

The background features a stylized graphic with blue and pink elements. At the top, there are blue, vine-like branches with small pink leaves. In the center, a large, intricate blue knot or braid is formed by several thick, flowing lines. Below the knot, there are more pink leaves. The bottom of the image has a yellow background with a few more pink leaves scattered across it.

Los espacios

ALTOPARLANTE

**¿Cómo cultivar espacios que impulsen
la transformación profunda?**

**¿Qué cualidades posibilitan
relaciones humanas significativas?**

Introducción

"Altoparlante" es un conjunto de personas e iniciativas que promueven el cambio social mediante experiencias locales y reflexiones globales. Buscamos mejorar la vida en las comunidades y nuestras sociedades, rompiendo con esquemas tradicionales que generan desigualdades, e incentivando el bien común y la autonomía. Queremos amplificar la voz de grupos innovadores, fomentando el intercambio de ideas y debates sobre los desafíos políticos y sociales de nuestro mundo actual.

Para ello, como colectivo internacional fundado hace 10 años y con raíces en América Latina, Altoparlante crea espacios —“mesas”, “cafés”, “viajes”— tanto virtuales como presenciales, para experimentar transformaciones en nuestras vidas y en la sociedad, en profunda conexión con la naturaleza.

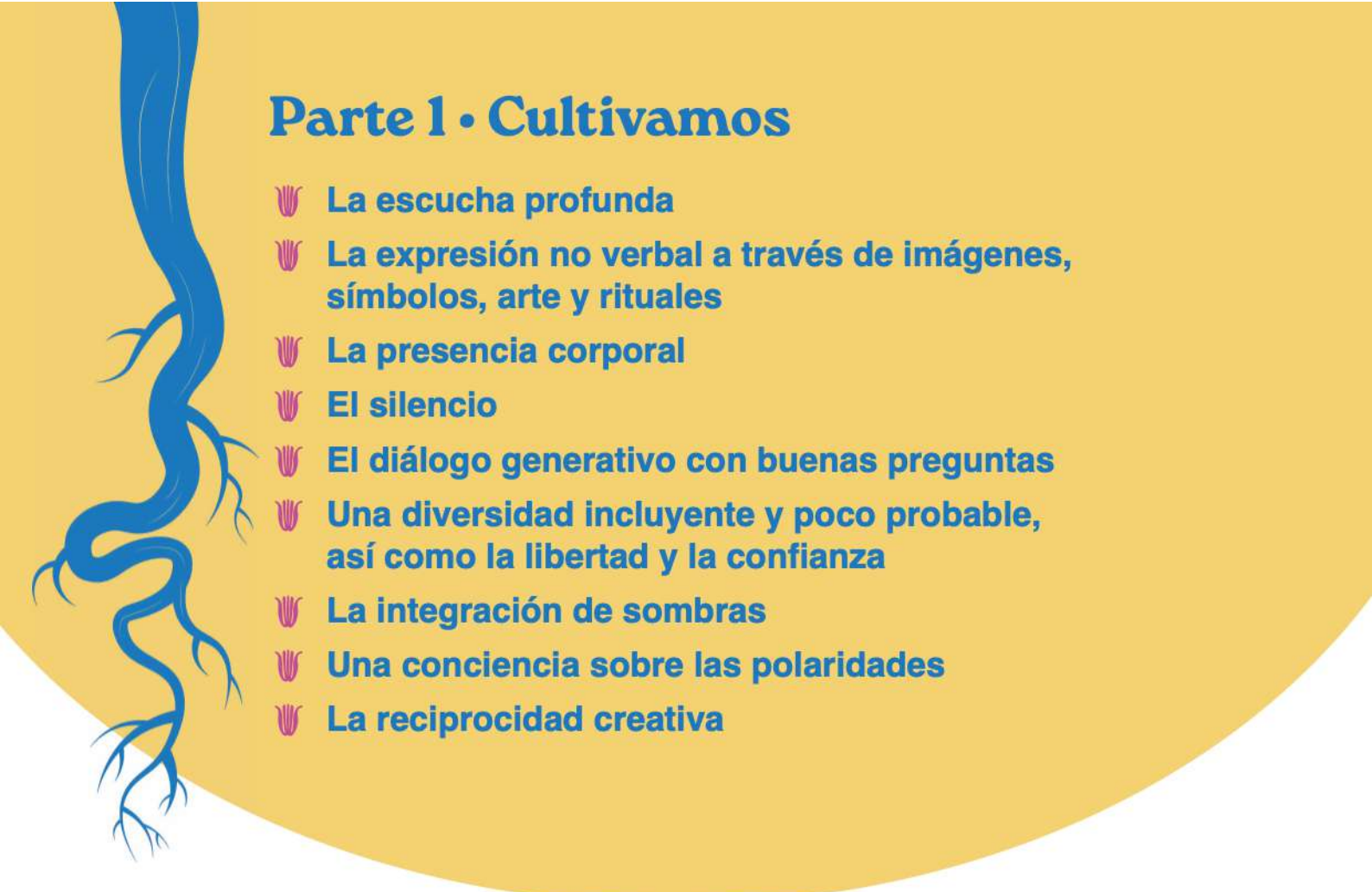
También generamos encuentros poco probables entre personas que viven en América Latina y Europa, donde las conexiones transformadoras abren caminos hacia el crecimiento individual y colectivo.

En estos encuentros nos descubrimos a nosotros mismos como seres humanos sin fronteras; descubrimos a las demás personas y a los territorios de formas poco comunes, desafiando lo convencional. En este viaje, nos colocamos ante el desafío constante de vincularnos con las periferias existenciales y geográficas, reconociendo lo humano en todas sus expresiones.

Nos mueve el propósito de crear el mundo que queremos habitar. Estamos convencidos de que, para lograrlo, necesitamos experimentar y cocrear una comunidad humana que se teje con cualidades diversas. Este documento presenta y describe esas cualidades en la esperanza de que compartidas se amplifiquen.



Dibujo: Juan Pablo



Parte 1 • Cultivamos

- 🌱 La escucha profunda
- 🌱 La expresión no verbal a través de imágenes, símbolos, arte y rituales
- 🌱 La presencia corporal
- 🌱 El silencio
- 🌱 El diálogo generativo con buenas preguntas
- 🌱 Una diversidad incluyente y poco probable, así como la libertad y la confianza
- 🌱 La integración de sombras
- 🌱 Una conciencia sobre las polaridades
- 🌱 La reciprocidad creativa

