

fanzine de alta vibración

7

ArtESano Es quien hace de su Vida un Arte
VeintiUNA Entrevista a Vidas Inspiracionales

UNIVERSO
KOKORÖ

julia camiletti
eva bidegain
estefanía clotti
virginia giacosa
fernando pellegrinet
patricia delgado
juan miguel de la fuente
ción jiro
daniel pellegrinet
flor coll
luciana fleischman
bocha hernández
damián schwarzstein
justo radicci
ana rossi
juan nicaastro
sebastián ruto
cecilia colacrai
lorena boggero
mónica pesce
lisandro carreras

publicación trimestral, online y gratuita
*número **siete**: primavera/otoño 2015*
[descarga las otras ediciones desde la web kokorö
o en los links de la última página del fanzine]

*idea, producción y realización **dëb***

*edita **Universo Kokorö***
www.universokokoro.wordpress.com
[en facebook.com/universokokoro](https://facebook.com/universokokoro)
email: universokokoro@gmail.com
(0054) 341 5879748

Soy curiosa
Julia Camiletti



Foto por Gabriel Lovera.

Mi nombre es Julia, nací en 1988 en Arroyo Seco, a 30 kilómetros de Rosario, Santa Fe, donde crecí y viví gran parte de mi vida. Hoy resido un poco ahí, por trabajo y afectos, y un poco en Funes por elección, en una casa viva a la que, junto con mi compañero, hemos llamado Casa Kurmi. Es un espacio donde suceden cosas relacionadas a la cultura y la sanación y es muy intenso construirla como proyecto y habitarla, hermoso a la vez. Intentamos generar un puente entre quienes tienen algo para ofrecer y quienes lo están buscando, y estoy totalmente entregada a ese trabajo aunque sé que es algo temporal. Vivir allí me da la posibilidad de conectarme con la naturaleza, con mis elementos tierra y fuego, compartir con otras personas, tener mis momentos de silencio y soledad, otros de creación... Estar ahí es como vivir de viaje, creo que la vida misma es un viaje y que a veces vivenciamos viajes adentro de otros viajes adentro de otros viajes. Me gusta mucho el movimiento, me encanta el colectivo diario, andar en bici, caminar, en ese estado se me ocurren las mejores ideas.

Me dedico a muchas cosas y todas me alimentan, siento que siempre estoy trabajando conmigo misma y que nunca estoy trabajando en el sentido estricto de la palabra, por eso tampoco tomo 'vacaciones', trato que la acción y el descanso sean un continuum orgánico.

Estoy haciendo la Residencia (práctica final) de Psicología en la Universidad Nacional de Rosario, y si bien cada vez me veo más alejada del ámbito académico, siento que cerrar amorosamente esta etapa, que tanto me dio, es sanarla. Y que sea en el área gestáltica, de modalidad grupal y vivencial, me aporta muchísimo.

Soy correctora de un medio gráfico, instructora de yoga, tarotista, artista, cocinera. Estudié fotografía, arteterapia, clown hospitalario. Soy curiosa y experimentadora por naturaleza, sin embargo últimamente vengo trabajando interiormente el hecho de profundizar un camino integrando todo lo aprendido. El hilo conductor de todo lo que hago es una comprometida búsqueda sobre quién soy y cuál es mi verdad, sabiendo que sólo desde ahí puedo acompañar a otrxs.

Hoy siento que mi misión es, junto con un montón de otros seres (cada vez más!) ayudar a que despertemos consciencia en este mundo en vertiginoso cambio, con el fin de la evolución y sanación colectiva. Para ello me es indispensable la fe, la creencia en que todo es perfecto, y le pido al Universo poder hacerlo de manera comprometida, responsable, humilde, amorosa, sin juzgar, ante todo conmigo misma. No siempre tuve esta certeza, hoy siento claridad al reconocer el sentido de cada cosa que hice para llegar hasta acá. Desde que la descubrí, hago uso lúcido de la capacidad de crear mi propia vida, junto a los planes que el Gran Misterio tiene para mí, a los que trato de entregarme con confianza para no obstaculizarlos con la mente, el ego, el control.



Casa Kurmi. Funes, Santa Fe.



Desde mi experiencia, el arte es lo que me salvó la vida! Fue el camino por donde empezaron a llegarme nuevas vivencias y veo en la expresión (sacar afuera lo que presiona) la vía por excelencia para sanar y alcanzar el bien-estar. La espiritualidad llegó después, a darle sentido a esa sensación que siempre tuve de que 'había algo más'. Reconocerla en mí y reencontrarme con ella fue una revelación. La vida es un juego, un flujo interminable, un milagro, una bendición manifestándose en todo. La abundancia, el saber que todo lo que necesito (y más!) está disponible sin sufrimiento y viene de la mano de la gratitud.

Practico yoga, danzo con contact improvisación, soy un 95 % vegetariana, no consumo fármacos y evito lácteos y refinados, con mucha consciencia de que aún me falta aprender. Tengo heridas con la nutrición que están en proceso de sana-acción. Cuando me conecto con mi cuerpo siento a Dios.

Hago terapia gestaltica hace 2 años, hice psicoanálisis alguna vez, escribo mucho y he investigado todo lo que se cruzó en mi camino: tarot, psicomagia, rebirthing, lecturas de aura, reiki, temazcales... Me interesa también la astrología, la apertura de Registros Akáshicos, el trabajo con los sueños, las Constelaciones Familiares, la psicogenealogía, las flores de Bach... Sin embargo no tengo apuro porque sé que cada terapia, maestro, información llega cuando estamos listxs para recibir, ni antes ni después. Hoy el proceso terapéutico más profundo que realizo es de la mano del reino vegetal, quien, a mi criterio, satisface todas las necesidades humanas: por un lado en un taller de Fitoterapia, y por el otro, en un trabajo muy íntimo con plantas sagradas, especialmente Tabaco, María y Ayahuasca.

Me inspira la naturaleza, el sol, los colores, mis abuelas, viajar, las historias de vida, apreciar la belleza, identificarme con los procesos creativos y de sanación de otrxs, lxs niñxs, las revistas, encontrar cosas por la calle... El estado de inspiración/motivación/entusiasmo es en el que más me gusta estar.

Me mueve el deseo de que haya equilibrio en el reparto de los recursos naturales, que todxs tengamos todo.

experienciando.wordpress.com
en facebook Casa Kurmi
email: juliacamilletti@gmail.com

Buscar soluciones alternativas

Eva Bidegain

Nací en Capital Federal un 4 de febrero de 1980, bajo el signo solar de Acuario, en los últimos años de la dictadura militar argentina. He mudado varias veces de casa. En Buenos Aires, amaba las veredas y las macetas con muchas plantas de mis abuelos; en Misiones, en mi segunda infancia, los árboles de mango, nísperos, guembè, pomelos y helechos. El agua y las plantas me son necesarios. Creo que mudarme varias veces de niña, hizo que amara los viajes y la alteridad. Me hallo tanto en grandes ciudades como en pueblos selváticos con otro ritmo y otro aire.

Desde hace once años me dedico a la antropología de manera profesional. Conocer compartiendo a gentes nuevas, es la antropología que practico, y la considero una disposición ontológica además que epistemológica y metodológica. Clifford Geertz decía que los antropólogos no hacían trabajo de la aldea, sino en la aldea. Por mi parte creo que hay que trabajar con la aldea.

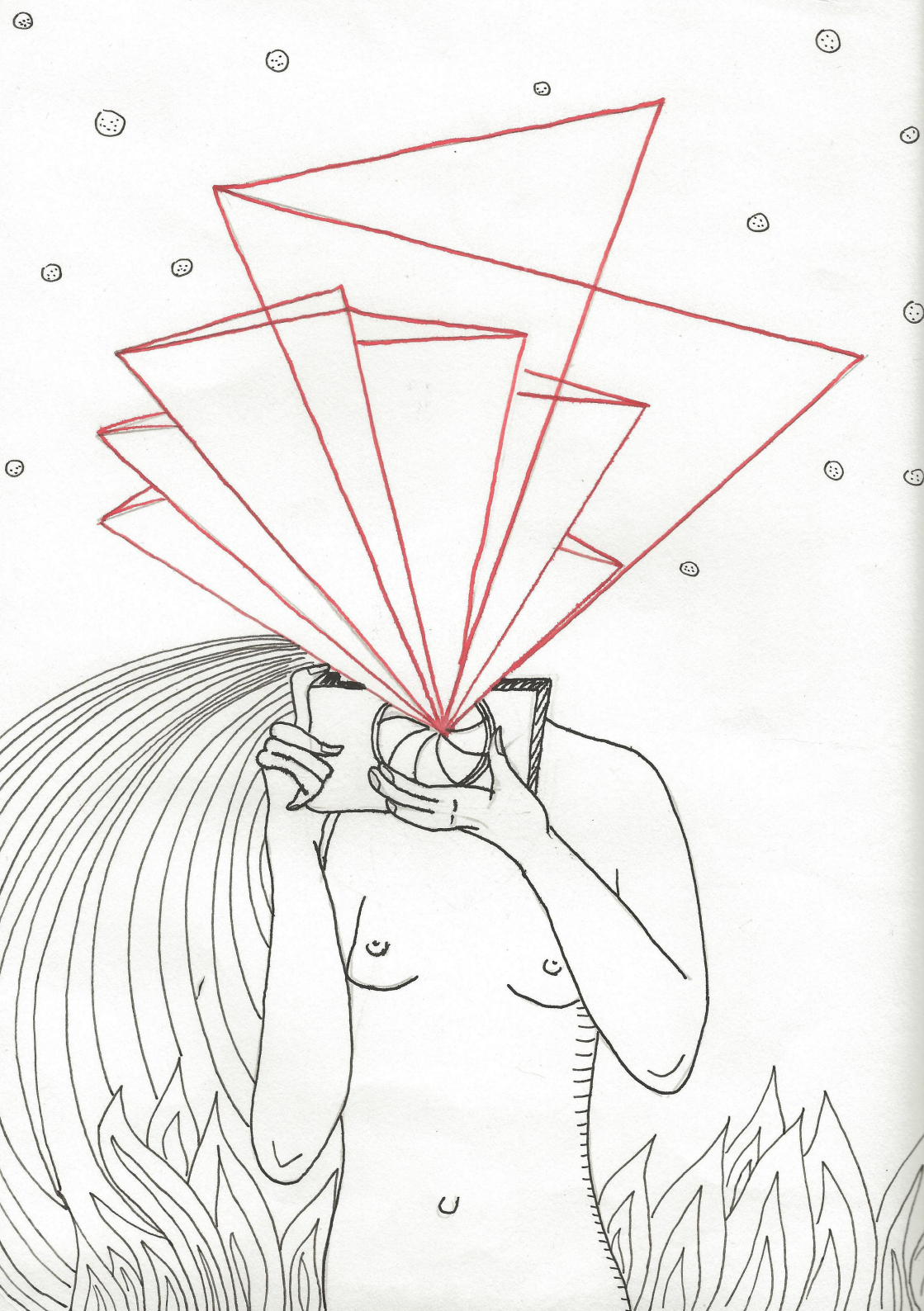
También me interesa la ilustración y el diseño gráfico, con el cual me he ganado mi sustento como freelance en las varias vidas de mi vida. El hilo conductor de mi obra es explorar nuevas formas de mirar las cosas. Descolocar el sentido común. En antropología esto ha llevado a interesarme por los modos de curar y de sanar, los modos de percibir las instituciones y las relaciones sociales, según los intereses y las posiciones de clase y poder.

El arte, tiene como función desencajar la percepción y concepción del mundo. En mi vida pasada esto lo realicé con intervenciones de comunicación activa a través de graffitis, diseño gráfico y revistas autoeditadas. En antropología, a través de desarmar lo obvio. Mis dibujos como AveAgni van por el mismo sentido.

Atravesé varias crisis interrogándome qué era lo que podía hacer como investigadora, hasta que me di cuenta que mostrar las contradicciones y los diferentes puntos de vista, podía ser transformador para buscar una nueva forma de hacer las cosas. Y también, contribuir a transformarlas. A intentarlo. Creo que mi misión es buscar soluciones alternativas a pequeños grandes problemas.

Nunca tuve separación de mi trabajo con mi vida cotidiana. Suelo dibujar, leer libros de poesía, biografías, conversar, ver cine y participar de otros tipos de arte, caminar, andar en bicicleta. Me gusta estar en silencio y mi casa suele ser un templo donde descanso y es un taller. He visto y estado en los lugares más maravillosos e increíbles. De alguna manera mi trabajo está relacionado con mi propia familia en cuanto mis padres han sido curadores. Del mismo modo mi interés en la genealogía y el parentesco y las alianzas como forma de organización primaria.





El trabajo no siempre ha significado dinero. Una vez me dí cuenta que en vez de buscar trabajo, lo que tenía que hacer es ofrecer mi trabajo, en qué me siento capaz y buena haciendo algo. Ahí fue cuando comenzó la abundancia, ganar lo suficiente para hacer realidad mis proyectos. Me he dado casas para compartir con amigos y familia, con viajeros a través de CouchSurfing, comidas, libros, arte. Viajar me enseñó a valorar lo justo y necesario y a conservar pequeñas cosas.

He probado en mi cuerpo varias dietas y ejercicios y métodos de curación. No consumo sal ni azúcar hace años. Prefiero tomar vinos y consumir buen tabaco.

Alguna vez fui al psicólogo, para aceptar la muerte y el fin de las cosas. Luego me di cuenta que estaba en un círculo y entonces comencé a experimentar con sueños lúcidos, ayunos, visualización, actos mágicos, reiki y chi kung. Hoy comprendo y acepto que todo el tiempo las cosas acaban y empiezan. Esto es un tesoro. Si todo está condicionado, mejor condicionarse uno a sí mismo, que vivir condicionado por otros (la familia, la sociedad, los grupos a los que uno adscribe). Me ha funcionado para creer y hacer cosas que en otro momento parecían imposibles.

La sexualidad ha estado relegada un tiempo por el intelecto. Quería conocerlo todo, pensarlo todo. Luego comenzó con exploraciones sobre las distintas formas de amar a hombres y mujeres. Y las emociones estuvieron siempre determinando tanto las ideas como la sexualidad. Y en todo esto, hallo la sensualidad en mi forma amorosa de relacionarme en todas mis relaciones y en la forma de expresión de mis dibujos, fotografías y registros de viajes.

Me inspiran las personas contemporáneas, que hacen algo fuera de lo común. Tengo amigos de todas las edades que han expandido sus límites mentales, materiales, emocionales y sexuales. Lo que nos hace iguales es la capacidad del humano de crearse cultura.

Hace muchos años adopte el lema: el que cree crea. Soy consciente de que creo mis relaciones y mis caminos. Me siento absolutamente creadora.

