo de sostener las tensiones, las presiones e incluso los esfuerzos deben ser parte de la diferenciación que abordemos en los entrenamientos.

> Paciencia, Práctica y Proceso arman un posible recorrido para quienes se acercan a nuestros espacios.

También me gusta resaltar que el abordaje perceptivo del periné se va develando, se va resaltando, reconstruyendo y reavivando como si emergiera con su poder oculto y sensible de las profundidades.

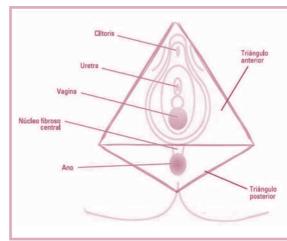
Sin obsesiones ni exigencias por encontrarlo que se instalen insistentes cómo si fuera un músculo que entrenamos únicamente para que recupere su fuerza o aumente su volumen sino **dedicándole un lugar cotidiano** que le de presencia a nuestra sensibilidad y a sus conexiones cercanas y vecinas.

La percepción se nutre del movimiento y a este le lleva tiempo ir profundo. Por lo que no se trata de ir con la mente de las ideas sino hacerle lugar a la percepción que va encontrando su lugar en sintonía con el

Es absolutamente necesario tener en cuenta los tiempos de elaboración y de integración del componente emocional, defensivo y de supervivencia que son parte del tono muscular que le da su propia tensión que es posible que sea mas reactiva o más fluida.

Estamos construyendo y re-construyendo, desandando y volviendo a entramar un espacio de nuestro cuerpo, de nuestra experiencia de vida, vital, sensible y sensual que tiene mucho sentido revisar y volver a ubicar porque ella es la que ordena la base de lo que denominamos nuestro centro.





Suele considerarse al suelo pélvico como un rombo formado por un triángulo anterior (zona genital) y uno posterior (zona anal). Esa base recibe el peso y las presiones de los órganos. Identificar el tono y los movimientos posibles en cada uno de esos triángulos resulta fundamental para saber hacia dónde direccionar las fuerzas durante los ejercicios con esferobalones. Desde el triángulo anterior la fuerza viaja hacia el recto del abdomen, desde el triángulo posterior la fuerza viaja hacia los glúteos. Disociar la sinergia del periné es clave para la activación correcta de las fuerzas.

El Periné en Esferodinamia RP

En Esferodinamia RP esta práctica se suma constantemente y mueve especialmente las conexiones entre tejidos blandos y tejidos compactos (tejidos óseos). Esto nos da la posibilidad de distinguir al Periné, desandar su ausencia para luego integrarlo en la sinergia muscular y distinguir su acción sobre la pelvis y el resto de la Actitud Postural.

Por eso, y sabiendo que muchas personas realizan otras actividades de entrenamiento y práctica física, es que pensamos en formas de identificar su presencia para poder beneficiar a su salud y su vitalidad.

Las grandes preguntas para quienes guiamos propuestas e incluso también para quienes guían sus propias prácticas son siempre:

- 1.- ¿Como identificar y sumar nuestro suelo de la pelvis a nuestras prácticas y actividades físicas?
- 2.- ¿Cómo activar las conexiones vitales y orgánicas del suelo de la pelvis, enfocando la percepción en el entramado de los tejidos y el movimiento?

Nuestras clases y nuestro abordaje somá-

tico permiten integrarlo y van profundizando en su activación y en la presencia de su potencia en la actitud postural y con ella en nuestra vida cotidiana.

Las tensiones, las resistencias y las inhibiciones de la sensibilidad son parte de lo que vamos tramitando, atravesando y desplegando a medida que vamos dándole un lugar sostenido y regular en nuestras prácticas.

La cualidad y la calidad con la que abordamos el movimiento es central para que hagamos de sus capas musculares nuestras sensibilidades subterráneas y nuestras activaciones diferenciadas.

La **progresión** de los recursos que ponemos a disposición, los elementos necesarios y el recordatorio de por dónde viajan las activaciones y las fuerzas es lo que hace-



mos en las clases. Y es parte de un recorrido que hace la percepción tratando de incluir las sensaciones, los movimientos y la regulación.

Periné y Respiración

Para comprender los ritmos de nuestro suelo de la pelvis necesitamos vincularlo y ponerlo en relación con los tejidos, los órganos y los movimientos que ordenan la cavidad abdominal y la cavidad toráxica.

> Percibir y estar receptivos a su ritmo en diálogo con el movimiento y el gesto de nuestra respiración es como hacerle lugar a una marea profunda que sostiene nuestro ritmo vital.

Un pulso que amplificado responde a las fibras musculares que se contraen y que se relajan y que a la vez reciben presiones y tensiones del peso de los órganos envueltos en el peritoneo.

Decimos esquemáticamente que la **inhalación** corresponde a la fase de contracción activa del diafragma donde este baja y se ensancha y provoca el descenso y posiblemente el avance de los órganos envueltos en el peritoneo que presionan moviéndose a su vez hacia los órganos urogenitales extraperitoneales y estos a su vez sobre su tejido sostén del diafragma pélvico. La **exhalación** en cambio corresponde al momento donde el diafragma asciende pasivamente conocido habitualmente como la fase de relajación y las presiones disminuyen de manera que las fuerzas viajan de manera ascendente.

Este movimiento es una marea que nos habita profunda; es esa que necesita de la posibilidad de estar receptivas y receptivos como una actividad de apertura de nuestros sentidos.

Estar receptivos es un modo de estar y de dejar llegar las sensaciones y percepciones que impresionan a nuestros sentidos extero e interoceptivos.

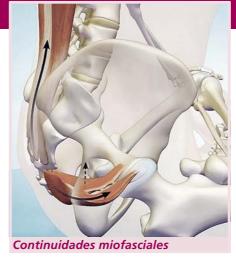
Es otro tipo de actividad y de sensibilidad que se devela expansiva cuando nos movemos en un ámbito segurizante, sin presiones mentales y sin presiones internas. Aparece cuando logramos hacer una pausa para reconocer ritmos más fundantes que nos estructuran y que por eso mismo, porque son tan nuestros es que se mimetizan con el paisaje de nuestros tejidos y se vuelven difíciles de reconocer.

La percepción como construcción social

Los Feminismos hemos traído al centro de la escena nuestro cuerpo como paisaje y territorio a habitar como nosotras queramos y no como se nos impone.

Es desde esta perspectiva de cuidado, deseo y alegría que abordamos esta práctica y en la que cuidamos su protagonismo. También es la que permite que podamos indagar, explorar, revisar y repensar nuestro modo de acercarnos al suelo de la pelvis y dejarlo que se exprese.

En los últimos años han surgido muchas



formas de abordarlo y eso trae diversidad de posibilidades que celebramos y que tratamos de experimentar.

Nosotras alentamos que se haga presente con la fuerza de su necesidad de ser cuidado, reconocido, conocido y explorado. Revisamos lo que proponemos y revisamos sobre todo nuestra forma de nombrar sus activaciones, sus contactos y sus movimientos.

El abordaje somático tiene muy presente la experiencia y sus formas de manifestarse. El resultado de la práctica es consecuencia de cómo organizamos el campo de la percepción, como si pudiéramos disfrutar de sus curvas y no apurarnos en la recta de sus objetivos.

El suelo de nuestra pelvis tiene un protagonismo especialmente importante en nuestra vida sexual y guarda información que nos lleva directamente a las vivencias de comodidad o de rechazo. A estas experiencias necesitamos tenerlas especialmente en cuenta ya que el campo de la percepción es un ámbito que va trayendo información sin que vayamos a buscarla con la mente de las ideas. Trae la historia, trae el deseo, trae el horror, el miedo y también trae la posibilidad de curar sus heridas singulares y con tantos puntos en común con otras y otros.

La reparación de las experiencias que han violentado nuestro Periné es colectiva porque en ella nos sentimos cuidadas y cuidados y, a la vez, es singular porque es en nuestros cuerpos que nos acercarnos a una sensibilidad más saludable y placentera y dejamos que se expresen las heridas del descuido y el daño.

Son ellas, las tramas colectivas del cuidado, las que le hicieron lugar y ahora resguardan nuestro Periné en la enorme tarea de Atesorarlo.

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 (U. Maimónides). Formadora en Institutos Terciarios de Educación Física, UFLO y C. C. Rojas, UBA. Fundadora de Esferobalones Escuela de Esferodinamia. anabella@esferobalones com

Qi Gong (Chi Kung) el suelo pélvico y la energía vital escribe Carlos Trosman

En agosto de 2017 hicimos el primer viaje de estudios a China con el Instituto Internacional de Qi Gong de Argentina junto con alumnas y alumnos de Francia y de España. Este viaje de aprendizaje nos llevó a la montaña Wudang, cuna del Qi Gong (Chi Kung), donde aprendimos a fluir como el agua. Los montes Wudang se encuentran en el noroeste de la provincia de Hubei, en China. Según la Cosmogonía China corresponden a la constelación de la Tortuga Negra, representada por el guerrero negro Xuan Wu. En la cultura china, la tortuga representa la longevidad. Esta energía presente en los Montes Wudang es la razón por la que míticamente se lo considera como el lugar de origen de muchas de las milenarias artes internas chinas de la energía, como el Qi Gong. El Qi Gong se llamaba en la antigüedad Yang Sheng, que significa «nutrir la vida», y en la actualidad se lo define como «ejercicios para la longevidad», nombre que refleja su origen en la energía de la Tortuga Negra.

El Qi Gong es una serie de ejercicios que combinan la respiración, la concentración y el movimiento, utilizando desplazamientos, posturas fijas y meditaciones.

La observación occidental percibe únicamente el trabajo muscular de estos ejercicios, que en realidad combinan un trabajo profundo de las fascias con el movimiento del sistema músculo-esquelético. Utiliza la concentración para coordinar los movimientos con el entorno, para acompasar la energía personal con la de la naturaleza. Esto produce una ruptura con el repertorio de movimientos automáticos de la vida cotidiana. El Qi Gong trabaja con las rodillas y los codos siempre semi-flexionados; genera una continua tensión entre los pies que

empujan la Tierra, a partir de la pelvis que se relaja para que el sacro se proyecte al suelo como una plomada, y la coronilla que empuja sutilmente el Cielo mediante el estiramiento del cuello al recoger la barbilla. En medio de esta tensión entre Cielo y Tierra, está el Dantien, nuestro Centro de Gravedad debajo del ombligo. Es en este Centro donde se encuentran las energías ascendente y descendente, y desde donde parten y adonde confluyen todos los movimientos. Pero este Centro de Gravedad no es externo, sino interno: se encuentra en la mitad de la diagonal que une el ombligo con la punta del coxis, está en un punto que es perpendicular al centro del perineo (si la pelvis está relajada) y al Centro de la Tierra. En el centro del perineo se encuentra el punto chino Huiyin, «Reunión del Yin», que está a mitad de camino entre los genitales y el ano.

> Para el Qi Gong es fundamental la importancia del tono muscular del piso pélvico.

La Fuerza de Gravedad de la Tierra hace que las cosas pesen, que los órganos y la musculatura pesen y que, con el tiempo, órganos y músculos sigan un camino descendente y caigan, prolapsen, se aflojen. Durante la práctica de Qi Gong se debe mantener una leve tensión del piso pélvico, cerrando el punto Huiyin pero sin contraer los glúteos. Esto favorece que durante la práctica ascienda la energía Yang y se vaya tonificando la musculatura de sostén (las fascias). Tenemos aquí la ruptura del movimiento cotidiano para desarrollar movimientos que favorezcan la posible evolución humana: con el perineo sostenido, tónico y una respiración profunda (que llamamos budista o abdominal), durante la respiración hay una compresión que masajea y tonifica los órganos internos. Mientras nos concentramos en esta acción, también estamos atentos a que los pies empujen la Tierra y la coronilla el Cielo, y que no estén trabados los codos, las rodillas ni la zona lumbar. Mantener la fluidez del agua no es una exigencia, sino que dehería ser una consecuencia de la práctica. Aunque al principio nos parezca muy difícil, puede llegar a ser muy disfrutable.

El concepto chino de salud es la unidad. Somos una unidad energética en permanente intercambio con la unidad cósmica. Una unidad cuerpo-mente, o cuerpo-mente-espíritu, o bio-psico-social-ecológico-transpersonal-espiritual-etcétera. Somos humanos en constante estado de aprendizaje de lo que el entorno nos presenta porque necesitamos de él para vivir. Pero no nos percibimos como una unidad y hacemos fuerza con un solo brazo o con una mano o con un pie, como si nuestro cuerpo fuera un montón de partes no siempre conectadas.

En la práctica de Qi Gong tratamos de reeducarnos, de reeducar nuestra forma de movernos y nuestra percepción de nosotros mismos y de nuestra relación con el entorno. Aprendemos a movernos como una unidad. Implicar nuestra musculatura interna en nuestros movimientos externos parece una verdad de perogrullo, porque de todos modos sucede, pero tomar conciencia y entrenar este aspecto ayuda a mejorar el funcionamiento de nuestros órganos internos, la tonicidad de la musculatura de sostén, la nutrición de la sangre y la eliminación de toxinas. Pensamos que por haber nacido y estar vivos, las cosas ya están dadas. Sin embargo reconocemos la necesidad de hacer esfuerzos para la vida social: trabajar, estudiar, vincularse. Pero nos cuesta reconocer la necesidad de poner voluntad en hacer esfuerzos para aprender a desarrollar nuestro cuerpo y nuestra mente, para aprender y descubrir otras posibilidades del ser. Ser humano no sólo es un hecho, es una posibilidad. El desarrollo de esa posibilidad requiere de acción, aprendizaje. La pasividad nos enajena, nos desempodera, nos vuelve instrumentos de otros, nos hace infelices.

Para la Medicina Tradicional China, ejercitar el buen tono del piso pélvico fortalece los riñones y la voluntad, ayuda a la circulación de la sangre y de los líquidos internos, y favorece la eliminación (heces y orina). La fluidez de las aguas del cuerpo depende mucho de la fortaleza del suelo pélvico. La sexualidad y la vitalidad también se ven mejoradas, ya que tonificar el perineo evita la pérdida de energía Yang, que es la energía caliente y activa. Sostener el perineo ayuda a que los órganos se mantengan en su lugar y evita que la energía de la vida se escape.

Carlos Trosman es Psicólogo Social, Diplomado en Corporeidad, Director de la Escuela de Shiatzu Kan Gen Ryu. Director de iiQG en Argentina. E-mail: carlostrosman@gmail.com





FIFE LINES

escriben Silvia Mamana y María Laura Freile

Desde el punto de vista de Esferokinesis®, y siguiendo el desarrollo de Bonnie Bainbridge Cohen para su método Body-Mind CenteringTM, el piso pélvico integra un sistema de 7 diafragmas, que sustenta la estabilidad de la columna, y el movimiento de las extremidades. En este artículo solamente desarrollaremos algunas aplicaciones del trabajo con balones para el piso pélvico, pero nos interesa mencionar algunas de las funciones de este sistema como organizador de las dinámicas posturales.

> ca postural. Analizar estas conexiones puede aportar elementos para el estudio de la postura, y para entender el origen de algu-

Algunos de estos diafragmas son

- 1. **Pélvico**, formado por los músculos del
- perior de las pleuras de los pulmones, liga-

mentos que unen los pulmones con la columna cervical, y aponeurosis musculares).

- 4. Vocal, a nivel del cartílago tiroideo, está constituido por las cuerdas vocales, y por los ligamentos y músculos involucrados en la fonación.
- 5. **Lengua**, relacionada con el hioides y los músculos supra e infrahioideos.
- 6. Paladar blando, estructura muscular detrás del paladar óseo.
- 7. **Craneal**. o tienda del encéfalo, que sirve de soporte al cerebro.

Se relacionan entre sí para dar soporte a las vísceras, y a distintos segmentos del cuerpo:

- Los dos primeros contienen las vísceras abdominales y pélvicas, y dan soporte a los miembros inferiores.
- El segundo y el tercero alojan a los órganos del tórax, y dan soporte a los miembros superiores.
- El tercero y el cuarto sostienen la base del cuello, y organizan la relación entre las cervicales y las primeras dorsales.
- El cuarto y el quinto dan soporte a la parte superior del cuello, y a la movilidad de la articulación atlanto-occipital.
- La relación entre la lengua, el paladar blando y el diafragma craneal organizan la movilidad de la articulación temporomandibular, y sustentan a los sentidos del oído y la vista.

En Esferokinesis® trabajamos los diafragmas (mediante ejercicios o con maniobras específicas de contacto manual) para liberar el espacio entre las vísceras y los distintos planos de fascia.

Sobre la pelota, el contrasoporte entre dos o varios de ellos y su movimiento en los tres planos espaciales lleva a una mayor conciencia de las relaciones de soporte / movilidad entre los distintos segmentos corporales.

El diafragma pélvico v las esferas

Al entrar en contacto con el cuerpo la pelota genera numerosos estímulos propioceptivos, cinestésicos e interoceptivos que favorecen el aumento de la conciencia corporal. Esto produce cambios en el tono muscular, y como consecuencia, en la organización de los distintos segmentos corporales trabajados. El registro será global si usamos balones grandes, o localizado, si utilizamos pelotas más pequeñas.

Algunos de los objetivos buscados en los ejercicios específicos para el periné:

• Facilitar la percepción y localización de

continúa en la página siguiente

y paladar blando

lengua

diafragma vocal

diafragma abdominal diafragma pélvico

diafragma de la cintura escapular (salida

diafragma

craneal

toráxica)

Los diafragmas

pueden ser considerados como soportes horizontales para la columna vertebral. Anclajes anteroposteriores que asocian la columna vertebral a la pared muscular anterior del tronco y del cuello.









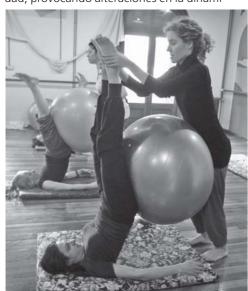
Los diafragmas como soporte postural

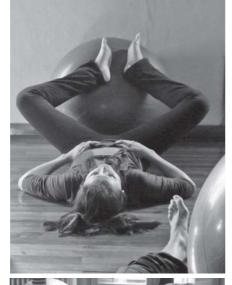
Los diafragmas pueden ser considerados como soportes horizontales para la columna vertebral. Son anclajes antero-posteriores que asocian la columna vertebral a la pared muscular anterior del tronco y el cuello. El conjunto funciona como un sistema por las contrapresiones existentes en las cavidades torácica, abdominal y pélvica, y por las relaciones existentes entre los distintos planos de fascia y ligamentos que los sostienen, y los conectan con el esqueleto.

Modificaciones en el tono, o acortamientos en cualquiera de ellos, puede afectar a los más próximos, o al sistema en su totalidad, provocando alteraciones en la dináminas patologías, como la escoliosis.

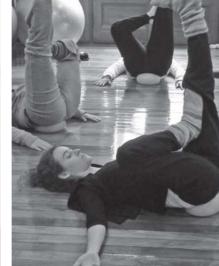
musculares, y otros están formados por

- piso pélvico y el periné.
- 2. **Abdominal**, el principal músculo
- 3. **Hombro** (salida torácica), compuesto por las estructuras de fascias y ligamentos que cierran el espacio de la salida torácica (parte su-











Al entrar en contacto con el cuerpo, la pelota genera numerosos estímulos propioceptivos, cinestésicos e interoceptivos que favorecen el aumento de la conciencia corporal. Esto produce

cambios en el tono muscular, y como consecuencia, en la organización de los distintos segmentos corporales trabajados. El registro será global si usamos balones grandes, o localizado, si utilizamos pelotas más pequeñas.

(Fotografías: Silvia Mamana y Paula Teller)

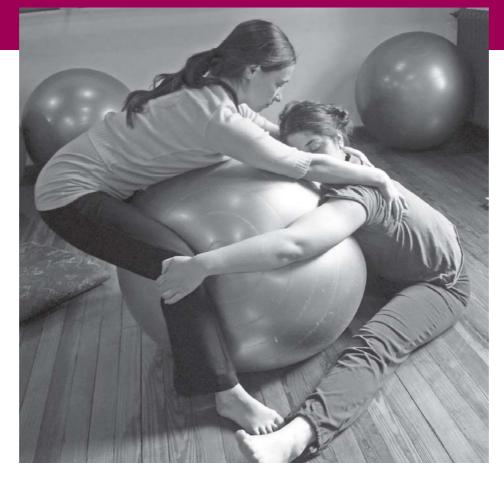


los huesos que componen la pelvis: con pelotas de 20 ó 15 cm, reconocer mediante un rastreo óseo(1) las referencias de los huesos donde insertan los músculos del piso de la pelvis, en una secuencia que siga el "rombo" de la base pélvica: coxis / rama isquio-pubiana / pubis / rama isquio-pubiana /isquión / coxis. Este trabajo puede complementarse rastreando otras zonas de la cintura pélvica, como el sacro y las crestas ilíacas, para aumentar la conciencia de la zona trabajada.

- Profundizar la percepción y localización de los músculos del piso pélvico: También con esferas de 15 ó 20 cm, amasar(2) los músculos en una secuencia que vaya de un isquión al otro, y del coxis al pubis.
- Permitir la diferenciación de músculos superficiales y profundos del diafragma pélvico, y de los músculos adyacentes. Sentada sobre un balón mediano, explorar la contracción y relajación de los distintos músculos: acercar y alejar los isquiones entre sí, acercar el coxis al pubis y alejarlo, contraer, uno a uno, los cuatro cuadrantes del piso de la pelvis, contraer y relajar los
- Trabajar la movilidad pélvica en diferentes posiciones, con pelotas medianas o grandes, diferenciando las iniciaciones de movimiento desde el coxis, desde la zona lumbar, y desde las coxofemorales, para finalmente integrarlas.
- Explorar la relación del piso pélvico con los abdominales, o del mismo con los aductores, o los glúteos.
- Lograr un trabajo localizado (con pelotas pequeñas o un balón grande fijo) y luego integrarlos al movimiento global del cuerpo (con balón móvil).

Escuela de Shiatzu Kan Gen Ryu

f iiQGargentina



• Percibir y trabajar, a través del sonido, la conexión entre el diafragma pélvico y los diafragmas vocal y abdominal. En este caso, una pelota mediana actúa como resonador. amplificando la vibración y favoreciendo el registro. El contacto con la esfera amplía también el registro de la respiración, y de los movimientos que ésta provoca a lo largo de la columna.

- Favorecer posiciones de descompresión del piso pélvico y las vísceras, con la pelvis elevada apoyada en la pelota
 - Aumentar el registro del peso de los

órganos de la pelvis menor, y percibir el sostén del piso pélvico, permitiendo que la cintura pélvica cuelque de la esfera.

En el caso específico del trabajo con mujeres gestantes, a lo anterior se pue-

- Trabajar la fuerza, la flexibilidad y la relajación consciente de los músculos pélvicos involucrados en el parto.
- Percibir el peso del feto, para reorganizar el sostén desde el piso de la pelvis.

Aunque trabajar el registro del piso pélvico es beneficioso para personas de todas las edades, las etapas de mayor vulnerabilidad, y donde es realmente importante incorporarlo al esquema corporal son el embarazo, el postparto y la menopausia.

La práctica regular de ejercicios para el periné es beneficiosa por variadas razones: Además de prevenir la incontinencia urinaria y los prolapsos, una musculatura pélvica con el tono adecuado aumenta la capacidad de placer sexual, y organiza la alineación de la columna vertebral, previniendo dolores y lesiones. En el caso específico del parto, entrenar la contracción y la relajación consciente del diafragma pélvico minimiza los riesgos de desgarro y episiotomía, y favorece una recuperación más rápida en el post parto.

NOTAS:

- 1. El Rastreo Óseo estimula los receptores sensoriales de los huesos, y permite un aumento del registro de la zona trabajada.
- 2. El Amasado Muscular libera el movimiento de las fascias y regula la tonicidad de la mus-

Silvia Mamana Arquitecta. Docente y formadora. Educadora Somática por el Movimiento y Body-Mind Centering Practitioner y Trainer, formada en la School for Body-Mind Centering, SBMC, EEUU. Arquitecta. Directora del CIEC, Centro de Investigación y Estudios Corporales de Buenos Aires.

María Laura Freile Licenciada en Educación Física y Deportes, especializada en Actividad física para adultos y adultos mayores. Educadora Somática por el Movimiento, egresada de la SBMC, EEUU. Coordinadora pedagógica del CIEC. Preparadora corporal para embarazadas y mamás recientes.



MÓDULO 4: SÁBADO 12 de JULIO de 9 a 13 hs presencial + clase teórica por Zoom.

REFLEXOLOGÍA CHINA: Puntos de Reflexología china en los pies. Masaje de pies.

Los mismos sábados de 14.30 a 18.30 hs presencial + clase teórica por Zoom

SE PUEDE PARTICIPAR DE CUALQUIER MÓDULO EN FORMA UNITARIA

1) Pasos del diagnóstico 2) Puntos Su antiguos de comando

Se entrega material didáctico y Certificados de Asistencia

INFORMES E INSCRIPCIÓN contacto@shiatzukangenryu.com.ar

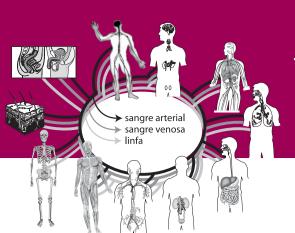
Whatsapp +54911 6656-5215 www.shiatzukangenryu.com.ar

NIVEL II: Diagnóstico - Tratamientos

PARA TODO PÚBLICO. Vacantes limitadas.

3) Cintura escapular 4) Cintura pelviana



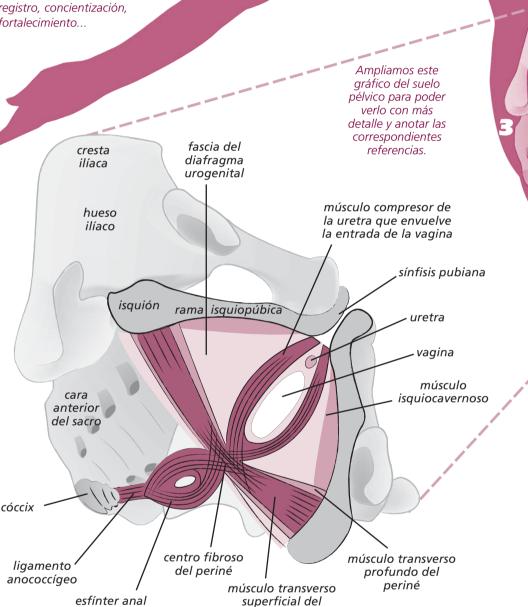


Idea y realización: **Julia Pomiés Ilustraciones:** Rubén Longas Asesoramiento: Olga Nicosia

somos un sistema de sistemas serie 2025: Músculos y Fascias

El periné, piso de la pelvis, suelo pélvico, o diafragma pélvico es una estructura de tejido conectivo (ligamentos, aponeurosis) y tejido muscular (músculos planos y esfínteres), que constituye la base de la cavidad abdominal y pélvica. Una zona oculta, profunda... vinculada a la sexualidad, el embarazo, el parto, el proceso digestivo, la micción, el gozo, el dolor... y por lo tanto cargada de prescripciones culturales y muy reactiva a los estados emocionales.

Para este póster ubicamos un gráfico del suelo pélvico en la silueta de una bailarina para facilitar la visualización de la zona en relación con el resto del cuerpo, su localización y proporciones relativas. Tomamos como fuente para el gráfico una ilustración de A. Kapandji, de su libro "Cuadernos de fisiología articular" Tomo III. Hicimos muchas pruebas hasta llegar a esta versión, pasamos por figuras femeninas más identificables, por gráficos más realistas. Descartamos una tras otra. Nos resultaban chocantes, obscenas. Y esa es una prueba más de las dificultades que tenemos en esta cultura para aceptar, reconocer, explorar esa zona de nuestro cuerpo, que paradójicamente, está vinculada a etapas y momentos fundamentales de nuestra vida. La flexibilidad y la sensibilización de la zona pélvica, resultan esenciales para la salud y el placer. El conocimiento de su ubicación, forma y relaciones, los huesos y músculos implicados, es un primer paso necesario, que se completa con trabajos corporales de registro, concientización, fortalecimiento...



Los distintos enfoques del suelo pélvico que presentamos en estas ilustraciones (de frente, de arriba, de abajo y, además, el de perfil en la página 3), permiten apreciar su estructura en varios planos. El plano superficial del periné (en este caso, el femenino) está constituido por el músculo transverso superficial del periné que se extiende de una rama isquiopúbica a la otra (la rama isquiopúbica es la que va desde el isquión hasta la sínfisis púbica). Se asocian dos músculos orbiculares (como los de los labios, en la cara): el esfínter anal y el músculo compresor de la uretra que envuelve la entrada de la vulva. Esos dos esfínteres forman un ocho desde la sínfisis pubiana al cóccix.

periné

En el plano profundo del periné hay dos músculos: el transverso profundo, situado detrás del superficial, con el mismo recorrido y las mismas inserciones, y el isquiocavernoso, que envuelve el cuerpo cavernoso y forma el clítoris. Entre esos dos planos se extienden las fascias del diafragama urogenital. En el centro todos los planos producen un cruce cerrado de fibras musculares y aponeuróticas que constituyen el centro fibroso del periné, elemento fundamental para la solidez del conjunto.