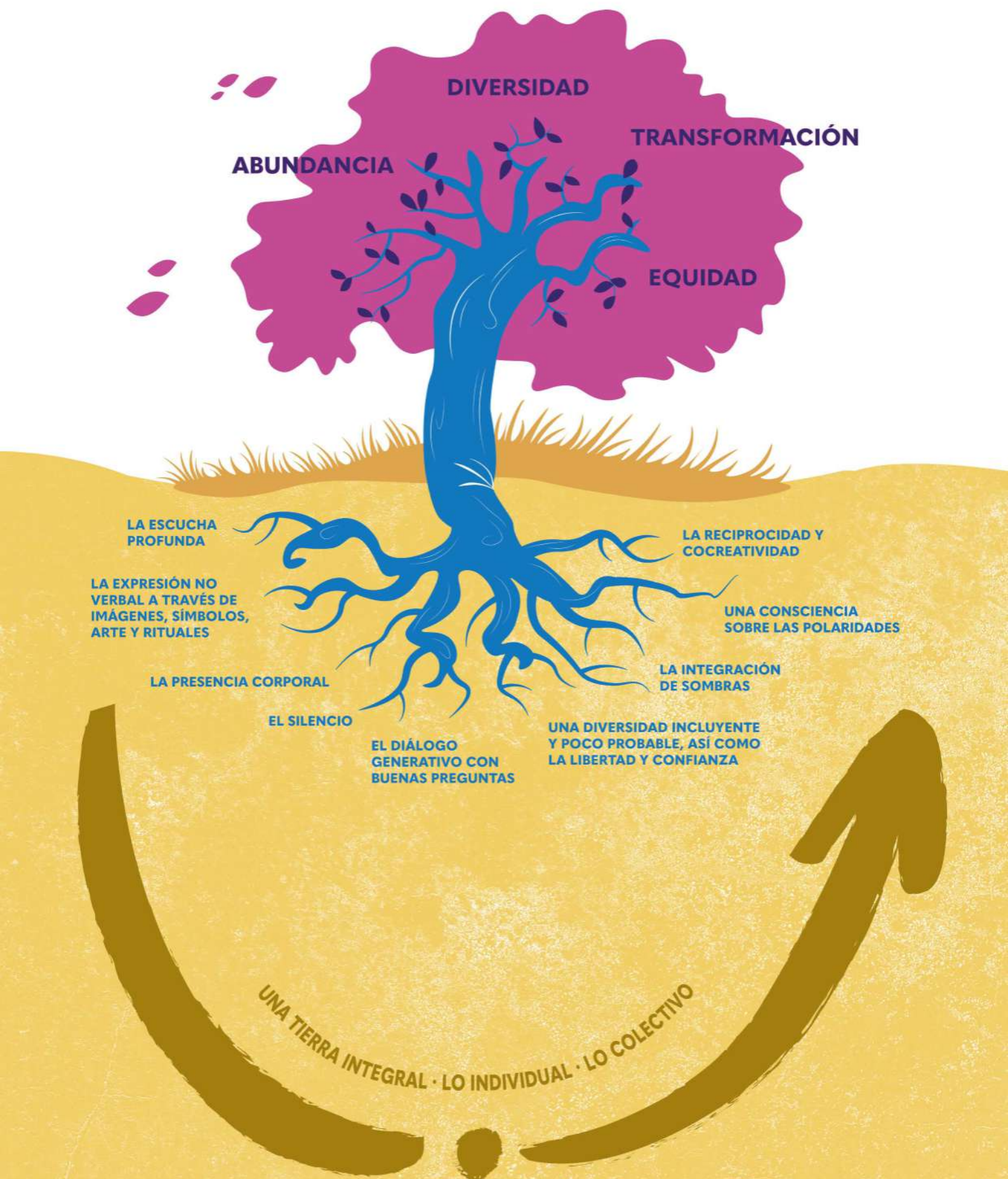
Y así preparamos el suelo para dejar emerger distintas sabidurías

del cuerpo, la mente, las emociones, de lo individual y lo colectivo, tejiendo relaciones y conectando experiencias de transformación social para un mundo que queremos habitar y que ya estamos cocreando.



« Queremos cocrear un mundo que nuestro corazón ya conoce. »

Charles Einstein



DIVERSIDAD

ABUNDANCIA

TRANSFORMACIÓN

EQUIDAD

LA ESCUCHA
PROFUNDA

LA EXPRESIÓN NO
VERBAL A TRAVÉS DE
IMÁGENES, SÍMBOLOS,
ARTE Y RITUALES

LA PRESENCIA CORPORAL

EL SILENCIO

EL DIÁLOGO
GENERATIVO CON
BUENAS PREGUNTAS

LA RECIPROCIDAD Y
COCREATIVIDAD

UNA CONSCIENCIA
SOBRE LAS POLARIDADES

LA INTEGRACIÓN
DE SOMBRAS

UNA DIVERSIDAD INCLUYENTE
Y POCO PROBABLE, ASÍ COMO
LA LIBERTAD Y CONFIANZA

UNA TIERRA INTEGRAL · LO INDIVIDUAL · LO COLECTIVO



ESCUCHAR CON LA MENTE ABIERTA se refiere a permitirnos cuestionar nuestras percepciones, opiniones e ideas desconstruyendo o rompiendo esquemas mentales.

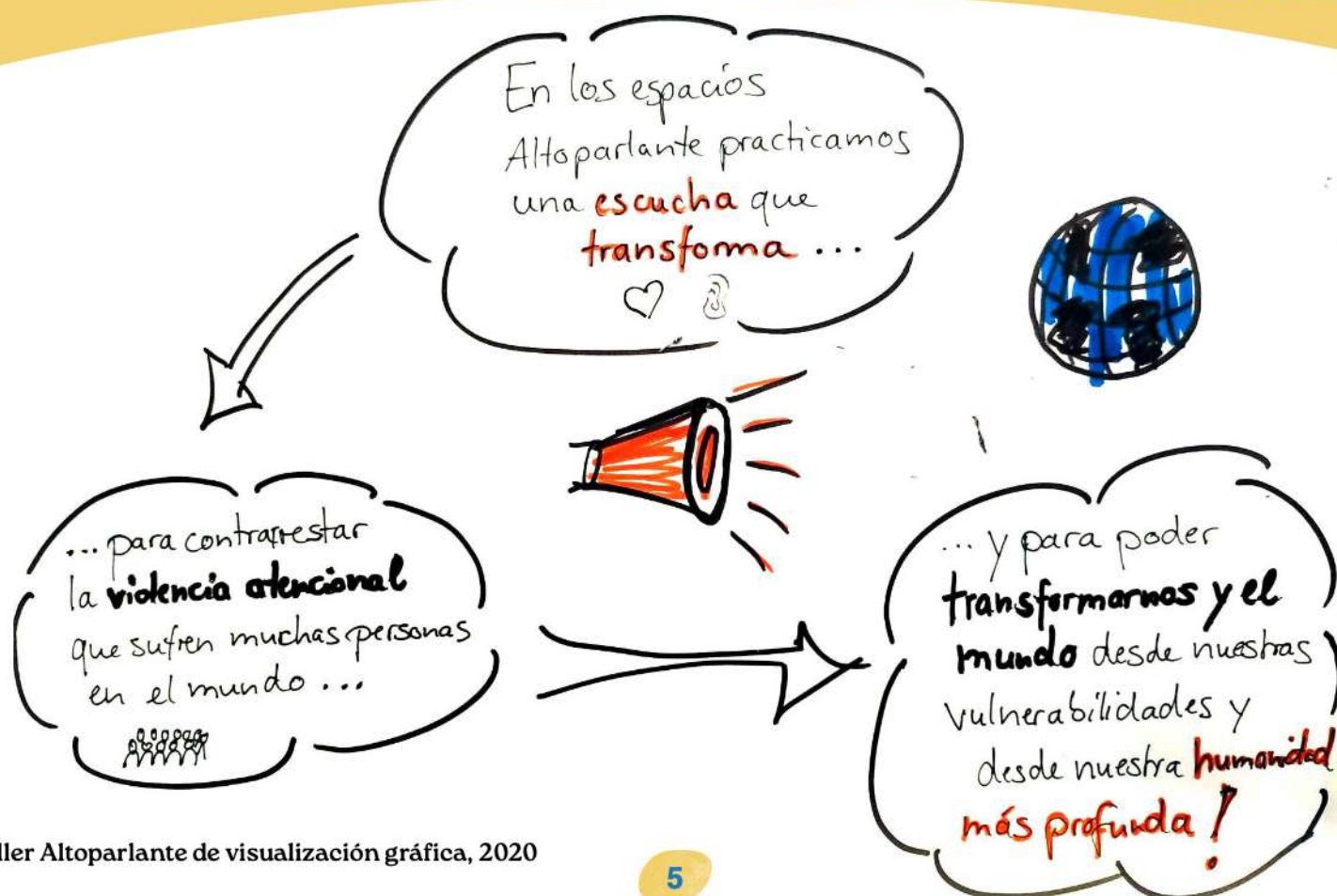
ESCUCHAR CON EL CORAZÓN ABIERTO es co-sentir a la otra persona; es decir, percibir su estado de ánimo, su manera de “estar en el mundo”, los mensajes detrás de lo expresado verbalmente.

