

LA HISTORIA DE UNA CO - CREACIÓN, ESPACIO PARA NUEVOS SENTIRES.

VIVIANA GALDAMES W



Viviana Galdames y Manish Srivastava facilitaron dos talleres de "Género y Teatro de Presencia Social", en compañía al equipo de AltoParlante. Los talleres fueron inspirados en el libro de Manish: "Trading armour for a flower" ([www.tinyurl.com/TAFAF](http://www.tinyurl.com/TAFAF))

El libro nos ofrece un camino de poesía corporizada para transformar nuestros conflictos de género. Honrándonos, los unos a los otros con soberana presencia. Leímos poesías del libro y practicamos TPS para mirar las dinámicas escondidas entre lo femenino y lo masculino en nuestros cuerpos y realidad social. Vimos cómo la práctica de una "Danza de 20", "Dúos" o "Atascado", nos puede ayudar para dejar ir historias y traumas y así, dejar espacio para la libertad y el respeto.

## "HAY MÁS COSAS ENTRE EL CIELO Y LA TIERRA, HORACIO, DE LAS QUE HAN SIDO SOÑADAS EN TU FILOSOFÍA" (HAMLET)

Corría el año 2018, en Berlín, Alemania se encuentra un indio y una chilena con una inquietud similar. ¿Cómo remiramos nuestros juicios de género? ¿Qué necesitamos dejar ir para dejar espacio a lo nuevo? ¿Cómo hacemos espacio?

Un año de práctica avanzada de SPT, muchos viajes, muchas culturas, cuántas miradas respecto al género. Mi yo - madre latinoamericana, sintiéndose culpable de dejar a mis hijos para salir al mundo. El primer viaje duró sólo una semana, sólo el curso. El segundo dos semanas con unas inolvidables vacaciones en España y la tercera vez, un mes, disfrutando la montaña en Italia y la playa en Sintra, además de terminar una formación que me llevó a profundizar mi capacidad para habitar mi espacio en el mundo. Dejar espacio a lo que viene. Como diría, *Arawana Hayashi*, maestra y creadora de SPT "no se trata de ti ni de mí, sino que del espacio que hay entre". Amigos que acogían mis ganas de re contarme a mí misma. Practicando a diario mi conexión con la tierra, y aumentando mis niveles de conciencia hacia el afuera de mí. Danza de 20' diaria, dejando espacio a sentirme y sentir el afuera. Recuerdo a Kevin Johansen cantando: "Te recuerdo feliz, con poquito así, no hacía ni tanto ya que te reías de ti. Baja a la tierra, que no es tan terrible vivir aquí, yo te recuerdo cuando parecías ser feliz"

Hoy después de nuestro primer año de pandemia, la llegada de la era de acuario y diversos avisos provenientes de distintas teorías nos dicen que este mundo está acabando para dar inicio a lo nuevo. Que si no dejamos de operar como lo venimos haciendo hay altas probabilidades de extinguirnos como especie. Un mundo que nos demanda cada día más habitar la incertidumbre, reconocer, que no había nada bajo nuestro control. ¿Cuántas viejas historias que nos solíamos contar ya no nos hacen sentido? ¿Dónde buscamos nuevos relatos de nosotros mismos?

Para mí, la abstracción de las artes y la certeza de mi cuerpo, tienen información suficiente para sostener el vacío, sostener el no saber. Dejar espacio para que emerjan nuevas respuestas para mí y otros. El aprendizaje de los años de improvisación y de habitar mi cuerpo con comodidad, reconociéndolo como una posibilidad de conexión a la vida, junto a mi musculatura disponible y huesos firmes. Me parece muy simbólico, que este 2020, he mantenido interacciones globales, sostenida desde el nogal de mi casa (Mindfulness) a la conciencia global del afuera (Awareness)

## AGRADEZCO...

los regalos que me trajo la pandemia, espacio para tristezas profundas, alegrías simples, cambio de trabajo y de maneras, sosteniendo mi interacción con un mundo global desde el nogal de mi casa. En este devenir de nuevas posibilidades me encontré con dos colectivos internacionales y generosos. Uno, nuestro colectivo de Teoría U en español, una casita calentita a la que volvemos cada lunes a encontrarnos alrededor del fuego, a soñar cómo seguir expandiendo la Teoría U y el SPT para hispano hablantes, a conversar de nuestra identidad latina, a dejar espacio para que seamos los que somos, habitar nuestra cordillera como una gran columna vertebral hacia el mundo. Otro colectivo es "Altoparlante" ([www.altoparlante.org](http://www.altoparlante.org)) donde buscamos generar instancias de aprendizaje y desarrollo para poblaciones latinoamericanas. Es en este encuentro con nuevos colectivos, donde me reconozco disponible a lo que está ahí para mí, que retomo aquella conversación en Berlín del 2018.

