

ISSN 2346-9412

# Kine

Año 35 - Nº 172  
20 de junio al 20 de agosto de 2026

la revista de lo corporal

www.revistakine.com.ar

# empatía vs. apatía

INFORME  
Y NOTA POSTER

SALUD

& TONO  
MUSCULAR



ADEMÁS  
EN ESTA  
EDICIÓN

RECORDANDO  
A IRUPE PAU

CORREO:  
PARIR EN CASA

EXPRESION  
CORPORAL

DANZA  
INTEGRADORA

DANZA  
ARMONIZADORA

DANZA  
COMUNITARIA

GUIA DE  
CURSOS Y  
TALLERES

LIBROS  
AGENDA

de la eutonía a la biopolítica:

# DAÑO EN EL TONO VITAL



### En tapa:

"Gálata moribundo"  
Intervención gráfica  
de Rubén Longas + Julia Pomiés  
sobre una antigua copia romana  
en mármol de una estatua griega  
desaparecida, probablemente  
hecha en bronce,  
entre 230 y 220 a. C.

está asociada a



# AReCIA

Asociación de  
Revistas Culturales  
Independientes  
de Argentina

[www.revistas culturales.org](http://www.revistas culturales.org)

[www.revistakine.com.ar](http://www.revistakine.com.ar)



- **Artículos especializados.**
- **Agenda actualizada de cursos, talleres y actividades gratuitas.**
- **Sumario ampliado 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 2026 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](http://www.revistakine.com.ar)

**SUPLEMENTO ANUAL • GRATUITO**



- |                          |                     |
|--------------------------|---------------------|
| ARTETERAPIA              | EUTONIA             |
| BIOENERGETICA            | PSICODRAMA          |
| CLINICA CORPORAL         | EXPRESION CORPORAL  |
| CUERPO Y ARTES ESCÉNICAS | GIMNASIA CONSCIENTE |
| CUERPO Y VOZ             | MASAJES             |
| DANZA ARMONIZADORA       | MASCARAS            |
| DANZA BUTOH              | METODO FELDENKRAIS  |
| DANZA COMUNITARIA        | QI GONG             |
| DANZA INTEGRADORA        | SHIATZU KAN GEN RYU |
| DANZATERAPIA             | SENSOPERCEPCIÓN     |
| EMBARAZO Y PARTO         | SISTEMA RIO ABIERTO |
| ESFERODINAMIA            | YOGA                |

**CARRERAS  
CURSOS  
PROFESIONALES**

- EXPRESION CORPORAL •DANZA •DANZATERAPIA •ANATOMIA•
- TERAPIA CORPORAL •CREATIVIDAD •CORPODRAMA •MASAJES•
- KINESIOLOGIA •GIMNASIA CONSCIENTE •ESFERODINAMIA•
- CENTROS DE ENERGIA •EUTONIA •BIOENERGETICA •SHIATZU•
- METODO FELDENKRAIS •PSICODRAMA • QI GONG •MASCARAS•
- OSTEOPATIA •TAI CHI •REFLEXOLOGIA• ARTETERAPIA • YOGA•

**Esta guía permanecerá disponible  
durante todo el año 2026  
para consultarla o descargarla gratuitamente**

[www.revistakine.com.ar](http://www.revistakine.com.ar)

### SUSCRIPCIÓN ANUAL DIGITAL

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

**\$20.000.- por todos los ejemplares del año 2026**

**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](mailto:kine2@revistakine.com.ar)

Para **suscripciones anuales internacionales U\$S 20.-** consultar por e-mail a [kine2@revistakine.com.ar](mailto:kine2@revistakine.com.ar)

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

la revista de lo corporal

año 35 - n° 172  
20 de junio al 20 de agosto 2026

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

### sumario

#### Informe "Sistema de Sistemas" SALUD & TONO NEUROMUSCULAR

- 3 Tono y expresividad**  
Raquel Guido
- 4 Posibles alteraciones**  
Olga Nicosia, Julia Pomiés
- 4 El cuerpo como partitura**  
Paola Grifman
- 5 NOTA - POSTER Tono y salud**  
Julia Pomiés, Olga Nicosia, Rubén Longas
- 6 Daño en el Tono Vital**  
Susana Kesselman
- 7 Estamos sintonizados**  
Julia Pomiés
- 9 Salud-Enfermedad: movimiento vital**  
Carlos Trosman

#### Informe Biopolítico: EMPATIA Vs. APATIA

- 11 Vivir es tomar partido**  
Elida Noverazco, Karina Jousse
- 14 La incertidumbre hoy**  
Carlos Martos
- 15 ¿Y si no fuera apatía?**  
Gabriela González López

#### ADEMÁS

- 16 Recordando a Irupé Pau**  
Julia Pomiés
- 18 Integración: otra perspectiva de la danza**  
Susana González Gonz

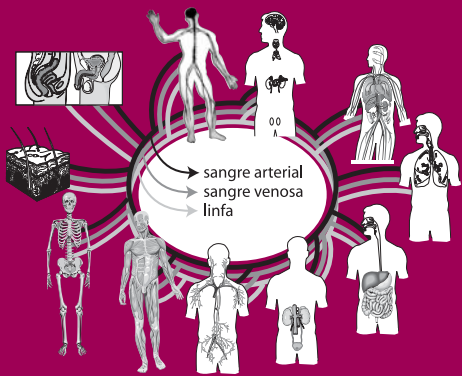
#### En la sección CUERPO &

- 22 Una historia de amor y resistencia**  
Déborah Kalmar reseña el libro "Viento en el Juncal" de Teresa Monsegur
- 23 Correo para Kiné: Parir en casa**  
Cecilia Glaz
- 25 Congreso Internacional de Danza Comunitaria**  
26 al 29 de agosto en CABA
- 26 Experimentación en danza,**  
Centro Cultural Borges  
Dulcinea Segura Rattagan
- 27 Sensopercepción e Investigación**  
Mariana Villaverde reseña el Tomo II
- 27 Festival "El Cruce": Periferias Compartidas**  
cumple 25 años - 9 al 13 de septiembre
- 27 Danza en la Tierra**  
libro de Rosana Bernharstu

- 20** guía de profesionales y cursos
- 28** 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: Marechal 830, 11° A (1405) CABA - [www.revistakine.com.ar](http://www.revistakine.com.ar) - 49812900





somos un sistema de sistemas

serie 2026: INTERCONECTADOS

# tono neuromuscular

Como capas de una infinita cebolla, los temas de la anatomía y la fisiología se contienen unos a otros y despliegan múltiples resonancias y metáforas en otros campos de lo corporal. El concepto de cuerpo que trasciende lo orgánico para abarcar aspectos afectivos, culturales, históricos... enriquece la mirada biológica. Convoca la implicancia de lo artístico, la diversidad de disciplinas del movimiento, los diferentes abordajes expresivos y terapéuticos. Por su parte, esos enfoques necesitan con frecuencia el soporte o la complementación de los conocimientos fundamentales de la biología. Con los informes y posters de esta sección de Kiné intentamos hacer un aporte a ese intercambio. En esta edición continuamos con la serie SOMOS UN SISTEMA DE SISTEMAS INTERCONECTADOS



La musculatura esquelética, responsable de los movimientos voluntarios y conscientes, también tiene ciertas actividades inconscientes e involuntarias. Ese es el tema central de este informe.

## actividad tónica y expresividad

escribe: Raquel Guido

**El movimiento es el resultado de dos tipos de contracción simultánea: Contracciones clónicas y Contracciones tónicas. Ambas necesarias en el ajuste motor.**

•Las contracciones clónicas constituyen la actividad kinética<sup>1</sup> o clónica del músculo, son dinámicas, voluntarias, originadas en el córtex y están vinculadas a la voluntad y el psiquismo consciente.

•Las contracciones tónicas constituyen la actividad tónica del músculo que es de orden reflejo (miotático) y psíquico. Tienen su origen en los centros subcorticales por lo tanto se relacionan directamente con los centros de la emoción y la imaginación ubicados en la formación reticular y el sistema límbico, el más antiguo que conforma la estructura cerebral humana. Así mismo se relaciona con el inconsciente, planteado por la teoría de Freud.

Por esto la actividad tónica es el modo de expresión más primitivo de la afectividad y configura la carga afectiva y emocional del movimiento siendo expresión directa de la subjetividad.

La actividad dinámica voluntaria (clónica) es la manera de actuar en el mundo y constituye la referencia inicial alrededor de la cual se organizan todas las conductas de acción.

En su otro polo, la contracción tónica es la forma de ser y estar en el mundo y de sentir al mundo. Y -tal como afirma André Lapierre-, constituye la base de referencia sobre la cual se organiza la afectividad (y su expresión) y la relación con los demás<sup>2</sup>.

La motricidad evoluciona gradualmente, de ser totalmente involuntaria (refleja) a la posibilidad de ser ejercida como acto voluntario a través de la maduración del sistema piramidal<sup>3</sup>. Dicha maduración va a permitir el desarrollo del movimiento para la acción en el mundo en función del dominio del objeto y de la eficacia. Movimiento dirigido entonces al exterior con fines pragmáticos o lúdicos y que se adquiere mediante el entrenamiento (andar en bicicleta, escribir, jugar al tenis, clavar un clavo, bailar).

**La actividad tónica, que escapa al control voluntario y es por ende espontánea, es el material básico con que se construirán el gesto, la actitud y el modo de realizar esas acciones en el mundo. Expresión íntima del mundo interno, transparenta su subjetividad, su afectividad, dando cuenta de un modo de ser y estar en el mundo.**

Desde su faz espontánea, este gesto expresivo no "quiere decir", sino que "dice"; poniendo en escena, efectuando un sentido.

La expresión -ligada a lo espontáneo- no tiene por finalidad "traducir" un sentido previo, sino *efectuarlo*. Desde esta pers-

pectiva podríamos sugerir que el acto expresivo es la génesis de un sentido inédito.

Ambos aspectos del movimiento, como medio de acción sobre el mundo o como modo de expresión de una subjetividad, encuentran su integración en la *unidad psicomotriz y psicotónica*.

Es posible entonces a los fines de su conceptualización, distinguir con consideraciones especiales dos aspectos en la función del movimiento: uno enfocado sobre el *hacer* y otro sobre el *modo*, es decir, sobre el aspecto expresivo que pone en escena los contenidos íntimos subjetivos que configuran lo que podemos llamar un "guión oculto", que se presentifica en nuestra relación con el mundo rebasando intenciones, voluntades y objetivos pragmáticos.

### Tono y Psiquismo

Tono y psiquismo, tono y emoción están ligados y representan dos aspectos de una misma función.

De modo tal que no hay emoción sin alguna expresión somático-tónica, así como toda variación en el tono muscular promueve e implica una modificación emocional.

Al mismo tiempo podemos afirmar que toda emoción es vivida como *experiencia corporal*: distintas tensiones musculares, aceleración de ritmos cardíaco y respiratorio, secreciones hormonales, que con el tiempo aprendemos a decodificar poniéndole palabra y dándole el nombre de: miedo, angustia, alegría...

Para H. Wallon la emoción es una forma de adaptación al medio, y más específicamente a los demás, una forma intermedia

entre la primitiva y mecánica de los automatismos y la más elaborada e intelectual de las representaciones. Esta adaptación emocional es esencialmente de origen postural y su núcleo es el tono muscular.<sup>4</sup>

Es oportuno recordar en este punto la importancia del tono en el ajuste motor, actuando como telón de fondo para la acción contráctil o kinética del músculo.

**El tono prepara el músculo para la acción y se encuentra en estrecha concordancia con nuestros estados emocionales y contenidos mentales.**

1) Kiné, del griego "Movimiento".

2) A. Lapierre "Educación Vivenciada".

3) Denominado así por su origen en las neuronas de forma piramidal de la corteza cerebral; por lo mismo se considera como extrapiramidales, de forma general, a las vías de origen subcortical.

4) "El cuerpo". M. Bernard. Edit.: Paidós.

La Lic. Raquel Guido es Prof. de Expresión y Lenguaje Corporal, Lic. en Composición Coreográfica (IUNA), Prof. de Artes (nivel universitario, IUNA). Fue Prof. universitaria: UBA (Facultad de Filosofía y Letras, Carrera de Artes) y UNA (Depto. de Artes del Movimiento). Docente de Posgrado. Autora de diversos libros. Entre ellos: *Cuerpo, Arte y Percepción: aportes para repensar la Sensopercepción como técnica de base de la Expresión Corporal* (IUNA, 2009), *Teorías de la Corporeidad. Distintas representaciones del cuerpo en occidente* (UNA, 2014), *El cuerpo in-cierto -arte, cultura y sociedad* (UBA-Letra Viva, 2006, en coautoría), *Reflexiones sobre el bailar* (Ed. Miño y Dávila, 2016), *Sensopercepción, una práctica poética de la presencia* (Ed. Miño y Dávila, 2025).

# alteraciones del tono

**distonias, estrés, fatiga crónica, contracturas, espasticidad, rigidez**

escriben: **Olga Nicosia y Julia Pomiés**

Existe un recorrido (en permanente ida y vuelta) de los estímulos nerviosos entre el músculo y la médula. En la médula espinal se alojan las motoneuronas *alfa* (también llamadas: *neurona motriz periférica*) vinculadas a la corteza cerebral e influenciadas por grupos neuronales subcorticales. Son las que producen la contracción muscular que origina movimientos voluntarios, conscientes. Existen además otras neuronas denominadas *motoneuronas gamma* (influenciadas por centros subcorticales), que excitan a las fibras intrafusales (propias del huso neuromuscular) y lo estiran. (Ver gráficos y explicaciones más detalladas en el póster de la próxima página).

**El tono de base puede sufrir diversas alteraciones. Algunas pasajeras o momentáneas, otras crónicas o permanentes. Cuando el tono está aumentado se considera un estado de hipertonia; si está disminuido, hipotonía. Si se encuentra alterado, cambiante, diferente en distintas zonas del cuerpo, se habla de distonía. El tono armónico, flexible, adaptado a los requerimientos de cada actividad, se considera un estado de eutonia.**

Un estado al que presta especial atención la disciplina creada por Gerda Alexander, denominada precisamente eutonia. Y del que también se ocupan con diversos abordajes la mayoría de las técnicas corporales basadas en el autoconocimiento y el movimiento consciente.

Existen factores emocionales, viscerales, nutricionales, de fatiga, articulares y de estrés que influyen en la excitabilidad gamma y por lo tanto modifican el tono muscular. La hiperexcitabilidad gamma lleva, con el tiempo, al acortamiento de los músculos, limitaciones del movimiento, contracturas. La tensión crónica puede generar lesiones articulares, alteraciones en la irrigación sanguínea causantes de trastornos metabólicos, disfunciones orgánicas. La fijación en tonos muy bajos puede ocasionar inestabilidad articular, distensiones abdominales, pesadez en las piernas con tendencia a esguinces o caídas.

Algunos factores que provocan alteraciones del tono y desencadenan trastornos músculo esqueléticos (y/o viscerales):

- Estrés emocional.
- Desequilibrios posturales adquiridos.
- Tensiones de la actividad diaria.
- Desuso, sedentarismo.
- Tensiones repetitivas debido al trabajo, deporte, mal entrenamiento (sobrecarga).
- Una mala evaluación de la fuerza necesaria para realizar una acción, o un inadecuado control del movimiento.
- Efectos de articulaciones hipo o hipermóviles.
- Traumatismos.
- Influencias de origen reflejo (visceras, fascias).
- Cambios climáticos bruscos (enfriamientos).
- Desequilibrios nutricionales.
- Infecciones.

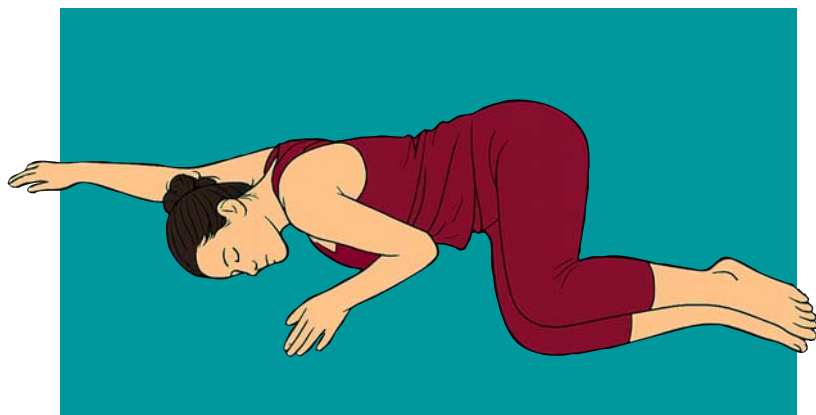
Diversas enfermedades neurológicas se acompañan de alteraciones del tono muscular por un aumento o disminución a niveles patológicos que pueden alcanzar diversos grados de severidad. Tal el caso de la espasticidad, el de la rigidez, la flaccidez, etc.

La espasticidad se caracteriza por aumento del tono principalmente extensor, y disminución del umbral para los reflejos tendinosos que se pone de manifiesto por la contracción repetida de un músculo.

En la rigidez se produce la hipertonia de los músculos extensores y flexores, con predominio de estos últimos (como se observa en el mal de Parkinson). La hipotonía puede alcanzar niveles de parálisis flácida.

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

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



**A veces, la vida nos «desafina». Las exigencias externas nos convierten en cuerdas excesivamente tensas, metálicas, a punto de cortarse; o por el contrario, el agobio y la desconexión nos dejan laxos, como un instrumento que ha perdido su alma y ya no puede sostener una melodía. Sin embargo, el tono no es una condición fija ni un límite biológico; es la capacidad constante de registrar y modular nuestra propia frecuencia.**

## el cuerpo como **partitura**

el arte de estar en sintonía

escribe: **Paola Grifman**

**La afinación interna se genera en ese punto exacto donde el tono musical entra en armonía con el tono muscular.**

Este equilibrio justo se reconoce a través de una profunda sensación de bienestar. Cuando el músculo halla su tensión óptima y adaptable, y la voz habita su frecuencia natural, empezamos a escribir la verdadera partitura del cuerpo, logrando el arte de estar en sintonía.

**Para ilustrar esto, viene a mi memoria Lucía**, una alumna que llegó con un deseo hermoso pero frustrado: quería encontrar su verdadera voz. Sin embargo, la sentía atrapada, frágil, como encerrada detrás de un muro. Cuando intentaba proyectar más volumen o alcanzar notas desafiantes, su cuerpo entraba en una batalla. Aplicaba tanta fuerza para controlar el sonido que su cuello se endurecía, el pecho se comprimía y hasta los dedos de sus pies se aferraban al piso como garras. Lucía había aprendido a enfrentar la vida desde la óptica del esfuerzo constante; creía que para lograr algo había que transpirar y luchar.

**¿Pero qué pasa si el canto no se trata de empujar la voz por la fuerza? ¿Qué pasa si, como en la vida misma, menos es más?**

En uno de nuestros encuentros, la invité a recostarse en una colchoneta y, acompañada por las dulces notas de un ukelele, le propuse simplemente dibujar «garabatos» con su voz. Le pedí que, sin forzar, permitiera que el sonido emergiera como una delicada caricia desde adentro, fluyendo como un río. Al rato una vibrante letra «A» se deslizó sin obstáculos. Su voz empezó a volar con una naturalidad inédita. Al terminar, con los ojos iluminados, me dijo: «*Vibro... me siento vibrar*». Se fue cantando por la calle, llena de energía, y con un descubrimiento: que la vibración de su voz actúa como un masaje interno que llega y suaviza donde las manos no alcanzan.

**Lo entonado y lo desentonado en uno mismo**

Esta experiencia nos invita a reflexionar sobre cómo habitar el propio cuerpo exige registrar dónde nos tensamos en exceso y dónde nos vaciamos de presencia, aprendiendo a distinguir lo entonado de lo desentonado en uno mismo. Conocerse, escucharse y cantar en el tono propio es un acto fundamental de honestidad hacia nuestra salud y nuestra identidad.

Pero, ¿qué sucede cuando las

presiones externas nos desvían de este eje? El entorno nos empuja constantemente hacia lo ajeno. Uno se pierde copiando para parecer otra persona.

**Esta imitación genera riesgos profundos, como el de irse de uno mismo, abandonando la propia autorregulación y el propio eje para habitar una copia rígida o forzada. Frente a la copia, la transformación nace del canto auténtico: el propio, la voz única como una huella digital irreplicable.**

Para lograrlo, la pregunta corporal y existencial es simple: ¿Para qué cantar en un tono que no nos queda cómodo? Intentar encajar en la frecuencia de otro es usar una ropa que nos deforma. Se trata, en cambio, de buscar el talle que nos sea cómodo, ese registro donde la laringe, el diafragma y la musculatura descansan en su propio poder.

**Exploración íntima: en busca de la afinación propia**

Habitar el tono justo es también una práctica de presencia y atención absoluta a las sensaciones. Al regular el tono muscular hacia un equilibrio óptimo, se libera la capacidad expresiva y la calidad del «tono» musical que el individuo es capaz de generar o interpretar.

La vocalización consciente como clave: es la experiencia de exploración y libre expresión de múltiples versiones de uno mismo. ¡A jugar con diferentes voces!

Te propongo una pausa en solitario para encarnar tu multiplicidad. No busques cantar bien ni alcanzar una nota limpia; dejá que tu espacio a solas sea el escenario para desplegar tus diferentes intensidades.

**1. Habitar el tono actual:**

Sentate o quedate de pie en un rincón cómodo de tu casa. Registrá tu tono muscular actual como una historia guardada en tu piel. Recorré tus tensiones, tus hombros, tu mandíbula. No intentes corregirlos; dejá que esa postura sea tu punto de partida de hoy. Buscá el talle cómodo, el eje donde el músculo no resiste, sino que simplemente está.

**2. Encender la resonancia:**

Llevá una mano al centro del pecho y otra al abdomen. Dejá entrar el aire. Al exhalar, emití un sonido muy suave, con una «M» o una «U». Prestá atención a cómo esa vibración impacta en tus manos. Sentí el volumen de tu cuer-



po y el eco que viaja a través de tus músculos y tus huesos.

**3. Multiplicar:**

Ahora, dejá que ese sonido original comience a mutar de forma libre. Que suene más agudo o grave, más fuerte o despacio, largo o cortito. Que un sonido te lleve al otro... y al otro... Cada variación funcionará como reflejo de una nueva versión interna que emerge a la superficie.

**4. Registrar los desvíos:**

Mientras jugás, registrá el diálogo con tu musculatura: ¿Qué frecuencia te abre el pecho? ¿Cuál te cierra la garganta y te hace irte de tu centro? ¿Cuál te devuelve el bienestar? No juzgues los sonidos que sientas desentonados; dejalos sonar como matices y caminos paralelos que también te habitan.

**5. Concentrarse en la nota presente:**

Volvé suavemente a tu tono justo, a tu vibración más cómoda de hoy. Disfrutá la melodía actual: concéntrate en la nota que suena ahora. Sostené esa nota única tres veces, realizando respiraciones profundas de forma previa. Concéntrate exclusivamente en la vibración del instante presente. En ese momento, donde el músculo no se fija ni se bloquea y la voz no finge, ocurre la verdadera transformación. Dejá que esa huella de tu voz arme una red de contención interna que conecte tus músculos, tu historia y tu cuerpo en una sola afinación armónica.

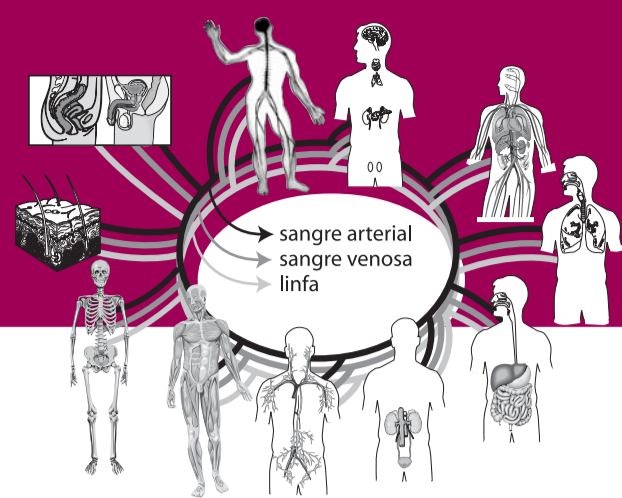
**El contacto vocal con el tono adecuado es una experiencia transformadora. Habitar el propio tono es, en última instancia, una invitación a la escucha profunda. También una invitación directa para pausar, recobrar el aliento y regresar al centro de nosotros mismos, allí donde todo comienza a alinearse.**

Porque volver a nuestro tono más puro es algo más que estar en equilibrio: *es entrar en sintonía con nuestra esencia* y danzar al compás de la vida misma. El canto nos tonifica.

**Lic. Paola Grifman:** Psicóloga UBA. Cantante. Docente e Investigadora de la voz, el sonido y el cuerpo. Formada en Técnicas Corporales y Recursos Expresivos. Miembro de la Asociación Argentina de Arteterapia. [espaciolavozyelcuerpo@gmail.com](mailto:espaciolavozyelcuerpo@gmail.com) [FB:lavozelcuerpo](https://www.facebook.com/lavozelcuerpo) [IG:paolatogrifman](https://www.instagram.com/paolatogrifman) [www.patoblues.blogspot.com](https://www.patoblues.blogspot.com)

# salud

*Kiné*  
Nº172



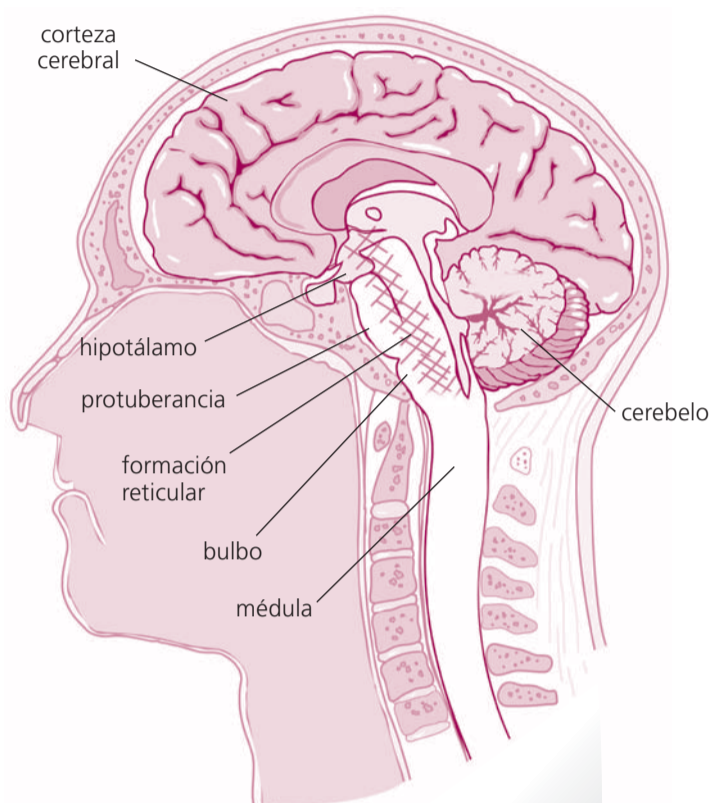
Idea y realización: Julia Pomiés  
Ilustraciones: Rubén Longas  
Asesoramiento: Raquel Guido  
Supervisión: Olga Nicosia

**El tono neuromuscular es el grado de tensión básica del músculo, tanto en actividad como en reposo. Está regulado por centros nerviosos profundos del encéfalo denominados subcorticales, ubicados en la zona límbica, en el hipotálamo, el cerebelo, el bulbo, la protuberancia, la formación reticular. Por lo cual se vincula directamente con los centros de la emoción, la imaginación, la actividad inconsciente.**

# & tono muscular

Dentro de los músculos esqueléticos, existen dos tipos de fibras musculares:

- 1) las **fibras que producen el movimiento voluntario**, consciente: reciben su inervación desde las motoneuronas llamadas alfa; que están ubicadas en la médula espinal, vinculadas a la corteza cerebral e influenciadas por grupos neuronales subcorticales.
- 2) las **fibras que están dentro de los husos neuromusculares** (inervadas por motoneuronas llamadas gamma) participan en la regulación de la sensibilidad y el tono, junto con los órganos tendinosos de Golgi (ubicados en los tendones).