El periné masculino está compuesto por las mismas formaciones, con una diferencia fundamental: la ausencia de la abertura genital. Las estructuras del periné se asocian con otras más profundas: diversas ramas del músculo pubococcígeo que es el músculo central y el más grande; se inserta adelante en el pubis, bordea el pene en el hombre y la vagina en la mujer, bordea el orificio anal, por lo que algunas de sus ramas reciben el nombre de "elevadores del ano", y finalmente se inserta en el cóccix. (Ver diagramas de la derecha, enfoque desde abajo).

El estado del suelo pélvico depende de las relaciones con el resto del sistema.

Estas son las variables que pueden condicionar el estado tónico tensión-relajación, simetría-asimetría del piso de la pelvis:

1 - zonas cercanas como las vísceras de la pelvis menor, articulaciones sacroilíacas, sacrocoxígeas, interpubiana y músculos;

2- zonas más distantes como tensiones de otros diafragmas, en especial el diafragma tóraco abdominal y su relación armónica y funcional con los abdominales.

3- las relaciones cráneosacras (a través de la columna y las fascias)

4- las alteraciones del apoyo de los pies y las descargas de peso en rodillas y coxofemoral pueden producir adaptaciones ascendentes que afecten el estado tónico del periné.

Algunos ejemplos: •Las vísceras que se encuentran arriba del periné, zona llamada pelvis menor, están sostenidas por ligamentos sacro-rectogénito-púbico o sea que van desde la parte anterior del sacro a la parte posterior del pubis. Si el sacro está en una posición de torsión va a influir en una posición de torsión del útero en la mujer y, por lo tanto, en el estado tónico del periné.

•Como el cóccix continúa al sacro, todas las disfunciones de este último van a influir en el equilibrio y estado tónico del periné. Recordar en la revista Kiné N°107 que el piramidal y el glúteo mayor y otros músculos pelvitrocantereos tienen inserción en el sacro. Si el sacro está en una posición de torsión o lateralización, va a modificar el equilibrio tónico del periné.

• La relación con el diafragma tóraco-abdominal y los abdominales determina el estado del periné. Cuando el diafragma desciende en la inspiración el periné recibe presión y cuando asciende en la espiración disminuye la presión. Por lo tanto si el diafragma está bloqueado el periné se bloquea, si el diafragma está libre el periné también lo estará.

Se muestran los huesos

en blanco y negro, la

musculatura en color

más allá de la anatomía

NOTA-POSTER

escribe Olga Nicosia

No podemos dejar de considerar la influencia del tipo de personalidad, la educación, las creencias, las normas según las distintas culturas que paradójicamente pueden condicionar el estado tónico del periné.

Podemos encontrar la "cola fruncida o apretadita" periné hipertónico y "panza suelta" "abandónico" periné hipotónico y sus posibles combinaciones.

El periné profundo que tiene una función más estática puede estar hipertónico después de una episiotomia, el periné superficial que tiene una función más dinámica puede estar hipotónico después del parto o en la vejez.

Siempre recuerdo las enseñanzas del Maestro Liu Pai Lin, cuando practicábamos los milenarios "ejercicios interiores" del DO-IN entre ellos las pulsaciones en el centro bajo o piso de la pelvis. Se deben hacer 64 pulsaciones (contracción- relajación) y entre sus beneficios acentuaba la metáfora de que eran "para la felicidad de la familia". La importancia de la conciencia de esa zona, conocimiento, equilibrio tónico, movilidad de la pelvis, para posibilitar un mayor gozo de la sexualidad.

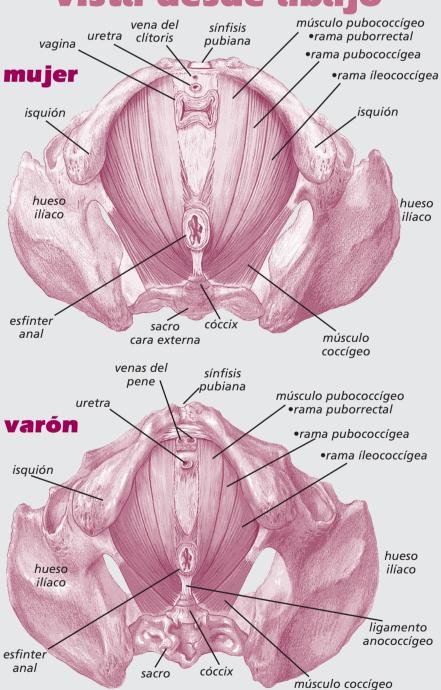
La medicina occidental tardó bastantes años para "jerarquizar "estas zonas y darle importancia a su función, especialmente con respecto a la sexualidad. De hecho los músculos y nervios de esta zona se llaman "pudendos" que significa: torpe, feo, indecente, que debe dar vergüenza. Por otro lado el hueso sacro podríamos considerar que se refiere a lo sagrado, sagrado de la vida que comienza allí...

En las clases de Sensopercepción nuestros trabajos de experimentación e investigación nos llevan a tomar conciencia de los huesos de la pelvis y sus relaciones espaciales, volumen, movimientos, de la tonicidad del piso de la pelvis y sus cambios en la respiración, las diferentes posturas y esfuerzos.

Por ejemplo: cuando tomamos más conciencia de los parámetros óseos del piso de la pelvis, podemos jugar a cambiar los apoyos (hacia el pubis, las ramas isquiopúbicas, el cóccix) en distintos ritmos, diseños espaciales, sobre distintos apoyos (balones, flota-flota, la pared, banquitos) observando qué pasa en el resto del cuerpo. En forma lúdica y creativa podemos magnificar, reducir o disociar los cambios ascendentes y/o descendentes que suceden con las diferentes consignas, por ejemplo: abrir-cerrar, tensión-relajación, elevación y descenso, etc.

Olga Nicosia es Kinesióloga, Osteópata, RPG. Prof de Expresión Corporal. Ex titular de la Cátedra de Sensopercepción del Departamento de Artes del Movimiento de la UNA (Universidad Nacional de las Artes).

vista desde abajo



El piso de la pelvis tiene como parámetros óseos a los isquiones, el pubis y el cóccix (también llamado coxis) en los cuales se insertan las partes blandas.

Los huesos de la pelvis masculina son más pesados y sólidos, pero más estrechos y alargados que los de la mujer. La pelvis de la mujer es, en proporción con sus hombros, mucho más ancha que la del hombre, los huesos de las caderas femeninas se ensanchan y ahuecan como una vasija con mayor capacidad; esta particularidad se asocia con el hecho de que está preparada para alojar el proceso de gestación y para permitir el pasaje del bebé en el nacimiento.

Como dijimos esta estructura de tejido conectivo y muscular, se caracteriza por tener algunos músculos planos y otros de apertura y cierre llamados esfínteres. Es importante agregar que en estos últimos predomina el tono de cierre, lo que permite el control de esfínteres. Esta función de cierre y apertura puede verse alterada, ocasionando incontinencia, trastornos en la sexualidad, dificultades en el embarazo y parto.

El periné, o piso pélvico, tiene fundamentalmente una función como diafragma, podríamos decir que está "suspendido". Las vísceras de la zona pélvica están sostenidas por sus propios ligamentos y otras fascias que se vinculan con el músculo diafragma, y se insertan en la columna lumbar y los huesos de la pelvis. Cuando esas relaciones se alteran y ese sostén se debilita puede producirse mucha presión sostenida y exagerada sobre el periné, afectando su función de cierre y apertura; esto puede derivar en problemas de incontinencia, o prolapso (descenso de los órganos).

Para una información más detallada ver los artículos de las págs. 3 a 8.

vista de frente

hueso hueso ilíaco ilíaco derecho izquierdo cara anterior del hueso sacro acetábulo sínfisis (fosa donde pubiana se articula el fémur) isquión isquión musculatura derecho izguierdo pubococcigea (en color) uretral canal vaginal

hueso hueso hueso ilíaco ilíaco izquierdo cresta derecho cresta ilíada ilíaca izquierda derecha musculatura pubococcigea (en color)

sínfisis

pubiana

vista de arriba

4

Fuente de las ilustraciones: http://www.escuelafisio.es/suelo-pelvico.html



Entre la confianza ciega y la desconfianza generalizada

escribe: Celeste Choclin

Modernidad y construcción de nuevos mitos. Modernidad líquida y desconfianza generalizada. Redes sociales, fake news y confianza ciega. Restaurar la credibilidad desde el pensamiento crítico.

Vivimos tiempos complejos, un gran avance de la derecha en el mundo con discursos supremacistas que cada vez tienen más consenso social, un privilegio del individualismo, de la desconfianza hacia el otro y de la competencia por sobre las miradas humanistas y las formas colectivas de organización. Además, en el marco de lo que Z. Bauman señala como la modernidad líquida asistimos desde finales del siglo pasado a una crisis de las instituciones que erosionan la confianza en los partidos y la organización política como motor de cambio para la ciudadanía. Una crisis que escala hasta poner en cuestión aquellos acuerdos básicos que sosteníamos como sociedad y entrar en un marco de desconfianza generalizada que habilita las fake news (noticias falsas), los discursos de odio, las creencias disparatadas.

Todo ello potenciado por la comunicación digital que a través de la creación de círculos particulares de interés, fomentan la polarización y donde, como señala Byung Chul Han, el tsunami informativo prevalece por sobre el discurso y la argumentación. Un panorama que hace oscilar entre la confianza ciega a discursos que sin explicación alguna se proponen como la Verdad (aunque se trate de mentiras) y la desconfianza a todo desde una suerte de escepticismo, de aporía generalizada.

Según la RAE la confianza es la "esperanza firme que se tiene de alguien o algo", resulta sumamente necesario confiar en otros, en proyectos, en salidas posibles. Hoy esa confianza parecería que está en crisis. Será necesario restaurarla, pero sin perder el espíritu crítico.

Modernidad y pensamiento crítico

La humanidad siempre ha buscado verdades en un mundo incierto. Un devenir contingente requiere apoyar nuestra vida en ciertas certezas, valores, creencias que forman parte de nuestra construcción subjetiva. Y por su parte la condición humana es absolutamente dependiente del lazo social por lo tanto necesita depositar la confianza en otros (madre, padre, comunidad, instituciones...). Ahora bien, esa creencia en el otro requiere de su momento reflexivo y crítico para crecer, para enriquecerse y participar activamente de la vida en comunidad. Así como el niño que cree ciegamente en lo

que dicen sus padres, cuando es joven empieza a cuestionarlo y esto le permite empezar a forjar su personalidad, de la misma manera una sociedad requiere de cierta confianza para construir proyectos colectivos, pero sin perder la dimensión crítica que posibilite el crecimiento y el compromiso activo en la vida ciudadana.

En los planteos de la Escuela de Frankfurt también conocida como Teoría Crítica aparece la preocupación por la pérdida del pensamiento crítico en la Modernidad. En Dialéctica de la llustración, sus autores Adorno y Horkheimer sostienen que si el pensamiento mágico, y el religioso fueron formas de establecer ciertas explicaciones sobre un entorno incierto, uno de los grandes saltos de la Modernidad ha sido cuestionar el lugar de la creencia y desarrollar la ciencia cuya validez no se apoya en la confianza ciega sino en procedimientos de comprobación empírica.



Pero poco a poco se fue dejando de lado la duda, el cuestionamiento para centrarse en la búsqueda de certezas y en ese devenir se fueron construyendo nuevos mitos, nuevas verdades que fueron reprimiendo el pensamiento crítico:

"La Ilustración, en el más amplio sentido del pensamiento progresivo, ha perseguido desde siempre el objetivo de guitar a los hombres el miedo y convertirlos en señores. Pero la Tierra enteramente Ilustrada resplandece bajo el signo de una brutal calamidad. El programa de la Ilustración era el desencantamiento del mundo. Quería disolver los mitos y derrocar la imaginación mediante el saber... Sin embargo la credulidad, la aversión a la duda, la irreflexión en las respuestas, la jactancia cultural, el temor a contradecir, el interés personal, la negligencia en las propias investigaciones, el fetichismo verbal, el quedarse con conocimientos parciales... todas estas actitudes y otras semejantes han impedido el feliz matrimonio del entendimiento humano con la naturaleza de las cosas". Se fue consolidando un lugar de saber ligado al poder, un pensamiento "ciegamente pragmatizado" centrado en la manipulación y el dominio que "ha consumido hasta el último resto de su autoconciencia".

Ello también se advierte en la construcción de la propia subjetividad moderna donde alienación, conformismo, cosificación, fetichismo de la mercancía son temas claves: "Mientras el individuo desaparece frente al aparato al que sirve, éste le provee mejor que nunca. En una situación injusta, la impotencia y la docilidad de las masas crecen con la cuantía de los bienes que se les dispensa".

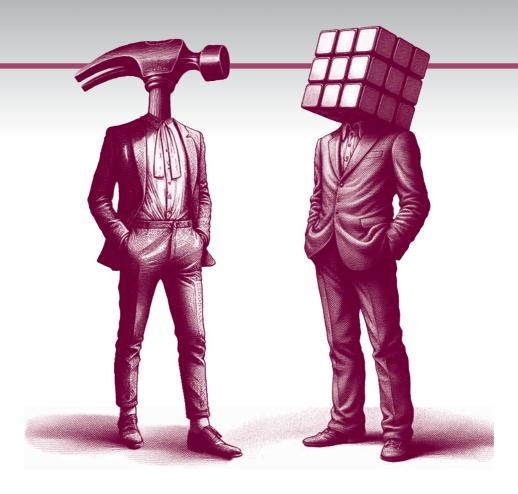
Ello se advierte tanto en el momento de trabajo, como en el descanso, organizado desde la industria cultural para atrofiar la imaginación y por tanto apartar el lugar del pensamiento crítico y el compromiso.

Los autores en este libro escrito hace casi 80 años atrás ya advertían: "Si la llustración no toma sobre sí la tarea de reflexionar sobre este momento regresivo, firma su propia condena".

Siguiendo esta línea, en El hombre unidimensional, Marcuse sostiene que la Modernidad ha configurado una sociedad unidimensional, ausente de mirada reflexiva, que se erige sobre la acumulación ilimitada, el individualismo, la competencia de unos contra otros, la enorme desigualdad social. Por tanto aquella racionalidad en la que se basaban los principios de su constitución, se torna cada vez más irracional: «Su pomposa racionalidad, que propaga la eficacia y el creci miento, es en sí misma irracional. El hecho de que la gran mayoría de la población acepte, y sea obligada a aceptar, esta sociedad, no la hace menos irracional y menos reprobable».

Desconfianza en las instituciones

Hacia finales del siglo XX la Modernidad entra en crisis y con ella las instituciones clásicas que han sido sus pilares tienden a perder la confianza indiscutible con la que contaban en el pasado. De allí que el pensador polaco Z. Bauman plantee que hemos pasado de una "modernidad pesada" a una "modernidad líquida".



Si la modernidad pesada o sólida ponía el acento en las estructuras, lo grande y voluminoso como señal de éxito y poder; actualmente vivimos en una modernidad fluida donde lo liviano sortea estructuras y se centra en lo instantáneo, lo efímero.

El eie tiempo/distancia central en la modernidad pesada pareciera relativizarse, ya no hablamos de un tiempo progresivo sino más bien de colección de momentos: "Ha terminado la época de las gigantescas plantas industriales y los cuerpos voluminosos: antes daban prueba del poder de sus dueños; hoy presagian la derrota en el último round de aceleración, de modo que son una marca de impotencia. Cuerpos delgados y con capacidad de movimiento, ropas livianas y zapatillas, teléfonos celulares (inventados para el uso del nómade que necesita estar "permanentemente en contacto"), pertenencias portátiles y desechables, son los símbolos principales de la época de la instanta**neidad**", señala el pensador polaco.

En sintonía con el avance del neoliberalismo en Occidente, la creciente pérdida de derechos y el incremento de la brecha de desigualdad, esta fluidez también implica una mayor desconfianza en los partidos políticos o en la política como motor de cambio.

Estas ideas son fomentadas por las nuevas derechas para posicionarse como una suerte de renovación (aunque su propuesta nada tiene de nuevo, sino que aplica las viejas recetas liberales) con frases del estilo "la política no sirve", "todos los políticos son corruptos" y actualmente en nuestro país los términos tan escuchados de la "motosierra" y la "casta" para referirse al Estado.

En ese marco se constituye toda una dimensión política de la era líquida que fluye bajo consignas poco estables. Más ligada a lo que dicen las encuestas, focus group, estudios de mercado y los algoritmos, muchos políticos de la nueva ola rigen su comunicación de acuerdo a lo que les indican sus asesores de imagen. Discursivamente aparece como volátil, pero en los hechos beneficia siempre a los más poderosos, acrecentando la desigualdad.

La política líquida se dirige a los ciudadanos como consumidores-usuarios que hay que convencer de votar y como a posibles compradores se les muestran las ventajas del producto.

Sostiene Byung Chul Han en Psicopolítica que «el neoliberalismo convierte al ciudadano en consumidor. La libertad del ciudadano cede ante la pasividad del consumidor. El votante, en cuanto consumidor, no tiene un interés real por la política, por la configuración activa de la comunidad. No está dispuesto ni capacitado para la acción política común. Sólo reacciona de forma pasiva a la política, refunfuñando y quejándose, igual que el consumidor ante las mercancías y los servicios que le desagradan». El pensador coreano señala que, desde esta perspectiva, votar obedece a la misma lógica que comprar, el neoliberalismo seduce al votante intentando agradar para que éste le dé el «me gusta» en el terreno político. De allí que se incursione en el ámbito emocional y se interpele al votante como un niño con algún slogan divertido similar a la lógica publicitaria, con provocaciones, desafíos, escándalos, memes.

En esta política fluida en lo discursivo, pero que responde a los mismos intereses en lo fáctico, el candidato prevalece por sobre el partido y el slogan pegadizo por sobre cualquier argumento o plataforma partidaria. Desde «la revolución de la alegría» hasta «viva la libertad carajo», la frase vacía de explicación, pegadiza se viraliza y llega a un votante/consumidor que le da *like* sin demasiados cuestionamientos.

Redes y fake news: confianza ciega

La dinámica de las redes sociales propicia un tipo de información que es efímera, instantánea, volátil y por lo tanto no tiene lugar la argumentación. Las redes nos acompañan en gran parte del día y al estar diseñadas para permanecer proponen contenidos excitantes que apelan a lo emocional v en la competencia informativa tiene más validez e incluso se le da más estatus de verdad a aquella información o aquel personaje más viralizado, independientemente de lo que diga. En esta guerra de información como teoriza Byung Chul Han en *Infocracia* «las fake news concitan más atención que los hechos. Un solo tuit con una noticia falsa o un fragmento de información descontextualizado puede ser más efectivo que un argumento bien fundado».

Esto se ve claramente en las campañas electorales. Si con el desarrollo de la televisión las campañas poco a poco se tornaron más un show para el público que un debate de ideas, hoy van más allá y los votantes son interpelados por robots e

inundados con noticias falsas: «Los bots, cuentas falsas automatizadas en las redes sociales, se hacen pasar por personas reales y publican, tuitean, likean y comparten. Difunden fake news, difamaciones y comentarios cargados de odio...Así es como distorsionan masivamente los debates políticos. También inflan de manera artificial el número de seguidores, fingiendo de este modo un estado de opinión inexistente. Con sus tuits y comentarios pueden cambiar el clima de opinión en los medios sociales en la dirección deseada».

Esto resulta sumamente peligroso para la democracia ya que los debates, las decisiones políticas, el voto o la construcción de nuestro marco cognitivo que va a validar o rechazar cualquier información está sometido a esta guerra de información donde «no son ya los mejores argumentos los que prevalecen, sino los algoritmos más inteligentes».

No son nuevas las fake news y las distorsiones informativas y su uso con fines políticos, lo que si aparece como novedoso es un nuevo régimen de verdad que invalida toda verdad posible y habilita, a la vez que multiplica de manera exponencial a través de la comunicación digital, cualquier tipo de disparate. De esta manera señala Han en Infocracia. «Las noticias falsas no son mentiras. Atacan a la propia facticidad. Desfactifican la realidad. Cuando Donald Trump afirma sin tapujos cualquier cosa que le convenga, no es el clásico mentiroso que tergiversa de manera deliberada las cosas. Más bien es **indiferente a la verdad** de los hechos. Quien es ciego ante los hechos y la realidad, es un peligro mayor para la verdad que el mentiroso».

Por eso la desconfianza generalizada no impulsa a buscar la verdad sino que genera apatía, situación que favorece enormemente a quienes están en el poder e inhibe toda actitud reflexiva y búsqueda de alternativas. Hoy el gobierno de Milei que sigue en la mecánica discursiva los pasos de Trump; puede decir que bajó la pobreza, que descendió la inflación, que el país está creciendo (no que lo hará en un futuro sino que hoy mismo hay prosperidad) sin que esto tenga ningún correlato con la realidad y sus intervenciones tienen legitimidad porque se ha resquebrajado el propio estatus de verdad.

Natalia Aruguete y Ernesto Calvo en Fake news, trolls y otros encantos sostienen que las redes sociales al crear círculos de afinidades, potencian la polarización y con ello la confianza ciega en el discurso con el que empatizan.

Cada uno se mueve de acuerdo a lo que el algoritmo propone de acuerdo al registro de sus gustos, intereses, miradas y al encerrarse en su núcleo de afinidad las distancias con el que piensa diferente se acrecientan. Incluso «la información fluye con mayor facilidad en redes densamente conectadas y con mayor cantidad de usuarios congruentes con su ideología y, por el contrario, se apaga y muere en redes poco conectadas y con usuarios disonantes». Esta polarización tiende a comprometer a cada círculo de manera afectiva por lo que se genera confianza por aquellas afirmaciones que concuerdan con los marcos cognitivos propios y se tiende a rechazar las que resultan disonantes. Una confianza que



no requiere explicaciones, ni contraste de información, ni dato alguno.

Se crea, entonces, una confianza ciega en el discurso amigo y una desconfianza radical en el del enemigo.

En esta dinámica se ubican las fake news que se legitiman con la creciente polarización y los marcos de referencia absolutamente disímiles. Pero, además, también tienen lugar en la medida que más lejos se esté de la capacidad de comprobar empíricamente dichas afirmaciones. Desde el nacimiento de la Modernidad «la gran mayoría de nuestras certezas están mediadas por sujetos, comunidades e instituciones en las que confiamos. Para saber que la Tierra gira alrededor del Sol, y no a la inversa, dependemos de comunidades científicas que han forjado ese consenso», señalan los autores. Pero cuanto más alejado se está de la evidencia, más se depende de creencias colectivas: «En esa distancia no sólo caben los prejuicios que arrastramos sino, además, los que se forjan en el interior de nuestras comunidades de pertenencia, aquellas en las que confiamos para responder preguntas sobre las cuales la información disponible es escasa». Por lo tanto, la creciente polarización a partir de marcos cognitivos irreconciliables constituye un excelente caldo de cultivo para la creación, difusión y viralización de fake news.

Las fake news son algo más que noticias falsas, para los autores se deben entender como un acto performativo con dos objetivos: dañar al oponente y entusiasmar al militante propio. No importa si son desmentidas unos minutos después ya que «su intención no es durar, sino lastimar. No conforman una estrategia informativa, sino un

acto de **bullying** destinado a activar, movilizar y confrontar».

De esta manera, las *fake news* constituyen un acto político que acrecienta la polarización en la medida que indigna al grupo víctima de la *fake* y reafirma las convicciones del grupo contrario: «La respuesta afectiva no constituye sólo un alineamiento cognitivo con la interpretación del evento sino, ante todo, una defensa encendida de las creencias propias ante los objetivos comunicacionales del otro».

Confiar con conciencia social

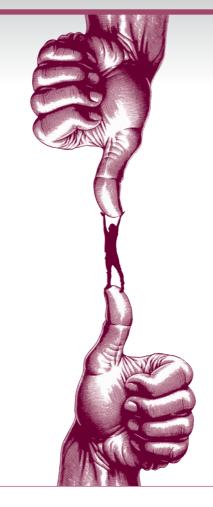
En *El libro de los abrazos*, el gran Eduardo Galeano en el fragmento **Celebración de la desconfianza**, narra el siguiente relato:

El primer día de clases, el profesor trajo un frasco enorme:

Esto está lleno de perfume -dijo a Miguel Brun y a los demás alumnos-. Quiero medir la percepción de cada uno de ustedes. A medida que vayan sintiendo el olor, levanten la mano.

Y destapó el frasco. Al ratito nomás, ya había dos manos levantadas, y luego cinco, diez, treinta, todas las manos levantadas.

¿Me permite abrir la ventana, profesor? -suplicó una alumna, mareada de tanto olor a perfume, y varias voces le hicieron eco. El



Para seguir leyendo

- Aruguete, N. y Calvo E. (2019). Fake News, trolls y otros encantos. Buenos Aires: Siglo XXI
- Adorno T. y Horkheimer M.(2007). Dialéctica de la Ilustración. Madrid: Akal.
- Bauman Z. (2002). Modernidad Líquida. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.
- Galeano E. (2015). El libro de los abrazos. Buenos Aires: Siglo XXI.
- Han Byung-Chul (2014). Psicopolítica. Barcelona: Herder.
- Han, Byung- Chul (2022) Infocracia. Buenos Aires: Taurus.
- Marcuse H. (1975). Sociedad carnívora. Buenos Aires: Eco Contemporáneo.
- Marcuse H. (1993). El hombre unidimensional. Buenos Aires: Planeta.

fuerte aroma, que pesaba en el aire, ya se había hecho insoportable para todos.

Entonces el profesor mostró el frasco a los alumnos, uno por uno. El frasco estaba lleno de agua.

La confianza ciega en aquello que contradice lo que facticamente vemos, olemos, tocamos; lo que constituye nuestro marco de referencia, nuestra construcción identitaria nos deja desorientados, perdidos y por tanto nos hace más vulnerables.

Es necesario recuperar una confianza que implique escuchar a las distintas voces, darle rienda suelta a nuestra sensibilidad, chequear, reflexionar, hacerse preguntas en vez de repetir respuestas.

Una confianza con conciencia que no suponga soluciones mágicas, dé consenso a disparates o habilite la provocación, el odio o las distintas formas de violencia. Una confianza que suponga la argumentación y la reflexión crítica. Una confianza con conciencia que busque construcciones de carácter colectivo, con una mirada humanista que nos permita ser seres cada vez más emancipados y vivir mejor. Porque como señalaba Marcuse en *Liberándose de la sociedad opulenta:* "Para crear una sociedad libre, tenemos que ser libres".

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



f Esferobalones-Escuela de Esferodinamia 🏻 @esferobalones / @embarazadasyesferodinamia



la confianza es un es pacio humano

No es una certeza. Es una profundidad que incluye a la empatía

escribe: Carlos Trosman

A los papeles

Mientras busco información para esta nota, me choco una y otra vez con la Inteligencia Artificial que responde mis preguntas que, por supuesto, estaban dirigidas a otras fuentes, como al Diccionario de la Real Academia Española y a otros recursos confiables que se diluyen en un mar de imposiciones artificiales y artificiosas. Después de reiterados intentos de gambetear al robot y las publicidades y las informaciones no solicitadas de procedencias ignotas pero omnipresentes, artificialmente inteligentes y en esencia equivocadas, volví a lo tangible, a los libros que se apilaban a mi alrededor y en la biblioteca, y descarté las virtualidades sospechosas. Así la computadora funcionó como máquina de escribir, reforzando un poco más mi control sobre el tipo de comunicación que estaba necesitando: una conversación con los textos. No encontré otra manera para lograr esto que salirme del flujo informático para interpelar autores físicamente presentes en el papel, y hasta abrazablemente confiables. Estos autores y autoras, investigadores e investigadoras y creadores y creadoras de las artes y las ciencias, se diluyen en la web en un mar de terabytes donde pierden consistencia, tanto sus cuerpos, las personas, como la información fidedigna construida palabra por palabra. Es muy difícil en la web saber ahora qué datos son ciertos y cuáles no

La construcción del conocimiento por bytes no deja espacios vacíos. La inteligencia artificial asocia datos creando gigantescas moléculas de información, pero no de sentido. Esa información es una asociación de elementos que no siempre son significativos, sino que están en la estructura porque hacen "match", son compatibles con el tema central. La IA no duda, sólo tiene certezas. Esa información, al cabo sin sentido, junta datos creando más datos, no significados. En la construcción de significados mediante bytes, se pierde el espesor del conocimiento. La duda y la incertidumbre, los momentos de angustia al preguntarnos por el ser y la nada (cuando nuestra poderosa fragilidad tiembla), representan el espacio vacío que excede la mera información, que nos ancla en el cuerpo y en el pathos y permite el espacio de la vida, la creación. Somos más grandes por dentro. El volumen de nuestra vida no está dado por la información sino por el sentido. "Dudo, luego existo", genera espacios de creación de la

La confianza no es una construcción de bytes, de certezas. No es solamente una acumulación de datos. Considero a la confianza como una percepción, un sentimiento que también se construve con información, pero no a partir de datos sino de la interpretación que hacemos de los mismos, de cómo los "incorporamos". El modo en que se significa lo que percibimos con nuestros sentidos se hace cuerpo. La confianza, entonces, no es una certeza como "estos datos son ciertos", es una profundidad que incluye a la empatía y al riesgo de muerte que corremos quienes estamos vivos.

