



Año 34 - Nº 168
20 de agosto a 20 de octubre 2025

la revista de lo corporal

www.revistakine.com.ar

**DEMOCRACIA
MUCHO MÁS QUE IR A VOTAR**

INFORME Y NOTA POSTER

DIAFRAGMA

un músculo en el centro
de todas las

CADENAS MUSCULARES

Y ADEMÁS

- SEMANA DE LA
SENSOPERCEPCION
- GALA DE BALLET
REPATRIADOS 2025
- ESTIMULOS CREATIVOS
PERCEPCION Y SUBJETIVIDAD
- MAS QUE UN CUERPO PROPIO
BIODANZA Y EDUCACION BIOCENTRICA





En tapa:
intervención anatómica de longas+pomiés
sobre una fotografía de "Flora", obra del
escultor italiano Pietro Tenerani (1789-1869)



está asociada a



Asociación de
Revistas Culturales
Independientes
de Argentina

www.revistasculturales.org

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 la 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.**

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

DISPONIBLE EN
www.revistakine.com.ar

SUPLEMENTO ANUAL • GRATUITO



•EXPRESION CORPORAL •DANZA •DANZATERAPIA •DANZA
ARMONIZADORA •SISTEMA RIO ABIERTO •SISTEMA MILDERTMAN
•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



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 N° 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.

Kiné®

la revista de lo corporal

año 34 - n° 168
20 de agosto - 20 de octubre - 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"
DIAFRAGMA
UN MUSCULO CENTRAL

- 3 El gran mediador**
Laura Corinaldesi
- 4 Continuidad fascial**
Cristina Oleari
- 6 Postura y Movimiento**
Marta Jáuregui
- 7 La potencia del diafragma**
Anabella Lozano
- 8 NOTA - POSTER**
Diafragma y cadenas miofasciales
Julia Pomiés, Olga Nicosia, Rubén Longas

Informe Biopolítico:
DEMOCRACIA:
MUCHO MAS QUE VOTAR

- 9 Capitalismo Vs. Democracia**
Carlos Martos
- 11 El tono vital en tiempos electorales**
Susana Kesselman
- 12 Autodenominados "libertarios"**
Celeste Choclin
- 13 Democracia y Manipulación**
Mónica Groisman
- 14 Educar al soberano**
Equipo docente de Danza Armonizadora
- 16 Mentiras más crueldad**
Emiliano Blanco
- 17 Dictocracia**
Alicia Entel
- 18 Articulaciones que disocian**
Carlos Trosman
- 18 La gente y ellos**
Adriana Llano

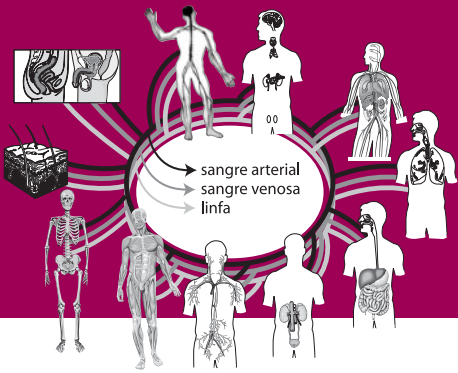
ADEMÁS

- 19 DMT y educación biocéntrica**
Marian Villaverde
- 21 Percepción, creación, subjetividad**
Gabriela González López

En la sección CUERPO &

- 22 El poder del abrazo**
En torno a un libro de Raquel Guido
- 23 Correo para Kiné**
Cecilia Glaz
- 24 Semana de la sensopercepción**
Del 15 al 17 de septiembre
- 25 Repatriados 2025**
Julia Pomiés
- 26 V Encuentro de Prácticas Somáticas**
Instituto de Artes del Espectáculo UBA-Filo
- 26 Arte y Salud Mental**
Jornadas Latinoamericanas
- 27 guía de profesionales y cursos**
- 30 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: L. Marechal 830, 11° A
(1405) CABA - tel: 4981-2900.
kine@revistakine.com.ar
www.revistakine.com.ar



somos un sistema de sistemas

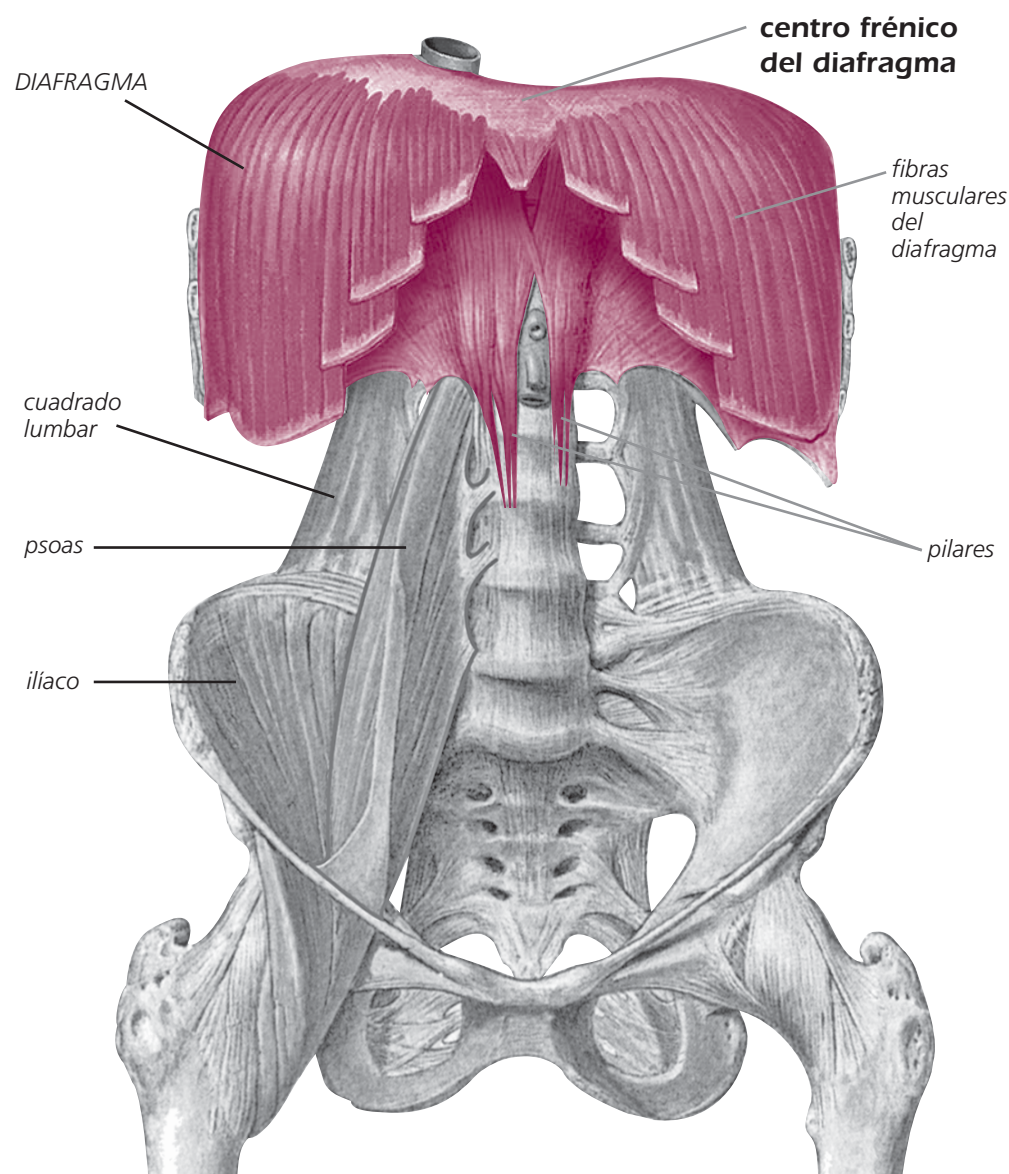
serie 2025: Músculos y Cadenas Miofasciales

diafragma

un músculo central



Su función principal está vinculada a la respiración, en la que es protagonista durante la fase de inspiración. Pero además se relaciona con el sistema circulatorio, el sistema nervioso, el aparato digestivo... Divide (y a la vez vincula) la caja torácica y la cavidad abdominal. Por la continuidad anatómica de las fascias, constituye un núcleo en el cual se interrelacionan casi todas las cadenas musculares (miofasciales). De modo que su funcionamiento repercute desde lo superficial a lo profundo, desde la región superior a la inferior del cuerpo, vincula lo anterior con lo posterior y un hemicuerpo con el otro. Participa tanto en el mantenimiento de la postura (cadenas estáticas) como en el movimiento (cadenas dinámicas). Es, sin lugar a dudas, un músculo central.



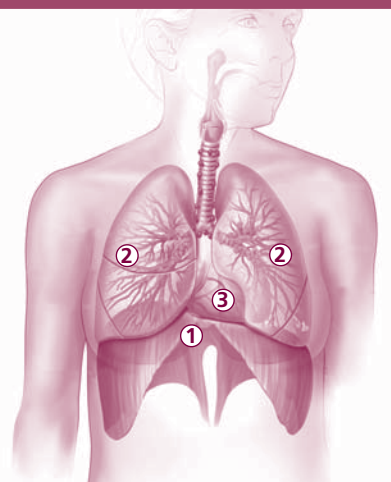
Con su forma de "cúpula" o bóveda, el diafragma divide el tórax del abdomen y, tal como señalamos, a la vez los conecta.

Está constituido por **fibras musculares**, **fibras tendinosas** y un centro denominado **centro frénico**, formado por tres hojas de aponeurosis (tejido conectivo denso).

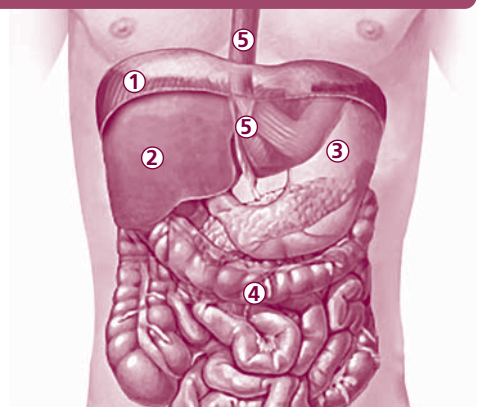
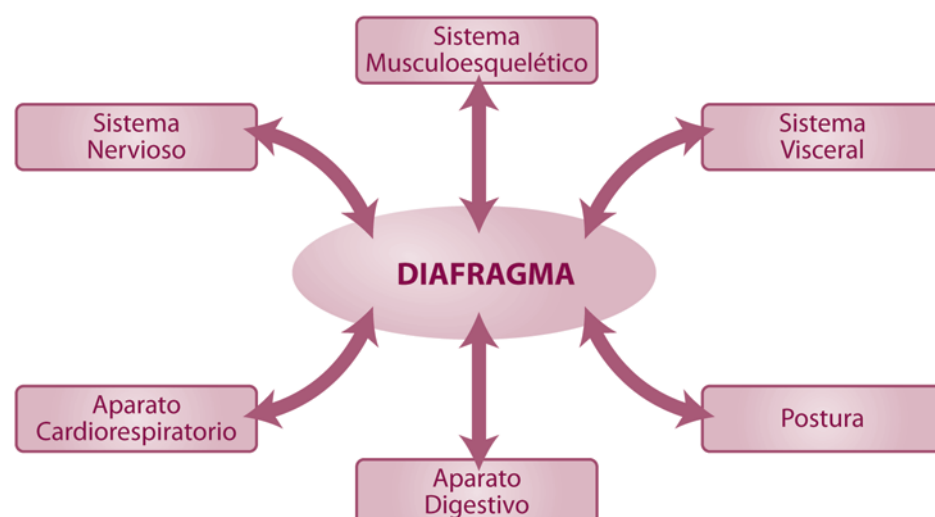
Las fibras tendinosas se denominan **pilares**. Los **pilares principales** se insertan en la cara anterior de las vértebras lumbares. Del lado izquierdo las inserciones son en las dos primeras lumbares (L1 y L2), en cambio del lado derecho las inserciones llegan hasta la tercera lumbar (L1-L2 y L3). Desde estos pilares principales se dirigen fibras, también tendinosas (los **pilares accesorios**) hacia la cara lateral de los cuerpos de las mismas vértebras y desde ellas al vértice de la apófisis transversa de la lumbar 1 y hasta el vértice de la duodécima costilla. Desde allí van a insertarse en las costillas 12° y 11°. Luego, con fibras musculares, se inserta en la parte interna del cartilago costal que une a las costillas 10° - 9° - 8° con el séptimo cartilago costal y, finalmente, **cierra todo el perímetro de la base torácica**, al insertarse con fibras musculares en dos lengüetas a cada lado del apéndice xifoides (en el extremo inferior del esternón).

el gran mediador del organismo y las emociones

Escribe Laura Corinaldesi



Por encima del diafragma (1), los órganos de la caja torácica. Los principales: pulmones (2) y corazón (3)



Por debajo del diafragma (1), parcialmente recortado en el gráfico, se ubican los órganos de la cavidad abdominal. Los principales: hígado (2) estómago (3) intestinos (4). El esófago (5) lo atraviesa en su recorrido desde la cavidad torácica hacia el estómago.

viene de la página anterior

En la parte central del diafragma se encuentra el **centro frénico**, (ver abajo, a la derecha el recuadro de «el diafragma visto desde abajo»). El centro frénico es una importante zona aponeurótica en forma de trébol compuesta por tejido conectivo que permite el pasaje de estructuras como el esófago hacia el estómago para el pasaje de alimento, la arteria aorta que lleva la sangre a la parte inferior del cuerpo y la vena cava que la envía hacia la parte superior. También intervienen los nervios del sistema simpático y parasimpático, pertenecientes al sistema nervioso autónomo que controla las acciones involuntarias. Entre ellos, el nervio vago que se extiende desde el bulbo raquídeo a las cavidades del tórax y del abdomen, tiene influencia en la digestión, la función cardio respiratoria, y colabora en el mecanismo de la deglución y el habla (se llama vago porque es un vagabundo herrante). El nervio frénico se origina en las vértebras cervicales y en su función motora inerva el diafragma haciendo posible su contracción. A su vez transporta información sensitiva procedente de la pleura (fascia que envuelve a los pulmones), pericardio ("envoltura" del corazón) y peritoneo diafragmático; de esta manera el diafragma se puede contraer sin que éstas estructuras se estrangulen.

En relación a sus funciones el diafragma es el principal músculo inspirador (ver recuadro arriba a la derecha)

Además del diafragma, otros músculos que participan en la ventilación son los intercostales, los abdominales y los músculos accesorios como los escalenos -que elevan las dos primeras costillas- y el esternocleidomastoideo que eleva el esternón.

Intimamente ligado al músculo psoas, a través de la inserción D-12, el diafragma establece una **conexión mecánica y funcional con la fascia tóraco-lumbar y la fascia del psoas**. Desde el punto de vista biomecánico, en las posiciones de sentado durante largas horas, no sólo se ve afectada la fascia del psoas, que produce acortamientos musculares del miembro inferior, sino también los procesos que intervienen en la respiración.

Joseph Pilates hablaba de "la casa del poder" en alusión a la caja compacta que forman el diafragma, los abdominales y el piso pelviano.

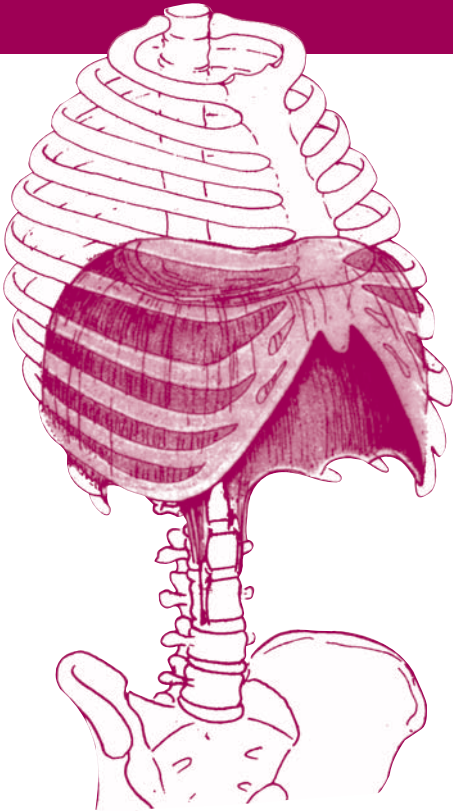
En esta técnica se realiza un ejercicio frecuente en posición acostado para trabajar ambas piernas con la barra del reformer o las sogas en los pies. Si se ejecuta una contracción abdominal constante se frena la acción del diafragma. Cuando éste se contrae se termina apoyando en las vísceras, se frena su descenso anticipadamente y comienza a traccionar de las costillas.

La espiración corriente es pasiva, es decir que al dejar de contraer los músculos inspiradores, la propia elasticidad de la parrilla costal la llevará a su posición original produciendo la espiración en forma pasiva. En cambio, la espiración durante el movimiento de flexión del tronco permitirá lograr mayor estabilidad lumbo-pélvica ya que hará activar el transverso abdominal en el momento más tenso del ejercicio.

En relación a lo postural, el diafragma es un lugar de encuentro de la cifosis dorsal y la lordosis lumbar.

Esta zona de transición y cambio entre las dos curvaturas genera a veces dolor como respuesta a compensaciones por esfuerzos y puede provocar trastornos que influyen en el músculo diafragma porque sus inserciones están ligadas al esternón y a la columna dorsal en forma directa.

Las técnicas posturales sobre cadenas globales como **Reeducación Postural Global (RPG)** hacen gran hincapié en el dia-



Lugar de pasaje y comunicación. Pero también de ocultos bloqueos.

Es rítmico, se contrae y se expande al inhalar y exhalar en forma involuntaria.

El diafragma es el músculo más plano de todo nuestro cuerpo, esencial en la inspiración y pieza clave en el mecanismo respiratorio. Insertado en la columna vertebral alrededor de la 12ª vértebra dorsal (D-12), se extiende hacia el reborde costal, el esternón y algunas fibras musculares se prolongan hacia la zona lumbar.

Como una bóveda con la parte derecha más elevada que la izquierda (que es donde se ubica el corazón), separa la zona torácica de la abdominal.

fragma, porque toman en cuenta las cadenas musculares y las fascias. Trabajan con la respiración e inciden sobre la fascia tóraco-lumbar y sobre la fascia del psoas. Se ejecutan ejercicios con espiración máxima que generan tracciones de la fascia anterior y una alineación de la postura.

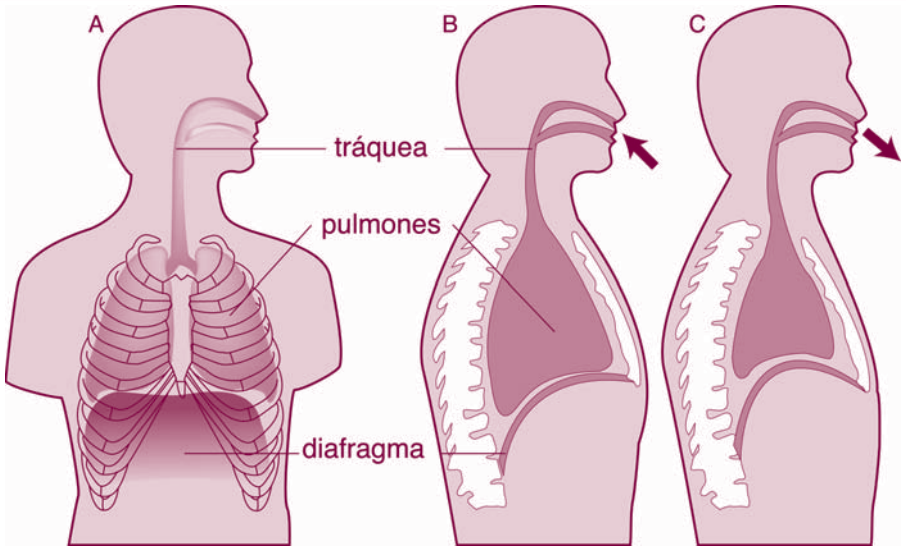
En la **bioenergética**, creada por **Alexander Lowen**, aparece la noción de tres diafragmas: uno el diafragma pelviano, otro el diafragma propiamente dicho y un tercero localizado en la zona de la garganta. En casos de bloqueos energéticos, estos producirían disfunciones en el organismo y, además, conflictos emocionales. En la terapia bioenergética, por medio de movimientos especiales y de posiciones corporales, se puede recuperar la respiración y la movilidad naturales, liberando las tensiones crónicas, que son causa de trastornos psicosomáticos.

En **yoga** se habla de enfermedad cuando se altera la energía: o se encuentra debilitada, o se presenta en exceso, o bien está bloqueada.

En esta disciplina también se habla de otros diafragmas. Existen bloqueos a nivel de la garganta donde el sujeto puede presentar disfonías, otros sufren limitaciones en la respiración por bloqueos emocionales y la zona pelviana se encuentra asociada a la sexualidad. Entre sus prácticas se destacan las asanas -movimientos y posturas que estimulan una adecuada circulación energética sobre el sistema nervioso, glándulas y órganos- y los ejercicios de pranayama o ciencia de la respiración, con múltiples aplicaciones orgánicas, mentales y emocionales, con el objetivo de restituir el equilibrio perdido en un camino hacia la salud.

Laura Corinaldesi: Profesora de Filosofía y periodista. Se formó en danza y eutonía. Asesoramiento: **Guillermo Paterno:** Licenciado en Kinesiología y Fisiología del Ballet Contemporáneo del Teatro San Martín.

el diafragma y la respiración

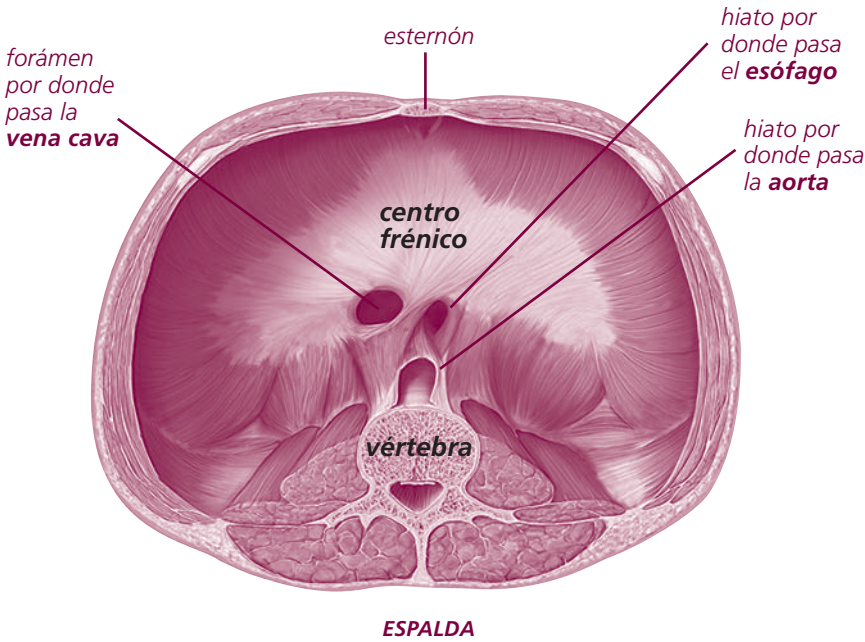


A) Los pulmones están contenidos en la caja osteoarticular, expandible, formada por las costillas, el esternón y la columna vertebral. La base de la caja está constituida por el diafragma. La mecánica respiratoria se divide en dos movimientos, la inspiración y la espiración. **B)** La **inspiración** es la fase donde los músculos se contraen para movilizar la caja torácica en el sentido de la elevación de las costillas, los cartílagos costales y el esternón de manera que el conjunto de estos movimientos imprime modificaciones **en los 3 diámetros del tórax:** antero-posterior, transversal y vertical, provocando variaciones de volúmenes, arrastrando a las pleuras parietal y visceral (tejido de envoltura de los pulmones adherido a la caja torácica por dentro y al tejido pulmonar) y a través de ellas, expande los pulmones logrando la entrada del aire por diferencia de presiones (dentro de los pulmones se genera menor presión que en el exterior). **Es en esta fase inspiratoria en la cual el diafragma es protagonista de manera indiscutida** y optimiza con su contracción la expansión del tórax en sus tres dimensiones. **C)** La espiración, o exhalación se produce cuando se relajan los músculos retornando elásticamente a su posición inicial. (Esto es válido para cierto volumen inspirado llamado "volumen corriente" = 0,5 l. Si la inspiración ha sido mayor que este volumen, deberán contraerse músculos espiradores.)

el diafragma visto desde abajo

Gráfico de un corte transversal del cuerpo donde se puede observar el diafragma desde adentro y desde abajo, como si miráramos el techo de una cúpula desde el interior del edificio.

*En este corte transversal esta parte corresponde al **FRENTE** del tórax donde, en el centro, adelante, se ubica el esternón*



El **centro frénico**, funcionalmente considerado como un tendón, presenta 3 hojas: una anterior, y dos posteriores (derecha e izquierda).

En distintos puntos de toda su extensión el diafragma deja orificios para que transcurran elementos desde el tórax hacia el abdomen, y desde el abdomen hacia el tórax. Uno de ellos es para la **arteria aorta**, que pasa entre los pilares principales, que son inextensibles, lo que garantiza que en cada contracción del músculo no se comprima la arteria. Otro orificio es el de la **vena cava inferior** (en la hoja derecha del centro frénico) también inextensible, con el mismo propósito. El orificio por donde pasa el **esófago**, en cambio, se produce con el entrecruzamiento de fibras musculares que se desprenden de los pilares principales, por lo tanto en este caso, la contracción muscular funciona como un esfínter y es el lugar donde se pueden generar de manera patológica las denominadas "hernias hiales". Entre los pilares accesorios transcurren otros elementos vasculares y nerviosos que le dan mayor relevancia al diafragma relacionados con otras funciones más allá de las respiratorias.

diafragma y continuidad fascial

texto de: Cristina Oleari

Existe una **continuidad anatómica** de las fascias (descrita en varios artículos en números anteriores de esta revista). Desde la base del cráneo, las fascias cervicales (superficial, media y profunda) se continúan a través de las fascias pectorales, las torácicas, las mediastínicas (relativas al mediastino) y pericárdicas (que envuelven al corazón). Dicha continuidad tiene relevancia en la constitución de la denominada **cadena inspiratoria** (o cérvico - tóraco - diafragmática), pues une la base del cráneo con el diafragma. Allí, interrelacionándose con las inserciones superiores de los abdominales, brinda continuidad a la **fascia tóraco-abdominal**.

Se puede destacar además, la importancia del diafragma por su continuidad fascial:

- desde lo profundo hacia lo superficial en el tórax,
- desde la región superior a la inferior del cuerpo,
- de un costado al otro por la continuidad de un hemisistema al contralateral,
- desde lo anterior a lo posterior.

En fin, se podría mencionar al diafragma como el núcleo donde se interrelacionan casi todas las cadenas miofasciales. Para ello sólo hace falta recordar las inserciones del diafragma que se mencionaron antes.

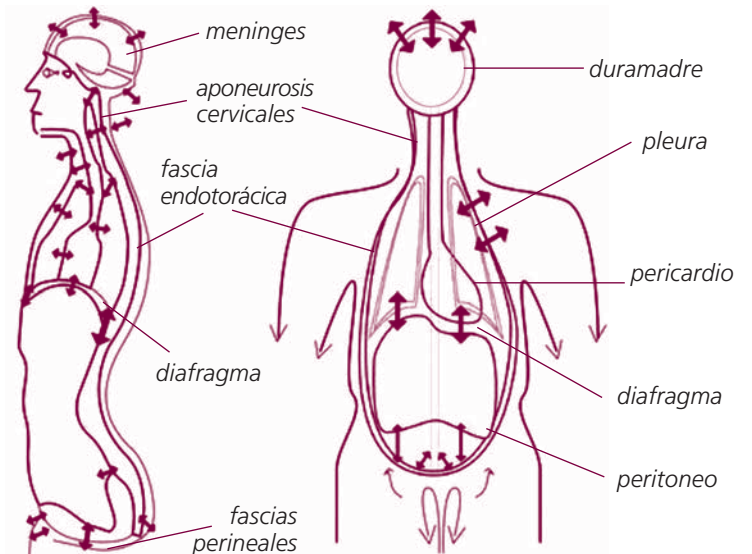
Las diferencias entre **cadenas tónicas** (estático-posturales) y **dinámicas** (fásicas,

de movimiento) no debe conducir a un concepto de antagonistas entre ambos sistemas miofasciales, sino de **sinergias complementarias**. Las cadenas tónicas tienen predominantemente una función estática y las cruzadas (o mejor dicho, espiraladas) presentan una función dinámica, propia de la coordinación cruzada del movimiento humano en el tronco y entre ambas cinturas escapular y pelviana. **El sistema cruzado necesita la estabilidad del sistema tónico y éste puede necesitar al sistema cruzado para consolidar su estática** cuando se ve amenazada. "Los sistemas cruzados son el centro de todos los movimientos del cuerpo en el espacio; realizan el enlace indispensable para el equilibrio general entre el miembro superior de un lado y el inferior del otro". (Busquet).