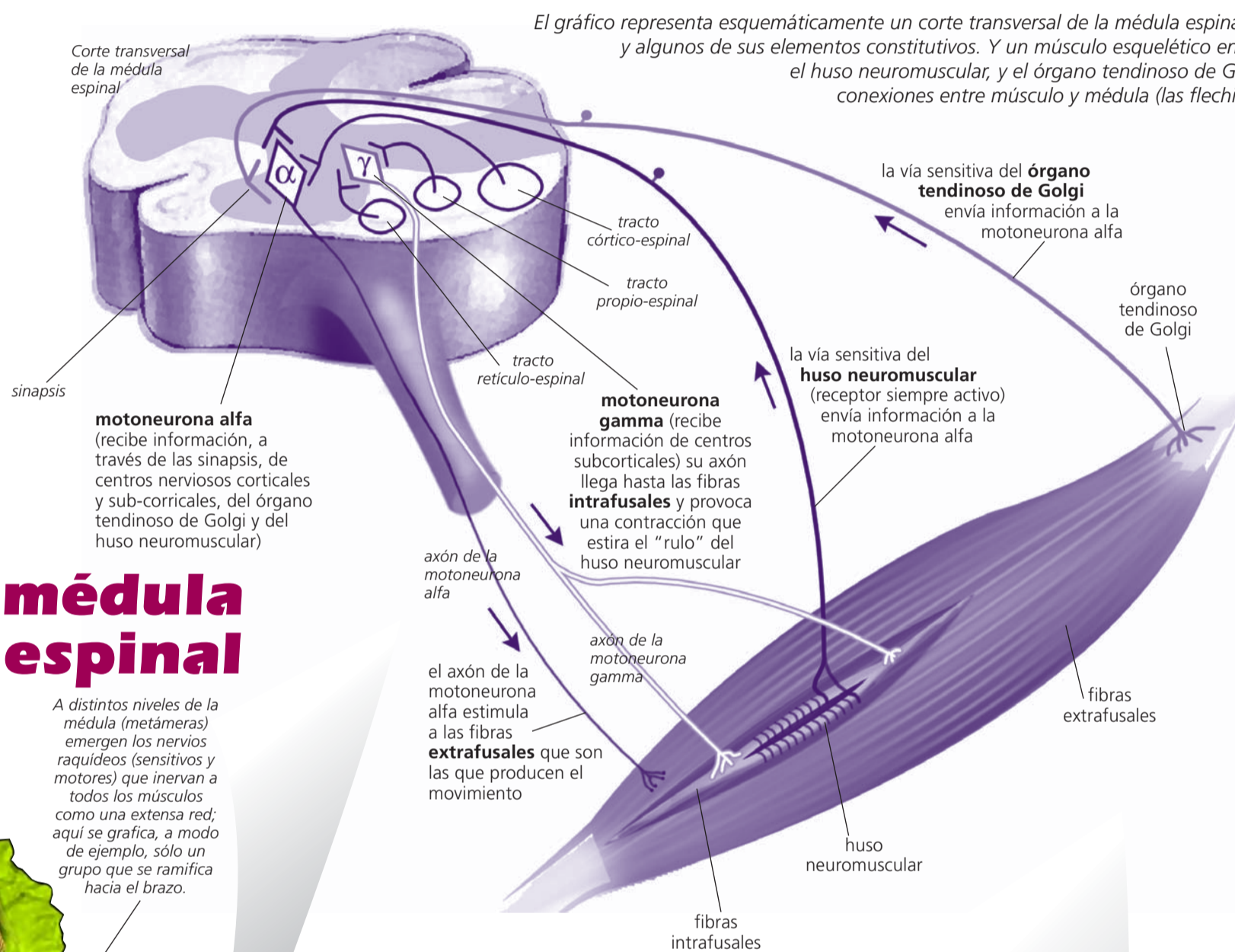


## encéfalo

La **corteza cerebral** (zona cortical o neocórtex) comanda los movimientos voluntarios, conscientes. Las **zonas subcorticales** (hipotálamo, amígdala, hipocampo formación reticular, bulbo, protuberancia, cerebelo) están vinculadas a la actividad involuntaria, inconsciente, emocional y visceral (especialmente la relación neuronal intestino - cerebro y corazón - cerebro) condicionan el tono muscular.

## médula espinal

A distintos niveles de la médula (metámeras) emergen los nervios raquídeos (sensitivos y motores) que inervan a todos los músculos como una extensa red; aquí se grafica, a modo de ejemplo, sólo un grupo que se ramifica hacia el brazo.



El gráfico representa esquemáticamente un corte transversal de la médula espinal que muestra una sección de la misma, y algunos de sus elementos constitutivos. Y un músculo esquelético en el que se observan las fibras musculares, el huso neuromuscular, y el órgano tendinoso de Golgi. Además se grafican las respectivas conexiones entre músculo y médula (las flechitas indican la dirección de los impulsos).

**La interrelación entre el sistema muscular esquelético y el sistema nervioso es de una altísima complejidad. En el presente trabajo intentamos guiar a quienes tengan interés en conocer algunos detalles ofreciendo gráficos y comentarios que requerirán atención y paciencia... pero creemos que la importancia del tema, tanto para la salud física como para lo emocional y expresivo merece el esfuerzo.**

Observando detenidamente los gráficos podemos apreciar el recorrido (en permanente ida y vuelta) de los estímulos nerviosos entre el músculo y la médula.

En la médula espinal se alojan las **motoneuronas alfa** (también llamadas: *neurona matriz periférica*). Son las que producen la contracción muscular que origina movimientos voluntarios, conscientes, automáticos y reflejos. Por ejemplo el cuádriceps actúa en el movimiento voluntario de contraerlo, el automático de la marcha y el reflejo cuando el médico golpea el tendón en la rodilla, pero siempre por acción de la motoneurona alfa.

Existen además otras neuronas denominadas **motoneuronas gamma** influenciadas por centros subcorticales que excitan a las fibras intrafusales (propias del **huso neuromuscular**) y lo estiran. Por vía aferente, sensitiva, desde el huso neuromuscular hacen sinapsis con la neurona alfa provocando una respuesta motora que será el origen del **tono muscular** o estado base de excitabilidad neuromuscular.

Los husos neuromusculares (H.N.M.) y los Órganos Tendinosos de Golgi (O.T.G.) son receptores propioceptivos que influyen en el tono muscular.

El **Huso Neuromuscular**: es un receptor que registra el estiramiento del músculo y desencadena el reflejo miotático (contracción muscular refleja). Los músculos de función anti-gravitatoria son los que tienen más husos neuromusculares, y éstos se ubican cercanos a la zona de inserción tendinosa.

El **Órgano tendinoso de Golgi (O.T.G.)**: Es un receptor que registra la tensión (carga aplicada al tendón a través de la contracción muscular) y, ante un exceso por contracción sostenida, desencadena el reflejo inverso, miotático o de inhibición. Estos dos reflejos (contracción, inhibición) influyen en el tono muscular.

## músculo

Dentro del músculo las vías sensitivas (aferentes) del huso neuromuscular y del órgano tendinoso de Golgi envían información a las neuronas motoras (alfa), que son las que inervan a las fibras musculares externas al huso, responsables del movimiento. Las fibras internas al huso, vinculadas al tono muscular, reciben desde las neuronas gamma estímulos nerviosos que provienen de zonas profundas del encéfalo (regiones subcorticales, hipotálamo, amígdala, hipocampo, formación reticular, cerebelo, etc.). Las vías sensitivas aferentes, además de las conexiones a nivel medular, ascienden a distintos centros subcorticales y corticales que, en un proceso de retroalimentación, influyen a su vez en el tono y el movimiento

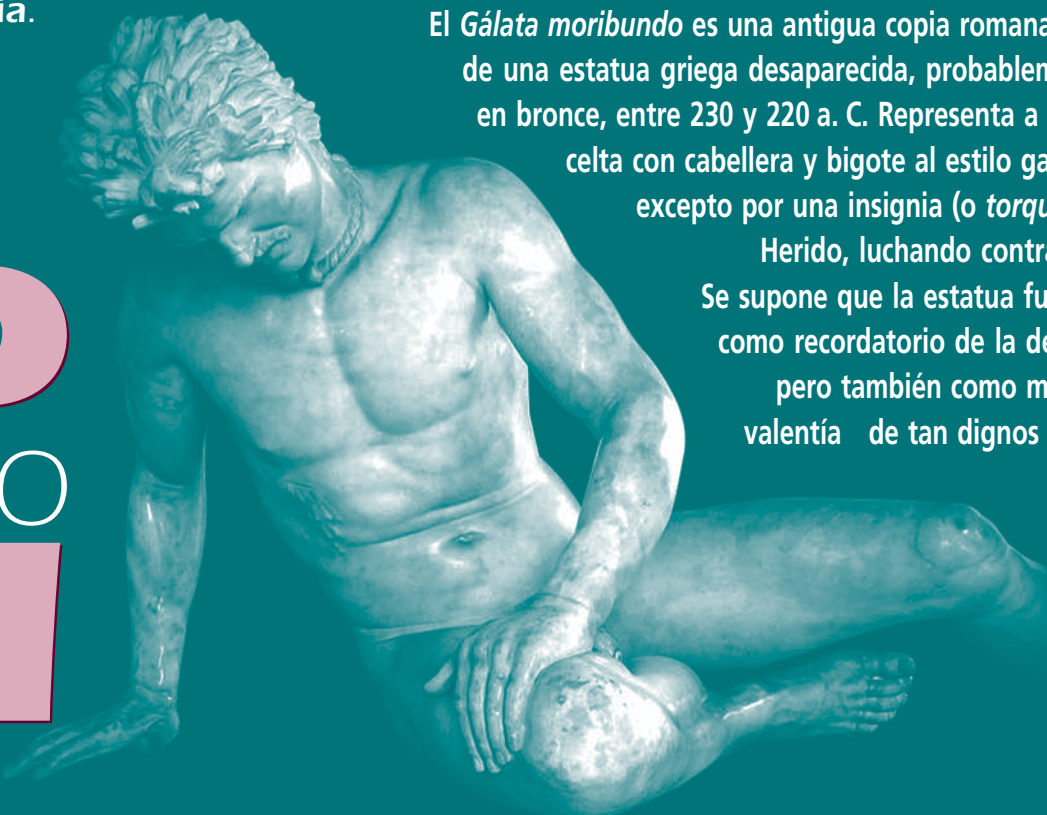
Nuestro tono de base puede ser armónico y flexible (**eutonía**) o bien puede estar aumentado (**hipertonía**), disminuido (**hipotonía**), alterado (**distonía**)... Las alteraciones del tono pueden ser causa o consecuencia de ciertas alteraciones en la salud física o estar relacionadas con diversos factores emocionales, viscerales, nutricionales, de fatiga, articulares, de stress... (ver los artículos de las páginas 3, 4, y 6 a 9)



Otro modo de referirse a la **apatía**. Este artículo de Susy Kesselman también podría formar parte del informe biopolítico

# daño en el tono vital

escribe: Susana Kesselman



El *Galata moribundo* es una antigua copia romana en mármol de una estatua griega desaparecida, probablemente hecha en bronce, entre 230 y 220 a. C. Representa a un guerrero celta con cabellera y bigote al estilo galo, desnudo excepto por una insignia (o *torque*) al cuello. Herido, luchando contra la muerte. Se supone que la estatua fue concebida como recordatorio de la derrota Celta, pero también como memorial a la valentía de tan dignos adversarios.

## I. EL TONO

### 1. Sobre el tono

El concepto de tono, tal como lo considera la neurofisiología, alude a una actividad presente en el músculo aunque éste permanezca en reposo. El reposo del músculo es aparente. Hay una continua actividad en este reposo, aún cuando esa actividad no se traduzca en desplazamientos, sino en una disposición postural, gestual, de expresión, de intención, de atención, en la que la Eutonía, a través de sus técnicas, incide sobre el tono.

**El ideal de los cuerpos es que vivan en un tono muscular regulado, equilibrado, ajustado a las acciones que deban realizarse.**

Un equilibrio de tensiones que permita que las personas adapten sus posturas, sus actos, sus movimientos, su fuerza, sus emociones, a las más variadas circunstancias vitales. Un tono relajado será apropiado para el descanso, una mayor tonicidad será adecuada para acciones tales como caminar, correr, saltar, levantar pesos y también otras, por ejemplo, las que demandan un trabajo intelectual.

### 2. Distonías

Las distonías son respuestas equivocadas, confundidas, derivadas, retardadas, postergadas, disminuidas, exageradas, respecto de los estímulos. Cada una de estas calificaciones nos remite a modos de ser, de sentir, de comportarse de las personas y al abismo que se abre entre estos niveles diferentes del comportamiento. Un abismo que tiene su base en el tono, en la tonicidad singular y colectiva. Hay un concepto del filósofo Baruj Spinoza que me interesa intercalar: *"Por afectos entiendo las afecciones del cuerpo por las cuales la potencia de obrar del cuerpo mismo es aumentada o disminuida, favorecida o reprimida y al mismo tiempo las ideas de estas afecciones"*.

**Entonces, el tono, por motivos propios de cada organismo, por razones anímicas y también por ideas corporificadas, según el pensamiento de Spinoza, al que adhiero, queda capturado en conductas estereotipadas, convencionales.**

Con un mismo gesto la persona expresa sentimientos opuestos. Las reacciones quedan

aisladas de los estímulos, se desvían de los sentimientos que las provocan. La persona se irrita con quien no corresponde, con quien puede y no con quien debiera reaccionar.

### 3. Emociones

Las emociones están entrelazadas en la trama tónica. Emoción y tonicidad surgen juntas, son las formas de expresión de la conducta corporal desde el nacimiento y seguramente antes. La variación en las emociones se apoya en la disposición tónica de las personas. Ir de la tristeza a la alegría o de la ira a la simpatía, por ejemplo, es posible a través de un tono flexible.

### 4. La Eutonía y la influencia sobre el tono

En su libro *La Eutonía*, Gerda Alexander nos dice:

"Mediante el desarrollo de la sensibilidad superficial y profunda, (se) llega a influir de un modo consciente sobre los sistemas normalmente involuntarios que regulan el tono y el equilibrio neurovegetativo. ...Se requiere una capacidad de observación profunda, una presencia gracias a la cual se desarrolla la aptitud de ser objeto de la propia observación y de vivir simultáneamente los cambios que esta observación produce en todo el organismo. ...Esta presencia requiere al mismo tiempo una observación neutral y una amplitud de miras que no debe estar influida por la espera de un determinado resultado."

## II. ESTRÉS DEL TONO. EL TONO SINGULAR Y COLECTIVO

### 1. Daño en el tono vital

Nuestros sentidos están preparados para observar las expresiones de la violencia en situaciones que tienen una relativa visibilidad. La violencia familiar, los maltratos, la discriminación, la violación de los derechos del niño y otros maltratos y violaciones, forman parte de una agenda social, aunque ésta es todavía bastante restringida. En esta nota me interesa referirme a otra dimensión de la conducta que tiene su existencia en un nivel micropolítico. Algo así como captar la violencia que se ejerce en una dimensión imperceptible de nuestro ser.

Llamo Daño en el Tono Vital, a una herida en la tonicidad, en la energía, en la sensibilidad de las personas que se manifiesta como desvitalización, distonía, desvirgo, empobrecimiento de la potencia de vida, del deseo de vivir, que es vivida sólo como un estado personal y no como formando parte de una producción social de corporeidad. La tonicidad puede verse afectada por cuestiones relativas a la propia corporeidad y también a otras relacionadas con

los vínculos o con situaciones sociales estresantes, no me voy a detener en ellas, cada persona puede hacer su propia evaluación. Ya Wallon teorizaba sobre el contagio tónico. También Gerda Alexander se refería al tema aludiendo al tono grupal que se genera en una cancha de fútbol y cómo las tonicidades individuales quedan sumidas en las tonicidades colectivas.

### 2. La falta de confianza en el cuerpo singular y grupal y la modesta salud

Las personas están dañadas en el tono con frecuencia por la falta de confianza, por el descreimiento. Creemos que dominamos nuestra corporeidad y cuando un imprevisto nos amenaza el cuerpo, inferimos que hemos desoído sus mensajes. Nuestro cuerpo no nos avisó, no nos dio señales, no supimos oírlo, la enfermedad nos vino de golpe sin aviso, son expresiones de esta desconfianza que no acepta matices. Hemos pasado de la potencia a la impotencia, de la creencia al descreimiento.

**El descreimiento y la desvaloración de los mensajes que provienen del interior del cuerpo es la enfermedad, equivalente a la que se produce con los mensajes que surgen de los vínculos, de los medios, de los grupos.**

Mensajes de una exterioridad que se interna en las redes neuronales que afectan el tono. Un externo y un interno que son pliegue, interfaz.

La persona no registra *un poco* en el afán de querer registrarla *todo*. Efecto de esto es que también registre en exceso, que se sienta abrumada, temerosa, incierta de los estímulos que provienen de sus receptores corporales, bocas del sistema nervioso que encienden las chispas del tono.

Por eso últimamente hablo de la *modesta salud* y de la aceptación de nuestros límites para oír la marcha silenciosa de algunas afecciones. Aún cuando tengamos oído absoluto, no estamos vacunados contra la sordera. Tal vez esta modestia, que es el mínimo reconocimiento de que *no podemos con todo*, nos permita conectarnos con lo que sí podemos.

De la omnipotencia a la impotencia hay un límite muy estrecho. La potencia está tal vez en la aceptación de ese límite. Lo poco que podamos entendernos con nuestro cuerpo y con los estímulos que nos vienen del afuera son inestimables para el impulso que nos guía hacia la defensa de nuestra salud personal y social.

### 3. El estrés del tono

La desconfianza en el cuerpo y en nuestra capacidad de registrar sus mensajes, inmoviliza, captura el tono, la energía e impide que veamos conexiones entre el cuerpo singular y social. Me interesa reflexionar sobre algunas de las formas en las que se manifiesta este daño en el tono.

a. El sentimiento de desamparo que nos invade en el diario vivir, acosados por la urgencia de lo cotidiano y que no nos permite darnos cuenta de que no hay salvación individual.

b. La sordera, la ceguera, la insensibilidad progresiva que surge del exceso de estimulación. Una graniza de estímulos golpea los receptores corporales, invaden el espacio personal y social con mensajes agresivos, apocalípticos, que afectan la visibilidad, la audición, el olfato, la envoltura epidérmica, la respiración, las ganas de vivir. La persona en el deseo de preservarse va cerrándose a los estímulos que cree peligrosos para el desarrollo de su vida y en esa bolsa caen los estímulos que la ayudarían al desenvolvimiento de una vida saludable, rica en alimentos solidarios.

c. Consecuencias de estos fenómenos son los incrementos de alertas exageradas, hipertónicas, conductas hipersensibles, excesos de tensión muscular, y también las hipotonías, el desgano, la dificultad de sostenerse, de conectarse con la vitalidad. Creemos que apagando el televisor y no leyendo los periódicos frenamos la desazón. Y algo de razón hay, pero al mismo tiempo se genera una *sensibilidad filtro* que en el intento de eliminar las sensaciones desagradables, debilita la potencia de los receptores necesitados de alimento para continuar desarrollándose. A esto denomino *herida en la sensibilidad*.

## III. MICROPOLÍTICA DE LA SENSIBILIDAD

La mayoría de las heridas en la sensibilidad son afecciones sobre la imagen corporal, sobre la percepción y la confianza que la persona tiene en sí misma y en su corporeidad. En el mundo de la micropolítica de las sensaciones se tejen tramas que atraviesan la sensibilidad singular y colectiva. El tono necesario para la acción es atrapado por fuerzas destinadas más a la descarga, a *equilibrar*, a calmar, antes que a una conducta creativa. Las terapias corporales a veces caminan en esa dirección. Debemos reflexionar sobre este mecanismo que trasciende las técnicas que utilizamos.

**Susana Kesselman** es licenciada en Letras, Etonista, Asesora del Centro de Psicoterapias Operativas. Autora de numerosos libros, entre ellos: *Dinámica Corporal, El pensamiento corporal, El cuerpo en estado de arte*, y la novela *La Sudaca*.

estamos

Otro modo de referirse a la **empatía**.

También este artículo podría formar parte del informe biopolítico

# sintonizad@s

escribe: Julia Pomiés

I) Ella sale a escena. Yo siento en la piel el roce de setecientas miradas y un foco de luz; me erizo. Se escucha el Bolero de Ravel. Ella empieza a girar. Yo siento textura de madera bajo la planta de los pies, secuencias vertiginosas de telón-público-luces-telón... frente a los ojos semicerrados. Ella baila y gira, gira y baila. Yo siento los músculos en actividad, una suave ondulación en la columna, un fuerte sostén en los abdominales, cierta aceleración del pulso. Ella gira y baila, baila y gira. Yo siento la gasa negra entre los dientes, el aire en el pelo, el viento en la punta de los pulgares que apuntan al cielo.

**Ella consume la danza como una ceremonia. Yo siento la emoción del ritual. Silencio. Quietud. Aplausos. Ella saluda en el escenario. Yo transpiro en la butaca.**

II) Miro a Carlos que mira un partido de fútbol por tvé. Se le ha tensado el labio superior. Está sentado en el borde del sillón. Con una mano pellizca el tapizado. A veces adelanta un poco más el torso como amagando el cabezazo. De tanto en tanto sacude una pierna pateando un corner o esquivando un "faul".

**Y, por supuesto, festeja sus goles de pie, con los brazos en alto, los puños cerrados, saludando y desafiando a la tribuna.**

III) Es una tarde de tristeza y mal humor. Los sueldos bajos, los precios altos, los diarios llenos de noticias feas. Alguien contó de alguien que tiene una enfermedad incurable. Somos cuatro desinflados en una mesa de café, blandos, aplastando las sillas, pesados. Hasta que llega Norma casi corriendo, muerta de risa, con una anécdota tonta que sólo ella puede contar con tanta gracia.

**Nos veo levantarnos, correr las sillas, hacerle espacio, saludarla, reírnos con ganas. Cambió el tono de la reunión.**

Precisamente el **tono** es la clave, es el hilo que vincula estas tres situaciones, y tantas otras en las que se verifica lo que algunos especialistas denominan "identificación tónica".

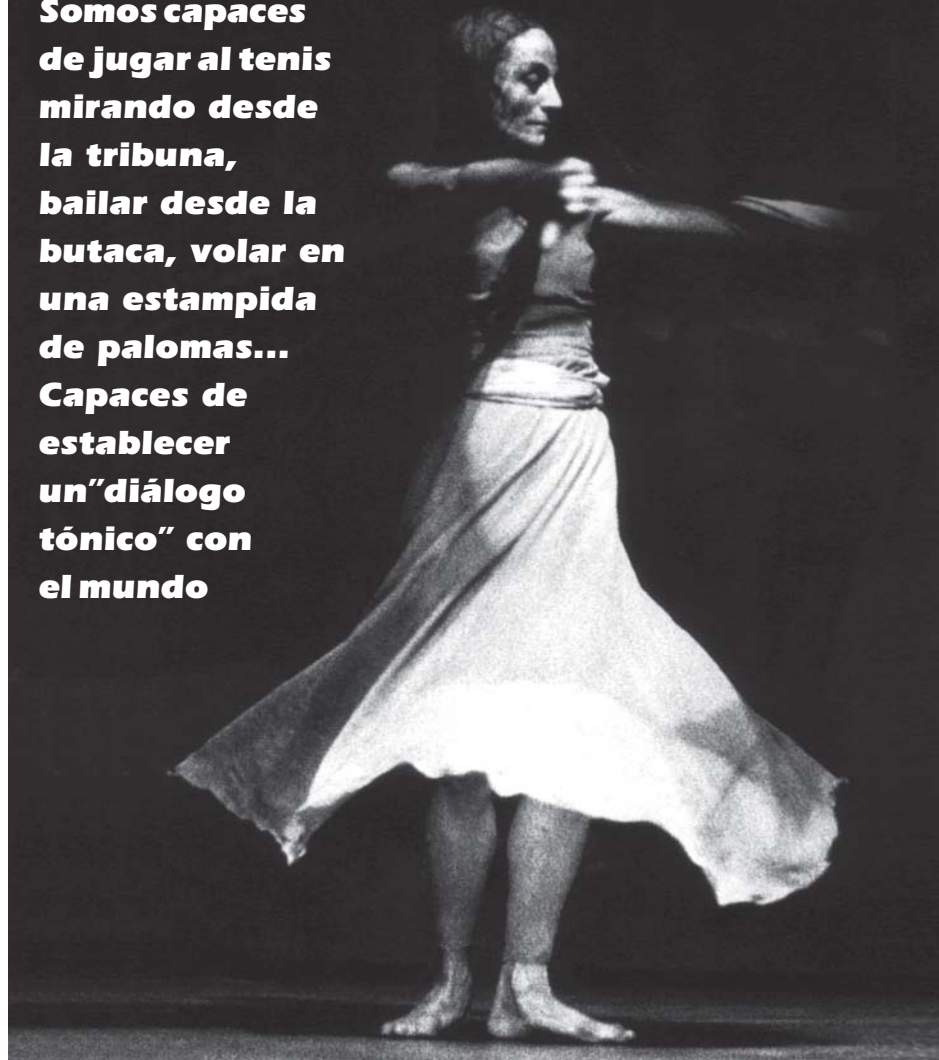
## En el principio era el tono

Mucho antes de cualquier diálogo verbal, incluso dentro de la panza materna, establecemos con el mundo un "diálogo tónico": registro y respuesta de nuestro organismo frente a los estímulos externos.

Autores como Henri Wallon, Julián de Ajuriaguerra y hasta Merleau-Ponty y Sartre se han referido a este hecho.

Wallon afirma que el núcleo de toda emoción es el tono muscular: las manifestaciones emotivas, desde la más elemental hasta la más refinada, entrañan contracciones tónicas de los músculos, es decir, variaciones de la consistencia muscular. Dentro del útero, el feto vive permanentemente bajo la influencia de los estados emotivos y de tensión de la madre.

**Somos capaces de jugar al tenis mirando desde la tribuna, bailar desde la butaca, volar en una estampida de palomas... Capaces de establecer un "diálogo tónico" con el mundo**



*Iris Scaccheri gira y gira... durante los 15 minutos que dura el Bolero de Ravel, en una coreografía de Dore Hoyer (fotografía de Susana Thenon).*

**Para el recién nacido, la motricidad es la única forma de intercambio con los demás y con el mundo, de manera que su cuerpo constituye un verdadero resonador muscular, siempre dispuesto a reaccionar ante cualquier estímulo.**

El bebé vive en un permanente estado de alerta corporal, que sólo se atenúa en los momentos de somnolencia, con la pancita llena. **En esas primeras etapas el diálogo tónico mamá-bebé va delineando el tono muscular básico del pequeño, que tendrá mucho que ver en la formación de su cuerpo y su personalidad.**

Durante esos intercambios iniciales empezamos a aprender una modalidad propia: ser más duros o más blandos, más estables o inestables, más abiertos o más cerrados.

Desde el "Emilio" de Rousseau hasta los estudios antropológicos de Margaret Mead, pasando por los experimentos y observaciones de diversas escuelas psicológicas hay demostraciones coincidentes de la gran influencia que ejercen las actitudes permisivas o represoras por parte de los padres y la comunidad, en relación a las descargas tónicas y motrices de sus niños.

Se advierte que fajar y ceñir a los chicos puede convertirlos en adultos obstinados y agresivos. Que las madres tensas y excitables suelen tener bebés hipertónicos que se sobresaltan fácilmente. Que para desarrollar

una actitud corporal equilibrada, el pequeño necesita caricias, acunamientos rítmicos y manos adultas que lo bañen y cambien con tranquila seguridad.

Dice Ajuriaguerra que cada persona tiene una "**historia tónica**" donde los distintos sucesos no son normales ni patológicos en sí mismos; lo que puede resultar patológico es el hecho de que ciertas respuestas persistan en su versión más primitiva en forma de fijaciones, o perversiones. Es normal que un bebé, si se lo sumerge en un baño demasiado caliente o frío, responda con una hipertonia total, con una tiesura absoluta de todo el cuerpo. No es normal que un adulto se meta por error bajo la ducha fría y responda del mismo modo, permaneciendo rígido e inmóvil bajo el agua, en lugar de cerrar rápidamente la canilla o salir de la bañera.