ESCUCHAR CON LA VOLUNTAD ABIERTA quiere decir dejar ir las propias convicciones permitiendo transformarse con el otro.

Heike Teufel

La comunidad Altoparlante ha cocreado de manera natural rituales, que convierten la mirada y la escucha en momentos especiales de apertura del corazón que escucha y es escuchado.

Tania Ávila



El arte

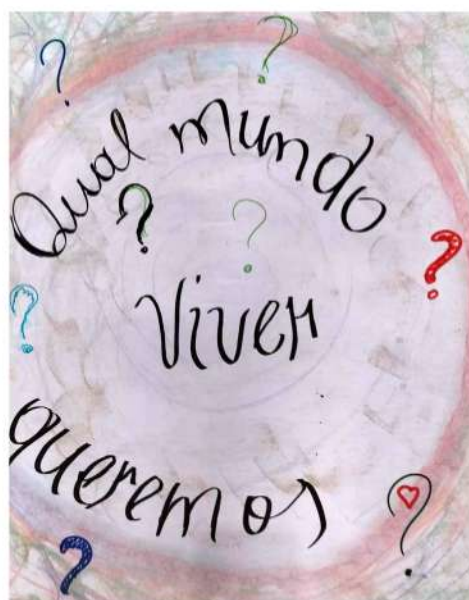
Las personas que hacen parte del LabBrasil, uno de los espacios Altoparlante, comparten su arte de forma natural. Es como si brotase de cada poro de su piel!

El arte hace que el modo de relación del grupo y el modo de reflexión sea integral... bello!

Al mismo tiempo me muestra con tierna firmeza el arte que hay en mí. Entonces, la vida toma colores de tortugas. El corazón late al ritmo del birimbau, el pensamiento se expresa en poemas, en hip hop y los cuerpos danzan al son de guitarras y cantos. El arte genera una comunidad donde la diferencia es parte de la belleza.

Tania Ávila

**La expresión no verbal
a través de imágenes,
símbolos, arte y rituales**



"Contemplar a la otra persona, a la comunidad en su arte es parte de la conexión con la profundidad de la vida."

Los símbolos

En los espacios Altoparlante, muchas veces nos presentamos a través de símbolos: objetos traídos desde nuestra casa o encontrados en los alrededores del lugar del encuentro. Cada vez me dejo sorprender por el objeto que elijo, que dice algo —generalmente poco común— sobre mí, algo que mis palabras no logran expresar y que las demás personas pueden ir descubriendo. También me inspira ver mi símbolo junto a los de las otras personas, formando un conjunto único. A veces me sorprendo al dejar que una imagen nazca a partir de lo que escucho de otra persona o de una situación. Esa imagen, que nace dentro de mí sin que mi mente la construya, se revela ante mis ojos interiores. Esta es la fuerza de las imágenes y los símbolos.

Patrick Bodart



**La expresión no verbal
a través de imágenes,
símbolos, arte y rituales**

Los rituales

La conexión con la profundidad de la Vida sigue en los rituales de alegría donde la risa y la sonrisa sostienen la esperanza en tiempos-momentos de desesperanza. Los abrazos cierran cada ritual en los espacios, permitiendo la sintonía del latir de corazones diferentes cocreando el mundo en el que quieren existir. Así como el rocío del amanecer, pequeñas gotas que suman, aroman y humedecen de vitalidad el día, así esta siendo por ejemplo el LabBrasil en mi vida.

Tania Ávila



La presencia corporal

En los espacios Altoparlante intentamos estar presentes de manera plena. Lo logramos muy rápidamente conectándonos con nuestros propios cuerpos, por ejemplo con nuestra inhalación y exhalación, o con los latidos de nuestro corazón. Esta presencia plena nos permite cocrear cambios desde la profundidad de nuestro querer y ser.

Heike Teufel

La presencia corporal permite dejar fluir el cuerpo como el agua que corre sobre si mismo. Esta presencia se refleja en lo individual y colectivo y da pautas para reconocer y profundizar en el pasado, presente y futuro emergente. Desde la presencia corporal puedes tener un encuentro contigo mismo y encontrarte o reencontrarte en los demás.

Milton Herrera



**Escucha la invitación
de Juan Pablo**



Cuando dentro susurran
alocadas voces
y una niebla densa
dice no es posible,
dejo hablar a la piel
guardiana del presente,
a todos los sentidos,
al fluir de mis venas.
Escarcha afuera
tibieza adentro,
se prepara invisible
un gesto nuevo.

Raquel Cancela

Hacer silencio dentro de nosotros nos lleva a nuestras sabidurías más profundas

Nos conecta con nuestra fuente interior, con
nuestro ser verdadero y con una conciencia
humana más amplia. Cultivamos el silencio de
diversas maneras.



*Déjate llevar por este
silencio, mientras ves
pasar estas imágenes*





Descubre el video
de Ángela

El diálogo generativo con buenas preguntas

¿Para qué hacer “buenas” preguntas?

¿Qué son buenas preguntas?

🌿 Preguntas que abren diferentes perspectivas:

- 🌿 ¿Qué piensan otras personas sobre esta experiencia?
- 🌿 ¿Para quiénes a tu alrededor esto representa un éxito? ¿Y para quiénes podría ser un problema?

🌿 Preguntas que invitan a reflexionar desde un nivel más meta:

- 🌿 Si pudieras darte un mensaje a ti misma cuando tenías 15 años... ¿qué dirías?
- 🌿 Si subes a un helicóptero y te miras desde arriba, ¿qué ves?

🌿 Preguntas que revelan puntos de cambio en procesos o en la vida:

- 🌿 ¿Hubo un momento crucial en tu camino?
- 🌿 ¿Qué fue lo que te hizo reflexionar y cambiar?
- 🌿 ¿Cuáles han sido momentos críticos? ¿Qué te dio fortaleza?

🌿 Preguntas que visibilizan y celebran logros:

- 🌿 ¿Cómo lograste cambiar esto?
- 🌿 ¿Qué has hecho concretamente?

🌿 Preguntas que estimulan el imaginario y crean imágenes de cambio:

- 🌿 ¿Si comparas lo que has logrado con un árbol, qué serían las raíces, el tronco, las hojas?

🌿 Preguntas sorpresivas o existenciales que profundizan la reflexión:

- 🌿 Al llegar al final de tu vida, ¿de qué te arrepentirías de no haber hecho lo suficiente?
- 🌿 ¿Eres lo suficientemente valiente como para dejar atrás prácticas del pasado?





Una diversidad incluyente y poco probable, así como la libertad y la confianza

Poco probable es parte de nuestro “lenguaje Altoparlante” una forma de nombrar esos momentos, diálogos, encuentros que, en lo cotidiano, tal vez no surgirían igual o solo no pasarían, instantes de transformación.

Desde Altoparlante cuidamos amorosamente la diversidad, reconociendo el tesoro que trae consigo cada mirada, historia y forma de estar en el mundo a nuestros espacios y abrazamos a esta como un sin fronteras que nos invita a abrir ideas, a explorar otras posibilidades, y mirar desde otras perspectivas alimentando la inteligencia colectiva como recurso vivo y valioso, dando lugar a la apertura, a la libertad de cada persona y la confianza en el potencial de cada uno creando energía, trayendo sus saberes y sus sentires. Abrimos el espacio con intención y tomamos herramientas para recrearlas y que sea un lugar cómodo, abierto y seguro para poder expandir el potencial de cada persona.

Mirna Lira



Encuentro de transformación social en el Centro Arabá de Romero, El Salvador - 2018

La integración de sombras

En los últimos tiempos nos fuimos reuniendo con el fuerte impulso de hacer comunidad, círculo, tribu, familia. En varias de estas danzas humanas emergen la idea de "integrar la sombra", que más allá de palabras

conceptualizadas por algún ilustrado de salud mental, fueron descubriendo intuitivamente que es todo un camino vital que viene a conectarnos con esa historia ingrata que hace a toda una larga historia humana que se vincula con el miedo y la violencia.

