



**La danza de la casa**  
**Somática relacional en la que habito, me muevo y construyo**

Juan Carlos Pabón López  
Tesis de maestría presentada para optar al título de magíster en artes

Tutores  
Claudia María Silva Velásquez,  
Magíster (MSc) en ingeniería

Carlos Arango,  
Doctor en Filosofía

Universidad de Antioquia  
Facultad de Artes  
Maestría en Artes  
Medellín, Antioquia, Colombia

2022

<b>Cita</b>	(Pabon López, 2023)
<b>Referencia</b>	Pabón López, J. (2023). La danza de la casa: Somática relacional en la que habito, me muevo y construyo [Tesis de maestría]. Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.
<b>Estilo APA 7 (2020)</b>	



Seleccione posgrado UdeA (A-Z), Cohorte Seleccione cohorte posgrado.

Grupo de Investigación Seleccione grupo de investigación UdeA (A-Z).

Seleccione centro de investigación UdeA (A-Z).



Seleccione biblioteca, CRAI o centro de documentación UdeA (A-Z)

**Repositorio Institucional:** <http://bibliotecadigital.udea.edu.co>

Universidad de Antioquia - [www.udea.edu.co](http://www.udea.edu.co)

**Rector:** John Jairo Arboleda Céspedes

**Decano/director:** Gabriel Mario Vélez Salazar

**Coordinador de posgrados de la Facultad de Artes:** Juan Fernando Velásquez

**Coordinadora de la maestría en artes:** Elizabeth Cano Escobar

El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Antioquia ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por los derechos de autor y conexos.

## **Dedicatoria**

Dedico este trabajo a mi madre quien por muchos años me  
presentó un performance cada día

a Betty Norela mi hermana y titular legal de la casa que  
confió en la labor de construcción que realizaría.

y a Beatriz Vélez la maestra de danza, quien me mostró el  
mundo de la somática, la cómplice en el construir y la amada  
por siempre.

## **Agradecimientos**

Quiero agradecer a mi familia, a mis amigas(os) y cómplices creativos de la compañía Zona Suspendida, quienes estuvieron en todo este caminar, no solo aceptando mis tiempos y ausencias, sino por su disposición para las exploraciones, a mis amigas(os), actores y actrices que dirigí en el Teatro Popular de Medellín, quienes me acompañaron también en las exploraciones, a la Tribu, grupo de maestros(as) Feldenkrais que se formó en pandemia y que no solo sostuvo ese extraño momento, sino que ha alimentado la indagación por la autoconciencia, desde ese momento hasta ahora, a Alejandra Penagos mi compañera de lecturas y discusiones, a Diana Fernández por su disposición y visión artística, a María Isabel Cardona por su acompañamiento en la parte gráfica, a mi gran amigo Carlos Giraldo quien estuvo atento de cada paso que di en este andar, a Emmanuel Castañeda y Jefferson Sánchez cómplices en el recorrido de la casa, a mis asesores, Carlos Arango quien me acompañó desde el día cero de la maestría y Claudia Silva quien me enseñó a valorar el rigor del investigador y no puedo dejar de agradecerle a la protagonista de todo esto, La casa, al conjunto de no humanos que la conforman y a todo aquello que sin verlo hizo parte.

## Tabla de contenido

Tabla de fotografías y videos .....	7
Resumen .....	8
Abstract .....	9
Introducción .....	10
Capítulo primero: Cuando el corazón salta podemos preguntarnos .....	14
<b>Primeros latidos</b> .....	18
<i>Los vecinos</i> .....	23
<i>Pilares</i> .....	34
<i>Antenas</i> .....	51
<i>Cerramientos: Una voz ajena que me habita</i> .....	54
Primer Capitulo en imagenes .....	59
Capítulo segundo. Vertebras en movimiento. ....	60
<b>Los Vecinos</b> .....	61
<b>Las Puertas</b> .....	68
<i>Insoluces, escaleras y marcos de puerta</i> .....	68
<i>Vitral de pueblo</i> .....	73
<i>Piso y techo</i> .....	76
<b>Periferias en Balcones</b> .....	78
<b>Cristales de Ventanas</b> .....	82
<b>Espacios de Tránsito</b> .....	85
Segundo capítulo en imágenes .....	87
Capítulo tercero. La Fascia. Entramado en Capas .....	89
<b>Vecinos</b> .....	91
<b>Instalación: La danza de la casa</b> .....	94
<b>Secuencia del recorrido</b> .....	97
<b>Mi instalación</b> .....	98
<b>Los visitantes</b> .....	100
<b>Luminaria</b> .....	101
Tercer capítulo en imágenes .....	106
Capitulo Cuarto: La Digestión .....	107
<b>El plano</b> .....	108

<b>El tablado</b> .....	116
<b>El Mapa</b> .....	117
<b>Conclusiones</b> .....	120
<b>Bibliografía</b> .....	124
<b>Anexos</b> .....	129
<b>Consentimientos informados</b> .....	129
Primera exploración en relación con el objeto .....	130
Exploración alrededor de la danza relacional sin verse .....	131

## Tabla de fotografías y videos

Fotografía 1 Obra integrinos, dirigida por Beatriz Vélez, interprete Juan Carlos Pabón. Primera exploración sobre el entorno. Autor Juan Fernando Vanegas.....	17
Fotografía 2: Columnas y vigas de la casa que a modo de metáfora une la estrategia uno con la dos. Autor: Juan Carlos Pabón.....	22
Fotografía 3: Compañía de danza Zonasuspendida, en una muestra de contact Improvisation. Autor, Oscar Molina.....	29
Fotografía 4 La casa que habitó y construyó el padre. Autor Juan Carlos Pabón .....	35
Fotografía 5: Primer nivel de la casa a la intemperie. Autor: Juan Carlos Pabón .....	37
Fotografía 6: El piso de la casa del primer piso durante la construcción. Autor Juan Carlos Pabón 39	
Planos y video 7: planos de la casa y video recorrido de la casa. Autores: Yesid Castro y Emmanuel Castañeda .....	51
Video 8: Exploración relacional: video film minuto 11.04.2022. Autor: Juan Carlos Pabón .....	53
Video 9: Video experimental sobre la memoria de cada cosa en el espacio que se ocupa. Autor: Juan Carlos Pabón .....	54
Fotografía 10: Beatriz Vélez en la obra Rufino. Autora: Ana Elisa Echeverri .....	55
Fotografía 11: Alejandra Penagos. autora Alejandra Penagos .....	56
Fotografía 12: Cocina de la casa escalera, insoluces y marcos de puerta. Autor: Juan Carlos Pabón .....	73
Fotografía 13: : vitral de pueblo. Autor: Juan Carlos Pabón.....	76
Fotografía 14: piso y techo de casa. Autor: Juan Carlos Pabón .....	78
Video 15: Video con la voz de la maestra de Feldenkrais Emma Guadalupe Hernández Ascencio e imágenes del centro de Medellín. La cámara está oculta en un bolso pequeño pues no es posible filmar en ese lugar. Autor Juan Carlos Pabón .....	80
Video 16: Video con la voz de la maestra de Feldenkrais Martha Guerrero e imágenes del salón de la casa. Autor Juan Carlos Pabón .....	80
Video 17: Video con la voz de la maestra de Feldenkrais Virginia Spinedi e imágenes de la casa de Mario Aguiar. Autor: Juan Carlos Pabón .....	81
Video 18: Video con la voz de la maestra de Feldenkrais Nora Badieri e imágenes del centro de Medellín Autor: Juan Carlos Pabón.....	81
Video 19: Video con la voz de la maestra en Feldenkrais Ana Benítez e imágenes de la quebrada la Pueblita, del corregimiento de Pueblito. Autor Juan Carlos Pabón .....	82
Video 20: Video relacional sin vernos. Autor: Juan Carlos Pabón .....	87
Fotografía 21: Capas. Exploración alrededor de lo que habita debajo. Autor: Juan Carlos Pabón ..	89
Fotografía 22: Imágenes de recorrido de la casa. Autor: Juan Carlos Pabón .....	97
Fotografía 23: Lectura del Manifiesto La Pausa. Acción performática en el Parque de Botero de Medellín. Autor: Juan Fernando Vanegas .....	102
Video 24: video sobre el funcionamiento del mapa mental. Autor: Emmanuel Castañeda. ....	119
Fotografía 25 primera exploración alrededor de la relación entre humanos y no humanos en la casa .....	130
Fotografía 26 Pueblitoheliconiaantioquia colombia uecraniaeuropaotan. Primera exploración de una relación sin verse.....	131

## **Resumen**

Esta investigación-creación se propone alertar la posibilidad de otro danzar en la relación con el entorno- La casa- a partir de considerarlo un organismo al que puede dirigirse de manera somática. La casa es la construcción que lleva haciendo el autor de esta investigación durante 17 años de manera ininterrumpida, quien un día decide darse la vuelta, recorrer el camino ya transitado sobre la labor realizada, y se da la oportunidad de ver con una mirada expandida lo hecho hasta el momento. Además, permite que los principios de las prácticas somáticas, principalmente los del Método Feldenkrais, sean quienes acompañen esta otra forma de el ver y con ellas y su sensibilidad artísticas desvelar que La casa es más que un inmueble en condición de uso. De tal manera que la casa deja de ser un objeto de mera utilidad para convertirse en un espacio de relaciones entre organismos humanos y no humanos, donde las jerarquías empiezan a diluirse, y el misterio empieza a aparecer, ya que lo más probable es que quien cree que ha tomado las decisiones de lo realizado muy probablemente no lo hizo de manera autónoma, sino que en ellas participaron también las materias primas, los objetos, la luz, la atmosfera y todo aquello que sin verlo hizo parte y quien construye no se enteró y lo empieza a intuir.

*Palabras Claves:* Danza, Somática, Organismo, Humano no Humano, Construir, Habitar



## **Abstract**

This research-creation intends to alert the possibility of another dance in the relationship with the environment- The house- from considering it an organism that can be addressed in a somatic way. The house is the construction that the author of this research has been doing for 17 years without interruption, who one day decides to turn around, walk the path already traveled on the work being done, and gives himself the opportunity to see with an expanded look what done so far. In addition, it allows the principles of somatic practices, mainly those of the Feldenkrais Method, to be the ones that accompany this other way of seeing and with them and their artistic sensibility reveal that The house is more than a property in a condition of use. In such a way that the house ceases to be an object of mere utility to become a space for relationships between human and non-human organisms, where hierarchies begin to dissolve, and the mystery begins to appear, since it is most likely that whoever He believes that he has made the decisions for what has been done, most likely he did not do it autonomously, but rather that the raw materials, objects, light, atmosphere and everything that without seeing it was part of it also participated in them and whoever builds does not know found out and begins to intuit

*Keywords:* Dance, Somatics, Organism, Non-Human, Build, Inhabit

## Introducción

Soy el hijo menor de una familia de 9 hijos, seis de los cuales aún vivimos. Durante la niñez, mi gran compañera fue mi madre. Recuerdo que todas(os) mis hermanas(os) salían a estudiar y yo me quedaba con ella divirtiéndome, haciendo arepitas de maíz molido y escuchándola cantar por horas todo el repertorio de música campesina que se sabía. Había llegado a Medellín procedente del municipio de Nariño Antioquia, donde aprendió todo su prontuario de la mano de su padre, quien fue compositor de canciones y tocaba la guitarra, una que le prestaban porque nunca le alcanzó para comprar la suya. La actividad de la familia en la tarde, luego de la jornada de trabajo, era sentarse en el corredor de la casa a cantar las creaciones de su padre y algunas otras que sonaban en las parrandas. Esta tradición quedó en la familia y a la gran mayoría de sus integrantes les gusta cantar, como a mi madre, quien rigurosamente lo hizo por muchos años. En los últimos tiempos, esta actividad es más distendida en el día, con una o dos canciones cuando más, pero todavía se anima a cantar en paseos o reuniones familiares o de amigas. Lo que se instaló en mí de ese aprendizaje, siento que fue el gusto por las cadencias y atmósferas sonoras, los timbres de la voz y los paisajes de las imágenes que las letras proponen. De tal manera que hice parte de un performance diario sobre el hacer y el escuchar por muchos años y seguro de gran influencia en mi inquietud por el construir, el habitar y el danzar el entorno.

El gusto por el hacer artesanal y el movimiento han determinado la relación con el entorno. El gozo por la exploración artística en mi vida se fue instalando con mayor fuerza en el teatro y en este alrededor de la labor manual, el movimiento y la conciencia corporal. Las creaciones escénicas de teatro y danza que he dirigido e interpretado tienen un alto contenido en ambos campos y, quizás, fue por eso que asumir la dirección de la construcción de la casa estuvo dentro del límite de lo probable.

El tema de la dirección es confluyente y transversal a todo este acontecer. En enero del año 2004 asumo la dirección del Teatro Popular de Medellín y en marzo muere mi padre. Pasados dos años de la ausencia física del padre inicio la construcción de la casa, haciendo confluyente estas dos direcciones, la escénica y la arquitectónica.

He de precisar que no soy arquitecto, ni estudié arquitectura, por tanto, lo que ha pasado en la casa, ha sido una labor que surge del puro gusto de participar del hacer. Por fortuna me encontré con el arquitecto Rudofsky quien estudia una arquitectura vernácula, anónima, espontánea, indígena, rural. De la mano de este, el recorrido por esta investigación se hizo serena al mostrarme esa opción de construir, en el hacer, sin especialistas académicos, sino con maestros de obra y albañiles de la región, cómplices a la mano.

La casa era mi punto de partida en el encuentro con el creador que deseaba un espacio donde poder estar y explorar la creación escénica con mayor libertad e independencia; la contradicción era que dicha casa de campo no era propia sino de una hermana, quien por fortuna me autoriza la construcción que proyectaba y que asumo con toda la propiedad y responsabilidad de un director de obra. La casa sobre la cual construiría el salón se encuentra en un corregimiento del Municipio de Heliconia, llamado Pueblito. Lentamente el salón se fue configurando como La casa, un espacio independiente de la del primer piso y a la que hoy nombro La casa.

En medio de estos procesos de dirección, inicié la formación en una práctica de conciencia corporal llamada Método Feldenkrais, la cual invita a observar que ocurre con la totalidad del cuerpo - emoción, pensamiento, percepción y movimiento- cuando se realiza una acción. El objetivo de Feldenkrais es que, a partir de lo observado atentamente, puedas darte cuenta de lo que haces cuando lo haces y explorar las muchas opciones que tienes para realizar una acción, cualquiera que ésta sea, atendiendo el potencial múltiple de que dispones.

Esta tesis, entonces, se mueve entre lo interno y lo externo con la pregunta sobre la porosidad de su frontera y como, según el planteamiento relacional, casa, cuerpo, entorno están diferenciados, pero no divididos. Y es que el asunto está mucho más conectado, más cercano a nosotros de lo que creemos, sólo falta el método y el permiso para verlo. La casa es un cuerpo y el cuerpo es una casa, y no solo en términos metafóricos, sino en términos de experiencia, de la vivencia con el fenómeno. La modernidad naturalizó la fragmentación y aún hoy nos cuesta permitirnos percibir sin jerarquías ni divisiones la integración que se da entre todo lo que aparece en la experiencia humana y no humana.

Llegué al planteamiento de esta tesis justo a partir de esa vivencia al preguntarme ¿coexisten en planos distintos lo humano y lo no humano? o ¿dirigiéndonos de manera atenta a nosotros mismos y aprendiendo en esa observación plena, podemos atender al entorno con el mismo cuidado, encontrando otras formas de relación que no estén determinadas por un asunto de mera utilidad, sino en términos de encuentro con otro sin discriminar si es humano o no humano?

Con esta pregunta me dispongo a iniciar la aventura para intentar encontrarme con una respuesta posible según el camino elegido. La danza es la acción artística con la que más me he encontrado en los últimos años y, por tanto, la sensación que estaba más en la piel. Es por ello que me propuse alertar si era posible otro danzar en la relación con el entorno a partir de considerarlo un organismo al que puedo dirigirme de manera somática.

La primera estrategia que utilicé fue acercarme al acontecer somático en mí como practicante del método Feldenkrais y como habitante-constructor de la casa, permitiendo que, al dar la vuelta sobre mí y la casa, pudiera ver lo que había acontecido con mi práctica somática y como me disponía para narrar la casa que se estaba presentando.

La segunda estrategia fue percibir ese acontecer somático en el ver aparecer la casa y cómo ella de alguna manera había participado activamente en su construcción, mostrándome el camino para encontrar la narración que dejaban ver los materiales, su historia y el lugar donde terminaron asentándose

Y la tercera estrategia fue atender la simultaneidad entre la construcción de la casa y la experiencia somática confluyendo en un acontecer artístico, que no buscaba ser obra terminada, sino proceso artístico que desvelaba por capas lo que se encontraba en su interior.

Por último, diré que la manera en la que me acerqué a estas estrategias, tuvo que ver en principio con una autoindagación, una reflexión autobiográfica de mi condición de habitante constructor, atendiendo principios somáticos de buena postura, es decir, unos elementos para alertar como se hace lo que se hace, para no forzar el cuerpo ni generar lesiones de gran envergadura. Puede decirse que son muy simples, pero que este momento histórico los desatiende, como por ejemplo ir lento, darse pausas, no resistirse a lo que se

presenta, que inclusive puede llevar a encuentros fortuitos muy reveladores, permitirse volver sobre lo hecho como una manera de encontrar nuevas opciones del ver y, finalmente, respirar para que el cuerpo esté presente como eje fundamental de la investigación creación.

Así entonces, esta investigación se mueve entre la danza, la somática, lo relacional, el fenómeno de lo que aparece de nuevo al darse la vuelta y un diseño decolonial.

## **Capítulo primero: Cuando el corazón salta podemos preguntarnos**

Esta investigación-creación se origina por un palpitar de corazón cuando doy vuelta y veo en la casa que vengo construyendo desde hace más de 17 años, otra forma, otra casa, y que me permite considerarla objeto de observación detenida para esta maestría. Al verla desde muchos lugares, de inmediato surgió algo nuevo.

Me sorprendió ver otra casa, otro lugar desde donde verla, una construcción arquitectónica que asisto sin estudiar arquitectura y que quiero danzar desde todos sus lugares, escuchando atentamente las relaciones entre todo lo que la constituye y advirtiendo que la casa y yo nos hemos constituido de manera simultánea, y que ya no danzo en la casa, sino que ella es la danza y yo me muevo en ella.

Fue la casa ubicada en el departamento de Antioquia, municipio de Heliconia, corregimiento de Pueblito, calle de la Amistad, sobre la que dirigí la mirada al considerar la pregunta para iniciar este proyecto.

Consideré oportuno analogar esta construcción con las creaciones de teatro y danza que había realizado a lo largo de mi experiencia en los espacios escénicos. Era un objeto nuevo que estaba viendo nacer y del que no había perdido detalle alguno durante su construcción.

No sabía con qué casa me iba a encontrar, lo que si sentía era que ese espacio tenía muchos lugares desde donde poderse ver y fue por eso que resoné con el planteamiento de Merleau Ponty, cuando dice

(...) la casa misma no es la casa vista desde ninguna parte, sino la casa vista desde todas partes. El objeto consumado es translúcido, está penetrado por todos sus lados de una infinidad actual de miradas que se entrecortan en su profundidad y que nada dejan oculto. (Ponty, 1993, pág. 88)

Estas palabras sin duda recaban la sensación que he tenido de la casa. A partir de mis múltiples miradas pude experimentarla como un ancla desde donde narrar mi vida, un espacio donde puedo encontrar otra manera de danzar, construir y habitar, que da cuenta del movimiento ocurrido, de unos materiales que hablan de mis encuentros, de un organismo

que me muestra la opción de percibirme como parte fundamental pero diferenciado, perteneciente al conjunto que la habita y donde todo es esencial y determinante.

Al ir a la etimología de la palabra casa, Mirón Pérez dice “Oikos haría referencia al conjunto de casa, familia y propiedades, que constituye la comunidad social básica en el mundo griego, y la que permite cubrir tanto las necesidades de alimento y vivienda como las de reproducción” (Pérez M. D., 2004, pág. 63), es decir, el lugar donde los organismos humanos satisfacemos nuestras necesidades es en el Oikos.

En la Antigua Grecia la casa era más que la estructura física, era también el espacio para la reproducción con la mujer presente, el alimento con la tierra y los animales. De esta manera en un solo lugar se satisfacían las necesidades del organismo humano. El Oikos estaba compuesto por organismos: la mujer, el hombre, los hijos, los animales, la tierra, no obstante, la casa como espacio físico se concebía más como “templo que alberga el fuego del hogar común, el símbolo de la existencia del Oikos” (Pérez M. D., 2004, pág. 63), no se concebía como un organismo. Esta era el lugar que le daba existencia al Oikos, donde el humano cubría sus necesidades como organismo.

Por otra parte, existen pueblos indígenas que consideran la casa como un organismo vivo, como los indígenas Ettes<sup>1</sup>, del norte de Colombia quienes

(...) sostienen que sus viviendas se parecen a los humanos y, por lo tanto, pueden ser objeto de una interpretación antropomórfica. Algunos van más allá y aseguran que, en efecto, son personas y, más exactamente, mujeres. Tal punto de vista concuerda con sus concepciones animistas del cosmos y, en concreto, con la noción según la cual la condición humana puede extenderse a los animales, a las plantas y a los objetos. (Vargas, 2016, pág. 8)

Desde la concepción animista del mundo, estos pueblos se instalan en el entorno como parte de él, sin delimitarse del resto que lo compone, permitiendo que la relación sea entre iguales y con una afectación mutua. No les quitan a las cosas su potencial sintiente y lo

---

<sup>1</sup> Pueblo indígena de lengua chibcha del norte de Colombia.

hacen desde lo que conocen, su propio cuerpo; por eso el Desván<sup>2</sup> es el corazón-alma de la casa.

En esa medida, la pregunta que me surge tomando como punto de partida la manera en la que los indígenas Etses perciben la casa es ¿le están otorgando corazón a la casa o no le están quitando el corazón a la casa que como potencia el objeto tiene y que no se percibe a simple vista?, pregunta que habita en el terreno del misterio, ya que puede tener mecanismos dispuestos para el “sentir” que aún no conocemos. Este es un pensamiento que a lo largo de este camino se ha ido estableciendo con mucha fuerza en mí y que la ciencia hoy la está indagando.

El encuentro con el movimiento celular, e incluso con partículas más pequeñas, ha permitido el relacionamiento con el mundo microscópico, donde se abre la opción de preguntarse por la muerte misma y lo que ella puede significar en ese mundo de lo más profundo, poniendo a tambalear el paradigma de lo aparente y abriendo opciones que no logramos comprender. Según Bruce Lipton “el hecho de considerar la célula como humanos en miniatura, hará que resultara mucho más sencillo comprender su fisiología y anatomía” (Lipton, 2016, pág. 23). Es decir, cada célula se comporta como un organismo dentro de un organismo, de la misma manera como el conjunto humano se comporta como organismo en la Tierra, como un conjunto de células se comporta como árbol, vidrio, plástico o metal.

Los indígenas Etses, desde un sentir intuitivo, percibieron la vida interna de las cosas y a través del conocimiento cotidiano, reconocieron la vida en cada cosa, su animismo y su manera integrada de relacionarse con el entorno, fue el principio de los hallazgos de la ciencia de los últimos tiempos.

La relación atenta sobre mi sentir y el sentir de las cosas, me permite ampliar la percepción sobre ellas y de una manera intuitiva otorgarles cualidades humanas, como cuando decimos que las plantas nos hablan o, en mi caso, el ver aparecer los objetos me he permitido sentirlos animados sin necesidad de ver sus átomos moviéndose.

---

<sup>2</sup> Habitación en la parte superior de una vivienda disponible bajo el caballete del tejado.

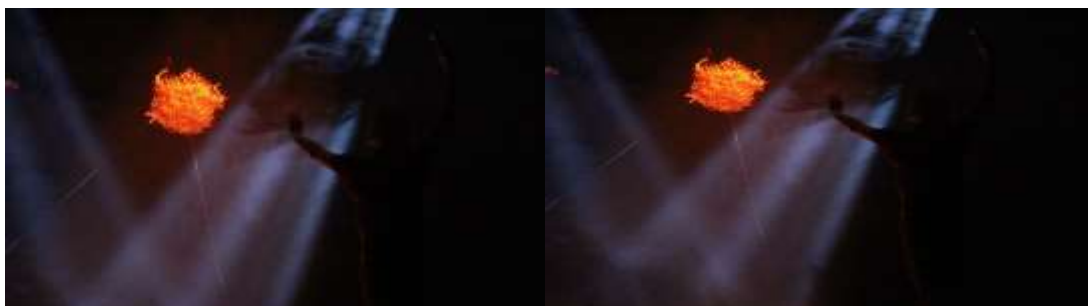


La casa para mí hoy es un organismo en donde habitamos muchos organismos en mutua afectación y determinación, en la que, a modo de bacteria, me muevo en su interior, a veces limpiando y en otras ocasiones generando desorden. Como las bacterias que causan tuberculosis, pero también como aquellas que cuando se produce la regeneración ósea, limpian el cuerpo de esos excesos.

La casa no es una pertenencia, es un no humano que apareció por confluencia de infinitas variables, donde como humano participé de su hacerse, sin ser el más determinante. Quizás, despojarnos del sentido de propiedad sobre todo lo que construimos, nos permita verle nuevas caras, haciendo que la experiencia de la percepción la empecemos a descolocar de su lugar habitual de simple uso para que, como lo dice Ponty, la casa no sea vista desde una parte sino desde todas las partes, incluso digo yo, desde aquellas que no vemos.