Y, en la relación entre ambos está el **diafragma**. "A nivel del diafragma se cierran todas las cadenas musculares. El centro frénico es un punto de confluencia en el que todas las cadenas musculares se encuentran en interconexión" (Busquet). **El diafragma se pone en relación con todos los movimientos**, ya que por sus inserciones posteriores se conecta con la columna lumbar a través de las cadenas rectas y cruzadas posteriores, por delante con el apéndice xifoides con las cadenas rectas y cruzadas anteriores y por sus fibras costales con las cadenas cruzadas. El diafragma necesita independencia para cumplir su función hegemónica de la respiración, sin embargo, por su conexión con las cadenas musculares podrá ser solicitado temporariamente para la función dinámica y/o en for-

Continuidad fascial y balance de presiones tóraco - abdómino - pelvianas

La continuidad de las fascias genera compartimentos entre los cuales existe un balance de presiones. El diafragma ocupa un lugar central. Fuente: "La Fascia" de Serge Paoletti, Dr. en Osteopatía.



ma más o menos permanente por compensaciones estáticas. Estos dos últimos requerimientos se realizan en detrimento de la primera función. El diafragma controlará con su forma circular el movimiento de torsión con relación a la línea de gravedad. De manera que con la terapia manual siempre debemos actuar sobre el diafragma, pues las mejoras funcionales sobre la respiración y sobre el eje vertebral se potenciarán unas a otras.

La complementariedad de las cadenas se confirma por la capacidad de organizar los diferentes segmentos corporales en el espacio, permitiendo la estabilidad suficiente para desarrollar la función dinámica sin por

ello limitarla. La función tónica estática es lo que subyace al movimiento, a lo dinámico. Debido a que la regulación motora postural (a través de las motoneuronas alfa - tónicas) responde a umbrales más bajos y son las primeras en reclutarse, constituyen lo que se denomina "el automatismo de fondo que permite toda la dinámica". No es posible un movimiento eficiente sin una postura adecuada (Cardinali).

La **Dra. Cristina Oleari** es Kinesióloga Fisiatra (UBA). Profesora Titular de la Cátedra de Biomecánica y Anatomía Funcional en la Carrera de Kinesiólogía y Fisiatría de la Facultad de Medicina de la UBA, la Universidad Favaloro y la UAI.

✦ **BAJO EL ROBLE** ✦

Entrenamiento Avanzado Internacional para Profesionales del Método Feldenkrais

Entrenadora Yehudit Silver desde Tel-Aviv

Precio promocional por los tres últimos encuentros 2025:
Septiembre 28 / Noviembre 23 / Diciembre 7

Master Class Series

Precisión, Refinamiento, habilidades y comprensión de la Integración Funcional

A través de la observación del desarrollo de nuevas lecciones de IF prestando atención a los más finos detalles. Esta serie de clases magistrales se llevarán a cabo en formato OnLine en una reunión mensual de 4 horas y los participantes tendrán acceso a las grabaciones.

Yehudit Silver Entrenadora Feldenkrais desde 2010, Formada en Tel-Aviv especializada en el Desarrollo Evolutivo con especialización en psicología.

Online

Encuentros mensuales de 4 horas cada uno

Organizado por Pausa Feldenkrais (Angie Junquera - Marcela Bretschneider)

Información o contacto:
Workshops.pausa.feldenkrais@gmail.com
Angie 54 911 2672 0594
Marce 54 9 11 4424 2206

Link de inscripción
<https://docs.google.com/forms>

iiQG ARGENTINA NEXUS

MONTAÑAS SAGRADAS TAOISTAS

VIAJE A CHINA

AGOSTO 2026

Viaje de inmersión: 21 días de perfeccionamiento en Qi Gong y Yang Sheng con Maestros Tradicionales en Templos Ancestrales de las Montañas Sagradas de China

Informes e inscripción: www.iiqgargentina.com.ar
✉ contacto@iiqgargentina.com.ar ☎ +54 9 11 6656-5215

cadena rectas y cadenas cruzadas

postura y movimiento

escribe Marta Jáuregui



Las cadenas rectas tienen una función primordialmente postural y de autocrucimiento en la bipedestación. Analizándolas como un sistema antigravitacional, operan estructurando y repartiendo la energía del trabajo muscular.

Las **cadenas rectas** tienen una función primordialmente **postural** y de **autocrucimiento** en la bipedestación. Analizándolas como un sistema antigravitacional, operan estructurando y repartiendo la energía del trabajo muscular. Los centros fibrosos dorsolumbar, diafragmático, abdominal y perineal, funcionan como puntos de convergencia de las contracciones musculares o zonas tensoras de apoyo para contracciones excéntricas.

Las **cadenas cruzadas**, en cambio, tienen una **función de movimiento**.

De hecho, en nuestra evolución, podemos incorporar y "despegarnos" progresivamente del suelo gracias a la acción de nuestras cadenas rectas y el control de nuestro sistema antigravitatorio, mientras que cualquier desplazamiento, desde la exploración que hace la cabeza hacia los lados o el alcance de objetos con las ma-

nos, hasta la marcha sobre los pies, depende del accionar de nuestras cadenas cruzadas.

Mientras las cadenas rectas nos configuran en un plano sagital, las cruzadas nos permiten las diagonales y nos integran al mundo de tres dimensiones.

Por su función primordial de movimiento, los músculos que forman estas cadenas dinámicas, tienen predominio de fibras fásicas, por lo que son más pálidos que los de actividad tónica y con un rango mucho mayor de contractilidad o acortamiento.

Teniendo presente que las cadenas musculares las conforman músculos y fascias, debemos remarcar que las que cruzan de un lado al otro del eje del cuerpo, **son las fascias que dan continuidad**, y no los músculos, dispuestos en forma simétrica a cada lado de nuestro eje.

En el tronco, las cadenas cruzadas permiten las **torsiones** cuyos ejes van de un hombro a la cadera contraria. El cruce de estos ejes es a la altura de la **tercera vértebra lumbar (L3) por detrás y del ombligo por delante**. La disposición de las fibras musculares es oblicua, con una continuidad que "conecta" el **hemitórax de un lado con la hemipelvis del otro**, es decir las dos mitades de cintura escapular con las dos mitades opuestas de cintura pelviana. Estas cadenas están por delante y por detrás.

Las anteriores, incluyen a las fibras que se direccionan sobre estos ejes cruzados: oblicuo menor derecho, mayor izquierdo, intercostales superficiales izquierdo, pectorales izquierdo y serrato mayor izquierdo. La otra, a los mismos músculos del lado opuesto.

Las posteriores incluyen a las fibras diagonales iliolumbares del cuadrado lumbar derecho, las costolumbares del izquierdo, intercostales profundos izquierdo y serrato inferior izquierdo. La otra, ídem del lado opuesto.

Esta acción de espiralar al torso, se completa con la movilidad de las cinturas escapular y

pelviana, para la rotación de miembros superiores e inferiores. En estos movimientos, intervienen los músculos que movilizan escápulas, hombros, pelvis y caderas.

Por su disposición, y por trabajar en acople con las cadenas rectas, como elementos de fijación, la acción de **las cadenas cruzadas anteriores es acercar por delante, el cuadrante superior de un lado, al inferior del lado opuesto, asociando una flexión anterior de enrollamiento. En tanto, las cadenas cruzadas posteriores, acercan por detrás, a los cuadrantes opuestos, generando una extensión o desplegamiento de la columna.**

Vale la pena remarcar la existencia de **dos planos de fibras musculares, que entrecruzan sus direcciones:**

El oblicuo mayor tiene fibras superficiales, que van de afuera y arriba hacia la línea media y abajo, mientras el oblicuo menor, más profundo, tiene fibras de afuera y abajo hacia arriba y adentro (es decir hacia la línea media).

Los intercostales superficiales son diagonales hacia arriba y atrás, y los intercostales profundos, hacia arriba y adelante.

Los cuadrados lumbares tienen fibras profundas de abajo y afuera hacia arriba y adentro y fibras superficiales de abajo y adentro, hacia arriba y afuera.

Esta malla de fibras musculares tiene continuidad a ambos lados de la línea media, gracias a estar conectadas a través de los espacios fibrotendinosos dorsolumbar y abdominal.

Siendo estos centros tendinosos, estructuras fundamentales del sistema antigravitacional, se deduce que **el movimiento que generen las cadenas cruzadas estará influenciado por el grado de tensión del sistema antigravitacional. Esta es una prueba más de que el tono precede al movimiento.**

Las cadenas cruzadas troncales se continúan con las flexoras, extensoras y rotadoras de miembros superiores e inferiores. Todas estas

Las cadenas cruzadas, tienen una función de movimiento. Es importante destacar que las cadenas están conformadas por músculos y fascias, y que las que cruzan de un lado al otro del eje del cuerpo, son las fascias que dan continuidad, y no los músculos, que están dispuestos en forma simétrica a cada lado de nuestro eje.



estructuras dinámicas tienen además, distinto grado de flexibilidad o hipertonia, según la función que cumplen. Así es que se describen las Hegemonías, que dan categoría por la intensidad y frecuencia en su uso: Los músculos con función antigravitatoria, los inspiradores y los prensores, por su casi constante requerimiento de acción, tienden a la hipertonia, así como los que son poco requeridos, pierden fuerza. El estudio de este mapa funcional, es el que permite diseñar un trabajo corporal preventivo y terapéutico, en relación a nuestro sistema miofascial y nuestra actitud postural.

Marta Jáuregui es médica clínica y junto al profesor Claudio Cravero desarrolla el método de Esferointegración.

DANZA ARMONIZADORA

Método Elida Noverazco

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

TÉCNICA CORPORAL TERAPÉUTICA

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

- GRUPOS TERAPÉUTICOS
- GRUPOS DE MOVIMIENTO

ESPERAMOS TU CONSULTA
POR DÍAS, ZONAS Y HORARIOS

ABIERTA LA INSCRIPCIÓN
AL PROFESORADO

STAFF:

Elida Noverazco
Mirtha Barnils - Karina Jousse
Gabriela Prosdociami

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



MÉTODO FELDENKRAIS®

Una experiencia única y profunda
donde lo principal es explorar
la creatividad y los sentidos

Angie y Marcela, te invitan a participar de un espacio para expandir la autoconciencia y la autoimagen, mediante el respeto, la confianza y la seguridad para aprender a disfrutar del aprendizaje de la autoconciencia a través del movimiento.

El Método Feldenkrais lleva el nombre de su fundador, el Dr. Moshé Feldenkrais (1904-1984), ingeniero israelí, científico, además de maestro de jiu-jitsu y judo.

El creador define el concepto de salud, como la capacidad de recuperación mediante la reprogramación del sistema nervioso.

Las bases de este método, ponen en jaque al sistema nervioso para que adquiera la capacidad de discernir, entre todas las posibilidades de realizar una acción, cuál es la más "saludable" y "provechosa", a través de la eficacia del movimiento.

Aunque no es una terapia ni sustituye un tratamiento médico, el objetivo de este método educativo, es superar dolores, limitaciones, y lograr un estado de bienestar y vitalidad física, mental y emocional.

La práctica puede ser llevada a cabo por cualquier persona, independientemente de su edad e incluso con limitada movilidad o dolor crónico.



mail: pausa.feldenkrais@gmail.com
angie: +5491126720595 marce: +5491144242206

Reorganización postural

la potencia del diafragma

escribe **Anabella Lozano**

El diafragma, músculo principal de la respiración, trabajador incansable de la vida, que garantiza su permanencia y da muestras inconfundibles de creer en ella.

Optimista por naturaleza, toma el ritmo y el pulso respetuoso de cada quien y busca camuflarse con "perfil bajo" cuando no hay quien sea testigo de su presencia y puede esperar aunque no siempre pacientemente, a ser escuchado. Hace su tarea como un trabajador puntual, riguroso e incondicional, de esos que hasta pueden vivir sin ser especialmente valorados o reconocidos y haciendo "las cosas sin fe pero como un reloj" (Federico García Lorca - La Casa de Bernarda Alba).

No pregunta, no cuestiona, hace. Aunque eso no lo hace menos sensible. Su potencia radica en su profunda sensibilidad y escucha de nosotros y nosotras mismas. No reflexiona y por eso no se detiene, avanza hacia el futuro y da seguridades de llegar hasta el final hasta lo último de lo último. De hecho él es el último en moverse, el que podríamos decir tiene hasta la responsabilidad del final, la de apagar la luz y el movimiento.

Íntimo de los más fieles, íntimo de verdad, fiel espectador y quien encarna nuestras emociones más conocidas, y esquivo de aquellas que no sabe traducir.

Sabe de querer soltar pero no poder, de ir más profundo y más hondo, de ir cortito y al pie, de retener sin necesitarlo y de retener del susto que aún ya pasado, asusta. Sabe de suspiros y de ralentarse con la calma que da la ternura y el amor. Sabe, siempre sabe, exactamente qué hacer para sobrevivir y aprende más adelante en la vida, más grande, más experimentado y hasta más sabio qué puede hacer para vivir.

Es enorme, nos abarca, nos protege, nos divide, nos une y nos envuelve, nos habita y nos da forma. Es inmenso y sin embargo es un gran desconocido de la historia propia y de otros. Es quien nos expande o nos reduce, es la materia de nuestras emociones, es la fibra de nuestras tensiones, y quien se dispara cuando lo amenaza una situación que inquieta. Es nuestro aliado incondicional y es nuestra experiencia hecha pulso y movimiento.

En nosotras es nuestro borde y nuestro



contenido, depende de qué lado lo mires, pero de lo que no hay duda es que ES donde se imprime nuestra manera de estar en la vida.

Desarrollo en clave anatómica

Tiene forma de cúpula con dos tiras que lo anclan en la columna lumbar, no podía ser menos, para anclar mejor busca el lugar más potente para enraizar, 2da y 3era lumbar, cara anterior de las vértebras lumbares para la parte principal de los pilares y los pilares accesorios formando arcos para los músculos vecinos (psoas y cuadrado lumbar).

Se sabe fuerte y con fibras verticales que recubren las costillas y un tejido fibroso y blanco, llamado centro frénico, que lo organiza en la parte superior, dividiendo el cielo de la tierra. El corazón del estómago, los órganos vitales de los viscerales. Masajea al corazón y al hígado entre los órganos más cercanos, insufla a los pulmones y los reduce cuando exhalamos. Sin él nada, con él todo va y viene. Fluye.

Ahora bien, qué es lo que sucede que tan poco sabemos de su existencia. Sabemos que lo regula el Sistema Nervioso Autónomo y que a la vez se puede modificar voluntariamente así que sin duda es voluntad y es inconsciente. Su maleabilidad es su virtud. Se muestra si lo llaman, se llama al silencio, aunque no a detenerse, si no lo reconocen.

Por él atraviesan la sangre venosa y arterial, vena cava y arteria aorta, y por el esófago que queda abrazado por sus pilares principales

pasan los nutrientes hacia el estómago.

Haciendo cavidad y contacto con el bebé.

Las mujeres embarazadas necesitan saber de sí mismas tanto como puedan/quieran/necesiten aprender durante ese período. Conocer el tono y la dinámica de movimiento del diafragma puede ser una manera de comenzar con el registro conciente y sensible de su espacio interno. Un gran maestro de ceremonias de sus emociones, de sus inquietudes y sus certezas.

Expandir, compartir espacio y sentir comodidad en el movimiento es parte del trabajo al que ayuda la pelota. Registrar la pausa (apnea fisiológica) y cómo se mueve es parte de reconocer la calidad del contacto que irradia hacia las y los bebés.

Las personas conocemos poco de su mecánica, su funcionamiento, su vitalidad e importancia y con los años hemos descubierto que entenderlo suma mucho para conocer nuestro patrón y gesto respiratorio.

No alcanza la voluntad para modificarlo, pero ponerle una atención aguda ayuda mucho a la autoregulación.

El diafragma es quien presenta atendiendo ciertas formalidades a la mujer-madre con el/la bebé y va aportando con su ritmo

calidad al tono de base del bebé a través de su contacto con el útero y a través de este con el bebé.

El diafragma se alivia, se expande y modifica su tono muscular, se acopla con otros músculos y toma de ellos también cierto tono y tensión. Puede tener un tono bajo o más alto y depende de su tono muscular la calidad del contacto. El ritmo que imprime hacia los órganos y por ende hacia el bebé con el útero/matriz como mediador también modifica el contacto. Éste podrá ser amable, blando y a un ritmo sin prisas o por el contrario, si el tono del diafragma es más bien hipertónico, el contacto será tenso, duro y rígido.

Aunque el diafragma no está solo en esto de mover y dar sostén, ya dijimos que los órganos reciben su movimiento tanto los que se ubican por arriba o por debajo del centro frénico, ya que en el suelo de la pelvis encontramos otro fiel trabajador en equipo, el periné o diafragma del suelo de la pelvis, uno es cóncavo y el otro convexo y entre ellos se expande y crece el útero que acompaña al bebé en su crecimiento diario. Son vecinos lejanos, se saben compartiendo la marea y el pulso, y se conocen más de cerca durante el embarazo, ya aunque se saben compañeros aquí realmente arman su trama profunda de contacto y fluir. No están solos, ha llegado un nuevo ser que los limita, los pone a prueba y les da por un tiempo limitado en el tiempo, un lugar fundamental: el de contener, contactar, dialogar y recibir a los bebés. Así como también el de soltarlos cuando llegue el momento. El periné tiene la capacidad de retener y de soltar a través de los esfínteres que lo componen. Llegado el momento el diafragma deberá soltar al útero y el periné deberá darle paso al bebé.

Es decir que el contacto que entre ellos se produce, fluye y se irradia, es generador de cambios del tono y dará sustento al tono de sus tejidos los que organizarán a los patrones de movimiento.

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



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.
Pediatria. 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: fundacionpuiggrós@gmail.com farmacipuiggrós@gmail.com
encuentropuiggrós.blogspot.com www.farmacipuiggrós.com.ar



LIC. SUSANA KESSELMAN

EUTONISTA. CORPODRAMATISTA

ESCUELA DE PSICODRAMA Y CORPODRAMA

TALLERES DE EUTONÍA

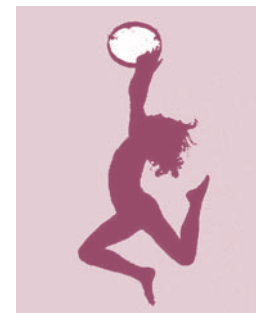
INSTRUCTORADO EN RELAJACIÓN ACTIVA

(consultar por modalidades a distancia)

SE OTORGAN CERTIFICADOS

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

ESTUDIO KALMAR STOKOE



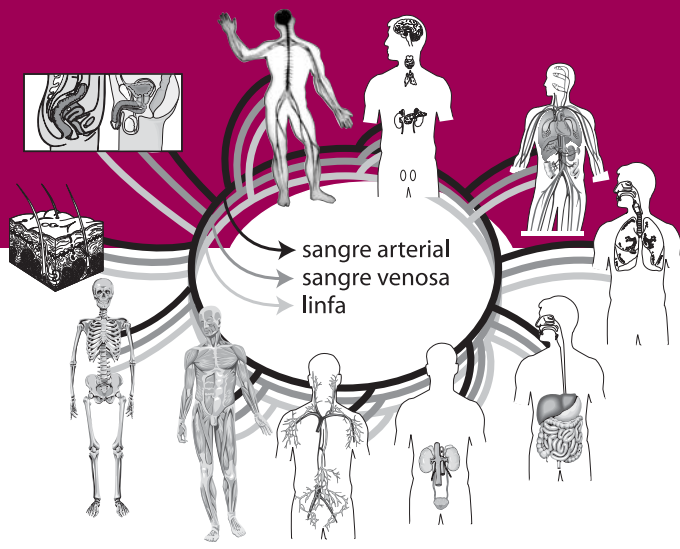
EXPRESIÓN CORPORAL

Monroe 2765 011 4543 4230

1428 CABA - Argentina

<http://kalmarstokoe.com>

Facebook: Estudio Kalmar Stokoe

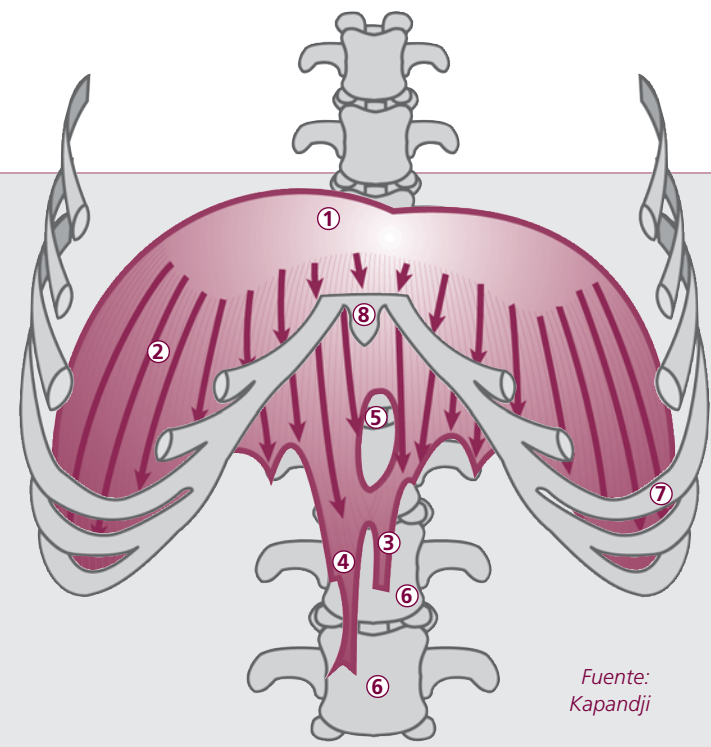


cadena miofasciales & diafragma un músculo central

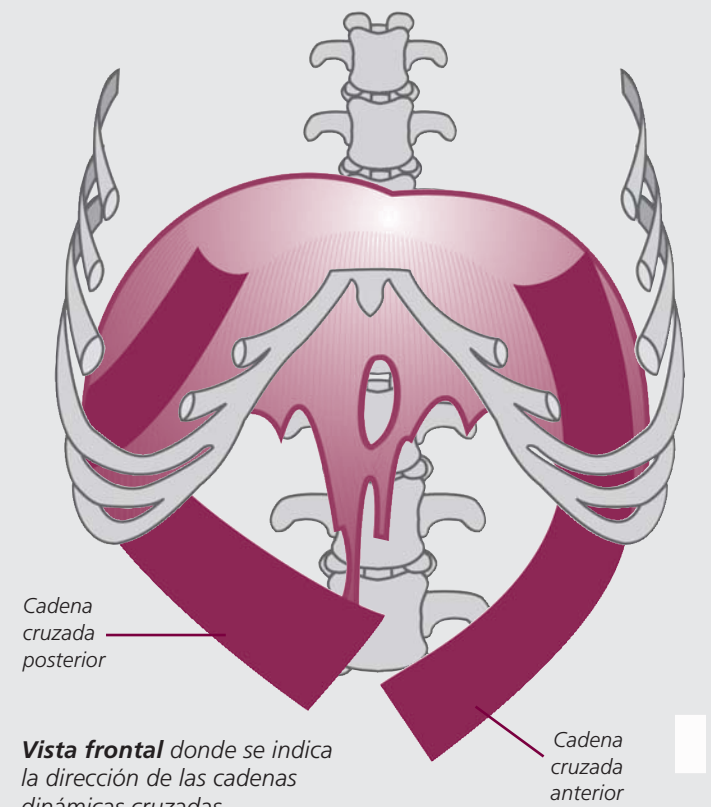
Idea y realización:
Lic. Julia Pomiés
Ilustraciones: Rubén Longas
Asesoramiento:
Dra. Cristina Oleari
Supervisión: Klga. Olga Nicosia

El diafragma es un músculo “central” desde muchos aspectos:

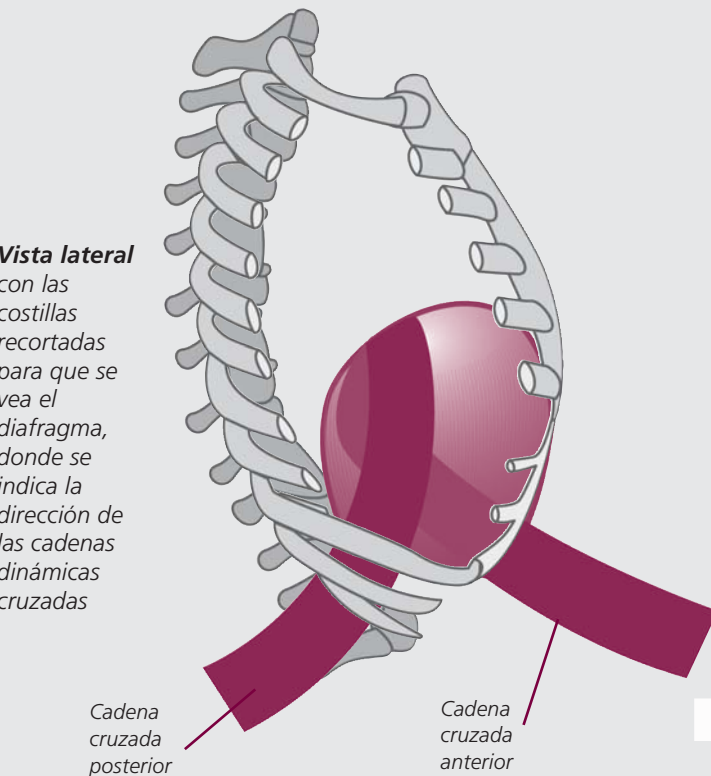
- se encuentra en el centro del tronco dividiendo la caja torácica del abdomen,
- su centro tendinoso o “centro frénico” coincide con el eje vertical del cuerpo,
- su función “hegemónica”, la respiración, es indispensable para la vida,
- otras funciones no respiratorias lo relacionan con estructuras fundamentales de los sistemas digestivo, nervioso, circulatorio...
- y es central, además, por constituir un punto de confluencia, un núcleo, en el que se interrelacionan casi todas las cadenas musculares (miofasciales).



Fuente:
Kapandji



Vista frontal donde se indica la dirección de las cadenas dinámicas cruzadas



Vista lateral con las costillas recortadas para que se vea el diafragma, donde se indica la dirección de las cadenas dinámicas cruzadas

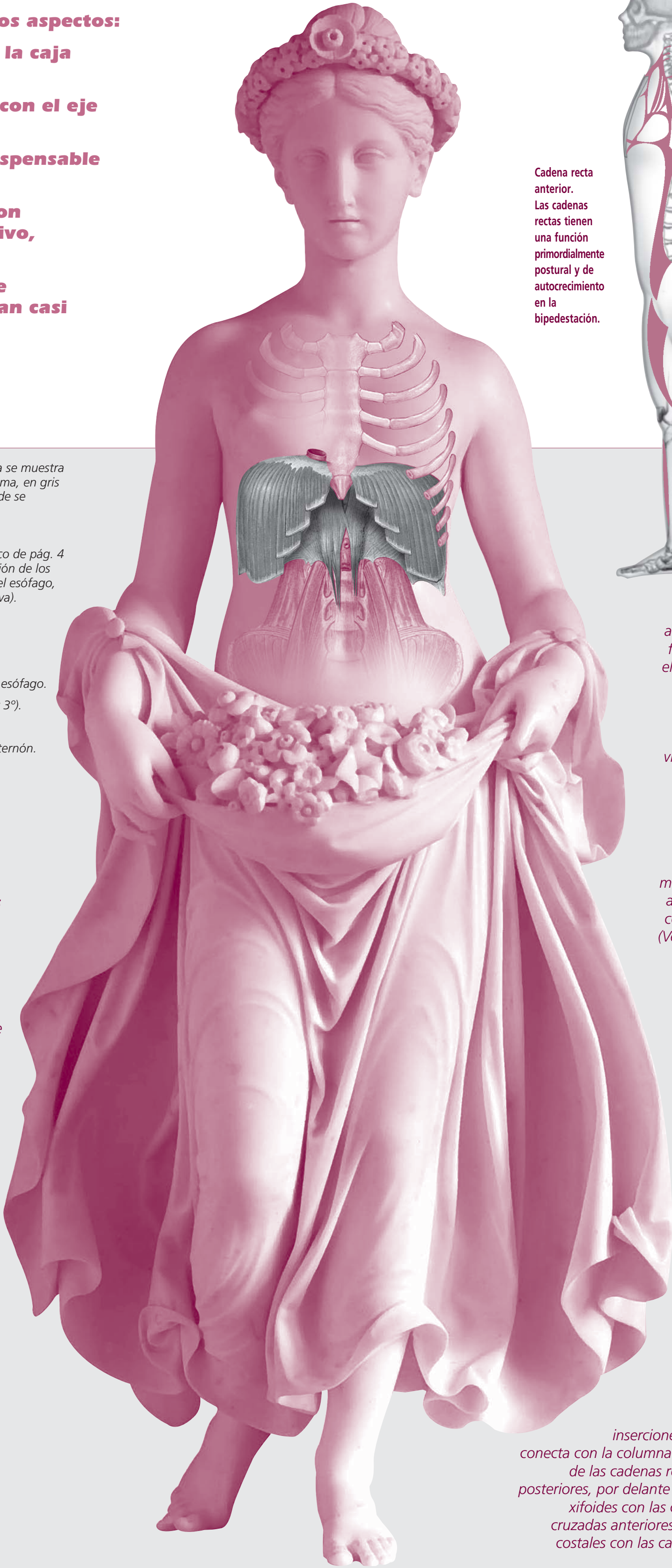
En el gráfico de la izquierda se muestra en color el músculo diafragma, en gris los huesos y cartílagos donde se inserta.