Nuestra historia es la de la fragmentación, fuimos creciendo y repitiendo sucesivas historias de seres rotos, marcados por profundos traumas de todo un sistema cultural marcada por lógica de dominio, de impronta colonialista, de desconocer al diferente, de buscar afuera de uno/una para completarse, toda una historia de la "media naranja".

De repente, nos dimos cuenta que la individualidad implica todo un viaje interior de reconstrucción y de integrar los fragmentos de nuestro ser, de recordar lo que somos y tenemos en nuestra unicidad, los potenciales innatos que nos hace únicos y diferentes, y al mismo tiempo se descubre con el semejante, que el otro o la otra puede ser el espejo de nosotros mismos, que con su llegada nos trae una porción de nosotros mismos que debemos descubrir para profundizar nuestro Ser.

Por éso, aquel mandato "amarás a tu prójimo cuando te ames a ti mismo", amamos lo que hemos conocido, la sombra la debemos conocer para amarla y así integrarla. Somos juntas.

Modesta Arévalo



Pintura, escuela en Cahabon, Guatemala

Nuestra vida se desarrolla entre tensiones, que a veces reconocemos como el efecto de polaridades que experimentamos como opuestos:



**inhalar-exhalar, luz-sombra,
orden-caos, individuo-colectivo,
nacer-morir.**



**Una consciencia sobre
las polaridades**

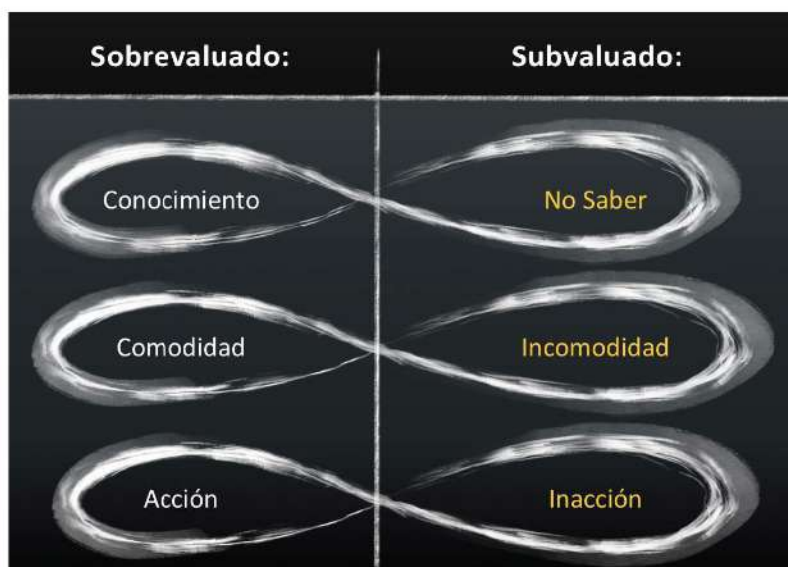
Se desarrolla entre ellas una frecuencia o ritmo vital, que es inherente a todo organismo vivo. Entre esos polos ocurren los cambios. Estas polaridades son naturales, pero muchas veces las negamos en vez de integrarlas como una síntesis. Es parte de una vida auténtica, hacerse consciente de ellas entendidas como un movimiento recíproco que expande nuestras posibilidades. Entonces, la consciencia de la polaridad se vuelve un potencial expansivo. Integrar las tensiones que se generan es parte de la complejidad de la vida y del madurar a través de ellas. En los espacios Altoparlante, intentamos no negarlas, ni sufrirlas, sino hacernos conscientes de que existen, hacernos corresponsables de cómo nos influyen, comprender cuáles son mis polaridades más accesibles y cuáles necesitamos reconocer, para ponerlas al servicio de cocrear nuevas realidades.

Raquel Cancela

**Descubre el video
de Patrick**



**Descubre el video
de Raquel**



Polaridades según Otto Scharmer, Presencing Institute



La reciprocidad creativa

Altoparlante, es un movimiento integrado por personas que se relacionan colaborativamente. Promueven, participan y sostienen espacios participativos de creación colectiva donde opera el principio de reciprocidad. En base a nuestra disponibilidad, nuestros dones y entusiasmo, todos damos y recibimos. Somos un colectivo que abraza la diversidad cultural, generacional, étnica y social. Esa conformación diversa donde no somos todos iguales, aporta a la construcción recíproca desde un mismo propósito: generar acciones que dignifican nuestra humanidad.



Reconozco a la reciprocidad como una cualidad Altoparlante porque se integra como un ritmo de relación y compensación, nos interesa dar y recibir, sentirnos merecedores de tomar y pedir, tanto como de proponer y ofrecer. Nos empuja a echar luz y trabajar la sombra que trae el ejercicio del poder en base a las "diferencias". Nos iguala la capacidad de sostener conversaciones, espacios y actividades desde la escucha profunda que nos invita a contribuir de forma auténtica donde sentimos la necesidad de hacer foco equilibrando nuestros recursos y aportes.

Raquel Cancela



Parte 2 • En una tierra integral...

En los diferentes espacios de encuentro y cocreación, cultivamos estas cualidades en “una tierra integral”. Pensar de manera integral es importante para no desatender ninguna dimensión de la vida y la convivencia humana. Necesitamos, tanto trabajar y transformar la condición interior, individual y colectiva (las dimensiones comunitarias y sociales, las que no se ven) como desarrollar nuevas capacidades visibles y prácticas, que nos permitan afrontar creativamente las múltiples crisis que están afectando a la tierra y los territorios.

INTERIOR

EXTERIOR

I
N
D
I
V
I
D
U
A
L

El cuadrante 1 explora el mundo de las ideas, de los pensamientos, de los sentimientos personales.

Posibles preguntas:

- ¿Qué se movió en mi interior?
- ¿Qué sentí, qué ideas inspiradoras, que aprendizajes tuve?

El cuadrante 2 quiere indagar sobre las acciones, sobre las conversaciones, sobre las prácticas que te inspiran personalmente.

Posibles preguntas:

- ¿Qué prácticas me inspiraron durante y después del encuentro?
- ¿Cómo las relaciono con mi vida, trabajo, territorio y proyectos?

C
O
L
E
C
T
I
V
O

El cuadrante 3 profundiza sobre la energía colectiva, sobre las semillas de valor que surgieron en ese encuentro colectivamente y cuál fue la visión de futuro que nació allí.

Posibles preguntas:

- ¿Cómo fue la energía colectiva?
- ¿Qué semillas de valor sembramos?
- ¿Qué visión de futuro nació allí?

El cuadrante 4 quiere saber qué pasó después del encuentro, qué pudimos hacer colectivamente, qué ideas proyectos, cosechamos.

Posibles preguntas:

- ¿Qué ideas proyectos cosechamos?
- ¿Qué se mueve en la acción colectiva?