Un deseo que tengo es construir una casa taller autogestionada donde albergar a artistas y científicos con voluntad y decisión de hacer proyectos de intervención fuera de lo convencional. Una especie de laboratorio de nuevas percepciones, materiales, energías y métodos. Es fundamental que sea cerca de un curso de agua y con un jardín y una huerta cuidada por los mismos moradores.

web: Ave Agni: aveagni.blogspot.com
email: evabidegain@gmail.com

No puedo estar sin dibujar

Estefanía Clotti

Soy de Rosario, donde vivo. Me encanta la ciudad y mi casa. Está construida en una terraza, es amplia, rústica, tiene ventanas grandes por donde entra mucha luz y tengo bastante horizonte. Viajo poco, es algo que me encantaría y da vueltas en mi cabeza. Conocer, saber, ver otros cielos, colores, escuchar otras formas de hablar, generar otras relaciones.

Soy dibujante, dibujo desde siempre, con períodos de más o menos frecuencia. Hace diez años es mi forma de vida, no puedo estar sin dibujar, si por unos días me desconecto de los lápices siento que me falta algo, que algo en mí me incomoda.

Me gusta experimentar y no quedarme siempre en un mismo lugar. También hago bolsos y mochilas de arpillera, imanes con diseños propios, láminas con mis dibujos, historietas que autoedito, etc. A parte de hacer conocer mi obra me permite conectarme con otros pares.

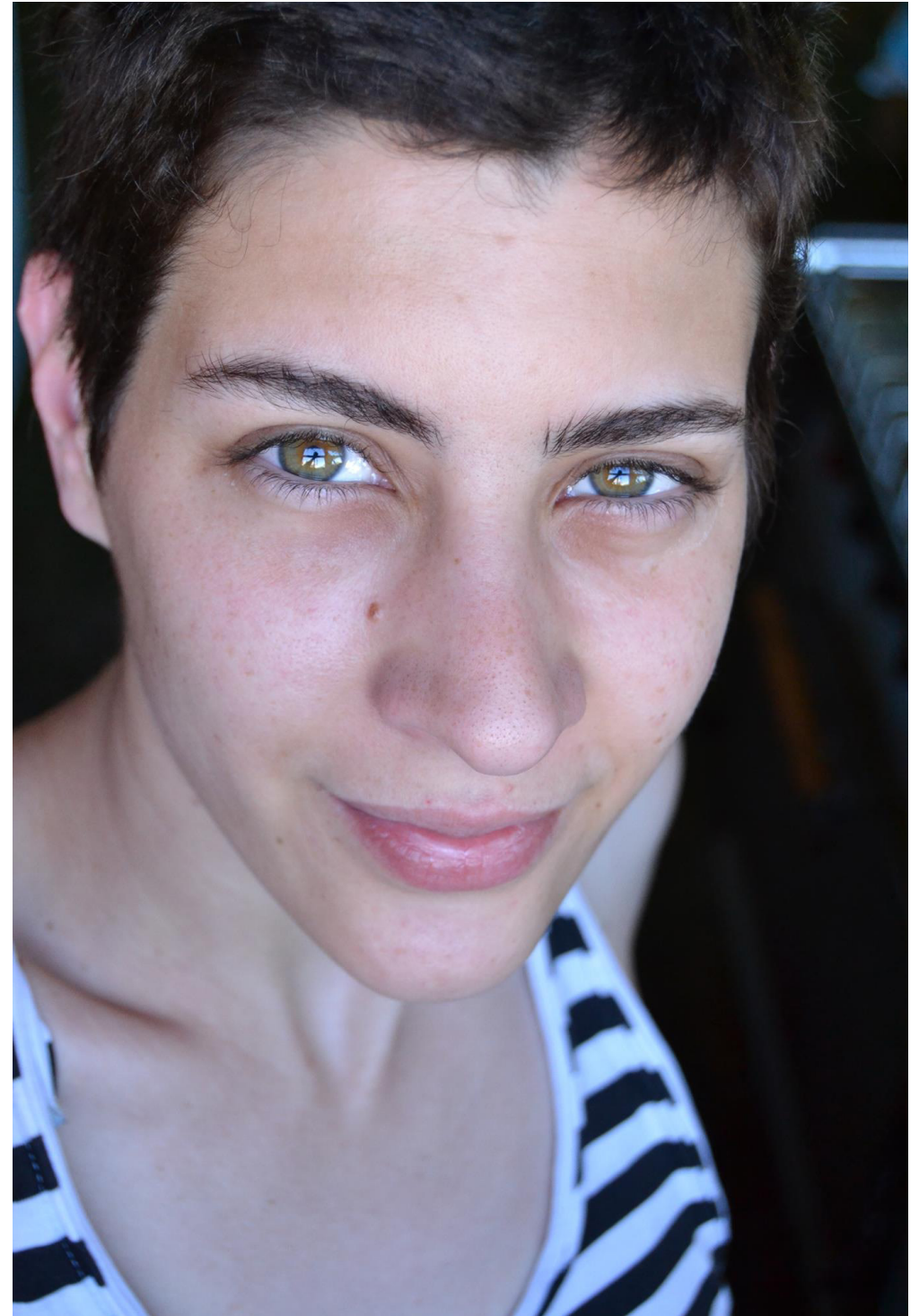
No sé si mi trabajo tiene un hilo común, trabajo en series, series de un mundo imaginario de pueblos que habitan en la selva, series de personas sentadas, paradas, retratos, mapas, animales, etc. Los materiales con los que trabajo también van cambiando y mi línea... trato de pensar qué herramienta es la más adecuada para lo que quiero expresar. Tal vez el hilo sea una cuestión narrativa, trato de contar a través de la imagen una historia explícita o implícitamente.

A parte, trabajo en un video club que está en pleno centro en una casa antigua de pisos de madera y puertas altas. Me gusta, me permite desconectar con las trabas creativas y relajarme, es un ambiente muy cálido y se generan relaciones lindas.

Me gusta estar siempre produciendo, no tengo momentos de desconexión mental, de pensar en blanco quiero decir. Lo que si tengo son muchísimos momentos de desconexión con 'la realidad', de dejar mi mente vagar.

No creo tener muchas herramientas para decir qué es el arte, la vida y la espiritualidad. Mis experiencias no sé si llegan a poder definir, hoy para mí es un poco la misma cosa. Cuando estoy pensando en producir algo la mayoría de las veces estoy con mi espíritu que lo relaciono con lo más sensible de mí al cien por cien, pero creo que el motor de ese espíritu son mis experiencias con la realidad entonces creo que todo está conectado, no veo las cosas por separado.

Me encantaría no cobrar por mis dibujos, que sean accesibles para todos. Me gustaría especializarme gratuitamente y dar clases o de alguna manera volcar



mis conocimientos al que quiera saberlos. Cada vez que puedo lo hago, en ámbitos cooperativos. ¿La abundancia será tener lo que no se necesita?

Para mi trabajo y para mi vida me hacen bien las cosas cotidianas, me muevo en bici por la ciudad, eso lo tomo como mi entrenamiento.

Hice varios años psicología social y un tiempito shiat-su, pero para estas terapias alternativas soy una persona muy cerebral, necesito cambiar algunas ópticas para que me hagan efecto. Veo en el dibujo una terapia, exorcizo muchas cosas por ahí.

Mi obra es mi familia y mi trabajo y mi cotidianeidad, están en muchos dibujos, si no están retratados es porque vienen de alguna experiencia, un recuerdo, un sentimiento. Las experiencias diarias me nutren muchísimo. Tengo anotadores en todos lados, en la cama, en la mochila, en el escritorio, en el del taller donde vuelco muchas ideas que se disparan a partir de una charla o de ver como esta vestida, como se mueve, como habla la señora que alquiló "El ojo 3" por 60 avas.

Me gusta la gente que no deja de producir, que es libre y dibuja sin prejuicio y todo lo que puedan ver mis ojos.

Me siento responsable de mi vida y todas mis acciones. Nací fruto de un amor y fui creando mi camino, que seguramente de tanta insistencia será el que sueño.

El deseo de siempre, el que pido cuando soplo las velitas o cuando juego con una pestaña y los pulgares o cuando ato nudos: qué todo salga bien.

webs:

<https://www.facebook.com/DibujosdeEcloT?ref=hl>

<https://www.flickr.com/photos/ecdot/>

email: estefaniacclotti@yahoo.com.ar





Creo en los milagros

Virginia Giacosa

Nací en Rosario en el barrio Bella Vista. Pasé la infancia jugando en la calle, andando en bicicleta y viendo como las mujeres de mi familia (abuelas, madre, tías) sacaban sus sillones a la vereda las noches de verano para darse baños de Luna y charlar hasta bien tarde. Vivo en una zona llamada Pichincha. Me gusta porque queda cerca del centro y mantiene esa escala barrial de los pequeños comercios, atendidos por sus dueños; tiene bonitos bares para desayunar y no muy lejos la costa y el parque que miran al río Paraná.

El departamento en el que vivo fue un regalo. No me siento atada a él y disfruto de habitarlo. Es luminoso y tiene mucho aire. Sin embargo, el deseo de mudarme a una casa que tenga un patio para que mi hijo Mateo juegue al aire libre y una pequeña habitación para que yo escriba (ese “cuarto propio” como lo llamaba Virginia Woolf) me ronda bastante seguido. Como creo en los milagros a veces me inunda la idea de que podré hacer un trueque con alguien que se enamore de mi casa y yo de la suya. Y así mudarme sin siquiera utilizar dinero en el intercambio.

Me gusta viajar y me da mucho placer viajar por trabajo. Me tocó girar con un proyecto de cine por Salta, Córdoba, Mar del Plata y México y me lo pasé regio. Viajar a otros países es una experiencia que me encanta. Cuando lo hago reniego bastante de las guías turísticas, de las largas filas para conocer un sitio o para ver una obra de arte, así que hago una mixtura recorriendo algunos de los “inevitables” pero también haciendo ese tour alternativo que casi siempre va de la mano de amigos, parientes o amigos de amigos que viven en el lugar. Así conozco esos rincones que no conocería si sólo me dejo llevar por un GPS o un mapa. Subirme al auto, cebar mate o que me ceben, cruzar el puente que une Rosario con la ciudad de Victoria, darme un baño en sus aguas termales ya me significa todo un viaje. Cualquier recreo por más mínimo que sea es para mí una vacación.

Estudié Comunicación Social. Soy la primera generación de mi familia con título universitario. Una vez alguien me preguntó: “¿Qué trabajo harías gratis? Bueno, entonces eso es el que más te gusta hacer”. Siento que comunicar es mi trabajo y misión. Escribo, hago radio (un proyecto que surgió como necesidad de darle lugar a mi voz y se convirtió en un proyecto colectivo que se amplifica con las voces de otras compañeras) y actualmente trabajo en una institución que promueve los derechos de niñas, niños y adolescentes. A la entrevista de trabajo llegué tarde porque me demoré acompañando a mi hijo al jardín y la respuesta de la que hoy es mi jefa fue: “Para nosotros el que seas madre es un plus”. Me sentí abrazada y bienvenida en un universo, el laboral, que tiene por costumbre expulsar a las



Foto por Débora Tenenbaum.



Foto por Mario Gómez.

mujeres cuando somos madres. Y ahí estoy desde hace dos años, encontrando el ritmo de un trabajo que me sigue siendo nuevo cada día.

El dinero y el trabajo están súper ligados para mí. Desde hace 15 años vivo de mi trabajo que es la comunicación ya sea a través del oficio del periodismo, la producción de cine, la prensa y la difusión de actividades o la escritura. Me ha costado pero con los años he aprendido a ponerle valor a mi trabajo. También he aprendido a decir que no a las propuestas que no son para mí y dejarlas pasar. No tengo ahorros y la abundancia para mí es ponerme un abrigo que hace mucho tiempo no uso y encontrar un manojito de billetes olvidados en uno de sus bolsillos.

Cuando no trabajo leo, escucho música, voy al cine, cocino, juego con mi hijo, salgo de paseo o simplemente me acuesto en el suelo y estiro vértebra por vértebra plegada como en origami luego de mis horas diarias de trabajo frente a la computadora. También bailo. La danza es algo que me resulta bueno que esté cerca. Cuando no lo está me pongo dura, inflexible, rígida no sólo hablando del cuerpo también de las emociones y pensamientos. Bailé murga, cumbia cruzada, danza peruana, folclore argentino y latinoamericano y desde hace dos años estoy incursionando en las danzas afro-yorubas que fueron introducidas en América por los esclavos y descubrí que casi todos los ritmos que anduve investigando antes tienen muchas huellas de este baile. También escribo un libro a mi hijo en un cuaderno con tapa dura y sin renglones. Él lo encontró un día y desde ahí lo llama "El libro de mi nacimiento". Le dibujo, pego fotos, cuento cosas que nos pasaron estos años juntos como familia, transcribo preguntas que lo inquietan y conversaciones a veces desopilantes que mantiene conmigo o con otros.

No uso medicamentos y voy poco al médico. Trato de llevar una alimentación que me permita prevenir enfermedades o bien me ayude a sanarlas si enfermo. No sigo una dieta específica, tomo de aquí y de allá varios consejos que me han hecho bien, sobre todo los que invitan a una alimentación más alcalina que ácida. Mi día comienza con el jugo de medio limón con agua tibia, el de media naranja con una cucharada de maca y un té de hierbas. Ah y apenas me levanto me hago un cepillado del cuerpo en seco algo que aprendí no hace mucho y me hace sentir muy energética. Me da placer tomarme una copa de vino y comerme una barra de chocolate. Mi sangre italiana me llama. Una vez al año, en el invierno, cocino una bagna cauda como ofrenda a mi padre. La degusto sin límite (diría que casi en exceso) quizás porque sé que la volveré a comer otra vez recién dentro de un año.

Siempre hago algún tipo de terapia. Toda consulta o tratamiento que inicie en cierta búsqueda de un bienestar lo llamo terapia. Y en ese camino he transitado por el psicoanálisis durante más de diez años, el esquizoanálisis, toma de ayahuasca, constelaciones familiares, reiki, tarot, masajes ayurveda, osteopatía, meditación, feldenkrais, encuentros de energía femenina...

Por estos días el erotismo se condensa para mí en una imagen: la medida exacta del abrazo de mi compañero que me toma por sorpresa la cintura desde atrás al estar yo haciendo una tarea doméstica cualquiera, como ser lavar los platos en el fregadero o revolviendo una olla que se calienta a fuego lento.

Me inspira mi hijo. Me inspiran las personas y sus historias. Entrevistar para escribir acerca de ellas o no. Escucharlas para que sus voces resuenen en mí es lo que me nutre. Me siento hacedora de mi vida. Me gusta el concepto de resiliencia porque dice mucho de mí y de esa capacidad tan propia de los metales de fundirse y transformarse. Soy por mí pero también por la familia que tengo. De tener otra (la que por muchos años esperé o quise tener) simplemente no sería quién soy.

Deseo ver a mi hijo crecer contento, libre, amando lo que hace y haciendo lo que ama y yo sentir que al fin de cuentas no hice tan mal las cosas.

twitter: @virgiaco

www.facebook.com/virginia.giacosa



Foto por Flor Coll.