Muchas veces los chicos imitan a las personas que quieren y admiran como una forma de comunicarse con ellos; el chiquilín orgulloso de su papá copia su manera de pararse, caminar, hablar... en un genuino proceso de identificación tónica. Si esa actitud imitativa se prolonga en la adolescencia y la adultez, frente a cada personaje admirado, es porque algo no funciona bien.

Así, la resonancia tónica intensa de las emociones y los afectos, que es una función fundamental y necesaria para el psiquismo infantil, en el adulto puede causar perturbaciones o una gran fragilidad afectiva. Lo deja como a un boxeador con la defensa baja, al que le entran todas las trompadas del mundo.

## El punto justo

**La gracia está en que aprendamos a transitar otras modalidades, pero sin dejar de ser "dueños de nuestro tono" -como dice Gerda Alexander- para regular las influencias externas sin perder el propio equilibrio.**

Una buena dosis de flexibilidad tónica, bien ejercida, será la que nos permita pasar por una variada escala de sentimientos y volver -más enriquecidos pero indemnes- a nuestro tono habitual.

Ese nivel básico tenderá a ser un poco más alto o más bajo, según nuestra constitución y temperamento. Para el criterio médico tradicional sólo se reconoce como patológica la fijación en un nivel anormalmente bajo -hipotonía- o anormalmente alto -hipertonía-. Sin embargo, como también lo señala Gerda, no están menos enfermas las personas fijadas en un tono medio, sin capacidad de oscilaciones emocionales o artísticas.

**Obviamente, no sería saludable que cuando voy a ver a Iris Scaccheri bailando y girando el Bolero de Ravel durante quince minutos seguidos, yo termine mareada y vomitando. Pero tampoco me haría bien tomar tanta distancia que no pueda ver nada más que alguien que gira, tan lejos de mí que no se me mueva un pelo y su danza me resulte aburrida.**

A su vez Iris, mientras baila está identificada con el tono de Ravel, y de la coreógrafa Dore Hoyer, los siente en su propio cuerpo. Como un músico necesita sentir el tono de Mozart, Wagner o Brahms, para interpretar verdaderamente su música. Y lo mismo en el teatro: el método de Stanislavsky para la formación actoral se basa en este mismo principio. Y en pintura: "el artista japonés -dice Henry Bowie- aprende que hasta la colocación de una mota en el ojo de un tigre debe ser acompañada del sentimiento de la naturaleza salvaje, cruel y felina del animal, y sólo bajo esa influencia se utiliza el pincel."

El encargado del bar de un cineclub comentaba que podía adivinar qué tipo de película estaban dando -de acción, romántica, cómica...- con sólo observar con atención el comportamiento y las actitudes corporales de la gente que al salir de la sala pasaba a tomar algo en el bar.

Muchas obras de arquitectura y escultura ejercen el mismo tipo de estímulo. Joseph Hudnut, decano de la Escuela de Dibujo de la Universidad de Harvard señala que tenemos una tendencia a identificarnos con las composiciones estructuradas. "Trasladamos nuestro propio cuerpo" al andamiaje de arcos y columnas, a sus tensiones y esfuerzos, a sus presiones y resistencias y por eso nos volvemos más conscientes de las armonías que encierran. El mismo proceso se

continúa en la página siguiente

hace más intenso en la escultura, sobre todo en las representaciones del cuerpo humano. El esfuerzo o descanso de los músculos, la interacción del esqueleto, el equilibrio que da la impresión de sostén, provocan una sensación de vida en la piedra, el mármol, el metal... "entramos dentro de la escultura" y compartimos su particular belleza.

**Una obra de arte está plenamente lograda cuando invita, no sólo a su percepción intelectual sino, además, a una verdadera participación, incluso a un compromiso corporal, orgánico del espectador.**

También en la capacidad de experimentar una vida afectiva rica e intensa, la identificación tónica juega su rol. La necesitamos para adaptarnos a una persona con otro temperamento, para conocer el sufrimiento del otro, para disfrutar su alegría... Esto nos proporciona la posibilidad de relacionarnos profundamente, de sentir-con. No podemos comprender totalmente algo con el intelecto puro, sin que reaccione de alguna manera todo nuestro cuerpo.

**Esta especie de inteligencia corporal será la que nos permita captar a los demás en una dimensión más completa. Una captación vedada a la inteligencia artificial que carece de los datos que aporta la sensibilidad corporal.**

#### Sintonizar el mundo

Nuestras identificaciones tónicas cotidianas se extienden, más allá de lo afectivo y lo artístico, a todo lo que nos rodea.

Desde mi balcón, muy alto frente al parque, puedo ver cómo las golondrinas y, a veces, las palomas o alguna calandria, se lanzan en picada desde el tanque de agua de mi edificio hacia el lago. Y siempre me digo lo mismo: yo sé lo que ven en ese momento, yo veo con sus ojos la avenida, las copas de los árboles, el agua... vuelo.

A veces, arreglando las macetas, siento el olor de la tierra y se me hace agua la boca, supongo que identificada con lo que le gusta a mis azaleas, o a las lombrices...

**Samuel Selden en su libro "La escena en acción" comenta que el impulso que nos lleva a sentir orgánicamente las cualidades de aquello que nos interesa es natural y frecuente. Vale la pena registrarlo, saborearlo. Porque es una fuente de enriquecimiento de nuestras percepciones y puntos de vista.**

No se limita a personas y acciones; se extiende a animales, plantas, objetos. Basta observar el tono muscular y los gestos de los que siguen atentamente una carrera de caballos; o la identidad de tono entre el jockey y el caballo que monta. En este último caso se trata de un "ida y vuelta". Los animales, como los chicos, tienen una máxima capacidad de identificación tónica. Se supone que es en parte por eso que los perros conocen tan bien a sus dueños e, incluso, llegan a ser tan parecidos a ellos.

No es necesario que haya animación o movimiento para que registremos corporalmente las cualidades de algo. Un objeto estático como una gran bola de granito pulido puede hacernos sentir su suavidad, rotundidad, peso; mientras contemplamos



**Cuánto bailé en mi vida, viendo bailar a Iris Scaccheri. El fenómeno que algunos denominan identificación tónica puede ayudarnos a levantar vuelo cuando nuestras propias alas están un poco heridas.**

su solidez es probable que nos sintamos aplomados, como si abrazáramos la voluminosa masa de piedra.

¿Y no le ha pasado alguna vez sentir que se eleva, con una especie de vértigo invertido, al mirar hacia arriba, hacia la punta de un altísimo rascacielos?

También sospecho que mucho tiene que ver esto de la identificación tónica en relación con los paisajes y el modo en que resuenan en nuestro estado de ánimo. Hay quienes se sienten revitalizados frente al

mar, como si pudieran asimilar la potencia y tenacidad de sus olas. A otros les sirve para distenderse y expandirse frente a su inmensidad. Y no falta quien se siente desasosegado por el oleaje incesante o la chatura infinita y prefiere el silencio, la quietud y el horizonte escarpado del paisaje montañoso.

Porque seguramente, frente al mismo fenómeno cada uno de nosotros se identifica con diferentes aspectos, según las propias preferencias, características, predisposiciones naturales o experiencias anteriores.



**"El falso espejo" René Magritte**

#### Tonalidades grupales

**Ni qué hablar de la importancia de la identificación tónica en el funcionamiento de un grupo, cualquiera sea su característica y función. Es fácil deducir que los ajustes y desajustes de tono pueden consolidar o resquebrajar la cohesión de un equipo de trabajo, estudio, psicoterapia, creatividad...**

Las funciones de "eco" y "espejo" que cumple el tono muscular dentro de nuestra vida de relación, tienen múltiples efectos y consecuencias en el delicado equilibrio grupal.

Dominique Picard señala que, casi siempre, a un nivel casi mimético y reflejo, una sonrisa provoca la sonrisa del otro, un bostezo otro bostezo, y una manifestación de tensión otra semejante.

Pero además de esas respuestas **simétricas** hay otras que, por oposición, resultan **complementarias**. Por ejemplo, una actitud corporal de agresividad puede inducir a una manifestación de sumisión. Una mirada fija puede llevar al otro a rehuir el contacto ocular. Un gesto de miedo puede suscitar uno de protección. En realidad, tanto las interacciones simétricas como las complementarias definen situaciones de búsqueda de **equilibrio**, porque ayudan a la mutua adecuación de los protagonistas y mantienen el proceso de comunicación. El verdadero desequilibrio rompe todo proceso de comunicación y entonces los interlocutores no saben a qué atenerse, como cuando las palabras desmienten el gesto o el gesto contradice la acción...

**En un curso de didáctica de técnicas corporales, la profesora Queli Guido subrayaba insistentemente que el docente o el coordinador de un grupo, sobre todo si es de trabajo corporal, puede aprovechar de muchos modos el tema de la identificación tónica.**

"En principio, es lo que nos ayuda a co-pensar, co-sentir, co-actuar con los alumnos, de modo que -sin perder la independencia de nuestro rol- podamos regular y dosificar las consignas, ajustarlas a las necesidades de cada participante y del grupo. La identificación facilita y afina la capacidad de "leer los cuerpos" de alumnos o pacientes; y nos recuerda la importancia de cuidar nuestra propia armonía corporal, con la cual se podrá identificar el grupo que coordinamos.

**"Cuando recurrimos a juegos de interimitación, pregunta-respuesta, espejos, apoyos, improvisaciones compartidas... la adaptación tónica que se produce permite a cada participante transitar otros estilos, valorar las diferencias, ejercitar la variación de tonos, detectar limitaciones o dificultades, enriquecerse".**

Enriquecernos en el intercambio de vivencias con los demás y con todo nuestro universo es, en definitiva, una de las claves de nuestro crecimiento.

**Julia Pomiés** es periodista, directora de *Kiné, la revista de lo corporal*; Lic. Artes del Movimiento (UNA); Prof. de Expresión Corporal (Isea - CEC); Coordinadora de Recursos Expresivos (Instituto de la Máscara); integrante de AReCIA (Asociación de Revistas Culturales Independientes). Autora de los libros: *Temas de Sexualidad, Informe para educadores y Nuestra Sexualidad, Informe para adolescentes* (Editorial Aique, Buenos Aires, 1995 y 1998). *El Cuerpo Humano* (Tomo X de la Enciclopedia de las Preguntas, Editorial Santillana, Buenos Aires, 2008).

# salud y enfermedad como partes del movimiento vital

escribe Carlos Trosman

**Así como el concepto de cuerpo es cultural, y la construcción del cuerpo y de la imagen corporal es cultural, todos los conceptos asociados al cuerpo humano son construcciones culturales. En especial la salud, que es un valor social que de ningún modo puede considerarse absoluto, sino en continuo movimiento dentro de las corrientes históricas y sociales e incluso geográficas, a pesar del intento hegemónico de globalización.**

En los pueblos llamados «primitivos», previos a la modernidad, el cuerpo era considerado parte del cosmos, de la naturaleza. Un microcosmos dentro de un macrocosmos. Un engranaje dentro de una maquinaria universal. Un ejemplo de esto es que muchas culturas veían al cuerpo como un árbol, lo que indicaba su interdependencia con los climas y los fenómenos naturales.

**Todavía tenemos vestigios de esas visiones en nuestro lenguaje: decimos «plantas» de los pies, «palmas» de las manos, «tronco» de la columna, etc.**

Esta concepción está presente también en la Medicina Tradicional China, donde cada órgano del cuerpo, cada emoción, cada comida, cada actividad, tienen relación con una determinada estación del año y su clima correspondiente. Desde esta visión cosmogónica podríamos decir que la tristeza provoca introversión porque retira la sangre y la energía de la piel, que se seca, y la dirige al pecho,

donde queda atrapada. Corresponde al otoño que es cuando el aire se seca y se enfría, enfriando la piel y los pulmones, que a través de la nariz reciben este aire frío y deben adaptarlo a la temperatura interna del cuerpo.

La ira, según los dichos populares, hace «subir la mostaza» o «hervir la sangre» lo que indica que calienta y hace ascender la energía y la sangre, generando tensión muscular y necesidad de acción. Como la primavera, que calienta el cuerpo luego del invierno y nos invita a movernos como el viento.

En el invierno el frío invita a quedarse al abrigo de los hogares, a regresar temprano a casa, a cuidarse guiados por un instinto de conservación presente también en el miedo, que provoca sudor frío y empuja la sangre y la energía hacia abajo y hacia lo profundo del cuerpo. Para conjurar el miedo o el frío, necesitamos cobijarnos. Hay correspondencia.

Estas concepciones indican que la salud no es algo estable e invariable, sino que justamente la condición de una buena salud es el movimiento, la adaptabilidad. Implica que cada persona, como engranaje

microcósmico, siga el movimiento del macrocosmos, representado en los solsticios y los equinoccios. El sol y el agua siguen siendo las fuentes de nuestra vida.

Un ejemplo claro de esta adaptabilidad es que nos parece perfectamente razonable que alguien tenga calor en verano y frío en invierno. Si sucediera lo contrario y temblara de frío en verano, supondríamos con razón que está enfermo, aunque nos faltaría percibir que lo que expresa es una adaptación fallida a los cambios de temperatura, por ejemplo. Es lo que fundamenta el concepto de «enfermedades estacionales», que corresponden a las estaciones del año y son crisis de adaptación al cambio de clima, por lo que indican justamente un buen funcionamiento de la salud (no una enfermedad), porque el cuerpo responde movilizándolo sus estructuras para sobrevivir en las nuevas condiciones existentes.

**«Lo importante no es enfermarse, sino poder curarse» dice Ricardo Dokyú, monje budista zen.**



En la modernidad se instalaron valores como verdades universales, y entre ellos la salud. El cuerpo dejó de considerarse una parte del cosmos y pasó a ser una posesión del individuo, un bien propio dependiente de cada uno. Ya no es como un árbol que depende de los avatares de la naturaleza, sino que queda enajenado de la misma. Comienza a pensarse como una máquina,

*continúa en la página siguiente*

## ASOCIACIÓN FELDENKRAIS ARGENTINA

Practicá el Método Feldenkrais con

**PROFESIONALES CERTIFICADOS**



Para tomar clases, consultá nuestro **BUSCADOR DE PROFESIONALES**

**WWW.FELDENKRAIS.ORG.AR**

Instagram: ArgentinaFeldenkrais

Email: info@feldenkrais.org.ar

Facebook: Asociación Feldenkrais Argentina



*Todo lo sentido queda para siempre*

## DANZA ARMONIZADORA

técnica Elida Noverazco

VILLA CRESPO - VILLA SANTA RITA  
OBELISCO

Contacto  
Instagram: @danza.armonizadora  
Solo WhatsApp: 11 5063 4487

viene de la página anterior

que por lo tanto depende de la tecnología y de la ciencia para mantener su eficiencia y durabilidad. Esto implica también que el estado de dicha máquina dependerá de las posibilidades económicas de su dueño, como si fuera un automóvil. Desde este concepto, el cuerpo no solamente se enajena de la naturaleza para conjurar, entre otros, el temor a envejecer y a morir, sino que se enajena de nosotros mismos, ya que cuando nos duele algo o nos enfermamos sentimos al cuerpo como algo extraño, ajeno, que no funciona como nosotros queremos. Recurrimos entonces al «servicio técnico» para recuperar la eficiencia y el control sobre el cuerpo: analgésicos para el dolor, antiinflamatorios para los músculos cansados, antiácidos para la digestión, antihistamínicos para los resfriados, estimulantes, relajantes, para dormir, para despertarse, para anesthesiarse, para seguir en una carrera que nos enajena cada vez más de nosotros mismos. Para mantener la ficción de una salud estable e invariable a pesar de los cambios climáticos y de la edad.

Esa es justamente la enfermedad: más terrible de esta época que nos toca vivir: tratar de encajar en estándares universales que no son tales y únicamente responden a las necesidades económicas del mercado, que necesita vender en todo el mundo lo que fabrican en un solo lugar, para lo cual genera criterios uniformes manipulando los medios de comunicación masiva, provocando «necesidades» iguales (no importa qué diferentes sean los lugares y las costumbres) en sociedades que pretenden ser previsibles para que el mercado (nueva religión que regula nuestros destinos) pueda hacer las prospectivas de sus negocios.

La salud es entonces un bien de consumo, con ofertas de mejor salud para los que tienen más dinero y con los Estados retirándose cada vez más de sus responsabilidades sociales en cuanto a la salud de la población. La privatización de los sistemas de sa-

lud propone pensar también a la salud como un ámbito privado del que cada uno debe hacerse cargo por sí mismo y por su propia responsabilidad, pero de acuerdo a los criterios impuestos por el sistema y los medios de comunicación. Sucede algo parecido a los criterios de belleza, que debemos incluir en los conceptos de salud actuales. Una cosa es la salud en los países pertenecientes a las economías centrales y otra muy diferente en las economías emergentes, ni hablar en los casos de las economías sumergidas.

**Considero importante y saludable trabajar y revisar la percepción del cuerpo en lo que consideramos estados de «salud» o de «enfermedad», percepciones influidas y construidas desde lo social. En contraposición a la propuesta mercantilista de la búsqueda de la «Salud Perfecta» o «Buena Salud».**

Saludo la idea que expresa que ninguna persona está totalmente sana y que tampoco hay gente totalmente enferma. La vida es en sí misma una sucesión de procesos de adaptación a las circunstancias externas e internas de los sujetos. Adaptaciones a los cambios de clima, a la alimentación, a los estados de ánimo, a las crisis existenciales, familiares y/o sociales, a los ciclos vitales, a cambios geográficos, a cambios emocionales, etc... El complejo sistema que somos, que incluye un soporte biológico significado psicológico y socialmente, en una interacción permanente consigo mismo y con el medio, mantiene la funcionalidad vital durante estos cambios que a veces producen crisis, que, dependiendo del grado de las mismas, llamamos enfermedad. Las enfermedades son intentos de adaptación a estos cambios internos y externos, y esta diferenciación la hago en un sentido subjetivo y no geográfico (ya que el «adentro» y el «afuera» del

cuerpo es otro tema importante a debatir). Cuando los niños se enferman decimos que «están creciendo», que «pegan un estirón»; cuando los adultos se enferman decimos que «están enfermos» o que «están viejos». Se pierde la noción de enfermedad como crisis de crecimiento y desarrollo, y se piensa al cuerpo como una máquina defectuosa que pierde su rendimiento y eficiencia cuando está enfermo. «Pensar el cuerpo es pensar el mundo» dice el antropólogo D. Le Breton.

Creemos, nos adaptamos y aprendemos hasta que nos morimos, pasando por sucesivas crisis y diferentes estados de salud y enfermedad como partes del movimiento de la vida. Y morimos cuando esta capacidad de adaptación falla o colapsa. Mientras estamos vivos continuamos adaptándonos, como una unidad funcional en un medio mayor. Tomar la salud como algo fijo o permanente, que puede ser invariable, implica perder la relación de la salud con el cosmos y con los ciclos vitales. No hay una salud universal. Es por eso que las enfermedades que para unos son mortales, en otras personas se vuelven crónicas.

Los modelos publicitarios venden lo absoluto, «la salud total», que es inexistente, con lo cual generan las distintas adiciones a la salud como las cirugías estéticas, el «body building», los medicamentos y suplementos dietarios de venta libre, y de los otros... que en definitiva, y justamente por el intento de mantener un rendimiento parejo y uniforme de la vida, que es en sí misma movimiento, terminan provocando enfermedades, siendo la principal de ellas la adicción.

Comprender la salud como un sistema en movimiento, que varía con cada edad, época del año, en cada situación anímica y social, es fundamental para mantener la funcionalidad. El problema no son las enfermedades y el enfermarse, lo importante es tener la capacidad de curarse.

Justamente un motor muy importante de la curación es nuestra posición subjetiva, el

punto de vista desde dónde miramos al mundo, lo que creemos que debe ser nuestra salud y nuestra enfermedad, lo que pensamos de nuestro cuerpo, ya que estos factores determinarán la organización inconsciente de nuestras energías en el sentido de la curación (o no, por supuesto).

Artículo basado en la Ponencia presentada en el IV Congreso Internacional de Ciencias, Artes y Humanidades El Cuerpo Descifrado, realizado en Puebla, México, 27 al 30 de octubre de 2009.

**Bibliografía**

- Andrieu, Haber, Lachaud, Lahuerta, Louveau, Molinier, Neveux, Renault, Wacquand.
- «Cuerpos dominados, cuerpos en ruptura», Colección Claves, Nueva Visión, Buenos Aires, 2007.
- Le Breton, David.
- «Antropología del cuerpo y modernidad», Nueva Visión, Buenos Aires, 1995.
- «La sociología del cuerpo», Colección Claves, Nueva Visión, Buenos Aires, 2002.
- «El sabor del mundo, una antropología de los sentidos», Nueva Visión, Buenos Aires, 2007.
- Lévi-Strauss, Claude.
- «Antropología Estructural», EUDEBA, Buenos Aires, 1968.
- Trosman, Carlos.
- Revista «Campo Grupal», columna «Corpografías», Números 112, 113 y 115 de junio, julio y septiembre de 2009, Buenos Aires.
- Revista «Topía, psicoanálisis, sociedad, cultura».
- «El cuerpo es ideología», N° 38, agosto 2003, Buenos Aires.
- «El cuerpo: un estado soberano», N° 40, abril 2004, Buenos Aires.

**Carlos Trosman** es Psicólogo Social, Diplomado en Corporeidad y Psicodrama, Fundador de la Escuela de Shiatzu Kan Gen Ryu(r) en 1992. Director del Instituto Internacional de Qi Gong Argentina [www.iiqgargentina.com.ar](http://www.iiqgargentina.com.ar) E-mail: [carlostroman@gmail.com](mailto:carlostroman@gmail.com) [www.shiatzukanenryu.com.ar](http://www.shiatzukanenryu.com.ar)

# DOS en DANZA

*de Feldenkrais hacia la improvisación*

**De abril a noviembre | 15 a 17 hs**



**Encuentros presenciales:**  
Sábados 18/4 - 6/6 - 29/8 - 7 /11  
Sábado 30/5 encuentro virtual

**ESTUDIO KALMAR STOKOE - CABA**

**Info e inscripción**  
[autoconciencia.improvisacion@gmail.com](mailto:autoconciencia.improvisacion@gmail.com)  
**11 4424 2206**

**Marcela Bretschneider | Método Feldenkrais**  
**Mariana Danani | Improvisación en danza**



CENTRO DE INVESTIGACIÓN & ESTUDIOS CORPORALES  
FUNDADORA: SILVIA MAMANA

**Formación y perfeccionamiento para profesionales de la educación, el arte y la salud**

Sedes del CIEC:  
Palermo (CABA),  
La Plata, Maschwitz (Bs. As.),  
Martínez, (Bs. As.),  
Asunción (Paraguay),  
Carlos Paz (Córdoba),  
Rosario (Santa Fe),  
Santiago del Estero,  
General Roca (Río Negro),  
Bogotá (Colombia),  
Caracas (Venezuela),  
Lima (Perú),  
Madrid (España),  
Montevideo (Uruguay),  
Santiago (Chile),  
Sao Paulo (Brasil).

## ESFEROKINESIS®

"Esferokinesis pone el énfasis en profundizar en los aspectos anatómicos del cuerpo en movimiento, incorporando elementos expresivos y creativos. La inestabilidad, y la estimulación que se produce a través del contacto físico con las esferas brindan nuevas posibilidades para ampliar la conciencia corporal, para lograr cambios en patrones posturales deficientemente organizados, regular el tono muscular y también reorganizar estructuras mentales y emocionales."

SILVIA MAMANA, CREADORA DE ESFEROKINESIS.



**Formación en Esferokinesis®**  
**Educación somática con balones**  
Modalidad de cursada: online en vivo

**Esferokinesis: Capacitaciones especiales**  
**Embarazo y Postparto**  
**Adultos Mayores / Niñez**  
Modalidad de cursada: online

**Cursos cortos de Esferokinesis**  
Online y presencial

**Clases de Esferokinesis**  
Online y presencial



CENTRO DE INVESTIGACIÓN & ESTUDIOS CORPORALES  
FUNDADORA: SILVIA MAMANA

e-mail: [ciec@esferokinesis.com](mailto:ciec@esferokinesis.com) [www.esferokinesis.com](http://www.esferokinesis.com)  
Instagram: [@Esferokinesis.Argentina](https://www.instagram.com/Esferokinesis.Argentina)



# empatía vs. apatía

**Las manifestaciones en defensa de la universidad pública, las marchas de cada 24 de marzo, las multitudinarias convocatorias de “ni una menos”, la descomunal despedida del Indio Solari... son algunos ejemplos que hacen evidente la resistencia basada en la empatía. La batalla cultural es permanente, y la lucha contra la apatía también.**

## vivir significa tomar partido

escriben: Elida Elsa Noverazco, Karina Jousse

**La apatía y la empatía son dos fuerzas emocionales y sociales que influyen profundamente en la forma en que se organiza y evoluciona una sociedad. Aunque ambas forman parte de la experiencia humana, sus efectos colectivos son muy distintos. Mientras la apatía tiende a debilitar los lazos sociales, desalentar la participación y frenar el desarrollo, la empatía fortalece la convivencia, promueve la cooperación y favorece el bienestar común. En este sentido, analizar los efectos perjudiciales de la apatía y los beneficios de la empatía permite comprender mejor los desafíos sociales actuales y pensar posibles caminos de transformación.**

*“La empatía tiene una chispa indescriptible... Dicen por ahí, que la persona que la lleva en el alma, es como esa pequeña luciérnaga que va por el camino compartiendo su luz.”*  
(Anónimo)

La apatía, entendida como falta de interés, motivación o implicación, tiene efectos negativos significativos en una sociedad.

**Uno de los principales perjuicios de la apatía es la disminución de la participación ciudadana.**

Cuando las personas se sienten indiferentes frente a los problemas sociales, políticos o ambientales, tienden a no involucrarse, a no votar, a no exigir cambios ni a colaborar en soluciones colectivas. Esto de-

bilita la democracia, pues hace que las decisiones queden en manos de pequeños grupos activos, que concentran el poder y que se imponen según visiones estrechas, objetivos inmediatos, ambiciones y pasiones personales. Por lo demás, una ciudadanía apática es más fácil de manipular.

**La apatía contribuye a la normalización de las injusticias. Cuando una sociedad pierde la capacidad de indignarse frente a situaciones como la desigualdad, la violencia o la corrupción, estas problemáticas tienden a perpetuarse.**

La falta de reacción colectiva genera un entorno donde lo injusto se vuelve cotidiano y donde las personas dejan de creer en la posibilidad de cambio. Esta resignación puede instalar una cultura de conformismo que limita el progreso social.

**Otro aspecto perjudicial es el debilitamiento del tejido social.**

Las comunidades se sostienen en vínculos de confianza, solidaridad y colaboración. Cuando predomina la indiferencia, las personas tienden a aislarse, a preocuparse únicamente por sus intereses individuales y a desconectarse de los demás. Esto reduce el sentido de pertenencia y dificulta la construcción de proyectos comunes. En contextos de crisis, como desastres naturales o emergencias económicas, una sociedad apática responde con menor eficacia, ya que carece de cohesión y de redes de apoyo.

**La apatía también impacta en el ámbito cultural y educativo.**

La falta de interés por aprender, por cuestionar o por crear limita el desarrollo del conocimiento y la innovación. Una sociedad apática puede volverse estancada, con poca capacidad para impulsar cambios o generar nuevas ideas. Esto afecta la riqueza cultural, la diversidad de pensamiento y también el crecimiento económico.

**Es importante y necesario reconocer que la apatía no surge de la nada. Casi siempre es el resultado de experiencias prolongadas de frustración, desigualdad o falta de oportunidades.**

Cuando las personas sienten que sus acciones no tienen impacto, pueden desarrollar una actitud de indiferencia como mecanismo de defensa. Por eso, combatir la apatía no implica sólo exigir participación, sino también generar condiciones reales para que esa participación sea significativa.

En *Odio a los indiferentes* (1917), texto de juventud del filósofo italiano Antonio Gramsci, éste recopila artículos y discursos propios que pretenden ser un grito inspirador de la lucha contra fenómenos como la apatía o la sumisión a poderes establecidos que coartan la libertad del ciudadano.