Además, a esta acción del construir la ha acompañado una experiencia de aprendizaje consciente sobre mí, a través de la práctica de una metodología llamada Feldenkrais®, la cual consiste en darse cuenta de los patrones con los cuales nos movemos en la cotidianidad y realizamos nuestras funciones diarias. La invitación de este método de aprendizaje es ampliar nuestros patrones a partir de advertir que es lo que hacemos cuando hacemos, liberándonos del yugo de siempre hacer las cosas de la misma manera y de relacionarnos del mismo modo con los otros. Es por eso que traigo este camino de aprendizaje consciente en este contexto de la inquietud investigativa, ya que, sin duda, esta ha diversificado mi manera de moverme y de estar en el mundo.

De tal manera que, con el sorprendente palpito en el habitar-construir de la casa y con una visión animista sobre esta, más el aprendizaje consciente sobre mí y la inquietud por otra forma de danzar, es que me sumerjo en esta travesía investigativa.



*Fotografía 1 Obra integrinos, dirigida por Beatriz Vélez, interprete Juan Carlos Pabón. Primera exploración sobre el entorno. Autor Juan Fernando Vanegas.*

## Primeros latidos

Quiero arrancar este viaje realizado un pequeño contexto del mundo de las llamadas prácticas somáticas, a las que pertenece el método Feldenkrais.

La somática es un amplio campo de estudio que surge principalmente desde comienzos del siglo XX y que tiene gran influencia en el momento actual, como metodología empleada en diversos campos como las artes, el deporte, la salud y las humanidades e incluso en la ciencia. Cada vez son más reconocidos sus aportes en el proceso de enseñanza aprendizaje como experiencia vital e integral del humano y su entorno, a partir de indagar el movimiento como estrategia para expandir la percepción y las sensaciones.

Esta investigación no pretende realizar un estudio acerca de la somática, sobre la cual ya varios autores han profundizado, solo desea mencionar algunas consideraciones fundamentales y situar el contexto a partir del cual advertir que es, el método Feldenkrais, el eje que moviliza mi experiencia somática y desde el cual he planteado varios de los apartados de esta investigación.

Al considerar la somática se puede remontar su presencia desde finales del siglo XIX, no obstante, es Thomas Hanna<sup>3</sup> quien en 1976 nombra esas nuevas indagaciones corporales con la palabra somática, la cual es “el arte y la ciencia interesada en los procesos de interacción sinérgica entre la consciencia, el funcionamiento biológico y el medio ambiente” (Uribe & Castro, 1998, pág. 31).

Por su lado, la maestra Beatriz Vélez<sup>4</sup> hace un rastreo de la palabra soma y nos dice que:

---

<sup>3</sup> Thomas Hanna: 1928-1990, filósofo y practicante de integración Funcional, desarrolló su propia técnica llamada Hanna Somatics.

<sup>4</sup> Bailarina de la ciudad de Medellín, quien realiza estudios de especialización (1997-1999) en “Composición Coreográfica y Producción Escénica” en la escuela SNDO en Ámsterdam, con gran influencia somática. De regreso al país ha promoviendo la somática en la danza, desde la creación hasta la docencia, y la investigación. En su tesis de maestría realiza una retrospectiva de la somática en la danza a nivel internacional y local, como forma de visibilizar en nuestro medio, la influencia de estas prácticas en la danza; Una investigación importante para justificar la necesidad de incluir en el pensum de la licenciatura en danza de la Universidad de Antioquia, la cátedra Prácticas Somáticas, la cual hace parte de las asignaturas de las didácticas de la disciplina, es decir como alternativa metodológica para la enseñanza de la danza.

El origen de la palabra sôma (cuerpo) se remonta a sonoridades de culturas antiguas que concibieron al ser humano íntegro y poseedor de un cuerpo animado con soplo vital. Culturas como la hebrea usaron palabras como: Nefesh, Bâsâr, Ruah y Lebab, que después fueron traducidas al griego y al latín como Psyché, Ánima, Sarx, Sôma. (Vélez, 2012, pág. 8)

De esta manera, la somática propone percibirnos de manera integral en la exploración del movimiento y no de manera aislada y fragmentada, donde la experiencia subjetiva es parte fundamental del bienestar, ya que los hábitos y patrones adquiridos determinan la manera en la que asumimos las acciones y el movimiento. Como dice Yvan Joly “cuando practicamos los diversos métodos de Educación Somática, obtenemos auto-conciencia, mejoramos nuestros movimientos y redescubrimos las bases sensorio-motrices de nuestras acciones” (Joly, 2001, pág. 1).

A pesar de la variedad, estos métodos tienen unos principios fundamentales a partir de los cuales le dan espacio a nuevas indagaciones, a propósito, la maestra Susana Barragán realizó una investigación alrededor de las practicas somáticas y la danza, tomando como punto de referencia la Técnica Alexander. En ella, también recoge una entrevista que Nancy Wozny le hace a la instructora de Técnica Alexander, Glenna Baston en el año 2006: ¿Qué es lo que hace que una experiencia de movimiento sea somática? Baston responde haciendo énfasis en cinco componentes de una disciplina somática: el uso de retroalimentación sensorial, la calma y la atención que se presta, el aprendizaje a través de la experiencia interna en vez de la imitación, la aplicación del ritmo de “hacer y descansar,” la exploración de movimiento en vez de la acción de completar ejercicios. (Olarte, 2006, pág. 8)

Estos cinco componentes, sin duda, hacen parte de los fundamentos a la hora de trabajar las diferentes prácticas somáticas, de las cuales podemos destacar las que el profesor Yvan Joly, educador somático de la ciudad de Quebec en Canadá recoge en su texto Educación somática y salud (Joly, 1997, pág. 5). La primera que nombra es la Técnica Alexander, desarrollada por Frederick Matthias Alexander, en la que se propone una relación entre la cabeza, el cuello y la espalda y que, dependiendo de la óptima relación entre estas tres partes, nuestra actitud física y global puede ser diferente. También, está la Anti gimnasia

desarrollada por Françoise Mézière, la cual nos permite ser conscientes de nuestras sensaciones corporales y darnos la oportunidad de descubrir o redescubrir el placer que puede brindar el movimiento realizado adecuadamente con respeto a nuestras limitaciones y adhesión a nuestro ritmo. La Ideokinesis, por su parte, basa su propuesta de indagación corporal a partir de la imagen mental que se construye para producir cambios neuromusculares apropiados y equilibrar la estructura somática. Por otra parte, el Body-Mind Centering, dirige su exploración hacia los sistemas y procesos internos e innatos, facilitando la expresión de la mente mediante el cuerpo en movimiento y, finalmente, el contact Improvisation, el cual explora el movimiento personal a través del contacto corporal con el otro y la improvisación colectiva.

En la actualidad son centenares los métodos somáticos que se acercan a la expansión de la percepción y auto conciencia, teniendo como punto de partida principal el movimiento como forma de indagar por las emociones, los pensamientos y las sensaciones, a través del propio movimiento.

El Método Feldenkrais es la práctica somática que más he estudiado y experimentado. Hice la formación para ser practicante del método, realizando los cuatro años necesarios para obtener la certificación, con aval de la Federación Internacional de Estados Unidos, quienes son actualmente una de las federaciones que imparten este conocimiento, respetando la información transmitida por su creador el señor Moshe Feldenkrais.

La formación se realiza a partir de una experiencia vivida directamente en el cuerpo, aprendiendo el método, practicando el método, realizando sus lecciones, afinando el tacto, compartiendo en charlas abiertas entre compañeros sobre nuestros sentires y percepciones, y, además, a partir de las reflexiones alrededor del proceso de enseñanza-aprendizaje de los maestros que imparten las clases y que son de larga trayectoria

Su creador fue Moshe Feldenkrais, de ahí el nombre del método. Él nació en Ucrania, estudió matemáticas en el país de su padre, Israel, se doctoró en la Sorbona y trabajó en el laboratorio de Irene Joliot-Curie y su marido, Frédéric. Luego de una lesión de rodilla debido a su alto gusto por los deportes, especialmente el fútbol y el Judo, llega a la conclusión de que una de las causas de las lesiones corporales está determinada por la

manera en la que realizamos nuestras acciones cotidianas. Con esta premisa plantea la importancia de observar nuestros patrones en el momento de realizar movimiento.

Sus posteriores investigaciones estuvieron relacionadas con el funcionamiento del sistema nervioso y su importancia en la realización del movimiento. A partir de estas indagaciones llega a lo que se conoce hoy como método Feldenkrais, el cual se ocupa de la autoconciencia que da la realización de un movimiento suave, lento, reversible, con pausas y en múltiples direcciones.

Actualmente, me dedico a compartir esta metodología somática en la Universidad de Antioquia, con los y las estudiantes del Departamento de Danza, como una herramienta para el autocuidado y la expansión de patrones de movimiento. Esta se ha convertido en una variación importante para acercarme a la danza, a partir de no buscar la imitación, no proponer estructuras coreográficas fijas y preestablecidas, tener un cuidado sobre sí, eliminar el esfuerzo para la realización del movimiento, tener presente la infinita posibilidad de opciones disponibles en el intercambio con lo que se presenta y ver de qué manera esa atención atenta, cuidadosa y respetuosa, que experimento cuando realizo una práctica consciente del método Feldenkrais, la puedo extender a la relación con el entorno.

De este modo, el objetivo central de esta investigación-creación será buscar otro danzar en la relación con el entorno, partiendo de considerarlo un organismo al que puedo dirigirme de manera somática.

La primera estrategia que utilizaré será acercarme al acontecer somático en mí como practicante del método Feldenkrais y como habitante-constructor de la casa. La segunda estrategia será percibir ese acontecer somático en el ver aparecer la casa y la tercera estrategia será ver cómo se presentaron de manera simultánea el aparecer casa y mi experiencia somática en el danzar y como habitante-constructor.



*Fotografía 2: Columnas y vigas de la casa que a modo de metáfora une la estrategia uno con la dos. Autor: Juan Carlos Pabón*

### ***La piel de la memoria***

En este primer momento la atención estará puesta en mi experiencia como habitante constructor y mi experiencia somática, buscando diferenciar cada uno de esos momentos y verme como un testigo presencial, que se sumerge en las profundidades de la autoindagación.

Las variaciones que propongo en este primer objetivo tiene los siguientes momentos:

En primera instancia, con los autores-creadores que con mayor resonancia me permitieron expandir la mirada en relación con la pregunta y que nombraré, vecinos, aquellos a quienes de alguna manera los afectan unos asuntos comunes y establecen diálogo alrededor de dichas circunstancias.

En segunda instancia, están las acciones contadas del construir la casa a las que llamaré pilares, por ser los cimientos que la elevan por los aires a partir de las imágenes que recuerdo del acontecer construir y que luego hilo para enterarme un poco más de lo ocurrido.

En tercera instancia, se encuentran los videos de un minuto a los que llamaré antenas, ya que recogieron lo que estaban viviendo varias personas el mismo instante, día y hora en diferentes lugares de Antioquia, una exploración para observar el movimiento continuo más allá de lo que perciben nuestros sentidos.

Y la cuarta instancia, son dos entrevistas a las que llamaré cerramiento, por ser dos mujeres que han estado muy cerca de mí, que han visto mi acontecer somático y constructor, y con las cuales quiero escucharme desde afuera.

### ***Los vecinos***

El primer hecho que reconozco con atención atenta frente a la somática de una manera continua y comprometida fue la participación en la tesis *“Las técnicas somáticas y su aplicabilidad en los procesos creativos de la danza”* de Beatriz Vélez. En esta investigación fui uno de los casos de estudio durante un año, realizando lecturas sobre diferentes prácticas somáticas, principalmente sobre la Ideokinesis, la cual se convirtió en el punto de experimentación corporal principal.

Fueron exploraciones para ver qué me acontecía tanto en la estructura corporal, como en el campo de la exploración e interpretación como bailarín durante el tiempo en el que realizaría la práctica. El hallazgo que con mayor implicación sentí en mí fue el darme cuenta que esta metodología somática había revitalizado la manera de moverme y, por tanto, quería seguir profundizando en ella.

Posteriormente, en el año 2012 confluyen la terminación de la tesis de la maestra Beatriz y el inicio por parte de los dos del proceso de certificación en el primer y único entrenamiento que se ha realizado en Colombia del Método Feldenkrais. Tuve la sensación de que la tesis continuaba, de que la indagación en esta metodología persistía y se profundizaría en sumo grado con esta profesionalización. Hoy puedo decir que es mi actividad laboral y personal principal.

La investigación de la maestra Beatriz me permitió ver un panorama general de los orígenes de la somática, especialmente en Europa y Estados Unidos, y saber cómo dicha metodología había influenciado a los y las bailarinas de la danza Moderna y Contemporánea. Ella dice en su texto:

El aporte fundamental de los pioneros somáticos, es que correlacionaron el conocimiento científico-objetivo con el conocimiento sensible-subjetivo,

profundizando en la relación directa entre estímulo y emoción, procesos orgánicos, psíquicos y respuesta psicomotriz; dando paso a nuevas maneras de entrenamiento corporal, más integral y holístico, y en oposición al racionalismo cartesiano...”

“...con esta información preliminar sobre una nueva manera de dirigirse a la experiencia del cuerpo es que algunos bailarines(as) empezaron a realizar sus exploraciones, como por ejemplo: Elsa Gindler<sup>5</sup> (Body Psychotherapy), Gerda Alexander<sup>6</sup>(Eutonía), Mabel Todd<sup>7</sup> y Lulu Sweigard<sup>8</sup> (Ideokinesis), Moshe Feldenkrais<sup>9</sup> (the Feldenkrais Method®). En la danza, este influjo se conoció como danza moderna y lo identificamos a través de bailarines como Loïe Fuller (USA 1862-1928), Isadora Duncan (USA 1878-1927), Ruth St. Denis (USA 1879-1978), Rudolf Von Laban (Hungría 1879-1958), Mary Wigman<sup>10</sup> (Alemania 1886-1973), Kurt Jooss (Alemania 1901-1979), entre otros. (Vélez, 2012, pág. 15)

Por otra parte, cuando me encuentro con la arquitecta, investigadora y practicante del método Feldenkrais, María Auxiliadora Gálvez, exponiendo en su tesis doctoral la relación entre las exploraciones de estos bailarines somáticos y la influencia de esta nueva forma del bailar en la arquitectura, me pude acercar a otras experiencias de la danza y la arquitectura, ampliando lo que yo estaba viviendo en la casa. La primera idea con la que arranca el texto de esta investigación es:

La línea de estudio que da pie a la investigación de la presente tesis es indagar en los procesos y hechos arquitectónicos que nacen e inciden en la sensibilidad

---

<sup>5</sup> Elsa Gindler (Alemania 1885, 1961): creadora de la Psicoterapia del cuerpo. Sistema de la educación corporal que tiene como objetivo el desarrollo del sentido de la postura, del tono muscular, y del movimiento, así como de la agudeza sensorial. <http://cirrie.buffalo.edu/encyclopedia/es/article/186/>

<sup>6</sup>Gerda Alexander (Alemania 1908-1994). "tonicidad armoniosamente equilibrada en adaptación constante al estado o actividad del momento". <http://www.eutonia.org.ar/quees.php>

<sup>7</sup>Mabel Todd: (Estados Unidos 1880-1956). Sentó las bases de la ideokinesis con sus trabajos sobre la postura.

<sup>8</sup>Lulu Sweigard: (Estados Unidos 1895-1974). Asistente de Mabel Todd, desarrolló la técnica de la Ideokinesis como se le conoce ahora. La técnica sugiere la concentración precisa en imágenes para mejorar la coordinación, la postura y el movimiento. <http://www.ideokinesis.com/introduction/introduction.htm>

<sup>9</sup>Moshe Feldenkrais: (1908-1980) desarrolla un sistema pedagógico para facilitar los procesos de aprendizaje y desarrollo a través del movimiento. <http://formacionfeldenkrais.es/web/>

<sup>10</sup> Alumna de Dalcroze quien ayudó a la difusión y aplicación del método. Citado por José A. Sánchez en la Escena Moderna, pág. 66. Wigman escribió un libro llamado *la filosofía de la danza*.



fenomenológica, utilizando para ello los hallazgos que una disciplina como la danza puede aportar. (Galvez, 2012, pág. 6)

Fue encontrar un diálogo entre danza y arquitectura, con la mirada de una practicante somática, en un horizonte fenomenológico<sup>11</sup>.

Esta autora aborda en el primer capítulo la actitud, el cuerpo como activador de espacio: posición gesto y acción. Con Delsarte<sup>12</sup> aborda el gesto y su potencia para ponernos en contacto con los aspectos intangibles de nuestra existencia y con Dalcroze<sup>13</sup> se ocupa de la gimnasia rítmica donde el ritmo crea una corriente rápida y regular de comunicación entre mente y cuerpo.

De manera paralela hace referencia a la primera ciudad-jardín (una nueva ciudad para una nueva forma de vida) Hellerau, en donde el arquitecto Heinrich Tessenow construye el instituto de rítmica Jacques Dalcroze, cuyo propósito era generar una ciudad que se volcara hacia el ritmo, en donde la acción activaría todo el espacio. Luego aparecería la ciudad jardín de Falkenberg, la ciudad color y de fiesta que le apostaría a la masa, a una comunidad actuando en todos los rincones de la ciudad, lo que permite ver como la actitud cualifica el espacio por medio de la rítmica y la fiesta. En este sentido,

---

<sup>11</sup> La fenomenología, tal como la he ido entendiendo, es la corriente filosófica que instala las ideas en el cuerpo, es decir, hace de la idea una condición que se encarna en el cuerpo, entendido este de manera integral, a través de la estrategia de dar la vuelta y volver a ver las cosas y que como lo trae Gálvez al citar a Edmund Husserl “vuelta a las cosas, la valoración de la experiencia perceptivas en estado primario (sin pre-juicios previos) y de la intuición como medio de conocimiento y un tiempo de carácter multifocal no lineal”

<sup>12</sup> François Delsarte (Solesmes 1811-1871 París) fue cantante, maestro de canto, declamación y estética, teórico del movimiento y pedagogo francés. Tras una infancia difícil en la que pierde a toda su familia, Delsarte fue admitido en el Conservatorio de París, para estudiar canto. Alrededor de 1830 inicia su carrera como tenor, pero al perder la voz, al parecer por una mala praxis, debe interrumpir su carrera. Este hecho lo motiva a investigar otros modos de entrenamiento conduciéndole a estudiar las relaciones entre el gesto y la voz. Realiza observaciones y registra sistemáticamente, el comportamiento humano en la calle, en los parques y, también, en hospitales psiquiátricos; también de los gestos que acompañan a las palabras, de las relaciones existentes entre las inflexiones y el tono de la voz, los movimientos, expresiones y los sentimientos. <https://danzat.wordpress.com/2018/09/26/historia-de-danza-moderna-los-precursores-francois-delsarte/>

<sup>13</sup> Émile Jaques-Dalcroze (Viena, 1865 - Ginebra, 1950) Compositor y teórico suizo. Estudió música bajo la tutela de Anton Bruckner y Robert Fuchs en Viena, y con Léo Delibes en París, e ingresó en 1892 en el Conservatorio de Ginebra. Con el fin de ayudar a sus alumnos en el estudio del ritmo, Jaques-Dalcroze desarrolló un sistema de movimientos corporales acoplado a la duración de los sonidos. Este sistema, inicialmente pensado sólo para la educación musical, fue de gran provecho para otras formas de expresión artística, fundamentalmente la danza. [https://www.biografiasyvidas.com/biografia/j/jaques\\_dalcroze.htm](https://www.biografiasyvidas.com/biografia/j/jaques_dalcroze.htm)

Falkenberg desdibujaba los límites, proponía lo informal por encima de lo fijo o al menos lo solapaba y configuraba espacios que no necesitaban ser construidos para ser habitados, para ser convertidos de una vez en viviendas. Acontecía la disolución de las ciudades o al menos de sus características fijas, estáticas y cerradas a través de la acción. (Galvez, 2012, pág. 44)

En un segundo capítulo toma la atmósfera, el cuerpo como receptor, la incidencia y la producción de los fenómenos. Aquí se acerca a Loie Fuller quien no era la gran bailarina de las academias y de hecho tampoco tuvo escuela, pero el encuentro con un artefacto- extensión de sus brazos haciendo uso de varillas o palos y colgando de ellos telas sedosas que al moverse creaban una sensación visual, en composición con el sistema de iluminación que estaba surgiendo en la época, permitían que el cuerpo desapareciera, no era al bailarín a quien se veía, sino el efecto que su movimiento causaba con dicho artefacto.

Un cuerpo que con esas prótesis era potencia y vitalidad, creando efectos de percepción en los espectadores, creando ondas de mar, mariposa, remolinos, todo a partir de telas sedosas, las prótesis, iluminación y giros constantes de su cuerpo, creando formas en una suerte de caleidoscopio que siempre está mostrando algo nuevo en su acción de girar constantemente.

Fue sin duda una artista que influenció las expresiones artísticas del momento, como en el caso del arquitecto Pierre Charau el cual construyó un edificio en el que instaló paños completos de vidrio traslucidos que reaccionaban a la luz y la coloración, transfigurando el interior y convirtiéndolo en sugerencia.

En el capítulo tres, la naturaleza -el eco de la naturaleza sobre el cuerpo y su capacidad resonante- aborda a Isadora Duncan, quien contraria a Fuller, recupera el cuerpo que esta había desaparecido. Trabaja con su cuerpo lo más desnuda posible para acercarse a un estado natural que pone a dialogar con la esencia del movimiento del viento, del mar, de los árboles, etc. De este modo “para despertar el cuerpo a lo trascendental los medios serían la música y la naturaleza. El cuerpo así era expresión de su propia alma en unión con el universo” (Galvez, 2012, pág. 96), si a través del movimiento-ondulación de Isadora- se entraba en sintonía con un espacio orgánico natural, a través de la musicalidad se orquestaría la articulación con el mundo mineral “con el paisaje montañoso, las grutas, la roca, los

acantilados, todo aquello que Shopenhauer relacionaba con lo sublime” (Galvez, 2012, pág. 97).

En el cuarto capítulo la intimidad/lo táctil- el cuerpo dinámico, el espacio propio del cuerpo y su entrelazamiento con otras masas espaciales, los bailarines abordados son Mary Wigman y Rudolf Laban, quienes estudiarán el movimiento con toda su potencia espacial como expresión autónoma. Estos utilizan la experimentación para encontrar nuevos modos de moverse en conexión con el espacio. Juntos trabajarán con el espacio como lleno, como sustancia densa e interminable y en paralelo a estas exploraciones, aparecen proyectos como los del arquitecto Kiesler quien desarrolla la Place de Cocorde en París (1925) para este lugar él proponía,

(...) una estructura que permitiera un continuo fluir de gente, a partir de un desarrollo en espiral en una rampa, cada vez más amplia, se alcanzaría altura suficiente como para divisar toda la ciudad. Una autopista cruzaría la estructura en su séptimo nivel en su trayecto hacia la ciudad al completo y sus suburbios. Serviría para tráfico rápido, pero también como interminable escenario para eventos públicos de magnitud local y nacional. (Galvez, 2012, pág. 131)

En esta propuesta el espacio se volvería interminable, en un resonar con las matemáticas.

En el quinto capítulo la fantasía -el paisaje interior del cuerpo, recuerdos e invenciones, toma a Martha Graham quien apeló a la búsqueda del movimiento a través de la imaginación, los recuerdos, las vivencias personales para inventar danzas, en este sentido “el espacio del cuerpo no es solo físico sino también imaginativo y las redes relacionales que establece con su entorno no son solo topológicas, son también pertenecientes a la fantasía” (Galvez, 2012, pág. 153), una fantasía que se impregna de recuerdos y de fragmentos a modo de collage y que invitó a muchos arquitectos a utilizar este concepto, collage, en las fachadas de los edificios, como una manera de alertar sobre los mitos, recuerdos y acontecimientos del lugar.

El sexto capítulo el espacio acústico, el tiempo cuerpo en proceso, el montaje en tiempo real. Gálvez aquí diferencia entre espacio óptimo el cual es el espacio utilitario, en el que nos movemos en una dirección clara y con un propósito, y el espacio acústico que es el de la danza, el que se refiere a las cualidades simbólicas del espacio y por tanto es ilimitado. Este

es el espacio al que acude Merce Cunningham y John Cage, también Ana Halprin y los integrantes de Judson Dance Theater y en paralelo a este espacio acústico en la danza, a los arquitectos de los años cincuenta y sesenta que se permiten un posicionamiento dinámico y multidireccional respecto al espacio.

En esa relación entre danza y arquitectura en un espacio acústico se dan exploraciones como la Deriva, la cual es una inmersión en el relieve psicogeográfico de la ciudad donde hay una relación directa entre sujeto y entorno. Los arquitectos por su parte, dejarán de ofrecer una forma concreta y constituirán ambientes complejos, donde la preocupación será la interacción o participación de la conducta humana, dando paso a los espacios laberínticos. Anna Halprin y su esposo Laurence, “exploran relaciones entre los individuos y su entorno apelando a la experimentación directa de la experiencia de nuestro cuerpo en el medio a través del movimiento y la percepción” (Galvez, 2012, pág. 201). Con esta pareja ya no se requiere ni siquiera ser bailarín para experimentar con el movimiento, son sujetos de disciplinas diversas que participan de la experiencia; ser parte de la idea de un cuerpo que reacciona inteligente, muy cercano al planteamiento de Ponty con su inteligencia corporal y la creación de reglas sin reglas. Es entonces la apertura total en donde el movimiento es quien modifica al bailarín, y no el bailarín al movimiento.

Finalmente, el encuentro de un grupo de bailarines con recorrido en la exploración dancística y muy experimentales, que conforman por un corto período de tiempo lo que se llamó la Judson Dance Theater y como dice Gálvez “la relación entre improvisación, performance, la incertidumbre, intención social, notación gráfica para producir eventos a lo largo del tiempo, cobran autonomía y exuberancia” (Galvez, 2012, pág. 214), un grupo que se desjerarquizó de la música, el director, la coreografía, las técnicas dancísticas principalmente el ballet, y quienes ya eran conscientes de la somática. De allí saldrán otras prácticas somáticas, como la experimentada aún hoy, el Contact Improvisation creada por Steven Paxton, miembro de la Judson, y la compañía Zonasuspendida de la ciudad de Medellín retoma varios de estos principios para indagar en sus exploraciones.