La existencia es corporal

Cuando le pedí a David Le Breton que me autografiara el ejemplar de su libro "Antropología del cuerpo y modernidad", que por haberme acompañado durante años ya estaba bastante ajado, todo subrayado y con

notas en lápiz al margen, escribió: "...puisqu'il n'est que de monde que de chair,..." 1, que prefiero traducir como "El mundo sólo existe en carne propia". Esa frase es el corazón de una filosofía: la existencia es corporal. No hay otra vida que la que transcurrimos vivos, corpóreos, humanos. Y en esa, nuestra vida, está nuestra potencia y nuestros límites.

> Nuestra corporeidad, nuestra corporalidad, nos enuncia permanentemente nuestra finitud y vulnerabilidad, el paso del tiempo, las enfermedades, el envejecimiento, la muerte. En una actualidad que privilegia a la tecnología, esta existencia corporal es considerada imperfecta, ineficaz, y por lo tanto obsoleta.

La "asociación perfecta de datos" que ofrece la tecnología carece del problema de la fragilidad de la carne, de los efectos del paso del tiempo y de las dudas y hesitaciones. Esta falta de cuerpo es su caballito de batalla para imponerse en el mercado de consumo oponiendo la eficiencia tecnológica a la imperfección humana. La simultaneidad e inmediatez del funcionamiento de las comunicaciones transforma las distancias y los tiempos, que parecen no existir. El incesante flujo de datos tiene enormes velocidades de aceleración que se incrementan. En este flujo, buscar alguna información implica recibir forzadamente una marea direccionada de datos no solicitados que también debemos procesar y requieren tomar alguna acción al respecto, aunque esta acción sea ignorarlos, lo que nos exige más acciones por segundo, más respuestas múltiples a estímulos múltiples que nos ametrallan.

> Es una profecía autocumplida: el cuerpo se vuelve obsoleto para procesar y responder a esas velocidades y magnitudes. ¿En quién o en qué confiar entonces?

En un reportaje publicado en el diario La Nación el 18 de julio de 2010, David Le Breton dice en relación a la película dirigida por James Cameron en 2009: "El personaje de Avatar es un hombre discapacitado, pero cuando está en el universo virtual cumple proezas físicas extraordinarias. Lo que nos dice Avatar es que el cuerpo nos hace echar raíces sobre la muerte o sobre la enfermedad o la discapacidad. Habla de la fragilidad y de límites muy estrechos, mientras que en el universo de lo virtual no hay límites."

Estas "deficiencias" del cuerpo lo terminan condenando Nuestros cuerpos "autopercibidos" ahora incluyen los teléfonos móviles, prótesis indispensables para corregir nuestra imperfección y sostener nuestras vidas urbanas que necesitan velocidades digitales para procesar datos interminablemente.

Terminaremos confiando en una máquina mientras le contamos nuestros secretos, que, por supuesto, nos asegura que nunca



La comunicación y el contacto

Una noticia aparecida en el diario Página 12⁽²⁾ de Buenos Aires el 28 de enero de 2022 daba cuenta de la muerte por congelamiento del fotógrafo franco-suizo Réné Robert. El reconocido artista salió a pasear un atardecer de invierno por París, cerca de la concurrida Plaza de la República, cuando se cayó y quedó tirado en la calle con sus 84 años. Durante toda la helada noche a nadie le pareció necesario intervenir. Cuando una persona decidió llamar al servicio de emergencias unas 8 horas después de la caída, Robert ya había fallecido. ¿No lo vieron? ¿Estarían mirando las pantallas de sus "smartphones"? Lo que es seguro es que no lo miraron a los ojos, lo que hubiera reflejado su condición humana (y la del observador). Percibido como un objeto, se ocultaba su humanidad y sus consecuentes posibilidades vitales y de mor-

David Le Breton, en su libro La fin de la conversation? La parole dans une société spectrale⁽³⁾ relata que Antoine de Saint-Exupéry, en un reportaje sobre la Guerra Civil Española, cuenta cuando fue capturado por milicianos anarquistas que lo confundieron con un espía franquista. Todo apuntaba en su contra y su destino era ser ajusticiado ya que no había dudas de que se trataba de un enemigo de la causa que defendían los milicianos. Uno de sus guardianes estaba fumando y Saint-Exupéry, con un gesto, le pidió un cigarrillo mientras intentaba esbozar una sonrisa. Entonces sucedió el ínfimo milagro que cambió su situación y el curso de su historia (y probablemente de varias historias): cuando recibió el cigarrillo, posó su mano levemente sobre el hombro del miliciano para agradecerle y el hombre esta vez dirigió su mirada más arriba de su corbata y lo miró a los ojos... y le sonrió. Fue el día y la noche. Ese gesto lo cambió todo. Generó comunidad y entonces todos se volvieron humanos, se reconocieron humanos. Dice Saint-Exupéry: "...comencé a sonreírles a todos como si estuviéramos en un país nuevo y libre." Comenta Le Breton que si los teléfonos móviles hubieran existido en esa época. probablemente esas miradas no se hubieran encontrado, porque habrían estado fijas en las pantallas.

> La confianza requiere un reconocimiento del otro, percibirlo como semejante. Diferente, pero semejante. Implica poner el cuerpo y apostar por el otro... v por uno... Por lo que hay en común.

El cuerpo y el byte

La velocidad del byte está en relación a su no corporalidad, a su "existencia virtual", a su dimensión sin volumen. Que no tener cuerpo implique más velocidad y eficiencia es una condición que se aplica al byte, pero no a los humanos: sin cuerpo no tendríamos ninguna velocidad, no existiríamos. Sin embargo, por el propio sistema de una casi "autoinstalación" de las prótesis smartphones en nuestros cuerpos, vamos confiando

más en esa virtualidad tecnológica para procesar el mundo y dirigir nuestras acciones, en lugar de decodificarlo por la interpretación de lo que percibimos de él por medio de nuestros sentidos. Resignamos la profundidad de la carne por la velocidad del byte. Resignamos el espíritu crítico por conclusiones formateadas. Elegimos lo virtual a lo presencial.

> La memoria es suplantada por bytes impersonales, por asociaciones ilícitas de datos falseados, que se refrendan mutuamente "anclados" solamente en la inmediatez de lo virtual y sin el soporte de la historia.

Así se va construyendo una historia fraguada y evanescente que nos vuelve virtuales e incorpóreos, que también nos roba el espesor de la memoria. ¿Cómo confiar en tanta información donde no hay otro interlocutor? Que no haya un otro es lo que vuelve plana a esta comunicación.

Sin embargo, en este ir sustrayendo al cuerpo de las interacciones sociales, de los esfuerzos de comprensión crítica, del ejercicio de la memoria, de la decodificación de nuestros sentidos, de las angustias propias del vivir, tampoco ganamos en inmortalidad y "eficiencia". El espesor de la vida sigue siendo el cuerpo y si lo diluimos en la virtualidad no podemos apreciar el sabor del mundo, ni sentir Buenos Aires con los colores del otoño. Más bien nos aislamos.

> Las Artes del Cuerpo, tanto en lo artístico como en lo terapéutico, son bastiones de defensa y desarrollo de ese espesor corporal que permite nuestra existencia como humanos.

Habitarnos es la mejor forma de cuidar la salud, la propia y la social. Confiar en nuestra vida y percibirnos, darnos espacio y tomar aliento respirando en la corriente. Allá lejos y hace tiempo, cuando comenzábamos a escribir en Kiné, la revista de lo corporal, hablábamos de "sostener espacios confiables para desarrollar experiencias innovadoras" (4) pensábamos la confianza como una construcción terapéutica y comunitaria, ligada estrechamente a las sensaciones del cuerpo, a la decodificación de los sentidos y desde allí, a la construcción de significados. Si bien los límites del espacio humano están en la muerte, su espesor merece nuestra confianza para continuar siendo desarrollado.

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. E-mail: carlostrosman@gmail.com www.shiatzukangenryu.com.ar www.iiqgargentina.com.ar

- 1 Aunque la traducción literal sería "El mundo sólo es de carne
- 2 "Congelado", Pirulo de Tapa, Página 12, 28/ 01/2022
- 3 Le Breton, David, ("¿El fin de la conversación? La palabra en una sociedad espectral") Métailié, Paris, 2024.
- 4 Marquis, Gabriela, Trosman, Carlos "Cuerpo y Corporalismo", Revista Kiné N° 23, 1995.

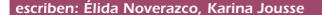


Danza Armonizadora

autocritic

Una necesidad impostergable, donde lo corporal es una herramienta fundamental

Creemos que eso es algo de lo más serio y preocupante que está pasando, por lo menos en nuestro país. La autocrítica, al parecer, no existe, y consideramos que, desde el punto de vista psicológico, se podría entender esta falta como una especie de mecanismo de defensa de la conciencia, que impide que se enfrenten los hechos dolorosos. Algo que nos aleja de esa vivencia emocional, que sería clave para una comprensión más profunda, y para no volver a repetir los hechos que ya conocemos, o por lo menos, algunos conocemos...



Negar la historia es desconocer los hechos, y que no me interese conocerlos. El olvido y la ignorancia, como mecanismos de defensa, son el camino fácil para evitar el sufrimiento, pero esto implica que la historia no deje de repetirse.

Además, es necesario revalorizar la importancia de la **vivencia**, más que de la mera información.

No partir simplemente de una información, suma de datos fríos, sino recuperar la historia a nivel vivencial. Es esa conexión emocional, ese sentir lo ocurrido, lo que podría cambiar la manera en que nos relacionamos con lo que sucedió.

Escuchar a aquellos que ya lo han vivido en tiempo real en esa época. Transmitirla desde un sentimiento, desde una sensación, desde la desesperación, desde el miedo, desde todo lo que ocurrió en aquel momento. Porque la simple información no sirve. Si queremos información, tenemos a montones con el simple hecho de apretar un botón, y tampoco eso es favorable a nuestra toma de conciencia y a nuestra elaboración de lo que necesitamos elaborar. La toma de conciencia se hace a través de la vivencia, solamente la vivencia, y que traspase nuestro cuerpo, alma y espíritu.

Hay una falta de educación vivencial desde el vamos, desde que nacemos, incluso pasando por toda la escuela primaria, secundaria, y más... en que el sujeto se ve afectado por la ausencia de un enfoque sensible y crítico en la enseñanza.

No llegamos acá por casualidad. Esto es una construcción que se ha hecho a través de años y años, llámense como se llamen los gobiernos. Faltó capacidad de asumir responsabilidades colectivas y de adquirir esa toma de conciencia necesaria para un cambio tangible en la sociedad.

Es más, hasta parecería una planificación que nos va llevando a esta locura. La locura de olvidar todo lo que pasó para no tomar cartas en el asunto, para no sentirse comprometido con los hechos.

Por eso es tan importante, una construcción y reconstrucción vivencial que atraviese generaciones, un camino de reconexión con los hechos, capaz de transmitir las sensaciones que se fueron atravesando. Capaz de dejar atrás tanto exceso de información, plagada de falsa información. Lo que falta es la vivencia del camino recorrido. Es la memoria de haberlo transitado, que nos haya traspasado. Si bien las últimas generaciones no siempre han sido participantes directas de lo sucedido, sí lo fueron sus pa-

dres, sus abuelos, sus maestros, cuyas palabras, con demasiada frecuencia han sido y son hoy muy descalificadas.

Habría que revertir urgentemente esta actitud de estar en el «limbo»; que es una palabra justa para representar «no estar acá ni allá, ni sé lo que pasa, ni me interesa». Solamente ahí, en el limbo.

Que esta situación que nos toca vivir sea una llamada de atención para salir del «limbo», y poder reconectar con una historia que, aunque dolorosa, es fundamental para nuestra evolución como sociedad.

Desconfianza y post verdad, el cuerpo como antídoto

Por supuesto, todo esto se enlaza con lo que está sucediendo en este momento, y desde hace rato a través del tiempo, que es la *postverdad* o la no verdad, que genera una tremenda desconfianza, que se ha intensificado en este contexto, en el que se busca desinformar, manipular emociones y distorsionar la realidad.

Han erosionado la confianza en las instituciones, en los gobiernos y en los medios de comunicación. Nos encontramos en un escenario en el que es difícil saber en quién confiar, en qué creer y cómo discernir la verdad en un mar de informaciones contradictorias.

En un contexto tan cargado de incertidumbre, nos remitimos otra vez, a lo nombrado al comienzo: tenemos que recurrir a la situación corporal, a la situación vivencial, a la percepción, a la intuición.

Entrenarnos lo suficiente para poder distinguir también, no solamente sensaciones, sino la información real, o, por lo menos, investigar un poquito más. Hacer hincapié en las sensaciones reales corporales; poder sentir, discriminar qué es lo que me transmiten de afuera, y qué es lo que me transmite el cuerpo. Algo que está vedado, casi anulado; pero tenemos que volver a esa fuente de información interna, más intuitiva y visceral, a las sensaciones, a las trasmisiones, a la historia, porque la desconfianza que hay en este momento es lo que no nos deja avanzar.

No creemos en nada, y es, por lógica, por la defraudación. Nos han defraudado día tras día, año tras año, gobierno tras gobierno. Las mentiras, manipulaciones y medias verdades, han sido el camino principal para alcanzar cualquier poder. Ahora queda en nosotros realizar un esfuerzo consciente por recuperar esas sensaciones genuinas; queda en nosotros el recurrir a ese discernimiento, desentrañar qué es lo que me están diciendo, distinguir qué es verdadero, o qué resuena en nosotros como auténtico, que puede ayudarnos a tomar decisiones más claras y, sobre todo, más responsables; y también, a posteriori, poder exigir una mayor transparencia y verdad a quienes detentan el poder, y reclamar eso que me han prometido.

Todo esto implica un proceso de desaprendizaje, donde nos deshacemos de las distorsiones que nos han impuesto a lo largo del tiempo, y volvemos a reconectar con lo que es *real* a nivel corporal, emocional, e incluso, sobre todo, colectivo.

¿Por qué decimos que es importantísimo recurrir a todo lo que sea movimiento corporal?

Desde Danza Armonizadora, la intención concreta es volver a nosotros, es volver a recuperarnos, a reflexionar, a pensar en nosotros y en los otros, como tema importante para toda conexión social, colectiva y personal. Debemos volver a esa situación de intuición, de creer en nosotros, de poder sentir y distinguir, como dijimos, la verdad de la mentira, tanto en nosotros como en los otros.

No es fácil el camino, porque nos hemos alejado muchísimo de esa situación, pero toda tarea corporal nos volverá hacia nosotros.

Volver al cuerpo, al que tiene la verdad, al que nos va a indicar el camino y el que va a servir como guía, como guía de toda creatividad, de poder flexibilizar nuestras ideas y sentir que podemos instrumentar, desde este momento tan inédito, propuestas también inéditas. Para eso, necesitamos una flexibilidad mental, pero sobre todo corporal, porque es lo que va a responder a la acción, a recurrir a armas eficientes, a comprometernos con los hechos, pensarlo menos y actuar más, a dejarnos llevar por esa defensa genuina, que es la defensa de la humanidad.

No nos dejemos estar, no bajemos los brazos, volvamos a tener fe en nosotros, volvamos a nosotros, recuperémonos, no solos, sino en grupo, en colectividad, en movimiento, en danza, en creatividad y en el arte.

El movimiento, además, tiene la capacidad de disipar las sombras de la duda. Al

conectar con nuestro cuerpo, logramos romper con las cadenas de la mente racional, que muchas veces nos conduce por caminos erróneos. La intuición es fundamental en todo este proceso de retorno al cuerpo. En un mundo que constantemente nos empuja hacia la racionalidad y el escepticismo, hemos aprendido a valorar lo que se puede medir, probar o verificar, mientras que muchas veces dejamos de lado las voces internas que nos guían hacia lo que sentimos como verdad. La intuición, en este sentido, es un conocimiento profundo que no siempre sigue los caminos lineales de la lógica, pero que tiene el poder de señalar lo que es auténtico, lo que resuena con nuestra esencia más genuina.

Fotografía: Pablo Navazo

El cuerpo, en su sabiduría, tiene la verdad que la mente muchas veces olvida o no puede procesar. Esta es la razón por la que volver al cuerpo no es sólo un acto físico, sino una forma de recuperar la intuición, de reivindicar nuestra verdad y nuestra capacidad de acción en un mundo donde la manipulación y la desconexión parecen predominantes.

Cuando nos permitimos sentir el cuerpo, incluso en la incertidumbre y el caos, podemos empezar a encontrar una nueva forma de confianza, no en las palabras vacías o las promesas rotas, sino en la experiencia vivencial, inmediata, en lo que somos capaces de hacer. La danza, el movimiento, la creatividad, el arte, son formas de hacer tangible esa reconexión. Al movernos juntos, podemos reconstruir la confianza perdida y el tejido social que el descrédito ha desgarrado.

Al retornar al cuerpo y al movernos conscientemente, tenemos la oportunidad de redescubrirnos, y con ello, volver a sentir el camino, eligiendo las batallas que podemos dar sin salir heridos, haciendo comunidad para sanarnos las nanas, para abrazarnos los dolores, para sostenernos.

Desde ahí es donde vamos a poder intentar, una y otra vez, salir de este caos al que hemos llegado a través de tanto tiempo. Vamos, compañeras y compañeros, a movernos, que el movimiento es salud.

Élida Noverazco Creadora de Danza Armonizadora. **Karina Jousse**, Profesora de Danza Armonizadora.



ZGFGFFO MOGFGFF

Una excursión al cuerpo-palabra

En algunas prácticas artísticas, nos proponemos provocar ciertas representaciones concebidas como patrones incuestionables. Provocamos cuando facilitamos que cada quien resuelva con sus propias estrategias. Animamos a explorar y resolver en la conciencia encarnada aquellas sensaciones y/o imágenes que nos suceden cuando entramos en contacto con nuestro cuerpo así como es, tal como lo encontramos, tal como estamos en el mundo. Mi maestra dice: «...eso baila!».



«El pensamiento moderno ofrece un doble carácter de inconclusión y de ambigüedad que, si se quiere, permite hablar de declinación o decadencia. Nosotros concebimos todas las obras de la ciencia como provisionales o aproximadas, mientras que Descartes creía poder deducir, de una vez y para siempre, las leyes del choque de los cuerpos a los atributos de Dios» Maurice Merleau Ponty en El mundo de la percepción, siete conferencias.

Elijo esta cita, porque el filósofo eligió conversar usando palabras.

Pensemos usando palabras.

Les propongo tres, para hacer una excursión a nuestro cuerpo-palabra: Hesitar, Paradoja y Fuego. ¿Fueron elegidas caprichosamente? Ojalá que sí.

Hesitar es una duda o indeterminación en la realización de algo, falta de decisión. Avergonzarse por hacerlo, estar atrapado en una situación embarazosa. Vacilar.

Hesitar conjura una actitud que se vuelve comportamiento. Uno que nos parece familiar en los tiempos de la post-verdad.

Escuchamos cómo las nuevas formas de nombrarnos arman cuerpos, podemos imaginarlos y hasta desearlos. Muchas veces los explica o vuelve patología, porque manifestamos un conjunto de síntomas que describen nuestras formas de relacionarnos. Todo parece tener una explicación medible y condicional.

Lejos de instigar un carácter peyorativo; es importante identificarlo, colaborando en reconocer si una *cosa* es la misma que se supone o se busca.

Aquel doble carácter de *inconclusión* y *ambigüedad* al que se refiere Ponty para hablar del pensamiento moderno, predomina actualmente en nuestra vinculación consciente con los cuerpos, multiplicando alrededor enigmas y fulguraciones.

Aunque la post-verdad presente también una insistente estrategia de señalización, explicación y/o codificación disfrazada de fiabilidad por el acceso a la información; convoco a Raquel Guido en su capítulo Fenomenología de la percepción, el cuerpo en Merleau Ponty, para discutir con la estructura de comportamiento positivista.

Raquel nos orienta a pensar estas conversaciones: «Para él, el entre o punto de relación entre la naturaleza y la conciencia es el cuerpo. La conciencia es siempre conciencia encarnada. De modo tal, que el comportamiento no puede ser explicado de forma analítica, reduciendo lo complejo a lo simple (...).

Merleau Ponty, utiliza un pensamiento dialéctico o sintético que desde la idea de estructura -la complejidad de lo complejoplantea que el Todo remite mucho más que a la idea de «suma» de las partes.» (GUIDO 2024, pag 126).

Guido se anima a dialogar con lo propuesto por Ponty y señala que el comportamiento es entonces un comportamiento estructurado, en relación entre el organismo, conciencia y el medio: «El sujeto responde a una situación, por lo tanto es visto como un ser en situación.», porque no son mecanismos ni pura exterioridad, tienen un interior. Puedo escuchar su susurro diciendo: «El comportamiento, entonces, sería una relación dialéctica entre el mundo interior y mundo exterior».

En algunas prácticas artísticas, nos proponemos provocar estas representaciones concebidas como patrones. Provocamos cuando facilitamos que resuelvan con sus estrategias. Animamos a explorar y resolver en la conciencia encarnada aquellas sensaciones y/o imágenes que nos suceden cuando entramos en contacto con nuestro cuerpo así como es, como lo encontramos, como estamos en el mundo. Mi maestra dice: «... jeso baila!».

Es esperable que las consignas propuestas contengan esta dialéctica y comprendan la complejidad que somos, acompañando el desarrollo de la singularidad cuando ésta se presenta en gestos espontáneos.

Ahí hay un pasaje, una frontera incierta donde quienes guían puede sortear el poder de habilitar o condicionar este encuentro con la encarnadura. Bancarse el vacío, acompañarlo en conjunto, porque de seguro ya le sucede a quien lo baila. ¿Estamos disponibles al vacío?

Este es una navaja que puede herir y dejar cicatrices o liberar prejuicios y no temer que se manifiesten.

No saber. Que importante es no saber. Que problema es reconocer que no sabemos. Diría Spinoza: «Nadie sabe lo que puede un cuerpo». Al final no sabemos nada, por eso bailamos. Por eso nos apasiona bailar... ¿lo hacemos para habitar certezas?

La tentativa también ocurre en nuestras rondas de verbalización, donde la interacción y relación de lo vivenciado tiende a que devoluciones cualitativas, pertenecientes o relativas a la cualidad, atribuyendo con adjetivos lo propio, tiñendo valoraciones personales: al identificar, reconocer, discernir sensaciones, imágenes, momentos, estrategias, decisiones; puede ser un entrenamiento transformador en nuestras prácticas artísticas.

Acompañar un cuidado de este cuerpo con múltiples enfoques, dimensiones y otros... no siempre requiere una corrección, también puede haber sugerencias y silencios que permitan que quienes transitan su interioridad y las mueven en danzas, completen en algún momento de su proceso cómo quieran nombrarlo y si quieren hacerlo. Promocionar el consentimiento de ese pasaje fluctuante entre lo vivenciado y lo nombrado como una instancia de experimentación, pretende atenciones menos pretenciosas.

Preguntar. Animarse a que se hagan preguntas. Dudar, vacilar, mover las obviedades.

¿Es obvio tener un cuerpo? ¿Dónde comienza? ¿Dónde termina? Hesitar. Ejercer el derecho de hesitar.

Permitirse hablar de declinación, caída, descenso o declive. Si esas fuerzas invisibles ya suceden en tensión con la gravedad, es con la gravedad. Pujar, rechazarla y saltar. Girar a pesar de ella, a favor de ella, con ella sucediéndonos. Volver a intentarlo. Probar. Inaugurar la oportunidad. Volver a empezar. Explorar. Dejarse caer. Percibir qué pasa cuando caigo, qué hay ahí. Qué resiste, qué se relaja. Que nos termine de atrapar la sensación y jugar con sus ocurrencias. Guiarlas, decidir. No saber y decidir. No saber. Volver a decidir. Confiar. Volver a caer. Silencios.

Raquel Guido concluye en este capítulo, que «Merlau Ponty da cuenta de que el universo de significados de cada ser humano no depende exclusivamente ni de estímulos externos ni de pautas orgánicas o anímicas. No habría que reducir las manifestaciones del cuerpo a causas mentales anímicas previas a su corporización. Afirma que los fenómenos corporales no son traducciones o símbolos de un sentido anteriores a ellos, sino que son en sí mismos significativos porque el cuerpo es intencional.

Podríamos afirmar, por ejemplo, que un gesto de la cólera no «quiere decir», no pretende «transmitir» la idea de cólera, sino que un gesto de cólera es la cólera misma.» (GUIDO, 2024. pag 132-133). Darle prioridad a la experiencia, en la cual se funda el pensamiento. Guido sentencia que esto «implica un acto de pensamiento crítico al modelo logocentrista y racionalista del modelo hegemónico, operando un giro en el modo de ser y estar en nuestros cuerpos, ya sea danzando o produciendo conocimiento.»

Hoy se menciona que el tejido social fue dañado. ¿Nos preguntamos cómo lo viven, quiénes andan con sus cuerpos desgarrados por ahí? ¿Cuándo comenzaron a sentirlo, quiénes sienten que hace mucho lo tienen de esa manera? ¿Acaso hay cuerpos que están de una manera sana, completa? ¿Qué sucede si esas sensaciones presentes pueden ser la oportunidad de salir al encuentro con otros modos de hacer cuerpos?

Timothy Morton en Humanidad, solidaridad con los no-humanos; sostiene que «el capitalismo es una máquina para producir, en el espacio social, el objeto tal como lo imagina la ontología occidental: un grumo anodino de extensión decorado con accidentes. Alinear mi trabajo específico y sensorial, al tiempo de trabajo abstracto y homogéneo es como un alma que el capita-

lismo fuerza en mi cuerpo convirtiéndome en un zombi cartesiano o aristotélico, una herramienta con alma. En cierto modo, el capitalismo sustrae la espectralidad de las cosas y las obliga a tragarse unas almas con buen comportamiento. Esta encarnadura, que a la vez es una abstracción anodina, es lo que queda de la creatividad y las creaciones.» (MORTON, 2017. pag 151).

Cuando se menciona lo anodino, refiere al adjetivo insignificante, ineficaz e insustancial que el logocentrismo y la hegemonía positivista ejecuta sobre nuestras experiencias, como instancias creativas y de producción de conocimiento; porque políticamente sitúa a los cuerpos en esa frontera indomable de ser conjurados por la representación ajena.

Morton nos invita a pensar que «no todo puede ser observado empíricamente. Hay algunas cosas que son pensables y computables y, sin embargo, nos resulta imposibles verlas: los hiperobjetos. Muchos son fenómenos ecológicos como el calentamiento global, la evolución y la extinción, por no mencionar la especie humana y la biosfera. Tendemos a pensar en estas cosas como totalidades que son más grandes que la suma de sus partes, pero veamos cómo subcienden sus partes. La tarea política que enfrentamos es ver cosas físicamente gigantescas e intelectualmente complejas (por lo tanto, invisibles) como ontológicamente pequeñas. El neoliberalismo es físicamente vasto, pero ontológicasmente pequeño. Podemos desmantelarlo, arrastrándonos desde abajo en solidaridad con las otras formas vivientes que también amenaza ahora.» (MORTON, 2017. pag 158-159)

Por eso la Paradoja.

Raquel Guido publicó en Kiné n°77, el artículo Danza para todos. Allí organiza contenidos vinculados con el despliegue sensual, los modelos hegemónicos y contra hegemónicos, los nuevos contextos y nuevas subjetividades, la infinitud de lo efímero y el desborde del entendimiento. Y como provocadora, recupera esta cualidad poética que desborda lo inteligible, desafiando el entendimiento lineal y la racionalidad discursiva. Dice:

«La Expresión, no se agota en la transcripción de un mundo interno, personal del artista. Tampoco se limita a exponer un símbolo elaborado desde la conciencia en acuerdo con el intelecto, con lo inteligible que nos orienta en la vida cotidiana. Muy por el contrario, rompe los códigos habituales, desafía la emergencia de lo nuevo.» Y continúa proponiendo que «desde la Expresión Corporal proponemos espacios de experiencias diversas que apuntan en primera instancia a un habitar cuerpo y desde él buscar nuevas formas de habitar el mundo. Se desarrolla así, con el tiempo, una presencia sensorial, que aunque implique procesos corticales -a través de técnicas conscientes-



sobrepasa ampliamente la dimensión de la conciencia, el control y el dominio.»

Es por estas bisagras que aparecemos para transformar lo posible, desobedeciendo lo instaurado; cuestionándolo, preguntando, interactuando, saliendo al encuentro.

Aceptamos en lucha la decadencia de esa humanidad cruel que nos extorsiona con pobreza planificada, la corrupción como plan político, la complicidad mediática de los medios distractivos de comunicación y la casta judicial. Pretenden continuar gozando de sus privilegios. El goce es nuestro que nos arrancamos de cuajo a expandirlos y contagiarnos con **fuego**.

Amamos a nuestro pueblo, con estos cuerpos doblegados en su coraje por la mentira y la preocupación por los derechos básicos desmantelados en plena democracia. El vigor de la hipocresía que nos duele, enciende nuestras estrategias de solidaridad y cada vez nos estamos animando a perder el miedo a tanta confusión.