**Gramsci plantea que la apatía no es neutral; es una forma de complicidad pasiva que permite que otros decidan el destino colectivo.**

En este sentido expresa: *Odio a los indiferentes. Creo, como Friedrich Hebbel (poeta y dramaturgo alemán), que «vivir significa tomar partido».* No

continúa en la página siguiente

## empatía Vs. apatía

viene de la página anterior

pueden existir quienes sean solamente hombres, extraños a la ciudad. Quien realmente vive no puede no ser ciudadano, no tomar partido. La indiferencia es apatía, es parasitismo, es cobardía, no es vida. La indiferencia es el peso muerto de la historia. Es la bola de plomo para el innovador, es la materia inerte en la que a menudo se ahogan los entusiasmos más brillantes...

La indiferencia tiene consecuencias reales y profundas en la historia. Opera pasivamente, pero opera. Lo que sucede, sea el mal que se abate sobre todos, sea el posible bien que un acto heroico puede generar, no es tanto debido a la iniciativa de los pocos que trabajan, como a la apatía, que permite que otros actúen sin oposición. En palabras de Gramsci: "Lo que ocurre no ocurre tanto porque algunas personas quieren que eso ocurra, sino porque una masa pasiva abdica de su voluntad, deja que se aten los nudos que luego sólo la espada puede cortar, deja promulgar leyes que después sólo la revuelta podrá derogar..."

Pero nadie o muy pocos culpan a su propia indiferencia, a su escepticismo, a no haber ofrecido sus manos y su actividad para evitar ese mal, para combatir en procurar un bien.

**Un fuerte sentido de la responsabilidad histórica nos quiere a todos activos en la vida, no admite apatías, escepticismos e indiferencias de ningún género, pues nada de lo que sucede se debe al azar, a la fatalidad, sino a la obra inteligente de los ciudadanos.**



### Empatía

En contraste, la empatía tiene un impacto profundamente positivo en la sociedad. La empatía es la capacidad de comprender y compartir los sentimientos de los demás, de ponerse en el lugar del otro. Este rasgo es fundamental para la convivencia, ya que permite reconocer la humanidad en los demás y actuar en consecuencia.

**Uno de los principales beneficios de la empatía es la promoción de la justicia social. Cuando las personas son capaces de percibir el sufrimiento ajeno, aumenta la probabilidad de que se movilicen para reducirlo. La empatía impulsa acciones solidarias, desde ayudar a alguien en necesidad hasta apoyar políticas públicas que busquen reducir la desigualdad. De esta manera, contribuye a construir sociedades más equitativas.**

La empatía también fortalece la cohesión social. Al comprender y valorar las experiencias de los demás, se reducen los prejuicios y la discriminación. Esto es especialmente importante en sociedades diversas, donde conviven personas con diferentes culturas, creencias y estilos de vida. La empatía facilita el diálogo, el respeto y la convivencia pacífica, creando un entorno donde las diferencias no son motivo de conflicto, sino de enriquecimiento mutuo.

Otro beneficio clave de la empatía es la mejora en la resolución de conflictos. En lugar de reaccionar con agresividad o indiferencia, una persona empática procura acoger las perspectivas de los demás y encontrar soluciones que contemplen múltiples intereses. Esto no sólo reduce la violencia, sino que también permite construir acuerdos más duraderos y justos.

En el ámbito educativo, la empatía favorece entornos de aprendizaje más inclusivos y colaborativos. Los estudiantes que desarrollan empatía tienden a trabajar mejor en equipo, a respetar las diferencias y a apoyar a sus compañeros. Esto no sólo mejora el rendimiento académico, sino que también forma ciudadanos más conscientes y comprometidos.

A nivel más amplio, la empatía es esencial para enfrentar desafíos globales como el cambio climático, la pobreza o las migraciones. Estos problemas requieren cooperación y una visión que trascienda los intereses individuales o nacionales. La empatía permite reconocer que las acciones de unos afectan a otros, y que el bienestar colectivo depende de la responsabilidad compartida.

**En síntesis, la apatía perjudica a la sociedad al debilitar la participación, normalizar las injusticias, fragmentar los vínculos sociales y frenar el desarrollo. La empatía, en cambio, la beneficia al promover la solidaridad, la justicia, la cohesión y la cooperación. No se trata de eliminar completamente la apatía, ya que en ciertos contextos puede cumplir una función de protección individual, sino de evitar que se convierta en una actitud dominante. Fomentar la empatía, por otro lado, implica educar en la sensibilidad, crear espacios de encuentro y promover valores que prioricen el bien común.**

El equilibrio entre ambas dimensiones puede marcar la diferencia entre una sociedad fragmentada y una sociedad capaz de crecer de manera conjunta, reconociendo tanto las necesidades individuales como las colectivas.

### Antídotos para resistir

Muchas veces sentimos que en este mun-

continúa en la página siguiente



**ESFEROBALONES ESCUELA DE ESFERODINAMIA REORGANIZACIÓN POSTURAL EDUCACIÓN SOMÁTICA**

**CERTIFICACIÓN EN ESFERODINAMIA PARA EL EMBARAZO, TRABAJO DE PARTO Y POSPARTO 2026**

**Actividades 2026**

Certificación en Esferodinamia para el Embarazo, Trabajo de Parto y Posparto 2026

Módulos I, II y III en la Modalidad Virtual y Módulo IV en Modalidad Presencial Ciudad Autónoma de Buenos Aires - 2026

Capacitación Teórico Práctica: "El Perine" Centro organizador de la Actitud Postural y sus conexiones orgánicas con el movimiento

Clases de Esferodinamia para Embarazadas Encuentros con Acompañantes

**Coordinan Anabella Lozano y Marian Durán**



Modalidad Virtual sincrónicas y Modalidad Presencial 

[www.esferobalones.com](http://www.esferobalones.com)  [certificacionesferodinamia2026@gmail.com](mailto:certificacionesferodinamia2026@gmail.com)

 Esferobalones-Escuela de Esferodinamia  @esferobalones / @embarazadasyesferodinamia



**INSTITUTO INTERNACIONAL DE QI GONG ARGENTINA**

**CURSO DE PROFESOR/A DE QI GONG (Chi Kung)**

Inician en marzo 2026 en CABA y Olivos. 3 años de duración. Prácticas en Hospitales

**Qi Gong 6 Sonidos Terapéuticos (Taoistas)**  
(seminario bimestral)

**Qi Gong de la Escuela Puerta del Dragón (Lung Men)**  
Movimientos y sonidos para purificar los órganos  
Comienza en julio 2026

**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 4/7/26 en Palermo, con Daniel Letieri y Carlos Trosman.

**OLIVOS** 1er sábado de cada mes. Horario de 9 a 17hs. con Guillermo Cid.

SE PUEDE PARTICIPAR DEL SEMINARIO EN FORMA UNITARIA  
Para todo público. Vacantes limitadas.  
Se entrega material didáctico y Certificados de Asistencia

**ABIERTA LA INSCRIPCIÓN**

**VIAJE A CHINA EN AGOSTO 2026**  
con el iiQG Argentina y el iiQG España

Viaje de inmersión en el Yang Sheng (Cultivo de la Salud) y el Qi Gong. 25 días en China (del 2 al 25 de agosto 2026)  
Qi Gong Misterioso de la Osa Mayor "Bei Dou Xuan Gong".  
Yang Sheng, el Cultivo de la Salud. Qi Gong Tibetano, Cantos Sagrados y Meditación.  
(Consultar por costos y vacantes)

**CLASES GRATUITAS DE QI GONG EN HOSPITALES PÚBLICOS Y PLAZAS**  
Consultar en [www.iiqgargentina.com.ar/clases/](http://www.iiqgargentina.com.ar/clases/)

Informes e inscripción: [www.iiqgargentina.com.ar](http://www.iiqgargentina.com.ar)  
 [contacto@iiqgargentina.com.ar](mailto:contacto@iiqgargentina.com.ar)  +54 9 11 6656-5215

## empatía Vs. apatía

viene de la página anterior

do, esta cultura, esta política... nos prefieren apáticos, sin entusiasmo para protestas, manifestaciones, acciones y reacciones colectivas... Tenemos que buscar antidotos para esas tendencias a la quietud que nos intoxican.

La apatía no es simplemente pereza, sino un estado de desconexión emocional y falta de motivación. Como ya hemos señalado, puede tener causas individuales, como el cansancio o ciertos estados anímicos, pero también se vincula con factores sociales que desalientan la participación. En algunos casos, incluso puede relacionarse con mecanismos de defensa del organismo frente al estrés, que llevan a una actitud de retraimiento, "congelamiento" o "parálisis".

**En este sentido, el movimiento corporal se vuelve una herramienta fundamental para contrarrestar la apatía.**

Por su parte, la empatía puede entenderse como la capacidad de percibir y considerar la experiencia del otro, lo que orienta nuestras acciones hacia el cuidado: "no hago esto porque sé que puede dañar al otro".

En este marco, Danza Armonizadora se presenta como una herramienta poderosa para trabajar la bidimensionalidad del sentir: rescatar a la persona de la apatía y, simultáneamente, cultivar una empatía consciente y situada.

En la práctica de la danza, la empatía se construye a partir de la conciencia del espacio compartido y del reconocimiento del otro como un sujeto sensible. De este modo, el cuerpo en movimiento no sólo expresa, sino que también vincula, habilitando formas de interacción más atentas, respetuosas y solidarias.

### El Despertar del Impulso Vital

Danza armonizadora utiliza el movimiento rítmico para reactivar la circulación y el tono muscular. Al mover el cuerpo, el cerebro recibe señales de que el estado de "retraimiento" ha terminado, liberando endorfinas y dopamina, neurotransmisores claves para recuperar el placer y la iniciativa.

En tanto que la empatía requiere una atención plena al aquí y ahora, la apatía suele estar asociada al desinterés y desconexión del presente. En este aspecto, Danza Armonizadora utiliza herramientas como el ritmo y la improvisación para anclar a la persona en el momento presente. Desde ahí, la transición hacia la empatía se vuelve más accesible.

### El cuerpo como espejo

Al bailar en grupo, observamos y, a veces, replicamos suavemente los movimientos de los demás. Esto activa las neuronas espejo, la base biológica de la empatía, permitiéndonos "sentir" el estado emocional del compañero a través de su lenguaje corporal.

**Al experimentar el cansancio o la alegría en el movimiento del otro, al vivenciar el esfuerzo o la ligereza del otro en el propio cuerpo, desarrollamos una compasión más profunda y orgánica.**

Bailar al mismo compás que otra persona crea una sincronía biológica. Esta "resonancia rítmica" reduce las barreras defensivas del ego y fomenta una sensación de pertenencia y comprensión mutua sin necesidad de juicios verbales.

Danza Armonizadora no sólo "activa" al apático, sino que le enseña a canalizar esa nueva energía hacia los demás.

### La Interocepción: Escuchar al Cuerpo

Muchas veces, quien sufre apatía no sabe explicar qué le pasa y la danza permite que el cuerpo "hable" a través de gestos. Un movimiento expansivo de brazos, por ejemplo, puede simbolizar la apertura al mundo



"Señales", ensayo, foto Pablo Navazo

que la mente aún no puede verbalizar.

El cuerpo, al moverse lentamente o incluso al quedarse quieto, está comunicando algo que necesita ser escuchado. La capacidad de percibir señales internas – como los latidos o la tensión muscular– se denomina **interocepción**.

**Una buena interocepción permite reconocer las emociones antes de que nos desborden, facilitando la regulación emocional y una toma de decisiones más consciente. Ayuda a diferenciar entre la empatía (sentir con el otro) y el contagio emocional (sufrir como el otro), evitando que la persona se abrume y regrese a la apatía como forma de resguardo.**

Un punto clave es que la apatía no debe ser vista como un estado negativo que hay que eliminar, sino como una señal que merece ser escuchada. Desde Danza Armonizadora, cada estado emocional tiene un propósito. La apatía puede indicar cansancio, saturación emocional o la necesidad de pausa. En ese sentido, puede ser el primer paso hacia una reconexión más profunda.

Por su parte, la empatía puede entenderse como un estado de armonía en expansión. Sin embargo, también requiere equilibrio. Una empatía desbordada puede llevar a la sobrecarga emocional, especialmente si no hay una base sólida de autoconciencia. La empatía saludable no implica perderse en el otro, sino mantener un centro propio mientras se establece una conexión genuina.

### La apatía aísla y la danza integra

La práctica de Danza Armonizadora no se limita al movimiento físico, sino que busca integrar cuerpo, emoción y conciencia, promoviendo un equilibrio interno que se refleja en la forma en que nos relacionamos con nosotros mismos y con los demás. A través del movimiento, es posible desbloquear emociones, activar la energía vital y recuperar la capacidad de conexión. No se trata de ejecutar pasos específicos, sino de habitar el

movimiento con conciencia. Incluso un gesto mínimo puede ser significativo si está sostenido por una intención interna.

Desde esta perspectiva, la apatía no es simplemente falta de interés o desconexión emocional, sino un estado de desarmonía interna. La persona apática no necesariamente carece de sensibilidad, sino que su capacidad de sentir está momentáneamente inhibida. Es como si el cuerpo y la emoción estuvieran desincronizados, generando una sensación de vacío o bloqueo. Este estado puede manifestarse como movimientos rígidos, repetitivos o, incluso, en la ausencia de impulso para moverse.

En cambio, la empatía se entiende como un flujo activo de conexión: es la capacidad de resonar tanto con las emociones propias como con las ajenas, permitiendo que el movimiento se vuelva más orgánico, expresivo y consciente. La empatía se traduce en movimientos fluidos, en la escucha del cuerpo y en la apertura hacia el entorno; en mayor expresividad y disponibilidad corporal. La empatía no implica únicamente "sentir por el otro", sino también reconocer lo que sucede dentro de uno mismo y permitir que eso se exprese de manera auténtica.

El trabajo en grupo dentro de Danza Armonizadora amplifica esta experiencia. La apatía puede diluirse al entrar en contacto con la energía colectiva, mientras que la empatía se fortalece al percibir y responder a los movimientos de otros. Se genera una especie de "campo compartido" donde cada persona influye y es influida, creando una dinámica de co-regulación emocional.

**En términos energéticos, podría decirse que la apatía implica una contracción, mientras que la empatía implica una expansión. Danza Armonizadora trabaja con esta polaridad, permitiendo que el cuerpo explore ambos estados sin forzarlos. A través de dinámicas de contracción y expansión, se facilita un equilibrio que integra ambas experiencias.**

En conclusión, la apatía y la empatía no deben entenderse como estados opuestos en conflicto, sino como momentos de un mismo proceso de regulación y conexión. La apatía puede constituir el punto de partida para una reconexión profunda, mientras que la empatía representa un estado de fluidez y apertura. En este recorrido, el movimiento consciente actúa como un medio para transitar entre ambos, integrando la experiencia corporal, emocional y vincular. De este modo, la danza se convierte en una herramienta no sólo artística, sino también terapéutica, capaz de transformar la forma en que habitamos nuestras emociones y nos vinculamos con el mundo.

### De la reconexión corporal a la responsabilidad colectiva

Gran parte de la tarea que nos toca como sociedad consiste en ampliar las oportunidades para construir respeto y reconocimiento hacia el otro, para sensibilizarnos ante el sufrimiento ajeno. Cuando se es apático o indiferente, la otra persona es invisibilizada o se la construye como no digna de nuestro acercamiento o consideración. Se la destituye de la categoría de semejante y, en ese gesto, se la deshumaniza. En este sentido, como señala la psicoanalista argentina Silvia Bleichman, "La crueldad no es solamente el ejercicio malvado sobre el otro, sino que es también la indiferencia ante el sufrimiento del otro"<sup>1</sup>.

Reconocer el país que construimos –o que deconstruimos– es un paso necesario para poder educarnos en el país que queremos habitar. Ver en el otro a un semejante implica comprender que no estamos solos en este mundo y que, por tanto, es preciso que, al actuar, tengamos en cuenta que lo que hagamos sea bueno para nosotros y también para los demás. Supone establecer vínculos basados en la solidaridad y el cuidado mutuo.

**Reparar en la presencia del otro, estar atentos a sus necesidades, implicarnos, constituyen diferentes aspectos de una solidaridad que, en el marco del respeto por los derechos humanos y la búsqueda del bien común, no es un acto de caridad, sino una responsabilidad colectiva.**

En esta misma línea, la canción "A un semejante" de Eladia Blázquez expresa con claridad esta necesidad de encuentro cuando afirma:

*Veni, charlemos, sentate un poco  
¿No ves, no ves que sos mi semejante?  
A ver, probemos, hermano loco  
Salvar el alma cuanto antes  
Es un asombro tener tu hombro  
Y es un milagro la ternura  
Sentir tu mano fraternal  
Saber que siempre para vos  
El bien es bien y el mal es mal...*

Este reconocimiento del otro como igual, como alguien que siente y padece, se vuelve el punto de partida para toda forma de empatía y de compromiso. Frente a un mundo percibido como árido –"sembrando amor en un desierto", dirá Eladia–, la respuesta no puede ser la indiferencia, sino la construcción activa de vínculos basados en la compasión, en la ternura y en la responsabilidad compartida.

La apatía es, en este sentido, un espejo incómodo de nuestro presente. Mirarla de frente es el primer paso para poder transformarla.

Nota:

<sup>1</sup> Bleichman, Silvia (2005). La subjetividad en riesgo. Buenos Aires, Topía Editorial.

**Elida Elsa Noverzco** es Creadora del método Danza Armonizadora. **Karina Jousse** es Profesora de la misma disciplina.

# la incertidumbre hoy

La idea de pintar este panorama no es aumentar la indignación, sino promover debates y acciones que, dentro de nuestras posibilidades, nos alejen de la apatía y estimulen la empatía.

escribe: Carlos Martos

A lo largo de la historia, distintos pensadores han tratado de definir, comprender y aceptar la incertidumbre como parte inherente de la existencia humana, ofreciendo conclusiones que siguen siendo relevantes hoy en día.

**Descartes** marcó un hito al convertir la incertidumbre en el centro de su método filosófico. Su «duda metódica» implicaba poner en tela de juicio todo aquello que pudiera ser cuestionado, hasta llegar a una certeza indudable. «Si quieres ser un verdadero buscador de la verdad, es necesario que al menos una vez en tu vida dudes, en la medida de lo posible, de todas las cosas». Ese era el único punto de partida que consideraba incuestionable.

**Immanuel Kant** En su *Crítica de la razón pura*, afirmó que los seres humanos solo pueden conocer los fenómenos, es decir, la apariencia de las cosas, pero no las cosas en sí mismas. Esta distinción plantea un límite infranqueable al conocimiento humano y refuerza la idea de que la incertidumbre es ineludible.

**Søren Kierkegaard** la aceptó como una parte esencial de la existencia humana, especialmente en el ámbito de la fe.

**Jean-Paul Sartre**, desde su perspectiva existencialista defiende que al no haber un destino predeterminado, cada individuo tiene que tomar decisiones todo el tiempo sin la garantía de un resultado correcto.

Para un mundo en constante cambio, donde las pocas certezas que existían se han desvanecido, el sociólogo y filósofo polaco **Zygmunt Bauman** propuso el concepto de «modernidad líquida». La clave está en adaptarse a un entorno siempre cambiante, aceptando la incertidumbre como una condición permanente de la vida moderna.

## Y ¿cómo se ve la incertidumbre hoy?

La incertidumbre sostenida genera un desgaste cognitivo y emotivo que suele derivar en apatía. Al no poder predecir el futuro inmediato, el cerebro, como mecanismo de defensa y ahorro de energía, reduce la motivación y la iniciativa.

Incertidumbre es la mejor palabra que se me ocurre para definir esta época. Esta incertidumbre que abarca la economía, lo social y lo político no solo es personal, sino que afecta todas las esferas de lo público y lo privado. Esto no sólo ocurre en nuestro país, el mundo es un polvorín, (no hay más que ver la masacre en Gaza) hay guerras, disputas comerciales, litigios fronterizos, violencia por doquier. América, Europa, buena parte de Asia y África han retomado una carrera armamentística restando recursos a la salud y la educación de sus pueblos, vuelven enfermedades que se creían erradicadas como la tuberculosis y otras, también consideradas enfermedades de la pobreza, en este aspecto el panorama es francamente desalentador. También hay una proliferación de viejas y nuevas pestes (covid, dengue,

chicunguña, hanta virus, mal de chagas, ébola, etc.) a las que se suman las llamadas superbacterias resistentes a los antibióticos, además de una serie de virus desconocidos.

Por otro lado el cambio climático con sus consecuencias de sequías prolongadas que provocan incendios y lluvias excesivas que producen inundaciones hace su aporte perjudicando la vida de millones de personas.

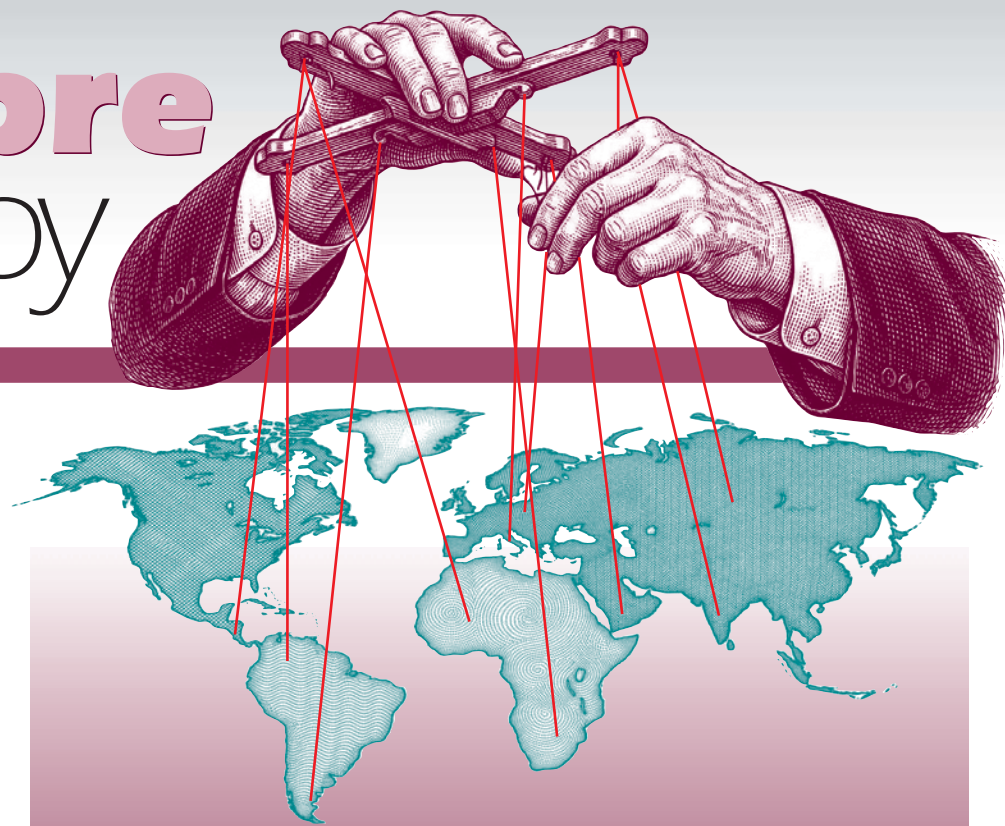
Todo esto es producto de la depredación irracional de nuestro planeta llevada a cabo por los mismos que en lugar de cesar en la destrucción de la naturaleza, siguen con su creencia mesiánica de que la tecnología resolverá todo. Y mientras tanto algunos falsos profetas como Elon Musk y Peter Thiel alucinan con colonizar la Luna y Marte en tanto millones de personas pasan hambre en nuestro planeta.

Peter Thiel acaba de comprar una lujosa residencia en barrio Parque (la zona más cara de la ciudad de Buenos Aires) con la intención de radicarse en nuestro país, y dialoga frecuentemente con nuestro presidente. En Milei, Thiel tiene un aliado ideológico. Este multimillonario del sector tecnológico e influyente donante de la derecha política en EE.UU., es fundador de la empresa de IA Palantir que se especializa en el procesamiento de millones de datos. Según trascendió, la mudanza de Thiel se da a partir de la presentación de un proyecto en California (su lugar de residencia habitual) que busca aplicar un impuesto del 5% a las grandes fortunas.

Ante este panorama, uno de los hechos más notables de estos tiempos es que los poderosos, el poder que opera por encima de los gobiernos electos, (o sea el sistema económico establecido, el famoso *establishment* que nunca va a elecciones) ha logrado, sobre todo a través de la manipulación que ejercen los medios de comunicación, que los sectores más perjudicados de la sociedad voten contra sus propios intereses, es decir voten a sus verdugos.

En esta etapa el capitalismo ha subordinado la producción a las finanzas, y progresivamente vamos viendo que los sectores dominantes han mutado de las grandes corporaciones multinacionales a un puñado de tecnomillonarios, y a los autodenominados fondos de inversión, (en la práctica fondos buitres).

Algunos de estos tecnomagnates son conocidos; Elon Musk (Tesla, Starlink, X, Space X), Jeff Bezos (Amazon), Mark Zuckerberg (Facebook, Meta), Sam Altman (OpenAI), Bill Gates (Microsoft), Larry Page y Sergey Brin (Google), Tim Cook (Apple), Jensen Huang (Nvidia), Peter Thiel (Pay Pal y Palantir) y algún otro como Lee Jae-Yong (Samsung). Es-



tos individuos (casi todos de EE.UU.) acumulan dinero y poder sin límites y toman decisiones que moldean un mundo donde los ricos son cada vez más ricos y los pobres cada vez más pobres. La mayoría de estas empresas tienen algún vínculo con el denominado complejo militar industrial norteamericano y aportan sus conocimientos para dominar el mundo. Ya a mediados del siglo pasado el entonces presidente Dwight Eisenhower advirtió sobre el peligro para la democracia que representaba este complejo militar, en particular sobre el déficit que este generaba y los contratos que el gobierno tenía con los fabricantes privados de armamento. Hoy vemos que Palantir Technologies es una polémica empresa de software estadounidense especializada en el análisis masivo de datos e inteligencia artificial. Fundada en 2003 con apoyo de la CIA, su objetivo principal es integrar información dispersa para que gobiernos y corporaciones tomen decisiones estratégicas; su dueño Peter Thiel impulsa la vigilancia global y propone reemplazar la democracia por empresas.

La investigadora y periodista Valeria Di Croce, Magister en Comunicación e Imagen Institucional (UCAECE -Fundación Walter Benjamin), reflexiona sobre estos temas en sus libros y en diversas entrevistas.

Entre ellas recomendamos ver *El Sueño de Peter Thiel y sus amigos* <https://www.youtube.com/live/QtFFdPeDaCk?si=Nv0jmhuje9je10p>

China tampoco se queda atrás en estas cuestiones y ha instalado millones de cámaras para reconocimiento facial y así, con la excusa de la seguridad, controlar y vigilar cada vez más a su población.

Es cierto que los avances tecnológicos se suceden a una velocidad pasmosa (drones, chips, Apps. IA). Y que en algunos casos mejoran la vida de la gente, pero justamente la velocidad de esos cambios es tal que en general no podemos procesarlos. Una aclaración necesaria; "la inteligencia artificial no es neutral: los algoritmos internalizan y codifican los discursos dominantes, que son occidentales, heteropatriarcales y machistas", explica Delfina Gilli, maestranda en Humanidades Aumentadas (UNR) y creadora del Laboratorio de IA Feminista (LABIAF), un espacio horizontal de debate y estudio de las nuevas tecnologías.

Al revés de lo que ha venido sucediendo durante miles de años cuando los ancianos acumulaban una experiencia útil, hoy ese conocimiento está obsoleto y paradójicamente los nietos le enseñan a los abuelos el

manejo de las computadoras y los llamados teléfonos inteligentes. Niños y jóvenes también aprenden y usan asiduamente la Inteligencia Artificial, aunque muchos especialistas advierten que no hay que exagerar con el uso indiscriminado de la misma.

Si ese exceso se produce a una edad muy temprana puede originar una suerte de "sedentarismo intelectual" que termina provocando una menor agilidad mental en todos los ámbitos. Un riesgo del que tampoco estamos exentos en la adultez.

Muchos oficios se van extinguiendo y van siendo desplazados por nuevas tecnologías, esto trae como consecuencia un enorme aumento de la desocupación y así millones de personas van quedando de lado, sin rumbo y con secuelas negativas en su salud física y psíquica (la depresión es una de las pandemias de nuestra época).