*Fotografía 3: Compañía de danza Zonasuspendida, en una muestra de contact Improvisation. Autor, Oscar Molina*

Este acercamiento sucinto entre danza y arquitectura de la mano de la investigadora Gálvez, permite evidenciar la relación estrecha entre cuerpo y entorno, entre la danza y las exploraciones con el espacio escénico en una búsqueda permanente por ampliar lo visto y experimentado por otros y de este modo tomar puntos de referencia importantes y buscar nuevas alternativas. Hoy mi pregunta en esa relación dinámica con la somática y el habitar construir es, si la apuesta animista de los indígenas con respecto a la casa, concebida como un organismo, continúa diluyendo la diferencia entre sujeto y entorno, donde otra forma de bailar aparece y las jerarquías entre humanos y no humanos, se concilian para dar espacio a otra opción de relación.

Otro vecino que me encontré en este caminar fue a Iñaqui Ábalos con su libro *la Buena Vida*, también arquitecto y tutor de la tesis de María Auxiliadora Gálvez, pero ella no fue quien me lo presentó, él se escurrió por otro callejón y nos encontramos. Su libro es un viaje que hizo a varias casas de la modernidad, como una manera de ver la forma de vida de sus habitantes y la relación entre estas y el comportamiento. Les puso nombre a las casas haciendo una especie de clasificación y aunque sin duda tienen sus particularidades, lo que tienen en común es mucho mayor.

Por ejemplo, el arquitecto Mies van der Rohe, a partir de su forma de vivir y muy influenciado por Nietzsche, investiga sobre cuál sería la casa de un hombre moderno que quiere ausentarse de los parámetros de la sociedad y desea un espacio para meditar sobre lo que significa la vida individual, la del yo. Es un proyecto sin cliente, un ejercicio abstracto que carece de programa familiar. Una casa con una sola habitación, muros altos para no dejarse ver y ejercer con plenitud su individualidad, con patios interiores donde hay

árboles, pero no es un huerto ya que este aludiría a lo familiar, y en esta casa la familia no existe. La intención de su habitante es observar y ver casi siempre lo mismo.

Casa patios no está concebida fuera de la urbe, sino dentro de ella. Con este pensar Rohe buscaba darle forma a un pensamiento filosófico, al rededor del súper hombre planteado por Nietzsche. Un espacio concebido para que el hombre moderno pudiera tener una vida en soledad dentro de la ciudad, sin limitaciones morales, un espacio para el proceso de auto reconocimiento.

Con esta casa que llama Ábalos, Zaratustra, abre su libro, y dice: “no es un mero accidente, sino el punto de arranque con el que aprender a olvidar esa forma de entender la casa y adoptar otra predisposición” (Ábalos, 2001, pág. 31).

Luego hace un salto del plano a la realidad, cuando alude a la cabaña de Heidegger en Todnaurberg, selva negra. En ella habita el que se piensa a sí mismo y es este pensamiento a su vez el que habita la casa”, es la casa existencial. Decía Heidegger repensar el ser, volver a los orígenes de la filosofía existencial es pues un único trabajo, una misma tarea que se enfrenta necesariamente a la moderna alienación tecnológica. Es un habitar cuidando, reconociendo el valor de la herencia como aquel que recibe los bienes de sus padres y los administra con prudencia para transmitirlos a sus hijos, es verse como un puente. Esta figura del puente la trae Heidegger, para nombrar lo sagrado y ese valor divino de nuestro habitar en la tierra, por eso es un pensar el ser en ese habitar, no solo de la casa, sino de ese lugar que nos cobija a todos los que estamos en este planeta.

De las montañas nos vamos para el cine con la casa Positivista, Mon Oncle del cineasta Jacque Tati. En ella se

(...) observa y caricaturiza esa vida felizmente insertada en el orden y el progreso científico encarnada en la familia Arpel: la emulación de una imposible vida armónica dedicada a la plena inserción de los individuos en el engranaje maquínico social esa parodia de individuo que es el sujeto estadístico del positivismo. (Ábalos, 2001, pág. 75)

Es una casa perfecta, con el mayor engranaje tecnológico, donde los individuos no tienen pasado, no hay tradición, no hay nada natural, es la familia pulcra, los individuos sin

intimidad, todo abierto, impecablemente puesto, en la mayor de las asepsias, muy vulnerable al descontrol de la máquina. En contraste a esta casa de los Arpes, se presenta un espacio más laberíntico, más fenomenológico, indiferente al progreso, como dice Iñiqui, “actúa como un parásito desvelando con su sola presencia la grotesca codificación social, deconstruyéndola en sentido estricto” (Ábalos, 2001, pág. 73). Son muchas de las casas actuales sin diferenciación, completamente industriales y, como dice el arquitecto Kein, “la vivienda ha pasado a ser un problema de la industria que debe estudiarse con el mismo espíritu que cualquier otro proceso industrial” (Ábalos, 2001, pág. 76).

Siguiendo con el espacio fenomenológico, Ábalos propone otro ejemplo, la casa castillo de vacaciones de Picasso. En el registro fotográfico de los libros que referencia Ábalos “Viva Picasso” (1980) y “Picasso leyenda de un siglo” (1999), “da cuenta de una casa desmesurada y anárquica, vivida con el desorden y la despreocupación propios de un niño” (Ábalos, 2001, pág. 85). En esta forma de relación el sujeto y el objeto se constituyen así mismos, mostrando que “la temporalidad no se vive en un pertenecer estable o linaje sino a una intensidad de la vinculación personal con el espacio como fenómeno del sentido” (Ábalos, 2001, pág. 86). La casa es un ser entreabierto con una relación activa entre sus habitantes y el medio ambiente.

De acuerdo a esto la casa de Andy Warhol podría considerarse fenomenológica, pero tiene otras características, por lo que Ábalos la nombra La Factory. Warhol no tenía la más mínima intención de generar un espacio comunal, no tenía influencias ni freudianas, ni marxistas, pero sin quererlo y en búsqueda de un espacio privado donde crear, se instaló en una vieja bodega que pudo haber sido la sede de una empresa de finales del siglo XIX en Nueva York. Era un espacio abierto sin divisiones y que empezó a convertirse en la casa de todos, de la tribu, como se hacían llamar los cercanos a la casa.

La anterior refleja una forma anarquizante de habitar, “un lugar que se instituye a sí mismo como una casa abierta, intensamente frecuentada, un lugar de fiesta y de trabajo –de trabajo como fiesta- que se niega a sí mismo a la exclusión y marginación” (Ábalos, 2001, pág. 107). De esta forma, sin hacer parte de la contracultura ni de ningún movimiento, con el solo hecho de habitar de otra manera, “logra hacer confluyentes prácticamente la totalidad de las tendencias progresistas europeas y americanas y hacerlo, ofreciendo un modelo vital

que integra en esta tradición el capitalismo progresista y cosmopolita de Nueva York”. (Ábalos, 2001, pág. 108) Posteriormente, el loft, como se le ha llamado a este espacio abierto, sin divisiones, se instala en la cultura y empieza a refinarse su modo de habitarlo, aparecerán galerías, museos y casa habitación. Las cosas que antes eran reciclaje en la Factory, se empezaron a vender como antigüedades. Un artista que pretende eliminar la originalidad con la producción en serie de la obra de arte, mostrando como el artista se repite, desvaneciéndolo como sujeto y quedando al final el ícono, desdibuja los límites entre la producción artística y el habitar, mezclándolos de tal manera donde lo habitable es la producción.

En la casa deconstruída, la que no se logra armar, la que como en el caso de Búster Kinton los planos de la casa prefabricada no corresponden y termina haciendo no una casa convencional, sino una casa que no es casa, en una especie de crítica a lo fijo y determinado, al ser delimitado, a la familia, a la forma de considerar el vivir.

Finalmente, Ábalos presenta la casa Pragmática, esa que posiblemente sea la más predominante en el mundo actualmente, ya que es una relación con lo fácil, buscando la comodidad, minimizando la complejidad técnica y donde el tiempo se vuelve material, en relación con el sentido económico. Es así como “toda su cultura objetual y material será artificial, industrial, consumista” (Ábalos, 2001, pág. 173); una casa sometida a la influencia de la moda, donde el arquitecto está trabajando todo el tiempo con la construcción y la naturaleza y quien la habita es un sujeto individual, que alcanza sus propios logros.

Aquí termina el recorrido con Ábalos, quien realiza un panorama extendido de la forma de habitar del sujeto preguntándose por sí mismo y el entorno; en ocasiones muy a la defensiva, en otras higiénica, contemplativa, intensa o rebelde, deconstruída o práctica, en donde quien la habita está completamente determinado por ella, posiblemente sin darse cuenta, pero si fluyendo en ella. Estas aluden a un sujeto moderno del siglo XX y XXI representación de la cual yo hago parte, y a partir de ello empiezo a generar confluencias y diferenciaciones para advertir cuál es la casa en la que habito y qué danza es la que bailo con ella.



No quiero dejar pasar un referente de casa, el cual además está muy cerca de mi entorno, en el municipio de Envigado, La Casa de las Piedritas, como la nombran. Es una casa construida producto de una promesa de amor realizada por Santiago- un artista no arquitecto ni ingeniero- a su futura esposa Gloria, a quien le prometió hacerle una casa de piedritas. La promesa se cumplió y aunque Santiago murió la casa es una obra inacabada que en 48 años no paró de hacerse. Hoy no solo es símbolo de un gran amor, sino de una larga y continua labor de un artesano que no detuvo su impulso creativo. Es la casa emotiva como quiero nombrarla, producto de una decisión amorosa, con el mérito de que quien construyó no fue un ingeniero o arquitecto, sino un artista en permanente exploración que rompió todo parámetro establecido del concepto casa y quien resignificó todo el tiempo los materiales. Una obra cargada de la historia del planeta, gracias a la piedra y las capas que la contienen. No fue un referente previo a la construcción de casa, pero una vez la conocí, me resultó provocador el impulso vital de este hombre de espíritu obnubilante.

## *Pilares*

Con los antecedentes que acabo de presentar, como explosiones de nuevos universos de la mirada del ver, del sentir, de la percepción, me embarqué a realizar exploraciones que me permitieran develar el objetivo. La primera estrategia fue narrar La casa como una manera de dialogar con mi forma del estar y la manera en la que ella se ha ido armando. La segunda fue exponer el juego que llevé a cabo con algunos amigos y amigas de realizar videos film minutos el mismo día y a la misma hora, desde el lugar en el que cada uno(a) se encontrara, registrando lo que quisiera del momento y lugar, en una exploración más allá de la mirada. Finalmente, fue oportuno una mirada externa que me contara de mí en ese acontecer construir casa y la manera de verme mover con esa influencia somática, es por eso que realicé entrevista a dos mujeres que han estado muy cercanas a este caminar.

En la triada arte, filosofía y ciencia he encontrado una manera amplia de ver la creación, observando que ellas se mueven y comunican entre sí. Puede correr el riesgo de no ver la fuente de experiencia común de la que surgen, quien la aborde fragmentariamente. Un gran camino las contiene y a la vez les permite diferenciarse con fronteras de intercambio. Nuestro cuerpo es muestra de ello, un brazo humano puede pintar, escribir o derribar un muro. Con estas tres atmósferas y sin desinstalar el misterio, doy inicio a la narración del aparecer casa, otro espacio que se abrió en el Universo.

**Habitar del padre.** La primera vez que me relacioné con la casa de forma prolongada fue hacia 1997. Un encuentro completamente práctico con una simple mirada de uso sobre ella. Me servía para cumplir la tarea de escribir la tesis del pregrado en derecho. El tiempo que pasaba en la casa se fue incrementando y empecé a sentir que algo nuevo estaba ocurriendo, no sabía exactamente qué, quizás la diferencia entre el visitar y el habitar. Y es que hasta antes de esa fecha, esa casita en el campo era un lugar de tránsito, habían pocos días de estancia, sin conocimiento alguno de sus ciclos, a lo que llamo visitar. Habitar implica conocer sus ciclos y mutar hacia relaciones más horizontales, menos impositivas en tanto gustos y deseos.

A mediados de ese año vi acontecer un fenómeno que se repitió en varias ocasiones, en la cordillera occidental que tenía enfrente de la habitación donde estudiaba, noche a noche

ocurrían tormentas eléctricas, tan lejanas que solo me llegaba la luz. Es un acontecer que ocurre cada año. Ver el fenómeno desde la condición de visitante se hace bello, se ilumina el cielo en completo silencio. En el estado del habitar su recurrencia sin duda permite ver otras caras y posiblemente enriquezcan la experiencia, si así se permite, porque también puede ocurrir la permanencia del estado de visita.



*Fotografía 4 La casa que habitó y construyó el padre. Autor Juan Carlos Pabón*

Terminada la tesis y posteriormente graduado, la intensidad en la relación volvió a disminuir, seguí acompañando a mi padre en la construcción de la casa, pero con menos frecuencia. Él estaba dejando su estela en ella, su rastro cada vez más presente se extendía por toda la casa. Hoy siento que la construyó habitándola. Para él fue un territorio que le permitió vivir acontecimientos lejos del orden familiar, un espacio en el que se instaló como sujeto libre y libertino, donde pudo explorar otra alternativa del estar. Cuando mi padre se me hace menos tangible por la ausencia de su cuerpo, la intensidad de la relación con la casa me fue heredada. Asumí el cuidado de los árboles, de la pintura, de los sistemas de alcantarillado, de los techos y en general de su mantenimiento. Empecé a verle otra cara a la casa al detenerme a observar los materiales empleados: las formas estructurales elegidas; las historias que sabía contenían los objetos; identificando en los patrones del hacer formas repetidas. Vi la manifestación de mi padre en todas partes; era verlo a través de la casa, detrás de cada cosa. Hoy verlo no es tan fácil. La actual manifestación de la casa da cuenta de la influencia que han ejercido en mí los espacios de creación escénica; los escenarios teatrales; las casas remodeladas en función de dictar talleres de teatro; las clases de improvisación que me proponían abrir espacio interior, todo un mundo de diseño y confección. Sus espacios vacíos modulares se llenaban de tanto en tanto con utilería,

vestuario, escenografía, luz, sonido y palabra, para luego volver a vaciarse. Espacios abiertos y despejados que empezaron a disponer el habitar- construir La casa. La primera expansión que advertí fue la apertura de la cocina con el salón central. Fue el acto que marcó el inicio de la mutación de la casa. **El techo, imagen generadora.**

La exploración creativa me llevó a preguntas muy personales, que sentía debían manifestarse en un lugar más íntimo. La sede del teatro donde por ese tiempo participaba de las creaciones escénicas empezó a demandar una acción colectiva permanente, mis exploraciones individuales tenían menos espacio. Este hecho, en confluencia con mi presencia en la casa de manera más prolongada, me condujo a pensar hace diez y siete años, sentado en uno de los corredores de la casa y mirando hacia arriba ¿y si le quito el techo a esta casa y en su lugar construyo un piso de madera? ¿será que puedo hacer un salón para darle rienda suelta a los impulsos creativos que tengo ahora, sin una presión por el resultado?

Con estas dos premisas, las más visibles para mí en ese momento, indago sobre la viabilidad para materializar este pensamiento. Asuntos como el recurso económico para la mano de obra, tiempo disponible de mi parte para asumir la empresa, apoyo y permiso de mi hermana quien había comprado el terreno, aunque mi padre hubiera construido y, finalmente, aporte humano en el territorio para que la inversión no fuera muy alta. Al cabo de algunos meses, con el panorama más despejado y con las variables asumidas, inicié labores.

Y allí llegó la pregunta ¿dónde sostener ese piso de madera? No era suficiente poner los palos cargueros encima de los muros existentes, era necesario según recomendaciones de los constructores empíricos del corregimiento Pueblito, con quienes empecé a construir, levantar columnas y vigas sobre las cuales reposar el piso. Podía ser en varios materiales, el más adecuado en ese momento, fue el concreto. Entonces la casa se llenó de hierro, cemento, arena, picas y palas, de huecos en la tierra para hacer las zapatas que sostendrían las columnas; por otro lado, se vaciaba del mobiliario acostumbrado de la casa y este se abría espacio en el garaje, sin mucho aire entre cada cosa, una verdadera juntanza; el garaje era el único espacio que no se tocaría de la casa. Fue una reconfiguración. Otras maneras de ver lo visto. Espacios en obra. Organización saturada. **La casa a la intemperie.**



*Fotografía 5: Primer nivel de la casa a la intemperie. Autor: Juan Carlos Pabón*

A las zapatas o huecos en donde se agarrarían las columnas le seguía el vaciado de esta y, posteriormente, la conexión entre ellas a partir de lo que se conoce como una viga perimetral o viga de amarre, la cual, a modo de red, uniría las columnas. Me convertí en lo que llaman un ayudante entendido, además de administrador del recurso económico que entre mi hermana y yo logramos recoger y que, según cuentas, nos alcanzaría para dejar la obra casi terminada- cosa que no ocurrió-.

Me encargaba de conseguir materiales, de hacer negociaciones con los depósitos, en fin, me hice cargo de todo lo que acontecía en la obra, lo que implicó desplazarme todos los días desde Medellín hasta Pueblito. Así, independientemente de las condiciones del clima me desplazaba diariamente de la dirección salón a la dirección teatral. Afortunadamente con una grata compañía, una moto GN 125, gran compañera que hasta el día de hoy sigue conmigo y que sabe del camino Medellín-Pueblito tanto como lo sabe mi memoria corporal.

Las transformaciones en la casa se hicieron evidentes, al punto de dar la impresión de que no existía casa, que el lugar que nos había acogido ya no existía. El agua lluvia la ocupaba; el sol entraba directamente hasta cada uno de sus rincones; los materiales la hacían ver como tierra de nadie. El deterioro de lo existente era evidente, una especie de canto a la desolación. Hubo momentos de mucha nostalgia, el pasado volvió a aparecer con mucha fuerza. Es decir, fue empezar a ver las implicaciones de la corta pregunta que me había hecho: ¿Qué pasaría si le quito el techo a esta casa y construyo encima un piso de madera?

La idea en la mente de la construcción de La casa se realizó en un segundo, pero concretar la acción estaba implicando un tiempo dilatado. Y aunque según Feldenkrais, imaginar una acción y realizarla es en términos de experiencia, lo mismo para el sistema nervioso, ciertamente no hay duda de que para el sistema muscular y óseo no y justo eso era lo que estaba viviendo; estaba movilizando lo necesario para realizar la acción imaginada y viéndola aparecer en el orden de lo material. Un aprendizaje naciente en mí sin muchas claridades, pero en el que intuía un radical cambio de paradigma en cuanto a la manera de entrenar.

La invitación a ralentizarse y calmar la ansiedad de la meta sonaba muy bien y la experimentaba muy gustosa al hacer las lecciones de autoconciencia. Creo, sin ser muy consciente de ello al inicio, que esta forma de atenderme estaba teniendo eco en la relación con el entorno. **La no resistencia.**

Las columnas y vigas emergieron, dando la sensación de que siempre habían estado allí, se hacían tan presentes al instalarse en el paisaje y en mí tan pausadamente, que verlas en disposición de recibir el piso de madera era como ver integrar la cabeza al movimiento del brazo que se eleva hacia el techo. Feldenkrais habla de la “no resistencia” como principio de la buena postura, propone que el movimiento no sea un asunto exclusivo de la parte que inicia la acción, sino que sea el resultado de una afectación mutua, que permita conexiones, por ejemplo, entre el brazo y el torso a través de la clavícula y esta a su vez a las costillas, las mismas que se asientan en la cadera y, de esta manera, tal vez poder ver que cuando se eleva el brazo al techo los pies se apoyan, más contra el suelo. De igual modo, las columnas con su viga perimetral conectarían con el piso de madera, el umbral entre el abajo y el arriba.

Otro espacio apareció, el piso de madera, y con él otro andar, otro limpiar, otro respirar y otra luz, otro paisaje, otra experiencia del habitar con otros no humanos. Una madera que iniciaba su registro humano en un cuerpo casa, había sido parte de un cuerpo bodega y antes del cuerpo bosque. Con memoria de corte y traslado, de máquina y fragmentación instalada en casa, serían otra red en plano horizontal, su forma era otro objeto creando espacio. **Una elección.**

El acuerdo con los fabricantes del piso y el techo de madera fue que ellos cobraban un total independientemente del tiempo invertido. Todo apuntaba, según sus cálculos, a construir piso y techo en dos semanas, una semana para el piso y otra para el techo. Pero la lluvia empezó a arreciar de forma inclemente, hubo días en que no paraba de llover, por lo que no se podía avanzar en la construcción. De tal manera que dos semanas se convirtieron en seis.

### **Magia.**

Con la llegada del piso y el techo a casa, el dinero disponible se agotó, dejando la primera planta como una piscina abandonada, no solo porque las columnas habían generado un remezón en paredes y piso, sino porque el agua lluvia avivó los hongos por todo el lugar y continuaría haciéndolo hasta tanto no apareciera algo para el cerramiento de la segunda planta; la lluvia seguía arreciando, penetrando el tablado y escurriéndose hacia el primer piso. Fue entonces necesario empezar a resolver sin dinero, poniendo a prueba la creatividad y el vínculo con la casa.



*Fotografía 6: El piso de la casa del primer piso durante la construcción. Autor Juan Carlos Pabón*

Afinar la escucha y la observación fueron las estrategias que puse a disposición, las tenía muy presente gracias al entrenamiento del método Feldenkrais, aún no sabía si era consciente o no. Lo que sí sabía era que cuando iniciaba un nuevo proyecto creativo en la dirección teatral, le proponía al grupo considerar que todo lo que aconteciera a partir del arranque de un proyecto creativo, todo lo que les aconteciera en la cotidianidad lo atendieran como parte de la creación. Salí a recorrer el pueblo vaciándome de pretensiones, de estructuras, de deseos, como cuando en el método se le propone a uno acostarse boca arriba y disponerse a observar, solo eso, observar qué ocurre, qué pensamientos aparecen,

qué emociones afloran, qué se alcanza a percibir del entorno, cómo entra el aire, cómo sale, qué lugares se sienten con mayor movilidad, cómo se puede disminuir el impulso de querer moverse por costumbre; y allí, en medio de ese vaciamiento, algo nuevo empieza a aflorar.

Es un vaciarse del anhelo, del querer algo específico, de lo que conozco y domino, y mejor deambular por lo desconocido, perderse, no conocer la ruta, disfrutar del misterio, donde la acción aprendida sede el paso a otra cosa, a rutas no transitadas. Entonces, caminando, recorriendo el corregimiento, sin rumbo ni horizonte claro, me dispuse a encontrar lo que estuviera esperando la casa... ¡Magia! Aparecen unos aserradores, estaban sacando rastras de madera de unos árboles de pino. La rastra es un madero cuadrado que sale de los troncos redondos al realizar un corte longitudinal y quitarle la corteza, es una especie de tapa o lo que se conoce como orillos. Esas tapas a veces las desechan y, aunque cada vez las descartan menos, en ese momento lo iban a hacer por ello me las podía llevar.

Evidentemente, las estaban cortando para mí. Un chivero<sup>14</sup> las llevó hasta la casa.

La casa los iba a recibir con mucho agrado, su gesto sería por algún tiempo la de un galpón de pollos, pero la lluvia no iba a deteriorar más el tablado que había surgido de fuertes contracciones. Ahora podía dedicarme a lustrar la primera planta de manera pausada y serena, no le caería más agua, suficiente con la que ya había absorbido. Era imprescindible agradecerle la manera amable con que se había dispuesto a recibir ese gran huracán que le había pasado por encima, necesitaba empezar a mimarla después de casi un año de acción dura e ininterrumpida, donde sus cimientos se movieron y las disposiciones de sus lugares se transformaron. **El alma que cobija.**

Para este momento el movimiento de trabajadores se redujo, los expertos en madera y construcción se fueron, quedamos Beatriz y yo, mi amada compañera, a quien dedico este momento, pues, aunque su presencia no era permanente, siempre estaba allí, emocionalmente era permanente. Fue el gran aliento que mantuvo la llama encendida para iluminar esta gran cosa que se presentaba. Cuando iniciamos el enchape del baño, apareció Gaudí o fragmentos de baldosas de diferente tamaño y colores, una labor que duró tres meses, lo que en las nuevas edificaciones y con mano de obra contratada, con materiales

---

<sup>14</sup> Los chiveros son carros generalmente antiguos, muy fuertes, en donde se transportan tanto humanos como no humanos, esa es su gran ventaja, su gran virtud, no discriminan



listos y existentes en el mercado, dura como máximo tres días. En lugar de eso compré un material existente en el mercado, recibí gustoso donaciones de amigos que habían remodelado sus casas. Fue comprar piezas de segunda calidad para romper, fue fabricar piezas y empezar a ensamblar. El diseño empezaba a surgir, la premisa fue: que no sea uniforme. El material y sus dimensiones serían la guía, el lugar mostraría sus opciones y nuestras manos, en especial las de ella, las manos artesanas que develarían la forma.

### **Demolición uno.**

En el cerramiento del baño de la primera planta había quedado un hueco para una ventana con mirada al solar, con sus árboles de naranjo, los pájaros picando frutos, el aroma de las flores remontándose sobre el aire y el revote de la luz sobre las hojas. ¿Qué ventana? Una que abriera y cerrara para que un aroma con historia refrescara. Las demoliciones fueron una buena opción. Busqué uno de esos lugares donde venden objetos que salen de las casas que demuelen, objetos con memoria de ciudad y de diseño, encontré uno ubicada en el municipio de Itagüí, contaba con dos bodegas, una de ellas sobre la calle principal en la que había artículos de madera y se hacían procesos de restauración. Un lugar lleno de objetos en el que resultaba difícil apreciar lo que había.