Nos proponemos mirarnos y reconocernos con estos pensamientos y otros nuevos que nacerán de estas danzas y otras que siguen velando a ser consideradas.

Eternos serán los laureles que cosechemos cuando ejerzamos nuestro derecho a debatir y promocionar la creatividad compartida como recursos privilegiados.

Por último, pienso que cuando bailo dejo que me descubran, que hay cosas que no sé de dónde salen.

> Recupero las palabras de Hijikata Tatsumi: «Danzar no es algo que se pueda adquirir con entrenamiento, es algo que el cuerpo se enseña a sí mismo».

Y aquí les comparto una poesía de Gonzalo Tavares que escribió *El libro de la danza*:

Circunferencia perfecta

«Transformar el amor para mejorar el amor/ transformar el cuerpo para mejorar el cuerpo/ transformar la poesía para mejorar la poesía/ transformar este sitio para mejorar este sitio pero transformar también este sitio para mejorar aquel sitio/ transformar este cuerpo para mejorar otros cuerpos/ transformar el amor para mejorar el amor.»

En fin... bailar.

Emiliano Blanco. Docente de artes en la Universidad Nacional de las Artes (UNA) Performer, bailarín, sikuri y cantor popular. Desobediente y agitador cultural.

yendo a cotro tiem po

escribe: Paola Grifman

"Estaba leyendo una noticia que me llegó, la foto me impactó, traté de hablar, para comentarla, pero el sonido de mi voz se hizo inescuchable de la angustia que tenía", me comenta Cintia, quien hacía muchos años había hecho un trabajo con su voz y sentía que era el momento de retomar.

Cintia se sentía, confundida. Viviendo en permanente estado de alerta y muy influenciable. Perdida y desestabilizada por momentos, fácilmente pierde el eje. Llora muy seguido.

Saturada de medios y miedos. Saturada de información, y también agotada de los golpes de realidad y noticias distorsionadas. Está mareada. Muchas vías para estar informada, pero al mismo tiempo, mayores riesgos de estar desinformada.

Todo a gran velocidad. Ella no logra procesar tanto. Muchos sentimientos encontrados en su interior. No tiene claro en qué confiar. Pero sabe visceralmente que necesita una limpieza, una depuración.

Una llamada interna, con la cual hace eco, la lleva a explorar nuevamente el mundo de su propia voz y expresión.

Menos es más

Al cabo de un tiempo de retomar el trabajo con su voz, Cintia va recuperando y encontrando más herramientas que le aportan bienestar. Sin embargo ese equilibrio logrado le resultaba todavía algo inestable. Aún faltaba descubrir algo.

Un encuentro en particular fue la bisagra. En ese encuentro apareció la posibilidad de explorar un nuevo recurso, una nueva área de su voz, que la llevaría hacia una catarata de descubrimientos internos.

Cintia llega con la sensación de estar muy en "la cabeza" y corrida de sí misma, nuevamente muy movilizada con el impacto de varias noticias que circulan.

Arrancamos el encuentro con un trabajo con su respiración, suaves movimientos de apertura, estiramientos y el sonido de su voz. El movimiento le abre espacios para ir conectando con sus canales expresivos.

Luego el foco se dirigió a sostener el sonido cantando una sola nota. La intención puesta en la calidad resonante de ese tono. Parada, con sus ojos cerrados y el peso en sus pies, experimenta todo ese movimiento interno que viene sintiendo, y lo traduce en cada nota que sostiene. Comenta que se va sintiendo más liviana y a la vez con una sensación de mayor soporte.

A continuación le propongo que realice una lenta caminata mientras experimenta melodías improvisadas que se desplazan en el pentagrama de su voz. Sus pies la llevan e inspiran a cada paso, hasta que elige un nuevo lugar para detenerse y entonar sus vocales elegidas, la"i» y la "a". Cantando siente que se acomoda. Por momentos logra ordenar tanta confusión interna. Al terminar pregunta en voz alta... ¿A quien creer? ¿En qué creer? ... y comparte sus reflexiones. Le sugiero que las pase en limpio, que aterrice esa información en un cuaderno, como un posible camino para agudizar su escucha interna, y también para tener un lugar donde pueda registrar y dejar plasmado lo que está pensando, sus emociones, sus sensaciones corporales, las señales que su cuerpo le va dando.

Momentos de introspección. Un "otro tiempo"

Aparece en escena con fuerza su propia escritura como herramienta que va incorporando en su cotidiano. Una pausa.

Allí escribe y plasma las situaciones que a ella le impactan y la dejan atolondrada y tomada. Lo que siente que se le imprime, busca expresarlo.

Desde este lado sensible, darse este espacio de registro, esta demora, la ayuda a darse la posibilidad de procesar con mayor lentitud.

Quiere sacar sus propias conclusiones escuchando los susurros de su intuición.

En el cuaderno Cintia defiende sus puntos de vista y se anima a interrogarlos. Busca sus propios argumentos. Siente y percibe sus contradicciones también. Si algo le hace ruido, se atreve a seguir investigando, comparando fuentes si así lo necesita. Se da un tiempo para analizar la información. Va construyendo su propio pensamiento. Se replantea qué hacer con todo eso y si tiene algo a su alcance que la haga sentirse mejor. Ya sea con ella misma o con alguna acción ante los hechos. Esto a su vez impacta en sus sensaciones corporales y emociones.

Está buscando encontrar su verdad. Su propia voz.

Pasar en limpio lo que ella va sintiendo en el cuerpo, el impacto que tiene, le ayuda también a conocerse más y confiar en sí misma y sus intuiciones sensibles como guías.

Focalizar ahí la ayuda a acomodarse, sostenerse, respirar. Fortalece su mundo inter-

no y refuerza la autoescucha.

Encuentra también un nuevo recurso de escritura interesante para organizarse. Plasma en listas sus ideas y actividades del día, ideas que la acompañan e inspiran a un despertar propio en su desarrollo personal. Es un tiempo de contacto y presencia organizada.

El trabajo con su voz, tanto escrita como cantada tienen un gran valor para ella. Se siente más animada y a su vez esto le aporta mayor seguridad y confianza.

El ejercicio de concentrar la energía en una sola nota, bien plantada, es una práctica que incorpora a sus rutinas diarias y la ayudan mucho a hacer un eje y volver a ella. Le da una dirección en el caos.

Con el tiempo va notando sus efectos positivos en la claridad de su comunicación en general, en especial la mejora de la comunicación interna.

Sus escritos la ayudan a organizar sus intuiciones. Es un espacio de sinceridad, un lugar más donde ella puede escucharse, conocerse más y reflexionar en profundidad. Confía en su criterio. Sigue trabajando en ella misma.

Un alivio aparece, una nueva sensación de entender. De descubrir verdades internas. A veces necesita mediar con diferentes aspectos de ella misma para llegar a ver que con frecuencia coexisten en ella miradas y sentires en apariencia opuestos.

Busca desarrollar un espíritu crítico en su acercamiento con la información que le llega o que busca.
Se planta de otra manera.
Lee con mayor atención, escuchando el sonido que puede haber entrelíneas.

Sus palabras resultan puentes que unen partes de ella misma. Un momento para dialogar con su mundo interno.

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



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:

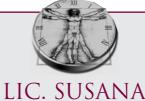
Alérgicas. Reumáticas. Inmunitarias. Oncológicas. Dermatología. Clínica Médica General. Pediatría. Ginecología. Neumonología. Oftalmología. Nutrición. Psiquiatría. Psicología. Acupuntura.

• 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 encuentrospuiggros.blogspot.com www.farmaciapuiggros.com.ar



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.comsusana@loskesselman.com.ar





EXPRESIÓN CORPORAL

Monroe 2765 011 4543 4230 1428 CABA - Argentina http://kalmarstokoe.com Facebook: Estudio Kalmar Stokoe





Nuevas figuras del agente

de salud Nuevas figuras han surgido desde aquella del agente de salud tradicional, orientado hacia la salud general o hacia la salud mental, asumido por un profesional, un idóneo vinculado al área específica: médico, enfermero, psicólogo, asistente social, educador, etc., formado en los conceptos de la prevención y de la promoción de salud (cerca de la media, de la norma). La actual figura del agente de salud en los tiempos de la globalización y de la posmodernidad es diferente. Esta nueva figura no tiene un perfil profesional definido. Numerosas personas pueden ser requeridas como agentes de salud en el sentido de remover los obstáculos que impiden que la vida circule en cualquier ámbito de acción. Este tipo de agente de salud, respecto de la figura anterior, necesitará aprender a navegar con flexibilidad entre conceptos de salud dispares y en permanente cambio (adaptación, eficiencia, docilidad, eficacia, excelencia) y deberá disponer de recursos diversos para atravesar por distintos estados de desequilibrio e incertidumbre, en los que el rol profesional

¿Cuál es el potencial del cuerpo?

En este siglo XXI, vuelvo a revisar algunos conceptos que han sido hegemónicos para pensar la producción de subjetividad y de corporeidad contemporánea. Me refiero a los conceptos de Poder (o Poderes como decía Foucault).

sólo podrá facilitar algunas herramientas.

Mi interés se orienta hacia la investigación de la captura energética y tónica que las tecnologías de Poder hacen en los cuerpos y a los modos creativos, resistencias activas, líneas de fuga, anticuerpos, que se van generando para transformarlas.

Todavía no conocemos el potencial de un cuerpo, ni cuál es el caudal de sensibilidad y movimiento del que dispone para la recreación de la vida.

Un paseo por Foucault: de la disciplina al control

El concepto de Poder que se ha generalizado es aquel que dice: "Tú no debes" y este alude más a una definición jurídica, por la negativa. «Por un lado existe un mecanismo de poder, una tecnología, que llamaría disciplina, por la cual se controlan los elementos más tenues... esto es los individuos. Las técnicas de individualización del poder buscan cómo vigilar a alguien, cómo controlar su conducta, cómo intensificar su rendimiento, cómo multiplicar sus capacidades... Esto es la disciplina».

Del soldado "carne de cañón" de los siglos anteriores, se llega al soldado habilidoso, sobre el cual se invierte y que resulta precioso al sistema y por lo tanto debe ser cuidado, conservado (siglos XVIII y XIX y comienzos del XX). Su paralelo en la educación era la vigilancia permanente, la aparición del celador, de las notas, los exámenes, los concursos, las clasificaciones. Que cada uno esté en su lugar. Estas tecnologías individualizantes enfocan a los individuos en sus cuerpos, en sus comportamientos. Con el descubrimiento de la Población adviene la Regulación. La vida entra en el dominio del Poder. Se percibe al sexo como una articulación entre las disciplinas individuales del cuerpo y las regulaciones de la población. La sexualidad en los adolescentes se vuelve un problema médico, moral, político y pretexto de control. La Regulación impone controles: control de la natalidad y mortalidad, tasa de crecimiento, hábitat, condiciones de vida en la ciudad, estadísticas. El cuerpo del agente de salud se distancia para poder observar las vicisitudes que experimentan los cuerpos observados. Su sensibilidad se construirá en la lógica del observador, del que controla, del que vigila y más modernamente, del que regula y enuncia qué estilo de vida es el que conviene a la sociedad. Sin embargo, el cuerpo del agente de salud también será afectado por las estrategias panópticas y estará constreñido a las tecnologías de la regulación, del control científico, estadístico.

Tanto observador como observado son captados por el ojo avizor y la dictadura de los controles poblacionales. Su cuerpo fluctúa en la búsqueda de una distancia justa desde donde observar y se desvitaliza en el intento de vaciar su sensibilidad, que le aparece como un estorbo para la ilusión de objetividad. La regulación es el nuevo panóptico que dice qué sensibilidad es la adecuada para la media.

Dice Toni Negri que lo que Foucault ha aportado a los jóvenes de la década del 60 no era sólo una cuestión teórica sino la creencia de que la transformación social sólo era posible mediante una desestructuración activa de las redes de poder, singulares y colectivas, en las cuales estábamos presos. Una desestructuración activa de las redes de poder en el ámbito grupal y en el ámbito de las conductas íntimas.

Según Deleuze todos los centros de encierro atraviesan una crisis generalizada: cárcel, hospital, ejército, escuela, familia. La familia, la escuela son un interior en crisis. «Todos saben que en un plazo no muy largo, todas estas instituciones están acabadas... Sólo se pretende gestionar su agonía (a través de reformas) y mantener a la gente ocupada mientras se instalan las nuevas fuerzas». En las sociedades disciplinarias y en las de control, tanto las liberaciones como las sumisiones han de ser afrontadas. «En la crisis del hospital como medio de encierro, es posible que el hospital de día o la asistencia domiciliaria haya supuesto en un principio nuevas libertades... pero igualmente participan de los mecanismos de control que no tienen nada que envidiar a los terribles encierros. No hay lugar para el temor ni para la esperanza, sólo cabe buscar nuevas armas».

El cuerpo del agente de salud se ha modernizado, se ha flexibilizado, cambia el guardapolvo por el vaquero, busca la adaptación activa, intenta posturas alternativas a viejas posturas que le exigían mayor tensión muscular para sostener su actitud profesional, en el Hospital, en los Centros de Salud, en los Dispensarios, en la Escuela, en los Centros de Cultura. La innovación en muchos casos es captada y se transforma en otra de las formas del control.

El cuerpo del agente de salud queda dubitativo entre distintas configuraciones corporales contradictorias. La flexibilidad es sospechada, la sensibilidad es sospechada y el cuerpo del agente de salud pierde tonicidad dilucidando qué sensibilidad podrá ser la adecuada para las nuevas exigencias.

Líneas de fuga

Pilar Calveiro (en "Poder y Desaparición") recluida en un campo de concentración de la Argentina, descubrió comportamientos posibles, que hacían que la voluntad de vida circulara allí donde parecería estar aniquilada toda esperanza.

En casos extremos de control, en un Campo de Concentración, lo cuentan también los sobrevivientes del Holocausto, es posible la trasgresión a la norma y las es-

cobas voladoras de las líneas de fuga. Según la autora, el Campo de Concentración es el lugar idóneo para la experimentación de conductas de sometimiento y sumisión y muestra una producción de subjetividad en la que el miedo se hace caldo de cultivo para la supresión y el auto aniquilamiento de lo humano, es decir del respeto por lo diferente y de la producción de alteridad. Se busca modelar un nuevo sujeto con la intención de hacerlo funcional, homogéneo, cómodo al sistema, no conflictivo. El campo de concentración no es exactamente una máquina de olvido sino una máquina que reformatea la memoria, la amolda a sus necesidades. Su objetivo es borrar, vaciar, regrabar.

Aún en los campos de concentración, «la homogeneización y el control total son sólo ilusiones» y las conductas de resistencia se producen entre los intersticios de poderes que parecían inquebrantables. Sin norma instituida no hay trasgresión. La trasgresión abre una línea de fuga. Un cambio de intensidad. Un pequeño desvío de la atención, la captación de cierta cosa ridícula que se produce en el «entre», hace que el cuerpo temeroso que escapa del represor (visible como eslabón de una cadena de mandos) se convierta en trasgresor y burle los controles. La trasgresión puede llegar como un intento de obediencia que escapa por algún borde y no siempre con una conducta intencional o vo-Iuntaria de resistencia. Puede manifestarse como un pliegue estratégico, como una aparente huida o abandono de los principios que sustentan la humanidad en uno. El acontecimiento de la trasgresión hace visible, evidente, una faceta de la maquinaria de poder que encarna en quien impone la norma, la disciplina y hace a la maquinaria más humana y por lo tanto, falible.

Sólo el cuerpo que se intenta disciplinar y modelaren los valores que los Centros de Poder imponen, invita a la trasgresión.

«Todo ocultamiento al poder totalizante que intentaba hacer transparentes a los hombres, toda la defensa de la propia memoria contra el reformateo del campo, toda burla, todo engaño, fueron formas de resistencia a su poder... La risa fue un elemento de afirmación de la humanidad propia. El sarcasmo y la burla permitían desmitificar al desaparecedor, revelarlo en una existencia patética que desvanecía de un golpe la omnipotencia.»

El descontrol del control: emergencia de nuevas problemáticas

Paul Virilio en su ya clásico libro "El arte del motor" muestra el paisaje contemporáneo. Las tecnologías de control se invisibilizan, se travisten, pierden la forma del humano. Los individuos son sometidos a miles



de informaciones diarias de publicidad. Se instalan estimuladores cardíacos en niños recién nacidos para experimentar. Infraestructura, miniaturación neonatológica que favorece la intrusión tecnológica en el organismo.

Se trata de la colonización de una población humana provista de una cantidad creciente de prótesis que exigirán gastos de salud, cada vez más importantes. Ya en el año 2000 la mitad de las operaciones quirúrgicas consistieron en implantación de prótesis y trasplante de órganos.

¿Será reemplazada la idea de una raza superior por la de una especie superiormente equipada? ¿Hasta qué punto podría el individuo escapar al desorden de los sentidos de tecnologías que buscan apagar los excesos de las pasiones? ¿De qué tipo nuevo de dependencia o acostumbramiento se tratará mañana? ¿Asistiremos a la exclusión de una fisiología humana, órganos vitales superados, a la llegada de un fundamentalismo que ataque la vitalidad natural en favor de una vitalidad mesiánica y sobreexcitada? Las personas son los blancos asediados por todos lados. Turistas del spleen, la neurastenia y la tuberculosis, son reemplazados por los turistas de la desolación (desocupados, anomia, miseria). Informe de la Unesco: viven 120 millones de personas fuera de sus países. Geopolítica desviada por la publicidad. La duración de la vida humana irá en aumento, pero habrá que dar cuerpo a un tiempo que se alarga. Existe el objetivo confeso de transformar al espectador o al observador, como en la guerra, en agente o víctima potencial (campañas de prevención de salud, de seguridad).

Antes se aspiraba a provocar emociones naturales. Con los efectos artificiales la intención cambia. Se llega al vértigo, sobreexcitación, estado de shock, hasta eliminar todo juicio, todo sistema de evaluación razonable o de selección de lo positivo o nocivo de los mensajes. El impacto es una mera señal de frecuencia, un impulso que podrá prescindir de toda verosimilitud.

Los medios masivos y sus ambiciones democráticas parecen llegar a un punto sin retorno, a un umbral de tolerancia donde su poder específico se borra en beneficio de otros tipos de dependencia, más solitarios, más cerca del cuerpo. No se conoce publicidad que aleje del consumo aunque sea perjudicial, sino que estimule consumo. Con la aceleración ya no hay aquí y allá, sólo la confusión mental de lo cercano y lo lejano, el presente y el futuro, lo real y lo irreal... Llegamos al final de un ciclo de la percepción. La ceguera está en el centro del dispositivo de las próximas máquinas de visión. Los hombres más contemporáneos que ciudadanos, se deslizan del viejo estado nación contiguo y contingente a la comunidad atópica de un estado planeta.

Devenir del agente de salud

El cuerpo del agente de salud es cuerpo afectado, arrasado por la rigidez de la flexibilidad del Mercado. Además, los principios, las dicotomías, que sustentaban los marcos teóricos (sujeto/objeto, exterior/interior, individuo/grupo, cuerpo/mente) están siendo interrogados por los nuevos paradigmas en la ciencia, en el arte, en la filosofía. El agente de salud tradicional, que se protegía en un lugar de la salud, desde donde observaba de modo neutral a una comunidad, a una sociedad, a grupos, a personas enfermas o



en riesgo de enfermar, dejó afuera las corrientes submarinas que atravesaban su corporeidad, porque no las consideraba valiosas para comprender lo que iba observando. Y así el cuerpo, instrumento natural para el registro de sensaciones, emociones, se fue plegando y en parte desvitalizando, quedó arrinconado, desconfiado de sí mismo como recurso de un saber y olvidado de su capacidad de resonancia.

En la actualidad, el cuerpo del agente de salud de la globalización está sometido a las mismas situaciones de estrés que los cuerpos de los humanos que intenta salvar. La dictadura del Mercado y de la flexibilización laboral, la crisis de la cultura del trabajo, el cambio de valores respecto a lo que se considera sano y enfermo, justo o injusto, verdadero o falso, fracaso o éxito, es el fantasma que afecta por igual a los agentes de salud y a los usuarios.

El estrés es efecto de sensibilidades en conflicto: una sensibilidad hiperestimulada

La autora en plena acción como eutonista, corporalista. Una más de esos "otros agentes" de salud que cada día necesitamos más para sostener o recuperar esa "otra salud" hoy tan gravemente amenazada

en el hacer y una sensibilidad hipoestimulada en el ser. La neutralidad quizás deba ser reformulada como una tensión, como una búsqueda, más que como un fin.

El agente de salud tendrá que contar con su cuerpo afectado, estresado, desterritorializado, con una sensibilidad anestesiada, devaluada, saturada, vaciada, donde se ensayará regrabar nuevas formas de sensoriar cercanas a la sensibilidad globalizada y adecuadas a la nueva excelencia. Éste será el instrumento para guiarse en la incertidumbre de los principios, enfrentar su propio umbral de tolerancia y remover dentro de sí los obstáculos que le impiden seguir inventando las herramientas de su hacer y su quehacer. A un nuevo "estado desaparecedor" se enfrentará el agente de salud. Nuevas definiciones y estrategias de salud deberá impulsar, que impidan que las personas se transformen en desaparecidos: del mercado laboral, del acceso a la salud, a la educación y a la cultura. Entre el agente de salud y el usuario nace un «compinchaje», una salvación conjunta.

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



La Fundación Río Abierto ofrece una sólida formación en técnicas psicocorporales con un enfoque transpersonal, a la vez propone la exploración del propio potencial creativo como herramienta principal de cada futuro instructor.

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, Taller de Meditación, Movimiento Libre.

Curso de masaje para principiantes y avanzados.

Nueva dirección de Río Abierto en 2025: Paraguay 4694, Palermo fundacionrioabierto@gmail.com

www.facebook.com/rio.abierto

www.instagram.com/rio_abierto_argentina



Informes e inscripción: www.iiqgargentina.com.a

☑ contacto@iiggargentina.com.ar ☑+54 9 11 6656-5215



Asociación Feldenkrais Argentina en su 25° aniversario

método

Entrevista a Gabriela Gómez primera Entrenadora Acreditada del Método Feldenkrais en Argentina, y Sudamérica

escribe Mara Borchardt

Los patrones y el proceso de autoconciencia

Dice Gabriela Gómez: El tema de los patrones, es un tema transversal a los distintos temas. Como estamos hablando del ser humano, todo tiene que ver con todo, todos los temas podrían verse desde ese punto. Los patrones son muy primitivos, aparecen en nuestro desarrollo como seres humanos, y los vemos también en el desarrollo evolutivo de la especie. Los patrones son como autopistas para llegar a un lugar rápido. Si no conozco el camino me puedo perder, hay más incertidumbre y eso no le gusta al cerebro. Aprender una nueva ruta requiere un mapa, requiere prestar atención, sortear



La Asociación de Feldenkrais Argentina (AFA) celebra que en el mes de marzo de 2025, Gabriela Gómez se haya convertido en la primera Entrenadora acreditada del Método Feldenkrais en Argentina y Sudamérica. Con motivo de este evento, Mara Borchardt (1) le realizó a Gabriela una entrevista para dar a conocer su trayectoria y compartir su visión respecto de la significación de los patrones para el proceso de autoconciencia que propuso el físico europeo.



Mara Borchardt (MB): ¿Cómo conociste el Método?

Gabriela Gómez (GG): Conocí el Método a través de Patricia Stokoe que era una genia. Ella hizo su propio método. Yo tenía 18, 19 años y estaba estudiando Bellas Artes en la Prilidiano Pueyrredón y al mismo tiempo tomaba clases en la escuela de Expresión Corporal de Patricia Stokoe. Ella tomó del taichí, de la danza, del yoga y la eutonía y de Feldenkrais... de todo lo que se cruzó en sus viajes por Europa y Estados Unidos. Ella conoció a Moshé. Cuando me enteré que empezaba la primera formación del Método Feldenkrais... fui a ver qué onda y me enamoré. Decidí entonces que ese era mi camino. De esto hace más de 30 años⁽²⁾... Desde ahí nunca dejé el Método.

> Aunque hice también otra formación «Somaterapeuta en Biosíntesis» creada por David Boadella, discípulo de Wilhem Reich(3). El investigaba lo que Freud llamaba el «yo corporal». Reich y Freud empezaron a observar los patrones musculares y su correlato con los tipos de carácter.

En ese momento se estudiaba mucho sobre la histeria y el masoquismo, y esos patrones musculares no tenían que ver con la estructura corporal, la etnia o la genética, sino con la personalidad. A mí, lo que me gustó de esta formación fue que indagaba más en lo emocional.

(MB) ¿En qué sentido sentís que en la formación falta una relación entre lo que nos pasa emocionalmente y lo que hacemos y cómo lo hacemos?

(GG) Recuerdo salir de una clase en cuarto año de la formación donde habíamos trabajado durante varias horas con la apertura de la caja torácica y la respiración, y no saber qué hacer con tantas sensaciones. Salí de clase y sentía ganas de fumar un cigarrillo, y eso que no fumaba y pensé algo no está bien... Es que se cuándo una zona recupera una función, esto no es solamente que estés más flexible, fluye más lo que sentís, v sale la tristeza que estaba contenida v por supuesto podés sentir también más el amor, pero se movilizan sentimientos. Yo quería investigar un poco más de esa relación de la que habla Feldenkrais cuando dice que la Autoimagen tiene 4 componentes (1-sentimientos, emociones; 2 -pensamiento; 3 -percepción y 4 -movimiento) y su relación. Todo está presente siempre cuando actuamos, por eso me apunté en esa formación y me sumó muchos recursos, y nunca dejé de hacer Feldenkrais, los apliqué en

mi trabajo. Me dio herramientas para entender más aspectos, que se me escapaban; como personas que querían mejorar pero no querían perder los beneficios del problema...

(MB) Ahora que contás esta anécdota me hace acordar a que cuando yo hice la formación y me tocaba una de las Integraciones Funcionales con una entrenadora, pedí trabajar la posibilidad de sostener la cabeza de un mejor modo desde la cintura escapular. Yo tengo tendencia a la flexión, como muchas personas, y quería poder estar «erguida» sin esfuerzo, sin tener que «obligarme» a enderezarme. Y recuerdo que la Integración fue grandiosa. Salí caminando con un porte que jamás en mi vida nabia sentido. Me sentia muy diferente pero bien. Y al día siguiente tuve, estando en la formación, un ataque de pánico. Yo creo que me pasó esto que vos misma decís. A veces desarmar el propio patrón corporal, aún cuando sea algo que vos querés y pedís, puede ser difícil de asimilar. Es una estructura que te sostuvo y te hizo llegar hasta donde estás y si bien querés y podés estar mejor, podés no «bancarte» ese otro lugar.

(GG) Exactamente Mara, por eso los cambios siempre deben ser graduales y necesitamos desarrollar recursos como profesio-



nales del Método para acompañar y guiar a nuestros estudiantes en el proceso. Porque una vez que internalizamos el método lo usamos en la vida. Recuerdo una época donde tuve que atravesar muchas dificultades personales, resolver conflictos familiares, legales, etc., y tenía dos hijos pequeños, lo que no es poco, y si bien tenía apoyo de mi esposo y de amigos, hay cosas que tenés que resolver vos, en esos momentos fundamentales estás de alguna manera solo con los desafíos y la vida te pone a prueba, bueno uno lo hace...y entonces usé el Método para mí. Y encontré recursos en el Método para poder atravesar mejor ese momento difícil.

(MB) Qué interesante esto que mencionás. Yo descubrí el Método como parte de mi formación de bailarina pero decidí hacer la formación en un momento de profunda crisis personal producto de una combinación de conflictos afectivos y laborales. Y si bien desde que me recibí doy clases y adoro hacerlo, siento que mi primer reflejo fue hacer la formación para mí. Para recomponerme de esos dolores.

(GG) Si, la formación es ante todo una inmersión que permite el propio desarrollo personal de autotransformación. Por eso quise repetirla y lo hice muchas veces...Tuve la suerte de estar presente en una Asamblea de la Asociación Argentina de Feldenkrais donde Rosalía Odesky⁽⁴⁾ planteó la necesidad de colaboración para llevar adelante la siguiente formación y yo me ofrecí a colaborar porque quería hacer la formación nuevamente. Ahí conocí a Katrin⁽⁵⁾ fue una de mis principales mentoras en este camino. Más adelante Rosalía nos pasó la posta a Andrea Guz y a mí para la organización de las formaciones. Me resultó interesante ver el gran panorama, no solo todos los detrás de escena, sino el pensamiento de los Directores Educativos, la problemática de los estudiantes, las dinámicas de grupo... Y eso me permitió después hacer el proceso para ser asistente. Recuerdo en mi propia formación, ahí estaba Marilupe⁽⁶⁾, que era la asistente de Beatriz⁽⁷⁾ y yo le pregunté qué estaba haciendo, cuál era su rol y recuerdo que pensé: «yo quiero hacer lo que ella hace». Poco después Marilupe, se convirtió en la primera Entrenadora de Latinoamérica. Como asistente continué con la organización de las formaciones, visité otras en Italia donde conocí a Eilat Almagor. Luego estuve como asistente en México y ya en el proceso para aplicar para ser Entrenadora en la formación de Barcelona.