Retomando a Zygmunt Bauman, su pensamiento es tajante, y es a la vez un desafío y un estímulo: «La incertidumbre es la única certeza que queda, y saber cómo vivir con la inseguridad es la única seguridad».

Ahora bien, no damos este panorama con el único objetivo de aumentar la indignación. La idea es estimular el debate, ampliar nuestros conocimientos sobre estos temas fundamentales que están poco difundidos, salir del pensamiento de cabotaje. Generar encuentros presenciales que nos ayuden a superar los bajones anímicos que nos produce esta realidad, encuentros que nos proporcionen el placer de abrazarnos y, si es posible, comer rico y reírnos juntos. Crear espacios donde no sea aceptable ser racista, xenófobo, misógino o fascista. Participar en las manifestaciones públicas que defiendan nuestras ideas. No ceder a las soluciones fáciles que nos ofrecen servicios cómodos a cambio de información que debería ser privada, negarnos a aportar nuestros datos personales si no es absolutamente imprescindible... Y preguntarnos ¿qué podemos hacer juntos los que pensamos diferente? ¿qué opciones tenemos de organizar grupos de intercambio, trabajo, producción...? ¿Cómo creamos estrategias, dentro de nuestras posibilidades, para enfrentar las ideas y las acciones de estos nuevos dueños del mundo? Como decía el escritor italiano Italo Calvino, "saber reconocer quién y qué, en medio del infierno, no es infierno, y hacerlo durar, y darle espacio".

Las respuestas están en nosotros...

Carlos Martos es documentalista y geógrafo. Co-editor de Kiné.

# ¿y si no fuera apatía?

En nuestra edición anterior la autora se refirió al tema empatía, (ver Kiné N°171, pág. 13). En esta oportunidad considero necesario explicitar que apatía puede no ser lo contrario de empatía.

escribe: Gabriela González López

Apatía hace referencia a falta de interés, desgano, abulia, desidia. Es decir que es un estado de impasibilidad general o referido a alguna situación específica. Así como empatía tiene toda una consistente fundamentación filosófica, apatía es una afección del ánimo, un síntoma negativo divergente de la significación original. Nos dice el diccionario de filosofía Herder que la palabra proviene del griego *apatheia*, formado por *pathés*, afección, sentimiento, emoción; precedido por la partícula privativa *a* (prefijo de negación que indica carencia y convierte el término en su antónimo: desapasionado, insensible, apático).

En Filosofía, los estoicos y los cínicos aspiraban a la ausencia de afecciones, emociones, sentimientos y pasiones, y apatía era el ideal moral del sabio. Muchos siglos después **apatía** es sinónimo de indolencia e inactividad, en un sentido muy diferente al de los estoicos. El diccionario de la RAE propone varios sinónimos: desidia, dejadez, pereza, desinterés, desgano, abandono y, entre otros, dos que me dejaron sorprendida: pelotudez, boludez(!).

Pero la apatía puede ser un estado en el que nos vean los demás, aunque nosotros no nos sintamos así. Es decir, la falta de ánimo para hacer **alguna** determinada cosa no necesariamente significa que sea un estado anímico **total** general.

Vivimos en una época donde se licúa la idea de privacidad, incluso, por propia voluntad: gente que no conocemos puede saber lo que pensamos, cómo nos sentimos, cuáles son nuestras emociones, nuestros paseos, nuestros lugares favoritos, a partir de lo que compartimos a través de las re-

des sociales. Vivimos en la hiper reactividad: una época en la cual nos vamos acostumbrando a responder cual perritos pavlovianos a todos los estímulos, las notificaciones del teléfono, los corazoncitos del Instagram, los mensajes de whatsapp. Las reacciones emocionales todo el tiempo nos están acicateando a través de un dispositivo que sostenemos en la palma de nuestra mano. Ese mismo dispositivo nos propone actitudes posibles, reacciones posibles o esperables de acuerdo con lo que interpreta de nosotros el algoritmo.

En este contexto cabe preguntarse, ¿qué es lo que interpretamos como apatía? A veces se puede leer como apatía la necesidad de reconstituirse o estar hacia adentro. O simplemente el deseo de hacer una cosa distinta a la que nos están proponiendo o se supone que tenemos que hacer.

**Volviendo a la definición del diccionario: ¿qué tiene de malo la pereza en este contexto de agotamiento, de hiper conectividad vacía, de sobreestimulación emocional y sensorial?**

La doctora Nazareth Castellanos en su libro *Neurociencia del cuerpo* (2022) propone que los sentidos debieran ser 7 en vez de 5. Y a los ya conocidos vista, gusto, olfato tacto y audición suma interpercepción y propiocepción. Define la interpercepción como "el proceso por el cual el sistema nervioso detecta, interpreta e integra las seña-

les que se originan en el organismo con el fin de generar un mapa interno constante y dinámico consciente e inconsciente". Luego, al describir el sistema somatosensorial nos explica sobre la propiocepción y cómo movimiento, sensaciones y posición corporal están fuertemente relacionados. Agrega que "al igual que la interocepción, la propiocepción no es una información que el cerebro conozca para estar al corriente del cuerpo." No es sólo eso, sino que Interpercepción y propiocepción deben ser considerados **sentidos**. "Es decir que el cerebro requiere de ellos para poder coordinar su actividad. El organismo, las sensaciones que recibimos del cuerpo y nuestra postura influyen radicalmente en el cerebro." Como vemos, la doctora Castellanos no sólo rebate los ideales de sabiduría de los estoicos; además se acerca a las teorías de la filósofa Martha Nussbaum que propone que **la emoción es cognición**.

**Nazareth Castellanos sostiene que investigaciones universitarias demuestran que las personas con conciencia corporal más desarrollada toman mejores decisiones.**

Con esta perspectiva cabe pensar si no es necesario preguntarnos, enfocándonos en nuestras emociones y nuestro cuerpo, cuando sentimos que no tenemos energía para hacer algo o que no deseamos hacer algo que nos están proponiendo o que nos



parece que no tenemos ganas de nada: ¿qué necesito?, ¿qué me entusiasma?, ¿qué me gratifica? Quizás tomarnos 10 minutos para hacer unos ejercicios de enraizamiento y volvernos a preguntar.

Es importante autorregularse, escucharse, no estar exponiéndonos todo el tiempo a situaciones de shock o manoseo emocional. A veces se confunde con apatía otras cosas porque se ven desde una perspectiva externa o de un mandato sobre el que se tendría que estar respondiendo de otra manera o reaccionando de otra manera.

**Pero desde una perspectiva propioceptiva es necesario no estar hiper reactivos todo el tiempo, para poder estar íntegros.**

Vivimos tiempos que pueden despertar la necesidad de retirarse, de a ratos, de la realidad abrumadora, recuperar el sentimiento de privacidad e intimidad, de autoescucha. Es decir, una opción saludable...

**Gabriela González López** Artista escénica multidisciplinaria, Investigadora, Docente. Profesora titular de cátedra de Entrenamiento Corporal del Actor en la UNA. Coordina los talleres Cuerpo y Artes Escénicas. Actualmente está llevando adelante una investigación sobre la invisibilización histórica del trabajo de dramaturgas y directoras. Cuando era niña, tenía como aspiración ser persona.

FUNDADA EN 1992



**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

**TALLERES DE SHIATZU Kan Gen Ryu®**

-SÁBADO 18 de JULIO de 9 a 13 hs  
**SHIATZU EN LA ESPALDA:**  
Puntos de diagnóstico y tratamiento. Digitopresión y estiramientos para mejorar dolores de espalda y hombros.

-SÁBADO 13 de SEPTIEMBRE de 9 a 13 hs  
**MOXABUSTIÓN y VENTOSAS**  
Aplicación de calor con hierba china y ventosas para desbloquear la energía y aliviar el dolor. Relaja las contracturas y mejora la circulación.

-SÁBADO 24 de OCTUBRE de 9 a 13 hs  
**REFLEXOLOGÍA CHINA**  
Puntos de Reflexología china en los pies. Masaje de pies.

-SÁBADO 14 de NOVIEMBRE de 9 a 13 hs  
**SHIATZU y AN-MA en SILLA**  
Alivia rápidamente el estrés y los dolores del cuello y los hombros.

SE PUEDE PARTICIPAR DE CUALQUIER TALLER EN FORMA UNITARIA  
Todos los Talleres son teórico-prácticos  
Se entrega material didáctico y Certificados de Asistencia  
Para todo público. Vacantes limitadas.  
Inscripción: [www.shiatzukangenryu.com.ar](http://www.shiatzukangenryu.com.ar)

[www.shiatzukangenryu.com.ar](http://www.shiatzukangenryu.com.ar) | Whatsapp: +54 9 11 6656-5215 | [www.iiqgargentina.com.ar](http://www.iiqgargentina.com.ar)

 Escuela de Shiatzu Kan Gen Ryu
  iiQGArgentina

## PAUSA FELDENKRAIS®

### Angie y Marce





## Clases online regulares abiertas a todo público

### Todos los martes y jueves de 11 a 12 hs (hora Argentina)

Se entregan las grabaciones de cada clase



Anotate o pedí más info:  
[pausa.feldenkrais@gmail.com](mailto:pausa.feldenkrais@gmail.com) 11 4424 2206

# recordando a irupé pau

escribe Julia Pomiés

Así fue la comunicación de Aline Dibarboure

## CERES IRUPÉ PAU

23/9/1935 5/05/2026

Mamá falleció hoy,  
a la tarde, en paz, sin sufrir  
ningún dolor más.

Imágenes, palabras, memorias... el fallecimiento de Irupé Pau, levanta un ventarrón de recuerdos y nostalgias en quienes la conocimos, la estudiamos, aprendimos su técnica, disfrutamos cada clase en la que nos proponía esos viajes hasta el fondo de nuestros huesos, recibimos los beneficios de sus tratamientos y el consiguiente alivio de nuestros malestares, escuchamos los relatos de su historia de lucha contra los dolores propios y ajenos, lucha encarada desde la rebeldía, la creatividad, el coraje, el estudio, y hasta el empecinamiento... y también de su capacidad de sobreponerse, crear una familia amorosa y divertida, formar discípulas, participar en congresos, en viajes... como una más, sin una queja... Nos despedimos celebrando lo compartido y la multiplicación de su legado.



Año 1981, coreografía de Alicia Lipovetzky, con Gabriela Waisman y Zully Altszyler mostrando la Gimnasia Consciente de Irupé y su aplicación a la poética corporal, y la danza.



Caminos, año 1992, Irupé cuenta su historia en la recién creada revista de lo corporal (Kiné número 2). En la página siguiente compartimos gran parte de ese texto.



Irupé muy joven. Aline muy bebé. Impresiona la potencia de los rasgos de Irupé... un rostro fuerte que se mantuvo reconocible y expresivo hasta sus últimos días.



Presentación del libro: 24 de agosto de 2019 en la fundación Arte y Movimiento de Lola Brikman. En la fotografía Irupé, Julia Pomiés y Alicia Lipovetzky.

continúa en la página siguiente

viene de la página anterior

Año 1992, Irupé cuenta parte de su historia en la recién creada Kiné la revista de lo corporal. Aquí compartimos los párrafos principales de ese texto.

## caminos

**Mi escoliosis apareció a los 12 años; una historia frecuente en las desviaciones, según dicen los libros.**

Apareció una saliencia en la espalda, una forma de jorobita no simétrica, Ahí empezaron los pasajes por uno y otro médico y finalmente, a los 14 años, llegamos a un traumatólogo, profesor, que me pone un yeso durante tres meses, cerrado totalmente, del cuello a las caderas. Tres meses sin poderte bañar, a esa edad. Después de esos tres meses me manda gimnasia y un corsé de acero, supongo que era uno de los antecesores del Milwaukee. Esto deja, en general, alguna marca. Callos, huellas, dolor. Aparte de la marca psíquica. Yo tenía una agarradera en las axilas, donde por nueve años me quedaron las esquimos. Y lo mismo en las espinas ilíacas anterosuperiores.

**Usaba el corsé solamente de mañana; y cuando me lo sacaba lo pateaba por toda la habitación, varias veces. Daba vueltas y vueltas pateando el corsé. Creo que eso debe haber sido muy saludable.**

Ojo, que yo he visto correcciones muy buenas con el corsé. Pero me pregunto ¿qué pasa después? Yo he visto correcciones de escoliosis de 40 grados a 0, pero también en esa gente veo falta de movilidad. Importante falta de movilidad, cuando hay corrección. Y a veces tampoco hay corrección.

Mi desviación era muy grande, y aumentaba ininterrumpidamente. Y en ese momento me proponen intervenirme quirúrgicamente. Tuve la intuición (además del conocimiento de una compañera de escuela secundaria ya operada de columna), de que tenía que oponerme. Y dije no. A mí no me operan. No estaba mal la compañera, pero estaba absolutamente limitada en los movimientos, a los 15 años. Ojo, otra vez. No era esa la operación que se hace ahora. (...)

La operación que se hace ahora tiene bastante buenos resultados si se la realiza antes de los 17 años. Yo llegué tarde.

**La operación que se hacía en mi época y que, por suerte no me hicieron, fijaba la columna en la desviación que tenía, porque se hacía solamente a los efectos de que ésta no aumentara. Y yo dije que no. Y corregí.**

Corregí trabajando muy muy concentradamente, muy conscientemente, y con dolor. Con dolor, Y trabajando a permanencia. El primer año tomé una sesión individual y dos colectivas, por semana. Y me saqué el corsé, le di una patada definitiva. Y también al traumatólogo, a decir verdad.

Desde el principio mi trabajo, fue con Inx Bayerthal. Por recomendación de ese mismo especialista. Desde el momento en que me negué a operarme, y mi familia aceptó esa decisión, lo único que hice fue la gimnasia, lo único. Es decir, gimnasia... y Facultad de Medicina. Mi ocupación, de ahí en más estaba clara. Me hice un plan preciso: recibirme de médica y ver de qué manera podría integrar, a algunos tratamientos lo que yo veía que era tan genial como la gimnasia de Inx Bayerthal.

Algunos. Porque son contadas con los dedos de una mano, y no exagero, las aficciones a las que se puede aplicar exclusivamente gimnasia como acción terapéutica. Para esos casos el efecto es más general, siempre moverse bien hace bien, pero estoy hablando de los casos en que el movimiento puede ser el tratamiento específico y único.

Así que mi idea era recibirme de médica para aplicar la gimnasia. Pero la historia se me dio al revés, Tiempo antes de que yo terminara la facultad mi padre se funde. Y yo necesito trabajar...

**Con todo el entrenamiento sobre mí que estaba haciendo con Bayerthal empiezo, de un día para el otro, a dar clases, con su visto bueno que, para quien la conoció, no es ninguna pavada, podía ser más difícil que un examen en una universidad. Así empecé a dar clases a los 24 ó 25 años, antes de recibirme de médica.**

No era demasiado complicado para una mujer montevideana ingresar en Medicina, y hacer una buena carrera. No tan complicado como usar pantalones. Yo sufría de una sensibilidad especial al frío en los ovarios, y eso me acarrea molestias menstruales; entonces el médico me había aconsejado el uso de pantalones. Pero Montevideo no es Buenos Aires, usaba pantalones y los colectiveros no me paraban, tenía que subir y bajar como los canillitas, con el vehículo en movimiento.

En el primer grupo de anatomía éramos 3 mujeres y 17 varones, sin embargo no tuvimos ninguna dificultad. Ya estaba aceptada la mujer como médica. Con todo, un día escuché a uno de los profesores más importantes comentar con otro: "¿Cómo van a estudiar si se arreglan tanto?" O sea que la mujer que estudiaba medicina no podía ir maquillada. Yo pensé bueno, entonces, los hombres tampoco podrían afeitarse. Pero, creo que el prejuicio no iba mucho más allá.

**Bayerthal era una mujer tan reconocida en Uruguay que toda la gente intelectual y toda la gente de teatro -y yo he trabajado con mucha gente de teatro en Montevideo- no dejaba de hacer gimnasia consciente. Y era reconocida por los artistas, por los intelectuales y por la clase alta. Tuvo una incidencia muy importante en la vida cultural de Montevideo.**

Ella llegó a Uruguay con la idea de seguir hacia EE.UU. pero se quedó. Era alemana y tuvo que huir por la guerra, vino en el último barco que salió de Alemania, que fue una locura y en el que mucha gente se rayó irreversiblemente.

Ya en Alemania ella daba clases de gimnasia. Estudió en la Bauhaus. Y hacia este entrenamiento de gimnasia aplicada que ella fue cambiando en gimnasia consciente. Yo asistí como alumna a esa transformación. Sabía muchísimo de medicina; tenía unos libros de anatomía y de fisiología excelentes. También teníamos un esqueleto en el salón. Y, aún haciendo en la facultad un estudio fanático de la anatomía, hubo conceptos fundamentales que los conocí con ella, y no en la Universidad, donde en el curso de anatomía teníamos que diseccionar todo un cuerpo humano. Y eso que yo lo cursé dos veces para aprovechar más esa experiencia. (Entre paréntesis: cuando lo cursé por segunda vez ya había mujeres maquilladas. Así que creo que soy de la última generación que tuvo que ir a la Facultad con la cara lavada.)

Volviendo a Bayerthal, a ella le gustaba y le interesaba mucho la expresión artística. Aunque no eran distintas sus clases para la gente de danza y de teatro que para el resto, con ellos llegaba a formar grupos que tenían mucha más frecuencia y permanencia, que avanzaban todos juntos, y podíamos trabajar mucho más a fondo. Trabajábamos mucho.

Los grupos de danza trabajábamos todos los días, dos o tres horas diarias, con una seriedad bastante desconocida hoy en día. Por lo que he visto pienso que Pina Bauch debe haber hecho cosas parecidas, con la suerte de que el estado alemán le dio una casa y le dio muchas facilidades para su tarea. En Uruguay, Bayerthal se las tuvo que arreglar solita.

Pocos años antes de morir se convirtió su gimnasia consciente en algo que llamó poética corporal. Yo la sigo llamando gimnasia consciente porque voy más a lo básico, a la salud, y a ayudar a que se viva mejor.

**Estudié 13 años con Bayerthal, y sólo interrumpí porque a mi marido lo trasladaron a este país, si no creo que hubiera seguido estudiando permanentemente con ella. Porque es muy lindo nutrirse de la fuente. Y ahora, resulta que la fuente soy yo, y no tengo demasiado donde nutrirme.**

Salvo algunas escapadas, como los estudios que hice con Fedora Aberastury... Tomé bastante tiempo clases de eutonia con Berta Vishnivetz, que, a su vez, fue alumna mía. Tomé algo de Feldenkrais, poco.

Y ahora tengo la realimentación que implica preparar gente en la escuela, que empezó en 1989 -salió la primera promoción en el 91- y donde queremos, además, hacer cursos de profundización y perfeccionamiento para gente ya formada.

En cuanto a mi vida privada... yo me casé con Sergio Dibarboure y tuve mis hijos en Uruguay. Dos, una mujer, Aline, y un varón, Leandro, con sólo un año de diferencia, porque a mi marido -ingeniero- lo trasladaban; primero pensamos que iría a un país muy remoto, y queríamos irnos con el núcleo familiar ya armado.

Finalmente, en vez de Africa resultó Buenos Aires. Y aquí nos vinimos. Pero tenía los chicos muy chicos y hasta que Leandro tuvo dos años yo me quedé en casa dedicada sólo a ellos. Después empecé a tomar algunos alumnos, al principio muy de a poquito porque nadie me conocía. Y terminé medicina recién en el 77.

Fue el tiempo en el que leí menos de lo mío, porque tenía que leer toda la otra medicina. Estudié toda la medicina pero, en realidad, siempre tenía la vista puesta en esto, en los huesos, en las articulaciones, en el movimiento... pero en forma diferente a la kinesiología o la traumatología.

**El hecho de recibirme de médica no cambió nada básicamente en mis clases. Lo que sí cambió mucho fue el trato de los otros médicos. Ellos confían más para derivarme algún paciente o hacer una interconsulta.**

Yo pienso que tienen sus razones, por eso hice el esfuerzo de recibirme. Creo que es necesario tener un título, porque eso acredita al otro que vos, mal o bien, estudiaste determinadas cosas. Creo que, por lo menos en el terreno de la salud, se justifica.

Yo doy clases grupales, consultas médicas y sesiones terapéuticas. Eso es variado, lo cual es muy lindo cuando uno lleva tantos años en una misma tarea. En mi caso son treinta años trabajando y cuarenta en contacto con la misma técnica. Es mucho. Así que esta variación me permite no aburrirme.

Me gustaría que más gente llegara a este tipo de abordaje de sus dificultades. No es que yo pueda solucionar todos los problemas, pero me gustaría mucho solucionar todos los que puedo.

Yo siempre me siento muy bien con el trabajo, pero ahora estoy en una etapa en la que me siento especialmente bien. Me he dado más tiempo, trato de trabajar menos.

Y el proyecto futuro, en grandes rasgos, es escribir y, por supuesto, seguir trabajando "lindo", es decir, salir contenta de cada tarea. •



## MEDICINA ENERGÉTICA BIOLÓGICA CLÍNICA HOMEOPATÍA

### Fundación Dr. Puiggrós

DIAGNÓSTICO Y TRATAMIENTO DE ENFERMEDADES

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

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

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

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

Riobamba 436 - Farmacia: Riobamba 438

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

WhatsApp Farmacia 11 3654 9011

WhatsApp Turnos: 11 3599 6872

E-mail: fundacionpuiggrós@gmail.com farmaciapuiggrós@gmail.com  
encuentropuiggrós.blogspot.com www.farmaciapuiggrós.com.ar



## LIC. SUSANA KESSELMAN

EUTONISTA. CORPODRAMATISTA

ESCUELA DE PSICODRAMA  
Y CORPODRAMA

TALLERES DE EUTONÍA

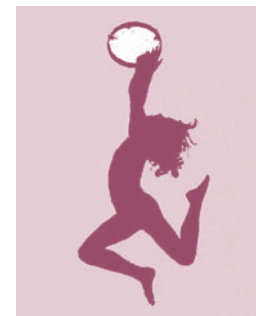
INSTRUCTORADO EN  
RELAJACIÓN ACTIVA

(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

cuerpo, símbolo, diversidad cultural  
otra perspectiva de la

# danza

**La Danza Integradora se fundamenta en la comprensión del cuerpo como un binomio cuerpo-mente, un territorio vivo donde convergen la biología, la historia personal y la cultura. El cuerpo no es solo una estructura física, más allá de su forma, tamaño o color, es también un espacio simbólico que expresa, comunica y construye sentido.**



Grupo Alma ¿Quién es quién?

El cuerpo es una construcción social moldeado por la cultura, una forma de expresar quiénes somos: postura, gestos, mirada, voz, género, identidad, vestimenta, tatuajes, peinados o pertenencia a diversos grupos, comunican mucho sobre una persona. Las instituciones, la medicina, la moda y los medios de comunicación, tienen mucha influencia, en cómo percibimos y cuidamos el cuerpo, imponiendo estándares difíciles de alcanzar. Las personas que tienen cuerpos no aceptados socialmente, quedan en grupos invisibilizados fuera del sistema. Si bien los ideales de belleza cambian según la época y el lugar, cada sociedad define qué se considera «normal», «bello» o «saludable» a través de reglas explícitas o implícitas que determinan sobre lo que está bien o mal y las formas de comportarse en público, los grupos que no encajan en esas normas son discriminados.

**Cuerpos potentes.** Esta propuesta se sostiene en una mirada inclusiva y diversa, donde todos los cuerpos, más allá de que sean completos o incompletos y no puedan responder a las normas establecidas socialmente, son válidos, posibles y potentes. Los anteojos, un bastón, una silla de ruedas no definen a la persona. La diferencia no debería actuar como límite, sino como un valor que enriquece la experiencia colectiva. No se busca imponer formas ni modelos estéticos, sino **abrir un campo de experiencia donde cada cuerpo pueda reconocerse, expresarse y transformarse, habilitando nuevos sentidos y nuevas formas de bailar y habitarse.**

**Cuerpo símbolo. Todo cuerpo simboliza:** cada gesto, postura o movimiento revela aspectos de la subjetividad, las emociones y las experiencias vividas, un archivo sensible de lo vivido, incluso de aquello que no ha podido ser nombrado con palabras. El cuerpo es entonces memoria, símbolo y posibilidad. Las formas de moverse, de vincularse, de habitar el espacio y de expresar o reprimir las emociones están profundamente atravesadas por los mandatos sociales, los contextos históricos y las normas culturales.

*«Incluir es tratar a cada uno como cualquiera»*

Carlos Skilar

**Diversidad cultural. Existen muchas maneras distintas de vivir, interpretar y expresar el cuerpo, incluyendo sus costumbres, tradiciones, lenguas, creencias, valores y formas de vida. No existe un cuerpo neutro** que no exprese, ya que cada cuerpo es el resultado de múltiples inscripciones culturales que moldean su manera de ser y estar en el mundo. Implica reconocer que no todas las personas viven, piensan o se expresan de la misma manera. Cada cultura aporta una forma distinta de entender el mundo, y esa variedad enriquece a la sociedad ya que supone el respeto y la convivencia entre diferentes grupos culturales. **«Convivencia», significa aprender a vivir con otros, muy distinto a estar entre otros, compartir la vida con otras personas de manera respe-**



Grupo Alma, el dúo La Memoria



Grupo Alma, El lugar donde estamos

Continúa en la página siguiente

## danza integradora -otra perspectiva de la danza

Viene de la página anterior

tuosa, armónica y consciente, respetando la diversidad, reconociendo que cada quien es diferente, pero tiene el mismo valor y distintas formas de vivir su cuerpo. Poder escuchar al otro desde una comunicación empática, comprender sus modos de bailar, dialogar desde el movimiento y construir acuerdos que permitan que todos se sientan valorados y cuidados, aseguran una convivencia, donde todos los cuerpos tienen lugar, creando nuevas comunidades danzantes, que valoran la riqueza de la diversidad.

La Danza Integradora es también un acto político, propone recuperar el derecho a habitar, expresarse y existir con otros, donde «Todos Podemos Bailar». Desde un enfoque integrador que articula aportes de las prácticas somáticas, la expresión corporal y la danza como lenguaje artístico, se genera en un mismo espacio, movimientos significativos que se convierten en una vía de exploración, transformación y creación. El lenguaje de la danza es más antiguo que el lenguaje humano, ya que la expresión del cuerpo, a través de los gestos, la mirada y la postura comunica antes que las palabras y pone en juego la Creatividad, la síntesis de todas las funciones mentales puestas en práctica a través del movimiento corporal y de nuevas relaciones entre los objetos. Cuando se despierta la capacidad creativa, se abren nuevas posibilidades y caminos para recrear vivencias personales, que amplían los límites psicológicos y regulan los estados físicos y emocionales.

«La Danza está al alcance de todos, aunque no todos tengan el mismo alcance»  
(Patricia Stokoe)

«Todos Podemos Bailar» proyecto que vengo desarrollando desde 1992 y desde el 2003 con sede en la UNA, Artes del Movimiento, ha viajado por Latinoamérica y Europa exponiendo las bondades y beneficios de la Danza Integradora sin importar edad, cultura o condición física, una danza orgánica, inclusiva y diversa que responde al movimiento fluido que origina la vida. Promueve la participación comunitaria de personas con y sin discapacidad, derriba los prejuicios respecto a la danza y fortalece la integración generando cambios desde el aprendizaje creativo. En noviembre de 2022 celebramos con ADIA, Asociación Danza Integradora Argentina los 30 años de la Danza Integradora en Argentina y del proyecto Todos Podemos Bailar, 25 años del Grupo Alma, 1ª Compañía que incluye a bailarines con silla de ruedas en sus obras y 10 años de ADIA con la retrospectiva «Motorizando Utopías» en el emblemático espacio del Centro Cultural Haroldo Conti.