Su dueño, un hombre alegre y conversador, me contó que una mujer de mucho dinero un día fue buscando un gran ventanal de madera y vitral, se había enamorado de él; lo empezó a cortejar y al cabo de unos pocos meses, le propuso irse a vivir con ella a su casa en el Poblado, en medio de las mejores comodidades, incluyendo chofer. El ofrecimiento sonaba muy bien y aceptó, pero solo aguantó dos meses, le hacía falta el “desorden” y el “lujo” lo abrumó. Y es que ese hombre en medio de su “desorden” sabía qué tenía y dónde estaba. Solo era preguntarle por algo para que él se condujera zaguán adentro de esa casa semi caída, al lugar donde estaba algo parecido y, si allí no se encontraba, él invitaba a ir a su bodega principal, donde había centenares de objetos de casas antiguas, en madera, metal y vidrio, de múltiples diseños y tamaños. Fue ver en un solo lugar la historia del diseño de objetos arquitectónicos de la ciudad de Medellín. Allí me encontré con la ventana del cuarto de baño, un diseño setentero, de metal con vidrio rectangular de 15cm por 30cm, pegados con masilla negra en lugar de silicona como en la actualidad, con dos alas centrales

que se abren y se aseguran con chapetas de bronce, un bello artefacto cargado de memoria y algo de nostalgia. **Centro de reciclaje.**

Otro lugar de venta de materiales de doble uso fue el de envases de vidrio, en especial de vino, las cuales entraron a formar parte del cerramiento del cuarto de baño y que luego se extendieron por toda la casa. Es el lugar que más recuerdo y donde he comprado la mayor cantidad de envases, está ubicado detrás del Jardín Botánico de Medellín, un lugar de tres pisos, de donde permanentemente salen y entran carros cargados de botellas.

En el primer piso se ubica la balanza y el escritorio de quien recibe y entrega dinero, en el segundo está el lugar de almacenamiento y en el tercero se encuentran grandes canecas llenas de agua y botellas, y a su alrededor unas mujeres, que retiran las etiquetas de las botellas y las limpian por dentro. Todo un sistema de producción de donde salen miles de esos envases para ser vendidos a un precio más económico que los de primer uso.

#### **Animando el objeto.**

Con las botellas aparece otro aprendizaje: El corte de vidrio de manera artesanal. El espacio que las solicitaba, pedía el corte de sus cuellos. Fueron muchos intentos fallidos hasta conseguir un corte que no fracturara el envase.

Era el encuentro con una serie de variables, que debían atenderse botella por botella, en una comunicación, en un compartir individual, no serial, con calma, con actitud alquímica. Una alianza con el tiempo pausado y la buena presencia del aire, para que la relación se instalara en los mejores términos. Era como animar el objeto a través de su individualización y su posterior complicidad para construir el espacio en donde pudiera dar cuenta de los cambios de luz a modo de testigo luminoso. **Re-encantar.**

El baño puede visitarse, puede verse, en él humanos y no humanos se pueden asear, pero no se puede decir que está terminado, quizás eso sea parte de su belleza, su potencial no acaba, está dispuesto para nuevas miradas. En un ver hacerse permanentemente, el encuentro, el revisitarse, el reencantamiento sucede.

Encantamiento, como el que sentí cuando vi una máquina vertical de cortar tableros de madera, también llamados hojas, unas especies de láminas planas que surgen a partir del ensamble de pequeñas partes con colas o pegamentos. Estaba averiguando en el mercado

local hojas de tríplex para perfilar las columnas de cemento de la casa y pensé en la forma de realizar un corte de un ancho de 4 cm. No la había hecho de manera artesanal y pensar hacerlo en la máquina que conocía para trozar madera de forma industrial me causaba una fuerte impresión, por la proximidad de las manos del operario a la cuchilla de corte, que se movía a gran velocidad, impulsada por corriente eléctrica.

Caminé por los almacenes de madera del centro de Medellín y me encontré en un lugar donde vendían tableros, una máquina de corte vertical. Era un gran objeto, de unos 6 metros de largo por 3 metros de alto, con no más de 30 centímetros de ancho y empotrada a la pared. Vi como un operario montó una hoja de madera allí, de forma vertical y una mano mecánica activada manualmente empezó a hacer cortes trasversales, sin que la cuchilla se viera, ni el operario estuviera cerca de ella. Sentí un gran alivio y a la vez una gran confusión por el tamaño de la máquina. Efectivamente era muy segura para el operario, realizaba cortes de alta precisión de manera rápida, pero era un gran objeto.

Era el mundo de la máquina, de la industria, de la producción masiva, de la labor comprimiendo tiempo, “hacer rendir el tiempo”, y por lo tanto la labor artesanal marginada a la idea de pérdida de tiempo para nuestro espíritu de consumo rápido. **Cediendo a la industria.**

La precisión que me ofrecía esta máquina en un corte tan pequeño y sin riesgo para el operario me animó a ceder a su ofrecimiento. Compré varios tableros de tríplex delgado y solicité el servicio de corte con el mínimo que podía hacer la máquina, 5 centímetros de ancho. Pasada solo una hora el material cortado estaba en mis manos y humano y no humanos estábamos dispuestos a tomar un carro que nos llevara a la casa. Después de inmunizarlas, las pegué en las esquinas de las columnas y vigas con pega amarilla.

Iniciaron un registro del hábitat humano. En su archivo-memoria estaba la historia del bosque y de la industrialización humana. En su actual presentación estarían como perfiles de columnas y vigas, testigos del acontecer de la casa. **Pintar.**

Ponerle color al concreto, sin necesidad de revocar, es decir ponerle arena con cemento a las paredes no era la opción más vista. Ver los adobes expuestos me permitía recordar el vacío que contenían, la casa es una oquedad con sonoridad interna, una caja resonante en su piel. Lo otro es que el revoque me ha dado la impresión de aplanamiento de los espacios,

por eso la opción fue no cubrirlos, mejor estucar y pintar las juntas de cemento y arena que los une, un tipo de maquillaje que me da gesto de amplitud y calma. **Visita familiar.**

Con las paredes pintadas percibí que la casa podía recibir los muebles de la casa anterior, arrumados por más de tres años en el garaje. No es que estuviese lista, pero podía empezar a recibir a otros visitantes, en especial a la familia. Tres años de ausencia fueron demasiado para quienes le habían apostado y aportado al cambio y que aún no sabían en qué iba. Fue un momento difícil, porque era bastante tiempo transcurrido desde el inicio de la obra y porque mi presencia, casi de manera permanente, generaba inquietudes sobre el hacer en ella. Llegó el día, la decisión estaba tomada, visitar la casa... Como dicen los paisas, “dar un vistazo”. La primera advertencia que di fue: la casa está en obra y seguirá en obra; para que no esperen, en términos convencionales, una obra acabada. Con esta aclaración el viaje se armó y la presencia en casa de mi familia se dio.

El sin sabor no lo ocultaron y manifestaron que “iba muy bien, pero le faltaba mucho”, se los dije, les recordé que estaba en construcción y seguiría en construcción, pero que creía que podían empezar a disponer algunas cosas y empezar a habitarla, a conocerla, reconocerla y a encantarse. Así fue como el primer piso, permitió dejarse habitar por otros que no eran yo. Tres años de absoluta intimidad estaban llegando a su final, tres años de verla aparecer, tres años en la que en cada rincón había una cantidad de encuentros y relaciones y que hoy puedo recoger porque estuve allí; ella, la casa, un cuerpo animado, compuesto por una serie de cuerpos diferenciados, y yo, un cuerpo más, dentro del conjunto que hoy la compone. **Transición porosa.**

El segundo piso de casa, con un piso de madera y sus paredes de orillo de pino, conocía lo acontecido en la primera planta guardando el resonar en sus poros, como un lente superior que no tiene referencia del peso de los cuerpos que percibe, cuerpos etéreos, siempre sostenidos por algo, el piso, la cama, la silla, mientras que la cara que mira hacia arriba la primera planta, solo percibe peso; es la cara de las capas que, a modo de palincesto, acumula huellas humanas y no humanas: pulpejos y uñas de gato, tacones de las patas de silla, zapatos y cuerpos humanos, patas de mesa... Cada uno haciéndose en él y él haciéndose con nosotros y sosteniéndonos en otro nivel. Frontera entre el abajo y el arriba, conectándonos a través del sonido y el olor. Aparecer sin ocultar sobre lo que se asienta. Lo

de arriba absorbe lo que acontece abajo y lo sigue proyectando hacia arriba de la misma manera que transfiere hacia abajo lo sentido, en una comunicación permanente, en mutua afectación que se hace evidente por lo poroso del material. Es diferente cuando la loza es de cemento, allí la transmisión es menos perceptible, dificulta ver la reciprocidad. Es como si los sentidos en lugar de permitir la aparición de la relación la ausentaran, limitando la experiencia, ahí se hace urgente la presencia de la intuición y la imaginación, como formas de percepción y mecanismos para ver la cara liminal de la experiencia. El tablado se presenta no como una metáfora del ver, sino como medio a través del cual desleír el arriba y el abajo, el adentro y el afuera, derecha e izquierda, en general la dilución de las categorías aisladas que, finalmente, son condiciones de un mismo aparecer. Con esta sensación me dispongo a ver la potencia del segundo nivel de la casa en relación con mi mirada. Nos encontraremos y mutuamente nos construiremos a partir del hacer artesanal.

### **Catedral.**

El primer riesgo en la mirada fue con un hueco que quedé entre la viga y el techo en uno de los costados. Allí confabularon sin duda muchas cosas hasta ver aparecer un vitral: La sensación de vacío y silencio, la luz alterada por las transparencias de colores penetrando en los espacios, el gusto por la presencia de luz en los lugares, aunado a la forma triangular en la que se disponía este pequeño nicho se presentó ante mis ojos como catedral. No sería un vitral con plomo y vidrio fundido de colores por su puesto, debía enfrentarlo con mis habilidades y con los materiales que tenía a mano, botellas y recortes de vidrio encontrados. El avance de la obra mostraba la forma de la pieza requerida, de tal manera que pasaron meses, en algunos lugares, para que llegara el trozo que requerían. Otro aprendizaje que se instaló, entre los ya existentes, fueron los registros de las experiencias nutridas por la intuición, permitiendo que la acción se instalase como juego del azar entre las opciones dispuestas, allí donde la voluntad se aquieta, inhibiendo la opción habitual y en su lugar habilitar otro compartir resonante con la situación. No es la respuesta predecible por la costumbre, es, más bien, permitir un vaciamiento en la respuesta y así disponerse a recibir el afloramiento de otras confluencias. **El salón.**

Llegó el momento de parar por un tiempo, la relación del hacer con el vitral, consciente de que la obra está en obra y dirigiendo la mirada hacia los orillos. Empecé a percibir falta de

aire en el salón, los orillos de pino la protegían de la lluvia, pero también impedían la entrada de la luz y la circulación del aire. Habían pasado ya varios meses y pude considerar asumir un nuevo parto. Lo que saldría ya lo vería. Si ahora ver el salón oscuro y sin aire me impulsaba a percibirlo desde otro lugar, lo opuesto sería entonces la opción. Sentirlo completamente iluminado durante el día, sin necesidad de luz artificial en ningún rincón, donde lo que estuviera afuera no se sintiera lejano o desconectado por el sartal de trabas que le hemos puesto a las relaciones. Las ventanas fueron elaboradas con la madera del techo que se quitó del primer nivel y las puertas son de segundo y hasta de tercer uso. La más grande de ellas estuvo antes de llegar a La casa, participando de una obra de teatro y antes estuvo en la bodega de una venta de objetos de demoliciones al igual que las otras tres. Puertas con memoria de episodios del Medellín de ayer. Guardan información del clima y sus vientos; de la relación del fabricante con los materiales; de los trazos de habitantes en su habitar, de sus voces, sus gestos, sus maneras. Son testigos silenciosos, muchas veces ignorados y despreciados, peor aún, desconocida su posibilidad de memoria. Después del camino recorrido, las puertas se encuentran hoy en casa, estrenando piel, porque les quité todas las capas de pintura que llevaban encima, tienen otra forma de presentarse al viento, a la noche, al día, a la lluvia, a las arañas que tanto las habitan, a los humanos y por supuesto a todo aquello que no logro percibir. Ventanas y puertas mostrando el límite del salón, el mismo que de manera más luminosa y aireado empezó a albergar, ensayos y funciones de danza y teatro. Apareció el lugar que impulsó este construir, este transformar, este largo y paciente camino de ver como se hace salón de ensayo y creación. **Primera fiesta.**

La primera actividad que albergó el salón, fue “La Primera Fiesta de la Lectura y la Palabra del corregimiento de Pueblito” en el 2014. Un evento que contó con la participación del Ministerio de Cultura, la Alcaldía de Heliconia, la comunidad y muchos amigos y amigas que gustosamente quisieron vincularse. Fue el primer momento de albergar personas, de variado peso, contextura, formas y expresiones, era la comunidad saliendo al encuentro de un salón que se disponía para la escena artística. Para muchos habitantes del corregimiento era lo más parecido a un teatro que habían visto, con juego de luces, sonido en vivo, artistas compartiendo su hacer y otras historias en su memoria. También compartimos alimento ya que después de la velada, la casa compartía con los asistentes un pequeño refrigerio

elaborado en la primera planta. Subir y bajar muchas veces las escalas de acceso estimuló la pregunta ¿Será posible una cocina en el salón? **La cocina.**

Pensar en cocina era armar la idea de casa en la segunda planta, asunto que nunca antes había considerado. En un lateral externo al salón había una pequeña plancha, que era la loza del baño y el patio de la primera planta. Hasta ese momento ese espacio era la terraza para divisar, un espacio abierto al cielo y al patio del primer piso. No obstante, otra cara me empezó a interesar en él, una percepción se develaba en forma de cocina y, aunque aún muy borrosa, pasaron solo algunos meses para que lo visto se aclarara y se produjera un nuevo encuentro. La cocina empezó a aparecer con mucha luz, igual que el salón, ventanas con vista al solar y a la montaña. Apareció un mesón de madera y aluminio empotrado a lo largo de la pared donde estaban las ventanas y un pequeño corredor para transitar por él, lo demás, lo ocupaba el patio que aireaba e iluminaba la primera planta con una reja y tejas de acrílico transparente.

Meses previos al aparecer cocina, me habían ofrecido el material resultante del desmantelamiento de una oficina fabricada en madera. Era la sede administrativa de varias fincas bananeras del Urabá Antioqueño. Su dueño, en compañía de un personal administrativo, dirigía desde allí y tomaba las decisiones más importantes, alrededor del banano, los trabajadores y el entorno, teniendo en cuenta el proceso con las autodefensas de la región.

La memoria de esa madera guarda los hechos de un momento que el país no quiere repetir, que confío no quiera repetir. Acuerdos privados de justicia, ausencia de vida por contradicción con la vida que prodiga el producto de exportación- el banano-. Mucha vida- mucha muerte. Además, memoria de la ciudad de Medellín, a través del contacto permanente con sus empleados y memoria del edificio donde estuvo instalada. Hoy esta madera hace parte de casa, justo en la cocina y con forma de escalera da acceso a lo que apareció como habitación. Duermo con camino de bananeras. **Habitación.**

La experiencia de quitar el techo de la primera planta para ver otras opciones de la misma cosa, estaba muy fresca en mi registro, y salió rápidamente de la capa que la contenía, cuando me pregunté por el lugar donde podía ver la parte técnica del salón, es decir, del manejo de los equipos de luces y sonido. En uno de los costados del salón hay una pequeña

habitación que comunica con la primera planta, está sobre la loza del garaje. La altura del salón superó el techo de ella y ahora montarme a él no era subir, era dar un paso.

Demasiado divertido, por decir lo menos, cuando cambia tan radicalmente la percepción sobre algo, en ocasiones gracias a grandes impactos en la movilidad, como con la realización de una construcción donde la relación se invierte, lo de arriba abajo y viceversa. Ahí toda la dinámica con la movilidad cambia, como lo vemos ocurrir diariamente en la transformación del paisaje en la ciudad que se urbaniza. Pero la quietud es otra manera de ver ocurrir grandes cambios, como cuando Feldenkrais propone observar lo que acontece, inclusive en la pausa, sobre todo en ella, y allí se develan relaciones múltiples que cambian la percepción del movimiento.

Este cambio de perspectiva del techo me permitió ver el cuarto de luces, el cuarto técnico como es nombrado en los teatros, donde el artista de luces y sonido participa del espectáculo. Generalmente, está por fuera del escenario, de tal manera que, ésta extensión del salón a través del techo de la habitación contigua se revelaba como ideal para que atendiera ese asunto fundamental para la escena. Estaba por fuera del escenario, pero unido a él, no estuvo en el diseño previo y aun así aconteció, mi función fue verlo, como me lo ha mostrado este acontecer de construir- habitar y que hoy valoro como gran principio: Atender la serendipia, poder ver lo que aparece, sin buscarlo o buscando otra cosa.

Era elevar un poco el techo con unos estacones de pino donado y ver en el tendido de travesaños y tablilla del techo su opción de piso. Otra opción además de techo era ser piso. Fue el primer cuarto técnico que tuvo la casa y la primera habitación. Una especie de buhardilla de bajo tamaño con gesto de guarida, estrecho, de difícil acceso, habitándolo en un nivel bajo, casi rastrero, pero tenía el encanto de ser el cuarto técnico y la habitación fuera del salón.

Desde este lugar se manejaron las luces y sonido de los eventos de La Primera Fiesta de la lectura y la palabra. Pasada la fiesta esta buhardillita me atrajo para reposar, con frecuencia me llamaba a dormir en ella. Cada vez se hacía más visible la relación entre cocina y habitación, tanto, que con la madera bananera armé las escaleras de acceso a esta. Desde la periferia, la cocina y la habitación se conectaban al salón, y con ellas se completó lo que se considera La casa. Me he preguntado si ¿es otra casa? o ¿una en dos partes? ¿es espejo una



de la otra? ¿otro patrón que identifico para “ayudar a aparecer casas? Pueden ser todas a la vez o quizás ninguna u otras que no veo. En todo caso ahora podía moverme en ella con mayor independencia de la primera planta. Otro espacio de ilusión en el aparecer universo.

### **El baño patio.**

La habitación contigua encima de la cual se armó el cuarto técnico contaba con un baño pequeño. En el momento en el que la cocina arma espacio, la posibilidad de conectar este baño con la cocina apareció sin esfuerzo. Lo más sorprendente es que no había necesidad de pasar por el salón para acceder a estos dos espacios, una verdadera revelación. Era una cascada de encuentros de formas y funcionalidades. El baño se prolongó hasta la cocina al demoler el muro donde se empotraba el lavamanos, este a su vez se desplazó hacia el lugar de la ducha y esta se extendió a partir de la demolición del muro hacia la cocina en uno de sus costados y, aunque no era muy grande, permitió que el lavadero de trapeadoras también se instalara allí. Por eso ese espacio es patio de cocina y a la vez ducha del baño. Lo especial de esta otra estructura del cuarto de baño fue que permitió que la casa se pudiera transitar de manera circular.

La habitación contigua tenía un balcón que conectaba con los balcones que rodeaban al salón y eran los mismos que terminaban en la puerta de la cocina, en la cual estaba el patio-ducha que conectaba con el baño de la habitación. El círculo apareció como resultado de una construcción cerrada. No me había imaginado semejante posibilidad de una estructura nacida completamente rectangular. Caminar la casa circularmente era suavizar sus materiales y su forma. Si eres hábil y juegas chucha<sup>15</sup> la posibilidad de que te cojan es muy difícil. También entonces era una cancha de juego. Todo lo que ha aparecido en casa se pudo haber planeado con conocimiento, intuición e imaginación. Pero se necesitaba inhibir mucho para poder tomar decisiones, porque en el papel es esto o lo otro. En el hacer es todo a la vez. Era la casa tomada de Carrasquilla.

La casa que hoy es la segunda planta se armó en el hacer-imaginar. No es un armado apriori. No sabía que obra aparecería una vez iniciadas las labores. Ha sido un lugar incierto, mutable. Entre las personas más cercanas, tengo fama de desarmar y volver a

---

<sup>15</sup> Es un juego en el que los participantes deben correr para impedir ser tocados o cogidos por la persona que está en el rol de perseguir. En ocasiones a quien cogen salen del juego y en otras sustituye al cogedor.

armar, consideran que las cosas hay que terminarlas, que se debe buscar el final de la obra, dejarla lista, en esa búsqueda de la obra de arte. Lo que percibo desde mí, es que me dispongo a ver formas de transitar el hacer, sin olvidar que las cosas tienen varios rostros y que, al detenerse un poco, se dejan ver. **El patio del primer piso.**

El patio del primer piso había quedado dentro de la cocina, por eso fue necesario ponerle al techo tejas transparentes y permitir el paso de luz a la primera planta. Sobre esa isla de patio no se podía pisar, por tanto, un piso transparente donde se pudiera parar sería para mí su cara más amable. En su momento pregunté por el costo que podría tener fabricar un piso con ladrillos de vidrio transparente. Era una inversión bastante alta para mí en ese momento, el costo de cada ladrillo de vidrio superaba cinco veces el precio de un ladrillo de barro, por tanto, no podía iniciar la labor. No obstante, hace tres años me llamaron y me ofrecieron 250 ladrillos de vidrio, insolux, los habían quitado de la oficina de un general del Ejército Nacional, me los donaban y me los ponían en casa. Creo que acepté antes de que terminaran de ofrecérmelos. Hice conexión inmediata con el registro construido en la imaginación y activado con palabras como donación, demolición, insolux... Que a su vez conectó con palabras como patio, tejas, reja, piso, amplitud, caminar, luz.

La manera en que participe de ese construir fue a través de proponer el diseño con el que trabajaban unos brasileros que construyen este tipo de pisos. Una reja metálica de alta resistencia, compuesta por compartimientos del tamaño del insolux y amarrado entre ellos con un polímero colocado entre sus juntas. La cocina ahora era una verdadera cancha, había pasado de ser un corredor a un amplio espacio lleno de mucha luz arriba y abajo. A quien me donó este material, agradecimiento inmenso, no solo porque llegó lo proyectado, sino porque al igual que muchas cosas de casa concedió historia de país a ésta.

La imaginación se queda corta para ver lo que ellos guardan, secretos que quizás solo ellos conocerán como testigos silenciosos. Lo próximo de la casa fue empezar a dar la vuelta y volverla a ver. Este diario terminó por armarse y hacer parte de esta investigación. Los acontecimientos no se detienen y la potencia de moverme dentro de ella apenas comienza.



*Planos y video 7: Planos de la casa y video recorrido de la casa. Autores: Yesid Castro y Emmanuel Castañeda*

### ***Antenas***

Como ya lo he comentado el acercarme pacientemente con cada material y empezar a dialogar con él, mirándole sus diferentes caras, conciliando con el lugar donde abrirá su propio espacio y la manera como lo modularía, me mostró el mundo sutil de las cosas. Por ejemplo, el encuentro con la cortina debajo del mesón de la cocina de la casa me invitó a acercarme a materiales como: pistachos, vidrio, piedra, nylon y broches metálicos, taladro, broca, la energía eléctrica, alicate, la mesa, piso, mis potencialidades para abrir huecos y ensamblar, el aire y todo lo que se queda por nombrar, algunas que veo y otras que no.

Esa alerta sobre la cantidad de visibles no humanos que participaban en esa relación, más mi presencia, me permitieron ver que mi aporte era uno más entre la totalidad. No podía acontecer cortina sino se encontraban presente por lo menos, los materiales que podía ver, donde mi presencia era una más dentro de todos. Cuando me sentí uno más en el hacer-encuentro-casa, algo empezó a cambiar en la manera de percibir los materiales, me pregunté por esos actos clasificatorios y jerárquicos que impiden ver la cara de compañero de viaje en el otro. Empecé a percatarme de sus manifestaciones, de la manera como entre ambos nos podíamos comunicar a partir de nuestro estado diferenciado en la manifestación de la materia, no era fácil, puede confundirse con la voluntad, pero me he permitido la relación de la afectación así no sea muy clara para mí. He sentido que es asunto de disposición y atención.

Esta cascada de encuentros entre lo experiencial y lo teórico, me han permitido verificar que la experiencia sutil con la cosa es un asunto delimitado del ver y que, en la historia de la humanidad, frente a la corriente separatista, fragmentada y jerárquica de relación con lo otro, hay otra que se le contrapone y se instala en el terreno de la igualdad diferenciada, haciendo que la visión antropocéntrica del humano pierda fuerza y se instale un nuevo paradigma de relación.

A través de la exploración que hice con varios amigos (as), de realizar grabaciones de un minuto de duración durante una semana, el mismo día y a la misma hora, y registrar el momento que cada quien estuviera viviendo o lo que le interesara compartir, lo que quise notar, más allá de la cercanía, era lo que nos acontecía a cada uno, como una manera de alertar ese momento de simultaneidad, como si la pregunta ya no fuera ¿qué estarán haciendo mis amigos? si no, ¿cómo siento que me mueven en este momento?.

Fue instalarse en ese lugar en que me permitió alertar que justo cuando estamos realizando un acto individual, alguien más está haciendo algo en otro lugar y que en ese acontecer simultáneo nos estamos afectando mutuamente. Del mismo modo, las cosas que se encuentran en el lugar de cada uno de los participantes hacen parte de la relación, cuentan un estar y guardan memoria de su aparecer.

Lo primero, consistió en la grabación que por espacio de un minuto cada participante realizó de la situación que estaba viviendo en ese momento.