Los números indican:

- 1) Centro frénico (ver gráfico de pág. 4 donde se observa la ubicación de los forámenes u orificios para el esófago, la arteria aorta y la vena cava).
- 2) Fibras musculares.
- 3) Pilar izquierdo.
- 4) Pilar derecho.
- 5) Hiato por donde pasa el esófago.
- 6) Vértebras lumbares (2º y 3º).
- 7) Costillas.
- 8) Apéndice xifoides del esternón.

Con una forma de “cúpula” o bóveda, el diafragma divide el tórax del abdomen. Está constituido por **fibras musculares**, por **fibras tendinosas** y un centro denominado **centro frénico**, formado por tres hojas de aponeurosis (tejido conectivo denso). Las fibras tendinosas se denominan **pilares** (principales y accesorios). El conjunto de inserciones de esos pilares le dan una apariencia de “paracaídas”

Ambas cadenas dinámicas, de apertura y cierre, (la cadena cruzada anterior y la cadena cruzada posterior) tienen un recorrido en espiral. En estos gráficos se muestra solamente el tramo en el que pasan por el diafragma, pero, obviamente, recorren todo el cuerpo, de la cabeza a los pies



Cadena recta anterior. Las cadenas rectas tienen una función primordialmente postural y de autocrecimiento en la bipedestación.



La continuidad anatómica de las fascias hace que el diafragma esté integrado tanto en las **cadenas tónicas**, (estáticas, vinculadas con el mantenimiento de la postura); como en las **cadenas dinámicas** (fásicas, de movimiento), que actúan en forma complementaria. (Ver el informe de las págs. 3 a 6)

El diafragma controla con su forma circular los movimientos de torsión con relación a la línea de gravedad.

Además de los movimientos de torsión, **el diafragma se pone en relación con todos los movimientos**, ya que por sus inserciones posteriores se conecta con la columna lumbar a través de las cadenas rectas y cruzadas posteriores, por delante con el apéndice xifoides con las cadenas rectas y cruzadas anteriores y por sus fibras costales con las cadenas cruzadas.

democracia

es mucho más que votar



DEMOCRACIA es mucho más que VOTAR; es también una auténtica división de poderes, un estado que respeta y garantiza los derechos de todas las personas, incluidas las integrantes de las más diversas minorías, es igualdad ante la ley, derecho a la libertad de prensa y opinión, a la salud, la educación, el arte, la expresión de los cuerpos... Pero también es muy importante acudir a las urnas como un modo más, fundamental, de decirle NO a la indiferencia y expresar respaldos o rechazos a las propuestas políticas que se postulan.

democracia Vs. capitalismo

escribe: Carlos Martos

La convivencia de estos dos sistemas, uno político y otro económico predomina en casi todo el mundo, como si fuera un matrimonio armonioso, pero no deja de ser una convivencia forzada, muy forzada.

Vale la pregunta: ¿cuánta voracidad capitalista aguanta la democracia?

Si concebimos la democracia como un sistema que propugna, entre otras cosas, la igualdad ante la ley, la división de poderes, la igualdad de derechos... etc. entonces vemos claramente que es incompatible con el capitalismo. Porque pensemos ¿que tiene de democrático el capitalismo? Nada, ya que es un sistema que genera brutales desigualdades, entre otras cosas porque permite la acumulación sin límite de bienes y dinero. El capitalismo es un sistema que tiene aspectos voraces que rozan el absurdo, ya que para evolucionar necesita aumentar al infinito la producción, el consumo y las ganancias, depredando los recursos no renovables del planeta y alienando a las personas para que consuman cosas que no necesitan. Pero ¿cuánta voracidad aguanta la democracia?

Y ¿quién puede ponerle límites a esa voracidad? Sólo un estado democrático, con sensibilidad social.

Que imponga una legislación que impida la creación de los oligopolios y los monopolios de las grandes corporaciones, que fomente y proteja una verdadera libertad de prensa, que regule la actividad económica, y proteja los derechos de los trabajadores, que cobre impuestos altos a los sectores más ricos de la población y que así permita una distribución más equitativa de la riqueza... Y, sobre todo, que sea eficiente.

Pero en esta época estamos cada vez más lejos de que eso suceda, ya que los sectores más beneficiados, las corporaciones, las empresas multinacionales, la oligarquía, el lla-

mado «*establishment*» (según el diccionario, grupo de personas que ejerce el poder en un país, en una organización o en un ámbito determinado) tienen cada vez más poder, nunca compiten en elecciones, compran medios masivos de difusión, ejercen presión sobre los legisladores, fiscales, jueces, periodistas. Y así trabajan todo el tiempo para volver más ineficaz la acción del Estado.

Las premisas fundamentales de la democracia que parten de la igualdad de oportunidades y la igualdad ante la ley, son eliminadas por el capitalismo.

¿Qué igualdad de oportunidades tiene un bebé nacido en una villa de emergencia?

Cómo puede satisfacer sus necesidades básicas. ¿Somos iguales ante la ley? Sabemos que alguien con mucho dinero puede contratar a los mejores abogados, y ante un mismo delito puede pagar enormes fianzas para salir en libertad, mientras que un pobre pagará su culpa con cárcel efectiva.

Dicho esto vemos que cada vez más la democracia aparece vaciada de contenido y se convierte en una cáscara hueca, en una especie de maquillaje que le viene muy bien al sistema capitalista, porque puede guardar las formas; hay elecciones cada 2 años o menos, y pueden decir cínicamente: *es lo que votó la gente*. Ocultando la manipulación de la opinión pública que ejercen en las mentes mediante un sistemático bombardeo publicitario todos los días y a toda hora con *slogans*, noticias falsas, periodistas y dueños de medios corruptos.

Además el desarrollo de Internet permitió que empresas especializadas en el almacenamiento y manipulación de datos influyan en los comicios de distintos países, incluido el nuestro. Un ejemplo es Cam-

continúa en la página siguiente

democracia es mucho más que votar

viene de la página anterior

bridge Analytics una empresa de consultoría política británica, con sede central en Londres, que se hizo famosa por el escándalo de datos de Facebook. El escándalo de datos de Facebook-Cambridge Analytica surgió a raíz de la revelación de que la empresa había utilizado los datos de millones de usuarios de Facebook sin su consentimiento para crear perfiles psicológicos y dirigir anuncios políticos. Así logran que mucha gente se confunda y termine votando contra sus propios intereses.

Las crisis cíclicas del capitalismo, las secuelas de la epidemia de covid-19, el temor ante el peligro de un orden mundial cambiante y la falta de respuesta de los mecanismos propios de las democracias liberales, han creado un profundo descontento social en muchos estados de América y Europa. Ante este conjunto de desafíos, la respuesta de las izquierdas tradicionales ha sido muy limitada.

Es en ese espacio donde las derechas han crecido. La extrema derecha está ganando apoyos en muchas democracias del mundo gracias al aprovechamiento del malestar derivado de las diversas crisis económicas, la erosión de la clase media y el efecto multiplicador de las redes sociales, que difunden contenidos dudosos y muchas veces falsos (sobre todo con el uso de la IA, inteligencia artificial).

La falta de solución que la democracia no logra dar a los problemas de millones de personas, trae como consecuencia el auge del fascismo y el crecimiento de los grupos de ultraderecha en casi todo el mundo.

Esto resulta muy peligroso ya que los gobiernos autoritarios y demagogos suelen agravar la situación.

Llegado este punto queda claro que la democracia queda subordinada a la economía, y la política ya no puede controlar la economía como lo hacía en tiempos del Estado de Bienestar y de la socialdemocracia.

Ahora bien, no podemos soslayar la condición humana, que en sus peores aspectos, egoísmo, voracidad, ansias desmedidas de poder, ensamblan con un sistema que no les pone freno.

Entonces no toda injusticia es culpa del capitalismo, ya que si bien este sistema permite la explotación, no obliga a explotar a los demás.

A partir de 1989 con la caída del muro de Berlín y la posterior disolución de la URSS (que tomó ideas socialistas que pregonaban un reparto más equitativo de la riqueza, pero que en la práctica, a partir del gobierno de Stalin, se fue degradando y al final se convirtió en un sistema policiaco y represivo espantoso) el capitalismo quedó como el único sistema imperante en el mundo, y fue acentuando sus aspectos más salvajes con la quita de los derechos de los trabajadores que a través de la acción gremial se fueron conquistando con mucho esfuerzo tras décadas de lucha; esta situación continúa en nuestros días.

Los debates sobre cómo se desarrolla el capitalismo y las condiciones bajo las cuales la democracia puede influir en los resultados económicos para beneficiar a la mayoría de los ciudadanos son absolutamente cruciales en nuestras sociedades. Estas cuestiones no sólo afectan a nuestro país, sino a buena parte del mundo, ya que el descontento es generalizado. Hay muchos millones de personas viviendo bajo la línea de pobreza. Esto necesariamente genera bronca, frustración y desencanto con la democracia, con sus consecuencias; muchos ciudadanos se desentienden de la política y



cada vez menos gente va a votar, así se registra un crecimiento de los que no creen en la democracia; las fuerzas de ultraderecha y el fascismo que proponen demagógicamente soluciones fáciles para problemas complejos.

La politóloga estadounidense Sheri Ber- man es profesora de Ciencias Políticas en el Barnard College y autora de *Democracia y dictadura en Europa*. Desde el *Ancien Régime* hasta la actualidad dice que una de las claves de la era neoliberal ha sido la de la hegemonía de la economía por sobre la política. Sin embargo, como lo demostró Karl Polanyi (1), solo la política puede domar los giros caóticos del capitalismo. Es necesario recuperar esa idea.

Veamos la opinión de algunos intelectuales que han estudiado estos temas:

Thomas Piketty (2), por ejemplo, ha sostenido de manera influyente que el capital sigue sus propias leyes, que no pueden ser contrarrestadas por los gobiernos democráticos. De modo similar, Wolfgang Streeck (3) afirma que el capitalismo inevitablemente subvierte la democracia; es, en sus propias palabras, una fantasía «utópica» creer que ambos pueden reconciliarse. Claus Offe (4) está de acuerdo y afirma que hoy «los mer-

cados marcan la agenda política» y «los ciudadanos han perdido su capacidad de influir en el gobierno».

Aquí me parece muy importante lo que argumenta **el jurista británico Peter Ramsay**: el neoliberalismo, al destruir los tejidos colectivos –irónicamente, en nombre de la libertad individual– nos convirtió a todos en individuos enfrentados al todopoderoso mercado. Así, todos hemos acabado mucho más vulnerables que antes ante unas fuerzas que no controlamos.

Carlos Martos es Geógrafo (UBA), Documentalista, Co-editor de la revista Kiné.

(1) **Karl Polanyi**, economista, político, antropólogo austriaco (1886-1964).

(2) **Thomas Piketty**, economista francés especialista en desigualdad económica y distribución de la renta. Desde el año 2000 es director de estudios en la Escuela de Estudios Superiores en Ciencias Sociales.

(3) **Wolfgang Streeck**, sociólogo alemán especialista en el análisis crítico de la política económica capitalista.

(4) **Claus Offe**, sociólogo y político alemán conocido a nivel mundial. Su orientación académica general es el marxismo de la Escuela crítica de Frankfurt.



FORMACIÓN 2025 Presencial y Online

59 años de experiencia en educación y desarrollo humano

INFORMES E INSCRIPCIÓN
fundacionrioabierto@gmail.com

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



Escuela de Shiatzu Kan Gen Ryu®

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



Instituto Internacional de Qi Gong Argentina
Fundador: Dr. Yves Réquena
Director: Carlos Trosman
Única sede en Latinoamérica del iiQG

FUNDADA EN 1992

CURSOS DE TERAPEUTA DE SHIATZU Kan Gen Ryu®

NIVEL I : TÉCNICA BASE - PRINCIPIOS TEÓRICOS
NIVEL II : DIAGNÓSTICO - TRATAMIENTOS

Cada Nivel tiene 8 Módulos mensuales y un examen.
FORMACIÓN CONTINUA
Se puede empezar el Curso en cualquier Módulo o tomar cada taller en forma unitaria.

Próximos talleres en CABA (Almagro) con Carlos Trosman

SEPTIEMBRE

CINTURA ESCAPULAR. TUI-NA EN BRAZOS. Sábado 13/9 de 9 a 13 hs.
VENTOSAS. Fija y Corrida. Fría y caliente. Sábado 13/9 de 14.30 a 19.30 hs.
SHIATZU EN LA ESPALDA. Sábado 27/9 de 9 a 13 hs

PARA TODO PÚBLICO. Vacantes limitadas.
Se entrega material didáctico y Certificados de Asistencia
INFORMES E INSCRIPCIÓN contacto@shiatzukanngenryu.com.ar
Whatsapp +54911 6656-5215 www.shiatzukanngenryu.com.ar

-FIN DE AÑO 2025-

CLASE GRATUITA DE SHIATZU Kan Gen Ryu y QI GONG
SÁBADO 13 DE DICIEMBRE DE 15 A 17 HS.
Concurrir con ropas cómodas.
Inscripción gratuita en: www.iiqgargentina.com.ar

 Escuela de Shiatzu Kan Gen Ryu
 iiQG Argentina

acerca
del **tono vital**
en tiempos pre-electorales

escribe: Susana Kesselman

Daño en el tono vital. Ofensa a la sensibilidad

Ya no se trata sólo del panóptico, de ese gran ojo que contempla y de este modo controla las acciones y los pensamientos humanos. Ya no se trata sólo de la dialéctica amo-esclavo con sus variantes a lo largo del tiempo aún con los cambios de configuración. Ya no se trata sólo de los castigos, de la represión salvaje. Ya no se trata sólo de los misiles sin rostro que matan a distancia a poblaciones enteras. Sin embargo, se trata de todo esto.

¿Es posible fotografiar el paisaje que condiciona la tormenta, captar el clima que lo favorece, el remolino que se genera alrededor de los cuerpos, los misiles verbales, que penetran sin rostro pero con rastro en los cuerpos? Para este concepto me inspiró en el de daño psicológico.

Daño psicológico: "Infección social que ataca la personalidad de cada sujeto, produciendo efectos en su modo de ser y en su modo de estar en el mundo: se naturaliza lo que debería ser excepcional, lo escandaloso se torna normal, las desviaciones éticas son los medios que justifican la sobrevivencia y el éxito, y la ausencia de la consideración solidaria es lo esperable en los tiempos que corren.

Es imprescindible volver a interrogar qué se entiende por ética de la cura y qué es salud y calidad de vida y no sólo cuánto se está dispuesto a luchar por conseguirla sino también con qué y cuánto pagar para acceder a ella y sostenerla". (Dr. Hernán Kesselman, *Psicoterapia Operativa*)

■ Reflexiones sobre el tono

El tono, tal como lo considero en mi práctica de la Eutonía, es un tono *en red* donde lo corporal, lo mental, lo emocional, lo sensorial, lo verbal, se entrelazan de maneras diversas. La creadora de la Eutonía nos da pistas de ese tono en red.

“Los psicofisiólogos definen el tono como la actividad de un músculo en reposo aparente. Esta definición señala que el músculo está siempre en actividad, aún cuando ello no se traduzca ni en desplazamientos ni en gestos. En este caso no se trata de la actividad motriz, en el sentido acostumbrado de la palabra, sino de una manifestación de la función tónica. Esta función tónica tiene la particularidad de regular la actividad permanente del músculo que condiciona nuestra postura y hace que la musculatura del cuerpo esté preparada para responder prontamente a las múltiples demandas de la vida. Los estados y cambios emocionales, así como la angustia o la alegría, las diversas formas de excitación, el agotamiento físico, psíquico y las depresiones, están en íntima relación con el tono”. (Gerda Alexander, *La eutonia*)

Por lo general, las improntas negativas en la sensibilidad, la vida emocional y en el desarrollo de la inteligencia son exploradas

Ante el exceso de estímulos, no defenderse es peligroso. Defenderse en exceso, también lo es. Actitudes de gran exposición o de extremo repliegue dañan nuestro tono vital. Ese daño designa una herida en la tonicidad neuromuscular, un deterioro del vigor, un menoscabo en el deseo de vivir, una disminución en la disposición para dejarse afectar y poder reaccionar. Produce silencio en la sensibilidad.

en la primera infancia y no en otros períodos evolutivos, aunque la sensibilidad y las emociones son materia viva y sustento del proceso creativo *sine die*.

Por tal razón, con el concepto de Daño en el Tono Vital, intento nombrar e investigar una serie de fenómenos que afectan a la tonicidad, a la sensibilidad de las personas, a su vida afectiva, a su alegría.

• **Abocetando ideas.** Daño en el tono vital designa una herida en la tonicidad, un deterioro del vigor, un menoscabo en el deseo de vivir, una disminución en la disposición natural que cada persona tiene para dejarse afectar y poder reaccionar. Fenómenos sin nombre y con frecuencia inadvertidos para los umbrales perceptivos singulares y sociales.

- **Lo Micro-bio-político.** La Biopolítica recorta un territorio existencial orientado a observar, detectar, arrojar luz sobre los modos como el Poder, no sólo el poder político, sino también el poder en la familia, en las instituciones donde nos formamos... y deformamos disciplinariamente y en otros estamentos sociales, nos afecta. Un afectarse que se detecta en el plano de las ideas, de los vínculos, de las acciones, de las afectaciones y los afectos.

Nuestra tarea como trabajadores de lo corporal nos permite indagar en los cuerpos las incidencias del ejercicio de ese Poder que adopta diferentes formas –disfra-

ces— en el transcurso del tiempo.

El mundo de lo *micro* es un recorte en el campo de la Biopolítica. Un segmento que pone el lente en las pequeñas percepciones, en el mundo de la sensibilidad, en lo que se palpa, en lo que se registra a través de los sentidos, incluso en el mundo de lo imperceptible. Si bien las prácticas corporales nos proporcionan recursos para un conocer sensible de las personas, de los cuerpos, no siempre las utilizamos como herramientas para un saber micro-bio-político.

• **Perceptos y afectos como estados que parten de percepciones y afecciones.** El mundo de lo micro jerarquiza las percepciones, la vida emocional, los afectos, pero éstos en sí mismos no pasarían de ser experiencias singulares, vivencias. Gilles Deleuze encuentra una formulación esclarecedora:

Los perceptos, según el filósofo, no se refieren a las percepciones de un perceptor, sino a estados perceptivos independientes de quien tuvo la percepción. En todo caso, quien percibió pudo expresarlo de tal modo que produjo un efecto multiplicador, de resonancias, en quienes no habían registrado tal percepción. Éste debería ser uno de los ejes de nuestros trabajos corporales, algo que a veces no sucede porque en ellos se fomenta la expresión de la vivencia personal, sin estimular, sin recoger, lo que estas vivencias de unos producen en otras sensibilidades. En mi caso, este efecto expansivo de las percepciones lo reconozco a partir de mi experiencia con la Covisión, método desarrollado por el doctor Hernán Kesselman, que tiene como base la Multiplicación Dramática creación conjunta con el doctor Eduardo Pavlovsky. A través de

algunas ideas para reinventar la sensibilidad

- 1• Hacernos de cuerpos que surfeen en aguas masas que pueden transformarse en tsunami.
- 2• Aprender a desequilibrarse, un arte que necesita una práctica y una creencia.
- 3• Ser cartógrafos, dibujar el territorio mientras lo recorremos, en un mundo de geografías internas y externas cambiantes.
- 4• Cuidarse de los microfascismos en nos. Cada uno el que le toca.
- 5• Hay cambios que no nos sorprenderían si le diéramos más lugar a nuestro cerebro primitivo.
- 6• No sólo se transforma la sociedad, sus valores, las ideas que los sustentan, sino también la sensibilidad para registrar esos cambios mientras van sucediendo.
- 7• Alertas que no interfieran el proceso de flexibilización de nuestros cuerpos y de nuestras mentes.
- 8• Rizomatizarnos con los que piensan y sienten de modo similar a nosotros... sin concesiones.
- 9• Estar abiertos a quienes piensan diferente... sin concesiones.
- 10• Cuidarnos del daño que hiere la sensibilidad de modos imperceptibles, sin violencia visible, sin huella a la vista.
- 11• Las palabras son como flechas: no son ni buenas ni malas, pero algunos arqueros pueden disparar flechas envenenadas. Es posible usarlas en otras frases.
- 12• Cuidarnos de la adicción a la identidad, es un ancla que nos impide devenir en otros, ser personajes en los sueños de otros.
- 13• Los *ritornelos* son trucos, pasos de baile, gestos, que nos ayudan a fugar hacia otros territorios cuando hemos cerrado el nuestro.
- 14• Los territorios no son sólo geográficos, sino también corporales, afectivos, mentales.
- 15• Oigamos la irritación, el enojo, la rabia. Por lo general son avisos de que el daño en nuestra tonicidad no fue registrado en el momento en que fue producido.



este método participamos de un ejercicio de resonancias a partir de la escenificación de una situación que nos captura –nos inmoviliza– en la vida personal y profesional.

Se necesita alguien que sea capaz de percibir –de exponerse en el propio cuerpo– y de encontrar el puente que lo transforme en una experiencia para otros. Los afectos tampoco los identifica Deleuze con los sentimientos o afecciones, aunque atraviesen esos territorios, sino con la producción de estados independientes de quien los registra, aunque surian de ellos.

¿Entonces? Éste es un camino posible para que nuestras sensaciones, percepciones, afecciones, no mueran en nosotros, sean transmisibles, sirvan a esta micro-bio-política que intentamos desarrollar.

• **Las crisis de la sensibilidad.** Lo local, lo global y lo corporal. La palabra crisis es el cliché de nuestros tiempos. Se trata de la Crisis del Capitalismo, un sistema que sin duda está en crisis, una crisis de cuya existencia oigo hablar desde hace tanto tiempo que no sé si es un deseo o una realidad. Se trata de la Crisis del Euro, moneda cuyo valor es cada vez más gravoso para mi bolsillo. También de la Crisis del Dólar y de cómo la población mundial se está volcando al oro y yo pienso en el chileno de oro que me regaló papá, aquel que guardé tan cuidadosamente que ahora no encuentro.

Pero ¡¡¡¡¡atentos!!!, además se trata de la Crisis de la Democracia: cada vez votan menos personas y votan muchas muy susceptibles a la manipulación... y por eso algunos resultados electorales.

Se trata de la crisis de la Bolsa de Valores y yo, que no poseo ninguna acción, me siento atemorizada por las cifras que se anuncian. En el tema de las bolsas emerge también el negro: el lunes negro, el jueves negro. Nada más negro que el humor de los inversionistas.

• **El vocabulario de los Medios.** Por otro lado, se abren hondas heridas en nuestros cuerpos sensibles a partir del vocabulario que utilizan los Medios de Comunicación durante los períodos pre-electorales –valga el ejemplo para la experiencia reciente en Argentina– un vocabulario que es naturalizado y propagado en forma de rizomas.

Veamos si no el significado del famoso Búnker, del que todos hablamos y donde los políticos esperan los resultados electorales: "Refugio de hormigón armado, generalmente subterráneo, para defenderse de los bombardeos". Y también: "Grupo político que, por aferrarse a una ideología tradicional, se resiste a cualquier cambio". Y no lo digo yo, lo dice el diccionario.

Las palabras de algunos medios gráficos y audiovisuales resuenan en nuestros cuerpos, en nuestro sistema nervioso, en nuestros cerebros, produciendo temores, inseguridad, tristeza, rabia, incertidumbre.

Esto que viene ahora no lo lean precipitadamente. Denle a cada palabra una pausa.

continúa en la página siguiente

viene de la página anterior

Derrumbe, catástrofe, crece el conflicto, la imparable violencia sindical, el caos, la mala racha, una alegría que intenta atenuar la derrota, alerta por lo que se viene, gran fuga de capitales, la crisis se agrava, un poco más de duelo, ideologismo hueco, maquillar la grisura, relato (muy de moda) haciendo agua, destrato institucional, violación... de la veda (la palabra violación es una de las preferidas), crece el miedo ... por la economía, la crisis... está contagiando (y no hay vacunas), la peor jornada, la posibilidad de una nueva recesión...

Y sólo hago una lectura a vuelo de pájaro de dos o tres páginas de un periódico de hoy. "Mi cuerpo enfermo no resiste más".

Entonces cierro el periódico, no quiero seguir leyendo, no quiero enterarme de cómo va el mundo. ¿Ése es mi daño en el tono? Caigo así en el estado erizo.

• Del estado-erizo a la anorexia sensible.

Vuelvo a un viejo texto de mi autoría: "Denomino estado-erizo a un tipo de trastorno de la sensibilidad, a una herida en el tono vital, en el sistema nervioso, estado que observo tanto en mi práctica clínica como en mi vida cotidiana, que se produce en nombre de un derecho para vivir más feliz, al menos con menor sufrimiento. Hay expresiones de este estado en el lenguaje. Las personas dicen filtrar, rebotar, pasar de, respecto de estímulos que consideran negativos. Modos de decir que existe una realidad insalubre, ante la cual es conveniente defenderse retrayéndose. Esta acción construye una coraza, que suele ser un exceso de defensa...

Se crea así un estado-erizo, un "No", psicológica y socialmente valorado como sano, que por un lado protege al ser sensible y por el otro disminuye la potencia de los receptores necesitados de alimento para continuar desarrollando la vida y desplegar los potenciales creativos.

Este estado se caracteriza porque no sólo impide el paso de sensaciones insoportables —aquellas que sobrepasan los umbrales de lo tolerable para la existencia—, sino que además tampoco deja pasar las sensaciones agradables y vitales, impulsando estados de inapetencia sensorial, de sensibilidad restringida; una especie de anorexia de la sensibilidad, que desmotiva y agota la vida. Esta situación genera un tipo de daño, de maltrato y automaltrato de la sensibilidad, daño del que nadie está exento de infectarse y transmitir. Todos somos portadores del silencio de los receptores. Todos podemos contagiar y contagiarnos el agotamiento de las pasiones, la desvitalización de los afectos, la disminución de las apetencias, la descafeinización del deseo, el debilitamiento de las buenas defensas ante estas heridas en el tono.

He encontrado en *Ecce Homo*, suerte de Manual del hombre sabio escrito por Nietzsche, algunas expresiones que enriquecen este concepto: *Separarse de aquello a lo cual haría falta decir no, una y otra vez. Los gastos defensivos, incluso los más pequeños, si se convierten en regla, determinan un empobrecimiento extraordinario. El rechazar, el no-dejarse-acercar a las cosas, es un gasto, una fuerza derrochada en finalidades negativas. Por la continua necesidad de defenderse puede uno volverse tan débil que ya no pueda defenderse. Tener púas es una dilapidación, incluso un lujo doble, cuando somos dueños de no tener púas, sino manos abiertas*".

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*.

crecimiento de los autodenominados «libertarios»

Una nueva derecha que atrae a muchos jóvenes y no tan jóvenes hartos de todo, porque viene a «patear el tablero de la corrección política» que paradójicamente atribuyen al progresismo. Con una fuerte carga emotiva, operan intensamente a través de la comunicación digital a partir de la burla con la construcción de memes, expresiones de odio y modos abusivos de ciber acoso con una violencia simbólica extrema.



Texto de: Celeste Choclin

Veamos algo de una historia reciente, de los últimos años, que tenemos tristemente viva en el recuerdo.

El gobierno de Mauricio Macri propuso una "revolución de la alegría" que se tradujo en el enriquecimiento de unos pocos y el empobrecimiento de las grandes mayorías a partir del regreso de las políticas neoliberales.