(MB) ¿Y además de tu tarea en las formaciones, trabajás con el Método en forma particular, institucional, en grupo?

(GG) Siempre tuve grupos y siempre trabajé también de manera individual con Integraciones Funcionales. Además soy titular de la cátedra de Feldenkrais en la Universidad Nacional de las Artes (UNA Movimiento), donde se dicta la Licenciatura en Composición Coreográfica y mi materia es obligatoria para los que hacen la mención en Expresión Corporal... de alguna manera todo se relaciona a lo largo del tiempo ¿no? También doy clases en la materia Taller de Trabajo Corporal, en la Escuela de Música Popular de Avellaneda (EMPA).

(MB) ¿Por qué estás escribiendo sobre los patrones? ¿Por qué es importante dentro del Método? ¿Por qué te interesa a vos?

(GG) Hay un tema que a mí me convoca mucho que es la autoimagen. Por supuesto me interesa la idea de postura/actura y el aprendizaje, son temas centrales que desarrolló Moshe. El tema de los patrones, es un tema transversal a los distintos temas. Igual como estamos hablando del ser humano, en donde todo tiene que ver con todo, todos los temas podrían verse desde ese punto, y en definitiva este es un trabajo que se centra en las relaciones entre esto y aquello, en los puentes. Pero los patrones son



Integración Funcional. Clarificando con el esqueleto

muy primitivos, aparecen en nuestro desarrollo como seres humanos, lo vemos también en el desarrollo evolutivo de la especie. Cuando el bebé se desarrolla, necesita empezar a desplazarse, para explorar el mundo y boca arriba, boca abajo, las distintas maneras de reptar de arrastrarse en el suelo; a través del desarrollo ganamos eficiencia, el bebé gatea hasta que se pone de pie. Dentro de esas secuencias vemos los patrones homolaterales, contralaterales, movimientos que se organizan de manera secuencial o simultánea, y encontramos la manera particular de cada ser humano de lidiar con el entorno.

El hecho de que para el ser humano lleva tanto más tiempo llegar a estar de pie, que para otras especies, hace que el aprendizaje juegue un papel fundamental. Y podemos seguir aprendiendo toda la vida.

Y el hecho de que nos lleve más tiempo aprender, hace que esos patrones, estén atravesados por las experiencias particulares de una manera única. Podemos ver las tendencias particulares de cómo cada persona organiza sus movimientos, es una maravilla.

(MB) ¿Cómo trabajás con los patrones en las clases? ¿Buscás primero que la persona reconozca su patrón o vas directamente a buscar que la persona pueda «ejecutar» cualquiera de las opciones posibles?

(GG) Siempre como es un Método de autoconciencia, lo primero es, que la persona se reconozca, tome nota de cómo se mueve y la relación con cómo percibe, cómo siente. Es un trabajo con la atención y los patrones, las maneras propias de hacer lo que hacemos entra en juego. Puede ser a tra-

vés de clases de «Autoconciencia a través del movimiento» o a través del toque, en una «Integración Funcional», pero siempre se trata de espejar primero lo que la persona hace; es una manera de reconocer al otro. Ahí el sistema se siente espejado y como un hechizo que se rompe en ese espejo, se abre el espacio para explorar nuevas posibilidades.

Feldenkrais decía esta frase que me encanta: «si no sabés lo que hacés, no podés hacer lo que querés», también decía: «si no sabés lo que hacés, no podés hacer algo diferente»... me siento más afín con esa. Lo primero en nuestro trabajo, es acercarnos a conocer cómo hacemos lo que hacemos, para luego poder hacer algo diferente.

Escuche a Eilat decir algo que me pareció maravilloso: «cuando conocemos lo que una persona hace, no solamente lo tenemos que respetar, sino que lo tenemos que admirar». Es decir cómo una persona se las arregló para sobrevivir, con todo lo que le atravesó en su propia historia, logró organizase, y llegó hasta donde hoy está. Admirar a esa persona, valorar y aceptar lo que es y lo que esta, eso es lo primero, no querer cambiarla. No cambiamos nada, no cambiamos personas, les damos el contexto, creamos las condiciones para que sigan su proceso de aprendizaje, porque el cerebro enseguida automatiza todo, para volverse más eficiente, pero todo puede ser mejorado, eso hacemos, le damos información al sistema en una especie de laboratorio seguro, para que tenga más opciones y más respuestas espontáneas a la hora de actuar. Por eso no queremos cambiar patrones, ni romperlos, ¡no queremos romper nada! El sistema se aferra a lo conocido, porque le permitió sobrevivir, por eso coincido con la idea de primero admirar al sistema y a la persona. Porque aunque tus patrones no sean los más eficientes en una acción o en otra, son los que te permitieron llegar hasta donde estás.

El dicho: «mejor malo conocido que bueno por conocer» para mí se aplica totalmente al cerebro. Al cerebro lo que más le interesa es llegar vivo a la noche, y confía en lo que conoce. Pero cuando lo nuevo es fácil y cómodo, y cuanto más placentero sea, el sistema nervioso lo va a integrar como una alternativa y va a empezar a usarlo de manera espontánea.

Si no es así, si no se siente completamente fácil, queda en la exploración, pero cuando tengo que actuar recurro a lo conocido, como decía Feldenkrais «a lo que está cableado». Los patrones son como autopistas para llegar a un lugar rápido. Si no conozco el camino me puedo perder, hay más incertidumbre y eso no le gusta al cerebro. Aprender una nueva ruta requiere un mapa, requiere prestar atención, sortear desafíos que no sé cuáles van a ser, aunque pueda ser un atajo, aunque sea más bonita, primero tendemos a evitarla.

MB: ¿Y como se lleva a cabo esto de los patrones concretamente en una sesión en el Método, qué buscan los que acuden a verte?

Puede ser cualquier cosa, una dolencia, un deseo, un tema emocional. Viene por ejemplo una persona y te plantea que quiere estar más cómodo sentado en la computadora. Y vos entonces la observás en la acción de estar sentada y podés poner atención a la acción de alcanzar, mirar como se conectan los brazos con el centro, y encontrás lo particular, lo específico y «ahí están los patrones», y en cómo está sentada y en cómo utiliza los ojos... Y después de un tiempo te plantea que quiere mejorar como nadar, y encontrás los mismos patrones que necesita seguir mejorando porque claro es la misma persona, y encuentra recursos para hacer más fácil lo que quiere hacer, lo que necesita, lo que le gusta. ¿Y la persona cambia o no cambia? Hay tendencias que se mantienen toda la vida, la persona en sí no cambia, crece, se desarrolla, encuentra alternativas. Sin alternativas no podemos elegir y esa posibilidad es una de las cosas que nos define como humanos junto con la de aprender y la curiosidad. La curiosidad es la función más importante para Feldenkrias y coincido. Pero volviendo a los patrones, hay patrones intrínsecos en todas las acciones que realizamos, no solo de movimiento, también los hay de comportamiento, de pensamiento y emocionales. Es fascinante el mundo de los patrones para mí, es una parte del todo y siempre estamos pasando de ver de lo particular a lo global y viceversa. Creo que poner la lupa en los patrones vale la pena.

(MB) Gracias, Gabi. Felicitaciones de nuevo por tu título. Nos pone muy contentos tenerte de profe ahora y siempre.

Notas

- 1 Practionner del Método Feldenkrais y Vicepresidenta de la Asociación Argentina de Feldenkrais
- 2 La Formación de Argentina fue la primera de habla hispana.
- 3 Autor de Análisis del Carácter.
- 4 Rosalía es una de las pioneras del Método y organizó la primera formación junto con Diana Sternbach
- 5 Katrin Smithback de Estados Unidos dirigió las siguientes formaciones en Argentina.
- 6 Marilupe Campero Entrenadora y Directora de formaciones de México. Actualmente es una de las Directoras de la Formación de Argentina junto a Phil Unseld.
- 7 Beatriz Walterspield Entrenadora y Directora de formaciones de Alemania.



El nuevo grupo inició en enero del 2025 y está en curso, no obstante todavía es posible ingresar antes del próximo módulo, que empezará el 30 de Abril. Luego del comienzo del módulo de julio 2025, ya no será posible incorporarse.

Se estima que el próximo grupo comenzará en 2029. A su vez a fines de Mayo habrá un taller sobre "Los Patrones del Movimiento y la Acción" más info en: www.estudiafeldenkrais.com.ar





el lenguaje no verbal y la emoción

Algunos maestros, aún hoy, se quejan de la dificultad de incluir el cuerpo en sus clases, por la resistencia de la institución escolar. Según mi criterio, es necesario no perder la libertad de imprimir estilo propio en su trabajo. A pesar de que en la mayoría de las escuelas domina un programa fijo con asignaturas que transmiten conocimientos, esto no es un obstáculo para ir incorporando el lenguaje corporal y la emoción.

El presente texto es continuación de los publicados en las ediciónes anteriores de Kiné, N°163 a 165.

Hay un concepto extraído de la clínica analítica, es el concepto de transferencia: el paciente transfiere al analista las emociones y afectos de sus primeras figuras parentales, familiares o de su historia.

La contratransferencia es la vivencia que el analista recibe de esa transferencia. Siente que eso no va con él sino que el paciente proyecta en él a otra persona y le transfiere alguna escena de su vida.

Se puede agregar otra noción complementaria: el terapeuta revive su propia historia, debido a la transferencia de su paciente, (podría denominarse la "contracontratransferencia").

> Todas estas dialécticas vinculares implican un flujo y reflujo emocional interno que se siente en el cuerpo de ambos. Por eso hablo de una contratransferencia emocional y corporal.

Esta se da con más fuerza en patologías serias, donde las carencias iniciales en la vida han sido importantes, como en el caso de los pacientes fronterizos. Ellos perciben más nuestro tono de voz, nuestra mirada, nuestros gestos, que el contenido de nuestras palabras.

Muchas veces sus conductas nos producen corte de digestión, tensión en la nuca, dolor de cabeza, palpitaciones, calor, frío, según la emoción que ellos nos provocan.

La transferencia se da en cualquier vínculo cotidiano, pero no lo controlamos como en el marco psicoterapéutico. Permanece inconsciente y nos puede llevar a muchas confusiones y malentendidos.

Es importante hacer consciente este mecanismo en la relación maestro-alumno.

Efectivamente, la transferencia y contratransferencia se reactualizan y, de pronto, el niño trata a su educador tal como vive a sus padres o como le gustaría sentirlos.

Especialmente, en el primer ciclo de primaria, el docente puede ejercer de maestro "rêverie"¹, siguiendo al psicoanalista Wilfred Bion, traduciendo las emociones oscuras del pequeño en palabras "vivas" y "plenas". No sólo se necesita tocarlos en algún momento, sino también "tocarlos con palabras", que sean palabras sentidas, con ese sentimiento que le provocó la expresión corporal y emocional del niño. Permitir que el niño viva este proceso le conducirá luego a una expresión verbal más activa, aunque no sea necesariamente académica al comienzo.

Gracias a ese "holding" el alumno estará más motivado para aprender a leer y lo hará auténticamente. Contrariamente la enseñanza tradicional, que forzaba al alumno a leer inmóvil y pronunciando mecánicamente las palabras.

> Esto requiere, entre otras cosas, una conexión más auténtica del profesor con su subjetividad, un trabajo más hondo de su propia vida y de su propia personalidad, y no sólo de su saber teórico. También es fundamental una experiencia con su propio cuerpo.

Muchas afonías, no son solo por el esfuerzo de hablar alto ante el alumnado, sino que el bloqueo de la garganta puede ser inducido por el control de un sentimiento agresivo o la represión de una pena y de un llanto provocado por algún miembro de su clase, o la emotividad de la atmósfera grupal del alumnado.

Avron llama "emotividad grupal rítmica"

a estas líneas de tensión que aparecen en el campo grupal.

Es necesaria también una sensibilidad y práctica del silencio de vida para la escucha de sí mismo y la empatía con los niños. Es necesario que esa empatía incluya un respeto al ritmo, una adecuación a las posibilidades evolutivas del alumno, y no sólo a las obligaciones impuestas por la institución.

Ayudar a la autenticidad de los niños, implica despertarle su propia creatividad, pero para ello es importante que el maestro no desarrolle un falso self, sometiéndose a lo que le obligan desde lo institucional. Implica inventar recursos imaginativos a través de la música, el canto, la poesía, la pintura, el mimo, o el teatro, para provocar el entusiasmo en la enseñanza.

Con respecto a los ejercicios específicos de la expresión corporal o psicomotricidad, éstos podrán usarse poniendo el cuerpo y la emoción en cualquier contenido que se transmita (ser psicomotricista ya implica una formación aparte).

Para provocar más interés en la adquisición de la escritura, pueden proponer un ejercicio, que conduzca de la pintura a la palabra, reptando, por ejemplo, o moviéndose en el suelo con música, para que surjan los gestos espontáneos, como una danza en horizontal.

Al tomar un lápiz de color, dibujarán sus grafismos en un papel individual o grupal.

Luego les puede sugerir que pongan sonidos a sus líneas de color, para ir proyectando su voz en el espacio, que es esencial para ir sintiendo seguridad en la vocalización.

> Así dejarán su huella pictórica y sonora. Podrán grabar su propia marca, su "firma" tanto como su huella táctil, ya que en la yema del dedo está el sello secreto de

su identidad (no es casual que éste sea el sello en nuestro DNI). Posteriormente, aparecerán más palabras sugeridas por el dibujo.

Es importante favorecer el proceso de la vivencia corporal a la emoción, de la emoción a la imagen y de ésta a la palabra.

Para terminar, dejo hablar a Acutourriere y Lapierre, psicomotricistas franceses: "el dominio del espacio, del tiempo, de la forma, de la línea, del sonido, del ritmo y de la estructura adquiridos durante las vivencia con los objetos y con los otros, favorecen extraordinariamente el aprendizaje de la lectura y de la escritura, tanto más cuanto que estas nociones han sido integradas profundamente en una participación total a todos los niveles de consciencia [...] los problemas de métodos son en realidad falsos problemas. Lo esencial es que el niño conserve, a nivel intelectual, la dinámica de su deseo de afirmación y que se ponga a su disposición el máximo de elementos propios para estimular ese deseo de responder".

1- rêverie concepto ligado a la idea de contención, empatía... W. Bion alude así a un estado mental de la madre para estar en sintonía con las necesidades del bebé

Estos textos de S.Volosín corresponden al primer capítulo del libro, (editado en catalán y en castellano) Los lenguajes del niño: Del cuerpo y la palabra a la escritura. Coordinado por Ramón Bassa, publicado por Editorial UOC (Universidad Abierta de Catalunya).

Susana Volosin es miembro didacta de la Asociación Española y Europea de Psicoterapia Psicoanalítica; ex docente de DMT, Universidad de Barcelona; creadora y Directora del Centro Corendins de Palma de Mallorca, especializada en Arteterapia; ex docente en la Facultad de Psicología de Buenos Aires; coautora, junto a Susana Kesselman, del libro Diálogo sobre lo corporal, Editorial Paidós, 1993. E-mail:svolosin@fincaolivar.org



MASAJE TRADICIONAL TAILANDÉS FORMACIÓN TRADICIONAL



11-5564-2817

escuelanuadthai@gmail.com

www.escuelanuadthai.com

0 escuelanuadthai

f Escuela Nuad Thai





Psicodrama / Psicodramatista

 Seminario de Especialización en Psicodrama y Clínica Corporal (Mensual /Trimestral)

DIAGNOSTICO CORPORAL

FORMACIONES Y TRATAMIENTOS ON LINE



de cursos y profesionales de lo corporal



contactogabrielagonzalezlopez@gmail.com WhatsApp: +54911 6353 0934 Facebook: @cuerpoyartesescenicas Instagram: @gonzalezlopezartesescenicas 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. •Clases individuales, Talleres **Grupales, Seminarios Intensivos.**





Espacio de investigación, entrenamien-Facebook: lavozelcuerpo

Blog: www.patoblues.blogspot.com



to 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. @paolapatogrifman. espaciolavozyelcuerpo@gmail.com



ABIERTA LA INSCRIPCIÓN 2025

Delgado 769, Colegiales, CABA \$\square\$ 11-5653-1732 / 11-3209-9532 @ escueladebioenergetica.red

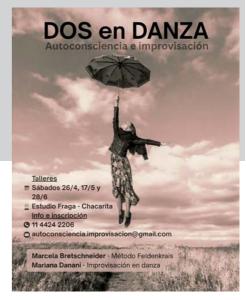
Nuestra formación en Bioenergética es una sólida propuesta vigente desde el año 2006. Nuestras egresadas/os trabajan como bioenergetistas, y muchas han producido bibliografía y actividades de promoción de la Bioenergética. •La propuesta de la escuela se estructura en 4 años de cursada, La primera etapa de dos años consiste en la formación de Coordinador de ejercicios bioenergéticos: En Primer año está el foco en el autoconocimiento y nuestro sistema energético. Los alumnos practican la coordinación de ejercicios dentro de su grupo.

En Segundo año se aprende el rol de coordinador, gestión de grupos y profundización en la teoría y los ejercicios. Se realizan pasantías supervisadas y un trabajo integrador. La segunda etapa, forma Terapeutas Corporales Bioenergetistas. En Tercer año nos dedicamos a las cinco estructuras de carácter. Los alumnos participan del Grupo terapéutico y prácticas. En Cuarto año continúa el Grupo terapéutico y hay Práctica Clínica. El trabajo de evaluación final consiste en realizar una Pasantía supervisada. Toda la formación cuenta con bibliografía de Alexander Lowen y otros autores. Modalidad de cursada: Presencial en 1ro y 2do. Mixta en 3ro y 4to años.



Actividades anuales: Capacitación, estudio e Investigación del método creado por María Fux, a través de seminarios, encuentros intensivos, clases regulares, laboratorios, acompañamiento de procesos creativos y pedagógicos. Dirigidos a estudiantes y egresados de diversas disciplinas artísticas, educativas y sociales que busquen renovadas y creadoras formas de expresión y comunicación para el desarrollo personalgrupal. Se otorgan certificados. Espacio: Casa Nazaret en CABA.

Informes: majovexenat@gmail.com



Autoconsciencia e improvisación. Te proponemos un sábado por mes para retomar el juego sensible con tu cuerpo, el espacio y la música, deteniéndonos a observar aquello que la rutina nos tapa... Cuando desplegamos creativamente lo que va surgiendo al compartir nuestras ganas de bailar, luego la realidad se mira con nuevos ojos. En tiempos difíciles y hostiles, lo expresivo resulta un alimento que nutre y calma. Escribinos! autoconsciencia.improvisación@gmail.com





Clases en la Naturaleza, Bosques, playas, montañas Clases en salón rodeado de naturaleza autóctona

Contacto: 2901 400124 Rosana E. Bernharstu

Clases semanales y virtuales x plataforma zoom. Talleres arancelados y gratuitos virtuales para conocer el estilo y sensibilizar la danza (Consultar fechas) Naturaldanza es un estilo de danza que he creado a partir de mi experiencia con el movimiento en la naturaleza, basada en mi formación como danzaterapeuta con María Fux, e Inspirada en Isadora Duncan y su danza libre, propongo danzar en escenarios naturales, rodeadas de naturaleza que danza. La intención es explorar los movimientos espontáneos de cada persona, buscando expresar sensaciones, pensamientos y sentimientos a través de los mismos y en progresiva conexión con el entorno. Buscamos una danza libre inspirada en la naturaleza. •La naturaleza es siempre una inspiración. Todos los movimientos han sido creados a partir de la observación de la naturaleza. •En una conexión íntima con tu ser natural, danzar en la naturaleza es absolutamente reparador

• Más Info 2901400124 Rosana Bernharstu



Abierta la inscripción para la sexta Formación del Método Feldenkrais® Internacionalmente acreditada a realizarse en Buenos Aires - Argentina. a partir de 2025. Aún estás a tiempo de sumarte. •La Formación es un proceso de aprendizaje cuyo enfoque está puesto en el desarrollo del potencial humano y a través de la autoconciencia, nos guía en un camino de maduración como seres humanos. -Además de la exploración detallada de las múltiples dimensiones del movimiento, se van recreando también las diferentes fases del desarrollo motor. Esto permite a los estudiantes recomponer su propia organización en un nivel profundo y aprender gradualmente cómo se desarrollan y organizan el movimiento y la función en el ser humano. • Habilita para ser pedagogo del Método Feldenkrais en sus dos modalidades: Integración Funcional® y Autoconciencia a través del movimiento®

La directora educativa sérá: Marilupe Campero (México). A lo largo de la Formación también dictarán clases otros Entrenadores internacionales de primer nivel de diferente procedencia, entre ellos de Alemania, Estados Unidos e Italia. •El proceso dura 4 años, y la modalidad es presencial y virtual; dos módulos presenciales y dos módulos on line, por año. • Está dirigida a Profesionales de la salud, el arte, la educación y a toda persona interesada en la autoconciencia, el movimiento y el aprendizaje. Información detallada: www.estudiafeldenkrais.com.ar

PSICODRAMA, CUERPO Y GRUPOS Talleres Seminarios teórico vivenciales Formación Anual Área asistencial terapéutica Inscripciones abiertas. @institutovathia

Consultas: +54 9 11 5663 9283

www.institutovathia.com

Cuerpo, Psicodrama y Grupos. •Terapia Corporal individual y grupal. •Psicoterapia Individual, vincular y grupal. • Talleres: - Cuerpo, Género y Psicodrama. - Poéticas del cuerpo. - Ejes Corporales y Ejes vitales. - Las Máscaras del Cuerpo. • Ya están abiertas las inscripciones para nuestra Formación en Coordinación Grupal y Sociopsicodrama 2025. Inicio Marzo/ Abril. Cursada Intensiva. Modalidad Mixta, Virtual y presencial. Cada participante elige su forma de cursada. Concebimos el aprendizaje como un contínuo teóricovivencial. En los encuentros se articulan conceptos teóricos, que se transversalizan con la puesta del cuerpo en la escena. -Prácticas profesionales supervisadas. Matrícula con descuento para comunidad Kiné Consultas: 1156639283 o por mensaje en nuestro Instagram: @institutovathia.com





Lic. Andrea Gregoris Kamenszein / Danza Movimiento Terapeuta y Coach con 22 años de experiencia.10 años de producción en canal 9. Sesiones 1 a 1 para que lo que querés cambiar se transforme en acción, porque no alcanza con tenerlo re claro en la cabeza. Cuerpo y también palabra, desde otro abordaje. Presidenta Asoc. Arg. DT y DMT 2019-2021. Creadora del método Ontología del Movimiento. Proximas capacitaciones on line: •Atlas of Emotions desde el cuerpo en Junio. •Ontología del Movimiento para profesionales del crecimiento personal y terapeutas corporales en Agosto. • Training nociones técnicas para usar la cámara a tu favor en Noviembre. @evolucionmovimiento y www.evolucionmovimiento.com.ar

Sesiones en parque Chacabuco y on line/ 11 5893-3993 de cursos y profesionales de lo corporal



y creatividad

Reflexiones teóricas

TALLERES MENSUALES 2025

- f Sensopercepción Nicosia
- @ @nicosiaolga

Exploración e investigación en movimiento, para lograr mayor discriminación perceptiva y disponibilidad corporal. Reflexiónes sobre influencia de los apoyos, las cadenas miofasciales, la acción de la gravedad y otras fuerzas en la organización del movimiento. De la práctica a la teoría y viceversa. Talleres mensuales de 4 hs. cada uno, •Segundo sábado del mes, a partir de abril de 2025.



Un abordaje integrador basado en herramientas psico-corporales. Un espacio de salud, bienestar y transformación creado hace 59 años en Argentina y difundido en todo el mundo

FORMACIÓN DE INSTRUCTORES
MOVIMIENTO VITAL EXPRESIVO
CONCIENTIZACIÓN POSTURAL
YOGA
GRUPOS DE TRABAJO SOBRE SÍ
LIBERACIÓN DE LA VOZ

MASAJES

Nueva dirección: Paraguay 4694

Actividades en el Nuevo Espacio: •Clases de movimiento vital expresivo y de concientización postural: Presenciales, Virtuales, en los Parques • 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 psicocorporal, 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. •Formación de instructores en el sistema Río Abierto Terapeutas psicocorporales y transpersonales. Modalidad de cursada presencial y online. Título avalado por el Organismo Río Abierto Internacional. Duración 2 años. Con opción a 3er año de posgrado •Talleres: -Liberación de la voz -El cuerpo y la plástica -Meditación. Masajes • Entrevistas individuales

•Nueva dirección de Río Abierto en 2025: Paraguay 4694, Palermo, CABA. Email: fundacionrioabierto@gmail.com

Email: fundacionrioabierto@gmail.com facebook.com/rio.abierto Instagram: @rio_abierto_argentina

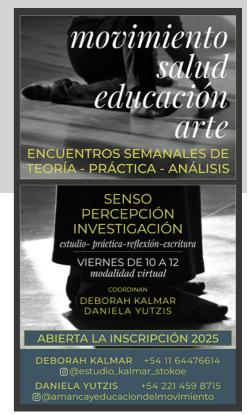


Tu cuerpo es una construcción biográfica de deseos que se transmiten de manera intersubjetiva y transubjetiva. Todas tus experiencias vitales están inscriptas en el cuerpo. La vitalidad de tu cuerpo se desarrolla en base al equilibrio de la pulsación biológica: contracción-expansión. Cuando tu cuerpo 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



+54 9 11 2401-3577

Te propongo un amoroso camino de integración entre el cielo y vos para reencontrarte con tu pulso vital. El objetivo de los encuentros es fortalecer tu autoconocimiento, despertar los lugares dormidos de tu imaginación, empoderarte y promover tu capacidad de acción para alcanzar lo que deseas. Danza Butoh - Bioenergética - Exploración Arquetipal -Astrología Corporal- Lectura De Carta Natal. ¡Te espero! Tu consulta es una oportunidad. Celu: 54 911 2401 3577 Email: poesiacorporalenmovimiento@gmail.com Seguime en Youtube: La Astrología de Galilea Web: www.patriciaaschieri.com.ar



Este espacio se crea por la necesidad de ofrecer una red de formación e investigación para todas las personas que se sientan conmovidas e interesadas por el movimiento en su aspecto ligado a la salud, al arte y/o a la educación. A la vida. Este es el tercer año de encuentros semanales desde distintos puntos del país y otros países del mundo para entretejer práctica, teoría, reflexión, estudio y movimiento. Cada viernes nos reunimos docentes, investigadores y estudiantes para afinar el escucha hacia el entretejido con materiales teóricos y los temas emergentes sobre diversas áreas de análisis y creatividad. Abordamos el estudio de la organización del movimiento en las dimensiones del espacio-tiempo, el encuentro con el sentido de nuestras posturas, en relación con ello, trabajamos en particular, aquellos temas de anatomía para el movimiento, el uso de objetos y materiales de apoyo. Las lecturas y la investigación se articulan también junto la capacidad de formularnos preguntas que motorizan el interés por el estudio. A lo largo de los últimos años, este espacio ha devenido el acompañamiento para la escritura, habiendo publicado el primer libro con el aporte de los textos de sus integrantes y actualmente estamos terminando la recopilación para un segundo libro. Hemos contado con la presencia de profesionales, artistas-docentes, invitados a compartir su mirada desde la antropología, educación, arte y filosofía. Las clases comienzan en marzo y terminan a mediados de diciembre. El grupo está abierto y damos la bienvenida a todo aquel que desee participar en el próximo 2025.



Danza - Expresión Corporal - Movimiento y Voz - Recursos Expresivos. Más de 25 años de trayectoria en la docencia y en la expresión artística a través de distintas disciplinas. •Taller Danza -Expresión Corporal. Todas las edades. Conciencia corporal. Postura. La voz. Improvisación. Danza propia. Composición. • Taller Teatro y Movimiento para personas mayores, + de 60. En Almagro y Fundación Navarro Viola (Recoleta). Grupales. Personalizadas. On line. Cristina **Soloaga.** Profesora Nacional de Expresión Corporal. Licenciatura en Composición Coreográfica. UNA. Informes 156 685 3926. csoloaga60@hotmail.com Facebook e Ig: @Cristina Soloaga





de cursos y profesionales de lo corporal



SANDRA REGGIANI

Talleres regulares e Intensivos

© 54 9 11 5857 6168

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.



Danza Transpersonal: Inspirada en músicas bellas y provocadoras. Habitar juntos variados estados emocionales nos permite desplegarnos de nuestro yo identificado con una sola forma de ser, para acceder a un estado de consciencia asociada. También prácticas: Herramientas, Mecanismos y Manchas Rítmicas. •Espacio de autoindagación para poder contactar y confiar en nuestros sentires, impulsos y pensares. •Somos un grupo inclusivo, sensible y colaborativo.