Una vez hecha la descarga, tan necesaria para dejar espacio y verbalizar aquello que aprendí y que, a veces, me cuesta dejar ir, amorosamente fuimos generando un contexto, basándonos en Teoría U (Otto C. Scharmer) y en el trabajo de Thomas Hübl, fuimos tejiendo con los hilos del Teatro de la presencia social. Hubo un contexto para nuestra Danza de 20' de unir femenino y masculino, de unir movimiento y quietud, improvisación y mente. La quietud apareció como característica más femenina y, a la vez, el movimiento apareció como característica resonante con lo masculino. ¿Cómo nos vivimos el encuentro de lo femenino y masculino en cada uno de nuestros cuerpos?

"Más allá de las ideas del mal y el bien hay un **campo**. Te encontraré allí"

Rumi

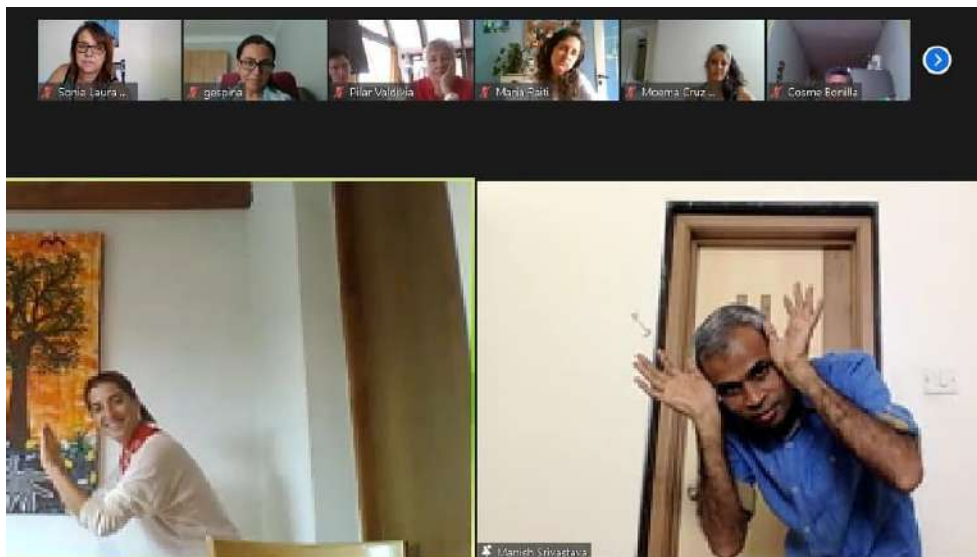
## ¿DÓNDE Y QUE APRENDÍ QUE SIGNIFICABA SER MUJER U HOMBRE?

### TESTIMONIOS PARTICIPANTES

- Z.V: Surge la identificación con otro y ver la cultura donde crecimos
- M. J: me trae paz, me encuentro conmigo y con otros.
- M. R: experimenté unidad, aún en la diferencia
- A. A: me permite observarme
- T. C: Revivo el espacio amoroso en el que tuve la fortuna de crecer. Me aparece la importancia de un padre amoroso para las mujeres
- E. T: la formación familiar es definitiva
- E. O: amplia mi percepción, me reconozco en ciertos aspectos y me diferencio en otros, me abre la posibilidad de integrar
- G. S: me surgen muchas dudas, curiosidad, sentirme acompañada. posibilidades
- J. S: Similar stories and challenges, struggles
- N. L: se me borra un poco que es masculino y que femenino



- D.B: mi respiración se intensificó cuando dejaba a mi cuerpo liderar
- T.A: la importancia de dónde nace el movimiento cómo lugar de conexión con el trauma q impulsa a trabajarlo... sanarlo
- M.M: Disfrute sentir mi piel y mi propio abrazo
- P.V: armónica sincronicidad
- M.C: Sentí una intensa energía viniendo de arriba
- L.F: sentí que no había expectativas, muy hermoso
- I.G: del dolor a la entrega.
- G.N: fue como una alegría transmitida desde el cuerpo
- M.U: sentí unidad fusión, armonía
- J.S: I felt the free flowing nature of my body and it had a calming effect on me
- M.M: Sentí el movimiento desde las caderas que se iban suavizando



Una vez sintonizadas nuestras energías femeninas y masculinas, Manish nos invitó a escuchar su experiencia en India de trabajar con TPS y género. Nos compartió un poema de su libro: “Deep wounds” y me resultó muy interesante una aclaración que necesitó hacer nuestra traductora al español, Andrea Fernández, respecto a que ella tuvo que elegir, en algunos casos el género de las frases. No olvidemos que el inglés tiene esa posibilidad neutra que nuestro español, hasta ahora, no tiene. ¿Cómo nos influirá esa característica lingüística? Gracias Andrea Fernández por tu generosa presencia que nos permite conectar, a pesar del idioma.