Con este material realicé una primera edición, la cual consistió en disponer todas las grabaciones en una sola pantalla para verlas acontecer de manera simultánea. Fue ver la diversidad de espacios habitados, de ritmos y de encuadres. Pero también fue ver la cantidad de cosas comunes que nos unen por más que nos encontremos en el campo o en la ciudad, en Medellín u otro municipio.

Sin duda el mayor impacto fue la sensación de estar tan acompañados y de la cantidad de acciones acontecidas en un mismo instante. Da vértigo ser testigo de un movimiento imparable segundo a segundo que da cuenta de lo influenciados que estamos por todos lados. Una sensación muy parecida a cuando se contempla el mar en su constante oleaje, en el que se siente que cada gota cambia de lugar a cada instante y que el oleaje ocurre porque

todas se mueven a la vez, en un empujar y ser empujado al mismo tiempo. Es decir, no por el hecho de estar dormido, meditando o en pausa nos podemos sustraer al flujo constante del movimiento externo, tal vez nos aquietemos un poco, pero la influencia externa es decididamente, como un tren imparable de afectación. Por eso no es asunto de un barrio, ciudad, país o continente, es un asunto, del planeta.

Exploración Relacional 11 4 2022



*Video 8: Exploración relacional: video film minuto 11.04.2022. Autor: Juan Carlos Pabón*

En un segundo momento realicé otra edición más individual. Consistió en una intervención a cada uno de los films minuto que me habían enviado, diferenciando las cosas humanas y no humanas que conforman el suceso que se filma y que aparece en el entorno. Cada cosa está en relación con otros, pero a su vez tienen una relación que ocurre piel adentro y que se manifiesta en sus células, donde probablemente registra lo acontecido. Así, entre humanos y no humanos hay memoria de los entornos habitados pasados y presentes. Por tal razón con la diferenciación de las cosas en cada film quise abrir la puerta para ir al registro que guarda cada una, resaltando que su existencia es un acto vital dentro la sustancia total, que afecta y es afectado. Es un video experimental donde se alude a la manifestación individual de cada cosa y sus relaciones previas a las que constituyen su presente.

Aislar los objetos de su contexto actual, sin relación aparente, es interesarse por la historia que a cada uno le pertenece, que se puede diferenciar del conjunto y que importa tanto como cualquiera otro, humano y no humano, es valorarlo por lo que es y no simplemente por lo que representa para el humano. La percepción del ver la cosa producto de un acto de creación voluntario del humano, es convertirla en un mero objeto de uso que se puede

destruir porque fue creado por él. Es un acto delimitado de ver el hecho y negarse a ver la cara de la movilidad en la que ocurre, del flujo en el que se produce el encuentro y la mutua determinación.

El objeto no nace solo porque el humano quiera, es el encuentro con muchas relaciones que permiten el hecho. Las circunstancias ocurridas para que la lanza pudiera aparecer están por encima de la voluntad humana, es un acontecer que ocurre porque otras cosas en simultaneidad permitieron su aparición. Quitarle a la lanza su condición divina, es sacarla de la sustancia, es decir de Dios, y ponerla por fuera de totalidad, lo que bajo el pensamiento de Spinoza no es posible.

Habitamos en un lugar de relaciones: producimos CO<sub>2</sub> porque respiramos oxígeno, generamos eses y orina porque ingerimos alimento, vamos dejando pedazos de piel porque es renovada periódicamente, dejamos pelo en todo lado porque nace uno nuevo, cubrimos de lágrima nuestros pesares para renovar los embalses, salivamos para digerir alimento, vomitamos lo no deseado, dejamos huellas en cada paso. El asunto no es fabricar, porque habitamos en un lugar del compartir. Quizás lo que está diciendo la Tierra es que nos instalemos como parte del acontecer y no excluyamos de allí nada, reencantemos lo no humano, para que reencantemos el encuentro y la experiencia del vivir humano.



*Video 9: Video experimental sobre la memoria de cada cosa en el espacio que se ocupa.  
Autor: Juan Carlos Pabón*

***Cerramientos: Una voz ajena que me habita***

Beatriz Vélez y Alejandra Penagos son dos mujeres que han estado presentes durante muchos años de mi vida, me han visto estar, crear y dirigir obra, pero además han participado en esos acontecimientos.

Beatriz ha sido mi maestra de danza, fue la persona que me mostró el mundo de la somática y fue compañera en la formación del Método Feldenkrais. Fui estudio de caso de su maestría en dirección y dramaturgia, donde ella se preguntó por la somática en la enseñanza de la danza. Durante muchos años fuimos compañeros sentimentales, con quien construí no solo una amorosa relación, sino buena parte de las cosas de la casa y de las producciones artísticas en el Teatro Popular de Medellín, además, conformamos una compañía que se llamó Trabazón escénico, en donde nos preguntamos a través de las creaciones por la danza el teatro, el entorno y el soma. Por tanto, su voz me habita.



*Fotografía 10: Beatriz Vélez en la obra Rufino. Autora: Ana Elisa Echeverri*

Por su parte Alejandra es una mujer que conocí durante la dirección artística en el Teatro Popular de Medellín a quien dirigí en muchas ocasiones. Una mujer muy inquieta intelectualmente, apasionada por la lectura y el teatro, formada en medicina tradicional china y filósofa. Me ha acompañado en varias de las aventuras que he emprendido. Conoce de cerca todo el proceso de habitar construir casa, donde vivió durante una corta temporada y ahora me acompaña en este hacer maestría.



*Fotografía 11: Alejandra Penagos. Autora Alejandra Penagos*

Durante las conversaciones que en diferentes momentos tuve con ellas alrededor de este acontecer investigativo sobre el habitar construir casa, surgieron cosas en común que permitieron observarme a distancia.

¿Cómo me percibes?

Lo primero que alertaron fue la pasión por el movimiento, no solo en mi cuerpo, sino en relación con la fabricación de objetos, desde obras teatrales con su puesta escénica y la dirección de actores, hasta la elaboración de escenografía, vestuario, utilería y maquillaje. Pasión que se mezcla con una actitud de mando que se percibe al dirigir, sin dejar de reconocer que trabajo a la par con el grupo.

¿Percibes cambios a partir de la formación en Feldenkrais?

Alejandra advierte cambios en la relación con lo otro, antes y después de la formación en Feldenkrais. Dice, “te has suavizado, comparado con la manera fuerte y hasta dolorosa que proponías a la hora de entrenar corporalmente, también, te percibes con maneras más suaves de tratar al otro e incluso en el tocar, en las actividades que son de contacto” (Penagos, 2022).

¿Qué sientes que es la construcción de la casa en mi vida?

Alejandra dice, “el habitar construir es una continuación de lo realizado en el teatro, tanto de tus preguntas sobre la creación, como de la relación con los materiales. Se advierte el gusto que tenías de que las obras no partieran de un texto dramático previamente escrito, y aunque no todas lograron tal cometido, gran parte de ellas surgieron en el hacer, con texto



dramatúrgico construido a partir de las exploraciones en la escena al igual que el vestuario, la escenografía y la utilería, las cuales eran elaboradas por el grupo, en un acto dispendioso y paciente. Hacía parte del montaje, la construcción, no solo del movimiento actoral o puesta en escena, sino de todo lo otro que lo componía. De tal manera que la casa no es un hecho extraordinario, lo que se suma en este nuevo momento es la reflexión sobre lo realizado y la manera de dirigirse a ella” (Penagos, 2022).

Beatriz dice, “un interés no sé si es humano o tuyo, de ese tener casa, tener un techo, pero no propio. Porque esta fue la característica, podías ir allá (la casa), con la confianza de estar en Pueblito, pero no era tu casa. Era el deseo de tener una casa. Creo que eso es todo, la justificación un poco.

¿Que si te vi ansioso? puede ser, en la medida en que es una combinación entre el tiempo de los otros, el tiempo tuyo, el dinero tuyo, sabiendo que todo lo que se retrasa, tiene sus costos, sus dificultades. Con ese deseo afanoso de hacer rápido. Y sobre todo esa casa, algo tuyo y con esa idea de construir un salón, que no es un cuarto para poner una cama, sino un salón de vida, un salón de movimiento, de teatro, un salón con gente, un salón con niños, películas, cuentos y por estas cosas tenía una salecita, pero básicamente era un espacio, tener un espacio. Cuando se te acabó el dinero fue una segunda etapa, porque el momento anterior ya estaba subsanado, satisfecho por un techo, ya se podía dormir adentro. Lo próximo sería ir con calma, no hay afán, pero de pronto por eso mismo vino el detalle, sabiendo que vas a estar viéndoles la potencialidad a los materiales. La casa se llenó de cosas que te regalaban. Entonces uno veía cartones, pedazos de madera y ahora las veo siendo el piso de tu cuarto, las escaleras. Es interesante esa transformación de materiales y espacio porque cuando con mi familia fuimos a ver el lote de la finca que tenemos hoy, era una loma y me pregunté vamos a comprar un desfiladero y mi papá proyectó, si hacemos un banqueo, la pendiente de la montaña es así, concluye nos cabe la casa con piscina y todo. Entonces como esa potencialidad de las cosas, que a veces uno no las ve, el otro puede verlas. Entonces muy interesante, muchos de los materiales era basura, el desecho de los otros es el tesoro para el otro” (Vélez, 2022).

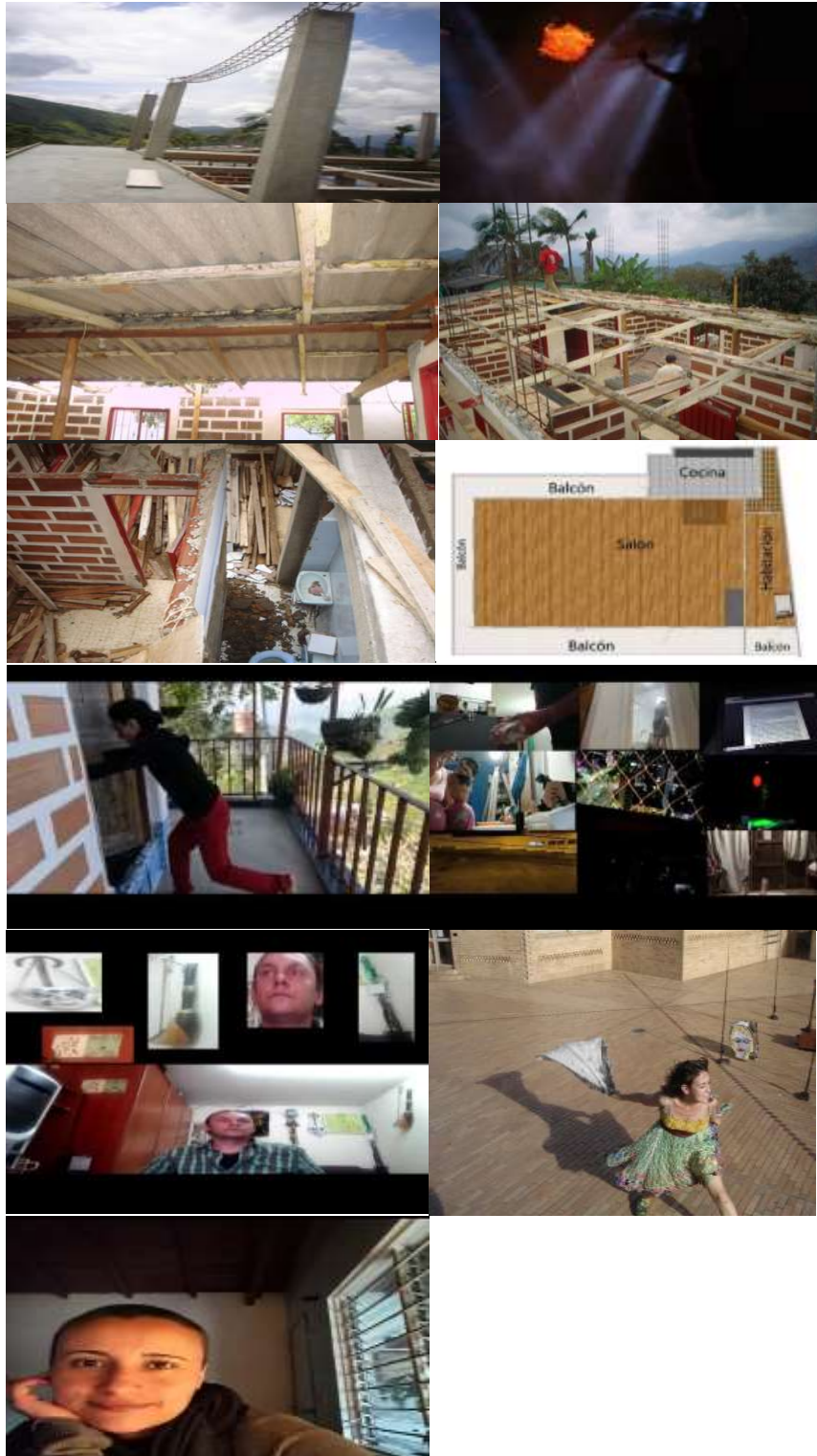
Por último, a la pregunta de ¿cómo percibe Feldenkrais en mi cotidianidad, me dice que, aunque no sabe precisar cómo se manifestó, era claro que ambos estábamos cambiando y

que por ser tan sutil y pausado en el tiempo y como nuestra convivencia siempre estuvo marcada por el respeto, los cambios no los recuerda realizados de manera drástica. Hoy en cambio sí podemos ver en retrospectiva y advertir los cambios en las estrategias de movimiento y de enseñanza, pero no lo percibió tanto en la construcción, pues siempre me vio muy apasionado por los materiales.

El encuentro a partir de una palabra sincera y amorosa con estas dos mujeres me permitió asimilar todo este acontecer de constructor, reafirmando ese sentir cercano y respetuoso que se ha venido acrecentando por lo no humano, ese que no importa, ese con el que arremetemos en cada marcha, ese que detiene nuestra rabia, ese que no siente, ese que construimos para desechar inmediatamente, esa reunión de plástico que grita desde una isla en el mar, compañero inseparable de los habitantes de calle, ese que guarda nuestras más íntimas vivencias, esa piedra, ese árbol consejero, ese gato, ese perro, esa araña, ese viento, ese aire, ese que no veo.

Escuchar de mí en boca de estas mujeres fue atisbar esa pulsión por el sentir en mí y por el sentir en y con el otro.

# Primer Capitulo en imagenes



## **Capítulo segundo. Vertebras en movimiento.**

La pregunta por el entorno ha sido compleja concebirla de manera escindida en la relación con el cuerpo. Como vimos con Gálvez la relación cuerpo entorno es el eje transversal de toda su investigación en relación con la arquitectura principalmente. Yo me dejé permear por ese acento somático que ella evidencia en su manera de presentar su investigación, la manera en la que hace relaciones, la profundidad con la que aborda el encuentro de los y las bailarinas con el movimiento.

De otro lado, Ávalos nos recrea muy juguetonamente, con alto grado de análisis, la aventura que el humano moderno ha vivido en los diferentes espacios que ha habitado o soñado. Y entonces ahí yo puse la atención en ese cuerpo somático, lleno de posibilidades, alertando a través del movimiento la experiencia del estar. En este segundo capítulo me permití recorrer caminos sin piso, incertidumbre de terrenos, visiones que no nacen de la mirada, relaciones que decanto a través de historias contadas construidas por los propios materiales, diálogos con colegas donde entreveo un misterio en la percepción con el entorno y unos estudiantes permitiéndose nuevos sentires. Por eso aludo a las vértebras, como unos cuerpos estructurales moviéndose. Ya no es un sujeto quien se narra para verse, sino que son narraciones de otros con otros y yo por ahí.

En esta ocasión también tendré vecinos o compañeros de camino, también tendré relaciones con materiales desde donde cada uno terminó instalándose y conversando con sus cercanos y que llamo las Puertas. También están las conversaciones con maestras practicantes somáticas y su vivencia con el entorno, a las que llamo periferias en balcones. Además, están las acciones compartidas de los y las estudiantes del curso de prácticas somáticas alrededor de lo que tuvo sentido para cada uno y que llamo cristales de ventanas y, finalmente, la exploración relacional de movimiento sin verse a partir de exploraciones con algunos amigos de la primera exploración y otros nuevos que consistieron en encuentros a través de una plataforma virtual, el mismo día y a la mis hora desde donde cada quien quisiera tener un momento para mirarnos a los ojos en frente de la cámara, respirar juntos e

iniciar movimientos quitando la mirada de la cámara con la sensación de afectar y ser afectado, a lo que llamo espacios de tránsito.

### **Los Vecinos**

En este segundo trayecto aparecieron también muchos autores. Unos más que otros me guiaron el camino de ese misterioso concepto del entorno.

Un primer encuentro que me generó mucha satisfacción fue con el filósofo griego Anaximandro, el cual lo conocí a través del filósofo Cerbio, quién realiza un análisis alrededor del Ápeiron, “según las fuentes Anaximandro identificó este primer principio con lo “indefinido” o “ilimitado”, es decir, aquello que no (“a”) tiene límites” (“peras”), (Cervio, 2014, pág. 4) . Lo que se conoce sobre este concepto es un fragmento del texto completo, citado por Teofrasto y este a su vez, citado por Simplicio, dice: “Allí donde está la génesis de las cosas que existen, allí mismo tienen éstas que destruirse por necesidad. Pues ellas tienen que cumplir mutuamente expiación y penitencia por su injusticia conforme al orden del tiempo” (Cervio, 2014, pág. 9).

Debido al corto texto las interpretaciones son muchas. No obstante, algo en mí se movilizó, ya que esa era la sensación que tenía, una correlación de todo con todo, una condición de afectación mutua, por tanto, conocer de este concepto me impulso para seguir en esta línea de indagación. Dice Anaximandro que “el Ápeiron es un principio ilimitado y, en cuanto tal, ingenerable. Es decir, el Ápeiron no solo es inmortal (indestructible, imperecedero), sino que tampoco ha sido engendrado por nadie, pues aquello que no tiene fin no puede tampoco tener un principio” (Cervio, 2014, pág. 6). Se diferencia de todas los otros elementos que planteaban sus compañeros filósofos, los presocráticos, que proponían como principio de todas las cosas elementos como el agua o el fuego, pero según Anaximandro, si fuera uno de ellos, ¿cómo se habría engendrado ese elemento principio? y aunque no logró nunca precisar qué tipo de principio es el Ápeiron, dice Cervio que “sea cual fuera la verdadera opinión de Anaximandro, parece estar fuera de toda duda que el Ápeiron, origen sin origen, es, en último término, el autor de todas las cosas.” (Cervio, 2014, pág. 7).

Era este un camino muy pedregoso y complejo para esta investigación, pero fue sin duda la puerta al deambular. En esta pregunta por algo que lo abarca de manera más integral se

mostró Spinoza<sup>16</sup>. El hijo de judíos, excomulgado por su pensamiento, el crítico de la ortodoxia judía y con una idea crítica de Dios, el escritor de la *Ética* en su definición de Dios dice: “Por Dios entiendo un ser absolutamente infinito, esto es, una substancia que consta de infinitos atributos, cada uno de los cuales expresa una esencia eterna e infinita” (Espinosa, 1980, pág. 15). Con Spinoza vuelve a aparecer ese infinito, eso que todo lo contiene, la substancia que no puede ser producida por ninguna causa externa.

La investigación avanza y con ella el encuentro con autores, imágenes, pero lo que se me presentó con mayor contundencia fue el llamado giro decolonial. Empezó a acercarme al entorno, a la memoria que vengo siendo, al mestizaje americano, a esa mirada crítica a la modernidad, a la condición del falso progreso, a la automatización y, sobre todo, al rescate del conocimiento ancestral de los pueblos indígenas, con una mirada más expandida con el entorno, cargada de un misterio y sensaciones descolocadas.

Fueron muchos los autores que me acercaron al tema, tales como Santiago Castro Gómez, o la misma Consuelo Pabón, pero fue Arturo Escobar, quien encendió la lámpara e iluminó el encuentro con Marisol de la Cadena, la investigación que amplía el concepto del *Ayllu*, el cual sin duda ha transversalizado toda la investigación y dio sentido a mi experiencia con el objeto, la cosa, eso que me contiene, que afecto y me afecta.

Cuando dos cuerpos se encuentran, se produce una relación determinada por las particularidades de cada uno de los implicados. Para Escobar, todo diseño tiene que surgir de “ser en-ayllu” (del pluriverso comunalitario), pues fuera de este nada puede ser:

En última instancia, diría que no se trata de “diseñar el cambio”: se trata de ayudar a crear las condiciones para que el proceso continúe de mundificar la vida siempre desde la relación, para enactuarla, de tal forma que podamos ejercer con dignidad el conocer~ser~hacer ininterrumpido en los mundos que habitamos. (Esta idea resuena con la “utopía” de Gatt e Ingold, “El diseño, en este sentido, no transforma el mundo; es, más bien, parte del mundo que se transforma a sí mismo”). Desde esta perspectiva,

---

<sup>16</sup> Quiero aclarar que el acercamiento a estos autores tan complejos y que requieren de toda una vida para poderlos descifrar, fuera lo que pretendiera realizar. Pero hacer un paneo por ellos me estaba resultando muy gratos, ya que me estaban acompañado en la sensación que tenía de querer nombrar todo, como lo estaba percibiendo, es decir de forma integral, conectada, con ellos estaba encontrando un camino para nombrarlo y ver qué era lo que me tenían preparado.

cuando se planteen actividades de diseño autónomo, hablaríamos no tanto de “proyectos”, sino de “procesos en entramados”, sin separación entre medios y fines”. Marisol de la cadena revisita el concepto de ayllu y encuentra que va más allá de la concepción colectiva de la tierra, es “el colectivo socionatural de humanos, los otros-no-humanos, animales y plantas conectados inherentemente de tal forma que nadie ni nada dentro de él escapa a esta relación” (Escobar, 2017, pág. 11).

El ayllu entonces es la forma de ver la integración con todo lo que aparece en la experiencia, así no estemos familiarizados con su forma de manifestarse, es permitir que todo cuanto rodea nuestra experiencia resulta determinante en lo que allí acontece, tanto lo humano como lo no humano, que la forma jerárquica de percibirlos es cultural y que la percepción de su afectación es personal, de tal manera que toda construcción humana es naturaleza.

De esta forma, el ayllu se define como “el colectivo socionatural de humanos, los otros-no-humanos, animales y plantas conectados inherentemente de tal forma que nadie ni nada dentro de él escapa a esta relación” (Escobar, 2017, pág. 9). Indagar de una manera no antropocéntrica en las relaciones, es buscar ampliar el sentir de la vivencia, donde lo importante no sea la experiencia de uno de los implicados sino la relación que se da entre ellos.

El método Feldenkrais invita a permitir sentir lo que sientes cuando se realiza una acción, como cuando se está tendido en el piso boca arriba permitiendo sentir lo que ocurre entre el piso y el cuerpo; dependiendo del nivel de práctica que se tenga con esta acción, las percepciones serán más o menos generales o específicas. No obstante, independientemente de las percepciones que se tengan durante este momento, hay acontecimientos que pueden nombrarse objetivamente, como que hay menos luz en esa área sobre la que descansa el cuerpo, la presión ejercida por el cuerpo en el piso se podrá medir, igualmente el área del cuerpo que se encuentra contra el piso también recibe menos luz, y las partes del cuerpo que no están en contacto con el suelo, pero son atraídas hacia él por el efecto de la fuerza de gravedad, ejercen presión sobre las partes que sí están en contacto.

Aunque para muchas personas el peso que ejerce el hígado contra el piso, no hace parte del aparecer y por tanto no se vive como un fenómeno, el hecho es que, con la práctica de esa observación, podrá aparecer el fenómeno al sentirse el peso. No será una suposición por el hecho de no verlo con los ojos, como en el caso de las lunas descubiertas por Galileo, las cuales aparecieron en el momento en el que las observó, pero una vez que las dejaba de ver, debía suponer que estaban allí. En el caso del hígado la existencia de síntomas relacionados con él, dará cuenta de su presencia, permitiendo no suponer, sino saber que el hígado se encuentra allí y que interoceptivamente lo podrá sentir. Pero es posible que una vez desaparecidos los síntomas, la sensación de su presencia se prologue y se pueda entrenar para seguirlo percibiendo, es decir, el sentir es una potencia que se entrena y que permite expandir el fenómeno de la experiencia. A partir de esta premisa podemos decir que la expansión del fenómeno depende del entrenamiento del sentir, no solo del propio cuerpo sino, de los cuerpos con los que permanentemente se está en contacto, es decir, el sentir de los otros cuerpos.

Desde el nuevo giro decolonial resulta fundamental preguntarse por el rol que ha jugado el humano en este entramado de la vida en la Tierra. El miedo que al humano le produjo sentirse vulnerable en este universo terrestre, lo llevó a asumir una posición defensiva, egoísta y desintegradora, realizando acciones que condujeron a reducir el sentimiento de temor que tenía, sin embargo, no advirtió de qué manera establecía las relaciones con el entorno y con lo otro que no era humano.

Así, fue creando condiciones de seguridad, sin importar las consecuencias y concibiendo todo lo que lo rodeaba como enemigo y/o con mero valor de uso. Esta forma de actuar no solo lo ausentó del entorno en el que habitaba, generándole una sensación de ausencia y soledad, sino que, además, al ver a lo otro no humano solo desde su potencia de uso, empezó a cortar los hilos de correspondencia y sustentabilidad y a deshacer el entramado de la vida, causando no solo una situación de completa vulnerabilidad para su propia existencia, sino que desinstaló de su funcionamiento interno la capacidad de sentirse parte del todo, sobre todo quienes se ausentaron del vibrar de la tierra, es decir, lo que hoy conocemos como el



mundo occidental del cual yo (americano) soy hijo heredero por ser el resultado de la Colonización de América.