La Danza Integradora presenta una nueva perspectiva de la Danza, cualquiera sea su forma tiene el poder de conectar no solo con la biología, atendiendo al cuerpo físico, sino también al campo afectivo-emocional, poblado de recuerdos, sensaciones, imágenes y sentimientos. La ciencia respalda que bailar no solo es divertido, sino también terapéutico. Se entretiene con la vida, es inclusiva, diversa y sanadora y presenta una nueva perspectiva desde el paradigma y la ética de la Diversidad y los derechos humanos con una visión más espiritual y humana. Desarrolla el potencial creativo desde la zona luminosa del ser, un nutriente para el cuerpo en el plano físico, emocional, mental y espiritual, un camino de apertura al corazón, de expresión y comunicación. Integra los opuestos; capacidad-discapacidad, límites-posibilidades y es un motor de cambio hacia la transformación individual y social. Aporta al autoconocimiento, sensorio perceptivo y al bienestar general despertando el espíritu creador que habita en cada cuerpo. Todos somos co-creadores con la energía universal. Partiendo del aire que respiramos, como un regalo especial de la energía vital, cada movimiento es una viva expresión de nuestro poder interior, nuestro fuego, en conexión con nosotros mismos y nuestro campo emocional, arraigados en la tierra, fluyendo como el agua y en conexión con el universo.

Aceptar el Cuerpo Propio con el que fuimos lanzados al mundo, con limitaciones y potenciales a desarrollar permite cambiar límites por nuevas oportunidades y crear danzas inéditas, genuinas y libres, que integran los pulsos de los reinos que nos habitan y sintetizan la belleza y sensación del placer, gesto de afirmación pura y gratitud al pulsar de la vida. Danzar la vida significa estar en presente, un proceso continuo de cambios.

«Ser uno con la vida significa ser uno con el ahora. Entonces, nos damos cuenta de que no vivimos la vida, sino que ésta nos vive. La Vida es la Bailarina y nosotros somos la Danza»  
(Eckhart Tolle)

Nazaret Castellanos, neurocientífica española, nos dice desde la neurociencia, que el organismo esculpe al cuerpo y que las sensaciones corporales anteceden a la expresión de la emoción en segundos. Las personas que cuentan con mayor conciencia corporal y escuchan los avisos del cuerpo, tienen más claridad mental y mayor disponibilidad corporal, por lo que pueden tomar mejores decisiones. «Desarrollar la conciencia corporal nos permite conectar con las sensaciones del Cuerpo, como un espionaje que nos concede el libre albedrío». En la actualidad se ha ampliado mucho el campo de la danza; la neurociencia y la física cuántica han contribuido a resaltar los beneficios que tiene la danza en las distintas etapas de la vida y más aún en personas mayores o con diversidad funcional, ya sea en el campo físico o



Taller de Danza Integradora (UNA)



Susana en el medio de la ronda



Danu en clase (UNA)

mental. Un estudio de la Universidad de Derby encontró que el baile mejora la autoestima, reduce los síntomas de ansiedad y fomenta la conexión con el cuerpo, liberando endorfinas, las hormonas responsables de la felicidad.

Bailar significa aceptar la propia realidad y transformar la propia historia en presencia. No hay edad para bailar ni cuerpos que no puedan bailar. Sócrates aprendió a bailar a los 70 años.

Patricia Stokoe una de mis queridas maestras, sostenía que el cuerpo, es fuente instrumento e instrumentista, creado y creador.

Fuimos creados y somos creadores de nuestra existencia, expuestos a condiciones biológicas y sociales. A través del baile se puede elevar el espíritu y experimentar una conexión con lo divino, una forma de expresión sagrada, para conectar con una energía superior. El baile, despierta el fuego interno, la sensibilidad y la sensualidad y permite abrir puertas al mundo de las emociones. Bailar involucra un proceso físico, psicológico, emocional y social, potencia y favorece la salud de las personas en diversos planos. Refuerza el sistema inmune, eleva las endorfinas, dopamina, serotonina y cambia la energía de aislamiento que afecta a la mayoría de los seres humanos, conectando con el impulso vital como la respiración, el signo vital, esencia de la vida.

Las Emociones, reacciones psico fisiológicas ante estímulos que provienen del mundo interno o externo, dan respuestas de lo que nos pasa, tienen el color de lo que vivimos y afectan nuestro universo interno. Son pasajeras, dependen de mecanismos innatos y evolutivos y nos ayudan a reaccionar con rapidez a situaciones inesperadas agradables o desagradables. No son ni buenas ni malas, pueden ser placenteras o displacenteras, y son positivas, porque tienen una función, que depende del pensamiento y de cómo percibimos lo que nos sucede. La mayoría de las veces, interpretamos lo que sentimos según nuestras creencias y diálogos internos, lo que activa el sistema nervioso simpático, que prepara al organismo para el peligro, que la mayoría de las veces es simbólico, es decir, pensamientos negativos, o al parasimpático que permite relajarse, disfrutar, estar más atento en algo y que el sistema inmunológico funcione mejor. Las Emociones Básicas son; Alegría, Tristeza, Miedo, Ira. La Danza Integradora propicia el bienestar y el disfrute activando el modo creativo del cerebro.

El Cuerpo sabe aquello que la mente no se ha dado cuenta. Las sensaciones corporales anteceden a la expresión de la emoción en segundos y poder expresar lo que sentimos, nos permite gestionar las emociones y nos lleva a un mejor equilibrio emocional. Lograr la integración emocional, física y cognitiva, permite desarrollar el autoconocimiento y mejorar la autoestima, fortaleciendo la seguridad y los vínculos con otros.

La Diversidad incluye los opuestos y la magia se produce cuando estos, se encuentran y se complementan. Danzar comprometiéndose con la diversidad con personas con cuer-

pos muy limitados y otras con cuerpos entrenados, significa abrazar las propias limitaciones, en un presente absoluto. Alojarse-Dar paso, propone una transformación en danza, que exige un viaje hacia adentro. Cuando capacidad-discapacidad se encuentran algo mágico se produce, una transformación en danza, que exige un viaje hacia adentro, abriendo puertas a la Diversidad, para Ser y danzar con Otros desde el Amor.

La Pedagogía de la Diferencia, sostiene el valor de la Diversidad, no existe ninguna pedagogía emancipadora que no trabaje sobre la importancia del vínculo afectivo en la comunicación con cada uno de los integrantes del grupo, temáticas fundamentales de la Metodología de la Danza Integradora. Bailar en grupo, potencia la comunicación, rescata los Valores humanos, promueve el desarrollo Integral de las personas y fomenta la Creatividad y la Comunicación desde el Vínculo, fortaleciendo el diálogo del respeto en un espacio común y afectuoso de aprendizaje, donde se valora el despliegue emocional y socio afectivo de todas las personas.

El movimiento es aquí, un canal de comunicación y cambio, con una perspectiva y proyección comunitaria. Pensar la danza como una metodología de transformación individual y social a partir de la potencia artística del movimiento, implica focalizar en promover el bienestar integral, físico, psíquico, y social, promoviendo estados cada vez más saludables que mejoran la calidad de vida de todas las personas que participan.

La Metodología de la Danza Integradora, es accesible a todas las personas que deseen bailar más allá del cuerpo que porten. Trabajamos con diferentes técnicas de movimiento consciente y expresivo, el juego, la creatividad y la comunicación, que ponen en práctica el manejo de la Energía, el Espacio y el Tiempo en conexión con el propio cuerpo sin recetas comunes ni secuencias establecidas, estas surgen de la búsqueda de cada integrante y del trabajo grupal. Desde la pedagogía de la ternura, el sentimiento más preciado del amor, generamos un espacio amable y empático entre sus miembros para fortalecer vínculos sanos y una Danza inclusiva que despliega todos los colores de la diversidad. Conformamos grupos bien heterogéneos en cuando a edad, formación y habilidades corporales, ampliando el rango del movimiento, la disponibilidad corporal y abriendo las puertas al mundo de las emociones y sentimientos, donde todos aprenden de todos.

En síntesis, la Danza Integradora es una herramienta valiosa para transformar, desarrollar, fortalecer y promover estados psicofísicos cada vez más saludables, valorando la poesía del encuentro y el propio saber del cuerpo para saborear y re-crear la propia vida.

Susana González Gonz, pionera de la Danza Integradora en Argentina. Creadora del proyecto «Todos Podemos Bailar» y Cátedra Danza Integradora en Artes del Movimiento de la UNA, Creadora del «Grupo Alma Compañía de Danza Integradora». Conferencista, autora del libro, «Danza Integradora, Vida, Artes, Inclusión Otredad» Biblos 2018.

# Guía Kené

## de cursos y profesionales de lo corporal

**Gabriela González López**  
CuerpoArteEscénicas

FORMACIÓN Y ENTRENAMIENTO EN TÉCNICAS CONSCIENTES E INVESTIGACIÓN ARTÍSTICA

CLASES INDIVIDUALES  
TALLERES GRUPALES  
SEMINARIOS INTENSIVOS

contacto:gabrielagonzalezlopez@gmail.com  
WhatsApp: +54911 6151 4934  
Facebook: @corpoyartesencienas  
Instagram: @gabrielagonzalezlopez  
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<sup>®</sup>, 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  
lavozyelcuerpo @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: lavozyelcuerpo Blog: www.patoblues.blogspot.com

MARIA JOSÉ VEXENAT  
**DANZATERAPIA**  
La creatividad en la danza

María José Vexenat | Docente, coreógrafa e investigadora

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

Clases grupales e individuales, presenciales y virtuales, para público en general

Más de 30 años de trayectoria formando Eutonistas Profesionales

INFORMES:  
aale.redes@gmail.com / formacionaale@gmail.com  
FB/IG: @aale.eutonia - www.eutonia.org.ar

Desde la primera Formación hasta hoy, la **Asociación Argentina y Latinoamericana de Eutonía (AALE)** sigue los lineamientos de su fundadora, la Ph. Berta Vishnivet, discípula directa de Gerda Alexander, creadora de la disciplina. •Su propósito es difundir y promover la práctica de la Eutonía como una propuesta pedagógica relevante para la salud, el bienestar y la calidad de vida. •AALE ofrece clases grupales e individuales, encuentros virtuales con profesionales y actividades abiertas para quienes deseen explorar la conciencia corporal y el movimiento. •También brinda un **listado actualizado de Eutonistas Profesionales** y sostiene una **Formación** que cada año forma nuevos docentes comprometidos con la disciplina. Más información: 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

movimiento  
salud  
educación  
arte

ENCUENTROS SEMANALES DE TEORÍA - PRÁCTICA - ANÁLISIS

SENSO PERCEPCIÓN INVESTIGACIÓN  
estudio- práctica-reflexión-escritura

VIERNES DE 10 A 12  
modalidad virtual

COORDINAN  
DEBORAH KALMAR  
DANIELA YUTZIS

ABIERTA LA INSCRIPCIÓN 2026

DEBORAH KALMAR +54 11 64476614  
@estudio\_kalmar\_stokoe  
DANIELA YUTZIS +54 221 459 8715  
@amancayeducaciondelmovimiento

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 entretener 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 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 hemos terminado 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.

INSTITUTO DE LA MÁSCARA

50 años  
CON CUERPO Y ALMA

**ALQUILER DE SALA**

El Instituto de la Máscara alquila su sala para actividades afines.

www.mascarainstituto.com.ar  
institutomascara@gmail.com  
+5491164282944

# Guía

*René*

## de cursos y profesionales de lo corporal



**Perla Tarello**  
"Diagnóstico en  
el trabajo corporal"  
+54 9 11 6036 6490  
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. 15 60366490. perla.tarello@gmail.com



### 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»: Trabajamos sobre la conciencia corporal, la voz y la postura. Improvisación en danza y Composición. Todas las edades. Anual.V. Crespo •«Taller Teatro y Movimiento: todas las edades. Entrenamiento Corporal. La voz. Improvisación teatral. Grupal. Anual. Almagro •Teatro en Acción+60. Gratuito. Recoleta //Cristina Soloaga. Prof. Nacional de Expresión Corporal. Lic.Composición Coreográfica. UNA. //156 685 3926. //FB e Ig: @Cristina Soloaga //csoloaga60@hotmail.com



**SENSOPERCEPCION**  
Experimentación  
y creatividad  
Reflexiones teóricas  
**TALLERES MENSUALES**

✉ olgancosia@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.

**MOVIMIENTO EXPRESIVO  
Sistema Milderman**  
Esencia - Espacio Evolutivo  
Celebramos +75 años del  
Sistema Milderman



**FORMACIÓN 2026**

✉ movimientoexpresivosm@gmail.com  
@movimiento\_expresivo

**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 +5491130927365 @movimiento\_expresivo **ESENCIA - Escuela del Sistema Milderman** En agosto se inicia un nuevo grupo de formación para la cursada del primer año



**EXPRESIÓN CORPORAL  
CREATIVIDAD EN MOVIMIENTO  
IMPROVISACIÓN**  
**SANDRA REGGIANI**  
Talleres regulares  
e Intensivos  
☎ 54 9 11 5857 6168  
sandrareggiani@yahoo.com.ar



**Andares por el mundo**, programa de entrevistas sobre Danza y accesibilidad alrededor del mundo. Disponible en todas las plataformas. Un programa de Radio Ceibo. Conducción: Claudia Gasparini. Edición: Elvira Grillo. Una producción de **Fundación Fábrica de Artistas**. Contactos:  
Instagram: @Andares\_DanzaInclusiva  
Facebook: @AndaresDanzaInclusiva  
Celu: +54 9 2994056103  
Mail: andaresdanza@fabricadeartistas.com

### 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



Un abordaje integrador basado en  
herramientas psico-corporales.  
Un espacio de salud, bienestar y  
transformación creado hace 60 años en  
Argentina y difundido en todo el mundo

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

Paraguay 4694 CABA

**Actividades en el Nuevo Espacio:** •Clases de movimiento vital expresivo y de concientización postural: Presenciales, Virtuales, en los Parques •Grupos de trabajo sobre sí: Un espacio de autoconocimiento que nos acerca a nuestra esencia y promueve el desarrollo pleno del potencial creativo y vital. Mediante el empleo de técnicas de trabajo psicocorporal, como movimiento, expresión, trabajo con la voz, plástica, dramatizaciones, contacto y meditación, se abordan con mayor profundidad las trabas físicas, psíquicas y emocionales, facilitando una mejor relación con uno mismo y con los demás. •**Formación de instructores en el sistema Río Abierto** Terapeutas psicocorporales y transpersonales. Modalidad de cursada presencial y online. Título avalado por el Organismo Río Abierto Internacional. Duración 2 años. Con opción a 3er año de posgrado •**Talleres:** -Liberación de la voz -El cuerpo y la plástica -Meditación. •Masajes •Entrevistas individuales

**Paraguay 4694, Palermo, CABA.**  
Email: fundacionrioabierto@gmail.com  
facebook.com/rio.abierto  
Instagram: @rio\_abierto\_argentina



**SENSO  
CORPO  
REFLEXIÓN**

...volver al  
pulso vital...

www.patriciaaschieri.com.ar  
poesiacorporalnomovimiento@gmail.com  
**+54 9 11 2401-3577**

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



## LIBRO DE TERESA MONSEGUR

# & una historia de amor, exilio, creación y resistencia

•Querida Teresa: Tu texto es una joya. Has logrado un equilibrio emocionante entre tus vivencias y tus saberes... de tal modo que es a la vez autobiográfico y pedagógico. Una clase de danza, de terapias corporales y de vida... Por supuesto que quiero que me sigas mandando otros escritos. Y quiero creer que pronto se convertirán en un hermoso libro... (Julia Pomiés, **21 de diciembre de 2013**) •Las líneas precedentes forman parte de un mensaje que buscaba estimular la realización de esta obra que hoy, al fin, más de una década después, convertida en realidad, provoca este comentario de una de sus primeras lectoras: Desde la infancia en la casa-barco del Tigre hasta los caminos del exilio, Teresa narra con una voz íntima, directa, franca, irónica y, cuando es necesario, brutal (...) Y, en ese camino, crear obras, criar hijos, fundar instituciones, dejar enseñanzas, libros, músicas, danzas que serán semilla para quienes vienen y vendrán. (Déborah Kalmar, **24 de mayo 2026**)

## viento en el juncal

un libro que hace tiempo esperábamos y que hoy es tiempo de celebrar

escribe: Déborah Kalmar

Soy de una generación a la que secuestraron Sus afectos, amistades, amores... -Si es que no les asesinaron... -Si es que no fugaron a tiempo-

Adrián Klas<sup>1</sup>

Cada vida es una saga. Y a veces una vida se multiplica de tal manera que se vuelve, simultáneamente, una y muchas vidas. Viento en el Juncal es eso: una historia de amor, exilio, creación y resistencia. Un conjunto de pequeños capítulos que pueden leerse en múltiples direcciones, como quien recorre un mapa afectivo para contornear una única historia: un relato biográfico e histórico profundamente entrañable.

**En estas páginas, Teresa les cuenta a Bárbara y Constanza, sus hijas, su propia historia y la de Gabriel Brncic. Pero también cuenta la historia de una generación. La historia dicha y la historia callada. La que se transmitió y la que quedó suspendida durante décadas, esperando un gesto amoroso que la volviera palabra, testimonio reparador.**

Viento en el Juncal es la vida de su autora, Teresa Monsegur de la Torre, sus pasiones, sus creaciones, sus pérdidas y sus hallazgos. Es el relato de un gran amor y, al mismo tiempo, un abrazo a sus hermanos y tantos colegas y amigos que entran y salen de la trama como figuras queridas de una memoria colectiva.

También es un testimonio de los años brutalmente oscuros que atravesaron nuestros países del Cono Sur, cuando un modelo atroz se replicó como una sombra sobre Sudamérica y empujó a tantos al exilio, a recomenzar desde cero -en el mejor de los casos- o a dejar testimonio por quienes ya no están.

El libro es un río de memorias: la vida de Tere -como nos gusta llamarla-, la de sus padres y ancestros, que se remontan a los gobiernos fundantes de nuestro país. Remamos con ella río arriba y río abajo, entre ríos y riachuelos que convergen en un gran estuario donde se mezclan más de siete generaciones. Desde la infancia en la casa-barco del Tigre hasta los caminos del exilio, la autora narra con una voz íntima, directa, franca, irónica y, cuando es necesario, brutal.

En la solapa, define su obra con precisión: «Es un relato histórico-biográfico que cuenta las circunstancias que llevaron al exilio a un par de artistas y sus pequeñas hijas, sus peripecias, logros y fracasos.»

Pero el libro es más que eso. Al decir de León Tolstói: «Pinta tu aldea y pintarás el mundo.» Al pintar su aldea, Teresa pinta el mundo. Pinta la historia de una generación que abrazó -que abrazamos- una ilusión de mundo. No solo la creencia, sino la convicción de que todos somos actores, de que todos podemos aspirar a la belleza y transformar la vida y, en ese camino, crear obras, criar hijos, fundar instituciones, dejar enseñanzas, libros, músicas, danzas que serán semilla para quienes vienen y vendrán.

También, de la mano de su padre, de su propia vida y de la de Gabriel, el libro es un testimonio de los movimientos pioneros del arte contemporáneo en nuestro «sur del sur». Comienza su visión del arte junto a su padre, el muralista Raúl Monsegur, y su madre, apasionada ceramista.

**Luego llega la pasión por la danza, que inicia paso a paso con maestros en Argentina, hasta que se enamora de una función del Ballet Nacional Chileno**

Y decide ir a estudiar y formarse en la Escuela de Danzas de la Uni-



versidad de Chile, que en su momento estuvo dirigida por Sigurd Leeder, quien trajo a Sudamérica la técnica y la experiencia del Expresionismo alemán junto con el valor social del arte cultivado por el trío Rudolf Von Laban, Kurt Jooss y Sigurd Leeder. Finalmente, aparece la voz de Gabriel relatando su propia historia y formación en la música, su paso por el CLAEM (Centro Latinoamericano de Altos Estudios Musicales del Di Tella) en nuestro país. Tantos maestros, tantos colegas, tantas creaciones que fueron entrelazando desde entonces caminos artísticos de tres generaciones, entre guerras, avatares, dictaduras, persecuciones y exilios.

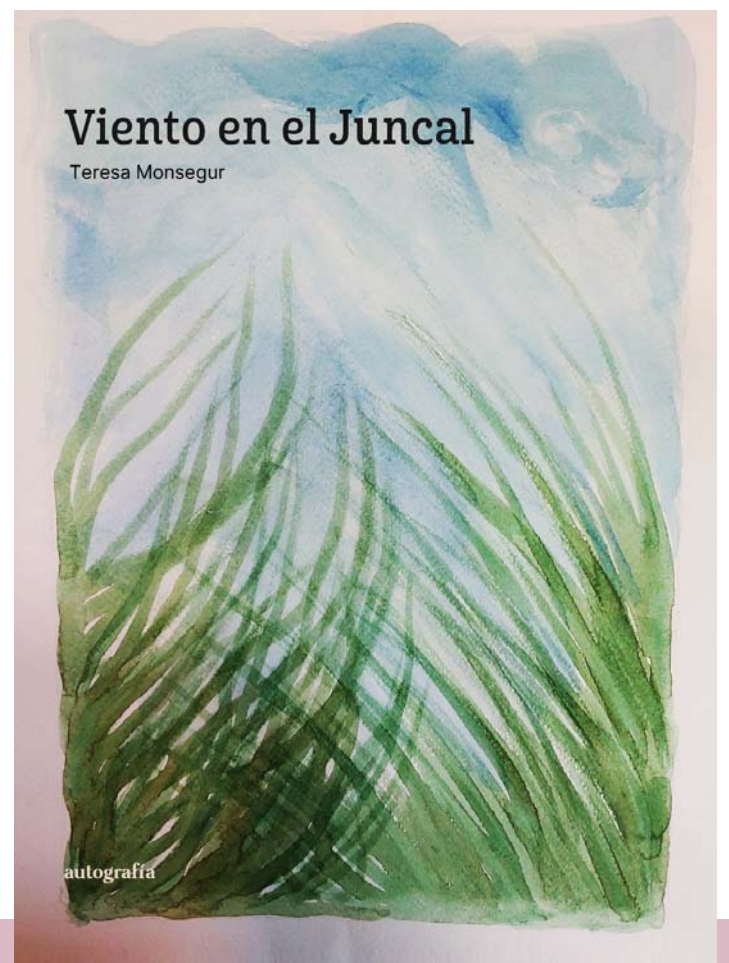
Mientras escribo estas líneas al aire libre, un viento fortísimo agita las hojas de otoño. Suben ráfagas que todo lo llevan y también traen -si las sabemos escuchar- memorias propias que se arremolinan, ya que también fue nuestra historia, la de mis propios padres, la de nuestra generación... Pienso en seres apasionados y atrevidos que supieron cabalgar el viento y las olas con gozo, pasión, temor y coraje.

**Pienso en Teresa y Gabriel acompañando su relato tantos años juntos.**

Pienso en todas las personas nombradas en esta saga: cada una de sus historias me pertenece, nos pertenece. Al adentrarme en su lectura, me estremezco: ya no es solo su historia. También es la mía. La nuestra.

**Déborah Kalmar**, maestra de Expresión Corporal, música y dibujo, en Argentina y en el exterior. Desde 1996 toma a su cargo la dirección del Estudio Stokoe que fuera fundado y dirigido por su madre y maestra Patricia Stokoe.

1) Poema completo de Adrián Klas: [entrelectoresyescritores.com/ELE/index.php?LEERID=user&EDIT=95919](http://entrelectoresyescritores.com/ELE/index.php?LEERID=user&EDIT=95919)



**Links de compra del libro Viento en el juncal Teresa Monsegur / Editorial Autografía**

- ARGENTINA <https://eautografia-ar.quares.es>
- BOLIVIA <https://eautografia-bo.quares.es>
- CHILE <https://eautografia-cl.quares.es>
- COLOMBIA <https://eautografia-co.quares.es>
- COSTA RICA <https://eautografia-cr.quares.es>
- ECUADOR- <https://eautografia-ec.quares.es>
- ESPAÑA <https://eautografia.quares.es>
- GUATEMALA <https://eautografia-gt.quares.es>
- MÉXICO <https://eautografia-mx.quares.es>
- USA <https://eautografia-us.quares.es>
- VENEZUELA <https://eautografia-ve.quares.es>



Cecilia Glaz encontró en el Correo para Kiné un espacio común en el cual instalar un espacio propio. Un espacio de mujer en pleno puerperio. Un espacio desde donde compartir reflexiones y experiencias de esta etapa vital tan intensa y significativa. Bien hecho. Que siga sembrando aquí sus textos, dejando huellas, abriendo surcos para sus semillas de memorias y emociones. Que siga convocando otras voces. La página queda abierta para quien quiera sumarse.

## ■ Cuerpo ■ Gestación ■ ■ Parto ■ Puerperio ■ y las voces que revuelven

*Hijito chiquitito  
ojitos de café  
si me pides la vida  
la vida te daré.  
Cayendo desde el cielo  
pedazos de melón  
para endulzar tus sueños  
tus sueños de algodón.*

Hace minutos cantaba esta canción, una y otra vez. Una y otra vez, sin frenar. Inventando inhalaciones y exhalaciones, alternando melodías y palmaditas suaves, o no tanto. Amando y pidiendo a los astros y a mis ancestras, dormite hijito, necesitamos descansar. En esas invocaciones él se fue entregando al sueño y yo traje a mi presente, a mi madre. Recordé que ese canto, que es para nosotros sagrado en el acto milagroso del dormir a Mainumbí, me lo cantaba mi mamá cuando yo era una pequeñita. En ese recuerdo sentí nostalgia y fuerzas. La sentí a ella en mí, ayudando a dormir a mi hijito que hoy está cumpliendo veinte meses de este lado de la piel. De percibir, de explorar y desear descubrir este universo alocado que habitamos y nos habita.

**Pienso en cómo las memorias y las voces del linaje danzan en espiral. Nada es lineal en el crecimiento, eso me lo repito cada vez que entro en estado de cansancio extremo y de desconcierto.**

Avance y retroceso, que es avance también, solo que disfrazado o no entendido en el mismísimo instante de los acontecimientos. Pienso que cantar cantamos todas. Es vital, inherente a la vida. Pienso que si más nos animamos más se abren las gargantas y se destraban los nudos y vibran las cuerpos y la vibración transforma los estados. La aparente quietud se distrae y vamos revolviendo el guiso mientras danzamos, mientras sonamos. Vamos caminando más flexibles.

Hoy escribo desde una marea. Climática y emocional. Afuera sopla una sudestada que limpia, trae agua y fresco, después de tanto sofocamiento caluroso y húmedo. Pensaba contarles alguna experiencia vivida en el último mes, relacionada a la fisiología del cuerpo luego de parir, las sensaciones que quedan y las herramientas que la voz y el movimiento nos brindan, para ablandar. Pero quizás eso lo deje para un poquito más adelante y tome una curva en el río, que me

lleve a una laguna cubierta de árboles que fueron cayendo y que hoy necesitan ser acomodados. Agarro el machete y me preparo para inhalar profundamente antes del latigazo de descarga y corte. Ahhhí va!...