## ¿QUÉ NOS DICE NUESTRO CUERPO QUE ESTÁ ATASCADO EN TEMAS DE GÉNERO?

Principios básicos atascado:

- 1- Todos tenemos algo atascado en nuestra vida
- 2- Nadie en sí mismo es un atascado
- 3- Nadie se atasca por sí mismo, son fuerzas en contradicción
- 4- No nos queremos deshacer de él, puede ser un tesoro a descubrir
- 5- Ningún atasco es sostenible en el tiempo para la naturaleza.



El arte de la poesía de Manish y el arte del Teatro de Presencia Social en nuestros cuerpos nos llevó a habitar nuevas posibilidades.

Con la práctica de un dúo, las personas se encontraban en silencio, sin hablar, sólo dejando que sus cuerpos se comuniquen, sintiendo el espacio y el vacío para que aparezca algo nuevo desde el cuerpo. Sentir aquello que nos une, cuando lo permito, bajo la voz de los juicios y del miedo para encontrarnos, dialogar. Encontramos muchas semillas de aquello que quiere nacer.

# POEMA CO CREADO, DESDE EL CUERPO A LA PALABRA, IMPROVISANDO CUERPO - TEXTO.

*Tienes dos pies y dos manos, estás conectada. Estás lista!  
ahora estoy conectada a mi corazón y a mi poder!  
Cultiva la alegría y la belleza, ahí está la sabiduría y el camino.  
Ahí está el amor, desde tensión a equilibrio y apertura.  
Existes, sientes el calor, tienes piel y cuerpo,  
dejarme sorprender, explorar, fluir, libertad,  
abriéndote a ti misma y al mundo, felicidad.*

*El corazón es grande y  
darme la libertad de ser plenamente y simplemente yo misma  
La fuerza vital está en la esencia de reconocer mis polaridades,  
cuando abres el pecho y sueltas los lazos que te enredan,  
dejas abierto tu corazón para dar y recibir amor.  
Permitete mirar lentamente y dejarte aparecer...estás a salvo  
cuando eres natural, hay claridad,  
cuando sueltas, conectas.*

*Es posible otros ojos para mirar.  
Fluye, toma tu fuerza suavizando tus caderas y abre tus ojos expandiendo el corazón,  
no hay más corazas que sostener, solo mi Ser.  
El entendimiento viene del corazón y es el amor.  
Hoy estoy aquí para agradecer que me puedo amar y puedo soñar.  
... Espero que pase, como un alivio y confío en el corazón,  
estira rodillas y toma el calor de tu corazón y útero con dignidad.*

*Tomar el coraje de los hombres que sólo nos quieren acompañar suavemente,  
me siento libre de miedo y comparto con amor.  
Es tiempo de ser consciente!  
Nos obligaron a ocultarnos, pero ahora es el momento de develar nuestra autenticidad,  
abre tu corazón te conectas con el todo,  
soy el palpitar del campo danzante.  
Equilibrio, serenidad, apertura, fluidez,  
libre de toda fuerza exterior, dejar fluir, confía.  
Serenidad en la expansión.*

*Podemos avanzar hacia delante,  
hay debilidad en ocultarse y fuerza en la apertura al futuro,  
consciente de mi Fuerza y apertura,  
suelto el control y la defensa, me siento, me escucho, me amo.  
No estaba tan enojada, hay impulso para avanzar y moverme hacia adelante,  
la fuerza nace de mi.*

**"Más allá de las ideas del mal y el bien hay  
un campo. Te encontraré allí"**



# TESTIMONIOS



**SONIA LAURA MORA**

*ARGENTINA*

"Yo te siento a ti, sintiéndome a mí". Manish y Vivi nos invitaron a la aventura de mirar nuestro femenino y masculino en tiempos difíciles donde el trauma colectivo de género emerge desde profundidades insondables. Un acto revolucionario, un viaje al corazón de nuestras heridas y nuestra esencia. Un encuentro íntimo, sutil y cuidado para escuchar profundamente, haciendo "espacio", descubriendo quienes verdaderamente somos y nuestras infinitas posibilidades de ser. El arte, la poesía, los cuerpos, individual y colectivo, el movimiento y la quietud fueron condimentos especiales de un regalo transformador donde cada parte tuvo permiso para aparecer y encontrar su propio lugar. Gracias, gracias, Gracias