Encuentros formativos en Espiral, donde podés sumarte todo el año como invitado. @escuelaexpresionhumana

revistas

folletos

logotipos

libros

Wp: 115-338-9700



de recaen todos los males". Del relato de mis pacientes se deduce que, toda adición 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. perla.tarello@gmail.com



El Sistema Milderman es una Disciplina Psicocorporal Integral que articula Expresión Corporal, Yoga, Dramatización y Diálogo, Juego, Movimiento Expresivo, Meditación en Movimiento y en Quietud, Plástica Griega, Pintura Rítmica Expresiva, Liberación de la Voz, Masaje y Estudio del Trabajo sobre Sí mismo, en una misma clase/taller. • Esta Formación Psicofísica Integrativa está dirigida a Profesionales de Educación, Salud, Arte, Autoconocimiento, Trabajo Social, y para quienes tengan interés en un Camino de Autotransformación Integral, Personal y Colectiva. Promueve la Formación de Instructores Re-Educadores Psicofisicos Profesionales con Visión integral-holìstica, Sedes en Argentina Y ONLINE **Modalidades** Online Semipresencial - Presencial. •Actividades:

Talleres - Intensivos - Formación-Instructorado Aplicación - Investigación - Personalizados - Masajes - Giras - Retiros - Congresos - Festivales +5491130927365 @movimiento expresivo



Programa de radio y podcast de Danza **Inclusiva y arte:** Estamos súper felices de contarles que continúa nuestro podcast «Andares por el Mundo» Seguimos explorando el arte y la educación con un enfoque inclusivo, conversando con referentes que comparten sus experiencias y conocimientos sobre la inclusión y el arté. También hay una sección de música original y juegos interactivos de audiodescripción y danza contada. El 22 de agosto hemos lanzado el primer capítulo, que se transmite todos los jueves a las 19:00 en Radio Ceibo y los lunes a las 21:30 por Radio RTV México No te preocupes si te lo pierdes en vivo, porque después podrás escucharlo en todas las plataformas de podcast. •Andares Danza Inclusiva. Dirección: Claudia Gasparini. Clases abiertas. Cursos y Jornadas de Formación. • Asesorías. Diseñar espacios de arte accesibles para todas las personas. Wp +54 9 2994056103 andaresdanza@fundacionfabricadeartistas.com Facebook: AndaresDanzaInclusiva

Instagram: Andares Danza inclusiva



Danza Armonizadora. Taller teórico-práctico: Conciencia corporal. Abordaje del conflicto recuperando nuestros potenciales. Sentirnos. •Danza Armonizadora es una práctica que combina movimiento, conciencia y afectividad para promover equilibrio y armonía en cuerpo y mente. A través de movimientos naturales y ejercicios específicos, esta danza busca integrar y equilibrar energías del cuerpo y la mente, fomentando un movimiento afectivo y reparador. • Elida Noverazco, Mirtha Barnils, Karina Jousse v Gabriela Prosdocimi te invitamos a un viaje de auto-descubrimiento y crecimiento personal. A través de movimientos conscientes y ejercicios prácticos, descubrirás cómo: - Reconocer y gestionar emociones y pensamientos - Fortalecer relaciones y comunicación efectiva - Desarrollar resiliencia y adaptabilidad en momentos de cambio - Conectar con tu cuerpo y encontrar equilibrio. Fecha: sábado 10 de mayo Horario: 17 a 20 hs Lugar: Malabia 297 Inversión: \$ 30.000



Esferokinesis. El CIEC está dedicado a la investigación de las aplicaciones que tienen los fisiobalones en el trabajo corporal desde 1999, siendo la primera institución especializada en la formación y perfeccionamiento en ese campo de profesionales de las áreas de la salud, la educación y el arte en Argentina e Hispanoamérica. Esferokinesis®, el método desarrollado en Argentina por Silvia Mamana, propone realizarun entrenamiento integral, que favorezca el aumento del registro interno del cuerpo, el aumento del bienestar físico y mental, y la prevención de lesiones. Además de trabajar la reorganización del movimiento y el tono muscular, recupera elementos creativos y lúdicos, que rompen con la monotonía y modifican las rutinas de la vida diaria. El CIEC tiene profesores acreditados en Argentina, España y los distintos países de América Latina. •Formación en Esferokinesis (presencial y online). •Especialización en Esferokinesis Adaptada. •Cursos cortos y de Aplicaciones Especiales (Yoga, Embarazo, Adultos Mayores, Niñez, Pilates). •Clases de entrenamiento (online









cuerpo

CIENCIA LITERATURA MEDICINA FILOSOFÍA SOCIEDAD

MEDIOS COMUNICACIÓN PSICOLOGÍA NOTICIAS



z imborrable Mariela

La partida de Mariela Acevedo, periodista, investigadora y gestora cultural deja un inmenso vacío en este particular mundo de la edición independiente autogestiva, como también en el campo de la investigación, el debate y la producción gráfica feminista. Con particular sensibilidad y un agudo sentido del humor, Mariela abordó proyectos editoriales creativos y disruptivos, que permitieron a mujeres y diversidades gestar formas innovadoras de expresión y representación.



RIS D RITUALES

La exploradora de la producción gráfica feminista

escribe: Mariane Pécora

Conocí a Mariela en 2012, en un curso que proponía proveernos de herramientas para sostener medios independientes y autogestivos. Ella era editora de Clítoris, una revista feminista descontracturada, disruptiva, nada heterodoxa que, desde los márgenes, se adentraba en la ríspida disputa de sentidos sobre sexo y sexualidades.

En 2010, Clítoris fue uno de los diez proyectos del Concurso Nuevas Revistas Culturales «Abelardo Castillo», impulsado por la Secretaría de Cultura de Nación. Este premio, que se otorgó por esa única vez, impulsaba la creación, edición y sostenimiento de los primeros cuatro números.

Por entonces, la sociedad argentina atravesaba una suerte de espejismo multicolor. Se vivía un período de avance social en materia de derechos humanos, sexuales e identitarios. Si bien el conflicto entre la tradición y este nuevo paradigma social era manifiesto y se materializaba en las misas que el entonces cardenal Bergoglio celebraba en las puertas del Congreso de la Nación. Dentro del recinto, algunos de los mismos legisladores que ahora transmutan a posturas retrógradas acababan de sancionar la Ley de Matrimonio Igualitario. Y en 2012 hacían lo propio con la Ley de Identidad de Género.

> Nombrar Clítoris a una revista, aludiendo a ese exclusivo órgano de goce femenino, confrontaba abiertamente con el ideario patriarcal que reduce a la mujer a mero objeto de placer masculino o a una incubadora.

Para Mariela, se trató de una apuesta política para explorar los feminismos a través de un lenguaie nada académico, utilizando la sátira, el humor y la parodia para discutir las relaciones de poder desde la gráfica y desde lo textual. Lejos de ser una revista de mujeres para mujeres, fue una producción periodística feminista que reivindicaba el placer en el ámbito de la historieta, cuestionando identidades binarias y estereotipos de género. Donde autoras e historietistas, relegadas de ese universo particularmente masculino, tuvieron la oportunidad de refleiarse v verse refleiadas: donde activistas trans como Lohana Berkins, Marlene Wayar y Susy Shock expusieron su lucha por la emancipación de los cuerpos; donde Mariela graficó la frágil línea que divide la trata de la prostitución; donde mujeres y diversidades encontraron un espacio para expresarse, leerse, comunicarse y hacer circular sus voces entre la pluralidad de feminismos.

«El feminismo no existe. Existen di-

versas formas de vivir feminista; hay feminismos en plural, algunos más alegres, otros más combativos, todos con una mirada política sobre el ser cuerpo en este planeta, con sus marcas genéricas, sexuales, raciales y de clase, así como sus trayectorias geográficas, espaciales y temporales. Esta aparente simplicidad se traduce en diferencias fundamentales que fomentan variadas discusiones internas. Algunas defienden el feminismo lesbiano frente al feminismo heterocentrado, el feminismo poscolonial desafía el feminismo occidental y blanco, el transfeminismo se opone a un feminismo biologicista heredado de la ciencia del siglo XIX, y algunos hombres feministas buscan nuevas formas de masculinidad», escribía Mariela en un dossier de la revista Clítoris publicado en 2011, titulado «Feminismos vs. El Feminismo».

Mariela siempre contaba que ella no era feminista; se hizo feminista tras participar del Encuentro Nacional de Mujeres de 2007, que le permitió comprender la magnitud del sexismo y de la violencia mediática hacia mujeres y diversidades. A partir de esta experiencia, encaminó su licenciatura en Comunicación Social a indagar sobre la representación de la mujer en el mundo de la historieta y a un particular análisis sobre la tira «Clara de Noche». Más adelante, durante su estadía en España, conoció a mujeres historietistas y tomó conciencia de la exclusión de las autoras en el mundo del cómic.

En 2012 coincidí con Mariela en esa construcción plural, diversa y heterogénea que nucleó a más de 300 revistas culturales independientes y autogestivas de todo el país: AReCIA. Desde allí presentamos un proyecto de Ley de Fomento para sostener nuestras publicaciones. Dimos cientos de batallas, en las calles, en los medios, en los despachos, en las universidades, en foros y seminarios... Sin embargo, la iniciativa nunca fue tratada. Ese mismo año, cuando el dinero del premio se había agotado, el costo del papel y de impresión era imposible de sostener; el precio de venta de tapa no cubría siguiera los costos mínimos de producción y el monto de la pauta oficial que le asignaron parecía un intento de censura, Clítoris sacó su último número. Pero Mariela no se rindió, surfeando un sinfín de arbitrariedades, apostó a una nueva propuesta: un portal de Feminismo Gráfico que en 2014 se materializaría en la primera antología de la Revista Clítoris, denominada Sex(t)ualidades; y años después en un segundo volumen titulado Relatos gráficos para femininjas, propuesta que tenía como objetivo intervenir políticamente en el espacio público. Ambos volúmenes fueron editados por el colectivo Hotel de las Ideas.

En paralelo, trabajaba como docente especializada en Educación Sexual Integral; investigaba y coordinaba actividades que promocionaban la participación de los feminismos en el mundo del cómic y la historieta, entre las que destaca «Nosotras contamos», una muestra que recorre las publicaciones de autoras de historieta y humor gráfico entre 1930 y 1918.

Diecisiete mujeres vestidas de blanco, paso a paso, despliegan las alas y los ritmos en una plaza, un teatro, una marcha, un festival, un carnaval... Se vienen las TuMmbanda, las tamboras en manos de mujeres feministas lideradas por su directora rítmica Victoria Halfmann. Y allí está Mariela Acevedo, junto Lucía Pinolli, Claudia Wald, Sandra ArÇubi, Pilar Alonso Reyes, Elsi San Martín, Miriam Franco, Mirta Moreta, Verónica Mendez Laffont, Jenny Prieto, Jorgelina Clarens, Anahí Franco, Irel Alma, Angélica Necuzzi, Naty Suarez, Itatí Acuña y Victoria Halfmann. (Juliana Corbelli, 2018)

Este incansable afán de investigación la convirtió en una referente en la exploración de estos lenguajes en el país y en Latinoamérica.

MÚSICA TÉCI

Además de esta intensa trayectoria profesional, formaba parte de TuMmbanda, agrupación feminista de mujeres tamborileras⁽¹⁾.

En 2017 se integró al equipo de Periódico VAS (2). En estas tierras de la redacción fue la chispa que disparaba investigaciones periodísticas desafiantes, innovadoras y hasta visionarias. Era un ser excepcional. portadora de una sonrisa que no sólo iluminaba, lograba encantar sin proponérselo. Dueña de un particular estilo que mixturaba lo geek, lo nerd y lo friki con un colorido toque latino. En fiestas y celebraciones se convertía en una observadora silenciosa, profundamente atenta y meticulosa. En las tantas notas que escribió, destacaba por su precisión visionaria sobre los tiempos venideros. Los mismos que hoy atravesamos.

> En 2020, cuando Milei desfilaba por los estudios televisivos como un bravucón mediático, Mariela escribió un contundente informe sobre el fenómeno MGTOW: la aparición de la derecha misógina en las redes sociales.

La nota, que enfureció a cientos de *incels*(3), comienza diciendo: «Misoginia, memes e ideas de libre mercado se entremezclan en foros de usuarios en la red: se trata de comunidades en la 'androsfera'. (traducción de 'mansphera', neologismo que refiere a 'burbujas comunidad y en la que proliferan discursos de odio contra las mujeres amparados en el anonimato). En esta 'machosfera', jóvenes varones heterosexuales y resentidos desarrollan lo que llaman 'filosofía MGTOW'. Se trata de un conjunto de ideas que se basa en un ramplón biologicismo para explicar las relaciones de género que conecta ideas conspiranoicas antifeministas y racistas con preceptos liberales. En los espacios de intercambio explican el lenguaje cerrado que comparten y los principios de un movimiento masculinista violento que encuentra sus principales referentes entre los autodenominados 'paleo libertarios' o 'anarco

capitalistas', entre los que se encuentran el politólogo Agustín Laje, el economista Javier Milei y la influencer Lilia Lemoine, caras visibles de parte de la nueva derecha argentina que, excusados en la libertad de expresión, promueven el odio haciendo un click».

Con este informe, Mariela recibió más insultos que elogios. Pero ella amaba los desafíos y respondía con una cuota de humor e ironía a cada uno de ellos.

En 2019 terminó el doctorado en Comunicación Social y durante la pandemia concursó para una beca del CONICET, que obtuvo. En 2021 enfermó. Ese vientre algo abultado, que en más de una ocasión motivó comentarios de sorna de su parte, ocultaba un tumor maligno. Comenzó la tortuosa secuencia de quimioterapia, rayos. Un frío día de invierno la abrieron y la cerraron. Mariela no se rindió, nunca se rendía. Siguió soportando quimio, rayos, tratamientos invasivos; perdió el cabello, peso, fuerza. Pero no se dejó vencer. Nos vimos a principios de 2023. Estaba recuperada. Le acababan de comunicar que había vencido al cáncer. Se la veía feliz, sonreía, brillaba. Brindamos.

El 26 de enero de 2025, Diego, su compañero, me comunicó la partida. No logro entender por qué la muerte se ensaña siempre con los seres de luz. Mariela brilla acá, allá, en tantas palabras que escribió, en las viñetas que inspiró, en cada uno de los desafíos que encaró a lo largo de sus cortos cuarenta y cinco años. La percibo irradiando luz en este oscuro horizonte de crueldad. Imagino qué haría, qué diría, qué sería capaz de soportar. Arrastraría el universo entero sobre sus hombros.

Mariane Pécora es Técnica en Comunicación Social (Universidad Nacional de Córdoba). Trabajó en medios independientes de la provincia de Córdoba junto a Ricardo Camogli (ex coordinador de la revista Humor) y Ana Esteras (Directora de Le Monde Diplomatique 1987-89), Desde 2004 edita el Periódico VAS en CABA.

Notas de la redacción

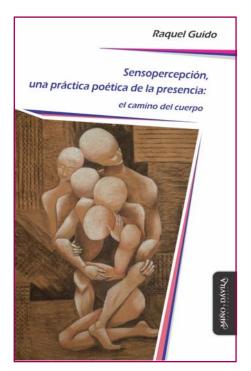
 Para más información sobre TuMmbanda ver el artículo publicado en Tiempo Argentino, escrito por Juliana Corbelli en 2018: https://www.tiempoar.com.ar/ta_article/ tamboras-feministas-en-el-carnaval-ritmosde-empoderamiento/

2- Ver http://www.periodicovas.com

3- Incels: abreviatura de involuntary celibate: celibato involuntario- Hombres jóvenes heterosexuales que se sienten solos y rechazados por poco atractivos que fueron creando comunidades virtuales caracterizadas por la misoginia, hostilidad, discursos de odio y apología de la violencia hacia las mujeres y personas LGBTIQ+ (ver exactas.uba.ar/genex/ 2024/08/30/aproximacion-incels). Un tema que tiene importante presencia en la excelente y celebrada serie «Adolescencia» del gran actor Stephen Graham que también participó en su creación y producción.



ratón 22 de biblioteca



Sensopercepción, una práctica poética de la presencia. El camino del cuerpo.

Autora: Raquel Guido. Ilustración de tapa: Bea Canoura. Editorial: Miño Dávila, Buenos Aires, Octubre 2024.

El contenido de este libro es un viaje imprescindible para nuestros intereses corporales, y para la expansión de nuestra mirada desde lo biológico hasta el arte, la poética corporal y el análisis biopolítico. Después de deleitarnos con el prólogo de Sandra Reggiani v el proemio de Gerardo Acosta nos embarcamos en un recorrido por temas que se abren en un enriquecedor abanico con reflexiones preliminares como «Las escrituras no se me quedan quietas» o «El Lenguaje inclusivo». Y luego la historia local de la Expresión corporal. Tramas y confusiones. La formación profesional. Los aportes sobre los modelos hegemónicos y contrahegemónicos, el cuerpo como territorio en disputa. La dimensión social de la percepción. Incidencia de las nuevas tecnologías. Y mucho más en 150 páginas que se leen volando, creciendo, e inspirándose con la inspiración de la autora. Kiné, agradece desde ya, el permiso que tendremos para explorar y compartir este material en nuestras páginas, que tantas veces, en tantos años de complicidades e intercambios, ha contado con la presencia de sus artículos.

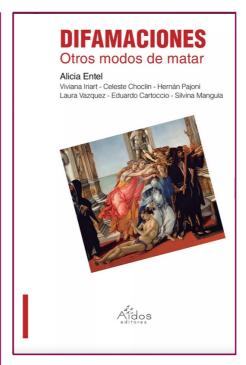
Coincidimos con la síntesis que nos ofrece la contratapa: El occidente, con sus paradigmas hegemónicos centrados en el logos racional, sujeta y moldea nuestros cuerpos a su modelo único. Nos estructura en nuestra sensibilidad, en nuestros modos de expresarnos, en nuestra gestualidad, en nuestras formas, promoviendo un borramiento ritualizado del cuerpo que lo enmudece en nuestras vidas cotidianas, condenándonos a una perpetua ausencia.

La propuesta de Raquel Guido, a través de la sensopercepción, apunta a desocultar ese cuerpo silenciado, a darle lugar. Lo desafía a la emergencia de su singularidad y a su despliegue poético en un devenir de lo espontáneo, donde no participa el ordenamiento intelectual, racional, previo, sino que nos ubica en el aquí y ahora del acontecer en el instante.

Como técnica de la Expresión Corporal, la sensopercepción promueve la heterogeneidad de los cuerpos y las danzas o performances efímeras que surgen en el instante, en tiempo real. Promueve el habitar el cuerpo, para ubicarnos en el espesor corporal y desde ahí hacer, ser y sentir.

Por lo tanto Guido afirma que la Sensopercepción, así entendida, es tanto una técnica sensorial para la Danza y las Artes del cuerpo como un camino de autoconocimiento, un camino para la vida: el camino del cuerpo.

Raquel Guido [queliguido@gmail.com] es Profesora de Expresión y Lenguaje Corporal; Licenciada en Composición Coreográfica, Mención Expresión Corporal (UNA), Profesora de Artes de nivel universitario, en Danza, Mención Expresión Corporal (UNA). Titular regular de las cátedras de Expresión Corporal I y II en la UNA, y titular de las cátedras de Sensopercepción I y II, y Fundamentos de la Expresión Corporal en la misma universidad, donde también dicta el Seminario de posgrado «Teorías de la Corporeidad», en la carrera de Maestría de Danza Terapia. Jefa de Trabajos Prácticos en Teoría General del Movimiento (Carrera de Artes, UBA), donde también se desarrolla como Investigadora. Fue Consejera del Departamento de Artes del Movimiento y miembro de la Comisión de la UNA (períodos 2007-2011 y 2011-2015). Ha escrito los libros Cuerpo, Arte y Percepción: aportes para repensar la Sensopercepción como técnica de base de la Expresión Corporal (IUNA, 2009), Teorías de la Corporeidad. Distintas representaciones del cuerpo en occidente (UNA, 2014), Reflexiones sobre el danzar (Miño y Dávila, 2016). Y en coautoría El cuerpo in-cierto -arte, cultura y sociedad (UBA-Letra Viva, 2006).



DIFAMACIONES Otros modos de matar. Idea y coordinación Alicia Entel

Escriben: Alicia Entel, Viviana Iriart, Celeste Choclin, Hernan Pajoni, Laura Vázquez, Eduardo Cartoccio, Silvina Manguía. Diseño Diego Pablo Choclin.

Aidos Editores, Buenos Aires, Diciembre 2024.

Mucho se ha hablado sobre los discursos de odio, sobre las tácticas de la ultraderecha, sobre el deseo de difamar al otro, calumniarlo v las concreciones violentas que seguimos viviendo. Sin embargo, se ha trabajado menos en torno a la genealogía de la difamación, a la larga historia que tales comportamientos sociales tienen en este lugar del planeta, y, en definitiva, al por qué se extienden cada tanto. ¿Qué ocurre socioculturalmente para que el maltrato y la difamación se naturalicen? ¿Cómo han sido y son los modos actuales de aniquilación del otro? ¿Por qué se evidencia más potencia difamatoria en los cambios de época? ¿Qué huellas quedarán? El libro, componiendo un caleidoscopio donde están presentes desde la pintura renacentista, el teatro, la vida cotidiana, hasta los comics y las redes, da cuenta de cuán profunda herida se viene produciendo en los intercambios sociales, cuán lejos va quedando la experiencia solidaria y cómo urge poner un freno a tal forma de aniquilar la condición humana.

Comenta Alicia Entel:

Hablar mal de otro sin razones, ensuciar su figura y trayectoria, incluso atentar verbalmente contra su vida, constituyen procedimientos de larga data. Solían concentrarse en la vida del ágora y en lo peor de la sofística. Sometieron al disidente (o las disidentes) en el mundo medieval y acompañaron el «vale todo» de los tiempos maquiavélicos. Por eso la difamación, y las calumnias - que herían el honor - debieron ser sometidas a «leyes de convivencia», por momentos respetadas, por largas épocas, rotas, negadas, y hasta envueltas en un sordo entusiasmo tecno. Las difamaciones son hijas de la guerra por otros medios. Y, en la actualidad, emergentes de un capitalismo en su faceta monstruosa. ¿Cuánta conciencia hay de que las palabras violentas son herramientas bélicas?

Los contenidos del libro incluyen los siguientes temas:

- •El perverso «encanto» de la difamación. Alicia Entel.
- •Ilusión y sujeción Fama y honor en el teatro español del Siglo de Oro. Viviana Iriart
- •Violencia en redes, mecanismos de difamación, Celeste Choclin
- •Del odio en el ecosistema de medios y otras infamias Hemán Pajoni.
- •Representar la vida de Eva Perón Escenas y difamaciones alrededor de una historieta y una pieza teatral, Laura Vázquez.
- Detrás de la difamación. La difamación política en Detrás de la mentira, un film anticomunista de 1962, Eduardo Cartoccio.
- •«Negro de mierda». La humillación a lo largo de la historia argentina Silvina Manguía.
 - •De la difamación a la acción Alicia Entel

Alicia Entel es investigadora en Comunicación, categorizada 1 por el Programa Nacional de Incentivos a la Investigación, periodista, doctora en Filosofía (Imagen y Cognición) por la Universidad de París. Ha sido fundadora de la carrera de Ciencias de la Comunicación de la Universidad de Buenos Aires de donde es catedrática. Colaboró en la creación de las carreras de Diseño Gráfico y de Diseño de Imagen y Sonido de la FADU-UBA, y participó en la elaboración de proyectos, carreras y áreas de Comunicación y Centros Audiovisuales en distintos lugares de Argentina y Latinoamérica.

2 correspondencia a: kine2@revistakine.com.ar

Reflexiones de un amigo analógico, después de leer el informe de Kiné sobre "Nuevas Adicciones: uso y abuso del celular"; tecnología que ha dado lugar al surgimiento de un nuevo vocabulario juvenil (ver Kiné N°165, pág 12, artículo de Celeste Choclin)

Luego de autopercibirme *cis* en un redireccionamiento *binario*, reconozco que debo deconstruirme y crear nuevas emociones sin *spoiliarme* en mi *algoritmo* semanal. Recurriré a un *couching ontológico* o a la inteligencia artificial, pero que sea super humana y teniendo en cuenta el *back up*. Trataré de ver mi vida por *streaming* ahora que tengo la aplicación.

No pienso interactuar con *youtubers*, ni digerir la *postverdad* ficticia, ni convertirme en un *incel*. Me acojo a la *resiliencia* de mi patio o preparo un *acting* disruptivo contra la *gentrificación* de mi barrio –aguanten los *wokes*-. Tal vez deba empoderarme, no sé en qué ni como, pero no debo ser *hiperbólico*.

No padezco nomofobia, soy un transgresor por no usar celular, aunque debo retroalimentar mi background y cargar mi chip cognitivo incluso para vivir en este mundo analógico. Me dirán mente de mono.

Visibilizando el hoy, trato de poner en valor mi billetera virtual acumulando *bitcoins*, pero me siento *encriptado*. Advierto que no tengo que confundir el *token* para ganar con una *memecoin* con la cual se me podría identificar como usuario de PAMI.

Pienso que estoy *flasheando* mi vida en el cristal de un charquito... ¿estaré en una regresión? En fin, me voy a *brunchear* y a continuar en esta *realidad líquida*.

-Juan Turri

Tercera Encuesta con Perspectiva de Envejecimiento organizada por el Colectivo Gerontológico ADISAC. Invita a las personas mayores a participar con sus respuestas y a quienes quieran colaborar para dar difusión a la convocatoria. Nos sumamos.

En una iniciativa del Colectivo Gerontológico de ADISAC, con el apoyo del IEF (Instituto de Estudios y Formación de la CTA), presentamos la Encuesta con Perspectiva de Envejecimiento (EPEAR) en su tercera edición, con la finalidad de relevar, de un modo inédito, la situación de la vejez en la Argentina. Esta encuesta conlleva una clara intención cartográfica participativa, sustentada en la idea que las personas mayores son las más indicadas para señalar cuáles son sus problemas relevantes, en qué campos se desarrollan, así como para aportar posibles resoluciones, ya que resguardan sus derechos toda vez que salen del anonimato impuesto por una parte importante de nuestra sociedad.

Si tenés sesenta años o más, te invitamos a responder de forma anónima las siguientes preguntas accediendo a este enlace: https://forms.gle/wcuyunqQ5cXQFPik9

Es fundamental llegar a la mayor cantidad de personas posibles para sumar sus voces. La encuesta estará disponible, en formato online, hasta el 8 de julio de 2025.

Los resultados del estudio se compartirán en nuestras páginas institucionales a medida que se vayan procesando. Este esfuerzo colaborativo busca sentar apoyos sustentables en datos, para la construcción de una agenda integral de acciones en favor de la búsqueda de otro destino, superador del actual, para el colectivo de las personas mayores.

¡Muchas gracias por tu colaboración y por ayudarnos a difundir!



EDADISMO¹ Parece que no...

escribe Julia Pomiés

Después de la brutal represión del 12 de marzo, en la que fue herido de gravedad el fotógrafo Pablo Grillo, recibí una llamada telefónica de una encuestadora. Con toda la furia, decidí responder por primera vez uno de esos cuestionarios para ver si podía inclinar un poquito la balanza hacia el lado de los buenos (que no son los de azul). Sorpresa. Antes de las preguntas se me solicitó indicar la franja etárea: si tiene de tal a tal edad marque uno... si tiene tal otra marque dos... así hasta si tiene más de 70 marque 5. Marqué 5. La misma voz amable de la señorita consultante me dijo «muchas gracias» y... ¡cortó la comunicación!

Clarísimo. Algo así como decir callate, vejestorio... no nos interesa lo que pensás.

Quiere decir que además de molernos a palos, a nosotros y a quienes nos apovan, pretenden también «matarnos con la indiferencia», ignorar nuestras opiniones, silenciarnos en las encuestas. ¿Qué clase de sondeos son esos que censuran a uno de los grupos más maltratados? ¿Acaso piensan que no hay hijos y nietos capaces de respaldar? Pero claro, las viejas y viejos somos muchos y podríamos mover los numeritos... Podríamos mencionar lo desproporcionado y siniestro del operativo en el que se desplegaron cientos de efectivos de Prefectura, Policía Federal, Gendarmería y hasta la Policía Aeroportuaria, una fuerza que no participa habitualmente. Podríamos pronunciarnos en contra de la eliminación de la moratoria previsional, que deja afuera del sistema a nueve de cada diez mujeres y ocho de cada diez hombres. Y manifestar tantos otros cuestionamientos como los que se expresan cada miércoles.

El Gobierno Nacional oficializó un ridículo aumento del 2,4 por ciento para los haberes jubilatorios y pensiones a partir de abril, y confirmó que otorgará nuevamente un bono extraordinario de 70 mil pesos —el mismo monto desde hace más de un año— y que no lo incorporará formalmente. Ahora, la mínima pasa a unos irrisorios 285,820 pesos, que mantienen las jubilaciones m'nimas muy por debajo de la línea de indigencia.

Nuevas infamias que tal vez tengan las patas cortas. Los numeritos y las protestas recorrerán caminos alternativos para continuar con las denuncias.

Afortunadamente, el miércoles 9/4, tuvimos una muestra estimulante: marcha multitudinaria y sin represión.