Diagrama basado en el mapa integral de Ken Wilber

INTERIOR

EXTERIOR

I
N
D
I
V
I
D
U
A
L

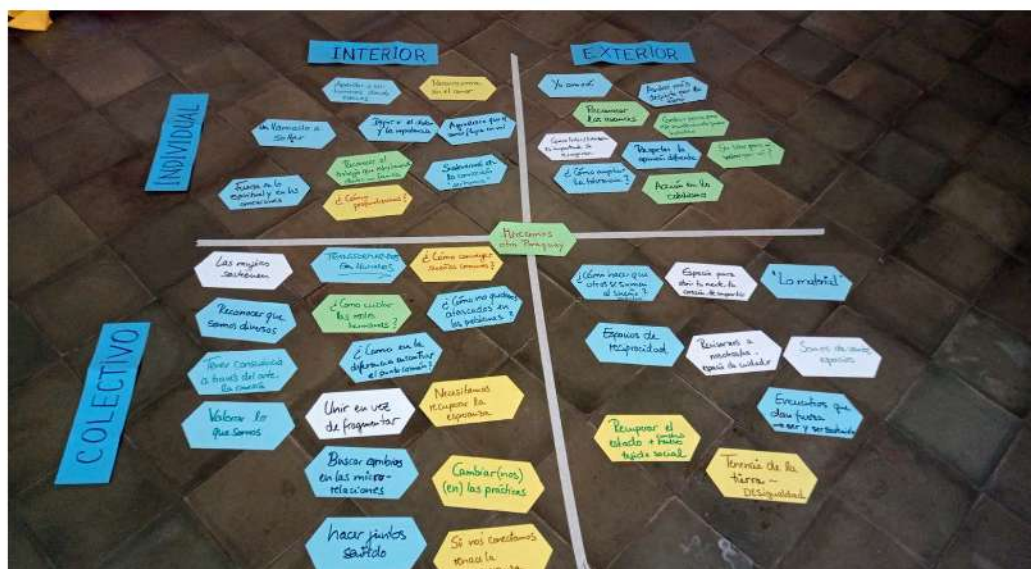
- La energía volvió a fluir por mi cuerpo, por mi mente y movió los verdaderos deseos que guardaba en mi corazón y me recordé mi propósito en la vida.
- Me conmovieron las historias que compartimos sobre todo las experiencias que están marcadas por mucho dolor.
- La energía joven es una fuerza que nos recrea.

- Me inspiran a hacer conciencia de la energía joven en el mundo actual.
- Fue importante observar desde las calles, caminar con el otro desde lo simple y cotidiano.
- Se activaron conversaciones desde los territorios y desde el trabajo local de las personas que están habitando ese espacio. Para mí es algo político.
- Estar más activo en incluir a todos, y sobre todo a las mujeres y a la gente que no tiene voz, en el trabajo como jurista que estoy haciendo.

C
O
L
E
C
T
I
V
O

- Creamos un campo amoroso, que permitió la escucha profunda, la compasión y la comprensión de las diferencias.
- Sembramos la semilla de la colectividad, de la unidad y el deseo de generar acciones transformadoras. Desde ahí empezamos (o empecé) a plantearnos la pregunta: ¿Cómo es el futuro que quiero habitar?
- La juventud no tiene miedo a soñar, a construir, a creer.
- Sembramos ver la luz y no solo la sombra, danzar en libertad desde lo corporal, que es válido soñar y celebrar

- Luego de varias charlas se pudo empezar a concretizar el proyecto “Youth4Hope” que actualmente ya está formulado y fue presentado a una convocatoria para conseguir recursos y hacerlo realidad.
- Se activaron conversaciones con otras colectivas, abriendo puertas, generando caminos y cultivando amistad.
- Alimentamos un prototipo de conversaciones, para documentar, compartir y activar experiencias que enlacen, América Latina y Europa.



Parte 3 • ¿Como cuidar lo sembrado y así crear abundancia?

CUIDAR es una actitud de permanencia y persistencia. Cuidar lo sembrado en los espacios Altoparlante significa facilitar procesos de aprendizaje y crecimiento, tanto individuales como colectivos, a lo largo del tiempo.

En Altoparlante queremos experimentar las transformaciones que queremos ver en el mundo. Para ello, necesitamos **SER** y **SENTIR** estas **TRANSFORMACIONES** también.

Para cuidar los espacios mencionados, de manera individual y colaborativa, precisamos entonces:

✦ **Ser persona puente.** Como persona puente, ves las conexiones e interfaces entre temas y personas. Tejes constantemente nudos e hilos entre quienes percibes un vínculo. Creas relaciones con “cualidades Altoparlante”.

✦ **Crear círculos abiertos.** En el logotipo de Altoparlante vemos círculos abiertos u ondas que se expanden. En los espacios Altoparlante, invitamos constantemente a nuevas personas para no ser siempre los mismos y evitar girar sólo alrededor nuestro como un círculo cerrado. Nos abrimos a nuevas perspectivas.



✦ Si eres la persona que facilita los espacios, necesitas **ser anfitrión·a**, especialmente al inicio de cada espacio, encuentro o sesión. Das la bienvenida, incluyes de manera consciente, mencionas el tema y el hilo conductor, tejes relaciones...





Taller Altoparlante en el mARTadero, Cochabamba (Bolivia) - abril 2018

- ✦ Invitas al estado emocional de cada persona presente, creando así un ambiente de **contención emocional**. De este modo puede emerger la conexión entre mente, corazón y voluntad, tanto de cada persona como del grupo en su conjunto. Y así surgen nuevas ideas, enfoques y soluciones sobre cómo mirar nuestras crisis locales-globales. Convidas a **múltiples perspectivas** de las diferentes personas, tanto cognitivas como intuitivas. Esto implica también la **dimensión espiritual**, el sentido de la vida.
- ✦ Cuidas una **intención consciente** durante el diálogo sostenido, prestando atención al foco que está por emerger. Asumes la responsabilidad de mantener el hilo rojo “en U”, para profundizar y avanzar.
- ✦ **Dejar espacio** también para el humor, el juego y la sorpresa, creando un ambiente de **bienestar y una energía joven**.
- ✦ Lo que nos une en los espacios Altoparlante es **la acción** concreta a favor de un mundo más justo, de paz y de bienestar para todos los seres de la Tierra. Por lo tanto, prototipamos juntas y juntos **nuevas formas de colaboración** con “cualidades Altoparlante”. Estas acciones, iniciativas o prototipos las plasmamos luego en algo **visual** que se pueda compartir.
- ✦ Estamos convencidos de que solo de esta manera pueden emerger futuros potenciales diferentes, con paz, justicia social y cuidado hacia todos los seres vivos... experimentándolos. Como cuidador o cuidadora de un espacio Altoparlante, invitas conscientemente a **cocrear** nuevos futuros con acciones que encarnan **cualidades Altoparlante** concretas a nivel local. Velas por la visibilización de estas acciones.

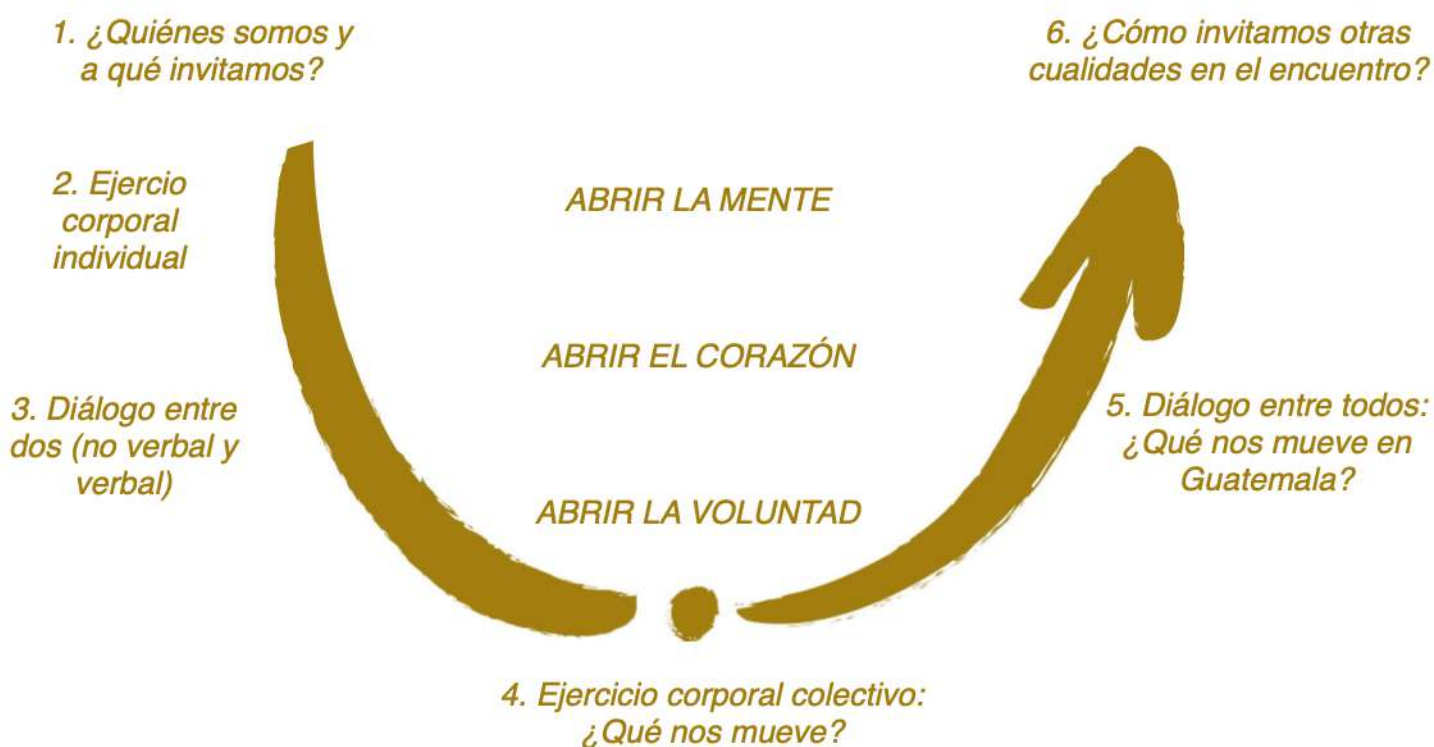
Cocreación de procesos y encuentros vivenciales