Ingeniero y bailarín

Fernando Pellegrinet



Hace cuatro años desperté una mañana después de haber tenido un largo y nítido sueño y supe que tenía que cambiar de vida. Al poco tiempo di por terminada una etapa de ocho años de psicoanálisis. Abandoné mi trabajo full time como ingeniero en la empresa de mi padre. Dejé casi por completo la escritura y la lectura, dos pasiones que ocupaban buena parte de mi tiempo. Necesitaba crear espacio para que surgieran otras cosas. Al principio fue angustiante habitar la sensación de vacío que se produjo. Una deriva sin asomo de isla ni de orilla. Crucé el mar, hice un par de viajes en lo que alternadamente me sentí libre, solo, raro, triste, feliz.

El cuerpo, sabio, también reclamaba el cambio. Necesitaba escucharlo mucho más. Volver a vivirme en él. La sensopercepción y el shiatsu me indicaron en el camino. Comencé a practicar yoga. Bailaba tango y decidí probar el contact improvisación. Encontré allí posibilidades expresivas reveladoras. Tuve la sensación, antes sólo vivida en la escritura, del patito feo develado cisne. Comenzaba a aparecer con fuerza la idea de belleza (ese reflejo de la verdad, diría Platón) como forma de vida.

Al revisar los temas que recibí como disparadores para escribir esta nota, me di cuenta de que, tarde o temprano, la transformación llegó a casi todos los centros en torno a los cuales gira mi existencia. Lleno de preguntas aún, dejo aquí, a modo de ensayo, estos pareceres nada definitivos sobre algunos de estos puntos.

Soy ciudadano del planeta, no me gustan las fronteras y quiero cada vez ser más conciente de cómo mis actos impactan a nivel global. Vivo en Rosario, lugar donde nací. Disfruto de mi casa, pongo mucha atención al espacio al que vuelvo todos los días. Me gusta estar aquí pero cambiaría de lugar, de casa y de ciudad, sin problemas si la razón apareciera.

Trabajo aún parcialmente de ingeniero, con foco en la construcción de obras de la arquitectura y su aspectos de sustentabilidad. También fui, en breves etapas, profesor de tenis, apicultor, facilité un taller de escritura. Coordino espacios de danza, actualmente la Jam de Improvisación en el CEC y Jam en Familia. Estoy dando clases introductorias de danza de contacto e improvisación. La idea de trabajo sólo me seduce como energía y tiempo dedicados a lo que me gusta hacer. Visto así casi todo, o casi nada, es un trabajo, y se parece cada vez más a jugar.

Tiene poco sentido ya para mí la palabra vacaciones, sobre todo como período instaurado, que me dan o que me tomo. Sí creo en los retiros, en los viajes, en la exploración y en el descanso. Los hago cuando los necesito, los improviso.

Hablando de vida y arte, y de improvisación, ésta viene siendo el hilo conductor. Acabo de terminar un laboratorio de creación de danza donde fue condición de supervivencia. Hace un par de años estudio danza contemporánea. También estoy formándome como masajista ayurvédico, otra forma de danza. Bailo en las jams que organizo y en las que organizan otros. Espacios todos donde el improvisar, el

estado del puro presente, se impone. Es un desafío para mí llevarlo cada vez más a otros territorios de la vida.

La familia va cobrando, de a poco el sentido de tribu, ampliada a los amigos, a la gente de la que quiero cuidar y por la que quiero ser cuidado.

El sexo es fundamental para mí, como fuente de disfrute, de juego, de creación. Pero si lo pienso en el marco de una relación, me hace falta también la conexión en los demás planos, emocional, intelectual, físico, material.

No me gusta definirme, me molestan las etiquetas. Cuando me preguntan qué hago, a qué me dedico, me tienta cada vez más quedarme en silencio. Últimamente opto por decir: ingeniero y bailarín. Al menos me gusta cómo suena.

Otro sueño revelador, reciente. Estoy en la casa de mi infancia, en el dormitorio de mis padres. En la alfombra, frente a mí, hay un bebé de arcilla. Aparece un perro, se le acerca y lo lame. El bebé cobra vida. Le pregunto cómo se llama. Me responde. Me doy cuenta que ese nombre, es mi nuevo, mi verdadero nombre.

www.facebook.com/fernando.pellegrinet



Puedo estar hablando de ti

Patricia Delgado

El concepto de entrevista o autobiografía siempre me pareció muy curioso, un escenario con el foco iluminando a alguien que en ese momento puede brillar como el Sol. De los pocos lugares donde tiene una licencia de yo yo yo mí mí mí.

Llegué a la Tierra el 8 de enero de 1976, a las 12:40. Me llamaron Patricia, nombre que me recuerda a patria. Mis padres son gallegos, nací en Euskadi y vivo en Catalunya. He vivido en unas 40 casas distintas. Tanto cambio se convierte en un no cambio, así que hace unos años paré de mudarme y compramos una casa en el monte en un humilde paraíso. Con huertica claro.

Vivo en puentes, sintiéndome sin patria concreta, sólo que ya no lo vivo como una carencia. Los árboles, el río que veo por la ventana son mi patria, tengo mi corazón en la Tierra. Y mi alma en el Universo. He conocido y aceptado mis límites para trascenderlos.

No veo diferencia entre trabajar y vivir. Una de mis misiones es recordar a otros este sencillo mensaje. Cuando haces lo que te gusta en paz con lo que te rodea, la abundancia llega. ¿Y cómo sabes lo que te gusta? Pues eso que te sale solo y alguien te agradece y piensas ¡pero si no he hecho nada! Empecé por dejar de creer en los sobreesfuerzos y ahora ya no creo ni en el esfuerzo.



Foto por Cristina Oliver Crivillers.

Disfruto haciendo de puente. Como el Mago del Tarot, hay varias herramientas en mi mesa para elegir cuando un viajero se acerca a casa con un algo que preguntar. La astrología es una amiga que nos conoce bien, nos recuerda que vivir en armonía con la Tierra se extiende a vivir en armonía el cielo. Astrología, árbol familiar, astrogenealogía me dan un escenario propicio para que ocurra la obra alquímica de transformar el plomo en oro. Ahí está la creatividad de cualquier terapia. Podría ser éste el sentido de la Vida, permitir que los talentos emerjan del malentendido y sirvan a la Humanidad.

Con el chamanismo uno poder y amor. Trabajo de alma a alma. El chamanismo me libra de la mentira de las palabras. Hay espíritus que ayudan a través de mí, dando la curación o el mensaje que el alma del consultante necesita. Hace poco que empecé a contactar con almas que han dejado ya el cuerpo, a veces para acompañarles a trascender, a veces para comunicarse con los que están aquí. Es un trabajo bellissimo. Me siento cómoda acompañando a los humanos en la oscuridad de la vida y los territorios de la muerte y la transformación.

El arquetipo de la Gran Madre está muy fuerte en mí. Tengo el don de ver con claridad el niño interior de las personas, sus emociones, entresijos y laberintos. Cuando un adulto me habla, me vienen sensaciones de su vida infantil, de cómo vivió a su madre. En el fondo, me dedico a sanar niños y madres. Veo los dos momentos en que el puente alma-cuerpo es más visible.

Siento que están en mí las emociones luminosas y retorcidas de toda la historia de la Humanidad. Esta supersensibilidad no siempre estuvo tan bien canalizada como ahora. De niña no tenía ni idea qué hacer con semejante berenjenal y tendía a aislarme y encerrar todo dentro. La epilepsia, liberadora de intensidad emocional, me conectó de bien joven con la muerte y los estados alterados de conciencia. Descubrí la escritura y la música como forma de organizar las emociones en mí. El chamanismo entró en mi vida a los 15 años de la mano de The Doors, grupo que aún hoy me transporta a ese lugar de felicidad fría.

Me va la música que me conecta con mi silencio interior. Igual que cualquier forma de arte. Me llama la atención el arte que me inspira y acompaña de la mano a la belleza de la Vida y de mí misma. Una parte de mi trabajo consiste en conocerme a mí misma y utilizarme como espejo para que el otro se vea un poco más claro. Es una manera en que mi permeabilidad se convierte en un talento, algo útil para servir a otros. Transformé mi plomo en oro.

Liberada de la responsabilidad de mis palabras, desapegada de lo que digo pues en realidad no me pertenece, recibo a personas en la yurta para ser canal, mensajera de los sabios. Así nació consultArte.

La maternidad me abrió aún más la percepción y la intuición. Me conectó sin sutilezas con mi propio nacimiento, mi bebé interior. Me apetecía mucho criar a Iris y Neo con presencia, así creamos un proyecto de vida familiar que incluye trabajar en casa. Mi familia es mi campo energético, en ellos me veo. En parte, mi familia es mi entrenamiento. Entreno observar y sanar mi niña interior, jugar, los vínculos, practicar límites.

Hice terapia Reich y ahora Gestalt, aprendiendo sobre el contacto físico y sexualidad. Integrando Eva y Lilith.

Me inspira aprender y enseñar, los libros, el tambor, el bosque, mi familia, los maestros con carne o sin carne, los caminos con corazón. Un deseo: permitirme y que te permitas.

La paradoja de una entrevista es que hablo de mí, pero yo soy tú y tú eres yo y ambos contenemos al Universo entero en nosotros o sea que también, puedo estar hablando de ti.

portalconsultarte.wordpress.com
losdosespejosdelmar.blogspot.com.es
www.facebook.com/patricia.fluye

Me gusta estar de vacaciones

Juan Miguel de la Fuente

Vine a este cuerpo querido un 30 de enero en la ciudad andaluza de Málaga. Aquí Vivo, en una casa luminosa, fresca, silenciosa y acogedora en una zona tranquila desde la que se ve el mar mediterráneo. La comparto desde hace diez años con diferentes personas que vienen y van. Mi casa está abierta y casi toda la gente que viene es tan bella como ella. Me inspira que desde aquí se escuche el sonido de niños jugando en el colegio donde estudié hasta los trece años.

Después de aburrirme enormemente estudiando Filología Inglesa e Hispánica y de tener un “trabajo indefinido” en una fábrica de salmón ahumado, mi Alma despertó mi Personalidad con dos Benditos Ataques de Ansiedad, los cuales hicieron que me desligase de esa supuesta seguridad y me dedicase a lo que mi Guía me tenía preparado para este cuerpo, hasta ahora: ‘mover las manos artísticamente en las espaldas de la gente’.

Sí, eso que llaman Masaje, Quiromasaje, Masaje Tailandés, Osteopatía, Medicina Tradicional China... y toda esas ciencias y pseudociencias que le rodean a este Arte de sanación manual (y no tan manual), me llenan, me vacían y hacen que la Vida Disfrute en Sí misma a través de mí cuando las conozco, practico y muestro a otros.

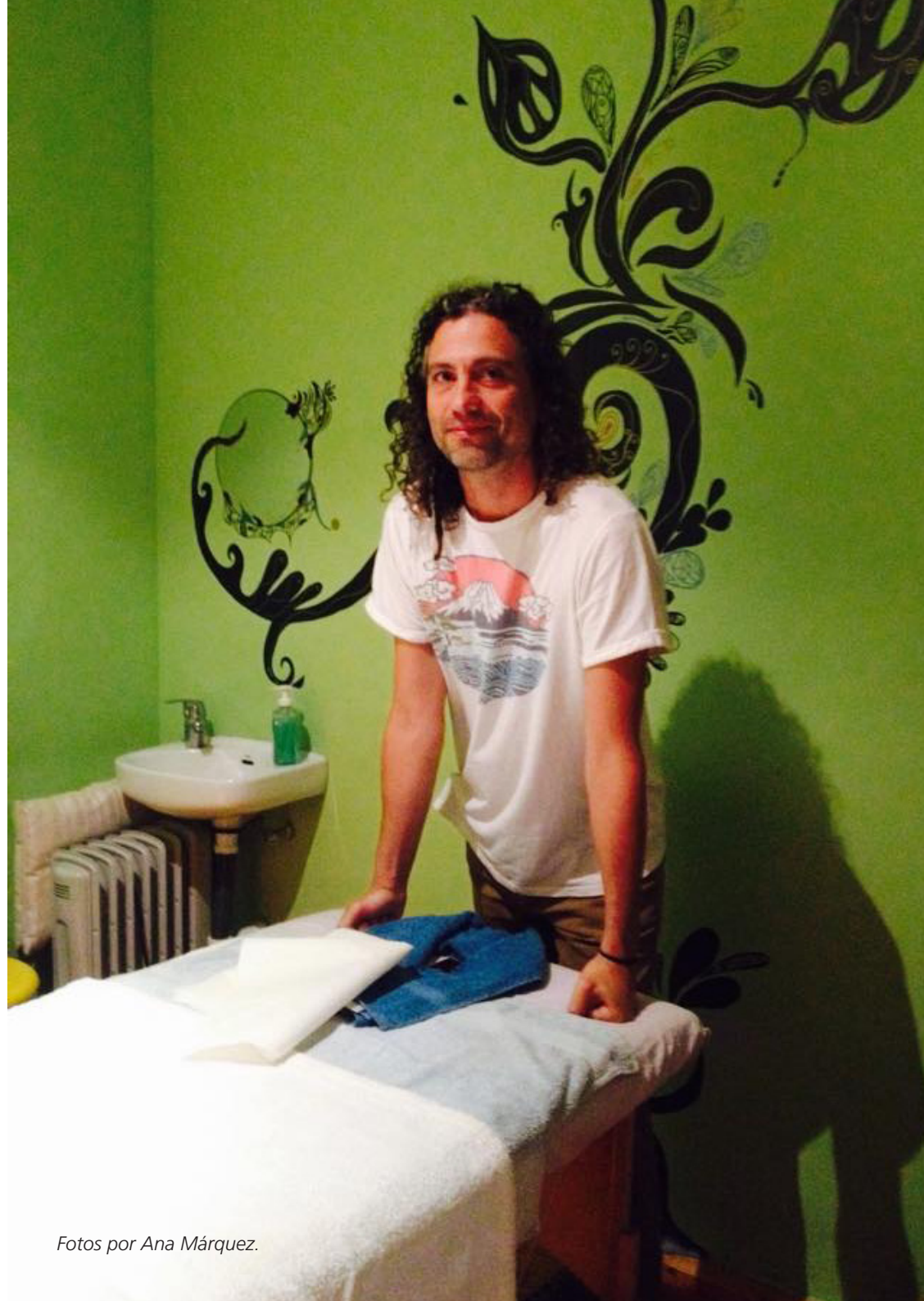
Mis Padres fueron quienes más creyeron en mí y respetaron mi decisión de darle un Giro a mi vida, los que más me apoyaron y a quienes más agradecidos estoy de que hoy haga lo que me Conecta conmigo.

A parte de morirse de frío, para mí, el Arte es hacer lo que uno viene a hacer sin joder a nadie. Otra cosa distinta es una obra artística, algo que sale del inconsciente y que cuando ya ES ‘algo’ la titulamos o etiquetamos.

