

**Posibilidades de creación y mutabilidad de la vida: Reseña del seminario de posgrado *Cuerpo, arte y naturaleza en la formación del profesorado a cargo de la Dra. Adrienne Ogêda Guedes*<sup>1</sup>**

Julieta Paladino Ottonelli<sup>2</sup>

Con mi cuerpo atravesada de contracturas, emociones y sentires contradictorios, profundizando mi respiración, alineando espalda y mente, me dispongo a compartir mi experiencia en el seminario *Cuerpo, arte y naturaleza en la formación del profesorado* que la Adrienne Ogêda Guedes brindó el pasado mes de mayo en la ciudad de Mar del Plata. Se vuelve inevitable referirme a este encuentro sin hacer mención a mi propio transitar dentro de instituciones educativas como alumna y como docente. Así como la enorme contradicción que aún persiste en estos espacios, donde hasta las carreras de formación artística poseen un exceso de contenido teórico y un mínimo de práctica, y una total omisión de la corporalidad. Pasamos años y años de encierro y sedentarismo, sin llevar al cuerpo la mutabilidad del arte y la vida lejos de nuestra naturaleza libre. Bien distinta es la propuesta pedagógica de Adrienne, para quien el punto de partida es justamente este cuerpo que nos mueve: ¿Cómo puede el adulto acercarse a las infancias si tiene poca relación con su propio cuerpo?

Habitualmente, se nos enseña a aprender sin cuerpo, a posturas antinaturales, a rutinas de oficina y adoctrinamientos. En esta sociedad capitalista donde “el tiempo es dinero” poco importan las necesidades individuales: hay que producir, ser eficientes, ser una pieza obediente del engranaje del sistema. Por el contrario, esta mirada nos invita a tomar posesión del propio cuerpo para el encuentro, la alegría, el juego, a sintonizarnos con una temporalidad flexible y natural. Concibiendo el arte como creación, como necesidad intrínseca del ser humano, infinitas posibilidades. Se trata de una invitación a recuperar aquellas conexiones que existían ancestralmente entre las personas y el tiempo de la naturaleza, cuando vivíamos en sintonía con los ciclos de las estaciones y las lunas.

La naturaleza estuvo muy presente a lo largo del seminario, aunque estuviéramos adentro por el frío del invierno. En esta realidad donde todo es medido, hasta los milímetros de la lluvia, un mundo de líneas rectas, relojes, métrica y técnica, carrocería con ángulos rectos y estandarizados el calor de los cuerpos nos devuelve a la naturaleza orgánica y multiforme. Así como hay momentos de calor y de ir hacia afuera, el frío y la ronda nos invitaron a la mirada interna, a ahondar las profundidades de nuestros sentires.

Releyendo los apuntes del seminario y parafraseando a Regina Leite García, cabe preguntarnos ¿quién es el habitante de mi cuerpo? Un cuerpo formado por humores, órganos, afectos, memoria, emociones, inteligencia. Un cuerpo en constante construcción... que no siempre fue así y que cada día nos emite diferentes señales en la respiración, en las articulaciones, en el tono muscular, en su armonía constitutiva. El cuerpo lleva una historia. Mi historia por las instituciones hoy se aloja en mis caderas redondas y acolchonadas, en mis piernas pesadas, en mi abdomen pálido y mullido, en los dolores de mi cintura, en mis cervicales replegadas por pantallas y libros, en mis ojos cansados que tantas veces se nublan, en mi mandíbula bruxante.

Con base en la educación somática, aquí se nos propone un trabajo corporal que movilice la conciencia del mismo. Una invitación a actividades de “propiocepción”, a la percepción consciente, entendiendo que la relación entre cuerpo y mente es inseparable, siendo dos aspectos correlativos de la persona o soma. ¿Y cómo definir soma? Según palabras de Thomas Hanna “un soma no es un cuerpo y no es una mente; es el proceso vital. (...) Indica tanto las funciones mentales como psicológicas, ambas como funciones del cuerpo: cuerpo como un único proceso, un proceso llamado soma.” (Gonzalez y Guasone, 2014). Por consiguiente, la educación somática es una educación para la independencia, que nos invita a encontrarnos, a reconocernos, a llevar la mirada hacia adentro. Pues, el cuerpo no es un apéndice: soy el cuerpo.

Otra de las grandes influencias de Adrienne es la “antigimnasia” de Therese Bertherath y las practicas que propone para deconstruir la relación mecanizada con el cuerpo, incorporando además la palabra y el contacto con los demás, destacando la influencia que ejercen sobre la corporeidad. El cuerpo tiene sus razones, nos da información todo el tiempo, pero no siempre lo escuchamos y percibimos. Cuando movilizamos la memoria aparecen nuestras experiencias personales, culturales de interacción con otras personas. Pues existe una conexión estrecha entre nuestra corporeidad y el modo en el que nos desarrollamos y crecemos. Habitamos cuerpos del dolor, cuerpos sintientes, llenos de memorias musculares, óseas, celulares. El registro de cada rincón y de nuestros movimientos y sensaciones, reconociéndonos, auto observándonos nos abre horizontes nuevos del sentir y expande nuestros saberes. Las preguntas sobre nuestros sentires asumen un rol fundamental en los encuentros de Adrienne: ¿cómo llegué hoy? ¿qué traje? ¿cómo me voy? ¿Cómo se siente el cuerpo después de todo lo que se movió el primer día? ¿Cómo me siento hoy? ¿Qué imágenes nos trae el cuerpo y el movimiento? ¿Qué recuerdos? ¿De qué manera me conecto con los deseos de mi cuerpo? ¿Cómo percibe mi cuerpo su entorno?