**PATRICIA SCOTT**

*ARGENTINA*

Los encuentros en los que exploramos lo femenino y masculino desde el TPS fueron muy esclarecedores: cómo el movimiento y el flujo de lo femenino es contenido en la forma y estructura de lo masculino...como la mente racional masculina es reflejada e informada por la sabiduría intuitiva femenina del cuerpo...como lo masculino y femenino se entrelazan en todo y en todos...inseparables, complementarios...equilibrando la polaridad, trascendiendo la dualidad...conformando una unidad integrada...Gracias por la maravillosa experiencia..



**PATRICK BODART**

*BELGICA*

"Yo existo, no me escondo, puedo sentir, tengo piel y cuerpo"  
Ha sido la primera revelación al dejar mi cuerpo expresarse. Si trato de entenderlo, lo veo parte por parte. Cuando dejo espacio desde el cuerpo, se expresa de manera mucho más integral de lo que hubiera podido imaginar. Tengo que dejarlo hablar... Otra cosa que me llamó la atención, es que "no sé de donde me vienen mis referencias masculinas y femeninas." No sé si es tan importante, pero percibí que la mayoría de las personas tenían respuestas mucho más claras. Interesante, ¿no? ¿Qué dirá eso de mí?  
Al final, sentí cuanto "otro diálogo es posible" a través de los dúos que hicimos, entre nosotros dos, había un campo, generamos un espacio, lo descubrimos dejando nuestros cuerpos expresarse, responderse. Poco a poco, creamos otro mundo, otras relaciones.



# ARAWANA HAYASHI

*Creadora Teatro Presencia Social*

Arawana se inicia como coreógrafa, intérprete y educadora. Su trabajo se basa, en gran medida, en la improvisación colaborativa. Actualmente dirige la creación del Teatro de Presencia Social (TPS) para el Presencing Institute. Trabajando con Otto Scharmer y sus colegas del Presencing Institute, aporta su experiencia en las artes, la meditación y la justicia social para crear una "presencia social" que hace visible tanto la realidad actual como las posibilidades futuras emergentes.

Su carrera en la danza abarca desde la dirección de una compañía de baile callejero interracial formada por la Oficina de Asuntos Culturales del Alcalde de Boston a raíz del asesinato en 1968 del Dr. Martin Luther King, hasta ser una de las principales intérpretes de la danza de la corte japonesa, bugaku, en el NOS. Ha sido codirectora del programa de danza en la Universidad de Naropa, Boulder, CO; y directora fundadora de dos compañías de danza contemporánea en Cambridge, MA. Continúa actuando en un colectivo de interpretación multidisciplinario, que se originó en la Universidad de Naropa y el Instituto ALIA, donde actualmente enseña en programas de liderazgo. Arawana es Acharya (maestro principal) en Shambhala, una red global de centros de meditación dedicada a aplicar la atención plena para "crear una sociedad iluminada". Enseña meditación y arte basándose en sacar a relucir la bondad básica de los individuos, las relaciones y la sociedad.

## TEATRO DE PRESENCIA SOCIAL

<https://arawanahayashi.com/>

<https://www.spt-latinoamerica.org/>

"Una nueva forma de arte social que llamamos Teatro de presencia social que organiza eventos y producciones para conectar diferentes comunidades y sus historias de transformación mediante la combinación de la investigación de acción social, el teatro, las prácticas contemplativas, el silencio intencionado, el diálogo generativo y el espacio abierto".

Teoría U: Liderar desde el futuro a medida que emerge,  
por C. Otto Scharmer, págs. 452

Otto Scharmer dice en una carta fechada el 22 de diciembre de 2008: "Surge la pregunta de cómo comunicar la esencia de estos proyectos de una manera que transforme y eleve la calidad de la conciencia y la acción colectiva, por lo que hemos comenzado a experimentar con una nueva síntesis entre teatro, presencia encarnada, diálogo, quietud y presencia. se llama Teatro de Presencia Social.

Social Presencing Theatre es una rama del Presencing Institute. Es una forma de arte emergente que explora el potencial creativo de la Teoría U y la presencia. La palabra teatro proviene del griego thea, que significa "el acto de ver". La palabra teatro se puede definir como un "lugar de representación de hechos o acciones importantes". El teatro de presencia social surge de la comunidad para permitir que esa comunidad se vea a sí misma colectivamente y represente su futuro emergente.