Aquí se suele decir que hay mucha ‘gente con Arte’, mucho Artista que ‘no ha dado un palo al agua’ pero que vive conectado, con pocos Dogmas y menos Reglas; que han hecho de su forma de vivir un ‘Arte’, algo inigualable y único y que se distingue del vecino o del que sale en la tele.. una ‘Obra Artística en Sí Mismo’.

Me gusta estar de vacaciones, lo hago durante casi todos el días. También ir de vacaciones; a menudo trabajo estando de vacaciones. Me da mucho miedo pensar que sólo se pueda estar quince días al año en ‘estado vacacional’ o que sólo se pueda hacer en sábados y domingos.

Con el dinero me siento afortunado. Cuando llega me sirve para hacer muchas cosas, y cuando no está, también me sirve para las mismas cosas, pero a veces



Fotos por Ana Márquez.

más lentamente, y sobretodo más consciente de cómo se llevan a cabo los mismos fines pero con otras posibilidades. Es como si para comer tomates sólo pudiésemos comprarlos, olvidándonos que también podemos plantarlos.

Nutro mi cuerpo físico con un batido de frutas fresco en ayunas, me levanto con ese deseo. También me nutren las Paellas de mi Madre o un huevo frito de las gallinas de mi Padre. No hago dietas aunque no suelo comer 'comida chatarra'.

Nutre mi Vida una Sesión de Biodanza, laboratorio poético de la Vida que Es en mí, donde me exployo, conozco mis límites, donde me siento acogido, acunado y donde agrando mi Corazón. La otra Gran Fuente que me Nutre son el Tai Chi y el Kung Fu. Con las Artes Marciales desarrollo la fluidez, la escucha, el equilibrio, mi posición en el plano, la quietud de la mente y la fuerza y el contacto físico. No suelo cambiar nada por el entrenamiento en estas disciplinas.

Me nutren muchas más cosas, de hace un tiempo el Canto Armónico, del que practico en el coche, o en baños y duchas varias. Hacer Armónicos durante un buen rato es un acto meditativo activo que Nutre Cuerpo, Alma y Más Allá. Suelo intercambiar terapias con otros compañeros, me encanta experimentar nuevas posibilidades, probar otras maneras, aprender recibiendo y truequeando luego.

Si el Sexo es la acción para que la especie se perpetúe, ligada por tanto a la Vida, la sensualidad es para mí una manera de estar en ella. Puede ser caminando, cocinando, saboreando una comida, respirando, Practicando Sexo.. o de cualquier otro modo en la que reconozcamos y disfrutemos la Vida plenteramente.

Un deseo? Que la vida me sorprenda a cada rato, que me traiga y me lleve, y que se dé en mí lo que haya de ser! Y que dos y dos sean cuatro (a veces). Ser testigo de Mí Mismo y que la Alegría gobierne La Tierra.

web: masajetaimalaga.wordpress.com
www.facebook.com/juanmi.delafuente





Felicidad, Amor, Salud y Paz

Ción Jiro



Soy Española, de Sevilla y Oleee! De un pueblo, ya ciudad, llamada Dos Hermanas. Me encanta mi casa, muy familiar. Aunque a raíz de la enfermedad de mi madre y el fallecimiento de mi padre, la cosa cambió. Y echo de menos la casa de antes, la comunicación, la alegría de como vivíamos, el entorno de todos juntos... sobre todo echo de menos a mis padres, unos padres ejemplares: los AMO.

Hoy en día soy madre de una niña maravillosa, Ángela. Mi niña bonita, mi dulce princesa, la AMO con locura. Ahora mismo me dedico a su atención. Soy Puericultura, me encantan los niñ@s, sus desarrollos, su cariño sincero, la manera que tienen de expresarse. Atenderlos, cuidarlos, protegerlos, jugar. Son parte de mi vida, siempre me sacan una sonrisa, me transmiten mucha Felicidad.

Mi misión, es sin duda ésta, lo demás es experiencia. He sido cortadora de ropa y confeccioné mi propia ropa, me gusta probar cosas y sorprenderme del resultado. He trabajado de cocinera y gustan mucho mis comidas, se me da bien. También he trabajado como limpiadora, me encanta que esté todo limpio y en orden, cada cosa en su sitio. Cuando he estado en un puesto de trabajo siempre lo he dado todo, me gusta lo que hago, estoy segura de ello.

Cuando no trabajo me dedico a pasar el tiempo con Mi Princesa, escuchar música, bailar y cantar. Me gusta mucho inventarme canciones cambiándoles las letras.. y algo de ejercicio. Ése es mi entrenamiento. Mis vacaciones consisten en relajación, diversión, pasarlo bien y disfrutar de todo. La verdad que no he viajado mucho, pero volar sí... al infinito y más allá.

Arte. Para mí el principal arte es sacar el artista que llevamos dentro, es el mejor que existe. Y eso es tener personalidad. La Vida, es maravillosa! Algunas veces más buenas, otras más bajas. Je. La sexualidad tiene un lugar importante, siempre que haya amor, claro. La sensualidad, la lleva uno por dentro, la tienes o no la tienes, yo pienso que sí la tengo y es un arte para mí. Me da un subidón! Las emociones hay que sacarlas todas para sentirte mejor!

El dinero es parte del modo de vida que tenemos, nada importante aunque necesario. El amor sí es importante. El amor ni se compra ni se vende, siempre esta ahí. El dinero puede no estar siempre. El trabajo me da ánimo y espíritu para sentirme mejor conmigo misma, me da vida. Para mí el trabajo y la familia no están relacionados. El trabajo es el sustento material de la vida y la familia es el amor. La abundancia es cantidad de grandes cosas, grandes logros en la vida.



Como Terapia, he recibido Reiki, me ayudó mucho en momentos difíciles: en la enfermedad de mi madre, fallecimiento de mi padre y el valorarme más como mujer y como persona.

Alimentación? Uff... Ahora estoy con una dieta, si no fuera así el chocolate! Lo que más me nutre: mis ganas de vivir y de sorprenderme cada día. Me inspira la naturaleza, el aire, el mar, la sinceridad, el amor, la música, las ganas de vivir, mi hija. Me siento responsable y creadora de mi vida. Sí, la hago como quiero, aprendiendo siempre de los obstáculos que llegan.

El destino esta escrito para cada persona. Por mucho que te imagines nunca viene como te esperas, por eso digo siempre que vivo el presente, recuerdo el pasado y el destino Dios dirá.

Deseos! Felicidad, Amor, Salud y Paz.

www.facebook.com/cion.jiro

Fotos por Pablo Alles Romero.

El ocio es como un papel en blanco

Daniel Pellegrinet

Nací en Rafaela (Santa Fe, Argentina) y la cantidad de bienes materiales perdidos es proporcional a las mudanzas que cargo en mi espalda. En cada mudanza tiré, olvidé, o simplemente no pude llevarme algunas cosas...

He tenido la suerte (y el coraje) de viajar. Viví 10 años en Barcelona y hoy en Rosario. Mi casa chorizo con patio y terraza me permite por ejemplo ensayar mi música y darle una vida digna a Ennio, un perro salchicha muy particular.

Como el que disfruta de su trabajo, es mi caso con la música, no encuentro un límite claro entre actividad y vacaciones. El ocio es un tiempo con mucho espacio creativo, como un papel muy blanco. Cuando estoy de vacaciones estoy pensando musicalmente, camino con un ritmo determinado, escucho ruidos, en el mejor de los casos el mar y no puedo dejar de asociar casi todo con melodías. Será grave?

Trabajar con la música es un privilegio y es caro. Siempre fui músico pero no siempre viví profesionalmente de este arte. Cualquier arte conmueve, arriesga, estimula. El hilo que conduce es la provocación.

Imposible separar la vida, el arte, la espiritualidad. Cuando una obra me conmueve estoy degustando una experiencia única, primitiva, irrepetible. No sólo hay arte en la música o la pintura. Basta caminar un ratito por cualquier vereda para encontrar grandes exposiciones libres y gratuitas.

Me gusta mucho el cine, en Barcelona hice algo de teatro, materia que me apasiona también. Me gusta informarme, soy de leer noticias.

Muchas veces pienso qué haría si fuera rico, rico millonario... viajaría más, conocería placeres que no me fueron mostrados y que ni siquiera tengo la inteligencia para imaginar. Después de dar toda una vuelta imaginaria llego al punto inicial. Pagaría por tener la capacidad de asombro que ya tengo.

Amago cada día con empezar la semana siguiente a hacer algo físico, nadar, correr. Pero no logro estimularme lo suficiente. Aunque prometo que el lunes arranco... Como bien, cocino bastante, trato de variar la cuestión. Devoro dulces... Ahí está!: el arte es un helado de chocolate!

He recibido terapia en dos momentos difíciles, me ayudó. No fueron tiempos prolongados, psicoanálisis. Y en España una alumna de guitarra me pagaba con sesiones de acupuntura que me llevaban a un punto de relajación impensado y desconocido hasta el momento.



Foto por María Campos Rial.



Foto por Mundo Música.



Foto por Maria Campos Rial.

Mis padres eran músicos, se conocieron en el ambiente. Trabajaron juntos, vivieron en la Patagonia, embarcados en cruceros tocando para turistas, dando clases. Crecí con eso, mi familia y la música son familia.

Hace poco escuché un tango de Piazzola y encontré ahí un buen resumen de sensualidad, sexualidad, emoción e intelecto. Casi cualquier música del maestro tiene esos ingredientes. Esas cosas son imprescindibles e inseparables del ser humano, no podría existir una sin la otra.

La inspiración es caprichosa, imprevisible y rebelde. Muchas cosas inspiran pero hay que estar alerta, el radar detecta y si no lo estás mirando las musas se van. Hoy, después de diez días de lluvia, salió un sol que rajaba la tierra, entonces saqué a Ennio al parque, y mientras él luchaba apasionadamente con un palito, se me ocurrió algo que fue una pequeña canción.

Deseo no perder el hambre, ella da de comer.

www.facebook.com/daniel.pellegrinet

Coquetear sin ponerme colorada

Flor Coll

Soy Flor Coll, de chiquita me decían Popi. No sé de dónde soy, pero nací con más de 3 kilos 200 en el Hospital Italiano de Rosario. El 12 de febrero de 1978 por parto normal me recibieron Sara y Raúl, mis viejos. Vivíamos en un departamentito del centro y al año nos mudamos a una casa grande y descascarada en el pasaje Primavera. Crecí ahí, rodeada de amigos, hermanas, elásticos, rayuelas, popas (en otros sitios le dicen la mancha) escondidas y bicicletas. Mi día empezaba en la escuela Bolivia y seguía toda la tarde en el club Provincial cerca de casa. Natación, teatro y hockey eran actividades diarias. Aunque la siesta era un clásico para todas mis amigas, nosotras mirábamos la novela porque los viejos trabajaban todo el día. Se veían todas en el blanco y negro: Topacio, María de Nadie, Rosa de lejos y El extraño retorno de Diana Salazar. Mi casita actual es el séptimo espacio donde vivo desde que nací. Es mi refugio, me gusta volver cada día. Quisiera tener más tiempo hogareño, colgar esos cuadritos... ordenar esos bolsos y cajas que se acumularon.

¡Viajar es tan hermoso! Los viajes me llenan de experiencias, nuevos sentidos (miradas, escuchas, olores) y generalmente me libero de mí. No me avergüenzo a hablar un mal inglés o a perderme de nuevo por ese camino que no estaba en el mapa. En los viajes generalmente aparecen ideas que muchas veces no concreto, hay tiempo y espacio para escribir y hay como un reciclaje de pensamiento. Esa ida de hacer lugar para que entre lo nuevo. O lo que olvidé y no era tan nuevo. Y mis vacaciones consisten en eso, incluso para ir a estudiar, mis vacaciones fueron puente. Siempre que puedo, viajo. Y tan liviana como puedo. No tengo casa propia, ni auto, ni cuotas de créditos, así que lo que puedo ahorrar, va para viajes.

Soy comunicadora social, me dedico al periodismo desde hace 17 años. Antes de eso y apenas terminé la escuela secundaria, mientras estudiaba, hice la tecnicatura para ser profesora de natación. Como nadé muchos años me entusiasmé para dar clases en clubes. Lo hice dos años con niños y en diferentes clubes. Casi que me había olvidado que había hecho este trabajo. Es una experiencia hermosa trabajar con niños, matronatación se llama.

No sé si el periodismo es mi misión, al menos creo que sigo siendo una privilegiada que trabaja de lo que estudió, pero atravieso una crisis desde el modo en que se producen las noticias y en relación al consumo. Hace 10 años trabajo en un canal de televisión donde soy cronista de calle. Contamos noticias, vamos a lo urgente y cada vez más relacionado a la tragedia, al horror, al suceso atravesado por la violencia. Es quizás un tiempo dónde deberían contarse más historias y sobre todo reflexionar y contextualizar más. A veces ese espacio se da en los medios gráficos.



¿Qué nos queda si no entendemos lo que nos atraviesa? No sé si el periodismo es mi misión. Creo que aún sigo aprendiendo a/de escuchar a otros y confirmando el lugar donde quiero pararme, el punto de vista a encontrar en esta sociedad desigual, según la veo.

Mi trabajo tiene en común el escuchar a otros, dialogar, preguntar. Seguir la curiosidad y volver a mirar, a contar. Identificarme, verme en el otro. Son las historias lo que tienen en común, pero como decía antes, la mayoría de las veces la urgencia las ahoga. Es decir, no quedan las noticias, quedan las historias. En la radio tenemos la posibilidad de contextualizar y reflexionar más. Además posibilita soltarse, jugar. El hilo es trabajar la identificación con los oyentes y muchas veces (menos de las que me sale), generar más creatividad ligada al humor.

Por primera vez en mucho tiempo tuve tres meses de reposo por una fractura y lo disfruté mucho. Leí bastante ficción y ensayos, novelas y varios libros que me habían regalado hace tiempo, incluso de psicología y de las experiencias de México en los '60 que nunca había leído. También documentales y radios que no había escuchado. Cuando no trabajo duermo más y escribo cosas que no termino, que no me convencen y que tampoco me atrevo a mostrar. Tengo un blog parado hace dos años. Historias inconclusas, diarios de viaje que no pasaron del papel. Adoro el cine, escucho música y sobre todo creo que si tuviera más tiempo pintaría y bailarías más.

No tengo idea qué es la espiritualidad. Pero hace siete años cuando una persona me vio muy vulnerable, me interpeló: “¿En qué creés, Flor?”, me dijo. Le contesté que en la naturaleza. Hoy siento que no soy tan racional como creía y que la experiencia y la percepción quizás son esa espiritualidad que no sé bien qué es, que no tiene otro alimento que no sea el amor. Creo que el arte está relacionado con esto. Es el modo de expresión donde se posibilita que fluya todo lo interior, donde se libera con la intención de interpelar a un otro, que genere algo en el otro. ¿Podría ser el arte el canal dónde la imaginación alimenta el espíritu? Quizás hace la vida más hermosa. Pienso en todas las expresiones artísticas que me apasionan. Y en las que nunca me atreví a surfear por crearme mediocre.