Todo un shock de medidas tomadas en el corto plazo que beneficiaron únicamente a las clases más adineradas (incluso a las empresas en las cuales estos ministros pocos meses antes trabajaban violando la Ley de Ética de la Función Pública).

Devaluación, aumento exorbitante de las tarifas de servicios lo que se ha dado por denominar el "tarifazo", freno de la obra pública y sobre todo la toma de deuda con el FMI que condicionó y sigue condicionando la política económica de los años siguientes, son algunas de las medidas de aquellos que promovían el cambio, pero sólo en beneficio de las clases más pudientes y la especulación financiera. Lo que produjo recesión, cierre de industrias y pequeños talleres.

El triunfo de Alberto Fernández renovó las esperanzas y los entusiasmos, sin embargo pronto llegó la pandemia del Covid-19, la cuarentena, el repliegue interno, la virtualización de la vida, la falta de encuentros colectivos, la desmovilización. Pero además, los condicionamientos económicos por el pago de la deuda con el FMI, devaluación, inflación y una gestión que no supo dar respuestas.

En el marco de la pandemia y las medidas restrictivas de cuidado primero y luego en los años siguientes de pospandemia, fue creciendo en nuestro país y en el mundo, el movimiento de los llamados "libertarios", una nueva derecha que interpeló especialmente a los jóvenes desde una supuesta "rebeldía". Mientras que su ideología nada tiene de transformadora, ya que propone la profundización del modelo neoliberal, sus expresio-

nes de odio, de furia, su exaltado pedido de libertad individual fueron ganando poco a poco terreno en el mapa electoral y han llevado a la presidencia a Javier Milei.

Tal como señala la publicación de Pablo Stefanoni *¿La rebeldía se volvió de derecha?*, se trata de una nueva derecha que levanta orgullosa posiciones liberales y antiestado; de xenofobia, racismo, misoginia; que se posiciona como "transgresora",

Que atrae a muchos jóvenes y no tan jóvenes hartos de todo ya que "viene a patear el tablero de la corrección política" que paradójicamente atribuyen al progresismo.

Con una fuerte carga emotiva incluso llevada a un dramatismo extremo operan fuertemente a través de la comunicación digital a partir de la burla con la construcción de memes que circulan por las redes sociales, expresiones de odio y modos abusivos de ciber acoso con una violencia simbólica extrema.

Varios teóricos contemporáneos plantean que el desarrollo de la comunicación digital y el neoliberalismo están poniendo en peligro la democracia. Byung Chul Han en *Infocracia* analiza las democracias actuales a las que denomina infocracia. En las primeras formas de democracia representativa lo que prevalecían eran los argumentos. En la actualidad con el desarrollo de la comunicación digital asistimos a lo que el autor coreano denomina el "régimen de la información". Imbuidos en un frenesí comunicativo no hay lugar, ni tiempo para la reflexión: "La necesidad de aceleración inherente a la información reprime las prácticas cognitivas que consumen tiempo, como el saber, la experiencia y el conocimiento".

Prevalece, entonces, la comunicación emocional que resulta más rápida e impulsiva que la racionalidad:

"En una comunicación afectiva, no son los mejores argumentos los que prevalecen, sino la información con mayor potencial de excitación. Así, las fake news (noticias falsas) 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".

Ello implica toda una invasión informativa a través de bots, trolls, cuentas falsas, memes, comentarios cargados de odio, de burla: "En la infocracia, la información se utiliza como un arma".

De allí que el pensador coreano sostenga que la difusión viral de la información donde no hay lugar para argumentos, ni razonamientos, perjudica en gran medida el proceso democrático.

¿Y ahora qué? Es la gran pregunta que se abre en esta nueva etapa de nuestra tan querida democracia, el tiempo nos dará las respuestas y nos permitirá seguir escribiendo esta historia porque si de algo estamos seguros es que "Todo está escondido en la memoria/Refugio de la vida y de la historia" (La memoria).

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

para seguir leyendo

- Entel, A. (1996). *La ciudad bajo sospecha*. Buenos Aires: Paidós.
- Han, Byung- Chul (2022) *Infocracia*. Buenos Aires: Taurus.
- Stefanoni, P. (2021). *¿La rebeldía se volvió de derecha?* Buenos Aires: Siglo XXI.
- Wortman, Ana (2002). "Vaivenes del campo intelectual político cultural en la Argentina" en *Estudios y Otras Prácticas Intelectuales Latinoamericanas en Cultura y Poder*. Buenos Aires: CLACSO.

democracia y manipulación

¿Por qué una revista como Kiné, la revista de lo corporal, se ocupa de la cuestión política?

¿Qué tienen los cuerpos para decir sobre ella? Es difícil abarcar un tema tan vasto y complejo, la intención de esta nota es recortar algunos de sus aspectos desde una posición en la clínica corporal.

texto de Mónica Groisman

"El destino del siglo es la política, y la tragedia del siglo es la política."
Alain Badiou (1)

En su etimología, política remite a la Grecia antigua y mas concretamente a la vida en sus ciudades, la vida en la "polis", especialmente a la democracia ateniense, considerada por muchos como la más perfecta e igualitaria forma de gobierno que se hayan dado los hombres en la historia.

Para los autores clásicos, la política es el lugar de la diferencia entre los animales y el hombre. Aristóteles ya decía que los animales poseían la voz, pero sólo el hombre las palabras y que esta capacidad pertenecía plenamente al hombre de la "polis", al hombre político, al ciudadano: por supuesto no eran hombres los esclavos, ni los niños ni las mujeres...

Jacques Rancière⁽¹⁾, un actual filósofo francés retoma esa distinción, usando la diferencia entre "logos" y "foné": palabra, conocimiento versus grito, aullido. Plantea la interesante idea de que la política nace de un desacuerdo fundacional de la sociedad, un momento de desacuerdo entre las "partes" respecto de la distribución de los bienes comunes. Bienes no solamente materiales sino culturales, y especialmente jugado en el lenguaje: "La política comienza precisamente allí, donde dejan de equilibrarse pérdidas y ganancias, donde la tarea consiste en repartir las partes de lo común, en armonizar según la proporción geométrica las partes de comunidad y los títulos para obtener esas partes..."

Un orden social no se funda en lo natural ni en lo divino: una sociedad se ordena porque algunos mandan y otros obedecen, dice Rancière. Pero para obedecer es necesario comprender qué hay que obedecer, y además, comprender la orden misma. Para obedecer hay que tener el lenguaje que iguala a los humanos. Esto implica una igualdad de los inferiores que se incrusta en el mismo orden social: la desigualdad sólo es posible por la igualdad. "Hay política cuando la lógica supuestamente natural de la dominación es atravesada por el efecto de esta igualdad".

"Y el esclavo es precisamente quien tiene la capacidad de comprender un logos sin tener la capacidad de un logos". Esta transición entre animal y humano, tener voz, grito, incluso de comprensión de lenguaje pero no capacidad de posesión de lenguaje es la que paradójicamente, hace nacer la política, sus partidos, sus luchas.

La política es así el lugar donde los organismos, el soma, la zoe se hacen (o no) cuerpos, cuerpos de la polis, bios, cuerpos políticos.

Observando los afiches de campaña...

Las representaciones del cuerpo son una superficie de lucha donde se enfrentan imágenes, valores y creencias. También la política toma ese plano para categorizar, incluir, excluir, jerarquizar unos cuerpos de otros.

Si bien la política pertenece al campo de las ciencias sociales y son éstas las que nos ayudan a pensarla, otras disciplinas como el psicoanálisis pueden "prestarnos" algunos conceptos para aplicarlos. De hecho las campañas, las encuestas de opinión y la publicidad de los partidos se basan en las ideas de motivación, deseos, temores de los ciuda-

danos a quienes quieren dirigirse. Sabemos que desde hace mucho la propaganda trabaja con aspectos inconcientes y que allí radica una poderosa fuerza de convicción, afiliación o aceptación. La imagen de los candidatos es cada vez más un asunto de sus asesores-consultores y menos de sus verdaderas intenciones.

Uno de los conceptos fundamentales del psicoanálisis es el que Freud denominó "Complejo de Edipo" y se refiere a un proceso complejo por el que atravesamos los seres humanos en la niñez, cuyos efectos perduran a lo largo de la vida, marcando conductas, actitudes y formas de vincularse con los otros. Movimientos y posiciones del psiquismo infantil están determinados por la noción de castración y la creencia durante una etapa de ese proceso de que existe un solo sexo. Las diferencias entre nenas y nenes, hombres y mujeres, serían así atribuidas a un "castigo" o a "deficiencias" o "debilidades", por desconocimiento de la realidad anatómica, de la doble sexuación constitucional, donde no hay nada que "falte", sino pura y simplemente diferencias. El imaginario psíquico recubre esa ignorancia con fantasías, fantasías que van a modular la evolución, el desarrollo de esa persona, la identificación de género, sus deseos y ambiciones. De allí la idea de un Fallo, inexistente en la realidad anatómica pero ordenador de la economía psíquica de un sujeto.

Cuando son sucias, las campañas políticas intentan ir hacia esos lugares del inconsciente: ya no hay un interés informativo, publicitario de un programa de gobierno, sino una manipulación de los contenidos.

No son programas, proyectos, modelos u obras realizadas los que pesan en la oferta electoral, sino por el contrario una maniobra sobre los temores o deseos que se suponen del lado del electorado para influir desde un lugar no conciente, no para discutir y/o polemizar, sino para desautorizar, humillar o desvalorizar tanto el cuerpo del otro, como sus ideas, lazos familiares o emociones personales.

Para el semiólogo Noam Chomsky, una de las tácticas de manipulación de las subjetividades es utilizar el aspecto emocional mucho más que la reflexión. Hacer uso del aspecto emocional es una técnica clásica para causar un corto circuito en el análisis racional, y finalmente al sentido crítico de los individuos.

Por otra parte, la utilización del registro emocional permite abrir la puerta de acceso al inconsciente para implantar o injertar ideas, deseos, miedos y temores, compulsiones, o inducir comportamientos.

En este año con tanta frecuencia de elecciones, los argentinos recibimos todo tipo de estímulos visuales, sonoros, e ideológicos. Nos estamos acostumbrando a cierta banalización de la política: a falta de ideas, golpes de efecto; en lugar de serios debates sobre el futuro del país, una buena dosis de chismes, desvalorización y melenas en movimiento. Los spots televisivos nos mostraron candidatos triunfantes, solos o acompañados, cuerpos envueltos en banderas, resignificados por otros

cuerpos, con semblantes sonrientes, esperanzados o expresiones de preocupación o incluso amenaza.

Con personajes que enuncian que tienen "lo que hay que tener", aludiendo a sus aspectos viriles, son vehículo de un imaginario de mujer que no sabe, no puede, no tiene con qué. La política enraiza así en el cuerpo uniendo en una sola maniobra lo primario infantil con el adulto sacudido por los estímulos de los medios masivos.

De tal manera nuestro cuerpo queda atrapado, sometido o inicia un verdadero esfuerzo para des-asirse de estos mensajes y poder volver a hacer uso de sus capacidades de pensar, de elegir, de razonar. Lo íntimo y lo exterior conforman el cuerpo político. La imagen de nuestro cuerpo es lugar de enfrentamientos, rehén de mensajes, pero también puede ser (y eso deseamos) línea de fuga de esas determinaciones, espacio de libertad.

Movimiento, fuerza, flexibilidad

El decidir es un derecho del cuerpo, elegir una capacidad que hace bien ejercitar, lo doloroso puede transformarse en experiencia e incluye esa dimensión del atrás que se deja para inaugurar un adelante.

La política ha tomado distintas formas, incluso metáforas corporales: quien es la cabeza o el corazón de un reino, el ser soberano tiene que ver con poder "plantarse" en el territorio propio.

Una de las ideas sobre la que se sostuvo la política de los últimos siglos: la representación, la capacidad de delegar, de gobernar por "medio de sus representantes" es actualmente cuestionada tanto desde el pensamiento filosófico-político como desde la sociedad misma. Se puso en claro que la representabilidad es siempre de algún interés más poderoso que otro.

Alain Badiou⁽²⁾ distingue entre un acto político y un acto estatal: *un acto estatal no es un verdadero momento de libertad*, el acto político crea o transforma espacios, y crea tiempos de procesos, de construcción: *"Si la política existe verdaderamente, entonces la política es la posibilidad de no ser esclavos"*. Ya no ser esclavos del mercado ni de la representación. Poder hacer una política de lo imposible. Badiou explicita la crisis de las categorías que marcaron la política de los siglos XIX y XX: Poder, Estado y Partido. Las distintas propuestas de cambio, en diferentes regiones, las revoluciones exitosas o no, se planteaban tomar el poder, destruir o transformar el Estado usando sus aparatos y fuerzas represoras. El órgano que permitía la organización y las acciones era el partido político. En sus escritos se plantea cómo salir de esta situación, recuperar la idea de *movimiento* en política, hacer trayectos nuevos, deshacer determinadas relaciones y construir nuevas: *Yo siento personalmente que este es un mundo de la muerte. Y la política es justamente una cuestión para hacer de este mundo un mundo de la vida. Entonces es esencial inventar la política*. La nueva política será afirmativa, desinteresada y paciente. Afirmativa en el sentido de sostener que lo imposible es posible, desinteresada porque no pretende representar a ningún sector; y paciente por un constante ejercicio de la libertad de pensamiento, de invención de trayectos que pongan en acto, en práctica nuevas formas de igualdad: *el principal enemigo de la política es el cansancio*.



La idea de representación política está dando lugar a la idea de presencia, y esta tiene una dimensión real, física de potencia activa en el aquí y ahora de pueblos, barrios o instituciones.

Se necesita recuperar la noción de "lo común"; y nos interrogamos sobre sus características: es la tierra, es la riqueza, son las tradiciones, ¿quién tiene legitimidad para marcar los límites entre grupos y sus pertenencias? Es preciso cambiar la noción de espacios de, o para la política, valorar el movimiento, los movimientos. Pensar una política que no baje de una cabeza o una vanguardia, sino que se observen y valoren los acontecimientos espontáneos, las búsquedas creativas de aquellos mismos que quieren defender o expresar necesidades, probar otros caminos: políticas con otras temporalidades, con mayor grado de espontaneidad, quizás más desprolijas, no por eso caóticas o desprovistas de objetivos.

Ha quedado demostrada con claridad la ineficacia de las viejas políticas.

Pero a pesar de los signos de debilidad de la democracia representativa, a pesar de la decepción de años pasados, y presentes, y junto con las ganas o los entusiasmos por encontrar otras modalidades para "hacer política", ¡todavía es tan lindo ir a votar!

Esos días de sufragio el cuerpo se siente distinto, camina por el barrio mas liviano, y no sólo por no llevar carteras o portafolios. Es porque se recupera el cuerpo de la percepción, de la experiencia, del conocimiento; porque suelen ser días más blandos, mas fluidos, es porque el ejercicio del desplazarse hasta la mesa donde votamos, también y al mismo tiempo es una oportunidad de cambio en nuestra posición respecto del otro, del vecino, de la comunidad que habitamos. Siempre es preferible equivocarse en el hacer que quedarse en el letargo de las certezas... El cuerpo revela sus potencias en la acción, en la improvisación, en la lucha contra la rigidez. También en la re-creación de sus apoyos, sus continuidades, sus memorias.

Mónica Groisman es Lic. en Sociología, Terapeuta Corporal y Psicoanalista.
momapalermo@gmail.com

Notas

(1) Rancière, Jacques "El desacuerdo. Política y filosofía" Ed. Nueva Visión Bs.As.

(2) Citas tomadas de "Acontecimiento", revista para pensar la política, N° 19/20. Conferencias de A. Badiou en Bs.As. Abril 2000.

la democracia en danza

educar al soberano

La educación, la cultura, la salud, la soberanía son, sin duda alguna, medios primordiales para estimular la fe común en la Constitución y, por ende, en la Democracia. El sistema educativo y el Estado tienen que proporcionar al futuro ciudadano no solamente un caudal de erudición, de conocimientos técnicos y jurídicos, sino una creencia auténtica y sentida de la Carta Democrática común, como lo requiere la unidad del cuerpo político.



Escriben: Élide Noverazco, Mirtha Barnils, Karina Jousse y Gabriela Prosdocimi

Pero sería vana ilusión creer que se puede enseñar debidamente la Constitución si se la separa de las raíces históricas y sociales que le dan consistencia y vigor en la mente de cada cual, y si se la redujera a una serie de fórmulas abstractas, especulativas, sin sangre, separadas de la vida.

La enseñanza de la Carta Democrática ha de despertar en aquellos que la reciben un interés auténtico, ya que de ello dependen las estructuras internas que le dan sentido y profundidad. Sin esa conexión emocional y reflexiva, dicha enseñanza perdería la mayor parte de su valor vital. Por eso, debe ser transmitida de una manera comprensiva, vitalmente convincente y de largo alcance.

Los métodos tradicionales de enseñanza, basados en la repetición, la autoridad incontestable y la imitación mecánica, han demostrado ser ineficaces para formar ciudadanos conscientes y comprometidos.

En una época que exige pensamiento crítico, creatividad y participación activa, es urgente renovar nuestras formas de educar. ¡La enseñanza no puede reducirse a memorizar artículos de la Constitución como si fueran fórmulas vacías: deben vivenciarse desde una comprensión vital, transformadora, que conecte con la realidad de cada estudiante y lo haga protagonista de su tiempo.

El Lenguaje como fundamento social

El lenguaje, como fenómeno natural y social, es el cimiento de una conciencia colectiva. A través de él se genera una psiquis común, un entramado de sentimientos compartidos y significados que permiten la constitución del grupo social. En este marco surge la conciencia de nación: una comunidad que se reconoce como tal, que defiende un territorio, se identifica con símbolos como la bandera o el himno, y comparte valores comunes.

La sociedad política, impuesta por la naturaleza y lograda por la razón, es la más perfecta de las sociedades: es el todo. Dentro de ella nace el Estado, nace el Derecho, una estructura institucional compleja que garantiza el orden, la justicia y la convivencia.

La Constitución Nacional Argentina, dictada en 1853, expresa esta filosofía en su Preámbulo, donde se proclaman los fines supremos del Estado: constituir la unión nacional, afianzar la justicia, consolidar la paz interior, promover el bienestar general y asegurar la libertad para todos los habitantes del país.

La Carta Magna no es una pieza de museo: es un pacto vivo que garantiza derechos fundamentales y exige participación activa de toda la ciudadanía.

La organización del Estado argentino y el principio de representación democrática:

La Nación Argentina adopta para su gobierno la forma representativa, republicana y federal, conforme lo establece la Constitución Nacional. Esto significa que el pueblo no gobierna directamente, sino a través de sus representantes. El pueblo delibera y gobierna por medio de autoridades surgidas de su voluntad y creadas por la Constitución.

Para evitar abusos de poder y garantizar el equilibrio institucional, se establece una división de funciones: un Poder Legislativo, encargado de crear las leyes; un Poder Ejecutivo, que las ejecuta y administra el Estado; y un Poder Judicial, que garantiza su cumplimiento de acuerdo con esta Ley Fundamental.

El Estado no es una persona ni un grupo de gobernantes, sino un complejo de instituciones puestas al servicio de la comunidad. Esta estructura institucional responde al principio de soberanía popular: el poder emana del pueblo, quien lo delega en funcionarios electos para que actúen en su representación. Esta modalidad constituye una evolución respecto de la Democracia Directa originaria, donde las decisiones se tomaban en asamblea. En la actualidad, esas decisiones recaen en representantes que deben actuar "como si fueran el pueblo".

El Poder Legislativo está a cargo del Congreso Nacional, conformado por dos cámaras: la Cámara de Diputados, que representa al pueblo, y el Senado, que representa a las provincias y a la Ciudad Autónoma de Buenos Aires. El Vicepresidente de la

Nación preside el Senado, cumpliendo un rol clave en la articulación entre el Poder Ejecutivo y el Legislativo. Las leyes pueden tener principio en cualquiera de las Cámaras del Congreso, por proyectos presentados por sus miembros o por el Poder Ejecutivo. Pero aquí hay algo fundamental: la ley nace de las necesidades del pueblo. Cualquier ciudadano puede presentar un anteproyecto de ley en el Congreso.

El Poder Ejecutivo recae en un ciudadano elegido por voto popular, que ejerce el cargo de Presidente de la Nación. Acompañado por un grupo de ministros coordinados por un Jefe de Gabinete, tiene a su cargo la administración general del país y el cumplimiento de las leyes.

Por su parte, el Poder Judicial está conformado por la Corte Suprema de Justicia y los demás tribunales inferiores que determine el Congreso. Su función esencial es asegurar que las leyes se cumplan, que los derechos constitucionales se respeten y que los conflictos se resuelvan conforme al derecho.

La división de poderes es un principio básico del constitucionalismo moderno y un mecanismo fundamental para garantizar la libertad, la justicia y el equilibrio entre las funciones del Estado.

Toda fuerza o agrupación que pretenda atribuirse la representación del pueblo por fuera de esta estructura comete delito de sedición, pues rompe con el orden democrático.

Este sistema institucional, construido sobre la base de la Constitución Nacional de 1853, permite consolidar un Estado de derecho, en el que cada ciudadano pueda ejercer sus derechos y deberes con plena libertad y seguridad jurídica.

Derechos y Garantías Constitucionales

Todos los habitantes de la Nación son iguales ante la ley y gozarán de las garantías necesarias para el ejercicio de sus derechos. En nuestra Nación no hay esclavos y los que de cualquier modo se introduzcan en ella, quedan libres por el sólo hecho de pisar el territorio de la República. Ningún habitante de la Nación puede ser penado sin juicio previo, ni juzgado por comisiones especiales o sacado de los jueces designados por la ley. Nadie puede ser obligado a declarar contra sí mismo, ni arrestado sino en virtud de orden escrita de auto-

ridad competente. Es inviolable la defensa en juicio de la persona y de sus derechos. El domicilio es inviolable, como también la correspondencia y los papeles privados. Quedan abolidas para siempre la pena de muerte por causas políticas y toda especie de torturas. Las cárceles de la Nación serán sanas y limpias, para seguridad y no para castigo de los hombres detenidos en ellas.

También se consagran los siguientes **derechos**: derecho de trabajar y ejercer toda industria lícita, asegurándose al trabajador condiciones dignas y equitativas de labor, recibiendo una remuneración justa; derecho de peticionar a las autoridades, de entrar, de permanecer, transitar y salir del territorio de la Nación; derecho a la libertad de expresión, sin censura previa; derecho de usar y disponer de su propiedad; derecho a enseñar y aprender, derecho a la educación y salud pública y gratuita, a una vivienda digna; derecho a profesar libremente su culto, a no ser discriminado por sexo, religión o raza; reconocimiento y protección de los derechos de los pueblos aborígenes, de los ancianos y de las personas con discapacidad; derecho a jubilaciones dignas; derecho de reclamar a las autoridades; derecho a la protección del medio ambiente y la ecología (por ejemplo, que no se instalen basureros nucleares en el país), a la protección de la creación científica y artística.

Hacia una Pedagogía Transformadora

Educar en Democracia implica formar ciudadanos que comprendan estos procesos, que conozcan sus derechos y deberes, que participen activamente en la construcción de un país más justo.

Para ello, la enseñanza de la Constitución debe ser vivencial, comprensiva y ligada a la vida real. Sólo así, podremos construir una sociedad en la que la Constitución no sea un papel olvidado, sino una guía viva, presente y compartida por todos.

«Y que no se olviden que nos representan a nosotros». Con esta consigna, invitamos a revivir la Constitución como un pacto vivo, que sólo cobra sentido cuando cada

continúa en la página siguiente

viene de la página anterior

persona entiende que es voz, acción y responsabilidad.

La Memoria Constitucional: Un Llamado a la Reconquista Democrática

Nos pareció importante recordar la Carta Magna, porque, evidentemente, estamos en un momento de olvido total; nos hemos apartado de las raíces, de la fuerza viva que encierra nuestra Constitución. Hemos perdido la memoria, hemos perdido noción de la defensa de los derechos, de aquellas situaciones que nos pueden proteger a fondo. Por eso, nos pareció importantísimo evocar, de alguna manera, la Carta Magna, lo que significa la Constitución Argentina. Educar al soberano significa reconocer que la Constitución, lejos de ser un libro muerto, es un proyecto colectivo que podemos recrear, perfeccionar y cambiar. Su actualización solo es válida con el consenso popular, mediante el debate, la votación y el respeto de nuestras normas democráticas. Está en nuestras manos decidir el rumbo de nuestra vida en común.

Tenemos que volver a renacer, a recordar que mucho de lo que está escrito ahí lo hemos ganado, que costó vida, sacrificios, que han quedado muchos de nuestros compañeros en el camino en defensa de ese acto democrático. Recuperar esa memoria es el primer paso para reconectar con la defensa activa de nuestras libertades.

No solamente basta con votar. Votar es sólo el comienzo. Defender el sistema democrático implica defender y sentir que tenemos derecho a todas esas atribuciones que nosotros mismos hemos conquistado.



La Constitución Danzada: Evocación de una experiencia educativa

En el escenario de la vida nacional, la Constitución se erige como la partitura sagrada de nuestra danza colectiva. Cada artículo, cada enmienda, es una nota en la sinfonía de nuestra convivencia. Nos convoca a entrar en armonía, a sincronizar nuestros pasos y a danzar siempre con respeto mutuo. Los principios fundamentales son los compases iniciales de esta danza. El ritmo de la justicia, la igualdad y la libertad nos impulsa a movernos juntos, en un baile de derechos y responsabilidades. La melodía de los derechos humanos nos envuelve, guiando nuestros movimientos con dignidad y empatía.

En este sentido, nos ha parecido relevante evocar que, hace alrededor de 40 años,

bajo la dirección de Érida Noverazco, y con la asesoría de la abogada Nelly Cruz Arenas, se creó la obra “Educar al Soberano”, propuesta artística con la cual se representó, desde la expresión dancística, nuestra Constitución Nacional.

Esta obra fue realizada en diferentes ámbitos educativos (nivel primario, secundario y otras instituciones de enseñanza), incluso en el espacio público (parques, plazas, calles de la ciudad), siendo de una riqueza indiscutible, ya que se le pedía al público que participara de la experiencia, tratando de acompañar todos los procesos, viviéndolos, dejándose llevar por la emoción.

La finalidad era que fueran ellos mismos actores y no meros espectadores, intentando recuperar el tiempo de pureza, asombro e intensidad vital, propios de la niñez, y, a su vez, despertar el compromiso de cada ciudadano, al sentirse parte activa de una obra colectiva.

Que esta Constitución Danzada nos recuerde que vivir en democracia es un acto continuo de creación: un baile sin final, donde cada generación aporta su paso y suma su voz, renovando día a día la legitimidad del pacto social.

Profesoras de Danza Armonizadora: **Élida Noverazco** (creadora de la disciplina), **Mirtha Barnils**, **Karina Jousse** y **Gabriela Prosdociimi**.

Feldenkrais 

PROGRAMA ONLINE

**“ABRAZA TUS MIEDOS
Y ASISTE TU DOLOR”**

Yehudit Silver
Israel - Feldenkrais Trainer desde 20210 

Abierto a todo público y a Profesionales Feldenkrais

Una secuencia de clases on-line de Autoconciencia a través del Movimiento creadas por la Gran Entrenadora Internacional Feldenkrais Yehudit Silver nos acerca su sabiduría ancestral con profunda calidez, humanidad y empatía.

Se entregará material grabado

Traducción simultánea de Inglés a Español donde cada participante puede elegir en qué idioma escuchar.

La clase constará de 45 minutos de práctica y 15 minutos de reflexión y preguntas.

Todos los martes de 12.30 a 13.30 (Hora Argentina) durante los meses de Julio, Agosto y Septiembre.

Angie & Marce

Angie Arangua & Marce Benitez-Feldenkrais   

Interesados: workshops.pausa.feldenkrais@gmail.com



INSTITUTO INTERNACIONAL DE QI GONG ARGENTINA

CURSOS DE PROFESOR/A DE QI GONG (CHI KUNG)

SEMINARIO BIMESTRAL

Qi Gong de TONIFICACIÓN GENERAL CON MÚSICA

Método del Maestro Zhang Guangdé

Movimientos suaves con ritmo uniforme. Mejora la coordinación, la flexibilidad, equilibra la respiración y la energía

CABA presencial el 1er y 3er sábado de cada mes de 9 a 13 hs y clase teórica por zoom el 2do jueves del mes de 19.30 a 21.30 hs.

Comienza el sábado 4/10/25 en Palermo, con Daniel Letieri y Carlos Trosman

OLIVOS presencial el 4to sábado de cada mes. Horario de 9 a 17hs.