**En este contexto local de crisis social, económica y emocional envuelta en este momento mundial de guerras por el territorio, el petróleo y las aguas, ¿es posible seguir confiando en los sistemas hegemónicos de salud y educación?**

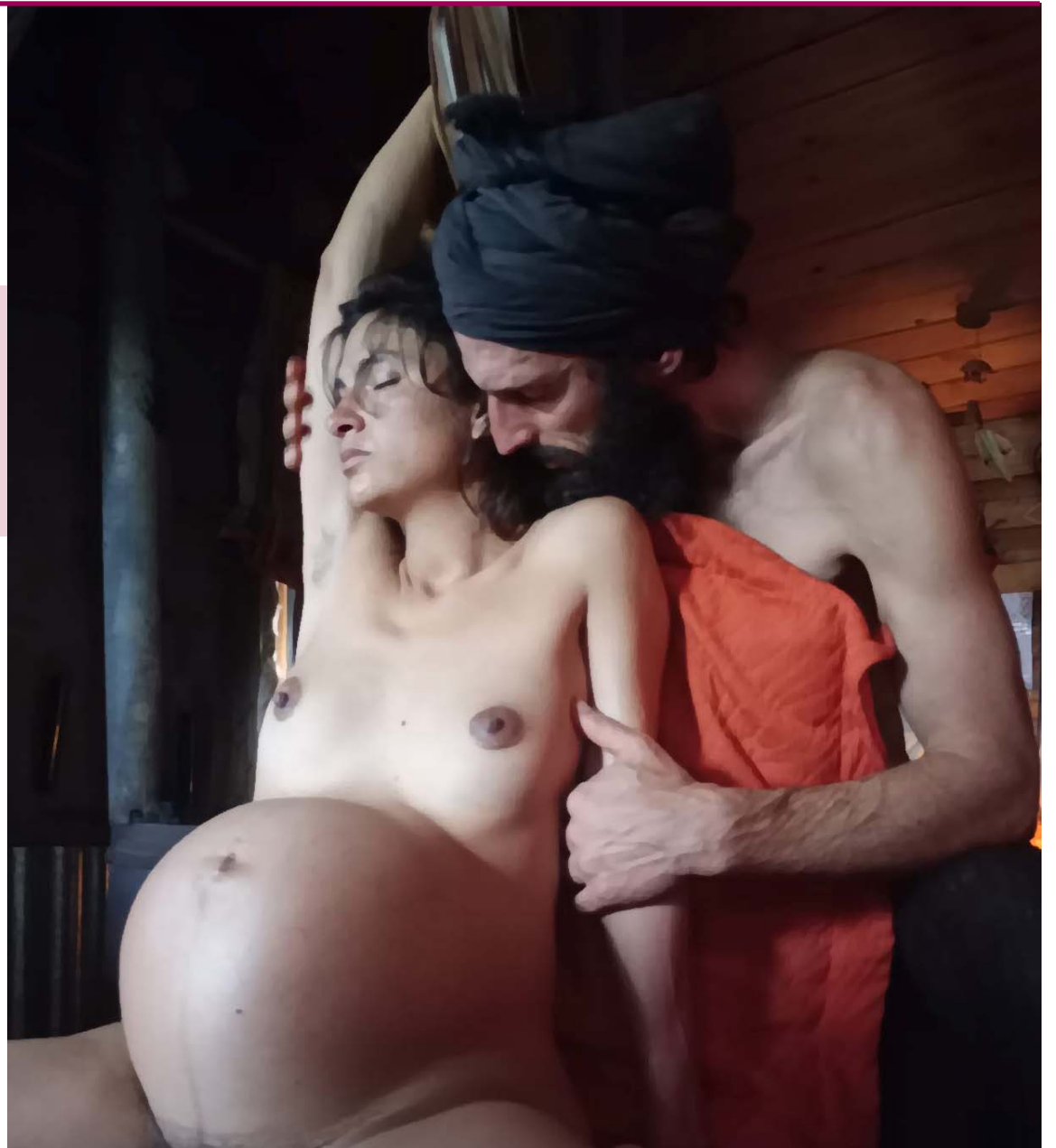
Las instituciones que brindan servicios en el sector público también se encuentran en crisis. No solo por el abandono del gobierno de turno, sino por una falta de coherencia. Es el caos que alimenta a un sistema fallido. Hay históricamente un desfase profundo entre lo que necesita una minoría hegemónica para mantenerse en su podio, y lo que necesitan las mayorías para desarrollarse y transformarse. Creo que quienes tenemos resto para reflexionar, quienes podemos tomarnos un rato, mientras nos ocupamos de resolver las urgencias de la vida cotidiana, nos emerge la responsabilidad de conversar, pensar, escribir, hacer arte y sembrar semillas. Esto no es de hoy solamente, pero hoy es urgente. Y si en estos encuentros nos habita la alegría, también creo que es una responsabilidad expandirla.

En lo personal, en este presente, me convoca la temática que vengo navegando internamente desde mi etapa vital, y que vengo compartiendo con ustedes en este rincón de Kiné. Cuerpo - gestación - parto - puerperio.

**Les traigo una frase de Michel Odent en su obra El bebé es un mamífero: ... «para cambiar el mundo es necesario cambiar la manera de nacer» ...**

Y la uso como titular para lanzar una invitación a una ronda compartida de relatos de nacimientos. Con el propósito de abrir la pregunta acerca de cómo queremos gestar y parir, porque podemos elegir.

En esta primera zambullida les comparto el relato del nacimiento de mi hijo.



### Un parto planificado en casa

Venían siendo días cálidos, veranillo de invierno. Y yo le decía a Mainumbí, es buen tiempo para nacer. La madrugada del 3 de Agosto hubo tormenta, mucho viento del que nos pone nerviosos. Ese día al mediodía fuimos a casa de mi amiga que vive al otro lado del arroyo; pasamos la tarde cantando. Mainu estaba bien movedizo, yo un poco hacia dentro y un poco hacia afuera. Antes de que cayera el sol sentí fuerte volver a casa. Al nido.

A las diez de la noche empecé a percibir algo distinto. Ya hacía muchos días estaban presentes esas contracciones sin dolor. La panza dura casi todo el tiempo anunciaba ese movimiento por venir.

El viernes anterior había venido Tami, partera, y había observado eso, esas contracciones preparatorias haciéndose notar. Luchi, amiga doula, se había reservado de actividades el Domingo 4 porque intuía que ese día asomaría Mainumbí.

El cuatro de Agosto del 2023 es una fecha especial en la familia, ese día nos casamos Pali y yo. Para celebrar la unión corpachamos, y en esa ofrenda Pali pidió a la Pacha, mellizos.

-Mi amor, pedí mellizos- me dijo Suerte que la Pacha es sabia y mandó a uno...

Entonces, ese sábado 3 de agosto del 2024 a las diez de la noche arrancaron las contracciones nuevas, distintas, con dolorcito tipo menstrual. Pali anotó algunas y nos sorprendió su ritmo; eran clavadas cada cinco minutos. Yo le iba diciendo -ahí viene... ahora de nuevo... otra- hasta que él tomando el

tiempo empezó a decirme -ahora te va a venir- y sí, venía.. cada cinco puntual. Ahí entendimos que se estaba instalando el trabajo de parto. O bueno, yo lo entendí, Pali no se si tanto.

Encendimos el altar.

En algún momento nos fuimos a descansar a la cama, para «salir de situación y no quemarnos» (como nos había aconsejado Fran, otro de los parteros que nos acompañó durante la gestación). Yo dormí una hora, Pali un poco más. Ya se estaba sintiendo más intensa la cosa.

A eso de las cuatro de la madrugada le dije a Pali que llame a las chicas.

-Ahí les mando mensajito

-Llamalas-

Habíamos escuchado los latidos de Mainu y daba baja la frecuencia, quería que lleguen para escuchar con ellas y que dijeran «todo bien, todo normal» y así seguir surfeando las olas en calma.

Las contracciones son como el oleaje.

Y desde el principio las surfeamos sonando, respirando, soltando aire con las vocales. Lo hacíamos juntas, Pali a la par mía, me sostenía. En un momento me preguntó si me ayudaba que él también lo hiciera y le dije que sí, que mucho me ayudaba, y a partir de ahí no dejó de sonar conmigo ni una vez. En una se fue al baño y desde ahí lo oí gritar ahhhhh, ohhhhh. Me hizo reír y me llenó de amor.

A eso de las 6 am llegó Luchi y una hora después, Tami. Había agua en el arroyo (a veces no hay y hace difícil la navegación). Recuerdo imágenes fugaces. Sonrisas y pedacitos de fruta llegando a mi boca, me daban fuerza para seguir

el viaje. La casa muy caliente, yo quitándome la ropa.

Sentía a Mainu moverse y eso me daba calma, confianza. Escuchamos latidos y estaban bien, paz. Todo iba siendo. Los cuerpos son sabios y recuerdan cómo parir y cómo nacer, una voz me repetía desde adentro.

Ya clareaba, yo igualmente no dejaba entrar el afuera, estaba adentro. De la casa, del nido, de la panza. Aumentaba la intensidad de cada ola. En algún momento fuimos a la cama con Pali, no recuerdo casi nada de ese tramo, solo un fluido sanguinoliento que salió de mí. Al mostrárselo Pali a las chicas hubo una exclamación -¡que bien! Vamos muy avanzado, estamos a mitad de camino-.

**Estamos a mitad de camino, repetí. Estamos a mitad de camino. Sentí fuerza, confianza en esa frase. Ya podíamos ir a la pileta.**

Durante los últimos meses habíamos preparado una pileta de parto. La idea surgió al oír los relatos en la ronda que organiza Fran. La tarde que fuimos, justo las dos parejas compartieron experiencias con mucha presencia de agua, y nos dio ganas. Entonces se manifestó la pileta y una colecta barrial de bidones con agua potable. Agua para que nazca Mainumbí.

Entrar al agua caliente fue la vida, un descanso a todos los dolores, un abrazo a todo mi ser. Ese rato en el agua me dio fuerza para lo que se venía. Ahí dentro fue que al tocar-

continúa en la página siguiente

viene de la página anterior

me la vulva, entrando un poco, lo sentí. «Siento su cabecita». Era algo resbaloso, no se sentía el pelo. Porque no se había roto la bolsa, estaba ahí protegiéndolo. Salí del agua por ganas de hacer pis y caca, y como ya había caquitas en el agua no daba para volver a entrar.

De ahí en adelante se puso más salvaje la cosa. Mucho movimiento. Probar distintas posiciones, caminar. En una, caminé hasta la bacha de la cocina (dicen que agarré una manzana y la devoré feroz), me apoyé en la mesada, separé las piernas, bajé mi centro y pujé. Ahí la cabecita empezó a asomar un poco más.

**Ya de acá en adelante no se, todo muy nebuloso. Recuerdo a Pali sentado en el banquito de parto y a mí sobre él, probando distintas maneras, posturas, él me sostenía y me ayudaba a direccionar la fuerza.**

Entre contracción y contracción yo me iba de este plano, y él cargaba todo mi peso. Pasaba algo en el pujo, intentaba la fuerza hacia abajo pero la retraía, entonces no era tan eficaz. Me pregunto ahora si quizás en ese momento aún no estaba decidida a soltar, a abrirme. Sentía frustración cuando desperdiciaba una contracción. Y se iban haciendo más cortitas y pausadas. Yo estaba cansadísima.

Palabras flotaban por la casa. Tami me preguntó en qué estaba pensando.

do. -Me duele el culo- creo que le respondí. -estoy muy cansada, no puedo más-. También se me armaba la frase «yo no juzgo más»; ahora entiendo las distintas elecciones de cómo parir, es tan intenso. También me preguntaba si se estaría escuchando todo desde lo de la vecina de enfrente. Yo tenía la idea de que pariendo, el neocortex se apagaba totalmente y no existía el pensamiento; en mi experiencia no fue así, aparecían rayitos de pensamientos entre toda la locura delirante.

Me decían que íbamos muy bien, que ya estábamos más cerca. Me daban aliento. Cada tanto oíamos los latidos de Mainumbí y estaban bien, eso daba confianza para seguir. Yo le decía para mis adentros que estábamos haciendo esto juntos, yo pujaba y él se movía y entre los dos abríamos el camino para que pudiera salir a este otro lado de la vida. Entre les tres, porque no parí sola. Lo parimos con Pali casi a la par. Salió de mí, mas el sostén de Pali cargando mi cuerpo en mis descansos, sonando en cada ola, parimos juntos. Y con el apoyo y acompañamiento de las parteras, que me daban paz, confianza en que todo iba siendo.

**Me hablaban de direccionar la fuerza del pujo al centro de la tierra entonces empecé a visualizar flechitas dibujadas que apuntaban hacia abajo. -Nacé bebé- le pedí. -Nacé ahora-.**

Y nos decidimos, yo a partirme y



él a nacer. Sonidos y gestos felinos brotaron de mí no sé de dónde, totalmente desconocidos. Me agarraba los pelos de la cabeza entrelazando los dedos, como escarabando. Invoqué asistencia y pujé con todas las fuerzas. -Nacé bebé-.

Creo fueron varias olas para que asome más y más. Tami desde abajo a un lado, Luchi abajo al otro lado, Pali delante mío, éramos un tótem.

**-¡Le veo la carita!- dijo Luchi. No puedo explicar la sensación al oír eso, ya estaba de este lado, ya estaba naciendo mi hijo.**

Un pujo más y un rayo me partió. Naciste, te recibimos entre les cuatro. Abriste la bolsa con tu cabecita. Los cuatro rumbos te guían y protegen y el rayo azul te iluminará siempre hijito.

Parto avalancha le llaman; naciste, rompiste la bolsa, hiciste caca (quedará la huella del meconio en el piso de casa hasta la eternidad). Y nació al instante la placenta des-

lizando como cascada y también asomé un pedazo de vejiga.

Viniste a mi pecho, estabas cansado de tanto viaje. Te hicimos masajes en las plantas de los pies y en el pechito. Pali te succionó el líquido que traías en la nariz para que pudieras respirar. Y ahí soltaste el primer llanto, con fuerza. ¡Tenés tanta fuerza! Te amamos bebé, ya nos conocemos desde hace tiempo...

Las parteras abajo. Pali, Mainu y yo, arriba, a la teta, te prendiste, ya sabés todo. Vamos recordando. Somos mamíferos, mamíferas, y la memoria viaja.

-Te desgarraste un poco Ceci, y hubo un prolapso- la voz de Tami me hablaba pero no importaba del todo lo que dijera, o no llegaba a entender, seguía en vuelo. Gracias a sus cuidados y a sus rezos la vejiga se retrajo rapidito y quedó en su sitio, y el desgarro dejó de sangrar sin necesidad de coser. Todo bien.

Nos acomodaron en una camita improvisada en el suelo. La placenta descansaba en la panza de barro que habíamos preparado. Pali cortó el cordón cuando dejó de latir. Quedamos ahí un rato, reconociéndonos. Después Pali a upa me llevó a la pieza, a la cama, y Luchi llevó a Mainu. De nuevo a la teta, no nos separamos ni un minuto bebé. Qué hermoso estar en casa, en nuestro nido de amor.

**Luchi hizo las impresiones de la placenta que es un árbol de vida hermosísimo.**

Arrancó unos pedacitos para que tomara en licuado, el resto a deshidratar para seguir comiendo los próximos días y recuperar fuerzas. Polvito mágico que brilla.

Los días van navegando. Los momentos se miden en teta y descanso, olorcito a bebé y caricias y besos. Vamos flotando en este barquito casa con el fuego encendido, pañalitos secando, leche brotando, caritas, sonidos, somos tres.

**Hoy abro esta ventana**

**Traigo esta experiencia con el deseo de que nos animemos a compartir nuestros relatos. Como decía más arriba, animémonos a preguntarnos cómo queremos gestar y parir, porque podemos decidir. Y porque para cambiar el mundo es necesario cambiar la manera de nacer.**

Este espacio es abierto. Queda hecha la invitación a compartir el relato de tu parto, de tu nacimiento, o lo que quieras. A:

kine2@revistakine.com.ar

Si te quedaste resonando y querés compartir sentires, experiencias, comentarios, danzas o cantos garabato, podés escribirme a: temenoslila@gmail.com



MASTERCLASSES BASADAS EN

# BAJO EL Roble

CON YEHUDIT SILVER

Honrando el legado de Alon Talmi, uno de los primeros estudiantes de Moshe Feldenkrais.

FORMACIÓN AVANZADA, MENTORÍA Y EDUCACIÓN CONTINUA

Tres masterclasses avanzadas para Profesionales del Método Feldenkrais, enfocadas en patologías recurrentes y consultas profesionales complejas.

<p>MASTERCLASS I</p> <p><b>Miembro Superior</b></p> <p>DOMINGO 5 DE JULIO</p> <p>Patologías recurrentes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Hombro congelado</li> <li>Codo de tenista</li> </ul>	<p>MASTERCLASS II</p> <p><b>Miembro Inferior</b></p> <p>DOMINGO 6 DE SEPTIEMBRE</p> <p>Patologías recurrentes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Reemplazos de cadera</li> <li>Esguinces de tobillo</li> </ul>	<p>MASTERCLASS III</p> <p><b>Latigazo Cervical, Organización Global</b></p> <p>DOMINGO 29 DE NOVIEMBRE</p> <p>Patologías recurrentes:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Latigazo cervical</li> <li>Dolor y respuestas protectoras</li> </ul>
--	---	---

200 USD cada MasterClass

OFERTA ESPECIAL 100 USD DE DESCUENTO al tomar las 3 MasterClasses

SERIE COMPLETA 500 USD (en lugar de 600 USD)

Un espacio para profundizar el pensamiento clínico, expandir recursos y refinar tu práctica al trabajar con las patologías más frecuentes hoy.

workshops.pausa.feldenkrais@gmail.com 11-4424-2206

FORMACIÓN 2026 Presencial y Online

60 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.

**PARAGUAY 4694 - PALERMO**  
fundacionrioabierto@gmail.com  
www.facebook.com/rio.abierto www.instagram.com/rio\_abierto\_argentina

# danza

## corporalidad y comunidad

Invita La Asociación Civil Danza Comunitaria.

Con el apoyo del: Centro Cultural de la Cooperación y Asociación Argentina de Arte Terapia. 26, 27, 28 y 29 de Agosto. En CABA (Espacio Barletta y Mutual Sentimiento). Se presentarán **Obras Breves (Con espacio para desmontaje/diálogo)** **Videodanzas** **Ponencias (En formato Relato de Práctica o Laboratorio en Escena de construcción colectiva).**

### Así se presenta la Asociación Civil Danza Comunitaria

Nacimos desde la convicción de que la danza es un derecho, una herramienta de encuentro y una forma de construir comunidad.

Hace años impulsamos espacios donde la danza comunitaria pueda circular, crecer y conectar a quienes la practican, la enseñan y la investigan, en Argentina y más allá de las fronteras.

Este perfil será un espacio para compartir procesos, experiencias, actividades y nuevos encuentros.

Y lo que está por venir... es grande.

Seguinos en @asocdanzacomunitaria para enterarte de todo.

### Enfoque y Características de la danza comunitaria

La danza comunitaria es un movimiento artístico y social que concibe el baile como un derecho accesible para todos. Reúne a personas de distintas edades, cuerpos y trayectorias -sin exigir experiencia previa- para

fomentar la inclusión, el bienestar psicofísico y la creación colectiva en espacios no convencionales.

Este abordaje se diferencia de la danza académica tradicional porque prioriza el encuentro humano por encima de la técnica estricta.

- Es Inclusiva y diversa: No hay audiciones ni requisitos de aptitud física.

- Recurre a la creación colectiva: Los códigos de movimiento y coreografías se construyen entre todos los participantes.

- Su metodología: Parte de la sensopercepción y la improvisación, ayudando a liberar tensiones y a ampliar el propio lenguaje corporal.

- Se desarrolla en espacios no convencionales: lugares como fábricas recuperadas, centros culturales, plazas.

«Desde esta práctica artística se contribuye a la resignificación de lo artístico como condición inherente al ser humano. En esta perspectiva la noción de Cultura asume un



rol fundamental a la hora de pensar y construir nuevos modos de organización social, nuevos vínculos entre lxs integrantes de una comunidad que no se presenta en forma homogénea, vertical, hegemónica, y que necesita recursos para habilitar el desarrollo de la diversidad cultural que la constituye. Resignificar el movimiento propio y al mismo tiempo compartido, alrededor de esta práctica artística y corporal, posibilita la producción de nuevos escenarios simbólicos desarrollados desde la vivencia individual y colectiva. Desde nuestra pluriculturalidad latinoamericana, concebimos esta práctica, como ejercicio para construir, habitar y sostener sociedades de derechos en las que sus integrantes se conciben como ciudadanos y no como consumidores y/o población de segunda ca-

tegoría. Para eso promovemos la tarea de deconstrucción de nuestra mirada sobre nosotrxs mismxs; matriz cultural heredada desde la apropiación de las tierras y primeros genocidios de las poblaciones originales del continente en el siglo XVI. Como práctica política, favorece procesos de descolonización, despatriarcalización y desmercantilización en el modo en que cada sujetx pueda percibirse y en las relaciones entre lxs integrantes de la comunidad.» (Andrea Coido, XII Congreso Argentino de Antropología Social, Universidad Nacional de La Plata, 2021).

### Contacto e info:

encuentrodanzacomunitaria@gmail.com

En instagram: @asocdanzacomunitaria

# XV CONGRESO INTERNACIONAL

## EL CUERPO EN EL SIGLO XXI. APROXIMACIONES HETERODOXAS DESDE AMÉRICA LATINA

Un espacio de diálogo e intercambio académico y artístico.

Perspectivas críticas, artísticas y multidisciplinares sobre el cuerpo en el siglo XXI.

Desde América Latina, para el mundo.

Universidad Autónoma de Nuevo León  
Facultad de Artes Visuales

6, 7 y 8 de Octubre  
MONTERREY, MÉXICO

FECHAS RELEVANTES

21 JUNIO 2026  
Cierre de envío de resúmenes.

13 JULIO 2026  
Notificación de aceptación.

3 AGOSTO 2026  
Publicación de la programación.

INSCRIPCIÓN

## FORMACIÓN TRADICIONAL MASAJE TRADICIONAL TAILANDÉS

La Escuela Nuad Thai sigue las enseñanzas de sus profesores, médicos tradicionales tailandeses, para continuar con la difusión y enseñanza de contenidos de las tradiciones Tailandesa y Lanna.

¿Ya tienes conocimientos en Masaje Tailandés?  
¿Quieres aprender más? ¿Quieres 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

revistas • libros • folletos

logotipos • afiches • catálogos

presentaciones • infografías

## diseño gráfico

15-5625-5490  
rdlongas@gmail.com

RUBEN LONGAS

## 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

# poéticas de experimentación en danza

escribe: DulciNea Segura Rattagan

Hay quienes dicen que experimentar es sufrir, palabra que alude a soportar, padecer o atravesar un daño. Será porque experimentar significa «intentar o probar» y quizás esa práctica implique el acto de traspasar incertidumbres que pueden generar dolor. Lo cierto es que para experimentar es necesaria la investigación: probar algo que puede funcionar o fallar. Y la experimentación requiere del acto de improvisar. Si bien la RAE define esta acción como hacer algo de pronto y sin preparación, sabemos que su práctica es necesaria para investigar y componer, lo que requiere un entrenamiento.

**Con el pensamiento puesto en la experimentación llegamos al ciclo Experimenta que se realiza desde el 2025 en el Espacio Infinito del Centro Cultural Borges (CCB). Con la curaduría de Adriana Barenstein. Lleva ya tres ediciones en las que la experimentación en danza se cruza con otras disciplinas.**

Durante 2025 *Experimenta* #1 y #2 propuso una vinculación con la música, mientras que la edición #3 de este año planteó un cruce con las artes visuales.

El proyecto del ciclo contempla el espacio de experimentación a modo de laboratorio transdisciplinario con la idea de poner en tensión el cuerpo en movimiento con la luz, el sonido y la imagen en un mismo campo de acción. Está pensado para que el resultado sea una obra inclasificable e irrepetible.

**Aún no está definido cómo continuará, pero estamos convencidas de que seguirán sorprendiendo con sus combinaciones creativas para la exploración en ese espacio cultural abierto a todo público que es el CCB y que además ofrece entradas gratuitas, favoreciendo que las experiencias tengan un mayor alcance en este contexto.**

Debido a las características del lugar y la convocatoria a artistas que no han trabajado antes en colaboración, el diálogo sucede en la experimentación permanente. Esto es para crear a partir de ideas que muchas veces surgen de la improvisación, imprescindible para la investigación y creación en danza.

Desde la recuperación de la democracia, el uso de improvisación en los proyectos creativos sufrió una transformación. Tal como sostienen Groesman y Gabin (2025), pasó de ser una parte del proceso para crear



*Little beat - Mayra Bonard*



*Mi joven vida tiene un final - Pablo Rotemberg*



*La margarita, el murciélago y la puerta verde - Margarita Bali*



*La margarita, el murciélago y la puerta verde - Margarita Bali*



*Tronco - Mayra Bonard*

una obra como producto final a constituirse como práctica escénica en sí misma. De tal manera, que las improvisaciones comenzaron a cobrar otro valor y a presentarse como propuestas escénicas, lo que implicaba «una concepción de obra diferente» (Groesman y Gabin, 2025:33). Las investigadoras proponen que actualmente conviven distintos grados de indeterminación y esto sería una tendencia general presente en todo el campo escénico de la danza.

Podemos pensar que el ciclo *Experimenta* habilita la incorporación de un híbrido en el que la improvisación se desarrolla al interior del proceso creativo que luego concluye en obra, pero cuyos aspectos permanecen presentes en cierta idea de apertura que mantiene la propia experimentación propuesta en el espacio.

Como explica Barenstein con relación al ciclo, se trata de generar un estado de exploración pura, sin recurrir a artificios ni estructuras cerradas, que funciona «como una plataforma de riesgo donde lo experimental no sea un adorno o una categoría decorativa, sino el núcleo mismo del hecho artístico». La curadora agrega que nace de una inquietud compartida: «¿qué sucede cuando desplazamos el foco hacia el proceso, hacia el cruce entre lenguajes, hacia el presente escénico, sin exigir un «producto» terminado?»

Esta experiencia que sucede en el *Borges* viene acompañada de su historia. La propia Adriana Barenstein, que fue directora del *Grupo de Danza Teatro de la UBA* (GDTUBA) a mediados de los años ochenta, inició sus trabajos coreográficos con una mirada experimental. En la dé-

cada del noventa creó el ciclo *Experiencias en Escena* convocando a artistas emergentes para la exploración escénica. Ella recuerda que en ese entonces Alma Falkenberg, recién llegada de su exilio, introdujo el *Contact Improvisación* como una propuesta de investigación, dando «un empuje enorme» a aquel *GDTUBA* y a la *Escuela de Danza Teatro*, tal como apunta la gestora.

Barenstein señala que en aquellos días el eje estaba en probar, y sostiene que «el camino era más importante que el resultado». Algo que, como dijimos, florece en esta época en muchas apuestas de danza. «La improvisación es un ala de todo esto, así como el error», agre-

ga la curadora que, como directora escénica también se apoya en la experimentación para las diferentes propuestas que realiza. Porque además de estar a cargo de la curaduría de este ciclo en el *Borges*, se encuentra presentando *Destellos*, una pieza de danza teatro que rinde homenaje al proyecto de intervenciones urbanas *Cuerpo y Ciudad*<sup>1</sup>.

Barenstein promueve el cruce de los campos artísticos, así como la experiencia de crear en espacios alternativos como la calle o el subterráneo, donde ella coordinó un programa llamado *Danza en el subte* en la década del noventa que descubrió escenarios posibles y estimuló el diálogo entre artistas y disciplinas.

**En esta época adversa y a contramano de la cultura, sin presupuesto ni tiempo para profundizar, todo resulta incierto. Pero en esas zonas de incertidumbre, los cuerpos se encuentran. El escenario es la calle, una manifestación, una sala teatral que resiste, un espacio infinito que se abre a experimentar poéticas que nos reúnan.**

El arte se rebela en su propio modo de operación, porque siempre habilita otro mundo posible. Con el anhelo de que sea colectivo, creativo y solidario. Al infinito y más allá.

#### Referencias:

Groesman, Claudia y Rubin, María José (2025). *La práctica de improvisación en la danza contemporánea de Buenos Aires: un estudio de las condiciones que hicieron posible su devenir escénico* - 1a ed. Libro digital, P

1) Proyecto que convoca a diferentes artistas con el foco sobre el cuerpo en la ciudad, y que se encuentra finalizando un documental por los 15 años. *Cuerpo y Ciudad*.

**DulciNea Segura Rattagan** es Licenciada en Artes (UBA) y maestranda en Danza Movimiento Terapia (UNA). Coordina el Área de danza y artes del movimiento del Instituto de Artes del Espectáculo (IAE-UBA). Escribe en la Sección danza de la *Revista Llegás* y dirige el sitio *Craneapolis.com*. Es autora del libro *Pájaro negro que danza*. Biografía de Freddy Romero.

escribe:  
Mariana  
Villaverde

## Reseña del libro **Escritos II**

Este segundo volumen, o Escritos II, es una invitación a acercarnos a las lecturas y escrituras trabajadas durante el año 2024 en el Espacio de Investigación de Sensopercepción, coordinado por Daniela Yutzis y Débora Kalmar. Estos encuentros se realizan de modo virtual los viernes en la mañana, con integrantes de todo el país que buscan seguir indagando sobre sus prácticas, sin el apuro de la respuesta inmediata o la certeza definida, pero con la convicción de que el trabajo es siempre colectivo. La invitación es a compartir artículos desde una perspectiva sensible y desde una conceptualización teórica.

El libro consta de dos partes. En la primera, se encuentran reunidos los primeros ocho capítulos que forman parte de los escritos de las participantes del espacio. Y en la segunda, textos de cuatro docentes que fueron invitadas a ofrecer un conversatorio a lo largo de 2024. Si bien cada una de ellas conoce de algún modo la práctica de la Sensopercepción, no se dedican a ello sino que trabajan desde la sociología, la fotografía, el cine y la historia de la educación.