El salario es la remuneración económica de mi trabajo. Pago la renta mensual con dinero. Terapias, natación, el bolsón de alimentos, verduras, gastos varios, transporte con dinero. Me cuesta pensarme sin mi salario o las conquistas que se ganaron en años, pero también pienso en salirme de la relación de dependencia con mi trabajo. Me cuesta salirme de la zona de confort en este sistema donde vivimos. No lo tengo claro, pero me lo vengo preguntando. La abundancia para muchos, relacionada con el dinero, genera miseria para muchísimos otros. Abundancia es una palabra glotona. Medio bulímica ahora que la escribo. Típica del capitalismo y la relación con obscenidad en este momento. Y con la ceguera. Quizás con la abundancia de amor nos volvamos más sensibles. Y quien te dice, nos volvamos a mirar.

No sé si es entrenamiento lo que hago hoy, porque “ir a entrenar” le llamaba a las jornadas deportivas intensas entre los 13 a 17 años, cuando competía (otra palabra detestable) en el equipo de natación en el club Provincial unas 6 horas en dos turnos, además de gimnasio y tensores, por ejemplo. Hoy nado dos o tres veces por semana. Hago yoga una vez en la semana y desde hace 3 meses practico feldenkrais, una práctica creada por Moshe Feldenkrais, que serían una serie de movimientos corporales conscientes, que me hacen muy bien. Siempre comí de todo: muchas verduras, frutas, carnes, etc. Y desde hace poco tiempo intento bajar algunos kilos y hacer un plan nutricional que busca mayor alcalinidad, sobre todo reduciendo harinas blancas, azúcares refinados y lácteos (que me encantan). Me cuesta a veces. Y creo que también me nutre reducir el malestar, sumar más humor, reírme más y tener buen sexo en lo posible (risas).

Trabajo y familia no están relacionados. Pero creo que mis relaciones anteriores y mi trabajo en los últimos años ligados a contar tragedias, me ha generado cáscara, una suerte de revestimiento. Quizás mi forma de relacionarme con el trabajo me ha cubierto de incredulidad. Demasiada. Quiero seguir creyendo en el amor. No en el amor ligado al sufrimiento, pero sí en el compartir. En llegar a casa y preparar algo para cenar con otro. Dialogar y ver una película. Tener un plan con otro, quizás una huerta. Jajaja! No sé si es real o es una fantasía del pensamiento (risas). Es difícil, según dicen mis amigas que están en pareja. ¿Estaría siendo dificultoso compartir, acordar, dialogar, viviendo bajo un mismo techo?

La sexualidad. La sensualidad. Las emociones. El intelecto. Todas esas acciones y sentimientos van de la mano. Van de la mano del deseo. De nada me sirve leerme un libro que no tengo ganas de leer. O tener una relación sexual si no siento algo por la otra persona. Aunque he tenido muchas fantasías y sensaciones placenteras hablando con alguien casi sin tocarnos. Qué lindo el intelecto de la mano de la seducción. Igual me tragué muchos sapos, muchos amantes apócrifos. Cuánto bleff por favor! Jajaja! Me gustaría coquetear sin ponerme colorada, sentir que puedo seducir o tenerme más confianza. Soy una aparata que espera acordarse cómo trabajaba en concretar el deseo. Hacerlo más simple. Pero eso no es de orden individual, claro.

No sé si es inspiración o es un fuerte deseo que las generaciones futuras puedan vivir en un mundo más amoroso con cambio de paradigma en lo económico, social, ambiental. Me inspiran muchas personas con quienes trabajé o trabajo, mis padres, hermanas, amigas, docentes y maestros que no conozco personalmente. Además de seres anónimos, sobrevivientes. Aquellos que me mostraron lo fabuloso de lo colectivo, de la construcción. Decía Mario Benedetti: “De eso se trata, de coincidir con gente que te haga ver cosas que vos no ves. Que te enseñen a mirar con otros ojos”.

Hace poco lo empecé a ver más claro, de empezar a comprobar esa Responsabilidad de ser creadora de mi vida cada día. Causalidades. No depende sólo de mí, pero ese 100% de Responsabilidad está relacionado con las decisiones que tomo en cada momento, todos los días. Por eso creo que el destino de algún modo es una construcción de todas esas decisiones.

<https://www.facebook.com/flor.coll>
<https://trabajocronico.wordpress.com/>

Tengo espíritu nómade **Luciana Fleischman**



Digo que soy de Paraná, Entre Ríos que es donde pasé mi adolescencia y donde hoy vive la mayor parte de mi familia, pero nací en Santo Tomé, Santa Fe. La percepción de "ser de un lugar" se fue manifestando más como pertenencia afectiva que de origen. Me descubrí como entrerriana viviendo en otros lugares, cuando alguien reparaba en mi tonada, o porque tenía una forma de expresarme distinta. También cuando veo el atardecer frente al río Paraná, en ese justo momento cuando se pone dorado siento que me atraviesa el alma y que estoy en casa.

Siempre fui muy inquieta, tengo espíritu nómade. Desde chiquita me imaginaba que en otros lugares las cosas serían de otra manera, y yo quería descubrirlo! Ir a la muralla china por ejemplo. Tenía una tía rumana que era el bicho raro de la familia, sabía varios idiomas y me mostraba cosas de otros países, eso me encantaba! También me la pasaba leyendo ficción, otra forma de viajar.

Cuando terminé la secundaria me fui a vivir a Rosario y no sabía qué carrera seguir. Me imaginaba que las ciencias sociales me podrían abrir más la cabeza que una ingeniería y opté por Comunicación Social, donde podía estudiar un poco de todo.

Nunca sentí una vocación específica, en mi caso el tiempo y la experiencia son los mejores maestros. Las cosas

Foto por Izabel Goudart.

se me revelan en el hacer, y me gustan muchas cosas! Aprender a confiar en la intuición es un gran desafío, varias veces me sentí perdida. Fui entendiendo que la parte 'errática' de mi vida se podía manifestar de diversas formas creativas, y este año abrí un blog que se llama así, errática. En él, comparto experiencias y conversaciones con gente maravillosa e inspiradora que encuentro por el camino.

Al concluir la facultad pasé un tiempo en Buenos Aires y quería viajar y no sabía donde! En 2002 me invitaron a Brasil, al Foro Social Mundial. El encuentro me fascinó, tanto para aprender! Quedé con ganas de más y seis meses después tomé un avión para Río de Janeiro. Fui con una mochila, 150 dólares, una falsa reserva de hotel para tranquilizar a mis padres y el contacto de un chico carioca que conocí en el Fórum (y se convirtió en mi pareja en aquel entonces). La vida en una ciudad con tantas bellezas naturales, la afectividad de la gente y el amor me deslumbraron.

Al principio hice desde jabones artesanales, traducciones a producción de teatro callejero. Después cursé una maestría en comunicación. Cuando la terminé quería seguir viajando! Opté sin pensarlo mucho por continuar con la vida académica, que ofrecía la posibilidad de becas para estudiar en otros países.

Estuve cuatro años en Barcelona. Participé en televisiones comunitarias, me aproximé al movimiento del software libre y el mundo de los hacklabs y el arte experimental. La libertad creativa y colaboración que respiraba en estos ambientes me hizo 'click' y quería seguir por ahí. En Europa viajé mucho y pasaron cosas increíbles, pero me sentía afectivamente lejos y volví para este lado del Atlántico.

Desde fines de 2011 vivo de vuelta en Brasil y mis trabajos transitan entre la investigación y gestión de proyectos de arte y cultura digital. Me encanta colaborar y aplicar el conocimiento al servicio de los demás. Por ejemplo cuando participo o visito una residencia o laboratorio de creación donde convivo por un tiempo, la experiencia de estar y hacer cosas juntxs produce miles de ideas, desdoblamientos y reflexiones que se retroalimentan entre sí.

Cada tanto elijo un tiempo sabático para reconectar, ir al mar, hacer yoga, cocinar, meditar, andar en bici, o hacer nada. Me encanta la música latina y hace poco retomé las clases de danza afro con una profe colombiana. Viajo mucho y me gusta meterme en la cultura local, salir a caminar y charlar con la gente por la calle, recorrer ferias populares, dejarme sorprender. La situación de dislocarte (como migrante o viajera temporal) me pone en permanente relación y negociación con lo diferente y eso me nutre. Hay tantas formas de hacer las cosas y ver el mundo!

culturadigital.br/erratica
www.facebook.com/luciana.fleischman

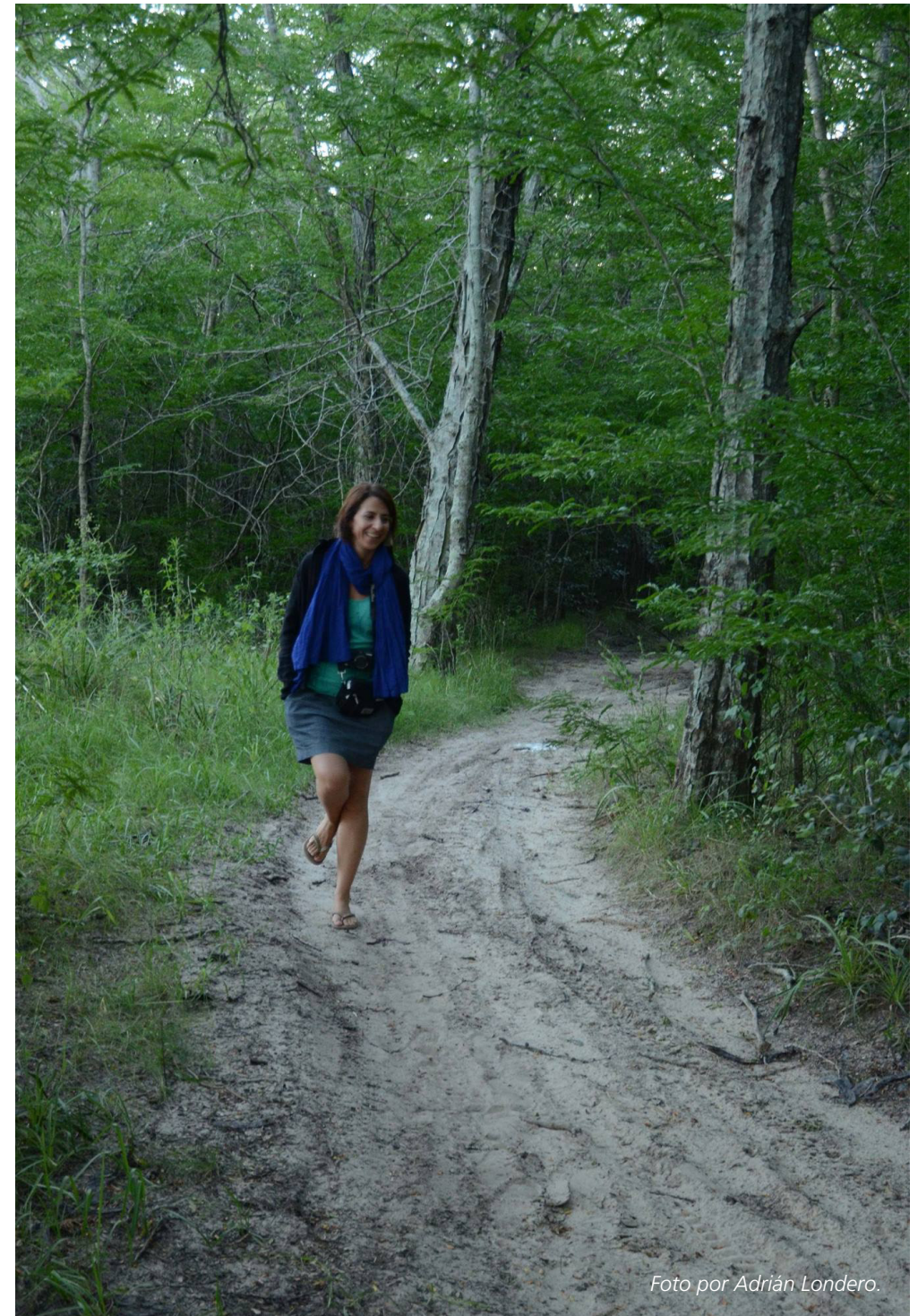
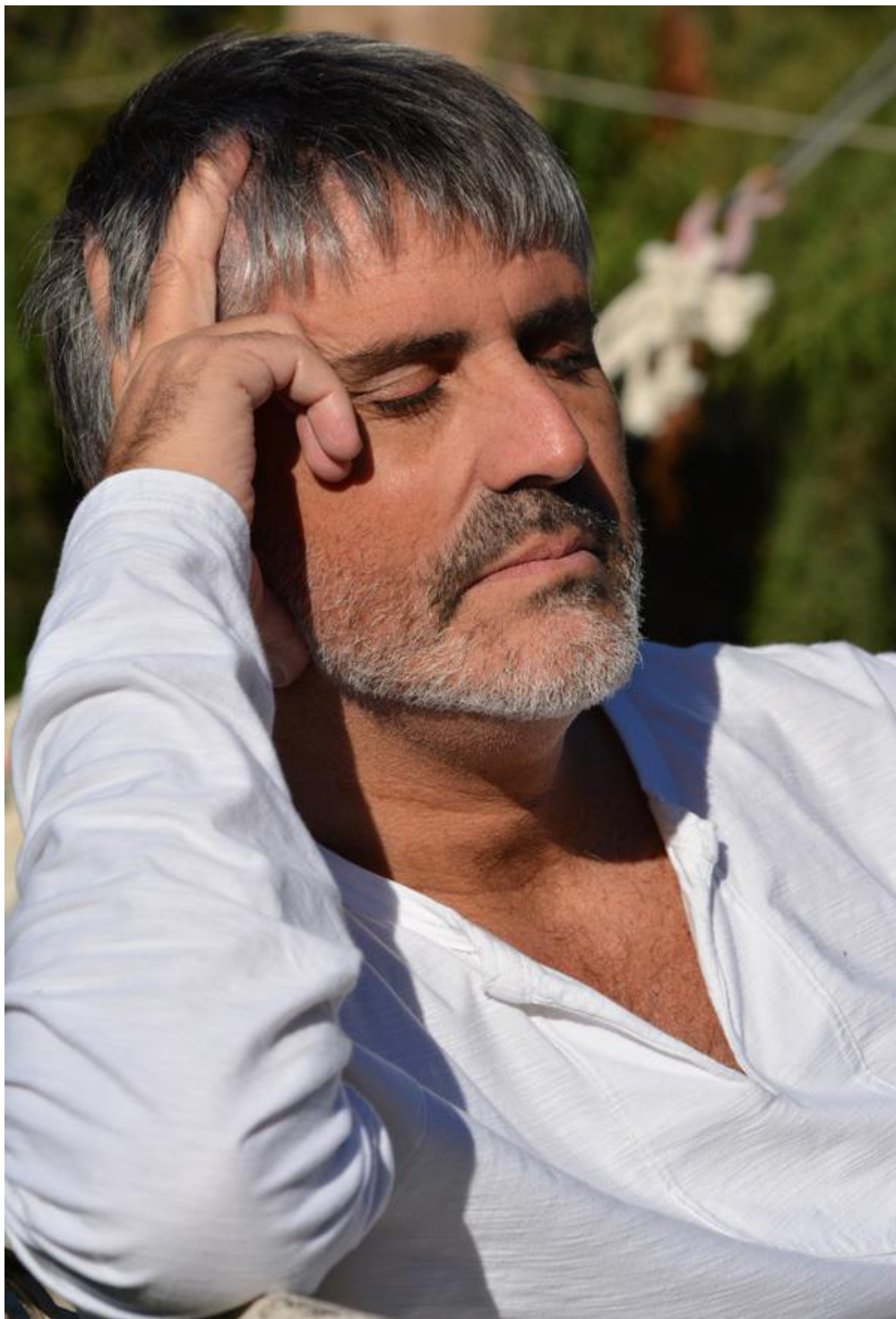


Foto por Adrián Londero.