(1) «Se denomina **Edadismo** al conjunto de formas de pensar (estereotipos), sentir (prejuicios) y actuar (discriminación) que sustentan la segregación hacia las personas por el sólo hecho de tener una edad mayor.» ADISAC - Colectivo Gerontológico - https://www.instagram.com/adisac.ar







El nuevo espectáculo de la *Cía Demasiado gorda*, que dirige Paula Palomo (ex integrante de La Arena y El Descueve), combina disciplinas, técnicas y lenguajes de gran impacto desplegadas con notable habilidad por parte de los dos intérpretes: Paula Palomo e Iván Carmona.

En un recorrido autobiográfico, Paula Palomo, directora y autora de la obra, se propone profundizar en su propia patología y los diferentes ciclos que fue vivenciando en su vida, en la convivencia de sus partes internas contrastantes. Convertida en esa mujer-oso que atraviesa la escena buscando disipar la locura a través de la ficción, el desborde y la poesía. Ambos intérpretes se sumergen (y nos sumergen) en un viaje de climas, imágenes sensoriales bellas y perturbadoras y una impactante destreza corporal, acrobática, que los ayudan a evidenciar su relación íntima y tóxica, pero necesaria.

Se puede ver todos los **domingos de abril** a las 20hs. y los **sábados de mayo** 20:30hs. en La Central; un nuevo espacio de circo contemporáneo en Manuel A. Rodríguez 1566 (entre Galicia y Tres Arroyos), en el barrio de Villa Crespo.



Brenda Angiel pionera de la danza aérea con una intensa trayectoria internacional festeja sus 30 años de exploración y desarrollo de estas técnicas organizando un ciclo de Solos, durante el mes de abril; y reponiendo en mayo 8cho, su aclamado espectáculo de tango presentado en los escenarios más importantes del mundo. En la segunda parte del año se programará "Codo a Codo" un ciclo de dúos, como parte de un programa de ciclos especiales que incentivan a la creación y producción de nuevos trabajos así como el intercambio y la colaboración entre artistas. También continúan, como siempre, las funciones de la programación anual de la temporada.



Al fin solos

Un ciclo de Solos de Danza que brinda un espacio a bailarines y coreógrafos para que exploren en su creatividad a partir de su voz personal. En este Ciclo hay variedad y diversidad de propuestas conviviendo coreógrafos emergentes con aquellos de más trayectoria, a partir de la innovación, experimentación v exploración de una búsqueda coreográfica personal.

Curaduría: Brenda Angiel Equipo de producción y gestión: Brenda Angiel/Natalia Mansueto

Participantes del Ciclo de solos: Guadalupe Colman, Raquel Ramos, Natalia Tencer, Facundo Rivara, Guadalupe Coce, Gala Rodríguez Vicente, Ricardo Baigorria, Sofía Coloccini, Francisca Barria Ampuero, Zoe Benenson, Chiara María Troisi, Brenda Angiel, Verónica Marcovsky, Delfina Campagnoli, Dolores Martínez y Laura Lorena Feijóo

Funciones del ciclo Al fin Solos: en abril, viernes 22hs. y domingos 18 hs. Aérea Teatro, Bartolomé Mitre 4272, CABA. Entradas en Alternativa Teatral: \$12.000 y \$9.000 para estudiantes y jubilados.

8CHO, tango aéreo

Imperdible. Trece artistas en escena (siete bailarines y seis músicos). Y un despliegue de entrenamiento, sensibilidad y maestría capaces de hacernos levantar vuelo para seguirlos en su magia.

Una singular mirada sobre el tango, tanto desde la danza como desde la música. Los bailarines suspendidos en sogas y arneses crean una nueva forma de espacialidad y un cúmulo de nuevas posibilidades para el tango; sin perder la sensua lidad, la nostalgia, el humor y la fuerza expresiva del mismo. Los temas musicales originales y arreglos van desde tangos electrónicos, acústicos a otros más tradicionales.

La obra, que ya tiene un extenso recorrido por diversos festivales de Europa, USA, Rusia y América Latina, se presentará nuevamente en mayo, en Aérea Teatro.

Más info en @brenda_angiel @danza_aerea.ar www.aerialdance.com www.danzaerea.com.ar

















Euniverso Bali 2025

Margarita se escribe con M de Magia. Después de su impactante espectáculo en el Teatro Cervantes, sube la apuesta con las obras que ahora presenta en el ex CCK. Nos invita a sumergirnos en dos de sus producciones que deslumbran y conmueven con su capacidad de combinar tecnología, emoción, imaginación desbordante, belleza... características propias de su arte. ¡¡ATENCIÓN termina el 30 de abril!!



Se trata de Rocas, un video expandido a 3 proyectores que aborda metafóricamente el tema de la migración en un recorrido coreográfico de cuatro hombres y una mujer, en un terreno agreste y oceánico. Se puede ver de miércoles a domingo desde las 14 horas en el segundo piso del ex Palacio de Correos, Sarmiento 151, CABA, con entrada libre v gratuita en la sala 203.



728

Y Galaxias Inmersiva, una instalación audiovisual en loop que nos envuelve y hace flotar, durante 11 minutos, identificados con la ingravidez creada por una escenografía que combina filmaciones de bailarines con imágenes espaciales tomadas por telescopios astronómicos de la NASA. Esta obra se puede disfrutar solamente los días miércoles, hasta el 30 de abril, en la Sala Inmersiva, también en el segundo piso del mismo centro cultural.



UNIVERSO BALI 2025

(viene de la página anterior)





GALAXIAS INMERSIVA

Se basa en la inserción imaginaria del hombre en el espacio sideral, un viaje ilusorio en el que los cuerpos de los seres humanos están libres para sumergirse y navegar en el fluido colorido de galaxias y nebulosas. Los movimientos de los bailarines filmados desafían la gravedad, al insertarse digitalmente sobre imágenes espaciales extraídas de los telescopios astronómicos de la NASA, en especial del Hubble Space Telescope.

La obra presenta una escenografía cambiante de planetas, estrellas, nebulosas, galaxias y agujeros negros. Los bailarines no solo habitan las esferas celestes, sino que también las manipulan y juegan con ellas, dirigiendo el devenir de sus recorridos.

Los antecedentes temáticos de Galaxias provienen de una serie de obras premiadas, realizadas a partir de la convocatoria de la Bienal Gyula Kosice de 2012: la videoinstalación Homo Ludens Intergaláctico, seguida por la proyección a gran escala sobre la cúpula del Planetario de Buenos Aires en formato circular; la obra escénica Galaxias para el Ballet Contemporáneo del teatro San Martín, y las videoinstalaciones Disco, Tubo, Homo Ludens Espacial y Capas Nebulosas, obras montadas en la galería Arte x Arte y en el Salón Nacional de Artes Visuales, entre otros espacios.

Esta nueva versión inmersiva, para cinco zonas de proyección, supone una compleja readaptación, a partir del recorte de filmaciones originales de bailarines sobre fondos croma, para ampliar las trayectorias mediante edición. Asimismo, apunta a la continuidad coreográfica en la circunvalación de la sala, con los diseños más convenientes para cada zona.

Comentó Alicia Muñoz en Balletin Dance:

En una sala transformada en universo, esta experiencia de 11 minutos envuelve al espectador en un viaje cósmico donde bailarines flotan entre constelaciones v nebulosas. Con movimientos coreografiados que incluyen cánones, pelotas y vestidos escultóricos, la obra crea un juego de escalas poético entre lo humano y lo astronómico. El efecto culmina con un rebobinado hipnótico que cuestiona nuestra percepción del tiempo y el espacio

https://balletindance.com/2025/ 04/03/margarita-bali-un-viajeentre-galaxias-y-migraciones/



FICHA TECNICA GALAXIAS INMERSIVA

Esta obra va en loop continuo todos los miércoles de 14.00 a 20.00 hs. en la sala Inmersiva del segundo piso.

Dirección: Margarita Bali.

Música Original: Gabriel Gendin.

Espacialización sonora: Gabriel Gendin.

Edición de video: Margarita Bali. Asistencia técnica de video: Agustina Piñeiro

Vestuario: Monica Toschi.

Coreografía: Margarita Bali y los intérpretes.

Duración: 11 minutos.

Intérpretes: Elenco de bailarines Ballet Contemporáneo del Teatro San Martín año 2013. Una sesión de filmaciones sobre fondos chromakey para mi obra Galaxias son ahora retomadas y trabajadas en esta edición especial 2025 para la sala Inmersiva. Participaron Alexis Miranda, Flavia Dilorenzo, Eva Prediger, Lucía Bargados, Silvina Perez, Juan Hair, Matías Mancilla, Matías Santander, Matías De Cruz, Vanesa Turelli, Victoria Balanza, Nicolas Miranda, Luciano Figueroa y Melisa Buchelli.

Margarita Bali



Nació en 1943 en la Ciudad de Buenos Aires. Es coreógrafa, videasta, realizadora de videoinstalaciones, videomapping e interactividad, graduada en Biología por la Universidad de California en Berkeley, Estados Unidos.

Fue codirectora de la compañía argentina Nucleodanza junto con Susana Tambutti. Con veinticinco años de trayectoria internacional, realizaron más de cuarenta obras que se presentaron en giras y festivales en Estados Unidos, Uruguay, Brasil, Venezuela, México, Alemania, Holanda, Austria, Bélgica, Suiza, Francia, España, Portugal, Checoslovaquia, Hungría e Irlanda.

Entre otros reconocimientos, Bali obtuvo la beca Guggenheim en Danza 1998; la beca Antorchas 2001 para la obra escénica interactiva Ojo al Zoom;

el premio internacional Fundación Alexander Onassis de Atenas 2000 por la coreografía multimedia Naufragio in Vitro; el Premio Limbo Mamba 2002; la beca Tecnología para Artes Escénicas Teatro del Sur-Arts International, y el Premio Faena de Arte y Tecnología 2006 para la video instalación a diez proyectores El Acuario Electrónico.

Con *Pizzurno Pixelado*, el primer videomapping argentino, realizó una proyección a gran escala sobre la fachada del Ministerio de Educación de la Nación, para Provecto Cruce-FIVA 2005, con bailarines en vivo. La obra recibió el Premio Germaine Derbecg 2006 de AACA.

En 2010, inauguró la Casa Nacional del Bicentenario con el mapping *Escrito en los* Pies. En 2011, realizó Octaedro-Icono Agua en Tecnópolis. Además, para la Bienal Gyula Kosice 2012, llevó adelante la premiada videoinstalación Homo Ludens Intergaláctico y el encargo de la proyección Homo Ludens Espacial, un video circular para proyectar sobre la cúpula interna del Planetario de Buenos Aires. Realizó, además, cuatro temporadas con *Hombre Rebobinado*, biodrama por mapping sobre mobiliario hogareño con diez proyectores y performer en vivo. En 2013, en colaboración con la escultora Claudia Aranovich, llevó adelante Marea Alta, una videoinstalación para el Centro Cultural San Martín, dentro del ciclo Noviembre Electrónico.

En 2017, recibió el Premio a la Trayectoria en Danza del Fondo Nacional de las Artes. En 2018, con la beca Arthur Mellon, se desarrolló como artista en residencia de la Universidad de Washington de Seattle, Estados Unidos, donde filmó el video Escaleras sin Fin.

Sus dieciséis obras de videodanza han recibido numerosos premios y participa-

ciones en festivales nacionales e internacionales

ROCAS concluye una trilogía iniciada en 1997, en las que la edición de video se encuentra con la coreografía, en una búsqueda de la expresividad del cuerpo en distintas escenografías. (También están en exhibición los videos AGUA y ARENA del año 1997 en la sala contigua.)

Con música original de Marcelo Moguilevsky, las escenas de Rocas fueron filmadas con cinco bailarines argentinos en las costas de Uruguay, donde el indómito paisaje envuelve la peregrinación, el conflicto y la confusión que atraviesan el relato.

Comentó Claudia Groesman en revista Replicantes:

En Rocas, el espacio no es figurado sino real: la playa La Pedrera, Uruguay. Sin embargo, la artista parece imaginarlo como un espacio originario donde los humanos friccionan con una naturaleza que no los reconoce y que los desborda. La obra está compuesta por tres pantallas a modo de tríptico en forma apaisada donde las distintas perspectivas remiten unas a otras creando un efecto de continuidad.

https://replicantesrevista.com/margarita-y-el-espacio-por-claudia-groesman/









Con Música original de Marcelo Moguilevsky. Se puede ver completa de miércoles a domingos en los siguientes horarios: 14:00, 14:45, 15:30, 16:15, 17, 17:45, 18:30, 19:15 hs.

Es importante tratar de verla desde el comienzo por el sentido de la obra... no tanto como una "instalación" para pasear relajadamente por delante... Hay bancos, taburetes y mucho piso para sentarse.

Los Bailarines: Ricardo Andres Baigorria, Carlos Osatinsky, Juan Salvador Giménez Farfan, Fernando Nicolás Pelliccioli, y Carla Rimola.

El vestuario: Mónica Toschi, Cámaras: Juliet Mc Mains y Wanda López Trelles. Asistente de video: Agustina Piñeiro. Asistente de sonido: Gabriel Gendin.

HOMENAJE A PATRICIA STOKOE, REALIZADO DEL 23 AL 27 DE SEPTIEMBRE DE 2024

semana de la Sensopersepsión

Una actividad, virtual, presencial y gratuita, realizada como celebración del cumpleaños de Patricia Stokoe (21 de septiembre). En ella las organizadoras lograron una enorme convocatoria con más de 100 ó 150 asistentes todos los días en cada una de las clases virtuales, y además se dictaron clases presenciales, en estudios de Capital Federal, Provincia de Bs.As., Catamarca, Chaco, Chubut, Córdoba, La Rioja, Neuquén, Rio Negro, Tucumán, San Juan.

La primera actividad virtual, se desarrolló el lunes 23 de septiembre. Un conversatorio del que participaron cuatro organizadoras del evento: Daniela Yutzis, Déborah Kalmar, Olga Nicosia y Marcela Bretschneider.

Hoy queremos compartir la transcripción de las palabras que cada una de ellas expresó en esa oportunidad.

Presentación y apertura a cargo de Daniela Yutzis

Bienvenidas/os y gracias Anahí por acompañarnos y ordenar este día. Quiero agradecer a la Universidad Nacional de La Plata, al centro de Investigación cuerpo educación y sociedad de la misma universidad, al Departamento de Artes del Movimiento de la Universidad Nacional de las Artes y a la Revista Kiné por habernos apoyado y acompañado en este proyecto.

Hace 6 meses estando de vacaciones, de pronto, se armó el primer borrador de esta semana que es un formato que veremos circular con distintas formas. Algunas cosas me quedaron claras, tenía que ser en la semana del 23 de septiembre en reconocimiento a la tarea de Patricia Stokoe –el 21 era su cumpleaños- quien, además de darle origen nos ha facilitado la posibilidad de actualización permanente de nuestra práctica.

También tenía que ser gratuito y federal.

Gratuito, por la situación de nuestro país, y además porque esto es un encuentro. Y si bien cada una y cada uno de nosotros tenemos que entender que esto es un trabajo y respetarlo como tal, también tenemos que regalarnos esta posibilidad de hacer con otras y otros. Lo mismo quisimos hacer con el libro de *Sensopercepción*, espacio de investigación, un pdf de circulación libre.

Y es justamente gracias a ese grupo que aprendimos que esto tenía que ser federal, que eso nos enriquece, que cada docente tiene su singularidad pero también cada pequeña comunidad la tiene. Por eso hay más de 40 clases en 20 localidades, en 10 provincias... y con todos los mensajes que hemos recibido, sabemos (y deseamos) que en este año 2025 esto se duplique. Por supuesto, con más gente compartiendo la organización.

La Sensopercepción no tiene asociación ni federación ni organización que la nuclee. Tal vez, eso nos exige aún más rigor, más tarea de formación permanente –no lo sé- pero nos regala este permiso maravilloso que nos hemos tomado de hacer este acontecimiento de este modo. Y este sello tiene que ver con tres cosas: con la inmensa generosidad que ha tenido Patricia y que tiene Deby, con el hecho de que es una técnica de educación del movimiento ligada al arte y con la particularidad de haberse gestado en Argentina donde más allá de la inmensa dificultad para el sostén económico en el ámbito del arte, siempre vamos a encontrar en este

medio el simple acompañamiento por el puro gusto de hacerlo.

Quiero agradecerle especialmente a Deby, gran compañera de coordinación de este atesorado espacio que llamamos *Sensopercepción espacio de investigación* que nos hace crecer a todas juntas. A Cuca Nicosia, maestra indiscutida y a Marcela por saber estar. Que las clases virtuales las demos nosotras se debe solo a que nos hemos cruzado en la vida en distintos momentos y que nos gusta compartirlo. Ni más ni menos que eso.

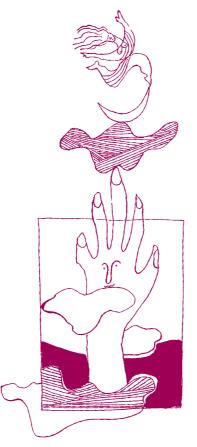
Por último, esto no hubiera sido posible sin la tarea cómplice y divertida de Julia Catalá, profesora de expresión corporal, amiga y compañera de trabajo inigualable.

Déborah Kalmar

Presentación de Sensopercepción y pincelada de su historia

Elegir el 23 de septiembre para proponer la «Semana de la Sensopercepción», es una celebración de la fecha de nacimiento de Patricia Stokoe quien hoy hubiera cumplido 105 años. Le gustaba llamarse «La Mai», tan tierna, tan austera, tan brillante, tan decidida, tan generosa su entrega...

Puedo imaginar su sorpresa y alegría al ver su país y otros lugares del mundo florecidos en interés por esta manera de recrear, desarrollar, seguir investigando, hacer propio y desplegar





hoy en día lo que sembró en los años 70 del siglo pasado bajo el nombre Sensopercepción.

En sus palabras, podemos encontrar, a lo largo de sus escritos muchas definiciones acerca de la misma. Entre sus primeros textos escribió:

«El desarrollo sensoperceptivo es la unidad de la Expresión Corporal, de aquí parten los caminos del desarrollo de técnicas adecuadas para el despliegue del movimiento, la creatividad y la comunicación, los tres materiales que se encuentran en la Expresión Corporal.»

¿Y la Expresión Corporal qué es? Nuevamente en sus palabras:

«La corriente que defino como Expresión Corporal es una Concepción de la Danza... Un lenguaje patrimonio de todo ser humano y se encuadra dentro de la Filosofía de la Educación por (para, en y con) el Arte. Es una actividad caracterizada por su concepto de persona como una unidad integrada y por su aspiración a participar en el desarrollo de un nuevo humanismo.»

Dentro de este contexto, Sensopercepción es una práctica y llega a conformar uno de los grandes ejes que hacen a los contenidos de la Expresión Corporal (EC). Lo que entre casa llamamos las tres «C» de la EC: Cuerpo en quietud y en movimiento, Comunicación y Creatividad.

Sensopercepción como contenido de trabajo pasa sucesiva y cíclicamente por diferentes etapas:

El **Descubrimiento** es el proceso que despierta el interés y cultiva la posibilidad de atención, poner el foco en algo, abrir la posibilidad de detenernos a contemplar, la orientación hacia un cierto relato que inaugure un proceso de investigación a desplegarse en cada clase.

Los **Hábitos**, son todo aquello que realizamos, aunque no nos demos cuenta. Son conductas que han pasado por un proceso de aprendizaje, pero, una vez aprendidas pasan a ser más o menos automáticas. «La diferencia entre los hábitos en el ser humano y la conducta instintiva en el animal es que los hábitos sólo tienden a repetirse mientras los instintos deben repetirse ya por definición.» (Feldenkrais, 1966, pag. 6)

Las **Habilidades**, a desplegar pueden serlo a muchos niveles, tanto en el movimiento, como en todo aquello que despliega procesos creadores, para la danza, en diversidad de lenguajes artísticos, en lo vincular, en la vida...

Sensopercepción también nos invita a abrir la curiosidad sobre lo que significa la Percepción como forma de conocimiento. Es un modo de cultivar los sentidos propioceptivos, que junto con los viceroceptivos, dan cuenta del interior de nuestro cuerpo y los exteroceptivos, que reciben los estímulos del entorno, los conocidos cinco sentidos.

Sensopercepción es desplegar la posibilidad de cultivar, entrenar la percepción tanto en los lenguajes artísticos como en nuestra vida cotidiana y todas las esferas de nuestra actividad humana. Sensopercepción también es fundante en los procesos de formación de imágenes, el lenguaje y el pensamiento lógico formal o como dice el poeta:

«Un poeta tiene que ser profesor en los cinco sentidos corporales: vista, oído, tacto, gusto y olfato, en ese orden, para poder ser dueño de las más bellas imágenes, tiene que abrir las puertas de comunicación entre todos ellos.» (Federico García Lorca).

Sensopercepción es todo esto, una forma de conocer, una forma de apertura sensible, un modo de estar en el mundo. Tiene que ver con nuestra capacidad de gozo, de curiosidad y de asombro.

Sensopercepción se despliega en relación con otros, está entrelazada a las comunidades del lenguaje, está enlazada con la palabra y de ahí enhebra su técnica y su poética en el decir. Ligada al arte de la palabra, el relato que invita a la exploración a la investigación deja abierta la respuesta desde esa inmensidad que llamamos «escucha», que deja aparecer, que invita a recibir y darnos cuenta de la información que viene tanto de nuestro interior como del mundo externo.

Ancestralmente el aprendizaje en la danza se ha desplegado a través de la copia de modelos y códigos de movimiento. Sensopercepción propone un camino hacia las propias respuestas, es una apertura hacia la improvisación en la danza y nutre los procesos creativos.

A su vez la Sensopercepción abreva en varias fuentes y deviene método, cuando invita a las propias respuestas a partir de un diálogo particular, donde interviene la palabra. El relato que abre, que invita a la investigación y a la posibilidad de encontrar esas propias maneras de dar respuesta, en el movimiento. A partir de una invitación muy particular a orientar el interés, a poner foco en algo, a dejar que aparezca, que llegue la información. Por eso decimos que es también técnica de base en la Expresión Corporal y método de enseñanza hacia los procesos creadores. Hoy podemos decir que pertenece al universo de las llamadas Técnicas Somáticas.

La Sensopercepción cotidiana también puede devenir práctica sutil..., puede ser una invitación a la suavidad, a la amabilidad, a un retorno al equilibrio.

Sensopercepción tiene historia y la seguimos escribiendo.

Desde sus inicios, en las experiencias de Patricia en Inglaterra. Su retorno al país, la creación de la EC en el Collegium Músicum de Buenos Aires. Su propio estudio. El encuentro con Gerda Alexander y los principios de la Eutonía en los años 70, lo que significó una revolución metodológica que llevó adelante el sueño de Patricia de una danza propia, libre

continúa en la página siguiente

Programa desarrollado en septiembre de 2024

Virtuales

23/9 lunes. CONVERSATORIO.

CON MARCELA BRETSCHNEIDER, DÉBORAH KALMAR, OLGA NICOSIA y DANIELA YUTZIS. Modera Anahí Acosta.

24/9 martes. ESTERNÓN. COORDINA DANIELA YUTZIS.

25/9 miércoles. Espiralando de la Cabeza a los pies. Coordina marcela bretschneider.

26/9 jueves. El centro zona de expansión y encuentro. Coordina olga nicosia.

27/9 viernes. Una columna y tres acciones hacia una pequeña danza. Coordina déborah kalmar.

Presenciales

Provincia de Buenos Aires, CABA, Catamarca, Chaco, Chubut, Córdoba, La Rioja, Neuquén, Río Negro, Tucumán, San Juan.

Convocan y organizan: Estudio Amancay - Estudio Kalmar-Stokoe Sensopercepción Espacio de Investigación



HOMENAJE A PATRICIA STOKOE Semana de la Sensopercepción

Viene de la página anterior

creativa, al alcance de todos e inserta en la educación pública. Como dice el refrán, mucho ha corrido el río bajo los puentes desde entonces. Dichosa disciplina que se va multiplicando gracias a la labor docente y artística constante, apasionada, nutricia, sostenida en muy diversos contextos a lo largo de estos años.

La Sensopercepción como práctica, como técnica y como método no es ajena al momento ecológico, histórico, cultural, político y social presente.

Afinando nuestra escucha a los temas emergentes sin perder de vista el rol que puede jugar en nuestro contexto social, económico y político, pensamos que no solo puede ser una respuesta a estas realidades sino un modo de vivir en ellas. Para generar posibilidades de cierto equilibrio y sosiego aún en medio de tanto shock recurrente y falta de perspectivas en medio de voces acaloradas y acciones divergentes

Algo de la inmediatez del cuerpo que vive en un aquí y ahora, que siente la angustia por la incertidumbre futura, ya sea de la subsistencia básica o por la confusión y falta de estabilidad, puede recurrir a ciertas herramientas dentro del plano del sentir, de lo sensible, cierto modo de apaciguar la desazón, el cansancio, lo que llamo la irrupción constante de la adrenalina, el alerta sin descanso, para encontrarse en una diferente situación que lo reúna con sus pensamientos, su intuición y su capacidad de decisión, elección y poética.

Lo más importante, tal vez es que es una herramienta que podemos poner en juego en pos de cultivar ciertos «cómo» muy concretos que nos permitan generar una forma de vida que ensanche genuinamente la posibilidad de gozo, de cultivar cierta serenidad, posibilidad de elección y de equilibrio que nos centre y enlace armoniosamente entre nuestras diversas comunidades del lenguaje.

Parafraseaba Marina Gubbay a partir de un texto de Ángel Gabilondo,

«Esta es una forma de conocer que se inicia en la sensibilidad, se detiene por un instante en la memoria y desde ahí teje su práctica y su pensamiento que no nos deja tranquilos, porque está lleno de asombro, de perplejidad, de pasión y conmoción por lo anhelado que no termina de llegar».

Bibliografía:

Feldenkrais, M. (1966) Body and Mature Behaviour, Tel Aviv. Israel ALEF Ltd. Gabilondo, A. (2008) Elogio de la ética de la paciencia, Universidad Autónoma de Madrid. Madrid. La Vanguardia.

Olga Nicosia

Globalidad y Tensegridad

La Sensopercepción invita a la exploración, investigación y experimentación. Las propuestas o consignas necesitan ser abordadas desde la sutileza y la minuciosidad con una actitud atenta a lo que va sucediendo. La información es exteroceptiva, propioceptiva y visceral... informaciones que se integran y retroalimentan.

La autoconciencia, la disponibilidad y apertura a los movimientos que surgen retroalimentan la riqueza de las respuestas. Es por eso que se pueden alternar propuestas y movimientos pequeños o segmentarios, con momentos de respuestas globales e integradas en el espacio y con los demás.

Cuando decimos «los demás» nos referimos a otra de las características de la Sensopercepción como tarea grupal donde nos internamos en el desafío de la investigación valorizando movimientos, gestos, alegorías, estados emocionales, ideas, reflexiones, y una constante retroalimentación que enriquece su posibilidad de expresión y comunicación en el lenguaje de la danza.

Si hablamos de globalidad tenemos que considerar las fascias y el concepto de Tensegridad: integridad de las tensiones.

Consiste en la interacción entre elementos rígidos que reaccionan a la compresión (huesos), y elementos elásticos o flexibles que reaccionan a la tracción. Puede responder a requerimientos dinámicos de cualquier orientación, independientemente de la acción gravitacional puesto que tiene un comportamiento auto estabilizante.

El sistema fascial (tejido conectivo) es uno de los sistemas de integración y comunicación del organismo, funciona como un todo, «un traje». Es el andamiaje que sustenta la continuidad y la organización tridimensional (en cadenas miofasciales).

Daniela Yutzis

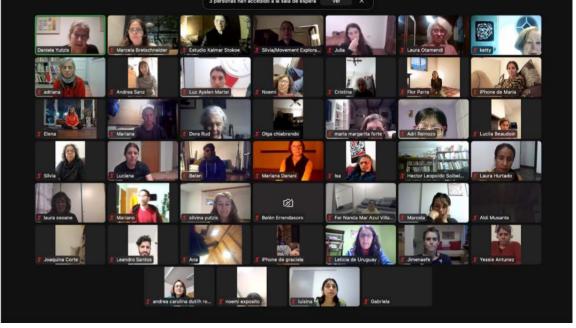
Investigar y escribir

Para quienes de algún modo u otro atravesamos o hemos pasado por clases de sensopercepción, sabemos que hay un lenguaje común que se va compartiendo. Cosas que se esperan, que se cuidan, se hacen, se dicen. Algunas de ellas me atrevo a decir que indiscutidas: el respeto hacia el cuerpo, el reconocimiento de la percepción como un modo de conocer, el gusto por dejar venir esa organización del cuerpo donde de pronto algo se hace simple, deviene elegante, como un movimiento con un cierto aire, una cadencia.

A veces nos faltan palabras para explicar eso que sucede, que nos hace. Entonces, es justamente allí donde tenemos o podemos escribir e investigar. No con la pretensión de poner palabras que cierren conceptos, sino más bien con el interés de hacer uso del lenguaje a través de todos aquellos rodeos posibles que rocen este modo de mostrar la práctica, de decirla. Un rodeo sobre aquello que sabemos que no es posible de ser dicho ni aprehendido, pero si podemos captar su resonancia, como un eco para mostrar con otras y otros. Porque esta tarea no es individual aunque a veces nos confundamos y pensemos que lo es. Es netamente colectiva. Es en comunidad.