Por suerte quedaron algunos pueblos resistiendo a esta orientación egoísta y desintegradora, que son quienes están mostrando el camino alternativo y reintegrador con el entorno al que pertenecemos, no de una manera aislada y hegemónica, sino respetuosa y recuperadora del sentir, sí, de esa capacidad olvidada de sentir a lo otro no humano parte fundamental de la existencia humana, incluyendo lo construido -el objeto- ya que son tan solo, meras transformaciones de la materia, de la Substancia de Spinoza, del Ápeiron de Anaximandro, del Ayllu amerindio.

Si en la relación con el vaso de agua que alguien se dispone a tomar, la atención está puesta en el partido de fútbol que se está viendo, la relación con el vaso se anula, o mejor se invisibiliza. Y es esa relación a la que Merleau Ponty considera producto de la inteligencia del cuerpo, -ya que es un acto en donde la consciencia no toma partido-, el encuentro efectivamente se produce, aunque la experiencia no se dé. Es decir, a pesar de esa falta de advertencia, el sistema nervioso del humano se organizó para crear la relación entre los dedos de la mano, que permitieron sujetar el vaso con un tono muscular medianamente adecuado para no romper el vaso o impedir que caiga al piso y, a su vez, el vaso debió conservar su forma para permitir no solo contener el agua, sino ser aprehendido por la mano.

Todo esto puede ocurrir sin tener la atención puesta allí, porque alguna vez lo aprendimos y lo hemos repetido muchas veces y, por tanto, lo automático se instala, no hay que atender la relación. De tal manera que, no por estar atentos al partido de fútbol las circunstancias que hacen posible la relación entre el vaso y la mano no se producen, simplemente nos ausentamos de ella, con la sensación, además, de que están bien ejecutadas. Quizás este tipo de acciones realizadas sin atención sean las que nos hagan pensar y aún más, sentir que somos seres que armamos estructuras fijas, inmodificables, incuestionables y que la opción sería morir para poder cambiar.

Hoy, después de deambular por la elaboración de escenografías, vestuario, maquillajes, coreografías, diseños espaciales, vocales, interpretativos, relaciones entre cuerpos que danzan en contacto, e inclusive en la construcción de Casa donde actualmente vivo, me pregunto si en esa relación se constituye o se diluye el ser o ambas cosas al mismo tiempo y si en ese encuentro los dos cuerpos conforman un único cuerpo o se conforma un tercer cuerpo independientemente de ellos dos. Preguntas enmarcadas dentro de una fenomenología que continúa desarrollándose y que hoy en mí expande sus horizontes con las Prácticas somáticas como una manera de ver el pluriverso comunalitario de Escobar.

De otro lado, quiero referenciar dos hechos que me resultaron importantes al ser compilaciones sobre un tema en específico y que empiezan a visibilizar ese concepto de no humano, que ha estado en el entorno de la reflexión como un acontecer interno de los textos, pero no tan visible como en estas experiencias.

La primera es el libro: *Humanos, más que humanos y no humanos* una edición académica realizada por Daniel Ruiz-Serna y Carlos Del Cairo con el apoyo de la Pontificia Universidad Javeriana, en donde compilan una variedad de trabajos-todos derivados de ejercicios etnográficos detallados, sistemáticos de larga duración- que, desde diversos ángulos, dialogan, amplían o cuestionan las premisas planteadas por el giro ontológico.

El texto surge de un simposio en el marco del XVI Congreso de Antropología de Colombia y el IV Congreso de la Asociación Latinoamericana de Antropología (Bogotá, 6 al 9 de junio de 2017). Este es una invitación a profundizar en el tema de la relación humano no humano y que abre las puertas para las discusiones oportunas que deben hacerse en este momento con respecto a la posición antropocéntrica del humano. Al respecto hay en el libro un artículo en español inédito, de Marisol de la Cadena, la antropóloga del Ayllu, quien sigue profundizando en el tema y en esta ocasión hace una reflexión sobre el extractivismo realizado por las grandes compañías trasnacionales y la manera como lo viven y padecen los indígenas, casi siempre habitantes de esos territorios y que se enfrentan con todo el empeño con estas compañías que solo piensan en el “progreso” económico y no entienden el otro

valor que para los indígenas representa el territorio más allá de lo económico, donde su lenguaje puede resultar incomprensible.

Al respecto un joven indígena manifiesta

Hablamos de los hermanos que alimentan nuestra sed, nuestras necesidades. Los que nos bañan, los que protegen todo, (este hermano) se llama río. Nosotros no utilizamos el río para desagües. Un hermano jamás puede apuñalar a otro hermano. Así nosotros tampoco apuñalamos a nuestro hermano que nos da de beber. (voz de Leni, un joven líder awajún-wapis). (Cairo, 2022, pág. 327)

En este orden del decir es por lo que los líderes awajún-wapis en una declaración reciente, como dice De la Cadena, afirmaron, “el territorio es los awajún-wapis”. “Esta relación-en la que personas y territorios son juntos- excede las posibilidades de los humanos modernos y de la naturaleza moderna, así como de las relaciones (modernas) entre ellos, sin impedirlos” (Cairo, 2022, pág. 346).

El lugar de lo decolonial, con sus críticas incluidas, abre un espacio de discusión muy oportuno en momentos como el actual, en donde la tragedia ambiental se hace evidente. ¿Cómo sentirnos parte de una totalidad, y no una totalidad que está al servicio de nuestros falsos deseos? Es por eso que lo decolonial en esta investigación ha jugado un papel importante, ya que eso que percibía al darme la vuelta para volver a ver la casa, se asentó en este universo antropológico y me permitió avanzar con más seguridad al encontrar esos aliados con los cuales dialogar.

Finalmente, quiero reseñar una exposición que planeaba realizarse en el año del encierro por cuenta de la pandemia, pero que, no obstante, se encuentra en la red, en donde se puede hacer no solo el recorrido de la exposición sino tener acceso a los artículos que varios de sus expositores aportaron a la muestra. La exposición se llamó Simbiología, Prácticas artísticas en un planeta en emergencia (2021).

Simbiología es una palabra inventada para desplazar los significados del arte (simbología) hacia la generación de relaciones con otros seres (simbiosis). La exposición reúne más de 170 obras de arte argentino contemporáneo que exploran

nuevas vinculaciones y mixturas entre lo humano y lo no humano. Dicha exploración emerge en una época en que la crisis de habitabilidad del planeta suscita profundos cuestionamientos de los modelos dominantes de acción, conocimiento y sentimiento. (Exposición, 2021)

Son varios los artículos con los que cuenta la muestra, uno de ellos es el de Ailton Krenak *Nuestra historia está entrelazada con la historia del mundo* en esta reflexión el chamán Ailton, dice que hablar de naturaleza es tomar distancia de ella considerándola un lugar que habita fuera de nosotros y al que debemos volver.

Sólo es posible pensar en la “naturaleza” si estás fuera de ella. ¿Cómo haría un bebé que está dentro del útero de la madre para pensar en su madre? ¿Cómo haría una semilla para pensar la fruta? Es desde afuera que se piensa el adentro. (Krenak, 2021, pág. 2)

Esta reflexión de Ailton permitió en el desarrollo del concepto del Ayllu entrelazar puntos de vistas y permitir expandir esa mirada más de conexión en la selva, en el campo y llevarla a la ciudad, proponiendo no diferenciar y ver la ciudad también de manera natural, como dice Ailton no darle a la naturaleza un lugar cultural, un espacio donde ella se puede vivir en soledad, no, la naturaleza es la totalidad.

## **Las Puertas**

Con este apartado de las puertas la indagación se encuentra alrededor de lo que he querido nombrar como el Lenguaje de los objetos. A partir de tres historias que narro abriendo las puertas de acceso a la memoria de los materiales, el lugar donde terminaron instalados y las relaciones que establecen con los materiales que se encuentran adyacentes.

La primera historia ocurre en la cocina de casa, una historia desgarradora que habla de país, pero también en ella hay espacio para el esplendor de la luna llena.

### ***Insoluces, escaleras y marcos de puerta***

Las escaleras que dan acceso a la habitación de La casa, están construidas en madera de doble uso, esta me llegó producto de la demolición de una oficina en la ciudad de Medellín desde donde se administraban varias fincas bananeras del Urabá Antioqueño. De otra parte, hace dos años me llegaron una buena cantidad de insoluces o ladrillos de vidrio, producto de la demolición de una oficina de un general del Ejército Nacional y con los cuales construí un piso en la cocina de La casa. Estos dos materiales decidieron instalarse justo uno al lado del otro. En un lugar tan amplio como La casa, se encuentran en un mismo espacio y de manera contigua dos tipos de materiales que quizás guardan historias de sangre derramada en el país de la justicia privada.

En la cocina de la casa está una madera que en su nueva configuración de escalera conoce de lo ocurrido del lado de los empresarios del sector bananero del Urabá en la época de la gran violencia y, por el otro lado, se encuentran unos insoluces que fueron testigos de las decisiones tomadas por la más alta dirigencia militar del país. Hoy se encuentran en la casa abriendo espacio en una nueva reconfiguración, en proceso de reconciliación a partir de una nueva relación.

La apuesta del proceso de paz fue conciliar actores en conflicto para aligerar al país de tanta confrontación. Sin duda se han logrado algunos avances, pero la violencia no ha cesado y la muerte selectiva sigue presente.

El hombre que me acompañó a instalar el piso de vidrio, quien estuvo de principio a fin en su construcción, un joven campesino, padre de dos hijos, juguetón, creativo al extremo, jugador de gallos y con temperamento de yo puedo, también me acompañó a armar los umbrales de las puertas de la cocina. El sábado 26 de junio de 2021 en horas de la tarde, David, me dice que los materiales para terminar de pulir los umbrales de las puertas se habían terminado, era necesario ir al municipio de Armenia a conseguir insumos. Yo me encontraba en asesoría de la maestría con el profesor Carlos Jaramillo y por tanto no podía ir de compras, entonces David se ofreció para conseguir lo que se necesitaba.

Después de almorzar y arreglar cocina él se dispuso a salir. Hicimos la lista de los materiales que se necesitaban, le entregué dinero, cogió su moto, mi casco y salió con destino a Armenia Mantequilla. No habían pasado veinte minutos de su partida, cuando un vecino de casa me llamó y me preguntó, ¿Juan, David no está ahí?, No, le dije, “hace poco

salió a comprar materiales al pueblo” Juan, me dice el hombre con una voz en la que sentí que a partir de mi respuesta estaba confirmando una noticia, “lo acaban de matar”.

Lo primero que se instaló en mí fue la negación, cogí mi celular y le marqué al suyo, se encontraba apagado. Se confirmaba el hecho. El profesor Carlos seguía hablando, yo empecé a no tener control sobre mi cuerpo, un temblor se apoderó de mí, la casa se me vino encima, la loza que David había acabado de lavar hablaba de su orden, el muro que había acabado de tocar tenía fresca sus huellas, sus pasos en el piso eran la última impresión dejada, las últimas palabras de vida aún resonaban en el ambiente, su olor se empezó a diferenciar del resto de las cosas. Todos los objetos de casa lo contenían. Fue empezar a percibir en todo lo que veía, y a recorrer las cartografías que este había trazado en el espacio. El piso de vidrio militar y las escalas de madera “bananera” escucharon de mi parte la narración de un acontecimiento que ellos conocían de primera mano. Las fracturas del acuerdo de paz también se encontraban en casa. El piso y las escaleras escucharon narraciones que habitan en las capas de su memoria y que hoy sumaban una más.

En el “fabricar” objetos, incluyendo cosas tan sutiles como atmósferas y sonoridades, hay un acontecer que veo repetir muy frecuentemente y que hoy nombro como Lenguaje y no razón causal. La manera como aparecen los materiales con los que se inicia una construcción, el espacio en donde terminan instalándose, es una forma de comunicación que difícilmente alertamos. Es el terreno del misterio, de actos para muchos inexistentes, que no se atienden, ni se toma la tarea de dar la vuelta y volver a ver lo visto.

Yo me di la vuelta y vi que en la balsa de lo que había aparecido, las relaciones se instauraron como un tejido conectivo donde todo lo que navegaba se movía en un mar de afectación. ¿Cómo llega una puerta de una casa a otra? No es asunto del deseo humano solamente, ella se presenta ante unos sujetos particulares, bajo un techo, en un momento y una situación específica. No se traslada esa puerta de un lugar a otro sin la conexión del universo. Como sujeto que participo de la acción debo reconocirme uno más dentro de todo ese entramado necesario, con capacidad de observarme observando, y observando la cantidad de otros que observan y que no sé si pueden observarse observando. Lo que si veo es que ellos construyen mi experiencia.

Las escaleras de madera con su historia de plantaciones, el piso de vidrio y su dinámica militar, los marcos de las puertas con las huellas de un humano vilmente asesinado, se presentan ante mí como una narración que no nace de mi voluntad, las vi ocurrir en la acción de habitar-construir y me constituyen. Una alerta de conectar lo que acontece afuera, a partir de aprender a conectar lo que acontece cuerpo adentro.

Cualquier movimiento de nuestro cuerpo es un desencadenante de afectaciones, con implicación en todas las células de nuestro cuerpo sin importar si inhibimos, forzamos o facilitamos la acción.

Concebir el entorno como un organismo, es considerar que al moverme lo muevo y a su vez él me mueve, sin saber muy bien cómo ocurre eso. Cuando lanzo una pelota con la mano fuera de mí, veo el efecto aparente que se presenta, la pelota se aleja varios metros de mí, pero no alerto cómo afecta ese movimiento a la atmósfera ni que impacto se produce sobre los otros cuerpos, muy probablemente tampoco alerto que ocurre en mi interior. Pero lo cierto es que necesité el movimiento de billones de células para que la acción ocurriera, aunque no se percibiera. De la misma manera, cuando algo se mueve en el entorno, me está moviendo, así no me percate de ello. Un movimiento celeste del que no escapa asteroide, nube, sol o luna alguna.

La cocina de La casa no solo es el lugar desde donde contar historias de sangre derramada, sino que también es el lugar donde se prepara el alimento y se cocieron ideas para este escrito. Su particular condición de tener ventanas hacia el exterior, permite que la pelada de una papa o el freír de una carne sea un acto que posibilita conectar con el acontecer celeste. Allí donde la crueldad y la violencia tienen una historia instalada, también se abre un universo sorprendente.

En una tarde de esta temporada invernal que arremete sin tregua a nuestro país, al batir del chocolate y el voltear de la arepa lo acompañó un torrencial aguacero, cuyas gotas las vi venir justo hacia las ventanas, eran disparos cargados de balines transparentes directos al escudo de vidrio que me protege del fulgor de esa nube en derrame, un cuerpo desprendiéndose, cuyo impulso primario era penetrar la casa y comunicar lo sucedido en el cielo. Yo respiraba la emoción de ver acontecer esa fuerza desbordante, mientras le daba vuelta al molinillo para derretir el chocolate. Una porción de agua estaba bullendo en la

chocolatera, otra quería ser calentada en el fogón, con la fortuna para mí de que la resistente transparencia de vidrio la condujeron hacia la plantación de naranjos, plátanos y café que acompañan los cimientos de La casa.

Instantes después de semejante vendaval el cielo se despejó y lo que se presentó estrecho y sin horizonte, apareció luminoso y profundo, al cielo azul radiante lo acompañaba un sol desbordado que calentó el momento gélido que provocó semejante tormenta. No quedaron rastros de agua en el cielo y así perduró hasta que el sol terminó su andar frente a mí.

Con la noche vino la preparación de la cena, un provocador plátano maduro fue el ingrediente principal. Le estaba dando vuelta a los trozos de plátano que dispuse en un sartén con algo de aceite, cuando vi en el mismo lugar donde la masa de agua se había posado a derramar su poder, una luz entre nubes, recordé que era día de luna llena, solo alcancé a decir, “madre mía”. Lo que apareció minutos después desbordó mi cuerpo, un baño de partículas me recorrió y se escurrió por todo el lugar, no era agua, eran diminutas gotas de un corazón desbordado que lo inundaba todo. Un cuerpo electrizado tras el encuentro con una luna gigantesca, completamente despejada, justo en frente de la cazuela donde preparaba mi comida. No era un sueño, si antes el agua no había penetrado hasta la cocina, en ese instante la Luna la inundó completamente, por eso a mí plato lo bauticé, “plátano en huevo revuelto bañado en rayos de luna llena”.

Fue la experiencia del aparecer, el fenómeno que ante mis ojos se presentó y que elevó lo cotidiano al terreno de lo divino. Me serví el alimento y me senté a ver semejante show, con entrada gratuita y en la cocina de la casa. La acción fue llevar a mi boca, en compañía del tenedor, el plátano bañado en rayos de luna llena, masticar y observar a la protagonista del cielo y ver como en la medida en la que el alimento se iba terminando, mi cuerpo debía inclinarse para poder acompañar cada uno de los movimientos de la bailarina de los cielos, la cual estaba decidida a recorrer con paso lento, pausado y continuo el espacio del cielo de mi experiencia.





*Fotografía 12: Cocina de la casa escalera, insoluces y marcos de puerta. Autor: Juan Carlos Pabón*

### ***Vitral de pueblo***

Había quedado un hueco entre la viga y el techo en uno de los costados del salón. Confabulé muchas cosas antes de ver aparecer el vitral de iglesia y es que la sensación de vacío y silencio, la luz alterada por las transparencias de colores penetrando en el espacio, el gusto por la presencia de una gran cantidad de luz en los lugares, aunado a la forma triangular en la que se disponía este pequeño nicho se presentó ante mis ojos en su condición sacral.

No sería un vitral con plomo y vidrio de murano, debía enfrentarlo con los materiales que tenía a mano: botellas y recortes de vidrio encontrados. Con ellos inicié una labor que nunca antes había realizado, la intuición y buena disposición fueron mis grandes aliados. Fue enfrentarse a un ATM, es decir, una lección de autoconciencia a través del movimiento del método Feldenkrais, las cuales proponen una serie de variaciones de movimientos que permiten potenciar una función; la forma de manifestarse es completamente individual, porque, a pesar de que la guía es precisa, quien recibe la instrucción es un sujeto que asume su diferenciación desde los lugares que le resultarán en el momento de la ejecución, de mayor interés o necesidad, de tal manera que, cuando diez personas reciben un ATM serán diez personas con experiencias completamente distintas que habrán escuchado la misma instrucción.

Así entonces, me dispuse a realizar este ATM con el triángulo como espacio y con las botellas y el vidrio como materiales, muy atento a las decisiones que tomaba, sin mucho esfuerzo, muy respirado, sin resistirme a lo que se iba presentando y sobre todo muy lento; tanto que hoy, siete años después, sigue en obra, aunque ya el viento no pasa por él y la luz de colores se refleje en el interior del salón.

Uno de los primeros retos era ver de qué manera se iban a sostener las piezas entre sí, teniendo en cuenta su forma redonda y su alta delicadeza. Lo primero que vi fue la división del espacio en segmentos pequeños para ir avanzando por tramos; una estrategia que funcionó y me permitió ir afinando la técnica sin usar clavos ni tornillos, fue jugar con el apoyo, encontrando puntos que permitieran aligerar el peso de las partes, como cuando se propone elevarse del piso la cabeza estando acostados y se acude a las partes cercanas para encontrar el apoyo necesario para facilitar la elevación, en una especie de balancín. Fue esta la manera que encontré de armar el rompecabezas.

El avance de la obra mostraba la forma de la pieza requerida, de tal manera que pasaron meses para que llegara la pieza justa. No era tomar medidas y cortar, era jugar con las formas fabricadas para algo específico y advertir el estado de complicidad con ella, aunque en ocasiones recurrí al aprendizaje que había adquirido en la primera planta con el corte de botellas de manera artesanal. Fueron muchos intentos fallidos hasta conseguir un corte que no fracturara el envase. Fue necesario precisar el largo de la pita de algodón que se enrolla en el lugar del corte, más la cantidad de petróleo para mojarla y la manera de encenderle fuego a la pita, además la forma de darle vuelta a la botella para movilizar el fuego y finalmente la cantidad de agua derramada sobre el cordón una vez extinguido el fuego para lograr separar las piezas sin fracturarlas.

Era el encuentro con una serie de variables a las que debía atender, en un compartir individual, no serial, con la calma que exige la actitud alquímica. Una alianza con el tiempo pausado y la buena presencia del aire, para que la relación se instalara en los mejores términos. Fue “animar el objeto” a través de su individualización y su posterior complicidad para construir espacio en donde pudiera dar cuenta de los cambios de luz a modo de testigo luminoso.

La mayor cantidad de botellas que se encuentran instaladas en casa, tanto las del primer piso como del segundo, las compré en un espacio de reciclaje ubicado detrás del Jardín Botánico de Medellín, un lugar de tres pisos, de donde permanentemente salen y entran carros cargados de botellas. En el primer piso se ubica la balanza y el escritorio de quien recibe y entrega dinero y mercancía, en el segundo está el lugar de almacenamiento y en el tercero se encuentran unas grandes canecas llenas de agua y botellas, y a su alrededor mujeres, que retiran las etiquetas de las botellas y las limpian por dentro.

Todo un sistema de producción de donde salen miles de esos envases para ser vendidos a un precio más económico que los de primer uso. Llegué a comprar bultos de ellas y a transportarlos en la que se había convertido en la cómplice del construir, la moto GN 125, una máquina de gran respuesta a las labores rudas. Con el riesgo que sabía implicaba poner en la parrilla de esta un bulto de cincuenta botellas, las transporté desde este lugar hasta la casa por una carretera no pavimentada llena de huecos y pantano, que me obligó a apretar nalga durante todo el trayecto, pues el desastre en la carretera era inminente si una pequeña piedra me votaba hacia un lado, con la muy probable consecuencia de lesionar mi cuerpo. Un acto osado que solo hice dos veces.

Finalmente, afiné el ensamble entre las piezas con masilla hecha con polvillo de aserrín y colbón en reemplazo del plomo fundido de los vitrales de las catedrales y así afinar su unión sujeto muy probablemente a la broma o polilla de madera, pero el riesgo está corrido y el vitral hoy es también la casa.

Cómplice de todo lo que ocurrió en su aparecer, constituido por las diversas luces que le permitieron surgir y que hoy deja ver toda su transparencia con la carga de lo vivido.



*Fotografía 13: : vitral de pueblo. Autor: Juan Carlos Pabón*

### ***Piso y techo***

Las columnas y vigas de concreto emergieron en casa como el dolor que llega sin anunciar y se instala con la sensación de que siempre ha estado ahí, también noté en la estructura potencial de parque de diversiones para juegos colgantes, no obstante, se aposentó en el paisaje y se presentó pausadamente para recibir el piso y el techo de madera.

Esta ola invernal de los años 2021 y 2022 en nuestro país, es una más de las ya vividas; en el año 2015 pasamos por una tan fuerte que recuerdo salía en la moto desde Pueblito todos los días tipo tres o cuatro de la tarde y llegaba a Medellín tipo cinco y treinta en estado de congelamiento, con la única intención de empelotarme lo más rápido posible, abrir la canilla y meterme en el chorro de agua caliente, para contrarrestar el estado de hipotermia en el que estaba.

Así como el brazo se integra a través de la clavícula con las costillas que se asientan en esternón y a su vez las vértebras posan sobre la pelvis, la cual recibe las piernas con sus grandes huesos femorales y a través de ellas conectan con el piso, la gravedad y la contrafuerza que viene del centro de la Tierra, de igual modo, las columnas conectan entre sí con tramos de vigas que conforman en conjunto una sola área rectangular la cual es conectada a través de los largueros de madera y estos a su vez a través de tablillas que hacen las veces de línea divisoria entre abajo y arriba o primero y segundo piso, con una limitación fuerte para el paso de la luz, pero con una alta porosidad para el sonido.

Otro espacio aparecía en casa, el piso de madera y con él otro andar, otro limpiar, otro respirar y otra luz, otro paisaje, otra experiencia del habitar con otros no humanos. Una madera que ahora era piso de casa, pero que antes había sido parte de una bodega y antes parte de un bosque, con previa formación de semilla o extensión de raíz. Podría verse como etapas de un proceso con movimiento fragmentado, pero también puede verse como movimiento continuo con afectaciones e integraciones lentas y conectadas, donde la sensación de algo cerrado y terminado no tenía lugar, es estar en una mutación continua sin meta final.

Todo parte de un hacer que va integrando amaneceres.

El acuerdo con los fabricantes del piso y el techo de madera fue que ellos cobraban un precio total independientemente del tiempo invertido. Todo apuntaba, según sus cálculos, a construir piso y techo en dos semanas, una semana para el piso y otra para el techo. Pero la lluvia arreció de forma inclemente, de tal manera que la labor se pasó de dos semanas a seis. Hubo días en el que la lluvia no paraba, por tanto, se suspendía la labor de poner la tablilla. No les quedaba más a los trabajadores que refugiarse en su cambuche a cualquier hora del día en ropa de trabajo invitados por la lluvia inclemente, así que la diferencia entre sucio y limpio empezó a diluirse.

Cuando digo cambuche es literal, era un espacio muy pequeño con dos camas y el resto de cosas de la casa apiñadas, pero contaba con luminosidad y ventilación, no obstante, las condiciones fueron difíciles. Por tanto, estas circunstancias hicieron que estos dos hombres empezaran a habitar Pueblito, a dejar su refugio e interactuar con la gente, a saber, de su movida cotidiana y a enterarse de sus fiestas, e ir accediendo lentamente a ellas.

Al finalizar techo y piso los acompañé a una de estas parrandas. El evento central era un bingo, música, licor y baile. Yo no conocía del comportamiento de estos hombres en condiciones de ebriedad y pronto empecé a notar su efecto, sobre todo en uno de ellos, quien se puso en un estado de euforia tan alto que no le importaba lo que ello implicaba en el otro, empezó a bailar por todo el lugar como potro salvaje, de un lado para otro, pasando por la mitad de los emparrandaos, a algunos los estrujaba a otros los separaba, incluso se lanzaba en caída libre y al no encontrar resistencia en el camino era el piso quien lo detenía.