Suelo estar disponible para escuchar
Bocha Hernández



Salar de Uyuni, Bolivia.



Sin dudar digo ser Rosarino, viviendo desde hace diez años en Soldini, disfrutando del silencio, mis prácticas diarias y la lectura, mixturando con puertas abiertas a los amigos para largas charlas, mates y comidas. Sin olvidar mis años universitarios en Casilda, de donde volví profesional y padre de Juan Cruz... y cinco divertidos y duros años en la ciudad de Leones, Córdoba. Con estos nuevos vientos y el tiempo a mi favor, he dejado de irme de vacaciones, para empezar a viajar donde se diluyen los paisajes y toman fuerza las emociones y las personas descubiertas.

Ex Veterinario, Facilitador Voluntario de los Talleres de Respiración y Meditación de la Fundación El Arte de Vivir, compartiendo Yoga y cocinando... tomé hace tres años la oportunidad de soltar trabajo y profesión y pasé de estar asesorando en el engorde de terneros y vaquillonas para su matanza y consumo (de a millares), a dar talleres de cocina vegetariana. 'Todo cambia, no te aferres a nada', es mi lema.

Me encuentro realizando actividades con beneficio económico, a las cuales no considero trabajo, que me llenan de placer y felicidad. Otras veces, dando una mano, como un intermediario sin comisión; acciones que me llevan a una sensación de abundancia, recibiendo más de lo que brindo. En mi día a día, suelo estar en una actitud "disponible" para escuchar y dar un simple "¿te puedo ayudar en algo?" a quienes me rodean.

La disciplina en mis prácticas, de una/dos horas diarias en las cuales realizo Yoga, Sudarshan Kriya (técnica de respiración) y Meditación; es la que sostiene mi bienestar y me ayuda volver al foco, al equilibrio. Junto con mi alimentación vegetariana, mantengo mi energía elevada saliendo de la inercia y el estrés. Estas herramientas me ayudan y por eso las difundo. Correr el velo de la ignorancia y descubrirme en la bondad, la existencia, el conocimiento y la dicha son la base y sostén de esta senda espiritual.

Siendo parte de la ONG, El Arte de Vivir, me situé en una posición de servicio. El punto máximo es el llevar las técnicas de Respiración y Meditación a personas privadas de su libertad y darme de lleno y de frente a prejuicios, comodidades, opiniones, aceptación. Armonía en la diversidad, compartiendo, siendo meditativos y espirituales en el rol que nos toca desempeñar en esta vida... Yoga en las escuelas, médicos y pacientes, presos y servicio penitenciario, deportistas, amigos. Esto es hoy un lindo compromiso en mi vida: contagiar y estimular a las personas a incorporar este conocimiento, estas técnicas para su desarrollo y felicidad. SOY FELIZ.

*email: nobocharte@gmail.com
www.facebook.com/lbocha.hernandez*

Foto por Sebastian Centanni.

Siempre hago preguntas

Damián Schwarzstein



¿Quién? ¿Qué? ¿Cómo? ¿Cuándo? ¿Dónde? ¿Por qué?

Se supone que cuando uno cuenta un hecho debe contestar estas preguntas y yo, que soy periodista (o al menos trabajo de eso desde hace un montón de tiempo), podría intentarlo ahora para hablar de mí, que es lo que me propone este fanzine.

Soy Damián Schwarzstein, nací en Rosario en un sanatorio cerca del río, que es una de las cosas más maravillosas de esta ciudad maravillosa, en la que vivo y en la que siempre pensé que voy a morir. Me gusta estar acá, me gusta mi casa (que habito solo o con mis tres hijas) y me encanta viajar: con ellas, amigos y conmigo mismo.

Ya lo dije: soy periodista. Hace mucho que trabajo en diarios, radios, ahora en un diario digital. Me gusta escribir y hacer preguntas. La curiosidad es motor de casi todo lo que hago. Quiero saber, conocer. En muchos casos para después contarlo. También para vivirlo, experimentarlo personal y grupalmente. Últimamente me da por llegar a las entrevistas con la menor información previa posible. Así llego más limpio, sin o con menos prejuicios, atento, abierto a la escucha para repreguntar, sostener la conversación y dar lo mejor para que el relato se desarrolle. La escucha, estoy convencido, es lo principal para contar buenas historias. Y para establecer cualquier tipo de comunicación sana y atenta: con presencia real.

No llenarme de información sobre el entrevistado es una aspiración de neutralidad. Una búsqueda del punto cero para la partida. Es en realidad parte de algo más grande: una aspiración para la vida. Desde ese lugar vacío, punto cero, todo es potencialmente posible. Lo genial es que aplicado a lo pequeño, ¡¡funciona!! Y si se puede con lo pequeño, se puede con lo grande. ¿O es al revés?

Preguntas, siempre hago preguntas. Hacia adentro y hacia afuera. Preguntas que llevan a búsquedas. Siempre encuentro algo. Algunas veces esos hallazgos son revelaciones, tesoros que se quedan conmigo. Así llegué a la danza (soy bailarín de contact improvisación y tengo un estudio hermoso donde se hacen cosas hermosas que hacen feliz o al menos ayudan a mucha gente, entre la que me incluyo), el yoga, la meditación y otras investigaciones a las que dedico mucho tiempo y foco.

Fruto de todo eso, nació en mí ahora un nuevo interés: escribir sobre lo que hago, pienso, siento, escucho. Lo que aprendo. Sobre mí, no sobre otros. O desde mí, no desde otros. A veces estoy en desacuerdo con lo que escribí hace cinco minutos. O encuentro algo para agregar. El cambio (incluso de idea) es permanente.

Me gusta transmitir muchas de las experiencias que vivo. Y mezclar. Abrir puertas. Para mí y los que quiero. Así, por ejemplo, llevé al grupo de trabajo del diario digital que dirijo a un estudio de danza para experimentar la comunicación desde otro lugar que no es la palabra. Es increíble como eso ha funcionado, incluso para mejorar el vínculo entre nosotros. No he probado (aún) llevar a los amigos bailarines a una Redacción. Igual, creo que bailar es más sano que hacer periodismo. Bailar se lo recomiendo a cualquiera, hacer periodismo no.

La danza me abrió un mundo nuevo, lleno de posibilidades de disfrute, que para eso estamos en este mundo. Me ayuda a integrar cuerpo, mente y alma. Naturaliza también el contacto físico con otros, el toque, la sensualidad y el encanto del puro presente. Y allana el diálogo con mi propio cuerpo. El contact improvisación en particular posibilita, a partir de una de las mejores cosas que tiene para enseñarnos, o al menos así fue para mí: que cualquiera puede bailar. Vos también, yo también.

Disfruto mucho de los festivales de contact: entrar en un estado de danza permanente que me mantiene en una especie de flotación fabulosa. Como naves espaciales, burbujas suspendidas sin rumbo, fuera de cualquier tiempo. Muchos de mis viajes físicos son para ir a este tipo de actividades. Si son en naturaleza, con mar, montaña o río de marco, mucho mejor.

También es un viaje cada jam que hacemos en La Pista (el estudio que comparto con dos amigos), cada clase, sea de danza, yoga (practico Kundalini), música. La vida misma es un viaje, o al menos así trato de tomarla. A veces transito por caminos fáciles, a veces más difíciles. A veces voy solo, o con alguien o álguienes (viajando se conoce gente, es un dicho que escuché alguna vez). A veces llego a lugares donde me quedo mucho tiempo, a veces me voy enseguida. Como sea, me gusta subirme a los trenes. A distintos trenes.

Me siento creador de mi vida y responsable de mí mismo. Apuesto a eso de que la conciencia crea la realidad. Y lo entiendo como un acto o una actitud individual pero que a la vez es parte y está influido por un todo. Estoy en ese aprendizaje. Es que, finalmente, eso es lo que más fuertemente soy: un eterno aprendiz.

www.facebook.com/damian.schwarzstein

Fotos por Débora Tenenbaum
en La Pista, Crespo 1580, Rosario.





El destino sabrá que me tiene preparado

Justo Radicci

Soy de Rosario, Santa Fe, Argentina (eso dice mi DNI) sin embargo me siento en casa en cualquier sitio. Vivo en la afueras de la ciudad, donde siento el viento, el frío, el calor, el rocío y veo como se modifica el entorno con las distintas estaciones. Viajo bastante y espero viajar mucho más. Adoro mi casa porque es un lugar que estoy construyendo día a día con mis propias manos. Allí soy carpintero, plomero, herrero, albañil, jardinero, ama de casa. Vivo 'casi' de vacaciones. En las vacaciones suelo viajar para conocer lugares nuevos, diferentes y aprender de otras culturas.

A qué me dedico? Hoy me dedico a vivir. He hecho de todo un poco, la lista de trabajos es larga: artesano, investigador, docente universitario en las cátedras de inmunología y oncología experimental. Trabajé como médico con los wichi en Salta, con los Cunas en Panamá, en emergencias, he dado clases de navegación, empleado en un laboratorio de análisis clínicos, en una farmacia, etc. Todo me atrae, me apasiona. Digamos que me siento un investigador autodidacta. Si me preguntas cuál es mi profesión, tengo un papel que me rotula de Médico, pero no siento que sea mi misión, mi misión en esta vida es ser feliz. Mi trabajo me permite ver al hombre (ser humano) de una manera integral y en todo tipo de situaciones.

Cuando no trabajo, hago cualquier tipo de actividad y de lo más variado. Hoy paso mucho tiempo con mi hijo y con él compartimos muchas cosas, pero específicamente puedo salir a navegar, a remar, a correr, a andar en carro a vela, nadar, escalar, andar en carro vía, recorrer lugares desconocidos, pescar, volar, ponerme a construir algún aparato para navegar o ir por las vías o las calles, criar mariposas, leer o simplemente contemplar el paisaje.

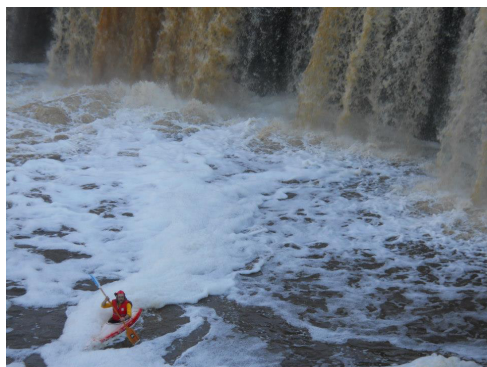
Una vida sin arte o espiritualidad es una vida incompleta. La vida, el arte y la espiritualidad van de la mano. Digamos a través del arte, se expresa nuestro espíritu, mientras transcurre la vida.

Al trabajo lo relaciono con el dinero. Trabajo lo necesario para vivir, apenas siento que limita mi libertad, empiezo a ponerme incómodo. Me pregunto ¿haría horas extras o trabajaría si me quedaran pocos meses de vida? Creo que la abundancia es un estado de la conciencia. Es sentir que tengo todo y no necesito nada.

He tenido etapas de entrenamiento físico por puro placer. Quería experimentar que se siente al correr una maratón de 42 km, o un triatlón o cruzar el río nadando. Me alimento de las cosas que deseo, no tengo una dieta estricta. Realmente lo que me nutre es la naturaleza, la vida. No he recibido terapia alguna. ¿Se nota? Ja ja.



Foto por Débora Tenenbaum.



No existe relación entre mi trabajo y la familia. Trato de separarlo. Que el trabajo quede en el trabajo. Digamos nunca llevo trabajo a casa.

La sexualidad es importante pero no ocupa un lugar primordial en mi vida. Sí la sensualidad antes del sexo. Con respecto a las emociones creo que son un condimento para la vida. Haber estado en salas de partos, en psiquiátricos, o en una morgue, ver gente nacer y morir... Haber hecho deportes extremos como escalar, hacer un salto de un avión o estar nadando sólo a kilómetros de la orilla, me ha permitido experimentar muchos tipos de emociones. El intelecto es muy importante para la vida siempre y cuando sea parte del todo y no como único fin.

Me inspira la naturaleza, me siento vivo en ella. También me inspiran aquellos hombres que hacen grandes obras siendo felices.

Me siento responsable y creador de mi vida. ¿El destino? El sabrá que me tiene preparado. Vivir intensamente, llegar a 'viejo' y decir 'pucha, le he sacado jugo a este tiempo que me ha tocado vivir en esta tierra'.

web: www.carrovelismotodoterreno.blogspot.com

www.facebook.com/justo.radicci

email: carrovelismotodoterreno@gmail.com

Quiero y me quieren

Ana Rossi



Elegí nacer en la madrugada rosarina hace 34 años. Elegí a mis papás y hermanos y desde entonces vengo eligiendo día a día hasta ser esto que soy.

Vivo en Tiana, provincia de Barcelona, en una casa linda y grande, en un pueblo lindo y pequeño, cerca de amigos queridos. Me gusta estar en mi casa y me gusta el silencio, lo necesito y lo busco. Me gustan los árboles: me fascinan. Desde que los veo y acompaño su transición de una estación a otra, mi paisaje ha cambiado. Cada calle tiene árboles que la decoran de forma particular al tiempo que le toca florecer o criar frutos. Son calles nuevas. Higos dulcísimos ahora, almendros en flor con el último frío, tipas que dejan una maravilla de alfombra amarilla que parece agua...

Casi desde que llegué a Barcelona me dedico a la música. Empecé a cantar en lugaritos y a formarme al mismo tiempo. Fue una sola formación, lo sigue siendo. El canto como un desarrollo a través del escenario y a través de la vida. Es curioso: no tengo la sensación de *saber* que quería dedicarme a la música. Siempre ha estado acompañándome de muchas maneras. Y cuando tuve 17 años, esa edad en la que toca elegir, yo elegí antropología. Digamos que si yo elegí la antropología, la música me eligió a mí. Suena pretencioso, ¿verdad?. Quiero decir que *ahora elijo, antes hacía*. Una cosa llevó a la otra y así muchos años, me llamaban, hacía clases, cantaba cada vez más... Y de ese hacer resultó que soy cantante.