Y si bien los caminos de acceso no son siempre los mismos ni fijos, más aún, justamente porque no lo son –tal como sabemos esta práctica se basa en el lenguaje, en el saber decir de cada quien– por eso mismo tenemos que estudiar, investigar, escribir para poder poner en construcción y en tensión la estructura de este trabajo.

No quiere decir que todos tengamos que escribir, ni mover, ni bailar.



Simplemente pensar la categoría de la escritura para encontrar un modo peculiar de narrar y poner en comunión; no para unir diferencias sino para ver la amalgama de lo heterodoxo que se constituye en nuestra práctica.

Traducir a la palabra no es en desmedro de este gran logro que ha tenido y tiene la Sensopercepción, a saber, la apreciación de lo sensible en sí mismo y en su conjugación con lo inteligible. Traducir a la palabra no consiste en buscar una mera semejanza, es más bien una mudanza y una renovación en el ámbito mismo de nuestra tarea.

No queremos escribir para explicar, menos aún para cerrar contenidos.
Escribimos para mostrar, para iluminar –en el sentido de enfocar– aquellas cosas pequeñas, nimias.

La Sensopercepción tiene un sentido muy amable y es que así como en sus prácticas nos dejamos empapar con gusto por otras técnicas y formas del movimiento, en sus fundamentos dejamos abrir las páginas de la anatomía, la filosofía, la pintura, la estética, la arquitectura, la física. Toda esta constelación forma parte de nuestro territorio. Por eso tanta riqueza requiere también que nos podamos detener, contemplar, ahondar, incluso romper y fragmentar. Imágenes separadas y precisas de un gran mosaico. A mayor expansión y amplitud, requerimos más orden que dé un límite a nuestra práctica. Porque sin límite la forma no se ve. Y la sensopercepción tiene una forma, una lógica, un uso del tiempo, una política del cuerpo, un gusto por el movimiento es un pequeño gesto de interrupción de esta otra lógica de productividad del tiempo que vivimos.

Marcela Bretschneider

Sensopercepcion y Creatividad Descubrir el artista que hay en cada uno.

Arte y Educación van de la mano, en un contexto de cuidado y respeto hacia uno mismo y los otros.

Es a través del despertar y refinar de los sentidos que nos conectamos con nosotros mismos y con el mundo externo, buscando encontrar nuestra propia identidad y manera propia de movernos. Valorando el principio del placer y la motivación.

Los sentidos

Los **interoceptivos**, **propioceptivos y kinestésicos** nos conectan hacia el adentro: Huesos, músculos, articulaciones, tejidos blandos, órganos...

Los **exteroceptivos** con el afuera: La vista, el oído, el gusto, el olfato, el tacto.

Es a través de este proceso de despertar que se posibilita el **proceso artístico** y **creativo**, descubriendo que cada uno tiene su **forma única e irrepetible** de combinar y asociar elementos como seres que integramos la percepción, la emoción y las imágenes al **campo expresivo** a través de una trama única e irrepetible.

Habrá tantas formas como seres humanos.

A través del proceso de conexión sensorial y del movimiento se crea la propia Danza, despertando y validando el artista que hay dentro de cada uno de nosotros que se potencia en la comunicación artística con los otros, así es como la Danza existe para la persona como un derecho y no la persona para la Danza.

La Danza al alcance de todos y cada uno con su propio alcance... este abordaje integra el disfrute desde una mirada vanguardista y adelantada en la Educación Artística.

Danzar, **crear** combinar creativamente e improvisar en el tiempo y en el espacio **es un derecho de todo ser humano**.

Una Danza libre dentro del encuadre de un concepto de hombre libre, en una sociedad libre, creativo por naturaleza.

Trayendo bienestar y enriquecimiento personal.

La Danza está en el ser humano no en el bailarín o en todo caso, todos somos bailarines.

Abriéndose así la puerta sin requisitos al lenguaje artístico universal y propiamente humano.

Descubrir el artista que hay en cada uno mientras nos lanzamos a explorar y aprender lo desconocido, es un proceso transformador,

Como un pintor que combina los colores y las textura.

Como un músico que combina sonidos y silencios.

Trabajando con el piso como lugar de referencia que nos da información sobre nuestros apoyos y nuestra relación con la ley de gravedad.

Utilizando recursos y objetos facilitadores: La música , los sonidos, las telas, las sillas, una pintura, un relato, una forma, un color, una poesía o cualquier elemento que pueda estimular y despertar los sentidos y la creatividad.

Crear es un derecho, Danzar es un derecho.

Aprender a **observar sin juzgar** desde una plataforma de ética y es-

tética humanas. Reconociéndonos como seres vulnerables, imperfectos en constante aprendizaje y en una horizontalidad de simultánea retro-alimentación entre enseñanza y aprendizaje con un concepto de cuerpo como unidad indivisible, senso psico - socio - motriz. **Un cuerpo emocionado.**

Patricia Stokoe creadora de la sensopercepción y de la Expresión Corporal Danza decía: «Encuentra tu propia firma, tu propia caligrafía, date permiso para crear hasta en las pequeñas actividades cotidianas. Haz de tu vida una obra de ARTE.»

Desde este abordaje visionario que había surgido en el semillero de la Educación Musical, la Danza reúne al Instrumento y el Instrumentista en la misma persona desde la metáfora del músico, el luthier y el instrumento musical que no se pueden diferenciar en la Danza y se integran en el mismo cuerpo. El ser humano es creador por naturaleza.

El arte de las consignas:

La consignas son la herramienta pedagógica del docente para despertar la imaginación , la creatividad y la poética en la exploración sensorial.

La consigna es un puente, es un modo de despertar la curiosidad, una provocación. Encontrar las palabras adecuadas para encender los sentidos, despertar una emoción o agudizar la escucha tanto interna como externa, este acto creativo convierte al docente en un artista.

La consigna puede sugerir, ser una pregunta y también un enlace.

A veces es un susurro otras veces un viento huracanado. Cada alumno resuena a su manera a esta invitación. Todo vale.

Otras variables de la creatividad son el espacio, los niveles y los códigos de comunicación con los otros.

La sensopercepción como técnica, metodología y forma de pensar se nutre de otras disciplinas como el Método Feldenkrais, la Eutonía, la técnica Alexander... entre otras.

> Como disciplina enmarcada dentro de la Educación por el ARTE, la sensopercepción valora el proceso por sobre el resultado.

A su vez la sensopercepción invita a **gestar creadores no seguidores**.

Tras un viaje a Oriente, Patricia Stokoe conoce a Moshe Feldenkrais, con quien coincide en Londres.

Este encuentro dará una semilla a la metodología de la Sensopercepción ya que aporta una gran toma de conciencia en relación a que hay otros modos de trabajar.





consultar actividades on line

Premio a "Sensopercepción"

-29 de Abril: entrega del premio al libro **Sensopercepción en la trama de la expresión Corporal.** Autoras: Olga Nicosia y Mercedes Oliveto. En la Feria del Libro **a las 18hs**. en Sala D.F. Sarmiento, 1 er piso, Pabellón blanco, en la Rural. Av. Sarmiento2704.

Danza y Feldenkrais

■Sábado 26 de abril, de 14 a 17hs. Primer Taller del año. Autoconsciencia e improvisación. Te proponemos un sábado por mes para retomar el juego sensible con tu cuerpo, el espacio y la música, deteniéndonos a observar aquello que la rutina nos tapa... En tiempos difíciles y hostiles, lo expresivo resulta un alimento que nutre y calma. Dos en Danza. Marcela Bretschneider: Método Feldenkrais. Mariana Danani: Improvisación en Danza. ■■Próximas fechas: 17 de mayo y 28 de junio. En Estudio Fraga (Barrio de Chacarita, CABA). Informes e inscripción: 11 4424 2206 / autoconsciencia.improvisación@gmail.com

Esferodinamia

Actividades Anuales: Clases de Entrenamiento y Práctica de Esferodinamia Reorganización Postural y de Esferodinamia para Embarazadas Modalidad Virtual y Presencial - Clases grupales y personalizadas. Módulo II Certificación en el Embarazo, Trabajo de Parto y Postparto 2025. *Sábado 26-04-25 y 27-4-25 Duración: Marzo-Agosto 2025. *3 y 4 de agosto: Módulo Presencial de la Certificación 2025. *Toque y Contacto". San Rafael - Mendoza. *Escuela Esferobalones Jornadas de Actualización Pedagógica «Construyendo colectivamente nuestra práctica» Mayo y Junio. *Más Información: esferobalonesescuela@gmail.com + 54 9 1138693336. Tel: +54 9 3400-666791 -

La Voz y el Cuerpo

■ Area expresiva: individual y grupal. Planes personalizados de entrenamiento vocal y corporal. 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». ■ Area terapéutica: abordaje psicocorporal. Sesiones individuales. Grupos destudio y supervisión. ■ Arteterapia: Seminario "Exploración e investigación en el proceso creador". Lic. Paola Grifman: espaciolavozyelcuerpo@gmail.com FB:lavozelcuerpo IG:paolapatogrifman www.patoblues.blogspot.com

Formación Masaje Tailandés

■ Curso de Nivel Inicial de Masaje Tradicional Tailandés (Nuad Thai). Grupos reducidos. Formación personalizada. Para más Información: escuelanuadthai@gmail.com www.escuelanuadthai.com

Medicina-Homeopatía

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

Talleres de Sensopercepción

Experimentación y creatividad, **Talleres presenciales.**Temas: -Las fascias y surol en la conciencia del movimiento. -"Las relaciones transversales de las cadenas miofasciales". Coordina: Prof. Olga Nicosia, Más Información: olganicosia@qmail.com IG @nicosiaolga 4832-9427 /

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

Danza Expresión Corporal

■Taller de DanzaExpresiónCorporal Viernes de 16:00 a !7:30 en Aurora, espacio de arte. Araoz 393. Villa crespo.Arancelado Caba. Taller de teatro y Movimiento. Fundación NyV. Recoleta CABA. **Gratuito.**■Intensivo. Danza expresiva y juego teatral. Solar del Aguador. El Peligro. La Plata. Arancelado.
■31 de mayo. contacto: 1166853926. Cuerpo Danza Teatro FB csoloaga60@gmail.com.ar

Bioenergética

*Abril-Mayo-Junio: Clases de Ejercicios Bioenergéticos. Los miércoles a las 18 hs. Escuela de Bioenergética R.E.D. Delgado 769, Colegiales, CABA.. *Abierta la inscripción 2025 a Escuela de Bioenergética R.E.D. Formación vigente desde el año 2006. Duración: 4 años. *Grupo terapéutico quincenal los miércoles de 14:30 a 16:30. Más Información en Tels.: 11-5653-1732 / 11-3209-9532 / Ig @escueladebioenergetica.red

Jornadas Feldenkrais®

• 6 al 18 de mayo: jornadas feldenkrais en todo el país. Gratis. Asoc. Feldenkrais. Más información en: feldenkrais.org.ar / Asociación Feldenkrais Argentina instagram.com/ argentinafeldenkrais/ info@feldenkrais.org.ar /

Seminarios Danzaterapia

■Sábado 10 de Mayo: de 10 a 17 hs.: "Primer grupo de estudio en movimiento". ■14 y 15 de Junio: "Seminario de Capacitación" en Casa Nazaret/ CABA..Coord.: María José Vexenat. Docente, coreógrafa e investigadora en el método María Fux. Espacio: Casa Nazaret. CABA. Sitio Web: www.majovexenat.com

Movimiento Consciente

• Mayo: Sistema Consciente Para La Técnica Del Movimiento, Fundamentos y conceptualizaciones. Seminario teórico virtual. + información contactogabrielagonzalezlopez@gmail.com

Chi Kung en hospitales

*Abril-Mayo-Junio: Clases de Chi Kung Gratuitas en Hospitales Públicos. Hospital Rivadavia los martes de 13 a 14.30 horas, en Las Heras 2670, CABA, Pabellón Molina, 1er piso, comienza el 18 de marzo 2025 con Mintcho Garrammone, Susana Lui y Hugo Pintos. Hospital Ramos Mejía los miércoles de 15 a 16.30 hs, en Gral. Urquiza 609, CABA, Rehabilitación Respiratoria, Planta Baja camino al Comedor, comienza el 19 de marzo de 2025 con Andrea Ronconi. Para todo público. No se requiere inscripción previa. También clases gratuitas en plazas los fines de semana. Más información en www.iiqgargentina.com.ar http://www.iiqgargentina.com.ar/

Adicciones

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

Couching corporal

*Siete encuentros: Júnio 2, 9, 16, 23, 30 y Julio 7 y 14 de 18:30 a 21:45 hs. Emociones y lenguaje Corporal. Nuevas pinceladas corporales. Una perspectiva desde Ontología del Movimiento. Workshop on line basado en Atlas of Emotions. Cinco básicas universales y su familia de matices. Siete encuentros: Junio 2, 9, 16, 23, 30 y Julio 7 y 14 de 18:30 a 21:45 hs. Se entrega constancia.15 % OFF hasta el 2 de mayo/10% OFF hasta el 19 de mayo. Bonus track Compilado "Músicas curadas para sesiones y talleres". Lic. Andrea Gregoris Kamenszein / Danza Movimiento Terapeutay Coach/@evolucionmovimiento y https://evolucionmovimiento.com.ar/ Inscripción al whatsapp 11 5893-3993.

Máscaras, 50 años

•Mayo: Presentación del libro Artes, Cuerpos y Corporalidades. Trayectorias Liminales en movimiento. Homenaje a Elina a Matoso. Comp. Patricia Aschieri. Editorial Atuel. Apoyo Proteatro. Instituto de Artes del espectáculo Facultad de Filosofía y Letras. Con textos de David Le Bretón, Oscar Araiz, Margarita Bali, Luisa Valenzuela, entre otros.

■13 de junio, 18,30hs Con motivo de la celebración de los 50 años el Instituto de la Máscara invita a: ■1.) Conversatorio sobre « Máscaras, un encuentro con lo humano» con Luisa Valenzuela, escritora, Coco Romero especialista en murgas y máscaras y Kike Mayer, artista plástico. Elina Matoso y Mario Buchbinder directores del Instituto de la Máscara. ■2.) Juegos con máscaras, el público podrá participar y/o observar. Coordinan: Claudia D'Agostino, Silvia Sisto, Leo Laguna, Guille Duarte. En el C.C.Paco Urondo.

Chi Kung (Qi Gong)

Abril-Mayo-Junio: •Chi Kung (Qi Gong), gimnasia china para la salud. **Comienzan 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, Varios horarios. El Qi Gong mejora la circulación de la sangre y la energía, la concentración y la flexibilidad. Consultar profesores certificados, horarios y lugares en https://iiqqarqentina.com.ar/clases/

Sistema Río Abierto

Centro de terapias pscicocorporales y transpersonales para el desarrollo humano. •Seguimos con la actividad de Parques. •Actividades en el Nuevo Espacio: •Clases de movimiento vital expresivo y de concientización postural: •Presenciales, •Virtuales, •Parques. •Grupos de trabajo sobre sí. •Formación de instructores en el sistema Río Abierto. •Duración 2 años. Con opción a 3er año de posgrado. •Talleres: •Liberación de la voz. •El cuerpo y la plástica. •Meditación. •Yoga. •Masaje. •Entrevistas individuales. •59 años de experiencia en Argentina y en el mundo. Contáctate: fundacionrioabierto@gmail.com FB: rio.abierto IG: @rio_abierto_argentina Paraguay 4694, CABA,

Danza Armonizadora

•Sábado 10 de mayo. Horario: 17 a 20 hs. Lugar: Malabia 297. Taller teórico-práctico: Conciencia corporal. Abordaje del conflicto recuperando nuestros potenciales. Sentirnos. Elida Noverazco, Mirtha Barnils, Karina Jousse y Gabriela te Prosdocimi invitamos a un viaje de auto-descubrimiento y crecimiento personal. Informes: FB: danzaarmonizadoraargentina Instagram: @danza.armonizadora Mail:armonizadora@gmail.com

Shiatzu Kan Gen Ryu®

•Shiatzu Kan Gen Ryu® Inicio de los Cursos de Terapeuta de Shiatzu en CABA y Olivos. Intensivo un sábado por mes. **MAYO:** Shiatzu para la Espalda. JUNIO: Shiatzu para la cadera y las piernas. **JULIO:** Reflexología China, Masajes en los Pies. 8 Módulos por año. Examen en diciembre. Nivel I: Principios Teóricos-Técnica Base. Nivel II: Diagnóstico-Tratamientos. Práctica de Qi Gong. Bases de la Medicina Tradicional China. Digitopresión y Estiramientos. No se utilizan aceites ni cremas. Se trabaja descalzo sobre ropa de algodón. Se entrega material teórico y Certificados de Asistencia. Vacantes limitadas. Escuela e Shiatzu Kan Gen Ryu®, Fundada por Carlos Trosman en 1992. Abierta la inscripción: www.shiatzukangenryu.com.ar Whatsapp: +54911-6656-5215.

Entrenamiento internacional

¡Prepárate para un viaje de precisión y refinamiento con «Bajo el Roble»! **Entrenamiento** Avanzado Internacional para Profesionales del Método Feldenkrais. •Un domingo por mes, de 11 a 15 hs. Argentina. Próximas fechas: 18/5 y 29/6. Con la renombrada entrenadora Yehudit Silver desde Tel-Aviv. •Series de Clases Magistrales: - Enfoque en precisión, refinamiento, habilidades y comprensión de la Integración Funcional. - Observa el desarrollo de nuevas lecciones de IF con atención a los más finos detalles. - Modalidad OnLine con reuniones mensuales de 4 horas. •Los participantes tendrán acceso a las grabaciones de cada sesión. • Entrenadora: Yehudit Silver: Entrenadora Feldenkrais desde 2010. Formada en Tel-Aviv. Especializada en Desarrollo Evolutivo y psicología. Organizado por Pausa Feldenkrais: - Angie Junquera & Marcela Bretschneider. -Información: workshops.pausa.feldenkrais@gmail.com - Angie: +54 9 11 2672 0594 - Marce: +54 9 11 4424 2206 •Inscribete aquí: https://docs.google.com/forms

Formación Feldenkrais®

Abierta la inscripción para la sexta Formación del Método Feldenkrais® Internacionalmente acreditada, en Buenos Aires-Argentina. Habilita para ser pedagogo del Método Feldenkrais en sus dos modalidades: Integración Funcional[r] y Autoconciencia a través del movimiento[r]. Duración 4 años. Modalidad presencial y virtual: dos módulos presenciales y dos módulos on line, por año. Dirigida a Profesionales de la salud, el arte, la educación y a toda persona interesada en la autoconciencia, el movimiento y el aprendizaje. Información detallada: www.estudiafeldenkrais.com.ar

Senso-Corpo-Reflexión

■ Encuentros Individuales y Grupales.

Volver al pulso vital... Bioenérgetica Lunar ■ Esencias florales ■ Danza Butoh ■ Recursos expresivos. ■ ■ Liberá tu corporalidad en movimiento, empoderamiento personal. Prof.: Patricia Aschieri. Youtube El cielo no puede esperar. Web: www.patriciaaschieri.com poesiacorporalenmovimiento@gmail.com

Clases de Feldenkrais®

Clases abiertas al público y profesionales Feldenkrais®. Clases Regulares, Virtuales. Martes y/o jueves, todas las semanas de 11hs. a 12hs. (hora Argentina). Profesoras: Marcela Bretschneider y Angie Junquera. •Moshé Feldenkrais, creador del método, define el concepto de salud, como la capacidad derecuperación mediante la reprogramación del sistema nervioso al comprender los patrones que tenemos de pensamiento y movimiento, y al buscar la expresión más completa de nuestras capacidades. Contactos: pausa.feldenkrais@gmail.com Marce: +541144242206 Angie: +541126720595

Danza Transpersonal

Formación en espiral. Prácticas que profundizan en un clima colaborativo. Un hermoso salón de uso exclusivo en San Telmo, Informes: escuelaexpresionhumana@gmail.com o por Instagram @escuelaexpresionhumana Whatsapp: 11-2886-7915.

NaturalDanza en Ushuaia

•Clases en la Naturaleza. Bosques, playas, montañas son parte de nuestro escenario natural. Naturaldanza es un estilo que bucea en la danza más primitiva de cada ser, en permanente conexión y respeto. Clases en salón rodeado de naturaleza autóctona. Contacto: 2901400124 Rosana E. Bernharstu.

Danza Inclusiva

■ Clases abiertas. Técnica básica de DanceAbility y experimentación. ■ Podcast de Danza Inclusiva y arte: Andares por el mundo tercera temporada. Accesible en el mundo. Idea y conducción Claudia Gasparini técnica y edición Elvira Grillo una producción de Fundación Fábrica de Artistas y Radio Ceibo. Se transmitirá todos los jueves a las 19:00 en Radio Ceibo y los lunes a las 21:30 por Radio RTV México. No te preocupes si te lo pierdes en vivo, porque después podrás escucharlo en todas las plataformas de podcast. Dirección Claudia Gasparini. Informes: Ig: Andares Danza inclusiva Facebook: AndaresDanzalnclusiva Celu: +54 9 2994056103. andaresdanza@fabricadeartistas.com

Sensopercepción Investigación

Este espacio se crea por la necesidad de gestionar y compartir una red de formación e investigación para todas las personas que se sientan conmovidas e interesadas por el movimiento en su aspecto ligado a la salud, al arte y/o a la educación. A la vida. Viernes de 10 a 12 hs. Link de acceso https://zoom.us/j/2270837398. Consultas e inscripción:

**Déborah Kalmar: +54 11 64476614 / kalmarstokoe@gmail.com / Estudio Kalmar Stokoe @estudio_kalmar_stokoe **Daniela Yutzis: +54 221 4598715 / danielayutzis@gmail.com / Estudio Amancay - @amancayeducaciondelmovimiento

Psicodrama y Grupos

•Inicio Marzo/Abrii. Ya están abiertas las inscripciones para nuestra Formación en Coordinación Grupal y Sociopsicodrama 2025. Cursada Intensiva. Modalidad Mixta, Virtual y presencial. Cada participante elige su forma de cursada. Prácticas profesionales supervisadas. Matrícula con descuento para comunidad Kiné. Consultas: 1156639283 o por mensaje en nuestro Instagram: @institutovathia www.institutovathia.com

Danza Integradora

Mayo, inicia nueva CapacitaciÚn Grupal en Danza Integradora para quienes estÈn interesados en hacer un viaje profundo y transformador a nivel personal y profesional. Para conocer y/o experimentar esta metodología el miércoles 20 de abril a las 18hs Susana Gonzalez Gonz realizará por zoom una Master Class gratuita a la que es posible inscribirse hasta el 27/04. Contactos: 11 3618 28 84. / susanaggonz.danzaintegradora@gmail.com/Instagram: @sugonzdanza Facebook: susana.gonzalezgonz

Profesorado de Qi Gong

*Agosto 2025: -Curso de Profesor/a de Qi Gong (Chi Kung). Comienza en agosto con »Qi Gong Ba Duan Jin». Las 8 Piezas del Brocado (seminario bimestral) Mejora la coordinación, la fuerza física, energética y mental. Para todo Público. Vacantes limitadas. *En CABA, cada mes: 1er y 3er sábado de 9 a 13 hs + clase teórica virtual. Con Daniel Letieri y Carlos Trosman. *En OLIVOS. cada mes 4to sábado de 9 a 17 hs + clase teórica virtual. Con Guillermo Cid. Se entrega Material didáctico y Certificados de Asistencia. Whatsapp +54911 6656-5215. Abierta la Inscripción: contacto@iiqgargentina.com.ar Whatsapp +54911 6656-5215. Ver programa completo en www.iiggaargentina.com.ar Única sede en

Whatsapp +54911 6656-5215. Ver programa completo en www.iiqgargentina.com.ar Única sede en Latinoamérica del iiQG con sede en Francia. Fundador: Dr. Yves Réquéna. Director en Argentina: Carlos Trosman.



Año XXXIII Nº 103 abril 2025

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

Editorial

La conspiración en la literatura de Roberto Arlt Enrique Carpintero

Dossier: La sociedad paranoica Susan Esterbanch, Cesar Hazaki, Claudio Ollivenstein, Mario Hernández

Separata

Porque la izquierda Hoy? Eduardo Grûner

Área corporal:

¿Es posible humanizar al cuerpo? Berta Vishnivetz

Topía en la clínica

El trabajo clínico en la paranoia Gonzalez Castañon, Magdalena Etchegaray, Paula Saravia

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

www.revistakine.com.ar



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 32 años.

• Equipo Kiné: editor: Carlos Martos - dirección periodística: Julia Pomiés - diseño, arte y diagramación: Rubén Longas, Julia Pomiés - Asesoran y escriben: Susana Kesselman (Biopolítica, Eutonía) / Elina Matoso (Clínica Corporal, Máscaras) / Mónica Groisman (Cuerpo y Psicoanálisis) / Carlos Trosman (Psicología Social, Qi Gong, Shiatzu) / Olga Nicosia (Anatomía Funcional. Osteopatía) / Silvia Mamana (Esferokinesis, Body Mind Centering) / Raquel Guido (Expresión Corporal, Artes del Movimiento) / Marta Jáuregui (Medicina Clínica) / Mariane Pécora (Comunicación Social) / Celeste Choclín (Dra en Ciencias Sociales) / Emiliano Blanco (docente de Expresión Corporal, Performer) / Paola Grifman (Psicóloga UBA, investigadora de la voz). Elida Noverazco (Danza Armonizadora)

Suscripción a las 5 ediciones del año 2025: \$15000.-

COMPRA DE EJEMPLARES, POSTERS, LIBROS



5 ejemplares Digitalizados Arg. \$ 15000.- / Internacional U\$S 20.-

5 posters Digitalizados Arg. \$ 5000- / Internacional U\$S 20.-







2 libros digitales de la Colección **Kiné Biblioteca**

Arg. **\$15000.-** / Internacional **U\$S 20.-**

En Argentina: realizar depósito o transferencia a la cuenta Nº 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 kine2@revistakine.com.ar

Para compras internacionales consultar por mail a kine2@revistakine.com.ar

Somos un sistema de sistemas **INDICE 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
- •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
- •Kiné 68: Sistema Nervioso 3. El Sistema aNervioso Autónomo. Pánico
- 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
- •Kiné 73: Sistema Reproductor 2. Concepción, anticoncepción y embarazo. •Kiné 74: Sistema Tegumentario: Piel, pelo, uñas. Un sistema protec-
- •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 contrac-
- •Kiné 79: Músculos en Acción (2): Flexibilidad. Las fascias: un sistema
- •Kiné 80: Músculos en Acción (3): Fuerza.
- •Kiné 81: Músculos en Acción (4): Resistencia.
- •Kiné 82: Músculos en Acción (5): Coordinación.
- •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 man-
- •Kiné 89: Dolor (4): La salud del nervio ciático. Técnicas para aliviar dolores.
- •Kiné 90: Dolor (5): Rodilla, Tobillo, Pié. Serie de ejercicios ilustrados.
- •Kiné 91: Artrosis y Artritis. Principales diferencias •Kiné 92: Colesterol. Enfoque clinico y psicosomático. Homeopatía. Masaje.
- •Kiné 93: Diabetes. Prevención y tratamiento. Testimonios. Kiné 94: Alergias. Asma. Rinitis. Eczemas.
- •Kiné 95: Osteoporosis. Prevención y tratamiento.
- •Kiné 96: Anorexia y Bulimia, propuestas desde: Medicina, Psicoanáli-
- •Kiné 97: La salud de la postura. Desde la gestación a la vejez.
- •Kiné 98: Escoliosis y problemas posturales. Prevención, y tratamiento.
- •Kiné 99: Alteraciones posturales por mal funcionamiento de las visceras
- •Kiné 100: Problemas: trabajo, postura y computadora •Kiné 101: Otra vez la voz. herramienta de transformación
- •Kiné 102: Hinerlordosis (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. •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. Hernia de disco.
- •Kiné 117: Articulaciones en peligro 2: Cadera: Coxofemoral.
- •Kiné 118: Articulaciones en peligro 3: Hombro. •Kiné 119: Articulaciones en peligro 4: Rodilla.
- •Kiné 120: Articulaciones en peligro 5: Tobillo.

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

- •Kiné 121: Fascias 1: Un sistema de integración. •Kiné 122: Fascias 2: Fascia tóracolumbar., Dolor de espalda, enfoques
- •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 Ilíaco. •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. •Kiné 151: Sistemas: así en la célula como en el cosmos.
- •Kiné 152: Articulaciones 1: funciones, cuiados, rehabilitaciones.
- •Kiné 153: Articulaciones 2: el hombro.
- Kiné 154: Articulaciones 3: rodillas
- •Kiné 155: Articulaciones 4: tobillo.
- •Kiné 156: Sistema Nervioso: Primera Parte La percepción del mundo
- •Kiné 157: Sistema Nervioso: Segunda Parte: del cerebro al músculo
- •Kiné 158: Sistema Endocrino: Funciones y Disfunciones.
- •Kiné 159: Sistemas Inmune y Linfático: Primera Parte.
- •Kiné 160: Sistemas Inmune y Linfático: Segunda Parte Fortalecer las defensas. La importancia de la Psiconeuroinmunoendocrinología.