Comienza el sábado 25/10/25 con Guillermo Cid

SE PUEDE PARTICIPAR DEL SEMINARIO EN FORMA UNITARIA

Se entrega material didáctico y Certificados de Asistencia

PARA TODO PÚBLICO | VACANTES LIMITADAS | ABIERTA LA INSCRIPCIÓN

CLASES GRATUITAS DE QI GONG EN HOSPITALES PÚBLICOS Y PLAZAS

Más información: www.iiqgargentina.com.ar

FIN DE AÑO 2025: CLASE GRATUITA DE QI GONG y SHIATZU Kan Gen Ryu

SÁBADO 13 DE DICIEMBRE DE 15 A 17 HS en Palermo, CABA (concurrir con ropas cómodas)

Inscripción gratuita en: www.iiqgargentina.com.ar

Informes e inscripción: www.iiqgargentina.com.ar

✉ contacto@iiqgargentina.com.ar ☎ +54 9 11 6656-5215

mentiras + crueldad

una verdadera asociación ilícita

Cuando a la víctimas se las estigmatiza como «un peligro»

La pobreza y la inseguridad no se inauguraron antes de ayer. Son palabras que usan los dirigentes en temporadas de elecciones como las que estamos viviendo, donde promesas y convicciones parecen valer lo que el interesado o quienes son jefes del poder avalan, y permiten contemplar con discreción, lo que se quiere hacer con nuestros cuerpos.

escribe: Emiliano Blanco

“Una de las cosas que se ha fracturado en la Argentina es el contrato ético, pero a partir, en primer lugar, de que el semejante fue concebido durante la dictadura como un portador de gérmenes. Quiero decir con esto, como alguien que nos ponía en peligro. Con lo cual, el que estaba en peligro en lugar de ser alguien a quien había que rescatar, era alguien con quien había que evitar el contacto porque era peligroso. Ya tienen ustedes ahí una educación para la indiferencia. En segundo lugar, apareció el concepto de víctimas inocentes. Que es un escándalo. Porque dividen en inocentes y culpables a las víctimas. Entonces, esto es brutal.” Silvia Bleichmar. en *La construcción del sujeto ético*.

Para no olvidar todo lo que no queremos ser, cuando decidimos todo lo que sí queremos ser; me parece imprescindible al momento de recuperar la dignidad de estar dispuestxs a hacer caminar la historia de lo recorrido, de lo abrazado y de lo soñado.

Aunque cada paso, cada conquista de este contrato social conviva con la fluctuante temporada de cretinos, que insisten en suspender la credibilidad en la política, es cosa seria.

Es verdad que la estupidez es una propiedad universal que atraviesa de modo democrático a todas las identidades partidarias o ideológicas.

Diego Singer, expositor de *Filosofía a la gorra*, reflexiona en redes que *“quizás el nivel de estupidez general en el que estamos todos cada vez más inmersos, particularmente en estos mundos virtuales pero también más allá de ellos, ha encontrado un lugar de expresión e identificación que también otorga legitimidad a las fuerzas gobernantes.”* y concluye diciendo *“Como síntoma o resto de esta composición dual, se expresa una crueldad también liviana pero rara vez desaprovechada. El pequeño goce del necio.”*

Podemos seguir preguntándonos sobre qué cimientos éticos y estructurales vamos a proponer recuperar valores como la justicia, la equidad, la solidaridad y el respeto mutuo en la vida social.

Centrándonos en las formas en que las instituciones y estructuras sociales tienen que estar diseñadas para promover y gestionar una democracia que no pretenda venderse como identidad privada.

Insisto con que qué vamos a proponer como forma, porque eso está ausente.

Corremos tras la agenda del goce de la crueldad, que además escala en calificaciones inadecuadas a las circunstancias, modas o necesidades actuales. Obsoletas, porque se han dejado de usar como expresión novedosa y revolucionaria.

Y esto nos importa. Nos importa porque estas políticas de la crueldad, donde el Fondo Monetario Internacional nos intercambia por deuda pública; viene poniendo en evidencia la abundancia de obviedades que descuidamos por omitir señalar quién paga, quién garantiza, cómo queremos reestructurar el *status quo*: el estado de las cosas de un determinado momento.

Y esas luchas conquistadas, con historia por gente soñadora que no militó repostando una foto en su redes, sinó encontrándose y organizándose para hacer circular la información, encausar el reclamo y amuchar gente que grite por la justicia en las plazas y por las calles... por esa lealtad a la vida entregada en tantas generaciones que nacieron en democracia, es que levanto mi bandera y le pongo también el cuerpo con estas palabras.

Esas condiciones que prevalecen en un momento histórico determinado y que sintetizan diplomacia, podrían no parecerse a la enga-

ñosa creencia de la buena intención de la hegemonía por repartir y dar inclusión, cuando la férrea disputa cultural es discutir el absoluto fracaso de la heterosexualidad obligatoria.

Y acá, quiero aclararle a quienes se autoperceben ángeles de la guarda de la heterosexualidad, porque mandan a crear ilustraciones por inteligencia artificial lo que no se presenta como testimonio mayoritario en las familias donde las infancias viven abuso sexual, violencia sistemática y marginalidad, discriminación por expresión sexual y otras cicatrices que vamos limando con terapia, abrazos... y si tenemos algo de buena suerte, con políticas de ascenso social que resguarden y le pongan palabras a tanta frase repetida, porque un confinamiento por pandemia televisó y viralizó que se nos quitó la libertad.

La pobreza y la inseguridad no se inauguraron antes de ayer. Son palabras que usan los dirigentes en temporadas de elecciones como las que estamos viviendo, donde promesas y convicciones parecen valer lo que el interesado o quienes son jefes del poder avalan, y permiten contemplar con discreción, lo que se quiere hacer con nuestros cuerpos.

Es importante tener presente sobre lo que soñamos y cómo estamos soñando en estos tiempos: un estudio publicado recientemente por la Asociación Argentina de Medicina del sueño (AMSUE), reveló que más del 50% de quienes viven en Argentina no duerme bien y concluyen que *“la inseguridad genera una carga emocional constante, que se traslada al ámbito más íntimo como el descanso. Sentirse vulnerable dentro del propio hogar si no terminás en situación de calle- es motivo de estrés que puede afectar el sueño. La sensación de protección, en cambio, permite bajar el nivel de alerta y recuperar la tranquilidad necesaria para descansar bien.”*

Es decir que tener un buen descanso y saber que el hogar es un lugar seguro, recupera la calidad de vida. Lamentablemente, digerimos noticias en palabras ajenas que naturalizan estas estrategias del poder que atemorizan con crueldad una emoción crispante que estamos fijando.

El pueblo sabe y recuerda lo que dice el viejo refrán *“No hay mal que dure cien años, ni cuerpo que lo resista.”* Por lo visto, no es resistir el verbo que colabora en hacer durar estos males.

Vengo a hablar de política, no de testimonios. No significa que le escapemos a lo que somos, son *googleables* conceptos como travesti, puto, puta, torta, marika, no-binariex, mostri, paki, paco, piky... “Dio’mío, Pinky!” como grita entre risas un amor. Hablemos de política.

Hagamos el ejercicio de mencionar los cómo.

Cómo vamos a hacer para que tantas crianzas, adolescencias, personas con discapacidad, personas mayores, lxs pacientes de nuestros hospitales y sus trabajadores, quienes educan, lxs estudiantes, quienes laburan en las fábricas y en las construcciones, lxs campesinxs y peones rurales, las comunidades del Abya Yala y nuestrxs vecinxs, nuestrxs amigxs de esta tierra hermosa que somos **hablemos de esto**: del mundo que fracasó por estas estrategias políticas tan desoladoras, epobrecedoras y que no nos encuentran.

Como inicia sus rondas Susy Shock, mencionando que fracasó el capitalismo heterosexual, convidando la pregunta necesaria: *“¿Cómo no vamos a creer que hay reformar todo para que la tierra sea de todos y todas? Lo que digo es que no lo voy a hacer bajo los términos de ustedes, que fracasaron, y si ustedes tienen ganas de hacer algo que va estar copado, todavía no lo hicieron, con lo cual DOBLE FRACASO.”*

Si no somos parte de eso, si no queremos ser cómplices de eso, si no da más y entende-



mos que no da más: empecemos a ejercer ese derecho. ¡Hablemos de esto! Es necesario, es profundísimo, es vital comunicarnos desde ahí.

Marlene Wayar escribe en Travesti, una teoría lo suficientemente buena que *“(...) sobre todo en mi persona, la dignidad se porta. Yo nazco con dignidad, me gestan con dignidad. Nadie me otorga después la dignidad. La dignidad se nos puede quitar. Cada vez que nos empobrecen, cada vez que nos envenenan con glifosato, se pierde la dignidad. Ahora, con la dignidad, se nace. La dignidad de ser humano. Somos. Listo.”* (WAYAR, 2021;72).

Nos seguimos largando a la calle con un montón de parcialidades rotas, de mucha infelicidad, de **mucha cosa ajena** a nuestros deseos y a nuestros cuerpos. Y de eso no hablamos.

¡Queremos estar acá para entrar a este mundo en la manera que es? ¿Queremos otro mundo? ¿Estamos produciendo otros discursos que buscan complicidades que expresen los afectos tal y como los imaginamos?

Pienso en cómo resquebrajar con nuestras voces estos muros aparentemente perfectos y aparentemente inamovibles. Recuperar esta invitación que también hace Susy, diciendo “si yo cambio un poco la mirada y veo a una persona, me salgo de las etiquetas”. Porque al decir una persona, me salgo de las etiquetas, que son políticas.

Tenemos mucho más que ver con este cuerpo político en la calle, porque en democracia enjuiciamos por delitos de lesa humanidad a quienes ejecutaron terrorismo de Estado. Porque la síntesis horrorosa de la última dictadura cívico-militar, eclesiástica y empresarial, ejecutó con plazos las estrategias de aniquilación, censura, marginalidad planificada y deuda externa.

La iglesia vociferaba haciéndole gritar “degenerado” a Antonio Quarracino, para hacerle decir que había que mandar a la isla Martín García a lxs homosexuales.

Ni hablar de que el Estado, las religiones y la Psicología continúan utilizando estas discusiones para hacer teoría formal, porque la considera consistente ya que no contiene contradicciones y completa su fundamento si todas las fórmulas o sus negaciones son demostrables.

Por eso, constan de un conjunto de símbolos y reglas para manipularlos y formar fórmulas, así como para derivar demostraciones. Fórmulas que se asumen como verdaderas y sobre las cuales se construyen demostraciones.

Es el objeto de estudio de las ciencias políticas, porque con estas aplicaciones teóricas, gobernando mediante la demagogia: una degeneración de la democracia mediante concesiones y halagos a los sentimientos elementales de los ciudadanxs, tratando de mantener el poder.

Así instalan la idea del enemigo, razón por la cual cada semana tenemos que salir a expresar y sumarnos a reclamar con dignidad aquello que se avasalla, desfinanciando y cerrando.

Pero también, encuentran vociferadores que redoblan con creces esta práctica política, aunque embanderen apolítica o estar en contra de la casta.

Las agresiones al diputado Esteban Paulón, repudiando los dichos de integrantes del programa La Misa- conducida por “el gordo Dan”; y quiero rescatar algunas palabras que el diputado señaló: *“no hay que regalarle a esta gente el espacio de debate democrático”*, porque estas opiniones pueden calificarse como graves, cruzando los límites de la intolerancia.

Pero además, carecen de sentido, donde en nombre de la libertad de expresión se agravia con mensajes de odio, pretendiendo instalar un fantasma de esas ideologías de teoría formal para unir pedofilia con la orientación sexual.

No se trató de una frase desafortunada, sino de un claro acto de violencia simbólica que se inscribe en una matriz de discursos de odio. Discursos que contribuyen a generar condiciones que nos llevan a la violencia física, la exclusión social y discriminación estructural.

Olvidarnos que la libertad de expresión, como también señaló el diputado Maximiliano Ferraro, es un principio cardinal en lo que hace a nuestro sistema democrático ordenamiento constitucional, pero no es absoluta. Tiene un límite y tiene que ver con el daño a la honra, la dignidad y los derechos de los demás en el ejercicio de esa libertad de expresión.

Estas declaraciones tienen el aval de 56 firmas de todos los bloques a excepción de *“La Libertad Avanza”*; llamativo, cuando entre las ideas centrales del liberalismo están la *Igualdad ante la ley*, donde todos los ciudadanos deben ser tratados por igual ante la ley, sin privilegios ni discriminación. Ni hablar de la *Limitación del poder estatal*, donde el gobierno no debe tener límites claros en su poder y proteger los derechos individuales.

La brutal represión realizada el 20 de julio del 2025 por parte del gobernador Rolando Figueroa al pueblo Mapuche en Neuquén, donde el acampe pacífico que sostenían las comunidades en reclamo de la personería jurídica que determinó la Corte Suprema de Justicia; tiene más relación con la denuncia hecha días atrás por la contaminación petrolera del lago Mari Manuco, las disputas por los recursos naturales y la violencia sistemática de la policía. La prensa local denuncia los aprietes para que no difundan los hechos, con extorsión por parte del secretario de prensa y comunicación del gobierno provincial de quitar la pauta.

Entre los gritos de la policía de Neuquén durante la represión, se escuchó: “Dejá de defender a tu abuela, maricón. Dejá de llorar, maricón. Ya tenés catorce años, maricón. Bancate los palazos, maricón.”

Busquen los registros. Se llama violencia sistemática. Es una de las formas del Terrorismo de estado. Una estrategia que fracasó, pese a su insistente desfile cretino.

Confío en que buscaremos formas distintas, novedosas y creativas. Los que no tienen que ver con este sistema sino con otra posibilidad liberadora. De lo que sea, para ser otra patria, otra sociedad, otra patria. Conversar sin eufemismos, con palabras vivas y vividas.

Y soñar... soñar con los nombres de los deseos. Deseos que den precedente en el acceso y el respeto de nuestros derechos. Avanzando en la construcción de un camino comunitario hacia una democracia más justa. Una democracia donde el Estado no sea el censor de los planes de vida de la ciudadanía en general, porque sería ilegítimo e ilegal que cierta mayoría o minoría le dijera al resto cómo vivir su propia vida, cómo construir su propia identidad.

Un mandato que nos habilite a conocer nuestros derechos, ejercerlos y gozarlos, sin discriminación... 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.

estamos en riesgo

de dictocracia

“Dícese de la perversión de la democracia cuando un gobierno deviene en totalitario para perpetuarse en el poder, se cree en posesión de la única verdad con un relato a medida de la misma y por lo cual no duda en recortar la libertad, acabar con la separación de poderes, depurar a quienes no se pliegan a sus exigencias y nombrar todo tipo de secuaces políticos afines a sus dictados”. Una definición de la wikipedia que da para pensar ¿no? Urge ponerle freno.

escribe: Alicia Entel

Quienes hemos crecido en medio de golpes de Estado, tan frecuentes en nuestro país –desde aquel inicial de los años 30, pasando por el derrocamiento del presidente Perón en 1955 hasta la secuencia desde el golpe de Onganía en 1966 hasta el peor, el golpe de 1976, con su secuela de secuestros, desaparecidos, muertes y destrucción–, en fin para quienes vivimos una parte de esto, **democracia** es casi una palabra sagrada.

Y repetimos lo que de modo tan brillante explicó, allá por los años 40, el filósofo alemán Max Horkheimer, advertía que una democracia con contradicciones y debilidades siempre es mejor que cualquier sistema autocrático.

Para quienes recuerdan que en su infancia la Plaza de los Dos Congresos era sólo el lugar de las palomas porque el majestuoso edificio de los debates legislativos permanecía cerrado, decir democracia resuena a rock, a teatro abierto, a calles con bullicio, a marchas performáticas, a cuando votaron por primera vez.

Para quienes la vida transcurre desde el nuevo milenio, oyeron de sus mayores que hubo unos años 90 neoliberales, es decir de mucha chuchería importada, dólares, pero unos pocos saben que, en esa época, una jubilada luchadora quiso ahorcarse en la Plaza de Mayo, que se privatizaron empresas estratégicas como las ligadas a la energía, los recursos, las telecomunicaciones, que hubo una desocupación record (llegó al 21%) y que un día, a inicios del verano, se rompió el letargo resignado y estallamos. ¿Recordamos, para contarle a los más jóvenes, cuando se cantaba “piquete y cacerola la lucha es una sola”? ¿Y se acuerdan de cómo, después del estallido del 2001, los gobiernos siguientes –me refiero al kirchnerismo– tuvieron sí o sí que abocarse a reconstruir la justicia social de modo concreto y cotidiano? Pena que muchos recuerden poco, como si todo diera más o menos lo mismo, en lineal cronología negadora de la política. Los logros de esos doce años (2003-2015) de reconstrucción, recuperación de derechos, juicios a los militares genocidas, bienestar económico, se naturalizaron, como si ese bienestar hubiera sido algo sencillo, caído del cielo, ocurrido porque un viento benigno empujaba la economía y las acciones.

Convengamos que, en gran parte de Latinoamérica, con el nuevo milenio, la reacción no toleró el avance de los gobiernos progresistas y usó todo tipo de recursos para destruir a los gobiernos populares y a sus líderes.

Lo cierto es que, con el tiempo, después de 40 años de continuidad sin golpes de Estado –pero con el uso de otros recursos para saqueo y deterioro de la democracia–, en la vida republicana se naturalizaron los esfuerzos que se habían realizado para lograr derechos fundamentales. Con la colaboración de los medios se estigmatizó a

gobernantes populares y casi deslizándose turbiamente en el modo medusa reaparecieron los golpistas disfrazados de otra cosa. Primero de amarillo intenso, y nos endeudaron; después, de rebeldía grotesca, esa que negaba el valor de las vacunas en medio de la pandemia, endiosaba al mercado, practicaba el terraplanismo. Y hoy se ufana del “mayor ajuste de la historia argentina”, con fuerte apoyo del país del Norte (EEUU), con panelismo televisivo y sustento en plataformas del poder económico internacional. “Todo tal como lo planificado”, como si nada pasara.

Tal vez, sin darnos demasiada cuenta estamos viviendo hoy una “dictadura” o de modo más concentrado “dictocracia” como lo refiere hasta la Wiki: “dícese de la perversión de la democracia cuando un gobierno deviene en totalitario para perpetuarse en el poder, se cree en posesión de la única verdad con un relato a medida de la misma y por lo cual no duda en recortar la libertad, acabar con la separación de poderes, depurar a quienes no se pliegan a sus exigencias y nombrar todo tipo de secuaces políticos afines a sus dictados”. Da para pensar ¿no? Urge ponerle freno.

Por eso decimos que han sido 40 años de un movimiento pendular entre gobiernos populares que intentan recomponer y ampliar derechos y regímenes reaccionarios que sólo piensan el país en términos de mercado, elites de poder, negación de derechos laborales, manipulación popular, premio al individualismo.

Ese bamboleo suele marear, y hay expertos que lo potencian con argumentos: niegan el valor de la política, seducen apelando a la emocionalidad, al sueño “cripto” de ser millonarios en dos días. Hasta que la realidad del bolsillo vacío reaparece y hace “bolsa” a gran parte de la población. Aunque, por un raro heliotropismo, se adjudica la culpabilidad no a los grandes capitales responsables de saqueos con guante blanco, sino a quienes la sociedad dejó al margen, a los pobres, o a los extranjeros, o a los viejos.

¿Qué hacer?

¿Bastará el voto cada cuatro o dos años para transformar, o al menos matizar este *statu quo*? Tal como están organizados hoy en día los procesos electorales, con proscripciones, campañas según la riqueza con la que los candidatos cuentan, vínculos internacionales que condicionan, parecería que no. Pero ¿se acuerdan de cuando en alguna elección anterior en Argentina el ex presidente Alberto Fernández dijo con “Cristina sola no alcanza, pero sin Cristina no se puede”? La frase dio lugar a controversias, y más rechazo produjo luego, cuando la propia Cristina manifestó que ella iba a ir como vice y Alberto Fernández sería candidato a presidente.

Sin embargo, algo parecido sucede –creemos– con el momento electoral.

Ir votar cada tantos años, de modo más



o menos mecánico, o guiados por odios y rechazos, no alcanza, pero sin el voto no se puede, sin el voto estamos convalidando a las autocracias. La ciudadanía tiene poder, el poder del voto, y **hay que ejercerlo.**

Antes por cierto, hay que saber, informarse bien a quién votamos, sus ideas, sus proyectos, sus acciones anteriores a la postulación, si con su gobierno vamos a estar mejor o peor. Y, aunque mienta en campaña o prometa lo imposible, tenemos que aprender a usar el buen sentido, a desconfiar si nos quieren seducir con payasadas, estudiar más que sus palabras, sus acciones.

Además, debemos fomentar un rotundo **no al letargo** que adormila y a la aceptación resignada de los que dicen “no hay otra salida”. En estos tiempos es imprescindible el **despertar**. Como vivimos en momentos de alto riesgo de perder del todo a la democracia, cada acción que realicemos, de modo directo o sesgado, tendrá un componente que colabore para que la democracia sea de verdad. Por ejemplo, sin justicia económica es difícil hablar de democracia. ¿Acaso queremos en el siglo XXI algo como la democracia griega donde unos pocos, una elite –denominados ciudadanos– dirimía, debatía en el ágora, poseía riquezas, en tanto que los otros sobrevivían bajo forma esclava? Entonces cuidar derechos adquiridos –laborales, económicos en general, sociales, culturales– recuperarlos si se perdieron y luchar por más, no es algo superficial, hace a la esencia democrática. ¿Cómo? De muchas formas.

Manifestando en el espacio público, poniendo el cuerpo, con palabras, con dramatizaciones, en recitales, en el teatro, en el sindicato, cantando, en la cancha, en la asamblea, en el patio familiar, en cada lugar donde podamos acceder a conversaciones y diálogos grupales, sumándonos a colectivos.

Antonio Gramsci llamaba a esta actividad algo así como la concreción de una **pedagogía política**, estimulando la reflexión incluso a través del humor. Mencionamos estas acciones porque lo primero que surge hoy para actuar en modo contestatario, o en la expresión de deseos, es el uso de las redes, la participación en el modo *streaming* o las diferentes modalidades que nos proveen hoy las tecnologías. Obviamente son importantes. Pero no bastan. Sirven para hacer catarsis, para comunicar algo

puntual, para informarse de una temática, pero –ojo– también se usan para crear la ilusión de que cada *like* es un amigo. Poseen recursos para favorecer el ensueño, la mentira y la falsificación. A tal punto que hoy por hoy ciertos videojuegos se usan para entrenamiento militar y toma de decisiones, para que luego los soldados, al apuntar al enemigo usando pantallas, crean que no es realidad sino que se trata de un juego, mero ensayo, y eso tiene nombre, se llama “gamificación de la guerra”. Hemos llegado a tal punto de perversión tecnológica que el gobierno de Ucrania, por ejemplo, establece un sistema de puntos y premios para sus soldados por cada baja enemiga(1). Lo aclaramos porque no nos referimos a ese modo de participación ciudadana, ni al uso de esos recursos para la muerte sino al ancestral y hoy tan de moda: “nadie se salva solo”.

Por otra parte, para transmitir derechos hay que conocerlos. Para narrar acontecimientos hay que saber cuándo y cómo ocurrieron. Para debatir, no hay que temerle a consignas aun válidas pero que fueron trituradas o avejentadas por claros intereses (perfectamente elaborados) como las tradicionales “Imperialismo/ Nación”, “Patria sí/ colonia no”, “la memoria no se vende”, y conceptos mucho menos cotidianos como “capitalismo digital” o “conciencia de clase”.

Proponemos educación cívica e historia para todas, todos y todes, en la escuela y afuera. Como las capas de la cebolla, las democracias necesitan todas las acciones: votar, defender, informarse, proponer, imaginar, agruparse, inventar nuevas formas de participación y organización...

Todas son imprescindibles, muy especialmente en estos tiempos donde casi de modo planetario, en una suerte, al parecer, de regresión de la especie, los intentos autocráticos, tiranocráticos, pululan, acechan y hasta triunfan.

Alicia Entel. Investigadora en Comunicación (UBA), doctora en Filosofía (Univ. de París), periodista, fundadora de la carrera de Ciencias de la Comunicación de la Universidad de Buenos Aires, directora de la Fundación Walter Benjamin.

Notas

1 Información provista por el politólogo Ezequiel Bistoletti para el programa *Demolviendo mitos de la política*, julio 2025.



escribe: Carlos Trosman

Construir el mundo al percibirlo, implica que le damos forma al decodificar lo que percibimos con nuestros sentidos, lo que sentimos, y al darle significado con los elementos que nuestra singularidad y la propia sociedad nos aportan.

Nos construimos en la decodificación de nuestras percepciones y así tomamos una posición en el mundo desde donde actuamos realizando las acciones que nos identifican y determinan nuestra inserción en la sociedad y el planeta. Que sea una elección no significa que se trate de un acto de voluntad, ya que estas elecciones se sostienen en procesos inconcientes que hacen a nuestra subjetividad.

Esta subjetividad, este punto de vista propio, se articula con la objetividad, que son las convenciones sociales, el sentido común y la opinión pública. Es en esta articulación donde opera el poder hegemónico.

A través de los medios de comunicación masivos, el poder opera para influir en la producción de la subjetividad, creando una articulación disfuncional que funciona como una prótesis que reemplaza a una articulación sana y la atrofia. **es una articulación que ya no une, sino que disocia.** Desempodera a las personas, las enferma fomentando el aislamiento y las "soluciones individuales", el "sálvese quien pueda" y el resto que se joda por no poder". El empoderamiento es la acumulación de capacidades y habilidades que le dan poder al sujeto. Su capacidad de discernimiento para evaluar cada situación y desarrollar una estrategia, son indicadores de su relación de poder con el entorno.

Poder no significa someter o vencer o predominar, como sugiere el pensamiento basado en la guerra, la conquista y la acumulación. Poder tiene un sentido transformador, creador, inclusivo, de adaptación y cambio, lograr vivir con bienestar. Así el poder es comunitario.

Las sociedades humanas se han desarrollado comunitariamente para sobrevivir y transformar el medio ambiente para el bienestar de la especie. Con el devenir de la historia de la humanidad se ha acentuado el predominio de intereses económicos cada vez más concentrados en grupos más pequeños y más poderosos, y el bienestar de la especie quedó de lado, y la explotación indiscriminada de los recursos naturales ha desequilibrado la ecología.

Ambas cosas ponen en riesgo nuestra supervivencia como humanidad. Esta situación rompe con el sentido de comunidad que sostiene las democracias y fomenta la fantasía de individualidad que no busca otra cosa que dejarnos indefensos, sin la protección de las leyes y el Estado, frente al avance voraz de capitalismo salvajes que disputan cada rincón del planeta y cada partícula de subjetividad. El objetivo no es el bienestar de la humanidad, es la ruptura de la comunidad para aislarnos del entorno, porque las enseñanzas de Maquiavelo siguen vigentes "Divide et impera" (Divide y reina). En la actualidad son los mismos capitales los que participan de la industria bélica, de la industria química, de la industria alimentaria, de la industria del entretenimiento y de los medios de comunicación

masivos. Estos grupos trascienden las fronteras, las políticas regionales y, sobre todo, los intereses de la humanidad relativos a la salud y al desarrollo humano. Su objetivo es controlar la producción de la subjetividad hasta lograr que las personas "elijan" lo que ellos silenciosamente obligan a elegir para perpetuarse en la acumulación de capital y de poder.

Para quienes elegimos de otro modo, se actualizaron reglas dictatoriales y ahora es la defensa de la "seguridad" la que genera inseguridad. Hay una búsqueda de sometimiento, instalando un control social por la fuerza de los palos y la represión.

Tal como sucede todos los miércoles en las marchas de los jubilados, como para que la memoria en los cuerpos recuerde los horrores y delitos de lesa humanidad perpetrados durante la dictadura militar, ya que los jubilados de hoy fueron protagonistas de esa parte de la historia argentina. Violencia desmedida y flagrante es la única manera de sostener los decretos que desarmen las leyes que protegen a los ciudadanos, a los trabajadores, a las minorías e inclusive a los consumidores. Es un momento tergiversado de la democracia donde el Ministerio de Seguridad ataca a los propios ciudadanos que protestan contra una distribución económica cada vez más injusta, queriendo "ponerlos en vereda" con gran despliegue de violencia para ejemplarizar y asustar las subjetividades provocando angustia e infelicidad. Éste es el objetivo: recordarnos que podemos ser echados de nuestros empleos, que podemos ser declarados sospechosos de alguna cosa con el apoyo de una justicia parcial, que estamos viviendo de prestado en nuestro propio país, que es endeudado al por mayor, hipotecando a nuestros hijos y nietos y más allá, y que si protestamos como ciudadanos en una democracia, nos transformamos en delincuentes pasibles de castigos legales y corporales. Estos excesos del Estado son festejados y justificados por la mayoría de los medios de comunicación masivos, que naturalizan la violencia poniendo el acento no en el bienestar sino en el odio, imponiendo modelos de exclusión y castigo para desarmar la comunidad.