En la cultura occidental tiene un lugar predominante la afirmación “pienso luego existo”. Una sociedad basada en la exacerbación de la racionalidad que desconoce su cuerpo, lo reprime y esconde, así como se reprimen nuestras emociones. Por el contrario, las actividades de percepción de nuestros sentidos son corporales, el cuerpo percibe el mundo mucho antes de que nuestra racionalidad pueda comprenderlo. Es así que la experiencia abre las puertas al conocimiento y nos permite pensar nuestro cuerpo como objeto de conocimiento. Me tomo un descanso de la escritura. Desde hace algunos años practico C.I. (Contact Improvisación) y hoy hay Jam en el medio del bosque, cerca del mar. En el suelo me reencuentro con rincones de mi cuerpo entumecidos, dolores encapsulados. Suelto todo, intenciono dejar fuera de esta sala mi vida personal y encontrar nuevos motores que me muevan de formas no habituales. No puedo evitar pensar en esta reseña y en la necesidad de pausar para escribir, ir a la danza para renovar la palabra. Que la experiencia corporal use la mente como canal. Ahora me lleno de roces y caricias, del cuidado del contacto cercano y el peso de las cuerpoas. Mi memoria evoca.

Justamente el trabajo de la Dra. Adrienne Ogêda Guedes (UNIRIO, Brasil) parte de su propia experiencia práctica. Conformando el grupo de investigación de la UNIRIO que surgió a partir del curso de extensión “Arte cuerpo y naturaleza”, dentro de la formación pedagógica para la

Educación Infantil, cuyo objetivo desde un comienzo fue el de aprender haciendo, para que fluya la experiencia. Ante la necesidad de evocar una educación sensible, la educación de los sentidos surge como una forma de hacer el amor con el mundo a partir de nuestra percepción de este. Comprendiendo que nuestras emociones generan nuestra inteligencia y no al revés.

Cada cuerpo es un universo atravesado por cantidad de experiencias diferentes, habla un lenguaje diferente y tiene registros propios. Es un desafío para el lenguaje poner palabras, resemantizar para expresar las impresiones que no acostumbramos decir. De ahí la necesidad de experimentar nuevas formas de narrar, reinventando nuestras memorias, y creando escritos más sensibles que, a partir de nuestros relatos, refuerzan nuestra identidad de grupo. Las expresiones y los lenguajes del arte confluyen para la libre expresión: dibujamos, ponemos en sonidos nuestros sentires, danzamos, conectamos con quienes nos rodean, salimos a la naturaleza, la reconocemos desde nuevas miradas y con nuevo andar.

Se desarma la espacialidad y nos reencontramos en círculo. ¿cuál es la importancia de ubicarnos en círculo? Desde hace muchos siglos la ronda permite el intercambio de conocimiento, posee una fuerza silenciosa que integra, une, aproxima... dando voz a todos, permite ser escuchados, observados, tocados. En el silencio, el reencuentro de las miradas dice aquello que el verbo no puede nombrar: en ese espacio íntimo de escucha y confianza está el corazón de la educación.

Este seminario fue sin dudas la apertura a nuevas ventanas de sensaciones, donde nuestra corporalidad viene resignificada y se manifiesta como memoria viva, fuente de saberes y de conocimientos, espacio de juegos. “Caminante no hay camino, se hace camino al andar” decía la canción, nuestra experiencia nos va guiando y existen tantas posibles caminos y direcciones como caminantes. Se abre el juego a las posibilidades, ¡a crear!

Para finalizar, les comparto los colores y el vuelo de Adrienne en la única toma que tengo de aquellos días. Toda la experiencia de su seminario fue una expansión sensorial, desde su andar danzante, su vestir y todas las prácticas que vivenciamos. ¡Es una invitación a gozar en cada presente de nuestros cuerpos y sentidos!



### Referencias bibliográficas

Gonzalez, G. y Guasone, V. (2014). La educación somática: cuerpo/ mente/ sentirse/ integrarse. *El peldaño*, núm.12. Disponible en:  
<http://www.ojs.arte.unicen.edu.ar/index.php/elpeldano/article/view/224/187>

---

<sup>1</sup> El seminario de posgrado fue desarrollado en la Facultad de Humanidades de la Universidad Nacional de Mar del Plata, los días 2 y 3 de mayo de 2022 y contó con el Dr. Francisco Ramallo como docente colaborador.

<sup>2</sup> Doctoranda en Ciencias Sociales por la Universidad Nacional de Mar del Plata, Profesora en Italiano UNMdP, Profesora en Música Popular (Canto – Jazz) IPA, miembro del Grupo de Extensión Pedagógica. Instructora de Nada Yoga, Doula, Realizadora y productora audiovisual, performer, artista ambiental y divulgadora en Ecosdmar.  
[paladinojulieta@gmail.com](mailto:paladinojulieta@gmail.com)