Canto con grupos de músicas diferentes y siempre me atrajo la música popular, folklórica. Tienen un conocimiento y una profundidad más allá de las bocas que lo interpretan. Elegir un repertorio, elegir canciones para poner en mi voz, me muestra cosas de mí que no conozco. El trabajo artístico tiene eso y lo aprovecho. Disfruto muchísimo dando clases, son una parte importantísima de mi formación.

Soy argentina. A través de los años he transitado muchas fases estando lejos y, al final, es como hacer las pases conmigo misma, con la infancia, con el lenguaje, con lo que me ha enseñado a vivir y resistir en el mundo. La patria es la infancia, dice mi padre. Y ahora que elijo vivir acá, Argentina está en mí todo el tiempo (¿como la infancia?); este mate que me anima, esta música que ahora suena, la palabra, ese latido.

Me gusta hacer ejercicio, bailar... en algún momento lo he necesitado para volver al cuerpo, la antena increíble de sentidos que nos hace percibir el mundo. Transpirar y liberar endorfinas. Me he dado cuenta que estar con los que quiero es suficiente. Tengo muchísima suerte: quiero y me quieren.

www.facebook.com/anainesrossi

Foto por Dani Álvarez.



Me dijo **Juan Nicastro**

‘Tierra, agua, alimentos y comunicación’, me dijo un amigo, ‘esos son los ejes hoy’. Otro dijo: ‘Siempre digo que el amor es la consigna secreta, aquello que no se nombra para que nunca se pierda’. Sabía que se contradecía, pero entre los humanos eso es natural. ‘No defender los territorios es como permitir que quemen tu casa’, dijo otra. ‘El pecado original consiste en limitar al ser. No lo cometas’, dijo otro. ‘Trabajar en algo que te guste es vital para que el sistema no te ahogue’, me escribió otra. ‘Sos insoportable’ me dijo otro. ‘Sexo es vida’, me dijo otra. Todas enseñanzas prácticas.



Vengo de Africa, como todo el mundo. No conozco a mis bisabuelos. De mis cuatro abuelxs, una fue boliviana y otro italiano. Alicia Montagnini (rosarina) y Emilio Nicastro (jujeño) se conocieron en el norte argentino a mediados de los 60. Casi soy tucumano, pero andaba difícil la cosa, se bajaron a Rosario y heme ribereño del ‘72. Ocho años después la familia se mudó a Villa Giardino y desde entonces soy también serrano. Del 89 al 95 volví a Rosario. Ingeniería Electrónica era una carrera fría, me pasé a periodismo. El neoliberalismo quiso cerrar nuestra escuela, nos organizamos y los frenamos. En el ‘cómo sobreviví a los noventa’, esa aventura y ese grupo tienen párrafo destacado. Me hice callejero, radialero y periodista.

‘Ser periodista es la manera más divertida de ser pobre, es una profesión en la que uno puede completar su educación en público, es piedra en el zapato del poder’. Empecé haciendo un programa de radio en FM La Falda cuando tenía 17 años. Después vibré la FM TL 105 Rosario, Radio Mascaró, Radio El Arka en Bariloche y ahora La Minga en Giardino. Pero más que al periodismo y a la radio me fui enterando que me dedico a la comunicación. Trabajo ahora en el área de Comunicación del INTI, donde cada material que se emite es producido en conjunto con lxs protagonistas, y hasta que no está el ok de todxs, nada sale.

‘Hay muchos puertos repartidos por el mundo. Hay muchos mares para navegar las vidas. Hay un Arka para flotar mensajes. El Arka. Antes del diluvio’ (Radio El Arka, 1998). ‘¿Vos querías una radio distinta? Vení, hacela. Radio La Minga. La hacemos entre todos, o no la hacemos’ (Villa Giardino, 2012).

A la complementariedad, la comunicación colabora mucho, es parte. Sin arte pierde poder. En la radio, por ejemplo, el sonido es un campo multidimensional, donde pueden convivir en unos minutos múltiples seres, tiempos, tierras, climas, ánimos. El arte es la gran puerta a las tantas dimensiones que no conocemos.

¿El destino? Apenas un ciclo. ‘Cada generación debe descubrir su destino, para después cumplirlo o traicionarlo’, dijo otro. Creo que lo más importante de la comunicación actual es liberarla. Por eso desde 2000 hago, además, entre otras cosas, talleres de radio. (‘Capacitar es entusiasmar’, me dijo Ana).

Del 95 al 2009 me curtió Bariloche y me hizo patagónico (mezcla de terco con resistente y amante de la naturaleza). También el marchar con los pueblos en lucha. Esquel, Famatina, Andalgalá, Nonogasta. 2009 inmensa Bolivia (espero que no falte mucho para que eliminemos las aduanas y nombremos menos a los países y más a andes, selvas, ríos y pueblos). 2010 volví a Giardino y es ahora mi casa.

La espiritualidad en la vida se me apareció como algo ajeno, casi como la escuela a la que entré pidiendo permiso porque no era bautizado. Treinta años después pude levemente elegir cierta espiritualidad, queriéndola como una relación con el resto del cosmos y lo desconocido de mí mismo.

El dinero es energía concentrada, de variadas polaridades (lindas y feas, por decir simple). El trabajo puede generar energía, o aniquilarla. Abundancia es una forma de libertad. Si es muy vacía mucho tiempo, molesta.

No tengo un buen entrenamiento todavía. La genética natural me ayuda mucho. Agua, limón y rúcula para el hígado feliz. Me gusta mucho la carne, las hierbas, las frutas y el vino. Recomendando los de Finca Las Payas y los de Finca La Rosendo, los hacen con amor y uvas sanas.

‘¿Has recibido o recibes algún tipo de terapia?’ Sí. En la adolescencia, huir cotidianamente de mi casa. Después, hacer radio todos los días. En la gran crisis del 2001, psicoanalista (gracias Silvia y Azucena!) y desde esos años, formar parte de grupos organizados con conciencia social y territorial. Mucha naturaleza. Y ahora también medicina china.

Creo que nuestra organización social hegemónica es principalmente represión (emocional, sexual, educativa, policial, alimentaria), en ese contexto decir que la felicidad es una elección personal me parece irrespetuoso. La democracia actual es falsa y funciona alimentada con hipocresía y miedo.

‘¿Qué lugar ocupa la sexualidad en tu vida?’ No sé, pero es un lugar importante. Creo que mi sexo intenta guiarme por el camino del florecimiento de mi ser, pero según mis estadísticas malentiendo o desobedezco sus señales, o las reprimo (directa o indirectamente). Si en lo sexual está uno de los centros (o EL centro) de la vitalidad humana, entonces la represión sexual es lo que más daño me ha hecho en la vida hasta ahora. Busco generar y aprovechar oportunidades de revertir ese proceso. ¡Que se acaba el mundo! La sensualidad la estoy conociendo de a poco, me gusta. Las emociones resistieron el encierro durante décadas y están vivas. El intelecto que tengo es mediocre, le exijo mucho y en general vive conflictuado. Le pedí que no me moleste y creo que lo está intentado, o al menos eso dice.

A veces me inspiro, eso me da esperanzas, alegría y acción. Me inspiran las asambleas de vecinxs autoconvocadxs, aprendo mucho de ellxs.

Me gustaría ser responsable y no culpable.

Necesito más música y más baile. Y más zambullidas en ríos y lagos hermosos. Me ha faltado mucha humildad. Una vez entré a una despensa y sobre el vidrio de la heladera mostrador había varios papelitos con palabras, y un cartelito decía ‘Llévese lo que necesite’. Uno decía ‘Humildad’, así que me lo llevé y lo pegué en mi heladera mostradora.



¿Algún deseo? Que superemos el capitalismo y pasemos a alguna forma de organización comunitaria, que no esté basada en la propiedad privada ni genere estos niveles absurdos de acumulación y desigualdad, que deshumanizan. Basta de “Tu libertad empieza donde termina la mía (de tener una fortuna)”. Quienes tienen de sobra deberían entregarlas inmediatamente para solucionar los problemas más urgentes. Mi deseo es de libertad, compartir y complementarnos.

Cierro apurado el texto, aparece Roque Dalton: “Este amor nos ha devuelto mejorados al mundo y, entre nosotros, inolvidables”.

<http://juannicastro.wordpress.com>

[email: juannicastrorensa@gmail.com](mailto:juannicastrorensa@gmail.com)

www.facebook.com/juan.nicastro



Mejor que llegara a este mundo prontito

Cecilia Colacrai

Nací en un pueblito de Córdoba llamado Noetinger, en el Sanatorio de mi abuelo. Llegué con algunos días de antelación porque mi abuelo descubrió un soplo en el corazón y decidieron que mejor llegara a este mundo prontito.

Desde mi primer mes y hasta los 22 años viví en Rosario. Me enamoré, lloré, pasé mi retorcida adolescencia, bailé, aprendí muchísimo, comí los mejores asados, me bañé en el Paraná cuantas veces pude, conocí a maestr@s de vida increíbles y allí también se me despertó la curiosidad de saber qué pasa en otras partes del mundo. Cómo se mueve la gente en otros sitios. Qué les interesa. Sobre qué hablan.

Desde los 22 años vivo en Barcelona, hace 14 años! Soy creadora independiente, bailarina y profesora de danza contemporánea. He trabajado de muchísimas cosas hasta lograr decir que soy, o quién soy, con convencimiento. No ha sido fácil el camino hasta aquí y sigue sin serlo, pero cada día continuo defendiendo unas maneras de hacer y desarrollarme con los valores en los que creo.

Bailo desde los 6 años, mi madre no sabía que hacer conmigo supongo, y mi tía me decía "mona loca" y se quejaba de que nunca me veía bien peinada. Recuerdo mi primer clase con mucho amor, fue con Andre Ramos y me encantó el momento de "saltar el charco" (cosa que ahora hago yo con mis alumnitos). Nunca dejé de ir a clase desde esa primera clase. Tuve muchísima suerte con mi formación, época del 1 a 1, las profesoras viajaban a estudiar fuera y traían técnicas que se gestaban en New York o Europa. Mi educación fue pública y gratuita, un regalo haber vivido en Argentina y estudiar con maestras como Cristina Prates o Ana Varela, entre otras.

Cuando oigo quejas de las salas pequeñas, la cantidad de gente en la clase, los pocos recursos, la falta de compromiso del estado con la cultura, etc, intento explicar cómo hemos crecido allí, cómo cada falta se convierte en una oportunidad, una posibilidad de inventar algo, de encontrar otro camino para hacer las cosas en las que creemos y amamos, sea como sea, y sobre todo, con mucho ingenio!

Vivo con mi compañero de vida, técnico, colaborador, diseñador de sonido, montador de vídeo, operador de mesas de luces, arregla cables, ordenadores y lo que le echen: El Mo. Vivimos en una ciudad muy hermosa, con mar y montaña, mucho sol, poco frío, calles grandes, edificios increíblemente bellos y se puede ir en bici casi a todos sitios. Y a veces... la siento muy hostil. A momentos siento que todo cuesta demasiado y que la recompensa al esfuerzo que hago no son equitativos. No me es fácil hacerme un espacio pero con paciencia y afinando el ojo me voy topando con gente que vale el esfuerzo y de la que aprendo mucho.



Foto por Débora Tenenbaum, en 'Sola?'.



No tengo trabajo fijo, no quiero tenerlo, me gusta dejar un margen a la sorpresa, a que algo que no está super planificado pueda suceder, dejar un poquito de tiempo suspendido. Esto genera inestabilidad y estar permanentemente trabajando para generar trabajo para el mes siguiente, pero me hace sentir libre, (teniendo en cuenta que vivo dentro de un sistema capitalista y consumista y que poco margen a veces queda a la libertad). Me gusta creer que algo puedo decidirlo yo.

Me es muy fácil hablar de mi trabajo, ya que a él le dedico casi todo mi tiempo. En esta profesión creo que no hay una línea divisoria tan marcada entre trabajo y placer, entre personal y laboral, se entrelazan y se nutren mutuamente. Es verdad que voy necesitando cada vez más momentos de "desconexión", que en realidad pasan a ser de "conexión", conmigo misma, con la naturaleza, con mi compañero, con amig@s, con el tiempo. Me gusta en las vacaciones conocer algún sitio nuevo, intento que no sean ciudades sino espacios naturales (o aparentemente naturales), ir de camping y sí o sí que haya agua cerca! Será por haber vivido frente al Paraná?

Me encanta viajar! Y por suerte con la danza puedo hacerlo. Cuando viajo intento ofrecer algún taller además de las presentaciones. Es una manera de acercarme a la gente, de conocer mejor los sitios, desde adentro. Me alucina como puede una misma pauta de movimiento ser interpretada de maneras tan diferentes según dónde la propongo, con qué la asocia la gente de un sitio o de otro, qué les sugiere, qué les provoca, a dónde les lleva y qué me devuelven. Es genial!

Digo que no creo mucho en nada, quisiera creer en la especie humana, pero últimamente estoy muy decepcionada, pasan demasiadas cosas que me parecen terribles. No sé cómo hemos llegado a permitir que la gente viva en condiciones tan tristes, que los niños sean bombardeados por desacuerdos políticos, o mejor dicho, por intereses económicos de unos pocos. Me entristece mucho y me siento responsable e impotente. Hace unos años también estaba con estos planteos, no entendía que hacía yo preocupada por seleccionar la música adecuada, el vestuario o la disposición espacial de una pieza cuando en otro punto del mismo mundo están destrozando un país. Me sentía bastante frívola y alguien me dijo: 'vos sola no vas a cambiar el mundo, tu trabajo está en tu entorno más cercano, granito a granito'. No sé si esto es sólo justificarme, pero lo que intento cada día, con la docencia, con el trabajo de creación, con el sindicato de danza, con las comisiones de trabajo en las cuales participo, intento que el granito tenga que ver con el respeto, la generosidad, la diversidad y la aceptación de las diferencias.

www.facebook.com/cecilia.colacrai



*Foto por Hernán Galbiati,
en 'La incorruptible belleza de la distancia'.*

Jardinero Plástico

Sebastián Ruto



Nací en Rosario en el '85, estoy por cumplir 30. Hace un tiempo que no viajo porque tengo familia perruna y no hemos encontrado un sitio seguro donde dejarlas. Además, me gusta hacer recorridos sin ataduras. Mis vacaciones son tranquilas. Me gusta llegar a un espacio y abordar el lugar desde los sitios comunes. No me atraen los puntos turísticos sino ir mas allá de eso. Perderme, preguntar a los habitantes como volver... que sea una experiencia del destino.