La gente empezó a advertir semejantes estragos y lo empezaron a mirar y a tratar muy mal, de tal manera que lo mejor fue convencerlos de que debíamos partir, si no queríamos salir lastimados de allí. No quisieron caminar, decidieron tomar la moto en la que habían llegado y el menos ebrio tomó las llaves y se dispuso a partir, les propuse ir adelante en mi moto, ya que el camino era oscuro y culebrero; me fui lento queriendo evitar un accidente, pero de pronto en un recodo de la vía no los vi más, esperé un momento a ver si aparecían y en vista de que no, me devolví lentamente, de pronto empecé a escuchar unas voces que pedían ayuda, eran ellos, no habían visto la curva y habían seguido derecho, por fortuna hacia una pequeña depresión de montaña que los había recibido de manera amable. Con ayuda de varias personas los logramos sacar del hueco junto con la moto y terminamos en casa, con una experiencia encima que dejaría dolores en todo el cuerpo por varios días.

Este fue el último acontecimiento vivido en el pueblo antes de empezar a recoger toda su herramienta y, aunque partieron con algo de nostalgia, también se alegraron de haber terminado, ya que la acción parecía interminable. Sin duda fue una experiencia de múltiples sabores.

Arregladas las cuentas no los volvía a ver más, pero sin duda toda su vitalidad, habilidad, experiencia, sus fuertes voces y su renegar por el clima habitan en piso y techo, el que justo te está recibiendo y que hace unos años era un gran vacío.



*Fotografía 14: piso y techo de casa. Autor: Juan Carlos Pabón*

### **Periferias en Balcones**

Los encuentros con estas cinco practicantes somáticas fueron realizados por la plataforma Zoom con una duración aproximada cada una de 30 minutos a una hora y fueron grabadas con el permiso de ellas. A partir de un programa de edición sonora edité la conversación con un tiempo de duración aproximado de 5 a 10 minutos, este material sonoro es acompañado con una imagen visual en una relación entre humanos y no humanos, con la intención de que el humano se encontrara con el movimiento característico de los objetos, y que siento nombrar, la pausa.

Escuchar a estas cinco mujeres, con sus sentires frente a la experiencia somática y la afectación del entorno, pasa por el valor de la forma de nombrar de cada una, sus acentos, inflexiones, cadencias, encuentros con el lenguaje y escucha. Por tanto, me resulta interesante, más allá de mi subjetividad y de lo que encontré significativo para mí, nombrar las experiencias compartidas, que quien las escuche se arme su propia experiencia frente al encuentro somático y el entorno.

De mi parte puedo decir lo grato que me resultó ver y escuchar cinco alternativas de la relación interno-entorno. De tal manera, que eso habla de la experiencia que cada uno se encuentra y que reconoce para nombrar, desde el momento de iniciar la formación en una práctica somática. En todas apareció algo nuevo en relación con el afuera, a partir del sentir detallado hacia dentro. Para una fue respecto a las relaciones sociales, para otra más una apertura del reconocer y aceptar diferencias, para otra querer abrirse al mundo, para otra un encuentro con las cosas. Fue un compartir con estas colegas somáticas, a través de pararnos a divisar, como entre balcones, el horizonte sobre el que cada una se instala a observar la atención con su entorno.

Fueron unos encuentros que me prodigaron calma, atendiendo universos diversos en cada una, pero en todas desde una atención sincera y que además daba cuenta de que la pregunta estaba formulada y se atendía de alguna manera.

*Conversando con Emma Guadalupe*



*Video 15: Video con la voz de la maestra de Feldenkrais Emma Guadalupe Hernández Ascensio e imágenes del centro de Medellín. La cámara está oculta en un bolso pequeño pues no es posible filmar en ese lugar. Autor Juan Carlos Pabón*

### ***Conversando con Martha Guerrero***



*Video 16: Video con la voz de la maestra de Feldenkrais Martha Guerrero e imágenes del salón de la casa. Autor Juan Carlos Pabón*

### ***Conversando con Virginia Spinedi***





*Video 17: Video con la voz de la maestra de Feldenkrais Virginia Spinedi e imágenes de la casa de Mario Aguiar. Autor: Juan Carlos Pabón*

***Conversando con Nora Badieri***



*Video 18: Video con la voz de la maestra de Feldenkrais Nora Badieri e imágenes del centro de Medellín Autor: Juan Carlos Pabón*

***Conversando con Ana Benítez***



*Video 19: Video con la voz de la maestra en Feldenkrais Ana Benítez e imágenes de la quebrada la Pueblita, del corregimiento de Pueblito. Autor Juan Carlos Pabón*

### **Cristales de Ventanas**

En este apartado realizo el análisis sobre la experiencia de los estudiantes del curso Prácticas Somáticas de la Universidad de Antioquia, de las sedes Urabá y Medellín del semestre 2022-I, al rededor del aprendizaje sobre sí y el entorno.

La Universidad de Antioquia en el departamento de Danza, cuenta con el curso Prácticas Somáticas dentro del programa académico que ofrece la licenciatura. Es un curso obligatorio de primer nivel y pre-requisito de todas las técnicas dancística que contiene la carrera. Su objetivo principal es invitar a los y las estudiantes a atender lo que hacen cuando hacen, tanto para proporcionar una higiene de cuidado frente a toda la carga corporal que demanda la carrera, como para que la asuman como una estrategia metodológica en el proceso de la enseñanza-aprendizaje de la danza, con el propósito de que cuiden a sus estudiantes y que por encima de la técnica esté el bienestar y la salud.

Soy docente de esta asignatura desde hace cuatro años en compañía de Beatriz Vélez, Liberta Aguilar y Claudia Cardona. En el semestre 2022-I, y a propósito de la maestría, estuve interesado en ver de qué manera el curso puede empezar a expandir la mirada sobre el entorno en estudiantes que reciben una información básica, es decir, un solo curso y un solo semestre de somática, distinto a un practicante somático que dedica cuatro años a una formación.

Me permití hacer varias preguntas a inicio del curso de manera escrita, de las que quiero resaltar una:

¿Qué es el entorno?

17 estudiantes contestaron que es lo que los rodea.

4 estudiantes dijeron que es el espacio en el que nos desarrollamos.

2 estudiantes dijeron que es todo lugar o espacio que habito.

1 estudiante dijo que es la razón de ser asignada a un lugar.

1 estudiante dijo que es lo que conforma un espacio y le da identidad.

Desde mi punto de vista subjetivo, y a pesar de las variaciones que se presentan en las respuestas, da la sensación de que entorno es el lugar donde cada uno se encuentra de manera delimitada, el lugar que ocupa en cada momento, para algunos más circunscrito que para otros, como en el caso del último estudiante, para quién posiblemente cosas tan sutiles como el aire no es entorno y hace una referencia a cosas concretas, en tanto que para el antepenúltimo estudiante, es un lugar al que le damos una asignación específica como casa o restaurante, es decir más que cosas se refiere a una asignación.

Al final del curso Prácticas Somáticas, realicé entrevistas a 16 estudiantes, esta vez de manera telefónica por las circunstancias en las que terminó el semestre, por la problemática de género y violencia que se encuentra en discusión. Aunque la muestra se redujo, resulta significativo lo comentado en ese encuentro y los comentarios que cada quien hizo con respecto a esta experiencia somática. No traduje la totalidad de las conversaciones, resalté algunos apartes de las mismas, no solo por lo que dicen, sino por la manera como lo nombran.

- Le di mucha importancia a mi cuerpo ya puedo saber en qué momento parar. Además, me empecé a interesar por lo que hacen las personas con ellas mismas.

- Empecé a escuchar mi cuerpo. Ahora siento que no solo estoy yo, sino que tomo elementos del exterior, aprendí a ver que existen otras cosas. Soy menos egoísta. Encontré los mecanismos para calmar mi ansiedad.

- Soy una antes y después de somática. Todo lo que pasa en mí y el entorno son señales del universo. Me siento más cómoda conmigo.

- Me volví un poco más sociable. Antes no me gustaba salir de la casa, ahora me gusta caminar, siento que me abrí un poco.

- Me siento más agradecido con mi cuerpo. Escucho de una manera más atenta. Ahora siento que el entorno me habita, me siento más sensible. Ahora observo como mis acciones afectan los objetos, como mi cuerpo en la cama.

- Empecé a notar cosas que no notaba. Percibí que el cuerpo agradece más cuando fluye. Aparecieron imágenes no conocidas, como el centro del universo.

- Luché mucho con la materia porque no entendía nada, pero cuando me di cuenta que no había que entender nada sino sentir, se movilizaron cosas físicas, emotivas, sensaciones. Eso me ayudó a hacer cosas que pensaba y no sabía cómo hacerlas.

- Ahora disfruto más como me muevo y como me relaciono con las personas. Me siento más abierta al mundo.

-Aprendí a darme cuenta de las cosas pequeñas, como cuando empiezo a sentirme ansiosa y ver lo que al cuerpo le pasa. Me siento más conectada, más presente y reconozco límites. Ahora soy más sensible con el entorno.

- Empecé a sentir que se estaba produciendo un cambio en mi estructura corporal y eso fue muy doloroso, a pesar de que todo era tan suave yo sentía mucho dolor, fue un soltar muy doloroso, pero al final me siento más cómoda.

- Me generó mucha atención sobre mí.

- Ahora aprecio más los espacios y los seres con quienes me rodeo.

- Ahora aprecio la naturaleza y mi cuerpo, todo tiene vida incluyendo los objetos. Tengo mayor cuidado con las cosas y con los demás.

- Ahora tengo una sensación de explorar sin temor, me siento más segura. Ahora vestirme es más fácil, sin tanto complique.

- Tengo más respeto hacia mí y hacia cómo el otro hace las cosas, eso me ha hecho menos engreída y con más escucha.

Lo primero que quiero resaltar es que la materia dejó reflexiones. Para algunos un acercamiento más hacia sí mismos, para otros un nivel de mayor escucha y para otros una expansión en la percepción con el entorno.

Sin duda, hay una gran diferencia entre la forma en la que nombran la experiencia estos estudiantes con un solo curso a la manera en la que nombran la experiencia las maestras somáticas. Lo que sin duda habla del hecho de contar con una profundización en el aprendizaje. Es decir, la percepción de sí y la atención al entorno se aguza en proporción al nivel de experiencia acumulada en el aprendizaje. Pero también da cuenta de lo significativo que resulta realizar un acercamiento sobre sí, para abrir una puerta de acceso en la percepción y relación con el entorno.

No es un camino que vaya en línea recta, sino que de manera colateral puede expandir la experiencia vital con el entorno, como en el caso de los estudiantes de prácticas somáticas. Y es que, aunque el objetivo principal de este curso está puesto en el cuidado de sí, para que reconozcan el valor que tiene este en la salud y bienestar personal y de esa manera quieran cuidar a sus estudiantes como una estrategia metodológica fundamental en la acción de la enseñanza aprendizaje, sin duda se vio por los comentarios antes citados, que empieza a haber una alerta sobre esa relación de afectación directa con el afuera. No obstante, los niveles de diferenciación en la percepción estarán determinados por los niveles de diferenciación sobre sí. Por tanto, creo que una de las premisas de esta investigación-creación, empieza a mostrar el camino de la posibilidad. Es decir, atenderse de manera más detallada a sí mismo, permite atender el entorno en tono de afectación relacional.

### **Espacios de Tránsito**

En este apartado abordo la relación desde la no mirada.

Fue una actividad que nació de la relación que vi aparecer entre los objetos de la casa cuando decidieron instalarse donde se instalaron, es decir, tiene origen en el apartado de las Puertas. De esas narraciones donde me percaté de que no nacen a partir de una intención personal sino de la manera como llegan los materiales, como se instalan y como conviven entre ellos, donde no medió voluntad alguna de mi parte para que acontecieran, sino que se presentó el encuentro en el terreno del misterio. Llegaron a la casa sin que de manera consciente yo los estuviera buscando, muchos de ellos fueron donados y se establecieron en una relación con toda la coherencia y el sentido narrativo. Esta circunstancia me llevó a proponerle a algunos amigos y amigas, encuentros para ver qué les ocurría a varios cuerpos que sin verse se disponen para dejarse afectar y ser afectados. Es decir, ¿cómo expandimos la forma de relacionarnos con lo que se nos presenta?, ¿cómo dar la vuelta y percibir nuevas caras de un mismo hecho, desinstalándose de los patrones habituales y ampliando las opciones de la percepción?

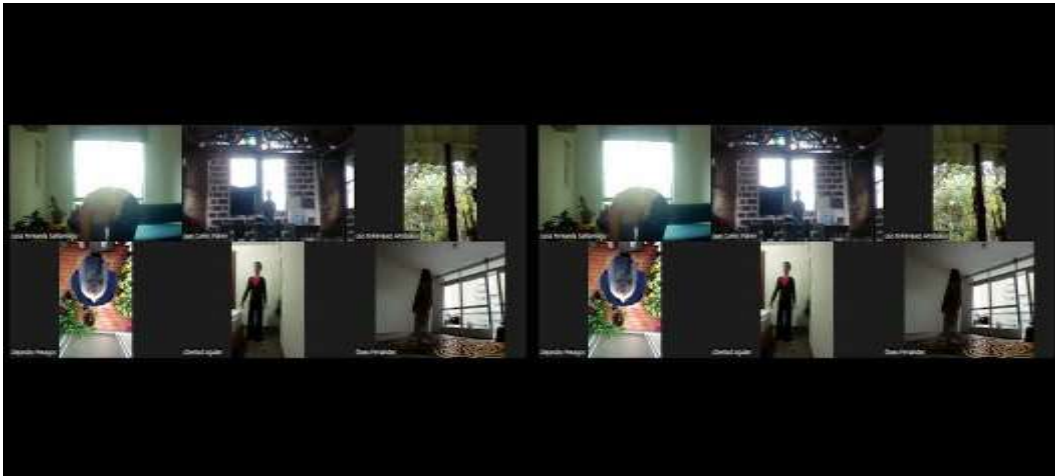
Este fue un encuentro con varios amigos y amigas por una plataforma digital en la que nos conectábamos por quince minutos, a una misma hora, un día en específico. Ese día y a esa hora encendíamos las cámaras, nos mirábamos a los ojos, respirábamos juntos en frente de la pantalla y luego de este acto silencioso, nos disponíamos a movernos y a entrar en la intención de la afectación mutua, y empezar a moverse con la seguridad de que el otro estaba ahí frente a la cámara y nos estábamos movilizándolo con una intención común, afectar y ser afectado por quién estaba detrás de la cámara.

La narración que acompaña las imágenes del video que presento de esta experiencia, surge en la misma grabación. Me di el permiso varios días de estar en relación con mis amigos y los pensamientos que iban surgiendo los iba consignando en la grabadora del celular, era la realización del análisis in situ de lo que estaba sintiendo. Uno de esos audios lo puse tal cual, sobre una de las grabaciones que también seleccioné.

Una de las sensaciones de estos encuentros fue que esa forma de moverme me recordaba la sensación de cuando exploro movimiento solo y sin parámetros, es decir me recordó ese estado de libertad. Como si el estado de la relación fuera el de la libertad. Algunos comentarios de los participantes fueron:

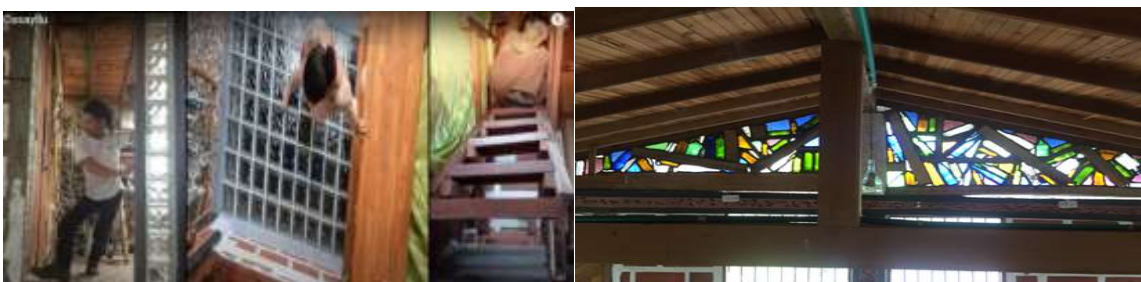
Fue tan extraña la sensación, que, para volver a instalarme en la cotidianidad, me tuve que poner a lavar ropa.

Realmente aún no siento el nivel de afectación, en el momento del encuentro, pero después quedó con una sensación de mayor apertura y escucha con el entorno.



*Video 20: Video relacional sin vernos. Autor: Juan Carlos Pabón*

## Segundo capítulo en imágenes







### Capítulo tercero. La Fascia. Entramado en Capas



*Fotografía 21: Capas. Exploración alrededor de lo que habita debajo. Autor: Juan Carlos Pabón*

Este capítulo está destinado a unir las exploraciones de los capítulos anteriores. Tiene como objetivo entrelazar, tejer y constituir una forma que a todas luces no pretendo mostrar cómo terminado, pero si armar una forma con la que sin duda continuaré explorando. Aludo al concepto de Fascia, como imagen ideokinética, traída de la ciencia y que, según Thomas Myers, es “el entramado del cuerpo que mantiene nuestros trillones de células húmedas y con un abundante contenido lipídico juntas” (Myers, 2021, pág. 7).

Es la imagen de una red en donde todas las células que conforman nuestro cuerpo se unen, es ella la que nos contiene y nos da forma y si, como hemos visto a lo largo de este proyecto, el cuerpo es entorno, sería oportuno considerar que hay una fascia que contiene todo el cuerpo del universo, para que no olvidemos que lo que ocurre en lo micro acontece en lo macro. Además, en el caso en particular de esta tesis la imagen de algo que contenga todo lo investigado y lo creado, me resulta muy oportuno. Por eso la alusión a la fascia, para ayudar a constituir el entramado de las capas.

Antes de iniciar a escribir este objetivo vi entre cucharada y masticada del almuerzo un especial de la DW sobre el origen del humano, de ese período del que aún hay pocas pistas, la transición entre el australopithecus y el Humano, en el período comprendido entre hace tres millones y dos millones de años. Las excavaciones son en Kromdrai, en Sudáfrica, un territorio que es hueco como un coco, donde en momentos la corteza se abre y empieza a llenarse con material de la superficie en forma de pirámide hasta que la punta llega a la

abertura y la taponar, pero si después se abre más grande la grieta empieza un nuevo relleno que se diferencia del primero, conformando pirámides superpuestas, a modo de capas. Me pareció muy oportuno haber visto ese documental, justo al empezar a escribir en este capítulo.

En uno de los cursos de la maestría, la pregunta con la que partí a explorar fue ¿cómo hacer visible lo invisible? El primer impulso fue trabajar con materiales invisibles como el hilo, pero no me motivó lo suficiente. Para la exploración siguiente conseguí barro y lo extendí en un plástico sobre el piso y luego de varios días, se empezó a cuartear y se fue levantado por fragmentos. Empecé a hacer varias exploraciones, pensando no en una sino en varias capas, como una manera de ver lo que no está en la superficie, empezar a desvelar materiales, formas y relaciones. Es por eso la alusión al concepto Capas en este objetivo.

En el primer objetivo me pregunté por mi cuerpo con experiencia somática en ese acontecer del habitar construir, con maestros y bailarines, explorando con el cuerpo y el entorno cercano otras expresiones de movimiento. En el objetivo dos me encontré con un entorno cargado de misterio, de encanto y de mucha incertidumbre. Conocer de la historia de los materiales, en qué entorno se encontraban antes de llegar a la casa, qué ocurre con el lugar donde terminaron instalados, con cuánta pausa y atención fueron tratados, advirtiendo cómo se mueven y cómo me mueven y con un diálogo constante con los vecinos, fue lo que generó todo ese movimiento de indagaciones. Finalmente, en este último objetivo propongo unir los dos anteriores y aunque se dividieron de manera abrupta para poder enrutar la mirada, debo reconocer que eso permitió diferenciaciones dentro de ese conjunto que me resultaron muy favorables para la claridad de lo que estaba investigando.

Con este concepto de capas me instalo en ese lugar o acontecimiento donde sospecho que las cosas saben cosas, guardan momentos y los constituye el encuentro con lo otro. Pero están por debajo de lo aparente; es necesario, ir abriendo espacio para ver, lo que subyace, donde lo importante no es, hasta donde se profundice en el saber la cosa, sino que lo que suma es que se esté ya advirtiendo lo oculto, lo que no aparece en la experiencia.

*Instalación La danza de la casa* fue la forma que me encontré, a partir de las relaciones entre imágenes, ideas, impulsos, colores, todo cuanto vi y dejé de ver, y que hoy se sigue construyendo con los comentarios de los visitantes viajeros de la instalación; sus ideas

sugerentes han tendido espacio de exploración y algunas se han quedado. Una instalación en la que el visitante también la construye.

La casa se me ha armado en esta observación detenidamente como un espacio de relaciones, he considerado llamarla casayllu, oportuno nuevo concepto para nombrar cuerpo y casa. Nombrar casayllu es nombrar una casa de relaciones, un lugar donde todo hace parte de todo, en mutua afectación y determinación.

Hace un año llegó a la casa una bebé perrita, la empecé a nombrar ayllú, como forma de nombrar muy constantemente la potencia de concebir todo en relación, además, considerando oportuno que esta nueva integrante de la casa se sintiera muy conectada con el medio. Ha tendido su eco y el concepto que antes era tan ajeno se ha empezado a acercar a la comunidad al querer saber la razón del nombre de la perra y en mí, efectivamente, es una alerta diaria al llamar a la cachorra, sobre la determinación de mis acciones frente a otros y con ellos en mí.

Lo que nos encontraremos en este capítulo serán algunos otros vecinos de gran provocación en este entrelazamiento de objetivos. Así mismo, está la narración que armé para contar sobre la instalación interactiva de la casa, a la que simplemente llamaré instalación la danza de la casa y, finalmente, estará un manifiesto que es el resultado de los hallazgos que venía encontrando en la investigación y motivó la escritura de este texto, al que nombré como Manifiesto-la pausa- y al que llamaré Luminaria.

## **Vecinos**

En medio de esta pregunta por la manera de unir, se presentaron autores como Shaday Larios y su gran estudio sobre el teatro de los objetos, o George Perec y su forma de concebir el espacio fragmentado, en la medida en la que está ocupado por cosas, por objetos.

No obstante, la mirada fresca y renovada con respecto a la biología celular de Bruce Lipton, con su manera de analogar la célula como un humano en su estado microscópico, con su reorientación en la enseñanza de la biología a partir de ver la cooperación entre las

especies, como lo narra en uno de los apartados de su libro *La biología de las creencias*, y que sin duda le cambió la forma de ver la vida, dice:

Sentarme tranquilamente en esas junglas ajardinadas de la isla y bucear entre los fastuosos arrecifes de coral me proporcionó una nueva visión de la asombrosa integración de las especies animales y vegetales del lugar. Todas vivían en un equilibrio delicado y dinámico, no solo con otras formas de vida sino también con el entorno físico que los rodeaba. Era la armonía de la vida y no el esfuerzo por sobrevivir, lo que me arrullaba mientras permanecía sentado en ese jardín del Edén caribeño. Llegue a darme cuenta de que la biología contemporánea presta muy poca atención a lo importante que es la cooperación, ya que sus raíces darwinianas enfatizan la naturaleza competitiva de la vida. (Lipton, 2016, pág. 14)

De esta manera, lo que estaba planteando era que la genética estaba determinada por el entorno y no por la herencia, es decir que la transmisión celular no está dada únicamente por la herencia, sino que había una transmisión de información de una especie a otras especies, en el entorno que compartían dice: “Había llegado a cuestionarme la premisa de que los genes controlan la vida. Esa premisa científica tiene un fundamento: los genes no son autoemergentes, tiene que haber algo en el entorno que desencadene la actividad Genética” (Lipton, 2016, pág. 16). De tal manera que las teorías de Darwin de la herencia no se ajustaban a su nuevo pensamiento. Existía una comunicación celular todo el tiempo, en un estado de afectación permanente y plantea una posible causa frente a esa manera aislada de percibirnos, “nuestras creencias judeocristianas nos hacen pensar que somos criaturas inteligentes que fueron creadas en un proceso aislado y diferente al resto de animales y plantas” (Lipton, 2016, pág. 14) y proporciona una idea para vernos de manera cooperativa y no individual, “tal vez te consideres un ente individual, pero como biólogo celular puedo asegurarte que en realidad eres una comunidad cooperativa de unos cincuenta billones de ciudadanos celulares” (Lipton, 2016, pág. 14). Es decir, Lipton desde la biología y con toda la cordura que implica, haber sido un abanderado en el tema de la clonación de células madres, estaba diciendo que, no solo la herencia determina el funcionamiento de la célula, sino que la conexión es tan fuerte entre los organismos, que no sabríamos cual es el efecto que podría ocasionar la alteración de un gen en el entorno, “chapear con los genes

del tomate tal vez tenga consecuencias no solo para ese tomate sino para toda la biosfera de forma que ni siquiera podamos llegar a imaginar” (Lipton, 2016, pág. 31). Así, Lipton estaba permitiendo unir en mí de manera tangible la experiencia somática con la experiencia del entorno del misterio, ese que se extiende más allá de lo probable. Ese que me permitía experimentar el encuentro con las cosas de la casa de una manera no jerarquizada. Donde todo sin importar tamaño, forma o color está en la relación.