En los espacios Altoparlante diseñamos cualquier proceso, encuentro o espacio “en U”, queriendo cultivar de esta manera “un nuevo suelo social” (Otto Scharmer). La práctica clave es el “presenciar” o sea, actuar desde una conciencia profunda, no desde reacciones automáticas del pasado. Para ello, hay que estar plenamente presente y receptivo al futuro emergente.

La teoría U describe un proceso de transformación profunda basada en la conciencia, dividido en cinco fases:

1. **Co-iniciar:** Crear una intención común; escuchar profundamente: ¿qué quiere emerger?
2. **Co-sentir:** Observar y sentir la realidad tal como es, sin juicios y sumergirse en el contexto real. Dejar ir patrones del pasado.
3. **Presenciar:** Escuchar desde la fuente, abrirse al potencial más profundo conectándose a la vez con el futuro emergente desde el silencio interior.
4. **Co-crear:** Dejar venir lo nuevo. Prototipar soluciones nuevas en colaboración con otros y otras. Experimentar de manera práctica e iterativa.
5. **Co-evolucionar:** Aprender continuamente y adaptarse en conjunto. Integrar y escalar lo nuevo en sistemas más amplios.

El siguiente dibujo es un ejemplo de cómo armamos juntos la agenda "en U", en este caso de un espacio previo al encuentro de "Sabiduría corporal y cambio social" en Guatemala en enero 2025:



Conexión con los territorios

Solemos cocrear “Viajes de inmersión en realidades y territorios locales” para posibilitar transformaciones sociales desde el futuro que ya está emergiendo en las comunidades y los barrios.

Aquí presentamos una serie de fotos de encuentros con iniciativas locales, personas que viven realidades diversas, transformando sus territorios.



Compartimos con una comunidad indígena a través de su grito por la tierra (Paraguay)



Intercambiamos saberes y experiencias en un huerto colectivo en Molenbeek, Bélgica



Sentimos la naturaleza en el norte de Guatemala con Afopadi



Aprendimos de los chicos que hacen Capoeira en Manaus con Arte e Revelação que dibujan el mundo que quieren vivir

Parte 4 • Hacia una gestión colectiva

¿Y cómo funciona todo eso en la práctica?

¿Cómo se plasman las cualidades en acciones concretas y en nuestra manera de funcionar?

Desde el paradigma que hemos desarrollado en las páginas precedentes, experimentamos cada espacio, iniciativa o encuentro como una oportunidad de presenciar el futuro que está emergiendo a través de nosotros. Y esto se refleja en nuestra forma de relacionarnos en la cotidianidad, al tiempo que estamos creando un nuevo futuro, más igualitario, consciente y participativo.

Entendemos la gestión colectiva como un compromiso de participación que nos permite, en un ambiente de confianza y cuidado, manifestar lo que sentimos, necesitamos y lo que estamos dispuestas/os a liderar. En Altoparlante la gestión es un ejercicio de liderazgo colectivo. Y el camino se hace al andar, experimentando, buscando y afirmando, poco a poco y cada vez más, lo que creemos que es fundamental.

Encontrarnos en un café mundial

Virtual y presencial, Altoparlante es “un gran café muy acogedor, muy internacional, con varias mesas; puedes escoger una, un tema para conversar; y te llevas mucha inspiración a partir del compartir otras experiencias”.

Hablamos de cosas simples. Pero siempre buscamos referirnos a la transformación social en diferentes contextos. Otro mundo es posible.

Solemos abrir el café Altoparlante, cita virtual del último viernes del mes, donde aparecen quienes sienten el llamado. Tomando café, **dialogamos entre personas** de países muy diferentes, a veces sin nada planificado o desde un tema propuesto por una persona. También hay cafés en los cuales escuchamos a quien necesita **compartir dificultades o dudas**, también rabia, a partir de lo que está sucediendo en su contexto.

Juntas·os, **cuidamos las relaciones humanas**, a través de momentos que conectan **livianidad y profundidad**. Y al final, nunca salimos del café igual a cuando llegamos. Los tiempos de pandemia nos ayudaron a valorar los espacios del café, pero también sentimos mucha **necesidad de re-encontrarnos en forma presencial**.



Y seguimos provocando otros **encuentros virtuales y presenciales** para:

- ✿ cultivar estas cualidades
- ✿ seguir transformándonos y transformando nuestros entornos
- ✿ abrir el espacio a nuevas personas (círculos abiertos).