Hace poco me reencontré con mi infancia. Mi madre, mis tías, mi abuela. Algo que ellas me dieron siempre (o yo veía) y me gustaba mucho: las plantas. Y mi amor por el arte, las expresiones artísticas, la plástica, la fotografía, el dibujo, la fantasía... Es un camino de ida. Encuentro mucho placer en los espacios de la creación. Entonces pude fusionar eso de mi infancia, la jardinería y la botánica, y el arte: el montaje, la fotografía como instrumento de publicidad... Y ahora trabajo de Jardinero Plástico.

El arte es algo que llevo dentro mío desde que nací. Es una herramienta de expresión, comunicación, transmisión y provocación. Que al receptor le provoque algo, lo que fuere. Todos los días hago arte, me siento en mi pieza y que la imaginación haga lo suyo. Me da mucha felicidad y goce. En ese espacio sublimo y encuentro otro mundo que no está afuera.

El dinero sirve para gestionar algunos cuantos asuntos. Obviamente uno no necesita tanto. Con poco se vive mejor, menos es más.

Mi entrenamiento es caminar, camino mucho, paseo mucho a las perras. Y trato de mantener la forma... igual no soy un modelo a seguir en el plano de la gimnasia! jaja. Lo bueno es que dejé de fumar, estoy muy contento con eso!

Hice mucha terapia. Dejé muchas terapeutas! Volví! Me gusta el psicoanálisis!

La sexualidad ocupa un lugar muy particular e importante en mi vida. Desde ya... soy un ser muy sexual, me encanta practicarlo! Soy muy abierto y experimento mucho con mi pareja... Encontrarse con el otro y con uno mismo también y gozar!

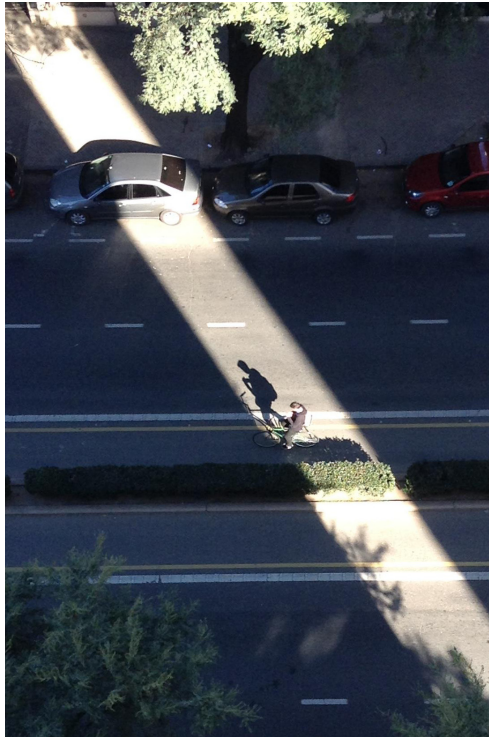
La inspiración para mí llega por lo que veo, toco y huelo en cualquier momento. Llega de ese modo. Soy un ser agradecido. Me siento muy pleno últimamente... aunque me gustaría que se abran más puertas... algunas, no tantas...

Soy el creador de mi presente. El destino me pone alerta!

<https://www.facebook.com/sebastianobotanica>

<https://www.tumblr.com/blog/sebastiancitogalactico>

<https://instagram.com/sebastianruto/>





Cuando no perdono, luego me perdono

Lorena Boggero

Nací en Buenos Aires, en la Capital Federal, un 14 de Septiembre de 1967. Me mudé varias veces de casas y de ciudades, y hace diez años vivo en Rosario. Con mi marido viajamos bastante y en uno de esos viajes conocimos Villa General Belgrano y desde ese momento es el lugar que elegimos para vacacionar, dos veces al año.

En el 2010 llegó a mi vida Un Curso de Milagros. Desde ahí me dedico al estudio y práctica de esta maravillosa enseñanza espiritual. Podría decirse que soy aprendiz del Perdón, mi trabajo diario es interior mientras viajo por lo cotidiano como atenta observadora de lo que sucede y de las resistencias, pensamientos y sentires que se producen en mi campo de conciencia... no tan atenta a veces por cierto, pero siempre con la firme voluntad de volver a enfocar adentro.

Estudié y me recibí de Counselor, Psicodramatista y Astróloga, y recientemente me encontré en el auditorio del Vilela aprendiendo Clown Hospitalario lo cual me tiene absolutamente maravillada, sorprendida y agradecida!!! Los conocimientos y herramientas adquiridas a lo largo de mi vida están puestos al servicio de compartir y facilitar (ya sea en forma individual, grupal o de talleres) el proceso del Perdón Transpersonal o Cuántico, que es el medio que nos brinda el Curso de Milagros para sanar nuestra mente, que al estar aprisionada en falsas ideas sobre sí misma provoca todas nuestras experiencias de sufrimiento, culpa, miedo y dolor.

El año pasado nacieron los talleres 'Luz...Cámara... Perdón!!!' Una propuesta psicodramática para vivenciar y experimentar el Curso de Milagros junto a lo que nos enseña Jorge Lomar en sus libros Ecología Mental y Vivir el Perdón. Los co-coordinamos con Romina Dibiasi (Perdonadora-Psicóloga-Psicodramatista). Mi función es Perdonar así que cuando no perdono, luego me perdono.

En mi experiencia, la vida va ligada a la espiritualidad, y por espiritualidad entiendo al camino que nos lleva a recordar nuestra Verdadera Identidad. Tal vez siempre estamos en ese camino sólo que sin saberlo. Cuando lo empecé a recorrer conscientemente sentí que comencé a vivir, mi vida cobró sentido por primera vez. La aceptación del momento presente con todo lo que hay en él es realmente el más bello de los 'presentes/regalos' que me he podido hacer.

Experimento abundancia cuando suelto todas las ideas sobre lo que creo que soy y todo lo que creo que el mundo es y me uno a La Verdad. Es una experiencia interior. Desde esa certeza cualquier escenario, ya sea dinero, trabajo, salud lo recibo como una oportunidad para sanar la mente.





Mi entrenamiento principal es mental. Tal como propone el Curso, en principio son 365 lecciones para que apliquemos una por día durante un año. Yo lo hice durante tres años (ya que al principio tuve mucha resistencia) y cada año fue más placentero, profundo y sorprendente.

Luego conocí a Jorge Lomar que es otro gran maestro en mi vida, mi gran inspirador, y comencé el entrenamiento que propone en sus libros. También disfruto mucho de Sergi Torres, Jeff Foster, Eckart Tolle, Byron Katie y Susana Ortiz.

Mi deseo profundo es recordar, seguir aprendiendo a perdonar, aprendiendo a amar incondicionalmente. Reconozco que estoy dando mis primeros pasos, pero estoy en el camino de la mano del Ser, infinitamente agradecida, quitando instante a instante las capas de juicio, rencor, miedo y culpabilidad. Así que como reza San Francisco de Asís: 'Señor, haz de mí un instrumento de tu Paz'.

www.facebook.com/lorena.boggero

Tengo tantos proyectos siempre **Mónica Pesce**



Nací en Capital Federal hace cincuenta y siete años y viví allí hasta los tres, cuando enfermé de los riñones. Con un diagnóstico de crónico y complicado, mis padres volvieron a Rosario para que la familia acompañara en ésa, mi primer aventura para sobrevivir... Crecí, maduré y cuando una enfermedad desaparecía aparecía otra. Eso desarrolló en mí, una capacidad natural de resiliencia, que agradezco profundamente y creo que por eso me dedico a esta profesión que amo.

Siento que puedo vivir en cualquier lugar, dependiendo de los momentos. A veces quiero serenidad y me voy al campo o me quedo en mi casa sola con mis mascotas y mis libros. Otras veces elijo el contacto familiar y organizo encuentros gastronómicos, cocino rico, preparo postres, comparto. Mi casa es mi refugio, tengo mis cuevas: el estudio, el jardín, el dormitorio con sol... Las vacaciones también son variadas, sola y con marido. Mis hijos ya son grandes y tienen sus intereses y necesidades para esta etapa que viven.

Soy terapeuta del neurodesarrollo. Trabajo con familias con niños menores de tres años con dificultades en sus comportamientos o en la comunicación o en las capacidades adaptativas. Algunos por causas genéticas, neurológicas o madurativas. Soy fonoaudióloga y me especializo en niños neurológicos y en las intervenciones terapéuticas desde el nacimiento, fundamentalmente en prematuros y de alto riesgo. Siento que es lo que mejor hago y estoy en permanente actualización de conocimientos. También hago docencia en carreras de medicina, psicopedagogía y fonoaudiología. Al igual que escribir libros de formación, me gusta comunicar lo que llevo dentro: experiencias, sensaciones, emociones.

El hilo de mi trabajo es la superación de problemas, sacar lo mejor, la máxima potencialidad que hay dentro para superarse. Lo que hice a lo largo de mi vida y sigo haciendo. El conocimiento científico hace que pueda desarrollar estrategias y adaptarlas a cada perfil familiar de mis pacientes.

Cuando no trabajo leo novelas, miro películas, juego con las mascotas que tengo o que se me arriman cuando me escapo al río para tomar sol o charlar con gente que encuentro siempre y a lo mejor no sé ni el nombre. Me abro o cierro según sienta, convoco amigas porque me divierto mucho, son con las que más me río!

Me gusta el arte como forma de expresión. He probado con música, actuación, pintura... el dibujo simple, el boceto con técnicas de lápiz, tinta china, es lo que más me gusta y cada vez que puedo hago un curso. La vida para mí es un desafío constante y tengo tantos proyectos, a corto, largo y mediano plazo que creo que la vida me va a resultar corta... a los que me queden, los concretaré en la siguiente.

He pasado por muchas situaciones con respecto al trabajo y al dinero, ya que mi profesión no era cotizada socialmente y mucho menos a nivel de los honorarios. Trabajaba con gente carenciada, con obras sociales que no pagaban, con

particulares que no entendían cual era el valor de la prestación. Primero le tuve que poner valor personal a mi trabajo para después aprender a cotizarlo y transmitirle el valor a los demás. El provecho del tiempo invertido en ese momento donde no me compensaba económicamente, lo recibo hoy a través de la estabilidad que he logrado, entre costos y beneficios. La abundancia la siento en el reconocimiento y agradecimiento de mis pacientes ya grandes, en el recuerdo permanente y con el afecto con que me tratan. Esto es lo mejor!

Hago actividades pasivas ya que tengo problemas vertebrales y dolores crónicos. Me gusta la alimentación natural, comer sano y rico. Verduras, frutas, yogures, leche con miel antes de dormir, poca carne...

He hecho psicoanálisis tras la muerte de mi padre, la adopción de mis hijos, una epilepsia que me tuvo mal. En otra etapa hice psicoterapia por problemas laborales en un hospital, pero no hago terapias permanentes.

Trato de no vincular trabajo y familia. Sólo si me preguntan les cuento y comparto algo específico. Sí me acompañan en eventos importantes como armado de consultorio, mudanzas, presentaciones de libro, charlas que doy, y lo valoro porque sé que no tienen que ver con sus intereses y lo hacen por mí. Eso me hace feliz.

La sexualidad se da luego de un proceso de conocimiento, un acto sentido, con mi pareja cuando estamos felices y relajados. Hemos desarrollado la sensualidad, la sugerencia, el contacto, los abrazos. Decodificar lo emocional, como familia, es lo que más trabajo nos cuesta a los cuatro ya que somos más bien intelectuales.

Me inspiran las personas que logran sus objetivos con humildad y grandeza, a pesar de las dificultades. No las menciono porque a veces son mis propios pacientes.

Me siento responsable y creadora de mi vida! La vida me puso todo delante y el destino lo voy fabricando cada día en función de aciertos y equivocaciones, en lo que elijo y en la reconstrucción de actos en función de los nuevos objetivos.

Deseo sentirme bien y hacer sentir bien a los que me rodean.

email: monicapesce2011@hotmail.com

www.facebook.com/monica.pesce



De manera colectiva

Lisandro Carreras

Nací en el Litoral y estoy cómodo acá, entre la naturaleza que le queda y la ciudad. Viajo, y amo mis casas. Todas por las que pasé me dejaron algo y pronto tendré la oportunidad de hacer una para habitar.

Me dedico a la construcción, es la palabra que encontré que mejor define lo que me gusta y como me posiciono ante lo que hago. He construido casas, proyectos, muebles, grupos, juguetes, comidas, imágenes, ideas. Todo de manera colectiva, una pata que siempre aparece en mi trabajo y de la cual no paro de aprender. Es entonces un trabajo personal muy fuerte, una terapia, un espejo constante donde me reflejo, me devuelve todo lo que estoy siendo, virtudes y miserias, alegrías y tristezas. Deseo esta forma y agradezco! Formo parte de una cooperativa de heterogéneos constructores con los cuales compartimos el camino y crecemos juntos, trabajando sobre todo la comunicación y los vínculos.

Hago lo que me gusta, es muy variado y divertido, siempre cambiante. Aire puro. Cuando no trabajo comparto el tiempo con mi hijo, familia y hermanos de la vida, no siento que haya una clara división entre las cosas que hago. El trabajo da lo que necesito para hacer las cosas que deseo. Trato de estar abierto a las innumerables formas de intercambios en las que esta relación se puede dar.

Comparto con mi hijo de 4 años parte de mi trabajo, siempre juego a construir cosas y amo los materiales. Ahí soy niño y me puedo relacionar mejor con él. También considero a mis compañeros parte de mi familia, los elijo como hermanos y compartimos tanto tiempo que nos siento familia.

El arte, la vida, la espiritualidad es algo cambiante, relacionado al amor, a la comunicación. La sexualidad tiene un lugar primordial como el motor de la creación, es un lugar complejo y sagrado para mí. Las emociones, una búsqueda. El intelecto, un lugar que frecuento más de lo que deseo.

He probado varias terapias, buscando desarmar trabas. Son todas herramientas, válidas para cada momento y persona. Claramente, me siento responsable y creador de mi vida. Decida ver lindo o feo, ponga la culpa dentro o fuera, separado o integrado. Elijo cómo ver las cosas. He experimentado que puedo cambiar el enfoque y así cambiar las cosas, aunque muchas veces no use este poder.

Me inspira lo que me rodea, las vivencias. Un deseo: dar más!

www.facebook.com/lisandro.carreras





Fotos por Débora Tenenbaum y Ugo Carreras.

por una Vida Onírica

UNIVERSO
KOKORÖ
edita

fanzine uno: universokokoro.files.wordpress.com/2014/03/av-uno.pdf

fanzine dos: universokokoro.files.wordpress.com/2014/03/av-2.pdf

fanzine tres: universokokoro.files.wordpress.com/2014/03/av-3.pdf

fanzine cuatro: universokokoro.files.wordpress.com/2014/03/av-41.pdf

fanzine cinco: deboratenenbaum.files.wordpress.com/2015/03/av-5.pdf

fanzine seis: universokokoro.files.wordpress.com/2014/03/av-6.pdf