Es importante además hacer mención que cuenta con la participación cálida y sensible de Daniela Conterno en la edición de textos.

### Capítulos

#### •Parte I

En el primer capítulo **«Investigar y escribir»**, Daniela Yutzis nos habla sobre la potencia del hacer y el pensar de la práctica de la Sensopercepción. Nos recuerda que tanto investigar cómo escribir no es un acto meramente individual, sino que se hace en comunidad. No se trata de escribir para explicar, ni para cerrar contenidos. Sino para abrirnos a la posibilidad de mudanza y renovación en el ámbito de nuestra tarea.

En el siguiente texto **«Sensopercepción y poética»**, Débora Kalmar desarrolla el concepto de poesía como un gestar, una praxis de apertura a los sentidos. Se describen tres escenas para hablar de ese gesto poético que explica y excede a la lógica racional de las palabras. Se nos invita como lectoras y lectores a pensar y sentir imágenes que resuenan, y se recrean entre lo que el escenario dice y lo que la/el espectador crea. El sentido poético aparece a partir de la propiopercepción de nuestro cuerpo, y la expresión de la singularidad de cada persona con su contexto social. Kalmar nos recuerda que la danza y la poesía están al alcance de todos y todas.

En **«Cuerpo Senso-escénico»**, escrito por Anahí Acosta, se describe cómo la intérprete construye el personaje en un trabajo sobre sí misma. La repetición es su camino. La autora valora la práctica de la Sensopercepción para el cuerpo teatral, que profundiza en el conocimiento físico y sensible. Se trata de un cuerpo senso-escénico, nos dice, cuyas características principales son la presencia y la versatilidad.

En **«Habitar el cuerpo, habitar la escuela. Exploraciones en torno a la práctica de la Sensopercepción en el ámbito escolar»** de Marcelo Espíndola y Helue Errandonea, encontramos aportes de la Sensopercepción en las instituciones escolares que permiten la apertura a nuevas experiencias, donde el cuerpo deja de ser objeto de disciplinamiento. Un cuerpo reconocido por sus capacidades y posibilidades es propenso a generar confianza y autonomía. Es en los recovecos de las instituciones donde pueden existir posibilidades de transformación.

En el texto **«Flotar dentro de la piel. Sensopercepción, Contact Improvisación y Tensegridad»**, escrito por Florencia Roig y Laura George Adrover, las autoras hacen un recorrido teóri-

co a partir de sus prácticas de Contact Improvisación. Teniendo en cuenta aportes teóricos de la Eutonía y la Tensegridad, indagan en el estímulo que produce el contacto con otros cuerpos, lo cual genera un equilibrio dinámico, donde los soportes o ejes y la movilidad se encuentran en escucha. Al escuchar nuestros tejidos de tensión es posible afinar nuestra percepción de flotar dentro de la piel.

En el texto **«No sin-tacto»**, Inés Rossetti retoma el concepto de tacto-contacto de la feminista Gerda Lerner, y se detiene en el tacto antes de tocar. Nos narra su experiencia laboral en «el interior del interior»; en una ciudad de la provincia de Catamarca, donde plantea que existe poco registro propioceptivo de la corporalidad. Se pregunta por la misma práctica. ¿De qué manera nos adaptamos al contexto sin perder la esencia de nuestra práctica? ¿Se puede hacer Sensopercepción sin tacto contacto? La proxemia, eso que se irradia en cada persona, nos puede dar luces para el contacto, pero jamás sin tacto.

En **«El movimiento agradable»**, Aldana Sol Musante compara la Sensopercepción con una práctica meditativa que enfoca la atención en una parte del cuerpo. La atención en algo pequeño, sensible, específico puede volverse una potencia, nos dice. Retoma aportes de la neurociencia que expresan que lo que se conoce como corteza cingulada conecta lo inconsciente con lo consciente. A esto la autora lo llama bienestar somático y psíquico: el buen funcionamiento de nuestra plasticidad neuronal. La aceptación y la dulzura como modos de percibirnos.

Luego, en **«Cuerpo, percepción y territorio: diálogos entre la senso-percepción y el trabajo social»**, Victoria Cali y Guadalupe Rabinovich relacionan la práctica de la senso-perceptiva con aportes del Doctorado en Trabajo Social de la Universidad Nacional de Mar del Plata. La educación somática promueve la capacidad de observación propia, desarrollando así el vínculo vital entre cuerpo y territorio, ya que los procesos perceptuales deben estar contextualizados en lo social. Su enfoque decolonial cuestiona la epistemología binaria. ¿Es posible una ciencia sensible? ¿Dónde está el cuerpo en la ciencia?

#### •Parte II

Tal como he comentado al inicio de esta reseña, la segunda parte del libro abre el diálogo con los escritos que presentan docentes, investigadoras y artistas que han sido invitadas a participar para habilitar un diálogo con la Sensopercepción desde sus propias experiencias.

En el capítulo llamado **«Práctica, ética, técnica: conceptos para pensar el cuerpo en movimiento»** Carolina Escudero retoma el concepto de práctica para indagar qué es eso que llamamos «hacer cosas con el cuerpo». «La práctica nos hace hacer», nos dice. La práctica, así, es concebida como la conjunción de la acción y el pensamiento. Luego, retoma la dimensión ética para problematizar la técnica. La técnica no es sólo lo técnico sino que se trata, en conjunto con la ética, de hacer del cuerpo una

estética de existencia. El trabajo técnico, por lo tanto, implica una restauración de lo poético. Es decir, una obra de arte en sí misma.

En el siguiente texto **«El cuerpo en el arte»**, Talia Meschiany, docente de la materia de Historia de la Educación General destinada a estudiantes de Educación Física, explora en los estudios sociales del cuerpo a través de la narrativa histórica visual de las imágenes del pasado. La autora realiza un recorrido desde la Edad Media Europea hasta el Renacimiento. El paso del niño Jesús vulnerable al niño adulto, o «adulto en miniatura» que continuará en la infancia aristocrática. Todo ello generará la creación de colegios con el fin de separar las infancias de los adultos. La disciplina y el refinamiento de Occidente aumenta con el encierro: infancias y jóvenes que se tornan con el correr del tiempo en cuerpos inmóviles y silenciosos en instituciones colegiales.

En **«Prologue o la percepción temporal de los cuerpos»**, Tilda Teichmann desarrolla la percepción audiovisual, haciendo un análisis de la narrativa clásica, la cual está abocada a la comprensión racional de los hechos, a diferencia de la narrativa contemplativa contemporánea, que impulsa el ojo y el cuerpo físico en el sentido de dejarse absorber por lo que vive el personaje. Tanto ellos como las y los espectadores son cuerpos sensibles y pensantes que se afectan mutuamente, en la densidad del tiempo del plano secuencial. Se pregunta, ¿por qué el cine debería contar de la misma manera tradicional siempre? Toma como ejemplo el cortometraje «Prologue», del cineasta húngaro Bela Tarr para ejemplificar la importancia de percibir el arte como parte de una educación sensible y comprometida.

Y finalmente, en **«Observaciones sobre la mirada»**, Julieta Ansalas nos afirma que la mirada nunca está fija, sino que hace un recorrido a través de la imagen y la percepción personal. La mirada no sólo es un medio para ver, sino también una herramienta de percepción que nos permite dialogar con las imágenes, construir relaciones visuales y captar sus significados. Por lo que, la afectación de la mirada con los cambios sociales, tecnológicos y culturales actuales ciertas veces opera de modo positivo, o por el contrario, decanta en la homogeneización del punto de vista producto de la continua influencia. ¿Cómo miramos lo que miramos?

### Conclusión

Existe una sutil y notoria diferencia entre el primer y segundo libro. La profundidad de las investigaciones y análisis senso-perceptivos es palpable. Las autoras se comprometen con cuerpo y palabra a desmenuzar conceptos y experiencias, a partir de sus propias prácticas. Desde la poesía, a la filosofía, el cine, el teatro, la danza, la educación, todo se condensa en un tiempo que se densifica, para abrirnos a nuevas preguntas, hallazgos, posibilidades.

Mariana Villaverde es integrante del grupo de Sensopercepción Espacio de Investigación.

# el cruce



La edición número 25 del Festival Internacional de Artes Escénicas Contemporáneas «El Cruce» se llevará a cabo en **Rosario del 9 al 13 de septiembre de 2026**. Organizado por COBAI (Coreógrafos de Buenos Aires Independientes), el evento celebra sus 25 años y lo festeja con una invitación expansiva:

«Periferias compartidas» que nace como un modo de poner en valor la escena contemporánea que se produce a partir de prácticas colectivas.

Leemos en la convocatoria: En diálogo con proyectos y gestores culturales iberoamericanos coincidimos acerca de las complejidades a las que nos enfrentamos para sostener lógicas de intercambio, especialmente para los territorios que se sitúan en las periferias de las centralidades culturales. En esta edición se suman las ciudades de Rosario (Argentina), Concepción y Valparaíso (Chile), Belo Horizonte (Brasil) y Uruguay. Con el apoyo del Programa Iberoescena proponemos construir una curaduría completamente colaborativa, expandida y democrática, que incluya las obras, los procesos, los saberes y las voces de los hacedores que apuestan al trabajo colectivo.

A través de las redes de COBAIROSARIO y de cada uno de los proyectos que forman parte de esta iniciativa, se pueden consultar las bases y condiciones, links de inscripción y toda la información para poder participar.

Las funciones y talleres se desarrollan en diversas salas públicas, teatros y espacios urbanos de la ciudad (incluyendo CCPE, Plataforma Lavarden, entre otros habituales). El evento suele ofrecer muchas actividades gratuitas y otras con entradas a precios muy accesibles. Para completar y actualizar la información: <https://www.instagram.com/cobairosario/>

## DANZA SOBRE LA TIERRA



Se presentó la tercera edición de este libro con textos de Rosana Bernharstu y fotografías de Gabriela Camerino

Danza sobre la Tierra es un poema en movimiento... así es como cada palabra está en comunión con las imágenes, expresando con emoción numerosos momentos danzados en la naturaleza fueguina.

El libro es una invitación a tomar conciencia de nuestras acciones en la naturaleza, adentrándose en un paisaje sensorial, para descubrir diversos escenarios naturales y despertar así los sentidos y la memoria corporal. Rosana y Gabriela integran en el libro las múltiples voces y presencias de esta experiencia artística en la naturaleza de Ushuaia, Tierra del Fuego, Argentina.

Esta obra fue presentada por primera vez en 2020, en plena pandemia, de manera virtual y desde entonces recorre distintas ciudades de Argentina y también de España. Ahora, ya con su tercera edición.

La presentación del libro realizada en Buenos Aires, sumó experiencias inmersivas en la naturaleza fueguina a través del relato, el movimiento, la música y la proyección de imágenes, transformando el momento en viaje a la profundidad de los bosques fueguinos.

Rosana Bernharstu. Danzaterapeuta. Artista del movimiento en la naturaleza y Gabriela Camerino. Fotógrafa. Activista ambiental, residen en Ushuaia. Los ejemplares se pueden adquirir escribiendo al 54 2901400124 o @naturaldanza\_robarnharstu. Así mismo se encuentra en plataformas digitales como Amazon, Apple Books, Google Play.

La próxima presentación se llevará a cabo el 10 de julio en el centro Cultural Social y Político Nueva Argentina. Ushuaia. Tierra del Fuego.

## Semana de la Sensopercepción

3ra Edición 14 al 18 de septiembre 2026

Deborah Kalmar, Daniela Yutzis, Olga Nicosia, Marcela Bretschneider  
Y muchas docentes más en todo el país.

Actividades en modalidad virtual y presencial, todas gratuitas

Convoca:

Sensopercepcion espacio de investigación

Informes:

danielayutzis@gmail.com kalmarstokoe@gmail.com

## Sistema Fedora Aberastury

• **20 y 27 de junio:** Sistema Consciente para la Técnica del Movimiento. **Relación Lengua-Médula.** Virtual Sincrónico: • 14 a 16 hs. en Argentina; • 19 a 21 hs. en España; • 11 a 13 hs. en México. Más información: contactogabrielagonzalezlopez@gmail.com

• **Abierta la inscripción: Curso trimestral** a distancia en el Celcit 'Sistema Fedora para la escena' (septiembre-noviembre), coord. Gabriela González López. Más información: cursos@celcit.org.ar

## Clases de Chi Kung gratuitas

• **Junio-julio-agosto-septiembre 2026:** **Clases de Chi Kung Gratuitas en Hospitales Públicos.** Hospital Rivadavia: martes de 13 a 14.30 horas, en Las Heras 2670, CABA, Pabellón Molina, 1er piso, con Mintcho Garramone, Melisa Nicolau e Irene Martínez Marchal; Hospital Ramos Mejía: miércoles de 15 a 16.30 hs, en Gral. Urquiza 609, CABA, con Pablo Mateu, Susana Lui y Hugo Pintos; Hospital Tornú: jueves de 10 a 11 hs, en Av. Combatientes de Malvinas 3002, parque frente a la Capilla, CABA, con Melisa Nicolau e Irene Martínez Marchal. **Para todo público.** No se requiere inscripción previa. Concurrir directamente. También clases gratuitas en plazas los fines de semana. Más información en [www.iiqgargentina.com.ar/clases/](http://www.iiqgargentina.com.ar/clases/)

## Instituto de la Máscara

El instituto de la Máscara, desde hace 50 años, investiga y trabaja en las fronteras entre la psicología, el cuerpo, el arte y lo grupal. Te invitamos a ser parte de nuestras formaciones y actividades:

• **Formaciones Presenciales y Online 2026.** Inscripciones abiertas.

• **«Psicodrama»** por Mario Buchbinder y Claudia D'Agostino. Todos los Miércoles 18:30hs. Online con presenciales opcionales.

• **«Clínica Corporal y Arte»** por Elina Matoso y Claudia D'Agostino. Jueves 18:30hs. PRESENCIAL cada 15 días.

• **«Seminario Especialización en Psicodrama y Clínica Corporal»** por Elina Matoso, Mario Buchbinder y Claudia D'Agostino. Segundo Sábado de cada mes. 100% Online. • info e inscripciones: Whats App: +54 116428 2944. Mail: institutomascara@gmail.com

## Danzaterapia Fux

Actividades de Danzaterapia. **Danza Creativa: Clases regulares** semanales; miércoles 10:30 hs. y viernes 18 hs.

• **Sábado 4 de Julio:** de 14:30 a 16:30 hs. temática: "Danzar de a 2", un espacio diseñado para parejas y vínculos afectivos.

• **Sábado 8 de Agosto:** de 10 a 17 hs. En Casa Nazaret (Carlos Calvo 3163, CABA). Coordina: María José Vexenat. Docente, bailarina e investigadora en el método María Fux. Más información: majovexenat@gmail.com / Majo Vexenat I Danza Creativa - Danzaterapia. [www.majovexenat.com](http://www.majovexenat.com)

## Seminario de Qi Gong

• **Julio 2026- Seminario de Qi Gong (Chi Kung) Los 6 Sonidos Terapéuticos.** Bimestral. Comienza en julio. Qi Gong tradicional de la Escuela Taoista Lung Men (Puerta del Dragón). Movimientos y Sonidos para purificar los órganos. **Para todo Público.** Vacantes limitadas. **En CABA, cada mes: 1er y 3er sábado de 9 a 13 hs.** + clase teórica virtual. Con Daniel Letieri y Carlos Trosman. **En OLIVOS, cada mes 1er sábado de 9 a 17 hs.** + clase teórica virtual. Con Guillermo Cid. Se entrega Material didáctico y Certificados de Asistencia. **Abierta la Inscripción:** contacto@iiqgargentina.com.ar Puede cursarse también en forma virtual. Ver programa completo en [www.iiqgargentina.com.ar](http://www.iiqgargentina.com.ar) Se puede participar en forma unitaria o como inicio del Curso de Profesor/al de Qi Gong del Instituto Internacional de Qi Gong Argentina, única sede en Latinoamérica del iiQG con sede en Francia. Fundador: Dr. Yves Réquena. Director en Argentina: Carlos Trosman. **Próximo seminario en octubre:** ZHI NENG I «Peng Qi Quan Ding Fa» del Maestro Pang He Ming. Más información: Whatsapp [www.iiqgargentina.com.ar](http://www.iiqgargentina.com.ar) Wpp+54.9.11.6656.5215

## Esferodinamia

• En nuestro sitio web: [www.esferodinamiaparaembarazadas.com](http://www.esferodinamiaparaembarazadas.com) podés adquirir nuestro primer libro de «Esferodinamia para Embarazadas- Manual de ejercicios/experiencias de Empollando» por Anabella Lozano y Marian Durán. **Junio-Septiembre:** Prácticas Guiadas para profesionales. Online de acceso permanente. **Agosto 08 y 09 Modulo III** «Certificación en Esferodinamia para el Embarazo, Trabajo de Parto y Postparto». • Clases regulares de: • Esferodinamia Reorganización Postural • Esferodinamia para Embarazadas. • Atesorar nuestro Periné». Prácticas regulares para todas las personas que deseen conocer y mejorar la estabilidad y el tono muscular del suelo pélvico. • Más Información: [www.esferobalones.com](http://www.esferobalones.com) Instagram: @esferobalones + 54 9 1138693336. Tel: +54 9 3400-666791.

## Talleres de Shiatzu

• Shiatzu Kan Gen Ryu® Talleres de Shiatzu 2026 en CABA. **Un sábado por mes de 9 a 13 hs** (zona Almagro; CABA). **Sábado 18 de julio de 9 a 13 hs.** • **Shiatzu en la espalda:** Puntos de diagnóstico y tratamiento. Digitopresión y estiramientos para mejorar dolores de espalda y hombros. • **Sábado 13 de septiembre de 9 a 13 hs.** moxabustión y ventosas. Aplicación de calor con hierba china y ventosas para desbloquear la energía y aliviar el dolor. Relaja las contracturas y mejora la circulación. 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](http://www.shiatzukanngenryu.com.ar) Escuela e Shiatzu Kan Gen Ryu®, Fundada por Carlos Trosman en 1992. Info: Whatsapp: +54911-6656-5215.

## Danza Inclusiva

• **Podcast de Danza Inclusiva y arte:** Andares por el mundo programa de entrevistas sobre Danza y accesibilidad alrededor del mundo. Disponible en todas las plataformas. Un programa de Radio Ceibo. **Conducción: Claudia Gasparini.** Edición: Elvira Grillo Una producción de Fundación Fábrica de Artistas. Contactos: Ig: Andares Danza inclusiva Facebook: AndaresDanzaInclusiva Celu: +54 9 2994056103. [andaresdanza@fabricadeartistas.com](mailto:andaresdanza@fabricadeartistas.com)

## Sistema Milderman

• **Clases semanales y Formación-instructorado 2026 del Sistema Milderman.** SEDES en Argentina y **Modalidades Online - Semipresencial - Presencial** Coordinación General: Profesora Mariel Crispino. Informes e Inscripción @marielsabrinacrispino @movimiento\_expresivo - +5491130927365.

## Chi Kung (Qi Gong)

Chi Kung (Qi Gong), gimnasia china para la salud. **Comienzan clases** para principiantes y avanzados, **presenciales y virtuales** con Profesor@s del Instituto Internacional de Qi Gong Argentina en distintos barrios de CABA y en otras localidades, varios horarios. El Qi Gong mejora la circulación de la sangre y la energía, la concentración y la flexibilidad. Puede ser practicado por personas de cualquier edad y condición física. Consultar profesores certificados, horarios y lugares en <https://iiqgargentina.com.ar/clases/>

## Encuentro de Eutonia 2026

• **Sábado 22 de agosto: Encuentro Latinoamericano de Eutonia 2026.** La Eutonia y el cuidado de la salud. Jornada de intercambio entre Argentina y Brasil. Coordinan: I.B.E. / A.B.E. / A.A.L.E. Modalidad virtual (con traducción consecutiva). Actividad arancelada (descuentos para socios AALE). Programa:

• 1ª Parte (abierta al público): 9:00 Apertura y clase práctica. 10:50 a 13:00 hs. Eutonia Mesa redonda sobre los aportes de la Eutonia en la salud.

• 2ª Parte (para Eutonistas): "La salud y el movimiento desde la Eutonia". 14:00 hs. Presentación: Danzaterapia/Eutonia, danza y preparación corporal. 15:00 a 16:00 Trabajo en grupos. Informes e inscripción: [aale.redes@gmail.com](mailto:aale.redes@gmail.com)

## Exp. corporal-Creatividad

Expresión Corporal-creatividad en movimiento: un espacio destinado a expandir tu zona de confort, bailando. • **Jueves 20 hs.** Coord.: Sandra Reggiani. solicitar entrevista: [sandrareggiani@yahoo.com.ar](mailto:sandrareggiani@yahoo.com.ar) Informes 11- 5857 6168.

## eutonia 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.

## Sensopercepción

• 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](mailto:olganicosia@gmail.com) IG: @nicosiaolga4832-9427/54911-49738425. Fb: Sensopercepcion Nicosia

## Formación Masaje Tailandés

• **Curso de Nivel Inicial** de Masaje Tradicional Tailandés (Nuad Thai). Grupos reducidos. **Formación personalizada.** Para más Información: [escuelanuadthai@gmail.com](mailto:escuelanuadthai@gmail.com) [www.escuelanuadthai.com](http://www.escuelanuadthai.com)

## 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](mailto:escuelaexpresionhumana@gmail.com) ó [www.escuelaexpresionhumana.com](https://www.escuelaexpresionhumana.com) Whatsapp: 11-2886-7915.

## 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. Link de acceso <https://zoom.us/j/2270837398>. Consultas e inscripción: • **Déborah Kalmar:** +54 11 64476614 / [kalmarstokoe@gmail.com](mailto:kalmarstokoe@gmail.com) / Estudio Kalmar Stokoe - @estudio\_kalmar\_stokoe • **Daniela Yutzis:** +54 221 459 8715 / [danielayutzis@gmail.com](mailto:danielayutzis@gmail.com) / Estudio Amancay - @amancayeducaciondelmovimiento

## 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](mailto:mdellamora@intramed.net)

## Danza Expresión Corporal

• **«Taller Danza-Expresión Corporal»:** Trabajamos sobre la conciencia corporal, la voz y la postura. Improvisación en danza y Composición. Todas las edades. Anual.Villa Crespo. • **Taller Teatro y Movimiento:** todas las edades. Entrenamiento Corporal. La voz. Improvisación teatral. Grupal. Anual. En Almagro y Recoleta. • **Teatro en Acción+60. Gratuito.** Coordina: Cristina Soloaga. Informes: [csoloaga60@gmail.com](mailto:csoloaga60@gmail.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](mailto:fundacionpuiggrós@gmail.com) . [www.institutopuiggrós.com](http://www.institutopuiggrós.com)

## 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](http://www.patriciaaschieri.com) poesiacorporalennmovimiento@gmail.com

## 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](mailto:espaciolavozyelcuerpo@gmail.com) FB:lavozyelcuerpo IG:paolapatogrifman [www.patobluess.blogspot.com](http://www.patobluess.blogspot.com)

## Sistema Río Abierto

• **Centro de terapias psicocorporales** y transpersonales para el desarrollo humano. • **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. • **Del 27 al 31 de agosto: «Convivencia en la Cordillera de los Andes» Abiertas las inscripciones.** • 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. • 60 años de experiencia en Argentina y en el mundo. Info: [fundacionrioabierto@gmail.com](mailto:fundacionrioabierto@gmail.com) Paraguay 4694 (CABA). IG: @rio\_abierto\_argentina

## Asociación Feldenkrais

• Práctica del Método Feldenkrais con Profesionales Certificados. Consultar el buscador en la página Web de la Asociación Feldenkrais: [www.feldenkrais.org.ar](http://www.feldenkrais.org.ar) • Más información en: Instagram: @argentinafeldenkrais

## Bioenergética

• Clases de Ejercicios Bioenergéticos. **Escuela de Bioenergética R.E.D.** Delgado 769, Colegiales, CABA. • **Abierta la inscripción 2026 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 / [lg\\_escueladebioenergetica.red](mailto:lg_escueladebioenergetica.red)

## Adicciones

• "Diagnóstico en el trabajo corporal" Perla Tarello. Más Información: 4866-0999 / 156-0366490 [perla.tarello@gmail.com](mailto:perla.tarello@gmail.com)

## 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 Prosdocimi, 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 Mail: [armonizadora@gmail.com](mailto:armonizadora@gmail.com)

## Viaje a China en agosto

• **Viaje a china con el iiQG Argentina en agosto 2026:** «Montañas Sagradas». Viaje de inmersión en el Qi Gong y el cultivo de la salud junto al iiQG España. Aprendizaje en Templos Tradicionales con reconocidos Maestros Taoistas y Lamas tibetanos. Pekín, Yunnan, Kunming, Wei Bao Shang (montaña sagrada taoista), Cang Shan (montaña sagrada budista), Kawa Karpo (montaña sagrada del budismo tibetano) y Shangri Lá. Visita a templos y lugares emblemáticos de la historia y la cultura china. [www.iiqgargentina.com.ar/proximos-viajes/](http://www.iiqgargentina.com.ar/proximos-viajes/) Vacantes limitadas. Whatsapp: +54 9 11 6656-5215 (solo mensajes de texto). Más información: Info: [contacto@iiqgaegentina.com.ar](mailto:contacto@iiqgaegentina.com.ar)

## Esferokinesis

El CIEC (Centro de Investigación y Estudios Corporales) se dedica desde hace más de 20 años a la formación y perfeccionamiento de profesionales en los usos y aplicaciones de los balones, desde el enfoque de la Educación Somática, en Argentina y Latinoamérica. • **Profesorado en Esferokinesis** Módulo: «Soporte muscular para la postura». • Curso de perfeccionamiento para personas con una experiencia mínima de 100 horas de formación y dictado de clases con balones. • **Inicia el 5/9** - Cursos Cortos para todo público y para profesionales que quieran sumar recursos para incorporar las esferas a su práctica. Más información: [ciec@esferokinesis.com](mailto:ciec@esferokinesis.com)

## Danza Comunitaria

• **26, 27, 28 y 29 de agosto. 1º Congreso y 3º Encuentro Nacional e Internacional de Danza Comunitaria.** En CABA, Espacio Barletta y Mutual Sentimiento. • Obras Breves • Videodanzas • Ponencias Invita: Asociación Civil Danza Comunitaria. Contacto: [encuentrodanzacomunitaria@gmail.com](mailto:encuentrodanzacomunitaria@gmail.com) en instagram: [asocdanzacomunitaria](https://www.instagram.com/asocdanzacomunitaria)

## Festival El Cruce N°25

• **9 al 13 de septiembre: el Festival Internacional de Artes Escénicas Contemporáneas EL CRUCE** celebra sus 25 años en Rosario con una invitación expansiva: «Periferias compartidas». En diálogo con proyectos y gestores culturales iberoamericanos se suman las ciudades de Rosario (Argentina), Concepción y Valparaíso (Chile), Belo Horizonte (Brasil) y Uruguay. Toda la información en [www.instagram.com/cobairosario/](http://www.instagram.com/cobairosario/)



Año XXXVI  
Nº 106  
Abril 2026

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

### Editorial

*Frente a la Inteligencia Artificial defender la singularidad de lo vivo*  
Enrique Carpintero

### Dossier:

*La Inteligencia Artificial, un complemento de la experiencia humana*  
Paula Sibilia y Carlos Barzani  
*El sufrimiento en el trabajo en la era digital*  
Entrevista a Christophe Dejours

### Area corporal

¿Cuerpo estás?  
Carlos Trosman

**Primer premio del Octavo Concurso Topia Ensayo Breve 2024/2025**

*Despliegues del desastre: el fin de una época y sus marcas en la subjetividad*  
Maximiliano Aníbal Reyes

[www.topia.com.ar](http://www.topia.com.ar) [revista@topia.com.ar](mailto:revista@topia.com.ar)  
4802-5434 - 4551-2250

# Kiné en el ciberespacio

[www.revistakine.com.ar](http://www.revistakine.com.ar)



instagram @kine.revista



KINE169

KINE 168

KINE 167

ANUNCIANT...

KINE 166

KINE 165

GUIA 2025

canal youtube @kine.revista5583



Participación de Kine en el

Desintoxicarse en tiempos

30 años Las tapas de Kine

Kiné 30años ¡Fiesta!

facebook @KINE la revista de lo corporal