Organizar mesas y espacios desde nuestros sentipensares



Página www.altoparlante.org

En este café mundial, valoramos **el liderazgo**

desde las competencias de cada una/o,

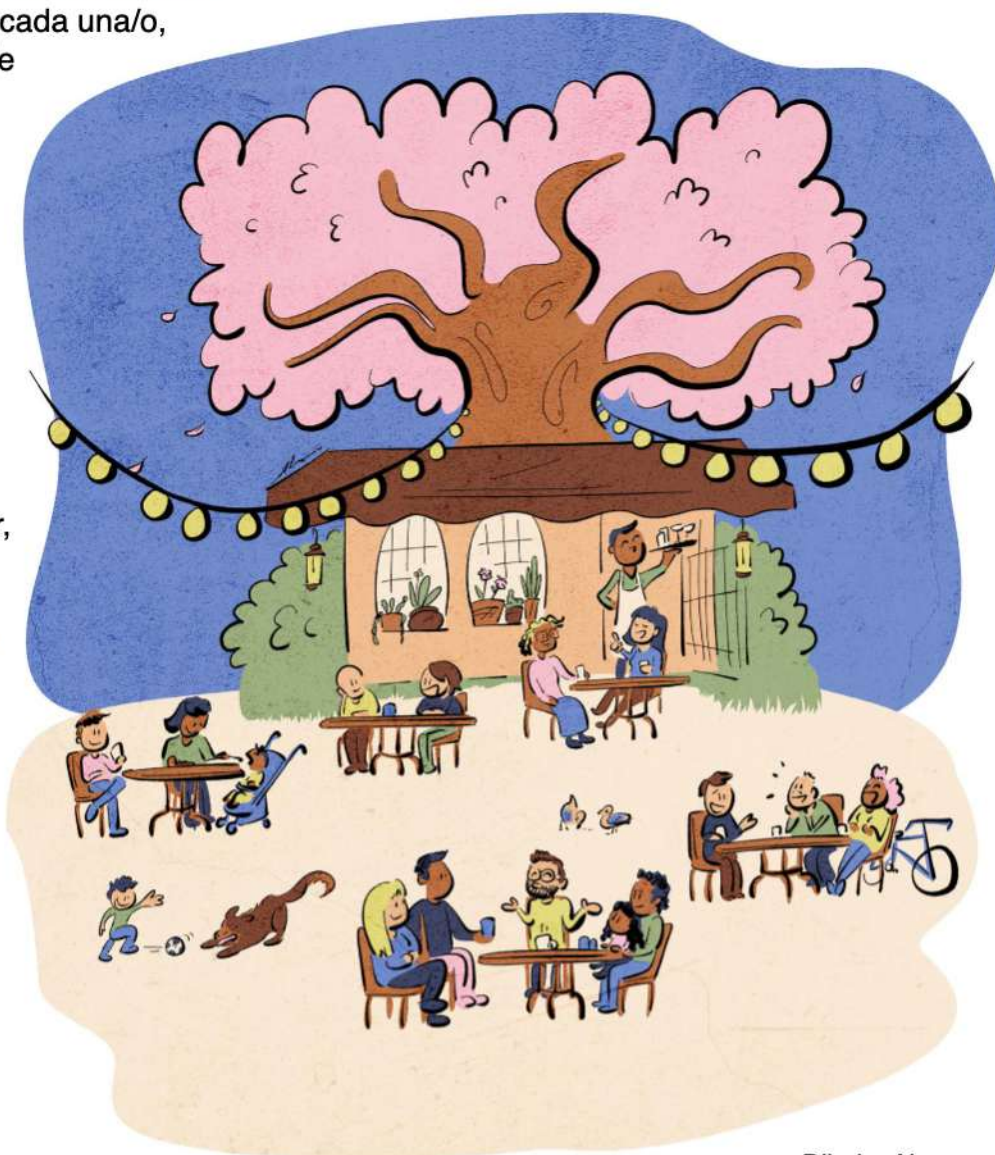
y no desde el poder. Partimos de

la intuición con intención

de cada participante: nuestra intuición profunda que abre la atención que lleva a la transformación. Y en esta dinámica, fueron apareciendo mesas y espacios en el café. Algunas convocaron a muchas/os y fueron más dinámicas, otras con momentos intensos. También hay iniciativas que ocupan un espacio sin necesitar, todavía, una mesa.

“Lo que nos mueve, es generar y hacer circular las energías de transformación, es alto-voltaje.”

Esta **construcción muy orgánica** desde las personas, se extiende también a la gestión de los recursos económicos que cubren la participación de facilitadoras/es y la realización de actividades.



Dibujo: Alex

Cuestionar nuestras certidumbres

El camino de una gestión colectiva es largo, demanda muchas conversaciones y especialmente un trabajo reflexivo y cuestionador de los patrones y creencias que nos atraviesan, a veces de forma inconsciente. Somos seres humanos parte de una historia y contexto específicos. Venimos de historias diferentes y decidir co-crear. Altoparlante es, también, **optar por reconocer nuestras diferencias y las tensiones** que se pueden generar.



Escucha el testimonio de Tita

Y surgió la necesidad de pensar la gestión de recursos de forma colectiva, de manera que, las intenciones en las diferentes mesas y espacios fueran contempladas y reconocidas (organización de encuentros, creación de contenido, circulación de información, tiempo dedicado a las actividades, entre otras).

Comenzamos a **cuestionar nuestra relación con el dinero** y cómo incide que, desde el inicio, este proyecto tenga financiamiento de la cooperación internacional y esté gestionado por una organización europea. Prestar atención a este tema y sus polaridades, nos permitió reconocer algunos patrones relacionados al ejercicio del poder, a la desigualdad, al colonialismo y a muchas heridas y bloqueos que están instalados en un trauma colectivo, pero también fue una oportunidad para vincularnos con la coherencia y la co creación de abundancia.

Y así fuimos generando acuerdos y llegamos a la idea de una **olla común**, que se asocia con el fuego encendido, con el alimento que nos reúne y que invita a servirse. Cada persona se aproxima, dice lo que necesita y lo que puede aportar como ingrediente, para que cocinemos juntas/os y participemos de la gestión colectiva.

De la misma manera, el fútbol 3 y su dinámica, nos guía en los encuentros y en las reflexiones colectivas para:

- 1. Empezar **definiendo nuevos acuerdos** antes de ir a la cancha
- 2. lanzarnos, facilitando espacios y dinámicas **desde otra mirada**
- 3. analizar y aprender del partido, generando poco a poco una **nueva narrativa**



“Altoparlante es sistémico: cada uno cumple un rol, algo de manera personal y también de manera colectiva... Es algo que nos mueve... Tal vez necesitamos reconocerlo mejor y visibilizarlo más.”

Y tú, ¿qué cualidades estás cultivando y experimentando?

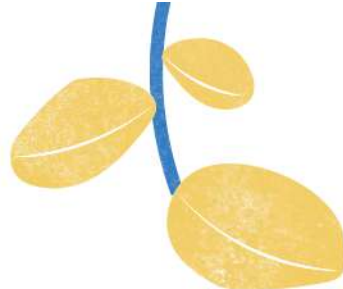
Te invitamos a seguir cocreando esta documentación, colocando aquí otras cualidades que te parezcan importantes para construir junt@s el mundo en el que queremos habitar. Puedes mandarnos un audio, un video, algo escrito a través de espacios.altoparlante@gmail.com



Que la tuya sea también otra gota de agua fresca para este otro mundo que ya está emergiendo.



ANEXO: ¿De donde nos inspiramos?



La Teoría U

“Dejar ir lo viejo y dejar venir lo nuevo: ese es el movimiento central de la Teoría U.” Otto Scharmer

Como ya mencionamos la Teoría U, desarrollada por Otto Scharmer (MIT), es un modelo de transformación personal, organizacional y social que busca aprender a liderar desde el futuro emergente, no solo reaccionar desde el pasado.

Niveles de escucha, según la teoría U

“El futuro más elevado no se predice, se presiente y se encarna.” Otto Scharmer

Nivel	Tipo de escucha	Actitud	Descripción	Resultado principal
1	Descargando («Downloading»)	Mente cerrada	Escuchamos solo lo que confirma lo que ya sabemos; filtramos lo nuevo.	Repetimos el pasado, no hay aprendizaje.
2	Factual («Hechos»)	Mente abierta	Escuchamos hechos y datos nuevos que pueden desafiar nuestras creencias.	Aprendizaje basado en evidencia; ampliación del conocimiento.
3	Empática	Corazón abierto	Nos conectamos emocionalmente con el otro; comprendemos desde su perspectiva.	Mayor conexión y comprensión humana.
4	Generativa	Voluntad abierta	Escuchamos desde el futuro que quiere emerger; co-creamos algo nuevo.	Innovación, transformación y cambio profundo.

Principios centrales de la teoría U

- ✿ No puedes cambiar un sistema a menos que cambies el modo de atención con el que lo percibes.
“El éxito de una intervención depende del estado interior del interventor.” Otto Scharmer
- ✿ El liderazgo del futuro no trata de imponer, sino de facilitar el surgimiento de lo nuevo.
“No podemos transformar el mundo desde el mismo nivel de conciencia que creó los problemas.” Otto Scharmer
- ✿ Para innovar verdaderamente, debemos dejar ir lo que ya no sirve y dejar venir lo que quiere emerger.
“El liderazgo consiste en facilitar la apertura: de la mente, del corazón y de la voluntad.” Otto Scharmer

Esta articulación de mente, corazón y voluntad, se integra a todos los espacios Altoparlante.