Para "ponernos en vereda"

El control de la subjetividad controla al cuerpo y viceversa. Convencer para uniformar subjetividades es el objetivo. La necesidad del mercado es volvernos sujetos pasivos, aislados y previsibles, pero además convencidos de que esa es nuestra elección.

Con la prótesis excluyente que es el teléfono móvil, el poder de fuego para bombardear mentiras (*fake news*, posverdades, etc.) sobre las subjetividades del mundo puede derribar gobiernos, generar guerras o imponer malestares que son recibidos con sonrisas de satisfacción por cierto público. El mayor poder económico sumado al mayor poder de difusión de información, resulta en un mayor poder político a nivel mundial. Trasciende los países. Ya no podemos hablar de empresas multinacionales sino de empresas o poderes supra nacionales. Hasta las naciones más desarrolladas son víctimas de estos poderes hegemónicos. Las naciones están en vías de desaparición, víctimas de la acumulación de grandes capitales en manos privadas, que ya no están restringidos por las fronteras y son mucho

Construimos el mundo al percibirlo. La percepción no es algo dado, unívoco, sino que es un aprendizaje, una construcción cultural. Decodificar fondo y figura no es solamente una cuestión de planos o de distancias sino que es una elección derivada de nuestras posibilidades y nuestra educación. El poder hegemónico opera para influir en la producción de nuestra subjetividad, creando una articulación disfuncional entre nuestras percepciones y las valoraciones dominantes.

mayores que sus PBI (Producto Bruto Interno).

El Estado no debería ser una empresa de negocios. Es un administrador del bienestar de la gente, de los ciudadanos. Debería morigerar la violencia presente en los vínculos y en las luchas de poder político y económico en las cuales el ciudadano puede ser una víctima o un "daño colateral". Por ende el Estado no puede estar en "manos privadas" o responder a ellas porque sería contrario a la definición de "democracia". El Estado, como resultado de la democracia o gobierno del pueblo a través de sus representantes, no puede ser una propiedad privada, porque de ese modo los ciudadanos perdemos nuestra condición de tales, para ser activos numerarios de una empresa.

Que en esta actualidad globalizada la salud sea un negocio, la alimentación sea un negocio, la educación sea un negocio, son cuestiones que enajenan los cuerpos de las personas y los transforman en moneda de cambio.

Cuando los negocios traspasan un límite están violentando los derechos humanos. Negocian en definitiva con la sangre, con la vida y con nuestro futuro. Quienes se llenan la boca hablando de la defensa de la democracia en el mundo, son los que impulsan las guerras, cuando la democracia debería ser un instrumento para evitarlas, para proteger a los más débiles, defender a la ciudadanía y ayudar al desarrollo de los ciudadanos y por ende de las naciones.

Estamos viviendo en una cultura zombi, donde lo humano son despojos imperfectos de una civilización que está desapareciendo, y son las máquinas las que nos piden que mostremos que somos humanos, y nos piden un click que asegura «no soy un robot». No tenemos contacto con la mayoría de nuestros "contactos". Participar activamente de una "comunidad" ya no implica encontrarse. Ser miembro de un

"grupo" me mantiene desconocido. La interacción ya no implica al cuerpo. La escucha está mediatizada por la tecnología. La mirada está capturada por pantallas sin profundidad. El espesor del gesto se diluye en las ondas satelitales.

Por supuesto que para este mundo virtual, de velocidades no corporales, el cuerpo es imperfecto, lo humano es imperfecto. Porque pertenece a otro sistema. Pertenecer a la naturaleza y a una cultura comunitaria que se quiere borrar. Y para borrarla se requiere borrar el cuerpo, ninguneándolo en las redes sociales o a los palos.

No nos olvidemos de nuestros cuerpos como fundamento de los vínculos, como nuestro ser y estar en el mundo, no nos acostumbremos al dolor del enajenamiento que produce estar aislados. Sigamos buscando nuestra salud, mejorar la sensación de nuestros cuerpos, cuidando también los cuerpos de nuestros semejantes, defendamos los cuerpos de nuestros hijos, sostengamos nuestros vínculos corporales para generar una democracia participativa, activa, viva y presente. Neguémonos a ser moneda de cambio en las transacciones de los poderosos. Trabajemos por un mundo inclusivo, donde los derechos humanos incluyan, junto a las necesidades básicas de alimento, amparo y educación, también la creación y la felicidad. Respeto por nosotros mismos y por el otro. Defendamos la comunidad y la humanidad. Defendamos nuestros cuerpos que son el sostén de nuestra vida.

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. Contacto: carlostrosman@gmail.com www.iqgargentina.com.ar

la gente y ellos

escribe: Adriana Llano

Me presento. **Yo soy la gente.** La gente de la que tanto hablan ellos, sin habernos mirado nunca a la cara.

Ellos, los que se arrojan el derecho de decidir entre ellos y por la gente el cambio de figuritas ignorando las urnas; ellos, los que traducen inequívocamente el sonido de mi cacerola y estiman que es bueno que suene fuerte el 19 de diciembre y apagan las cámaras el 1° de enero; ellos, los que piden a gritos amnesia, cuando la gente no puede parar de hacer memoria.

A ellos les digo icuidado! Porque la gente se despertó y está en vigilia permanente y que no quieran confundirnos porque ya no nos confundimos más. La gente como la gente es hija de un jubilado que no tiene para comer y no es «la gente» que rompe vidrieras y quema una palmera en Plaza de Mayo; la gente como la gente es madre de jóvenes que no encuentran trabajo ni ilusiones y no es «la gente» a la que se le abren las puertas del Congreso para incendiarlo; la gente como la gente es hermana de muertos inocentes, es amiga y vecina de tanta gente como la gente que quiere un país justo, con igualdad de oportunidades para todos y no es «la gente» que con un arma en la mano y a los gritos se dice dueña absoluta de nuestra histórica Plaza.

Ellos creyeron que ser nuestros representantes era comer por nosotros, viajar y conocer lugares exóticos por nosotros, degustar los mejores vinos por nosotros, tener chofer y primera clase por nosotros; ellos creyeron que ser nuestros representantes era rematar lo que nos pertenecía a todos engrosando descaradamente sus bolsillos; ellos creyeron que la casa de gobierno era un comité o una unidad básica. Ellos se equivocaron y nunca los escuchamos pedir perdón.

Pero la gente como la gente está de pie. Saqueada y tocando fondo, pero de pie. Ellos tienen la oportunidad histórica de dejar de mirarse el ombligo y mirarnos a la cara. La gente como la gente tiene la oportunidad histórica de resistir, de defender en paz lo poco que queda, de empezar de nuevo.

Adriana Llano es egresada de Filosofía y Letras (UBA), productora gráfica y editora. Contacto: adriana.llano@gmail.com

más que un cuerpo propio un cuerpo sensible en comunidad

En este escrito la autora relata sus experiencias dando talleres de biodanza y educación biocéntrica a mujeres y jóvenes. Y la posibilidad, a través del cuerpo sensible, de construir una red posible, una salida del cuerpo individual, al encuentro de un yo colectivo, un cuerpo red, que acompaña y trasciende. En esta edición compartimos su descripción y reflexiones sobre tres proyectos comunitarios. Uno dirigido a la comunidad qom, otro en una cárcel de mujeres de la ciudad de Resistencia, y el tercero en el CAVV: Centro de Atención a Víctimas de Violencia.

A Adriana, Kenia y Maricruz

El humano está formado de un espíritu y un cuerpo, de un corazón que palpita al son de los sentimientos.

De cuerpo entero - Violeta Parra

"Tenemos nuestra mística, una experiencia propia de la sabiduría original: la mística orgiástica que considera el cuerpo como instrumento de toda realización, porque todo intento de remontarse a las cumbres del espíritu sin pasar por los instintos más radicales y primarios no es más que un camino para la muerte de la especie."

Más allá de Ítaca - Victoria Sendón de León

La escritora chilena Margarita Pisano haciendo referencia al "Cuarto propio" de Virginia Woolf, y la consigna del feminismo liberal de comienzos del Siglo XX, decía lo siguiente: "más que un cuarto propio, un cuerpo propio". Históricamente nos negaron nuestra sexualidad, nuestras decisiones sobre nosotras mismas, el derecho al aborto, o a la libertad de la propia decisión de querer tener hijos/as o no, por lo que defender la autonomía del cuerpo se volvió algo central.

Luego, con el auge del neoliberalismo en toda Latinoamérica en los años noventa, esta frase con tanto contenido político se volvió una consigna individual más, aislada de todo contexto. Entonces, el cuerpo podría liberarse "solo", sin la interdependencia de otros cuerpos, ¿de una red?

Y lo cierto es que también el feminismo cayó en la falacia de las ideologías abstractas, ¿realmente se vive el cuerpo en libertad? Había por un lado mucho discurso teórico y académico, pero en la práctica persistía la reproducción de los mismos esquemas que habíamos cuestionado. ¿Qué hacía que realmente ese cuerpo sea "nuestro"?

Con el tiempo nos dimos cuenta de que no es posible liberarnos solas, por el mismo motivo que no estamos solas, siempre hay alguien o algo que nos acompaña. Nacemos junto a una madre, hay un origen, y así también morimos, junto a alguien o algo que nos sostiene.

Hacia un cuerpo red

Pero lo cierto, es que más allá de "saber" (desde el pensar de la razón) que "tenemos" un cuerpo, ¿sabemos sentir ese cuerpo? O como lo llama David Le Breton, ¿sabemos percibir ese *cuerpo sensible*? ¿Qué hace que no podamos salir del cuerpo individualista mecánico y productivista?

Si somos realmente cuerpo, como siempre decimos en las clases de biodanza, ¿sabemos distinguir todos los matices, sonoridades, olores, que gustan o no gustan de nuestro cuerpo? ¿Sabemos escuchar y escucharnos? ¿Qué hace que podamos salirnos del cuerpo aislado e ir hacia el cuerpo colectivo?

En este escrito pretendo contarles de manera breve y bastante resumida mis experiencias dando talleres de biodanza² y educación biocéntrica con mujeres y jóvenes, y la construcción de esa red posible, de esa salida del yo egoico o cuerpo individual, al encuentro de un yo colectivo, un cuerpo red, que acompaña y trasciende, a través del cuerpo sensible.

Más adelante hilaré con teoría para reflexionar sobre estas experiencias, a modo de comprensión, en términos de Arendt, de lo que he ido observando en mi caminar político intelectual afectivo y en mi ser siendo como facilitadora de procesos humanos. Quizás en la búsqueda no descubra nada nuevo, nada que antes no se haya pensado o dicho en profundidad. Y quizás también estas reflexiones alienten a la continuidad de un análisis que no acaba ni empieza acá, sino que persiste y encuentra nuevas preguntas, más que respuestas.

Proyecto dirigido a la comunidad qom

Antes de titularme como profesora de biodanza, realicé varios proyectos colectivos y de acción social, que han tenido financiamiento con becas gubernamentales. Sí, en ese momento aún se podía pensar en trabajar con proyectos comunitarios en este país. A estas alturas, ya sabemos los estragos que dejó la pandemia en el cuerpo. El reforzamiento del individualismo y los problemas en la salud mental se profundizan cada vez más en los tiempos que corren.

El primer proyecto social que realicé fue en el contexto de la pandemia, donde trabajamos con Lucrecia Marcelli, facilitadora de biodanza y docente. Fue un trabajo que realizamos de forma virtual. En ese momento yo trabajaba en la escuela secundaria Bilingüe Intercultural "Cacique Pelayo", dirigida a la comunidad qom de Fontana, y Lucrecia Marcelli era directora de una Escuela Agrícola Rural, donde participa el pueblo qom de la ciudad de General San Martín.

Nos presentamos al Fondo Solidario de



Convocatoria a las diferentes rondas:
Queremos conocer tu música, poesía, dibujos o palabras sobre los temas que te proponemos a continuación



Tierra

Del 31/10 al 07/11



Fuego

Del 07/11 al 14/11



Aire

Del 14/11 al 21/11



Agua

Del 21/11 al 30/11

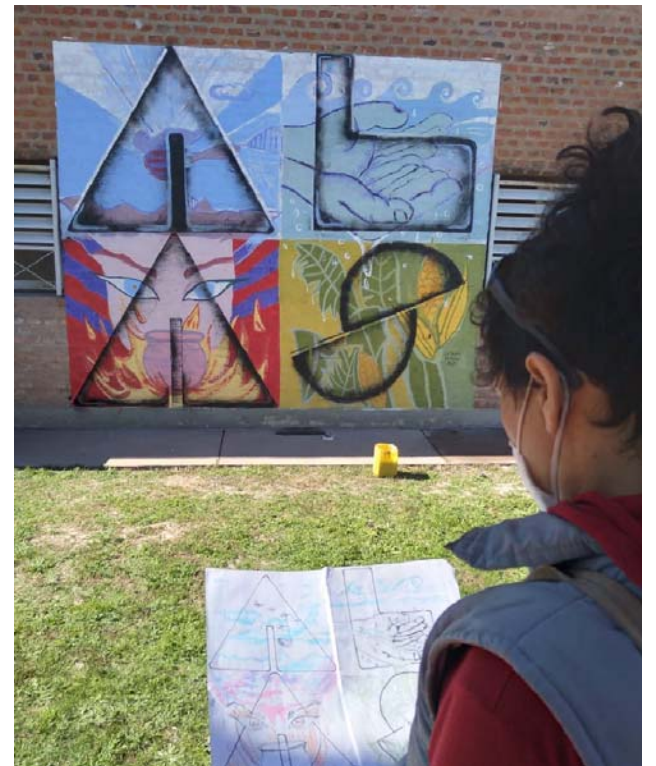
Podés ver las producciones en www.raicesdanzantes.com



Este proyecto fue financiado a través del programa #ImpulsarCultura del Instituto de Cultura del Chaco (Fondo Solidario-Ley N°1353-E Fomento de la actividad privada en actividades culturales)

Arriba, imagen de la convocatoria realizada para participar en una ronda de talleres virtuales dirigidos a la comunidad qom

A la derecha, realización de un mural como cierre de los talleres "Trama que cuida" realizados en la cárcel de mujeres del Barrio Don Santiago, de la ciudad de Resistencia, Chaco. El mural reúne las pinturas, dibujos y diseños producidos por la internas a partir de imágenes generadoras vinculadas a los 4 elementos: Tierra, Fuego, Aire, Agua.



Cultura de la Provincia del Chaco para hacer un trabajo virtual y obtuvimos la beca para realizarlo. Sumamos al proyecto a Ariel Canteros, también facilitador de biodanza, para que realice toda la parte digital.

Nos relacionamos con los y las estudiantes a través de rondas virtuales, cada una invitaba a crear algo a partir de un elemento de la naturaleza: tierra, fuego, aire y agua.²

La invitación que hicimos fue que cuando se sientan convocados/as con alguno de los cuatro elementos y su palabra, pudieran realizar alguna expresión artística, como pintura, danza, canto, foto o poesía.

Ruth Calvacante y César Wagner, en el libro *Educación Biocéntrica*, comentan que "se colocan palabras generadoras dentro del círculo para que todos puedan leer y

escoger aquella con la cual desean trabajar, o verbalizar o se identifican (...) Luego, hablan sobre el significado que tienen éstas en su vida (...) colocándolas en el centro de la ronda." (2015, 226).

Invitamos a hacerlo también en lengua qom, y con los aportes de los/as jóvenes y de los/las profesoras se iba integrando el canto, las danzas y los saberes de la cultura qom.

A través de las pinturas expresaban sus sentimientos, propios de su cosmovisión como también del contexto pandémico que estábamos atravesando.

El arte nos permitió el encuentro con jóvenes a la distancia que no nos conocían. Como también permitió la sensibilidad ne-

Continúa en la página siguiente

un cuerpo sensible en comunidad

Viene de la página anterior

cesaria para el trabajo en red, más allá de no contar con las presencias físicas.

“Trama que cuida” en una cárcel de mujeres

Otro de los proyectos fue la creación de la Trama que cuida con Adriana Pellegrini, también facilitadora de biodanza. Obtuvimos una beca del Ministerio de Cultura de la Nación para trabajar en la cárcel de mujeres del Barrio Don Santiago, de Resistencia. Esta vez, como era presencial el proyecto, utilizamos fotos que imprimimos relacionadas a los cuatro elementos e invitamos a las mujeres que comenten que les producía ver las imágenes.

La educación biocéntrica propone como parte de sus dinámicas el trabajo con las imágenes generadoras. Dicen Ruth Calvacante y César Wagner que “la imagen sustituye a la palabra. Puede ser usada tanto en grupos comunitarios que no dominan la lectura como en cualquier tipo de grupo.

Cada participante escoge una imagen de las expuestas en el centro de la ronda relacionadas a un tema generador y se habla sobre eso, relacionándolo con las propias vidas. La síntesis será hecha en ronda en conexión con todas las figuras colocadas en el centro para ser percibidas en su totalidad.” (2015, 229).

En el mural, que realizamos junto a las mujeres de la cárcel, se integró todo lo trabajado con los cuatro elementos. Después de dialogar sobre las imágenes, las invitamos a que pintaran algo relacionado a uno o varios elementos. De esas bellas pinturas, la muralista confeccionó una pintura que se convirtió en el mural que pintamos comu-

nitariamente entre todas. “Los elementos son entidades cósmicas, recuperar el ser integrado, no como yo quisiera, sino en sí mismo, como un ser onto cosmológico, misterioso y único fue siempre el objetivo de Rolando Toro y fue también su destino.” (2013,19).

“Trama que cuida” con víctimas de violencia

Otro de los proyectos de acción social, que realizamos con la Trama de cuida, en el último tramo de mi formación de escuela, fue el de facilitar biodanza en el Centro de Atención a Víctimas de Violencia (CAVV), con mujeres que asistían a ese espacio, por estar o haber estado en un situación de violencia. El CAVV³ contaba con un espacio para dar talleres. Se daba yoga, cerámica, huerta, y actividades comunitarias de todo tipo. Con las políticas del gobierno actual en Argentina ha desaparecido todo.

Para mí fue muy significativo estar ahí. Trabajé dos años en la línea telefónica 137, dando asistencia legal con un equipo interdisciplinario de trabajadoras. Estos espacios son necesarios para el tratamiento de la violencia estructural que existe sobre el cuerpo y la vida de las mujeres. El problema, desde mi punto de vista, es que se quedaron sólo en la violencia y la demanda a cosas que el sistema debe resolver. Lo cual es necesario. Pero no se generan espacios realmente de prevención y menos aún de salida a otras posibilidades de mejor vida para las mujeres.

Considero que si existieran más espacios donde podamos sentir el cuerpo, percibir lo que queremos, podríamos prevenir la violencia por más tiempo, y no tener que llegar a espacios de asistencia para su tratamiento.

Estuvimos con ese grupo desde mayo hasta octubre, danzando de manera quincenal. Vi-

“Trama que cuida” también se llevó a cabo en el Centro de Atención a Víctimas de Violencia. Se realizaron encuentros quincenales desde mayo hasta octubre. En el transcurso del proceso se fueron sumando a la actividad trabajadoras sociales y psicólogas del equipo que al principio asistían con la intención de acompañar y luego se incorporaron a danzar con nosotras, porque reconocían su propia necesidad de ser acompañadas.



nieron muchas mujeres, algunas iban y no volvían más, y otras tantas si se sostuvieron en el proceso. También danzaron con nosotras las trabajadoras sociales y psicólogas del equipo de trabajo del CAVV. Primero venían con la intención de acompañar, luego se quedaban porque reconocían querer ser acompañadas.

En las clases de biodanza, desde el encuadre profesional, sostenemos que la persona que facilita solo acompaña un proceso, no “interviene” ni ve a las personas como “pacientes” o “clientes”. Se tuvo que trabajar en salir de la lógica vertical terapeuta - paciente, para que ambas pudieran dejarse acompañar en su propio espacio, y generar otra sensibilidad de encuentro.

Por lo general, los espacios terapéuticos no tienen contacto físico, ni tampoco una relación de afinidad. En biodanza si intentamos

reforzar la horizontalidad en los roles, más allá de las diferencias. Finalmente, se logró un buen trabajo comunitario juntas. El sentido de pertenencia al espacio, y al entorno se reforzó en todas, como también la inquietud de seguir trabajando desde su corporalidad.

Marian Villaverde es Investigadora, docente, poeta. Contacto: mariangvillaver@gmail.com

Notas

1 Si bien, en la mayoría de los casos siempre colocan la b de biodanza o biocéntrica con mayúscula, he decidido utilizar la b minúscula para ambas.

2 Para más información del proyecto visitar: https://www.youtube.com/watch?v=fMd5_m2NDvs

3 Para más información del proyecto de Biodanza en el CAVV, mirar este video: <https://youtu.be/TF6ETd48QpY>



ESFEROBALONES
ESCUELA DE ESFERODINAMIA
REORGANIZACIÓN POSTURAL
EDUCACIÓN SOMÁTICA



ACTIVIDADES 2025

Certificación en Esferodinamia para el Embarazo, Trabajo de Parto y Posparto:
Módulos I, II y III en Modalidad Virtual de Marzo a Junio 2025 y en Modalidad Presencial Módulo IV San Rafael - Mendoza Agosto 2025

Clases de Esferodinamia para Embarazadas y Ciclo de Encuentro para Acompañantes

Clases de Práctica y Entrenamiento
Esferodinamia Reorganización Postural Grupales y Personalizadas

Jornadas de Actualización y Capacitaciones
Capacitación Teórico-Práctica
"El Perine" centro organizador de la actitud postural y sus conexiones orgánicas con el movimiento.

Jornadas de Actualización Pedagógica
Construyendo colectivamente nuestra práctica
¿Cómo actualizar, dinamizar y nutrir tus clases? dirigido a egresadas/os de la Escuela Esferobalones

MODALIDAD VIRTUAL EN TIEMPO REAL Y PRESENCIAL 

www.esferobalones.com

certificacionesferodinamia2025@gmail.com

[Esferobalones-Escuela de Esferodinamia](#)

[@esferobalones / @embarazadasyesferodinamia](#)

ASOCIACIÓN FELDENKRAIS ARGENTINA

Practicá el Método Feldenkrais con
PROFESIONALES CERTIFICADOS

Para tomar clases, consultá nuestro
BUSCADOR DE PROFESIONALES

WWW.FELDENKRAIS.ORG.AR

[ArgentinaFeldenkrais](#)

info@feldenkrais.org.ar

[Asociación Feldenkrais Argentina](#)



Método
Feldenkrais

cruces entre percepción, creación y subjetividad y vos, ¿qué hacés con lo que percibís?

escribe: Gabriela González López

Siempre me gusta proponer alguna actividad práctica cuando se trata de estas lecturas, algo que me gusta llamar *lectoexperiencias*. En esta oportunidad te propongo unas preguntas:

¿qué percibís en este momento?
En esta época de preminencia visual, ¿registrás lo que percibís con tus otros sentidos?

¿Percibís cosas que están fuera del alcance de tu vista?
¿Podés describirte lo que percibís? O más que describirlo, te lo explicás?

Además de la vista, ¿con cuáles sentidos tenés más información?
¿Qué pasa si durante unos instantes te centrás en alguno de los sentidos que parecen menos desarrollados o conscientes en vos?

¿Qué sensaciones te producen las diversas cosas que percibís en este momento? ¿Cómo se localizan esas sensaciones corporalmente?

Gerda Alexander hablaba de la dialéctica entre percibir y observar.

Observar y describir pueden parecer tareas fáciles. Sin embargo, muchas veces lo que tenemos es un cúmulo de opiniones que repetimos orientativamente: bueno, malo, obvio, original, positivo, negativo, agradable, desagradable, etc.

Describir, en cambio, es contarnos la experiencia sensorial de manera precisa y sin juicios de valor: ácido, rugoso, esférico, con una pequeña punta, áspero, granuloso, más pesado en mi mano de lo que me parecía por su apariencia, me produce una sensación en la parte baja de la garganta y me hace sentir la presencia de saliva en mi boca.

A veces es difícil resistirse al impulso de eliminar la experiencia y decir directamente el sustantivo que nombra la cosa. Pero...

... entrenar la consciencia de la percepción es un viaje por un aspecto fundante de la subjetividad: la manera singular de conocer el mundo y el desarrollo personal de un lenguaje que, no sólo lo comunica, sino que lo transmite; es decir, transmite la cosa y mi mundo.

Y, en primer lugar, me lo transmite a mí; amplía mi autoconocimiento. Quizás por eso el entrenamiento de la percepción ocupe un lugar tan importante en las técnicas para las actividades creadoras.

Entrenamiento y creación

El director teatral y Maestro de actrices y actores **Augusto Fernandes** solía explicar en sus clases la diferencia entre el trabajo de entrenamiento y el trabajo creador.

Para Augusto Fernandes, era muy importante el desarrollo de la consciencia de los sentidos con el fin de alimentar la imaginación creadora.

Consideraba que, si la actriz o el actor estaban imaginando en escena, el espectador se involucraba con todos sus sentidos. Tenía una frase recurrente: «Si el actor está imaginando, el espectador imagina.» Desarrolló una serie de ejercicios de entrenamiento sensorial. En ellos los olores, los sonidos, la luz, las temperaturas de un objeto o un lugar eran observados, evocados, recreados. El sentido de estos ejercicios no tenía nada que ver con que los demás compañeros de clase descubrieran o adivinasen en dónde estábamos o qué teníamos entre las manos. Son ejercicios que entrenan una observación precisa y sutil y que reparan en las impresiones que el mundo en el que estamos deja en nosotros. También entrenan la memoria corporal. **El aspecto sensorial desencadena varios procesos que sólo se comprenden al experimentarlos.** Los sentidos son guiados, observados, interrogados, registrados, de manera precisa y, me atrevería a decir, amorosa. Para que, luego, la imaginación en escena sea potente y multisensorial.

El entrenamiento sensorial es un aspecto central de varias Técnicas Corporales Conscientes.

En un libro precioso como es *El laboratorio de danza y movimiento creativo*, **Susana Zimmerman** habla de la exploración sensitiva totalmente en sintonía con Fernandes. Plantea sus propios ejercicios y fundamenta que esta exploración despierta la consciencia de cada célula y deja aparecer imágenes y vivencias que de alguna manera estaban encerradas en cada zona corporal. Nos dice que, al ejercitar los sentidos, el objetivo es tomar conciencia de ellos; hacer consciente la realidad concreta y luego, con ese bagaje, jugar con la imaginación. En estas propuestas, la de Fernandes y la de Zimmerman, la imaginación creado-

ra no consiste en un trabajo fantástico, sino en una reelaboración de experiencias sensitivas y una creación y recreación a partir de éstas.

Mi percepción y los otros

Una característica, y un objetivo de estas Técnicas, es desarrollar la doble capacidad de hacer y observar: **Gerda Alexander** habla de la dialéctica entre percibir y observar. **Fedora Aberastury**, de la ocupación simultánea de ser observador y observado. Fernandes planteaba para los entrenamientos preguntas para auto-responderse de manera descriptiva mientras se realiza la exploración. En programas de universidades uno de los primeros objetivos que planteamos es que el estudiante se reconozca a sí mismo como sujeto y objeto de su conocimiento. Y así podríamos seguir con muchos ejemplos. Porque **percibir es una actividad corporal.**

Te propongo otro ejercicio

Con tu mano derecha tocá la palma y el dorso de tu mano izquierda; con tu dedo índice derecho recorré el canto de cada dedo trazando el contorno de los dedos de la mano. Mientras hacés estas acciones, registrá qué percibe la mano derecha y qué percibe la mano izquierda. Después, repetí invirtiendo los roles de las manos. Cuando hayas completado esta acción con las dos manos acercalas al esternón sin hacer contacto. ¿A qué distancia el esternón percibe el calor de las manos? Quedate con las manos ahí, respirando, registrando el movimiento del esternón hacia las manos cuando el aire entra y alejándose cuando exhalás. ¿Qué percibís mientras respirás? Si llevás la atención al espacio: ¿qué percibís? ¿Qué percibís con tu espalda? ¿Cómo te hace sentir lo que percibís? ¿Repercute en otras zonas corporales?

¿Alguna vez percibiste algo que otras personas en el mismo espacio que vos no percibían? ¿Cómo te afecta si esto sucede? ¿dudás de tu percepción?, ¿la respaldás? ¿Qué relación hay entre lo que percibís y las decisiones que tomás?