El enfoque integral

El modelo integral, basado en los aportes de Ken Wilber, nos brinda un metamarco conceptual y práctico, que permite abrazar todas las dimensiones humanas y reconocer en ellas nuestros potenciales y limitaciones. Nos permite mapear y reconocer nuestros niveles de consciencia (individual y colectiva) sus diferentes estados y trabajar nuestras sombras. Se trata del Modelo AQAL (all quadrants, all levels - todos los cuadrantes, todos los niveles) que se diagrama en forma simple, pero puede representar cualquier condición o experiencia humana.

1. Los Cuatro Cuadrantes (Modelo AQAL)

Un componente fundamental del diagrama integral son las cuatro dimensiones que se entrecruzan: interior, exterior, individual y colectiva. Toda experiencia puede observarse y desplegarse en esas cuatro dimensiones.

2. Niveles de Desarrollo (Dinámica en espiral / niveles de consciencia)

En cada dimensión podemos reconocer aspectos específicos a considerar, capacidades o inteligencias, que hemos desarrollado o no, por ejemplo la línea cognitiva o emocional, la comunicacional o la relacional. El desarrollo humano no es uniforme, una persona puede tener grandes avances cognitivos y sin embargo, tener inmadurez emocional. Wilber identifica múltiples líneas de desarrollo (cognitiva, psicosexual, emocional, interpersonal, moral) que además de reconocerlas, podemos observar su nivel de evolución.

3. Líneas de Desarrollo

Cada línea o habilidad se despliega en una dinámica evolutiva que, en la medida que avanza, va logrando una visión más amplia e integradora. Esta dinámica espiral, basada en los estudios de Clare Graves y Don Beck, identifica diferentes niveles de consciencia, visiones del mundo o paradigmas, que son representados por colores.

Color	Nombre común	Visión del mundo / Valores clave
Beige	Sobrevivencia básica	Instinto, necesidades físicas, lucha por la vida
Magenta	Tribal / Mágico	Misticismo, protección grupal, rituales, tradición
Rojo	Egocéntrico / Poder	Fuerza, poder personal, impulso, dominación
Ambar (o azul)	Absolutista / Tradición	Orden, reglas, religión, disciplina, propósito moral
Naranja	Científico / Moderno	Logro personal, ciencia, competencia, éxito material
Verde	Igualitario / Posmoderno	Relativismo, empatía, comunidad, inclusión, paz
Teal o esmeralda	Integral / Sistémico	Sistemas complejos, integración, flexibilidad, fluidez
Turquesa	Holístico / Globa	Conciencia planetaria, espiritualidad colectiva, unidad

Cada nivel responde a desafíos específicos del entorno. Los niveles no son “mejores o peores” sino más complejos e inclusivos. Las personas, culturas o instituciones pueden habitar varios niveles al mismo tiempo. Cada etapa trasciende e incluye a la anterior, este es un principio clave del enfoque integral.

4. Estados de consciencia

Los estados temporales de consciencia nos permiten acceder a diferentes experiencias y canales de aprendizaje, tales como la vigilia, sutil -onírico, causal - sin forma, estados meditativos o místicos. Estos estados pueden experimentarse por cualquier persona, en cualquier nivel del desarrollo y pueden contribuir a un despertar espiritual si se mantiene una práctica sostenida. Sin embargo, a la experiencia de los “estadios o niveles” se accede secuencialmente y con su tiempo de maduración. El objetivo del trabajo de Wilber es promover una consciencia integral que incorpore todos estos componentes y sus diversas perspectivas: subjetiva, objetiva, intersubjetiva y sistémica.

Dragon Dreaming

Dragon Dreaming es un modelo basado en la sabiduría de los sistemas vivos que integra saberes ancestrales, la ecología profunda y el pensamiento sistémico. Es una metodología desarrollada por John Croft y Vivienne Elanta para diseñar y desarrollar proyectos colaborativos que cultiva la cultura del triple ganar: desarrollo personal, la creación de comunidad y el servicio a la regeneración de la Vida.

El modelo se despliega en un diagrama que representa en forma fractal el crecimiento de todo sistema vivo e integra cuatro fases o momentos: el sueño, la planificación, la acción y la celebración.

- ✿ **1. Soñar:** Escucha profunda de los sueños individuales que alimentan el sueño colectivo. Es un ejercicio de escucha profunda de lo quiere emerger desde el interior de cada participante para construir una inspiración colectiva. “Un proyecto sin sueño no tiene alma”.
- ✿ **2. Planificar:** Esta fase ordena y proyecta aquello que se quiere crear, traduce el sueño en acciones. Es un plan vivo, como una “tela de araña” flexible y visual (traduce la visión en caminos a recorrer y tareas a cumplir) Es un ejercicio que motiva y desafía el ejercitar la verdadera colaboración. Esta fase se completa con el compromiso que da lugar a la ejecución.
- ✿ **3. Actuar:** Llevar el proyecto a la realidad, hacerlo posible. Se fomenta a autoorganización y la corresponsabilidad en diferentes roles. Se ejercita la presencia y las acciones conscientes. Se hace lugar al silencio y se trabaja los bloqueos (dragones).
- ✿ **4. Celebrar:** Es el reconocimiento, la evaluación, la cosecha compartida, el aprendizaje que abre otro nivel de discernimiento. La celebración fortalece la comunidad, el sentido de gratitud y renueva el entusiasmo. La celebración no es un lujo, es parte esencial del proceso, lo que permite la renovación de la experiencia enriquecida.

Todo proyecto verdaderamente sostenible debe atender estas tres dimensiones:

- 🌿 **1.** Crecimiento personal (transformación interior, conciencia, aprendizaje)
- 🌿 **2.** Fortalecimiento de la comunidad (relaciones auténticas, trabajo en equipo, cooperación)
- 🌿 **3.** Servicio a la Tierra (atender el desarrollo de la vida que nos habita y de nuestro entorno, respetar a la Naturaleza, regenerar los sistemas vivos)

Dragon Dreaming promueve el liderazgo participativo, la comunicación carismática y la escucha profunda. Invita a integrar el pensamiento estratégico y creativo (mente), hacer lugar a las emociones, la transformación que nace de los vínculos (corazón) y la materialización de los sueños (acciones). Se define como “amor incondicional en acción”.

Fútbol 3

El fútbol 3 o fútbol callejero es una modalidad de fútbol con un enfoque social, educativo y comunitario, que utiliza el deporte como herramienta para promover valores como el diálogo, el respeto y la cooperación.

Características principales:

🌿 1. Se juega en tres tiempos (de ahí el nombre “fútbol 3”)

- 🌿 Primer tiempo: diálogo previo entre los equipos. Se definen acuerdos de convivencia (por ejemplo: no gritar, alegrarse cuando el otro equipo mete un gol, incluir a todos en el partido).
- 🌿 Segundo tiempo: el partido en sí. Se juega sin árbitro, pero hay facilitadores que observan si se cumplen los acuerdos, sin intervenir.
- 🌿 Tercer tiempo: reflexión conjunta. Los equipos, con las observaciones de los facilitadores, evalúan cómo se cumplieron los acuerdos definidos inicialmente y asignan puntos por respeto, compañerismo y juego limpio.

🌿 2. No hay árbitro

Los propios jugadores y facilitadores se encargan de resolver conflictos mediante el diálogo.

🌿 3. Importan tanto los goles como los valores. La puntuación final depende de:

- 🌿 los goles,
- 🌿 el cumplimiento de los acuerdos,
- 🌿 el comportamiento respetuoso durante el juego.

🌿 4. Busca inclusión y comunitarismo

Suele practicarse con equipos mixtos (género y edades), y busca integrar a personas de distintos contextos.

En los espacios Altoparlante aplicamos estos tres tiempos a nuestros contextos de planificación, diálogo y evaluación también. Lo vemos como una herramienta social muy útil para pensar "fuera de la caja", actuando con acuerdos y normas sociales nuevas y diferentes.