Patricia Stokoe y Violeta de Gainza coinciden en que las actitudes con sentido artístico son imposibles de entender si no es a través de la vivencia, de la práctica.

Me parece importante insistir en esto en estos tiempos de «tips», extractos descontextuados en las redes generados por IA y de algunos marcos teóricos ajenos a la vivencia y el tránsito por las técnicas: la comprensión vivencial es vasta y compleja.

Pienso que la información intelectual es una reflexión conceptual que debemos entender como una pista, una señalización, un espacio de reflexión previo o posterior al hecho de hacer la experiencia. **Carl Jung** observaba el valor preeminente que da el pensamiento occidental a lo que mediante el logos se puede explicar y cómo toda la actividad psíquica que no puede ser explicada mediante el lenguaje (incluso cuando puede ser nombrada) se toma como irracional, fantástica. Desde su punto de vista, esto genera una peligrosa fractura entre las acciones de los humanos y lo que se podría considerar lo espiritual (es decir, el carácter, lo afectivo, las emociones, el alma).

Pensar que vamos a entender, incorporar o hacernos expertos en un tema leyendo un artículo o un libro es similar a creer que buscar un lugar en *googlemaps* es lo mismo que estar en él. Es importante ahondar en las prácticas, aprender con y de otras personas referentes, repetir y entrenar. «Lea muchos libros y compárelos en profundidad y entonces entenderá el significado», nos aconseja la psicoanalista e investigadora junguiana Marie – Louise Von Franz en un libro recientemente editado. Así que para terminar esta nota van mis recomendaciones de libros en los que entever este tema: Conversaciones con Patricia Stokoe (de Violeta de Gainza), La eutonía (de Gerda Alexander), El laboratorio de danza y movimiento creativo (de Susana Zimmerman), Música y Eutonía (de S. Kesselman y V. de Gainza), La curación por la música (de Ted Andrews), Consciencia sensorial (de T. Richards), De perros que saben que sus amos están camino de casa y otras facultades inexplicadas de los animales (de Rupert Sheldrake), Deep Listening (de Pauline Oliveros), Los ojos de la piel (de Juhani Pallasmaa).

Gabriela González López Artista escénica multidisciplinaria, Investigadora, Docente. Desde fines de los años 80, entró en contacto con el SCTM, formándose con la Maestra María Inés Azzarri. Entrenó con Augusto Fernandes en diversos periodos entre 1992 y 2018. Profesora titular de cátedra de Entrenamiento Corporal del Actor en la UNA. Coordina los talleres Cuerpo y Artes Escénicas. En su labor pedagógica y artística investiga sobre la consciencia del movimiento y el diálogo entre las artes. contactogabrielagonzalezlopez@gmail.com



& el poder del abrazo en torno a un libro

**Sensopercepción
una práctica poética
de la presencia:
el camino del cuerpo**
Miño y Dávila Editores, 2024



Este libro tiene el alto nivel teórico que Raquel Queli Guido siempre ha desplegado tanto en su clases presenciales (en los profesorados, y en la universidad, en la UNA, y en la UBA, en sus cátedras y seminarios de posgrado), en sus ponencias en diversos congresos y mesas redondas, en sus trabajos de investigación, en sus seminarios virtuales, *online*... Como así también en sus textos: en sus artículos especializados (Revista Kiné, Revista Topía y otras) y en sus libros anteriores: *Cuerpo, Arte y Percepción* (IUNA, 2009), *Teorías de la corporeidad* (UNA, 2014), *El cuerpo in-cierto* (UBA, Letra viva, en co-autoría), *Reflexiones sobre el danzar* (Miño y Dávila, 2016).

Pero éste tiene, además, una particularidad conmovedora: suma la reunión de sus afectos. Amigos y amigas de toda la vida o de los últimos años, compañeros y compañeras de formación, alumnos, colegas, discípulos y discípulas... Todos, todas y todes los que ella llamó sus íntimos acudimos a su invitación para celebrar la presentación del libro. No éramos una muchedumbre sino una especie de grupo selecto elegido por el mutuo cariño. Hubo espectáculo, danza, música, canto, encuentros y reencuentros, proximidad de convicciones y de cuerpos... y sobre todo, abrazos. Y ese mismo clima nos recibió en la tapa y las páginas de esta nueva obra que se inicia con un capítulo de agradecimientos de Queli, un prólogo cargado de memoria afectiva de Sandra Reggiani, un proemio conmovedor y conmovido de Gerardo Acosta... palabras a las que se sumaron las emotivas dedicatorias que recibimos en cada ejemplar.

Hoy Kiné quiere compartir esos agradecimientos impresos de Queli, que también son abrazos. En próximas ediciones nos iremos adentrando en otros temas de su sustancioso contenido.

Dice Raquel Guido en la primera página:

«A estas alturas de mi vida los agradecimientos son tantos... que sé que nombrar es recortar. Agradezco a aquellxs locxs que supieron entender y seguir mis rastros desobedientes. Sensibles, como olfateándome los pasos y haciendo sus propios giros. Empoderadxs, multiplicadores. Algunos se formaron conmigo de manera personal, otrxs se nutrieron con mis escrituras a las que les dieron vida con su mirada y escucha, y otra, como Sandra Reggiani, con quien nos formamos juntas en el primer profesorado y luego en la Licenciatura en Composición Coreográfica Mención Expresión Corporal, en la UNA. Algunxs formaron parte de mis equipos de cátedra, otrxs quedaron como herederos y toman la palabra.

Gracias a mi amado Gerardo Acosta, compañero leal que siempre me hizo sentir su presencia suave y tibia, esa que respalda, que anima... y gracias por su amoroso Proemio. Gracias a Sandra Reggiani por todos estos años de pelearla espalda contra espalda, comprometidas en el afecto y la tarea. Gracias porque supimos vivir y poner en práctica la clave de que la idea era nutrirnos mutuamente en lugar de competir. Y aprendí tanto de ella... tanto en lo personal como en la práctica de la profesión compartida.

A quienes fueron parte en un momento de mis equipos, Silvana Sagripanti y Julia Pomiés y Alejandra Maza. Lindas ellas, pusieron su chispa y su amor en esta construcción compartida. A Emy Blanco que siguió mi locura riendo, siempre riendo, y no se asustó cuando en sus comienzos como alumno esta loca profesora eligió un lugar abajo del piano, tapados por su tela, para retarlo por un parcial horrible.

Gracias a Laura Requejo, que siento tan cercana y cada vez me estimula a la acción, como terminar este libro y publicarlo. Gracias Lau por tus lecturas curiosas, por tu reconocimiento y por la difusión de mis trabajos en tus prácticas profesionales.

Especialmente agradecida a mi hermana del alma Beatriz Canoura, Artista Plástica y referente cultural del Partido de la Costa, por la obra de tapa, creada en tiempos de Pandemia, movida por la necesidad de abrazos que da cuenta del contenido de este libro.

A todxs mis estudiantes que me estimularon con su compromiso social llevando la Expresión Corporal a los que están mas allá de la frontera y siempre quedan fuera. Pienso en Vicky Lagos, Eduardo Góngora y Naty, Marcela Collins, Martha Labella y mas recientemente en Estanislao Grech, en Emy Blanco, Laura Requejo... y todos cuya presencia quedó en algún lugar de mi cuerpo, en estos tiempos en que la memoria me juega a fallar. Gracias. Gracias. Gracias.»

Y nosotros también te agradecemos. Volveremos una y otra vez sobre estas páginas.



Obra de Bea, Beatriz Canoura:
«El poder del abrazo humano»
Técnica mixta, 2021 (fotografiada por Marcelo Paradells)

Ella es mi hermana de la vida. Bea. Beatriz Canoura es la Directora de la Biblioteca Popular de San Clemente con un proyecto en la permacultura. Artista Plástica, Docente, activa militante cultural y referente del Partido de la Costa.

Desde que nos conocimos y nos hicimos hermanas, nos fuimos construyendo al unísono entre el pensamiento crítico, Herman Hesse, Woodstock y las cosas que no son evidentes, compartiendo los recitales en el Luna, el gusto por la poesía, las letras y otras Artes.

Hoy cincuenta años más adelante seguimos andando vida juntas, agarraditas de las manos, como camino al colegio... haciendo tribu, y celebrando siembras y cosechas, fundando una vida más amable y pariendo nuevos mundos. —Queli





la carrera infinita



Cecilia Glaz

Susurro.

Tomo aire y siento que una parte del afuera se hace parte de mí

¿Dónde están los límites?

¿Cuándo?

¿Cuántos cuerpos son mi Ser? Hoy. Que soy madre y también fui hija. Y soy mujer y te recibí en mí. Te gesté y parí y mis tetas son tuyas, todas tuyas ahora que estás afuera de mí pero no del todo.

Canto

Suelto el aire y siento que una parte de mí se hace parte del afuera.

Te voy soltando muy de a poquito porque este hilo invisible que nos une es tan sensible y yo estoy tan sensible en esta cuerpo puerpera que habito...

Bailo

Para reconocermi en este nuevo paisaje. Para verte reír y reirme con vos y sentir mi corazón expandido. Giro y canto con vos a upa hijo mío, hijo de la vida.

Una vez me dijeron que les hijes son prestados y en ese momento me pareció bien porque aún no era madre. Hoy le respondería que yo a mi hijo no se lo devuelvo a nadie y que es carne de mi carne.

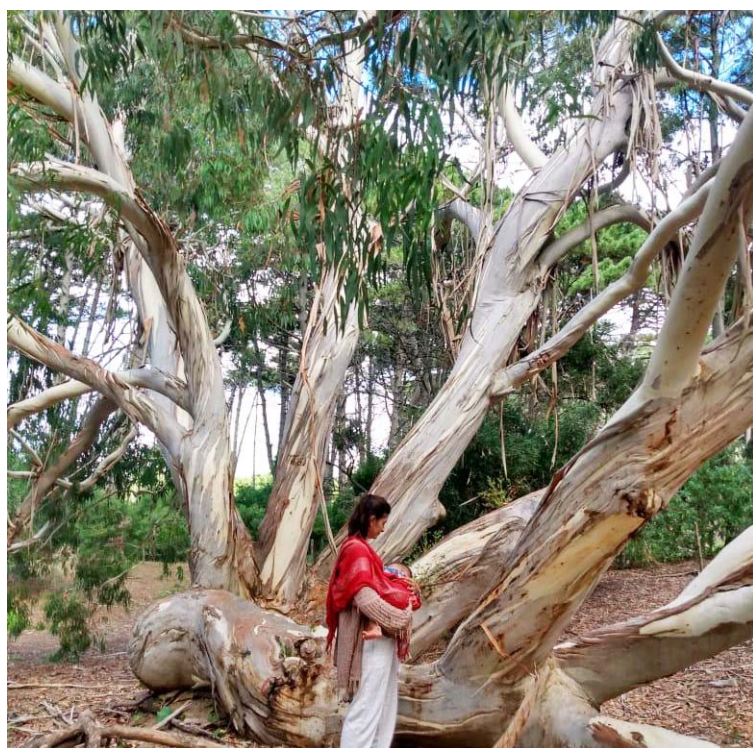
¿Dónde están los límites?

¿Cuándo?

Si buscara ubicar en alguna parte de mi carne la sensación que me invade ahora, ¿qué fibra elegiría? Alguna del diafragma.

A veces necesito ubicar, hacer cuerpo, darle lugar a lo que siento que es tan intenso en esta carrera infinita...

...Me encuentro en la orilla de un río muy ancho, la costa del otro



lado casi no se ve, se adivina. Hay una neblina espesa y cuando exhalo sale de mi boca vapor. Yo remo fuerte para que la corriente no me arrastre y para poder llegar al otro lado del río ancho. Mientras, vos dormís un ratito y yo remo fuerte y rápido y llego y ya te despertaste para otra vuelta más.

«La carrera infinita...» Con este titular podría estar escribiendo acerca de cualquiera de las carreras que se cursan en la UNA. Pero no. En esta ocasión escribo en dedicatoria al acto de amor más grande del mundo que es matenar lavando pañales. A mano o en lavarropas da igual. No da igual, pero quiero decir que de cualquiera de las dos formas se siente un vértigo y un triunfo cuando están todos secos y limpios, listos para ser nuevamente utilizados. Quienes hayan optado por llevar adelante este acto de amor inconmensurable conocerán bien lo que estoy narrando. Si aún no les toca, tal vez despierte curiosidad y quieran experimentarlo. Y ¿por qué elijo aquí y ahora hablar de ésto? Porque me parece importante y bello. Los hay de todos colores, texturas y tamaños. Y nos construyen la corporeidad desde que nacemos.

No te quiero convencer, te quiero invitar.

Y si te digo que es fácil te estaría mintiendo. Y ya no sé si te hablo a vos, a mí o a ustedes. Ya no sé si hablo de matenar o de lavar pañales o de haber logrado graduarme en la UNA. Todo lo importante lleva su tiempo y nos desafía.

No sé cómo, de pronto dí un salto. Hablaba de los límites entre cuerpos madre - cuerpos bebé y me hacía preguntas que no buscaban respuestas y de pronto a lavar pañales. Así está siendo mi vida y la celebro tanto que no me van a creer.

Desarmando estructuras y volviendo a configurarlas es que nos volvemos más creativas, creo.

Creo en que nuestras
cuerpas no son
descartables y en que
seguirá habiendo
mundo para que
sigamos bailando,
cantando, gestando,
pariendo y naciendo.

Sigo corriendo la carrera infinita. Ahora en un descanso de siesta mañanera en teta. Afuera cayó la primera helada de este invierno y adentro está el fuego encendido, dándonos calor y secando pañales. La luz del sol entra por la ventana y me ayuda a escribir.

Luego de leer la carta que envié a la edición anterior, una mujer amiga me dijo que sería importante que continuara escribiendo acerca de cuerpo y puerperio. Y yo estuve de acuerdo.

Porque pienso que es necesario poner palabras a los procesos y que esas palabras funcionen como puentes entre una misma y sus voces internas, entre parejas, entre las mujeres de una comunidad. Recordé que hace poco tiempo una mujer que fue compañera de cursada publicó en su Facebook convocando a armar un grupo de puerperas por WhatsApp. Es que necesitamos acompañarnos, compartir sentires, sostenernos.

Es intención de estas notas, que abracen. Que nos acerquen. Mi experiencia puede ser similar o distinta a la tuya y sea como sea algo en común habrá porque los puerperios son etapas vitales tan únicas y profundas que en las raíces se encuentran.

Ayer, otra mujer amiga que aún no es mamá y que está sintiendo el deseo tan pero tan fuerte que se le escapa de adentro, me preguntaba ¿qué es exactamente el puerperio? ¿Qué quieren decir cuando hablan de "atravesar el puerperio"? ¿Se refieren a los cambios que vive la mujer en su cuerpo?

Y se me hizo una pregunta tan pero tan grande y compleja, contenido y continente.

No creo exista respuesta, sí alguna pista.

Sin duda la
metamorfosis del
cuerpo físico que
experimentamos al
gestar y parir es
inmensa y nos trae
el desafío de adaptarnos
a cada pasito, en
cada cambio.

En base a este aspecto podría enunciar, a modo de recordatorio, titulares a desarrollar:

La percepción del eje.
La percepción del tono.
De las formas y volúmenes.
El espacio que ocupaba, ocupo y ocuparé.

La percepción del equilibrio.

Estos, por nombrar algunos nomás.

Y hay otros aspectos de índole más sutil, por ende más difíciles de descifrar.

¿Cómo nos encontramos corporalmente en la pareja cuando antes eramos dos y ahora somos una triada? (Esta pregunta tiene que ver con mi vivencia, que responde a un formato hegemónico de familia, no quiero para nada dar a entender que es la única forma posible de maternar, sino que es la que yo elegí o a mí me eligió). Es una pregunta que inicialmente salió de mí más profundo sentimiento y que luego fui encontrando en otros relatos, y ese encuentro me trajo paz. "Es normal, a todos nos pasa". No hay recetas parece. Comunicar hacia adentro y hacia afuera lo que sentimos y necesitamos, ayuda mucho.

Puerperios y patriarcado: un universo para desentramar.

No poder hacer cosas, otras cosas, además de estar sosteniendo una vidita. Esto también lo escucho mucho y viene de la mano de la frustración. Tampoco hay recetas. Paciencia, son momentos...

Voces y más voces que nos acunan y suavizan los miedos, que son tan intensos. Insensatos a veces, es que la razón no media entre tanta oxitocina navegando mis cuerpos.

Ahora voy llegando al final de este relato y me reviso. Pienso que probablemente pienses que qué dice esta chiflada hablando de canoas y pañales que se lavan. Probablemente alguna vez yo hubiera pensado como vos. Vamos mutando. Y puede suceder que de pronto nos brota el deseo desde adentro, de matenar. Y al deseo no queda otra que danzarlo con todos los cuerpos y a veces de tanto baile aparece un ser que nos da vueltas y vueltas. A veces como calesita y otras veces como montaña rusa.

La seguimos en el giro que viene, ¡hasta la próxima!

Si te quedaste resonando y querés compartir sentires, experiencias, comentarios, danzas o cantos, podés escribir a temenosila@gmail.com

Cecilia Esperanza Glaz





¿Ya tenés conocimientos en Masaje Tailandés?
¿Querés aprender más? ¿Querés aprender de cero?

CLASES 1 a 1

PROGRAMA DE 2.5 AÑOS:
Curso de Nivel Inicial, Formación Básica y Formación Avanzada.

11-5564-2817
escuelanuadthai@gmail.com
www.escuelanuadthai.com
escuelanuadthai
Escuela Nuad Thai

INSTITUTO DE LA MÁSCARA

50 años

CON CUERPO Y ALMA

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

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

**FORMACIONES
DIPLOMATURAS OFICIALES**

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

**FORMACIONES Y
TRATAMIENTOS ON LINE**

CONVOCATORIA semana de la **SENSOPERCEPCIÓN** del 15 al 19 de septiembre **2025**

Convocan y organizan:
Grupo Sensopercepción espacio de investigación,
Estudio Kalmar Stokoe, Estudio Amancay Educación del Movimiento

Este año se realizará la segunda edición de la Semana de la Sensopercepción entre el lunes 15 y el viernes 19 de septiembre. Habrá clases presenciales y simultáneas en distintas ciudades y provincias del país. Y también un conversatorio y clases en línea que no requieren inscripción previa.

Como siempre revista Kiné avala, difunde y acompaña este evento . Durante la primera edición realizada en el 2024 participaron más de 150 personas en los encuentros online, además de las participaciones en las clases presenciales que se dictaron en estudios de Capital Federal, Provincia de Bs.As., Catamarca, Chaco, Chubut, Córdoba, La Rioja, Neuquén, Río Negro, Tucumán, San Juan...

En nuestra edición N°166 compartimos la transcripción completa de las palabras que cada una de las organizadoras expresó en esa oportunidad en el conversatorio on-line del día de la apertura. Esos textos se pueden leer en la revista, que es de descarga libre y gratuita, entrando en el siguiente enlace: <https://www.revistakine.com.ar/kine-no166>

Del 15 al 19 de septiembre

Semana de la SENSOPERCEPCIÓN 2025

ENCUENTROS VIRTUALES

ORGANIZA:

AMANCAY
Educación del Movimiento
@amancayeducaciondelmovimiento

CON EL AVAL DE:

CLASES PRESENCIALES

ESTUDIO KALMAR STOKOE
@estudio_kalmar_stokoe

SENSOPERCEPCIÓN ESPACIO DE INVESTIGACIÓN

CLASES ABIERTAS Y GRATUITAS AL PÚBLICO

Del 15 al 19 de septiembre

Semana de la SENSOPERCEPCIÓN 2025

Encuentros VIRTUALES:

- LUNES 15:** Conversatorio
- MARTES 16:** Débora Kalmar - "El cuerpo y la mano"
- MIÉRCOLES 17:** Daniela Yutzis - "La cabeza"
- JUEVES 18:** Marcela Bretschneider - "Rolando de costado a boca arriba"
- VIERNES 19:** Mercedes Oliveto - "El espacio y mis espacios"

CLASES ABIERTAS Y GRATUITAS AL PÚBLICO


Del 15 al 19 de septiembre

Semana de la SENSOPERCEPCIÓN 2025

Clases virtuales dictadas por 5 docentes:

Olga, Daniela, Déborah, Mercedes y Marcela.

- TODOS LOS DÍAS 19:30 ARG.**
- SIN INSCRIPCIÓN PREVIA.**
- ENTRADA LIBRE Y GRATUITA VÍA ZOOM.**
- INVITACIÓN ABIERTA A TODO PÚBLICO.**
- LINK en bio.**



CLASES ABIERTAS Y GRATUITAS AL PÚBLICO

Del 15 al 19 de septiembre

Semana de la SENSOPERCEPCIÓN 2025

Clases presenciales, en todo el país:

- CON** inscripción previa.
- Inscripción** con docente a cargo de la clase.
- LINK** en bio para más info.

CLASES ABIERTAS Y GRATUITAS AL PÚBLICO



Daniela Yutzis

Docente e investigadora en Sensopercepción en la Universidad Nacional de La Plata y en la Universidad Nacional de las Artes. •Es Doctora en Ciencias Sociales (UBA), Magister en Educación Corporal (UNLP), Profesora de Danza Contemporánea y Prof. de Expresión Corporal egresada del Estudio Patricia Stokoe. •Co-dirige junto a Déborah Kalmar el grupo de investigación en Sensopercepción y Co-dirige un grupo de investigación Crítica del humanismo, narrativas y horizontes posthumanos en el pensamiento contemporáneo (CleFI- UNLP).



Débora Kalmar

Arte-Educadora •Desde 1980, ha promovido la Expresión Corporal y la Sensopercepción a través de la enseñanza, la investigación y la creación artística. Dirige el Estudio Kalmar Stokoe desde 1996 y ha desarrollado proyectos educativos en Argentina, Latinoamérica y España. Su obra abarca danza, canto, dibujo, textos y dirección coreográfica. Durante más de 25 años, difundió su trabajo junto a Marina Gubbay en el dúo 'A dos Voces', y desarrolló talleres con Isabel Etcheverry. Desde la pandemia ha profundizado en la investigación y enseñanza de la Sensopercepción junto a Daniela Yutzis, y en la composición en Expresión Corporal con Amaray Collet.



Olga R. Nicosia

Profesora de Expresión Corporal. •Kinesióloga, •Osteópata •Ex -Titular de la Cátedra de Sensopercepción I y II del Departamento de Artes del Movimiento, UNA, Universidad Nacional de las Artes (2001-2019). •Coautora, junto con Mercedes Oliveto, del libro "La Sensopercepción en la trama de la Expresión Corporal". Primer Premio Isay Klasse al Libro de Educación de la Fundación Feria del Libro 2025.



Marcela Bretschneider

Egresada de la Primera Escuela Argentina de Expresión Corporal-Danza creada por Patricia Stokoe (1987). Especializada en el Método Feldenkrais con certificación internacional (2002),ha alcanzado el nivel de Entrenadora Asistente (2022). Es además Facilitadora de la Sabiduría de las Emociones (2023), mentora y asistente de educadores somáticos, y representante del Método Feldenkrais en el ámbito internacional. Trabaja en proyectos que integran el Método Feldenkrais con la improvisación y la creación expresiva de la Danza propia de cada uno y alcance de todos en el marco de la educación a través del arte.



Mercedes Oliveto

Profesora Universitaria y Licenciada en Artes del Movimiento, mención Expresión Corporal (UNA). Ex Profesora Adjunta de la Cátedra de Sensopercepción, y Titular de Expresión Corporal V, VI y VIII. •Co-autora de La Expresión Corporal. Por una danza para todos. Experiencias y reflexiones, (2003). •Co-autora de Movimiento, Juego y Comunicación. Perspectivas de Expresión Corporal para Niños, (2005) • Co-autora de La Sensopercepción en la trama de la Expresión Corporal. Creatividad, corporalidad y educación artística. (2024). Premio Isay Klasse al Libro de Educación de la Fundación Feria del Libro 2025.

repatriados 2

Volvió la extraordinaria Gala de Ballet (gratuita, además) que reúne a bailarines argentinos que nos representan en las mejores compañías del mundo. Repatriados fue un gran suceso artístico en su primera edición de 2024. El Domingo 3 de agosto de 2025 se presentó la segunda edición, en el mismo imponente espacio: el Auditorio Nacional (2do piso del Palacio del Correo, Sarmiento 151, CABA). Y todo parece indicar que, afortunadamente, se convertirá en un ciclo anual. Imperdible para los amantes de la danza, no solo del ballet, ya que la belleza, la creatividad, el virtuosismo sumado a la potencia expresiva de los y las intérpretes, la audacia de algunas coreografías... elevan el espectáculo en vuelos sorprendentes de inesperada intensidad.

Continúa en la página siguiente



& repatriados 2



Con dirección de Patricio Di Stabile, Repatriados es una celebración al brillo de la danza argentina en todo el mundo. Las carreras de estos artistas se están desarrollando en la actualidad fuera de nuestro país y en la mayoría de los casos el público local no tiene oportunidad de presenciar y disfrutar de sus trabajos y talentos.

Con un elenco renovado, la gala de danza de esta segunda edición contó con la presencia especial de Lucas Erni y la participación de Luana Brunetti Mattion, Emilia Peredo Aguirre, Francisco Schilereff, Lucía Giménez, Bárbara Brigatti, Lucio Vidal y Patricio Di Stabile. También se sumó un grupo de Repatriados invitados, con Luciana Croatto, Felipe Zapiola y Joaquín Crespo Lopes, bailarín y también coreógrafo de una de las obras nuevas que se presentaron en esta edición. Además, participó un grupo de "futuros Repatriados", conformado por jóvenes que están estudiando en el exterior: Leonel Galeppi López, Abril Marcucci, Elena Barbieri, Guillermo Rolutti y Mía Parmigiano. El programa incluyó fragmentos de obras clásicas, variaciones coreográficas neoclásicas, contemporáneas, y creaciones exclusivas para el evento. Para mayor información sobre cada intérprete, y el programa completo de las dos funciones: <https://palaciolibertad.gob.ar/events/repatriados-segunda-edicion-gala-de-ballet/>

& V ENCUENTRO DE PENSAMIENTO SOBRE PRÁCTICAS SOMÁTICAS UMBRALES CRÍTICOS

En este V Encuentro de Pensamiento sobre Prácticas Somáticas nos proponemos reflexionar sobre las relaciones actuales entre arte, cuerpo, prácticas híbridas, tecnologías e inteligencia artificial.

Frente a un contexto de mediatización y virtualización del mundo contemporáneo a través de los dispositivos de mediación, nos interesa generar un espacio horizontal para pensar nuevos comportamientos de interacción cuerpo-máquina; entre dispositivos tecnológicos y propuestas artísticas en torno al cuerpo; entre la tecnologización del cuerpo y la mirada.

¿Qué cuerpo propone la inteligencia artificial? ¿De qué se trata la producción contemporánea de imágenes en movimiento, uso de dispositivos digitales y multimediales? ¿Cómo el cuerpo experimenta a través de la crisis, renovación e hibridación en los lenguajes artísticos?

Actividades

PONENCIAS

Una instancia para compartir experiencias de investigación en mesas de exposición, con un formato mixto (virtual-presencial) que permita la participación de personas del país y la región.

- La recepción de los resúmenes cierra el 1° de septiembre (inclusive) y los textos completos de las ponencias serán requeridos por la organización más adelante.

- El formulario de inscripción está disponible aquí <https://forms.gle/8pHWZZq6i6P7kvXG7> Se ruega dar la mayor difusión posible a esta circular. Próximamente se enviará una 2° Circular con más detalles sobre la organización.

Comité organizador

Equipo del Área de danza y artes del movimiento del Instituto de Artes del Espectáculo. Equipo del Centro Cultural Paco Urondo. Con el apoyo del Área de danza del Centro Cultural de la Cooperación Floreal Gorini.

Consultas: Instituto de Artes del Espectáculo artesdelespectaculo@filo.uba.ar encuentro.practicas.somaticas@gmail.com (05411) 5287-2629 25 de Mayo 217, 3er piso (CABA) [instagram @encuentro.practicas.somaticas](https://www.instagram.com/encuentro.practicas.somaticas)

PACO Centro Cultural Paco Urondo IAE Instituto de Artes del Espectáculo UBAFILO Facultad de Filosofía y Letras

1, 2 y 3 de octubre de 2025
Instituto de Artes del Espectáculo
Centro Cultural Paco Urondo
(Presencial-Virtual)

CONFERENCIAS PERFORMÁTICAS
Espacio de exposición con invitad@s especiales que proponen un vínculo entre el cuerpo y la tecnología para reflexionar sobre esas relaciones.

PROYECCIONES + CONVERSATORIO
Una propuesta de pensamiento grupal a partir de la visualización de cortometrajes con el eje en el vínculo entre lo humano y lo no humano; y un espacio de conversación que problematice la relación del cuerpo con las nuevas tecnologías y la inteligencia artificial.

FUNCIÓN + DESMONTAJE
Compartiremos una función con una pieza escénica que interpela creativamente la relación cuerpo-tecnología. Y al finalizar se realizará un desmontaje con participación del público.

CIERRE CONFERENCIA PERFORMÁTICA "La máscara como experiencia de pasaje entre lo humano y lo no humano" Organizada por la Revista Kiné con la participación de El Instituto de la Máscara y un homenaje a Elina Matoso. Un encuentro expositivo y reflexivo que busca tensionar las relaciones entre el cuerpo presente y el cuerpo virtual (o incorpóreo) de las redes y las nuevas tecnologías, entendiendo la máscara como límite entre lo humano y lo no humano, o entre lo real y lo fantasmático, a partir de las propuestas de estas pioneras.

& 3ras JORNADAS LATINOAMERICANA SIMULTÁNEAS DE ARTE Y SALUD MENTAL

10 y 11 de octubre de 2025

Organiza: Red latinoamericana de Arte y Salud Mental.

Equipo de Coordinación: Alberto Sava, Fernando Fabris, Flavia Freire, Carlos García,

Colabora: Ucki Bustos

Convocatoria y BASES DE PARTICIPACION

CIERRE DE INSCRIPCIÓN: 1 de septiembre de 2025 *



El objetivo de estas Terceras Jornadas Latinoamericanas Simultáneas de Arte y Salud Mental es compartir trabajos, difundir problemáticas y fomentar iniciativas llevadas a cabo desde el arte, en la dirección de la desmanicomialización.

Se convoca a todos los Hospitales de Salud Mental Monovalentes, Servicios de Salud Mental de Hospitales Generales y Centros y Grupos de Salud Mental oficiales y comunitarios, Personas y Grupos independientes que tengan al Arte como práctica y que estén comprometidos ideológicamente con los procesos de desmanicomialización.

* Promover la actividad artística como herramienta de prevención y promoción de la salud mental y de cambio personal, grupal, institucional y social.

* Favorecer la comunicación, el intercambio y la integración artística, cultural y social de los participantes y la comunidad.

* Profundizar el debate teórico-práctico de la problemática política, social y cultural de la salud mental en procesos de desmanicomialización.

Teniendo en cuenta nuestra ideología que efectivizamos desde la Red Latinoamericana de Arte y Salud Mental en pro de la desmanicomialización, consideramos que los principales participantes, son las/os artistas-usuarios-talleristas internados, externados, ambulatorios y pueden presentar actividades como MUSICA, TEATRO, DANZA, MIMO, TITERES, PLASTICA, LETRAS, CIRCO, EXPRESION CORPORAL, RADIO, PERIODISMO, VIDEO, FOTOGRAFIA, CINE, CHARLAS DEBATES, EXPOSICIONES, PERFORMANCES Y OTROS.

Estas actividades podrán realizarse en espacios cerrados (teatros, centros culturales, clubes, comercios, shoppings, hospitales, casas, medios de transportes, centros de jubilados, estaciones de micros o trenes, facultades, colegios, entre otros) y/o espacios abiertos (plazas, calles, estadios), según lo considere conveniente cada delegación o cada participante en cada territorio o lugar.

Vale aclarar que NO es un encuentro de delegaciones (tipo FESTIVAL) que se realiza en un mismo espacio y tiempo. La idea es que se desarrolle en el territorio donde trabaja cada grupo o institución, y en forma simultánea en otros territorios y otros grupos.

Días después y en forma virtual intercambiaremos las experiencias realizadas.

*DATOS NECESARIOS (para incluirlos en una programación y difusión centralizada).

-Título de los/las actividades.

-Tipo de actividad: charla, video, espectáculos, exposición, performances, u otros.

-Participantes.

-Integrantes (elenco, técnica/os y colaboradora/es):-Lugar, días y horarios de la actividad:

Informes e inscripción: redlatinoamericanadearteys.m@gmail.com

Guía

Xené

de cursos y profesionales de lo corporal

Gabriela González López
CuerpoArtesEscénicas

FORMACIÓN Y ENTRENAMIENTO EN TÉCNICAS CONSCIENTES E INVESTIGACIÓN ARTÍSTICA

CLASES INDIVIDUALES
TALLERES GRUPALES
SEMINARIOS INTENSIVOS

contactogabrielagonzalezlopez@gmail.com
WhatsApp: +54911 6353 0934
Facebook: @cuerpoyartescenicas
Instagram: @gonzalezlopezartescenicas
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
la Voz y el Cuerpo

INVESTIGACIÓN, ENTRENAMIENTO Y EXPERIMENTACIÓN | LIC. PAOLA GRIFMAN

TALLERES INTENSIVOS
GRUPOS DE ESTUDIO Y SUPERVISIÓN

www.patoblues.blogspot.com
espaciolavozyelcuerpo@gmail.com
lavozelcuerpo @paolapatogrifman

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

MARIA JOSÉ VEXENAT
DANZATERAPIA
La creatividad en la danza
María José Vexenat | Docente, coreógrafa e investigadora

Fotografía: Alfredo Luca Magliani

Clases regulares de Danza Creativa - Danzaterapia
Miércoles 10.30 hs. / Viernes 18 hs.
Casa Nazaret - CABA

Información: www.majovexenat.com

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 personal-grupal. Se otorgan certificados. Espacio: Casa Nazaret en CABA. Informes: majovexenat@gmail.com

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

FORMACIÓN PROFESIONAL EN EUTONÍA 2026

Curso introductorio
Agosto - Septiembre - Octubre

Informes e inscripción:
formacionaale@gmail.com
FB/IG: @aale.eutonia + www.eutonia.org.ar

La Asociación Argentina y Latinoamericana de Eutonía, con 36 años de trayectoria difundiendo la Eutonía, convoca a aspirantes para su 20º año de Formación Profesional en Eutonía que otorga el título de EUTONISTA. •La Eutonía busca desbloquear y desplegar la potencia vital, la sensibilidad, las variaciones tónicas de las personas, a través de la flexibilización, la regulación y el dominio del tono corporal. Esta metodología abarca un conjunto de dispositivos teóricos y prácticos organizados según los principios de la Eutonía, en un abordaje individual y/o grupal, y con una finalidad didáctico-terapéutica. •La Formación Profesional en Eutonía mantiene y actualiza los lineamientos y contenidos transmitidos en la 1ª Escuela de Eutonía en Latinoamérica que fue creada y dirigida por la Dra. Berta Vishnivet, discípula directa de Gerda Alexander. Facebook / Instagram: @aale.eutonia Web: www.eutonia.org.ar E-mail: aale.redes@gmail.com formacionaale@gmail.com

tu cuerpo cuenta

terapia reichiana

desbloqueo emocional
trabajo sobre corazas

Lic. Marcelo Della Mora
Psicólogo

11 4982-5546
mdellamora@intramed.net

Tu cuerpo es una construcción biográfica de deseos que se transmiten de manera intersubjetiva y transubjetiva. Todas tus experiencias vitales están 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 centripeta. 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

ESCUELA EXPRESIÓN HUMANA

Danza Transpersonal: Inspirada en músicas bellas y provocadoras. Habitar juntos variados estados emocionales nos permite desplegar 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 sentimientos, impulsos y pensamientos. •Somos un grupo inclusivo, sensible y colaborativo. **Encuentros formativos en Espiral**, donde podés sumarte todo el año como invitado. @escuelaexpresionhumana Wp: 115-338-9700

DESDE 2006
ESCUELA DE BIOENERGÉTICA R.E.D.

R.E.D.
Respirar Enlazar Despertar

Coordinador/a de Ejercicios Bioenergéticos
1º y 2º años

Terapeuta Corporal Bioenergetista
3º y 4º años

Clases semanales presenciales

Delgado 769, Colegiales, CABA
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.

Cuerpo - Danza - Teatro
Clases individuales y grupales
Talleres combinados

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

156 685 3926
csoloaga60@hotmail.com
Facebook e Ig: @Cristina Soloaga

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

Guía

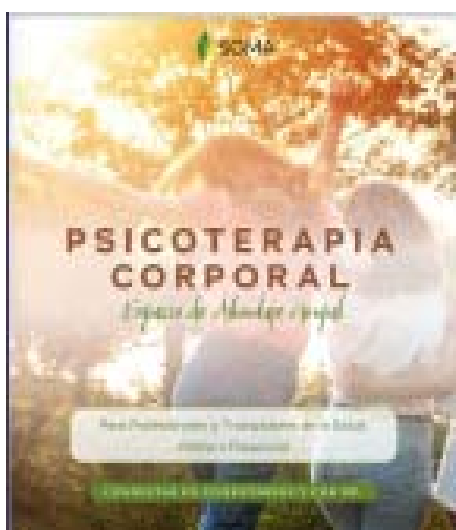
de cursos y profesionales de lo corporal



Perla Tarello
"Diagnóstico en
el trabajo corporal"

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

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



SOMA Salud mental, arte y movimiento: Nuestro espacio nace desde la convicción de que lo psicológico, lo corporal, lo biológico, lo emocional y lo social son aspectos indivisibles. Ofrecemos: -Psicoterapia Corporal (Sesiones Individuales o Grupales). -Grupos de estudio y exploración: Movimiento Corporal y Comunicación en Psicoterapia. -Entrenamiento en Observación del Movimiento basado en los desarrollos de Laban/Bartenieff. -Seminarios Intensivos Vivenciales y Supervisiones Profesionales. Nos proponemos facilitar encuentros transdisciplinarios para compartir experiencias y generar lazos que fortalezcan la tarea de cada participante en el ámbito de la salud, el movimiento, la comunidad y el arte, abiertos también a estudiantes y educadores. Sumate a SOMA. Seguinos en Fb o en IG: @SOMAARGENTINA. Contacto: Lic. Prof. Ingrid Jesica Kleiner. contacto@somaargentina.com.ar



Experimentación
y creatividad
Reflexiones teóricas
TALLERES MENSUALES 2025

✉ olganicosia@gmail.com
f Sensopercepción Nicosia
@nicosiaolga
☎ 4832-9427 ☎ +54911 49738425

Exploración e investigación en movimiento, para lograr mayor discriminación perceptiva y disponibilidad corporal. Reflexiones 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 de cada mes.



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 arte. 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**



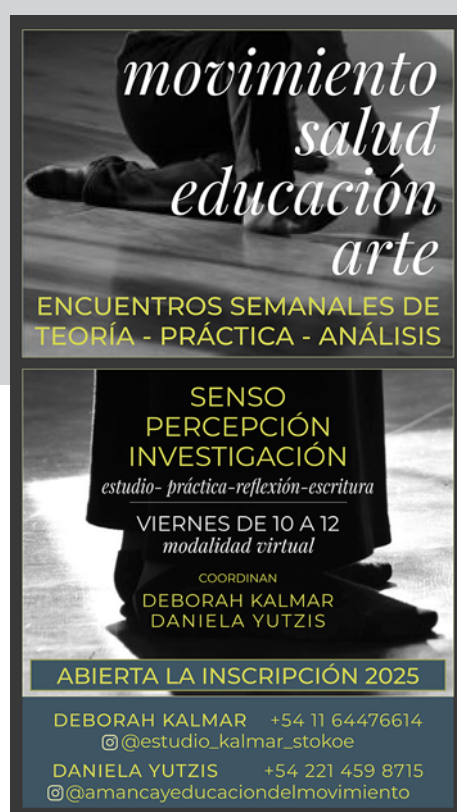
Cantar es posible. Taller grupal de iniciación al canto. Docente: Edith Scher, directora del grupo de teatro comunitario Matemurga de Villa Crespo. Desde 2002 da talleres de canto comunitario en todo el país.



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 terapias 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**



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 Psicofísicos Profesionales con Visión integral-holística, **Sedes** en Argentina Y ONLINE **Modalidades** Online - Semipresencial - Presencial. •**Actividades:** Talleres - Intensivos - Formación-Instructorado Aplicación - Investigación - Personalizados - Masajes - Giras - Retiros - Congresos - Festivales Coordinación: Prof. Mariel Sabrina Crispino +54911 130927365 @movimiento_expresivo **ESENCIA - Escuela del Sistema Milderman**



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 entretrejer práctica, teoría, reflexión, estudio y movimiento. Cada viernes nos reunimos docentes, investigadores y estudiantes para afinar el escucha hacia el entretrejo 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 a 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.



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 desees. Danza Butoh - Bioenergética - Exploración Arquetipal - Astrología Corporal- Lectura De Carta Natal. ¡Te espero! Tu consulta es una oportunidad. Celu: 54 911 2401 3577 Email: poesiacorporalennmovimiento@gmail.com Seguime en Youtube: La Astrología de Galilea Web: www.patriciaaschieri.com.ar

Guía Kine

de cursos y profesionales de lo corporal

SM CIEC
CENTRO DE INVESTIGACIÓN & ESTUDIOS CORPORALES
DIRECCIÓN: SILVIA MAMANA

Esferokinesis®
Formación para profesionales
Cursos cortos - Cursos intensivos
Propuestas para instituciones del interior

www.esferokinesis.com
Instagram: @Esferokinesis.Argentina

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 realizar un 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 y presencial).** Ig: @Esferokinesis.Argentina

**EXPRESIÓN CORPORAL
CREATIVIDAD EN MOVIMIENTO
IMPROVISACIÓN**

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.

Frida Kaplan

EUTONISTA DOCENTE
Miembro de la AALE, Registro N° 27

Personalidad destacada de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires en el ámbito de la Salud

www.fridakaplan-eutonia.com

**soy como usinas de energía
río abierto**

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
CONCIERTIZACIÓN 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 psico-corporal, como movimiento, expresión, trabajo con la voz, plástica, dramatizaciones, contacto y meditación, se abordan con mayor profundidad las trabas físicas, psíquicas y emocionales, facilitando una mejor relación con uno mismo y con los demás. • **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
facebook.com/rio.abierto
Instagram: @rio_abierto_argentina

Centro de Cuerpo y Artes del Movimiento

CREAR NUESTRO BIENESTAR DESDE EL CUERPO, ES POSIBLE.

MASAJES
Sesiones de Masaje Terapéutico y Clases de Formación

TERAPIA CORPORAL

Lic. Alejandra Lieberman
Psicóloga UBA | Terapeuta corporal
11-6295-7939
alejandralieberman@gmail.com

Escuela de Masaje Terapéutico. El masaje es un arte donde combinamos técnicas terapéuticas: masaje circulatorio de centros de energía, masaje profundo integrador. Shiatsu, moxabustión. • **Cursos:** en módulos de tres meses. Temario: cuidado del terapeuta, preparación corporal consciente. Uso del peso, Amasados. Conexión, escucha, entrenamiento de la receptividad del dador. Apertura de líneas y de planos. Puntos de apoyo. Lectura corporal. Anatomía para el movimiento. Masaje en silla, camilla o piso. **Cursos regulares e intensivos.** IG: @centro_del_cuerpo

Maria Dora García
Crear Desapuradas

Clases
Talleres
Masajes
desapurados
a domicilio

11-2269-2116
garciamariadora24@gmail.com

Instagram.com/doradesapuradapoetica/



TopiA
REVISTA
Año XXXIII
N° 104
agosto 2025

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

Editorial
La tentación neofascista. El odio y el miedo como política del sometimiento
Enrique Carpintero

Dossier: Tecnología y subjetividad
Juan Duarte y Pablo Minini, Miguel Benasayag, Cristián Sucksdorf, César Hazaki

Separata
Porque la izquierda Hoy? Los desafíos de la izquierda en un mundo convulso
Josefina L. Martínez

TopiA en la clínica: Las depresiones de hoy
Eduardo Müller, María Lopez Rolandi, Carlos Alberto Barzani

Área corporal:
Sensopercepción. El abordaje poético
Raquel Guido

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

NUEVO LIBRO DE EDITORIAL TOPIA

EL ODIO Y EL MIEDO COMO POLÍTICA DEL SOMETIMIENTO
LA TENTACIÓN NEOFASCISTA

Enrique Carpintero

Disponible en
TOPIA.COM.AR
y en librerías

diseño gráfico

revistas
libros
folletos
logotipos

afiches
catálogos
presentaciones
infografías

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

Kine VENTA DE EJEMPLARES DE COLECCIÓN

de abril a diciembre consulte a: kine@revistakine.com.ar

Danzaterapia

■ Actividades de Danzaterapia Danza Creativa:

Clases regulares semanales: miércoles 10.30 hs y viernes 18 hs. ■ Agosto/2do/Grupo de Estudio en Movimiento: de 10 a 17 hs. Casa Nazaret / Carlos Calvo 3163. CABA. Coord: María José Vexenat. Docente, coreógrafa e investigadora en el método María Fux. Más información: www.majovexenat.com

Instituto de la Máscara

■ **Setiembre 10, 11, 12 y 13: Semana de Seminarios Magistrales**, [mapas del cuerpo, escenas simultáneas, la máscara de uno y del otro]. Brindis como parte de las celebraciones del 50º Aniversario del Instituto. **Inscripciones Abiertas:** Wsp: +54 116428 2944. Mail: institutomascara@gmail.com

Aprendizaje de Masaje

■ **16 de septiembre:** 19 hs: inicio curso formación (módulo tres meses). ■ **Módulos intensivos: 20/9 y 18/10, de 8.30 a 12.30 hs.** (Vicente Lopez). Abierta la inscripción: @centro_del_cuerpo1162957939.

Cuerpo y Artes escénicas

■ **Setiembre/Octubre: Seminario virtual: Desandar el Camino de la Postura Erguida.** ■ **Octubre/Noviembre:** presencial. Buenos Aires: Encuentros de Técnicas Corporales Conientes y Creatividad. Coord. Gabriela González López. info: contactogabriela.gonzalezlopez@gmail.com

Formación en Eutonía

■ **Agosto/Setiembre/Octubre:** Curso Introductorio a la Formación Profesional en Eutonía. La **Asociación Argentina y Latinoamericana de Eutonía**, con 36 años de trayectoria difundiendo la Eutonía, convoca a aspirantes para su **20º año de Formación Profesional en Eutonía** que otorga el título de EUTONISTA. ■ La Formación Profesional en Eutonía mantiene y actualiza los lineamientos y contenidos transmitidos en la 1ª Escuela de Eutonía en Latinoamérica que fue creada y dirigida por la Dra. Berta Vishnietz, discípula directa de Gerda Alexander. ■ **Clases grupales e individuales. ■ Ciclos de Clases Virtuales para público en general.** Facebook / Instagram: @aale.eutonia Web: www.eutonia.org.ar E-mail: aale.redes@gmail.com / formacionaale@gmail.com

Danza Inclusiva

■ **Clases abiertas. Técnica básica de DanceAbility y experimentación. ■ Podcast de Danza Inclusiva y arte: Andares por el mundo quinta 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 18:00 en Radio Ceibo.** 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: AndaresDanzaInclusiva Celu: +54 9 2994056103. andaresdanza@fabricadeartistas.com

SHIATZU Kan Gen Ryu®

■ **Septiembre 2025:** SHIATZU Kan Gen Ryu®. Próximos talleres en CABA (Almagro) con Carlos Trosman: Cintura Escapular. Tui-na en Brazos, **Sábado 13/9 de 9 a 13 hs. ■ VENTOSAS, Sábado 13/9 de 14.30 a 19.30 hs. ■ SHIATZU en la ESPALDA: ■ Sábado 27/9 de 9 a 13 hs.** En todos los talleres hay práctica de Qi Gong, se ven las bases de la Medicina Tradicional China, y se aprenden técnicas de Digitopresión y Estiramientos. No se utilizan aceites ni cremas. trabajamos descalzos sobre ropa de algodón. Se entrega material teórico y Certificados de Asistencia. Para todo Público. No se requiere experiencia previa, Vacantes limitadas. Abierta la inscripción: www.shiatzukanngenryu.com.ar Whatsapp: +54911-6656-5215. Escuela e Shiatzu Kan Gen Ryu®, Fundada por Carlos Trosman en 1992.

Couching Corporal

■ **Laboratorio on line "Método Ontología del Movimiento en Coaching.** ¿Cómo aplicarlo en distintas disciplinas?" Dirigido a profesionales de terapia corporal, ocupacional, arteterapia, psicoterapia, counselors, profesores de yoga y danza. Dicta: Lic. Andrea Gregoris Kamenszin-Danza Movimiento Terapeuta- Coach- Ex presidenta AADT. Inscripción @evolucionenmovimiento/ 11 5893-3993.

Qi Gong (Chi Kung)

■ **Setiembre:** Qi Gong (Chi Kung), gimnasia china para la salud. Comienzan clases semanales 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. Regula el ritmo respiratorio y cardíaco. Puede ser practicado por personas de cualquier edad y condición física. Consultar profesores certificados, horarios y lugares en <https://iiqgargentina.com.ar/clases/>

Esferodinamia

■ **Actividades Anuales:** Clases de Entrenamiento y Práctica de: ■ Esferodinamia Reorganización Postural. ■ **Esferodinamia para Embarazadas. Agosto-Septiembre-Octubre:** Escuela Esferobalones Jornadas de Actualización Pedagógica «Construyendo colectivamente nuestra práctica». ■ Informes: esferobalonesescuela@gmail.com + 54 9 1138693336. Tel: +54 9 3400-666791 -

Danza Transpersonal

■ Formación en espiral. Prácticas que profundizan en un clima colaborativo. Un hermoso salón de uso exclusivo en San Telmo, Investigamos apasionadamente con músicas hermosas. Informes: escuelaexpresionhumana@gmail.com ó [@escuelaexpresionhumana Whatsapp: 11-2886-7915](https://escuelaexpresionhumana.com/whatsapp).

Terapia Reichiana

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

Qi Gong (Chi Kung)

■ **Septiembre-octubre-noviembre 2025: Clases Gratuitas de Gimnasia China para la Salud Qi Gong (Chi Kung).** EN HOSPITALES PÚBLICOS. Hospital Rivadavia los martes de 13 a 14.30 horas, en Las Heras 2670, CABA, Pabellón Molina, 1er piso, profesorxs Mintcho Garramone, 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, profesorxs Andrea Ronconi y Pablo Mateu. Para todo público. No se requiere inscripción previa. **También clases gratuitas en plazas y parques los fines de semana.** Consultar la web del Instituto Internacional de Qi Gong: www.iiqgargentina.com.ar

Sistema Río Abierto

Centro de terapias psicocorporales 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 **Paraguay 4694 IG: @rio_abierto_argentina**

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.** 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. - Más Información en: workshops.pausa.feldenkrais@gmail.com - Angie: +54 9 11 2672 0594 - Marce: +54 9 11 4424 2206 ■ Insíbete aquí: <https://docs.google.com/forms>

Movimiento y comunicación

■ **Movimiento Corporal y Comunicación en Psicoterapia. Un encuentro mensual.** Vínculos, imagen y contacto. Límites y Posibilidades. Sustener y dejar ir. Lic. Prof. Ingrid Jessica Kleiner. Consultas e información a: contacto@somaargentina.com.ar o por MP en IG FB: @somaargentina

La Voz y el Cuerpo

■ **Área 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». ■ **Área terapéutica:** abordaje psicocorporal. Sesiones individuales. Grupos de estudio y supervisión. ■ **Arteterapia:** Seminario "Exploración e investigación en el proceso creador". Lic. Paola Grifman: espaciolavozyelcuerpo@gmail.com FB: [lavozyelcuerpo](https://www.facebook.com/lavozyelcuerpo) IG: [paolapatoigri](https://www.instagram.com/paolapatoigri/) www.patoblues.blogspot.com

Profesor/a de Qi Gong

OCTUBRE 2025: -Curso de Profesor/a de Qi Gong [Chi Kung]. **Seminario en octubre** «Tonificación General con Música», enseñanza del Maestro Zhang Wang Dé. **Bimestral (octubre y noviembre).** Qi Gong para la conducción de la energía interna, regula el ritmo y la fluidez de la energía Qi, Para todo Público. Vacantes limitadas. **En CABA (Palermo),** cada mes: **1er y 3er sábado** de 9 a 13 hs clase presencial en Palermo, 2do jueves del mes de 19.30 a 21.30 hs clase teórica virtual. Todas las clases quedan grabadas. ■ **Comienza el sábado 4/10/25** de 9 a 13 hs con Daniel Letieri y Carlos Trosman. **En OLIVOS,** cada mes 4to sábado de 9 a 17 hs + clase teórica virtual. ■ **Comienza el sábado 25/10/25** de 9 a 17 hs con Guillermo Cid. Se entrega Material didáctico y Certificados de Asistencia. ■ **Abierta la inscripción.** Informes: contacto@iiqgargentina.com.ar **Whatsapp: +54911 6656-5215.** Ver el programa completo en www.iiqgargentina.com.ar Se puede participar en forma unitaria o como inicio del Curso de Profesor/a de Qi Gong del Instituto Internacional de Qi Gong Argentina, única sede en Latinoamérica del IIQG Francia. Fundador: Dr. Yves Réquena. Director en Argentina: Carlos Trosman.

Feldenkrais y Deportes

■ **Septiembre-octubre-noviembre 2025:** Prevención y recuperación de lesiones deportivas. Zona Pilar. 11 44242206.

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

Sistema Milderman

■ **Clases semanales y Formación-instructorado 2025 del Sistema Milderman.** SEDES en Argentina y Modalidades Online - **Semipresencial - Presencial** Coordinación General: Profesora Mariel Crispino. Informes e Inscripción @marielsabrinacrispino @movimiento_expresivo - +5491130927365.

Asociación Feldenkrais

■ Asoc. Feldenkrais. Más información en: feldenkrais.org.ar / Asociación Feldenkrais Argentina [instagram.com/ info@feldenkrais.org.ar/](https://www.instagram.com/info@feldenkrais.org.ar/)

Senso-Corpo-Reflexión

■ **Encuentros Individuales y Grupales.** Volver al pulso vital... Bioenergética 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 poesiacorporalennmovimiento@gmail.com

Clases de Feldenkrais(r)

■ **Clases abiertas al público y profesionales Feldenkrais(r).** 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 de recuperación 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. Contacto: Marce: +541144242206 Angie: +541126720595 pausa.feldenkrais@gmail.com

Adicciones

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

Danza Expresión Corporal

■ Taller de Danza Expresión Corporal. **Viernes de 16:00 a 17:30** en Aurora, espacio de arte. Araoz 393. Villa creso. Arancelado Caba. ■ Taller de teatro y Movimiento. Fundación NyV. Recoleta CABA. **Gratuito.** Coord.: Cristina Soloaga. csoloaga60@gmail.com

Sensopercepción

■ **Segundo sábado de cada mes.** Experimentación y creatividad. **Talleres presenciales.** Temas: -Las fascias y su rol en la conciencia del movimiento. -"Las relaciones transversales de las cadenas miofasciales". Coordina: Prof. Olga Nicosia, Más Información: olganicosia@gmail.com IG [@olganicosiaolga](https://www.instagram.com/olganicosiaolga) 4832-9427 / 54911-49738425. Fb: Sensopercepcion Nicosia

laboratorio de improvisación

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

Medicina-Homeopatía

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

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

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:** +54 221 459 8715 / danielayutzis@gmail.com / Estudio Amancay - @amancayeducaciondelmovimiento

eutonía y psicodrama

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

Danza Armonizadora

■ **Clases de Danza Armonizadora, técnica Elida Noverazco.** Una invitación a: -Conectar con el cuerpo de una manera amorosa y respetuosa -Expresar emociones y sentimientos a través del movimiento - Encontrar la propia esencia y autenticidad -Conectar con otros en un espacio de apoyo y comunidad. ■ Clases grupales e individuales ■ Clases a domicilio ■ Clases virtuales ■ Reflexología y movimiento a domicilio. Profesoras: Elida Noverazco, Mirtha Barnils, Karina Jousse, Gabriela Prosdoci. Villa Crespo, Devoto y Villa Santa Rita (CABA) **Consultar por las distintas modalidades, días y horarios.** Más información en: FB: [danzaarmonizadoraargentina](https://www.facebook.com/danzaarmonizadoraargentina) Instagram: [danza.armonizadora](https://www.instagram.com/danza.armonizadora) Mail: armonizadora@gmail.com

Shiatzu y Qi Gong

■ **Diciembre: Clase Gratuita de Fin de Año 2025** de Shiatzu Kan Gen Ryu Y Qi Gong. ■ **Sábado 13 de Diciembre de 15 A 17 hs** Con Carlos Trosman y equipo de profesores en Palermo, CABA.. (concurrir con ropas cómodas). Inscripción gratuita en: www.iiqgargentina.com.ar



está asociada a



AReCIA

Asociación de
Revistas Culturales
Independientes

www.revistasculturales.org