De otro lado, desde una visión más filosófica y psicológica, Kenneth Gergen plantea una forma relacional de estar, “mi objetivo es generar una narración de la acción humana que pueda sustituir la presunción de que somos seres delimitados por una visión de relación” (Gergen, 2016, pág. 7), considerar un ser delimitado es dejarlo en el lugar finito de formas de estar, sin posibilidad para el cambio, la delimitación es aprendizaje cultural que impide ver la conexión de todo, inclusive lo que acontece con las ideas,

(...) pensamiento racional, intenciones, experiencia, recuerdo y creatividad no son previos a la vida relacional, sino que nacen de las relaciones. No están “en la mente” –separadas del mundo y de los demás– sino que son acciones encarnadas a las que se da forma y que son sostenidas en el seno de una relación. (Gergen, 2016, pág. 122)

De esta manera, un pensamiento, el surgimiento de una idea es consecuencia de la confluencia de muchos acontecimientos haciendo, inclusive, imposible determinar la causa y efecto directo de una acción o suceso, pero además ese patrón de considerar que las cosas nos pertenecen, desde el planteamiento relacional de Gergen también se pone en duda,

Podríamos decir que nada de lo que pasa a través de mí es inequívocamente mío (mi cuerpo) y que todo lo que denominó “mi cuerpo” pertenece a un mundo más grande fuera del cual no es más que un conglomerado transitorio. (Gergen, 2016, pág. 127)

Con estos autores la jerarquía del hombre antropoceno desaparece, no hay ser desligado de la totalidad, no hay cosa que no influya y sea influida por la totalidad. Moshe Feldenkrais invita a experimentarnos de manera conectada detrás de esa membrana porosa- la piel- y ver la afectación que cualquier movimiento, pensamiento, emoción, sensación genera en la

totalidad del cuerpo. De tal manera que lo interno y externo se diferencian en un lenguaje humano, pero no necesariamente en el lenguaje de la relación en la totalidad.

### **Instalación: La danza de la casa**

La casa es un rectángulo en la segunda planta, con un salón en madera, una cocina, un baño patio y un mezanine como habitación. En principio con una sola entrada, pero al irse generando nuevos espacios, terminó teniendo varias entradas y salidas y, por tanto, cuenta con la posibilidad de poder recorrerse de forma circular

Viéndole este potencial a la casa, consideré un recorrido circular habitando diferentes lugares, incluyendo los corredores. Armé siete espacios en todo el recorrido y en cada uno me permití una experiencia que nombrara algo que hay debajo de lo que no se ve. A cada uno de estos espacios los nombré capa, cada una de las cuales da cuenta de algo más de lo que se ve a simple vista. Es sacar a la luz lo que se encuentra oculto y anulado de la condición de influencia, donde el caparazón es quien determina el relacionamiento, y hace perder completamente la conexión de la cosa con lo inmediato cercano y lejano. Donde la cosa es mero objeto de utilidad y pierde la potencia de lo que ha venido siendo y puede llegar a expandirse.

Hay tres capas en la instalación, que retoman las narraciones del apartado las Puertas del capítulo segundo, las cuales están narradas en primera persona y grabadas con mi voz, he reproducido el audio en cada uno de los lugares seleccionado para cada capa.

El audio de los insólitos, escaleras y marcos de puerta, se reproduce en la cocina de la casa, a la que llamo Capa País. Un espacio que cuando los asistentes entran está inundado del color rojo por el reflejo que producen unas telas rojas que cubren las ventanas, es pequeño y puede generar una sensación de agobio. En la medida en la que la narración avanza, voy desplegando unas cañas de pescar y que distribuyo por el espacio de modo que el espectador se sienta señalado. Además, se encuentran unas fotografías que aluden a diferentes momentos de la construcción de dicho espacio. Al terminar de desplegar las varas ofrezco a los visitantes una bebida amarga. Cuando la narración de la muerte de

David termina y empieza el lado luminoso de la cocina, descorro las cortinas, permitiendo que entre la luz del día y se puedan apreciar las montañas y sus diversos verdes, recojo las varas y ofrezco una bebida más dulce y con ella salimos a primer corredor.

La grabación de la narración la Catedral de Pueblo, ocurre en la capa de luz, la cual se encuentra en uno de los vértices del salón enfrente del vitral, en este lugar los visitantes se encuentran solos, mientras yo descorro lo que está impidiendo que la luz entre por ellos. Finalmente, la grabación de la narración Piso y Techo ocurre en la capa de piso, la cual está instalada en el centro del salón, en la que se le propone al visitante acostarse boca arriba sobre un tapete y observar mientras escucha la grabación fotografías instaladas en una sombrilla de tamaño grande, el desmonte del techo de la casa del primer piso y la construcción de columnas y vigas donde se apoyará la madera que conformará el piso del salón.

Las capas que no tienen grabación de audio, acudí a la imagen como generadora de sentido de lo que subyace en cada espacio. Por ejemplo, la capa de riesgo se encuentra instalada en uno de los balcones, donde hay dos fotografías del proceso de construcción de columnas, las cuales pegué de manera individual a una estructura de madera y las instalé al lado de cada una de las columnas que corresponde a la fotografía, como una invitación a enterarse de un acontecimiento por el que pasó esta porción de estructura y que hoy se ve finamente terminada. En una de ellas invito a ver el encofrado o estructura de madera que se arma para poder vaciarse el concreto y en la otra aludo a la estructura metálica que hay en el interior de esta.

Otra capa es la solar, se encuentra en otro lateral de balcón que da hacia el occidente donde se oculta el sol. Ellas invitan a advertir la condición de centro astronómico de la casa, al poderse apreciar en un acto comparativo el lugar donde se ocultó el sol el 8 de septiembre y el recorrido que dio este al ocultarse el 10 de diciembre. Es una invitación a ver la evidencia de un acto que pasa muy desapercibido y que, en ocasiones, se duda de que realmente ocurre, porque no se realiza el seguimiento. En esta capa se puede ver cómo se desplaza el sol durante el año, así no lo advertimos. Y la complementa el movimiento de dos grandes pelotas que se mueven en la montaña que está justo enfrente de este lado del

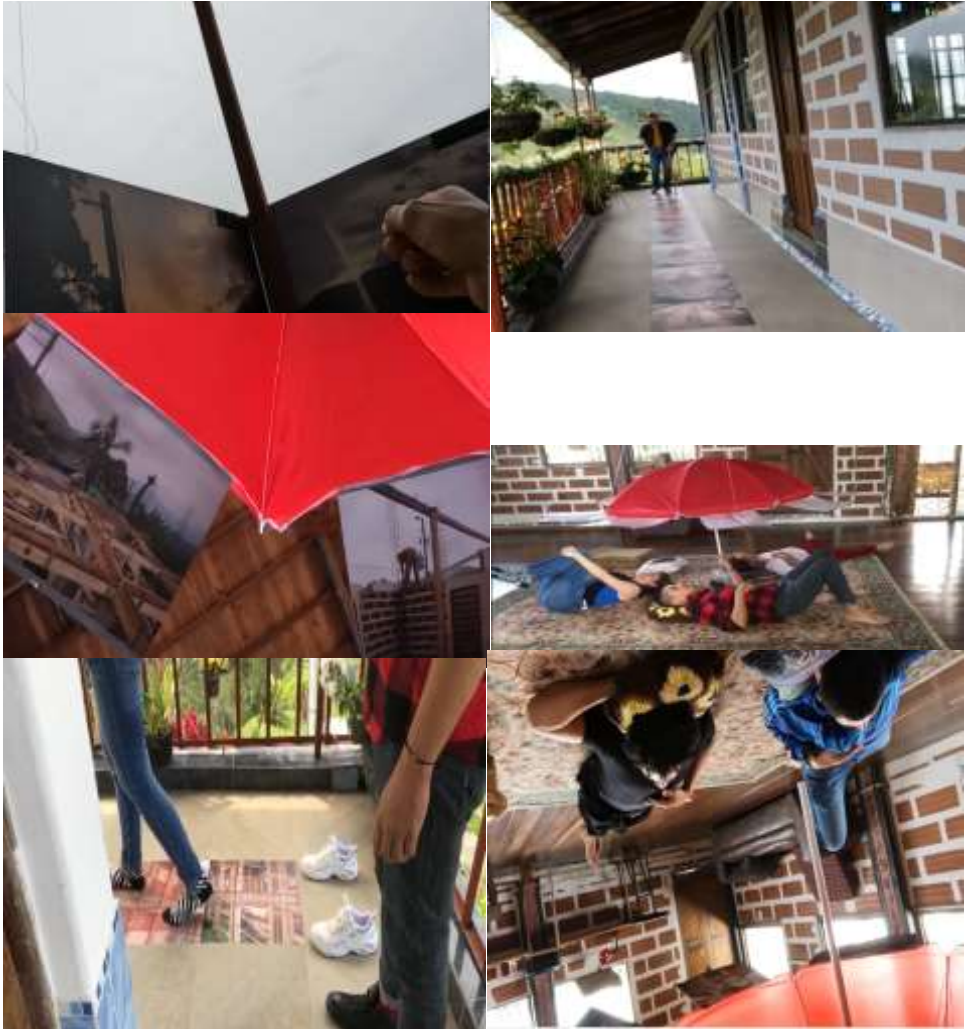
corredor, mientras el espectador escucha una narración sobre lo interno y lo externo y lo poroso de su acontecer entre la casa y la montaña.

Está también la capa de vacío, ubicada en otro lateral del balcón hacia el lado norte, en esta pegué 25 fotografías en el piso, donde se evidencia el construir de esa porción de balcón. Las fotografías están dispuestas de tal manera que no haya un recorrido en una sola vía, están dispuestas para realizar el recorrido en ambos sentidos y pueda tener consistencia, ya que hay fotografías repetidas ubicadas a manera de espejo, creando no solo esa condición de doble sentido, sino una sensación de vacío y profundidad. En ellas los visitantes, develan varias fotografías que se encuentran cubiertas con arcilla y que a modo de arqueólogo juegan a descubrir algo que se encuentra velado.

Finalmente, está la Capa mental, la cual consiste en ver el primer mapa mental que elaboré para un seminario de investigación y que después de todo el recorrido de la maestría considero que es un dispositivo metodológico y de creación. Consiste en una espiral con conceptos previamente seleccionados de la motivación de la investigación y dispuestos en cada uno de los anillos, con un punto central donde se encuentra un humano en movimiento y superpuesto a este una casa, dando la alusión de un aparecer surgido por un impulso de movimiento.

Cada uno de los anillos es una idea compuesta por varios conceptos y la totalidad de los anillos conforman la idea del proyecto en su totalidad. No obstante, existe otra forma de interpretación y es realizar propuestas de interpretación en línea recta u oblicua saltando de anillo en anillo, desde el centro a la periferia. El dispositivo también está concebido para que los conceptos puedan moverse del lugar fijo donde se encuentran e intercambiar lugar con otro concepto dentro de la espiral, de tal manera que las líneas de enunciación dentro del conjunto no son fijas, pero mantienen consistencia entre ellas.





*Fotografía 22:* Imágenes de recorrido de la casa. Autor: Juan Carlos Pabón

### **Secuencia del recorrido**

La secuencia del recorrido es: Sala de recibimiento en el primer piso, exactamente en el garaje, luego hay una antesala a las capas, ubicada encima del garaje y desde aquí se ingresa por el baño-patio a la primera capa que es, Capa de país, en la cocina. Luego, se sale a los corredores para visitar la Capa de riesgo, la Capa solar y, finalmente, la Capa de piso, terminando así el recorrido por los corredores. Posteriormente, se ingresa al salón para continuar con la Capa de vacío, la Capa mental y, por último, la Capa de luz.

Terminadas las capas, le ofrezco a los visitantes lo que he llamado la ñapa, que es el compartir de otro de los productos artísticos de esta investigación y que llamo El manifiesto

de la Pausa, apoyado por las imágenes de una acción performática realizada con unos amigos en los Parques Botero y Berrio de la ciudad de Medellín. La grabación sonora de esta experiencia es la que predomina en el salón, con un alto volumen, en donde se percibe la saturación sonora de estos lugares, más mi voz en condición oratoria y mis compañeras y compañeros en acción de pausa.

### **Mi instalación**

La primera capa que advierto y de la que más atento he estado es la forma de estar en el recorrido. La acción es de saturación del espacio con unos elementos que a modo de lanzas inundan el espacio y dirigen su punta a los asistentes, es un momento de mucha tensión en donde me he percibido bastante agobiado, sin ser un acto de actuación sino de afectación. Pero después el espacio se abre, se ilumina, yo me respiro de otra manera y es el momento del compartir con los asistentes una bebida refrescante. Mi acción es servir y entregar.

A propósito de este espacio en general los asistentes manifiestan una gran impresión con el acontecimiento narrado de la muerte de David.

Para otros ese momento fue ver la cotidianidad y disponerse a la escucha, con la muy grata impresión de estar en el espacio que se narra, ya que la montaña de que se habla se ve desde el interior de la cocina, por eso para algunos espectadores, ver el lugar que se narra, les resultó significativo.

En el recorrido por la capa de riesgo- el primer corredor donde están las columnas- tengo como intención acompañar a quien observa, recogiendo algo de ropa, como quien recoge el desorden que se encuentra en el camino. En primera instancia probé estar de espaldas a quien observa las estructuras, pero el espectador en general pidió un acompañamiento frente a los que se ve, ha sido la forma de estar en este lugar.

En el momento de la capa solar, mi acción es ser espectador de lo que acontece. Y es que desde este costado del corredor se puede tener la vista cercana de una de las montañas que rodean el corregimiento y con la participación de dos jóvenes del lugar a quienes les entrego dos sombrillas gigantes una para cada uno y les propongo dirigir dichos objetos no hacia el cielo sino hacia la casa, presentándose como dos grandes pelotas y se empiezan a

desplazar ascendiendo la montaña hasta desaparecer. La distancia y la lentitud hacen que ese momento sea un tanto alucinante, ya que no se ve que es lo que mueve esos cuerpos y tampoco se identifica claramente de que objeto se trata, lo que se percibe es que dos esferas de tamaño considerable flotan en el aire. Es un momento bello.

En la capa de piso o renombrada hoy de sostén, tampoco participo muy activamente y simplemente me dispongo a invitar a los asistentes a realizar el recorrido sobre las imágenes que están pegadas del piso y que dan cuenta del proceso de construcción de ese lugar que están pisando, alguna de las cuales están cubiertas con barro, el cual se encuentra seco y se deja retirar fácilmente con espátulas, a modo de arqueólogos, queriendo encontrar objetos de valor. Es una invitación a querer desvelar algo que se encuentra debajo.

En la capa de vacío aparece de nuevo el objeto sombrilla en un nuevo uso, en esta ocasión se encuentra suspendido del techo y en sus bordes penden unas fotografías que dan cuenta de las etapas de construcción del piso de madera. Mi disposición aquí ha sido acostarme como un asistente más y darle vuelta a la sombrilla para ver girar las fotografías, mientras se escucha otra narración.

La percepción que vi en una de las personas en su condición de visitante fue de comodidad que manifestó por acostarse en el piso; me dijo: “hacía días no me permitía tirarme y reposar, no me quería parar”.

En la capa mental mi disposición ha sido de expositor del mapa mental, describiendo cómo funciona su dinámica móvil de múltiples construcciones de ruta, que, aunque disparan el significado en sí mismo, se contienen por la selección de los conceptos que están dispuestos en él. Ha sido un momento de mucho compartir. En general el visitante, se permite opinar y dispararse para contar experiencias personales o nombrar lo ven en el mapa como potencialidad. Algunos lo han nombrado como herramienta metodológica para la creación, para otros es la manera de completar lo visto y vivido en casayllu como una manera de hilar las diferentes capas.

Finalmente, en la capa de luz, la decisión tomada fue cubrir el vitral desde afuera, es decir impidiendo que la luz entre y en la medida en la que la narración de la construcción de este objeto avanza, yo salgo del salón y me doy a la tarea de ir quitando muy lentamente lo que

impide que la luz penetre, dejando que el vitral lentamente vaya mostrando todo su esplendor.

La ñapa es el momento de la quietud máxima. Mientras suena la grabación realizada en vivo en el parque de Botero de Medellín, yo me instalo frente a los asistentes y poso las manos en un bulto de tiras de tela y allí permanezco en pausa hasta que el manifiesto termina.

### **Los visitantes**

- Las historias me atraparon y ellas me permitieron ver como lo que estaba muerto empezaba a cobrar vida.
- Es un acto de escucha fuerte, incluso creo que debe advertírsele a los visitantes que se dispongan para esta acción tan demandante.
- Aunque están las condiciones para realizar la instalación en otro lugar y disponer el espacio para crear la experiencia, aparecerá en ese momento la representación, ya que teniendo la experiencia en la casa lo que están realizando es un acto de presentación, conmueve ver el lugar por donde aparece la luna llena, ver que los artefactos de las fotografías con volumen de las columnas pertenecen a las columnas que están al lado y que sostienen efectivamente la casa.
- El mapa mental es un dispositivo multiusos, para conferencias, talleres y creación; es un gran mecanismo hallado.
- Me pregunto por la gran dependencia de la palabra narrada para crear la experiencia.
- La totalidad del recorrido me deja con una gran pregunta personal y es qué reconozco en mí una gran capacidad de liderazgo y lo que me propongo lo logro y bien, pero desde hace algunos días me vengo preguntando si solo esa condición me habita, y el recorrido de las capas, todo el tiempo me llevó a experimentar esos otros lugares que también me conforman y no me permito habitar, como el dolor o la tristeza, la lágrima. (He

de anotar que mientras hacía la reflexión su rostro se transformó y la lagrima quiso salir, la voz se le quebró y aunque no dejó que brotara el llanto, la reflexión de lo visto con su experiencia personal fue muy gratificante)

- Hace mucho tiempo no me permitía parar y tirarme en el piso a no hacer nada, en la capa del vacío no me quería parar luego de terminada la narración, fue un momento de mucho placer.
- Siento que no vemos todo lo que nos quieres mostrar.
- La capa del mapa mental hizo en mi sentido a todo lo que había recorrido, fue comprender el horizonte de la experiencia.
- Otra asistente habla de lo impresionada que la dejó ver como lo que estaba muerto en la experiencia adquiría vida.

## **Luminaria**

A lo largo de la investigación empecé a tener una inquietud con respecto al movimiento de los objetos, su condición de aparente quietud me generaba mucha curiosidad. Percibía en el entorno de humanos que ver el movimiento quieto era sinónimo de muerte y por eso la relación con este era de mera condición de uso. La sensación que empecé a experimentar era de indignación, de irrespeto con aquello que nos acompaña en este existir. Las indagaciones que estaba realizando me estaban llevando por un universo más expandido, la misma relación con los objetos de la casa me daban cuenta de otra mirada, de un sentir que algo debajo de ellos se movía. Finalmente, esas intuiciones se fueron aclarando y con ayuda de los vecinos, encontré una manera de hacer salir lo que me estaba removiendo por dentro. También, gracias a la ayuda de las prácticas de Feldenkrais, en las cuales antes de iniciar a experimentar alguna variación de movimiento, realizamos un escaneo, es decir, una revisión de cómo nos percibimos en ese momento y como percibimos el entorno. Es un momento de observación, la acción de permitirse sentir lo que sientes. El cuerpo visto

desde afuera se ve quieto, inmóvil, como si estuviera dormido, pero realmente está en una gran actividad, se encuentra percibiéndose en su totalidad, no está inmóvil, se encuentra en pausa, en otros términos, en un estado de observación plena.

De esta manera, con esa intuición en la que me estaban acompañando varios vecinos, más esa experiencia somática, me lanzo en un estado de completa indignación a proponer otra manera de ver la quietud de los objetos, a iluminar un camino de violencia y maltrato con el objeto y es así como aparece el Manifiesto La Pausa, un grito para invitar a ver en aquello que no se mueve ni se comunica, la manera en la que nosotros lo hacemos, una nueva posibilidad de relacionarnos que trascienda el terreno de la Utilidad.

### **Manifiesto: La Pausa**

Lectura del Manifiesto La Pausa. Acción performática en el Parque de Botero de Medellín



*Fotografía 23: Lectura del Manifiesto La Pausa. Acción performática en el Parque de Botero de Medellín. Autor: Juan Fernando Vanegas*

Pauso de exteriorizarme

Pauso de experimentar el movimiento visible

Pauso como el objeto

Cuando pauso me igualo con el tarro de la basura de la calle que se encuentra relleniéndose con la cosa despreciada, la usada, la desechada, la que no importa, la que solo presta el servicio; la que nunca tuvo individualidad, la que es un número o un servicio; la invisibilizada para poder ser desechada sin remordimiento.

Pausa la caneca de basura de la calle que se encuentra sin movimiento visible luego de que la noche anterior alguien le diera vuelta para extraer todo su contenido, de regreso a su posición usual pausa para disponerse a seguir recibiendo desechos, hasta abandonar la pausa en una relación estrecha con el viento, un perro o la lluvia.

Pausa porque no está quieta, en su interior se mueven centenares de partículas a altas velocidades. No es la quietud quien le da forma, es el movimiento constante la que construye espacio y la individualiza de la totalidad de las cosas que la acompañan. Un movimiento veloz que emite sonido, que genera estelas de ondas que me penetran, que se mezclan con las ondas de mis partículas que se mueven también a altas velocidades y que antes de unirse viajan por el mar de las ondas de las cosas que las rodea, su afectación no es una causa directa de caneca a humano, es lo que logra llegar luego del tránsito por esa onda oceánica.

Al pausar alerta lo que se encuentra a mi alrededor, lo que se encuentra en aparente quietud y que realmente está en pausa, de tal manera que la basurera deja de ser un mero objeto de uso y aparece ella, la caneca, la que está en pausa, la que junto conmigo se encuentra afectando y siendo afectada, la que tiene un espacio en la existencia de lo visible humano, la que frente a mí, ya no solo es caneca de relleno, es ella la cosa, la que se corroe, la que sabe del que pasó al lado, la que se va haciendo y deshaciendo con las atrocidades humanas, las angustias, los desamores, la bala, el cuchillo, el grito, la risa, la euforia, los amores, el ladrido del perro, el ondear del viento, el impacto de la lluvia. Pausa en afectación, se compone y descompone en la relación, como el bebé que se alimenta de la leche materna, el gato que caza su presa, el perro que encuentra su hueso, la manifestación que encuentra su voz, el poeta que desdice de su estar, la calle que acaricia las ruedas, los árboles que albergan los nidos, las montañas que guardan secretos, los ríos que corren al mar cargados de humanos y no humanos, eliminados, tirados, desechados por un conjunto de humanos que sin saberse de sí mismos, habitan en su egoísmo, en su única forma de verse habitando el territorio, desconociéndose y desatendiendo, reconocer la relación poco les importa, su emoción los inunda, los nubla, los ciega, los revuelca en el fango de su propia existencia, no saben de la pausa, no les importa, van en sentido directo hacia el falso progreso de su propia existencia, existencia en la que el objeto solo es el medio para

alcanzar sus metas, sus logros, sus imputes del buen vivir, lo que llaman la vida fácil, descomplicada, suntuosa y decorativa. El objeto es quien les da valor y belleza. La esmeralda no es la piedra que la Tierra decantó durante millones de años hasta cristalizar sus fluidos y que por tanto tiene información divina del planeta. No, es la joya dinero, la que tiene precio, la que da status, la que discrimina, la que da aura divina, la que eleva de los suelos, la que inhibe los pedos, los eructos, la pecueca, el grajo, la de los privilegiados, la de los selectos hijos del dinero, los que vomitan por todos sus orificios basura por toneladas y luego crean fundaciones de reciclaje, pagan el salario de los obreros, de los mineros, los guardaespaldas, las camionetas, la guerra, las armas, el tráfico, la sangre derramada. La piedra que solo es piedra de uso, de falsedad y desolación. La que desea la pausa para que se la vea como el río que corre, la lluvia que cae, el perro que ladra o la caneca que también es basurera, pero, por, sobre todo, cosa. La cosa que no tiene dueño, que no fue creada sino aparecida, la que no es un número, ni una marca, la que no es un precio o un nombre en la lista de un contador, la que su desecho importa, la que tiene vida. Vida más allá del entendimiento humano y su delimitado mirar, de su ego centrado estar, de su movimiento y quietud.

Pausa pide la cosa

Pausa me puedo permitir, me habita, aunque esté desaprendida, olvidada y sin implicación alguna en la experiencia del estar. La pausa se encuentra en el residuo de la respiración, en el aliento que queda después de correr o hacer el amor, en el pensamiento después de una grata conversación, en el homúnculo luego del movimiento de uno de los laterales del cuerpo, en los pies con mayor agarre luego de una larga caminata, en el sonido de las vísceras, en el salivar, en el mover de las costillas flotantes, en las cascadas del río de la sangre, en el hueso que se aploma, en las dendritas del sistema nervioso que se alargan, en los contenedores de orina y de eses, en las dulces papilas gustativas, en las flexibles vertebras y en las descargas cerebrales. Todo en un solo momento, o en tantas pausas como acontecimientos ocurriendo no evidentes que se dejan ver en la Pausa. Pausa que me asalta también hacia afuera, en el brillo de los ojos humanos, en las patas de la silla apoyadas en el piso, en el paso de baile de la reja en el concreto, en el sol que ilumina mis labios, en el aire acariciando la llanta del vehículo, ro, en el agua bañando el hueco de la calle, en la



fuerza de la tierra de montaña que no quiere desprenderse, en la piedra que se aferra al baño diario que le da el río, en la cama que recoge los sueños, en el piano que suena silencio, en el aroma que sobrecoge tus pensamientos, en los sonidos que confunden, en el pavimento que alerta que comí más de la cuenta, en el poste que dirige mi mirada al cielo, en el ladrillo que me cuenta del vacío, en la pared que no conoce de división, en la banca de parque en la que anidan formas de caderas, en el aire que dispersa mis pensamientos.

La Pausa en la que humanos y no humanos no se diferencian, donde el estado esclavista hacia el objeto desaparece, donde el humano se desplaza del centro de todo cuanto lo rodea y reconoce el lugar centrado de todo, nada excluido, todo parte fundamental para la experiencia del momento.

Tercer capítulo en imágenes



## Capítulo Cuarto: La Digestión

El proceso digestivo ocurre de manera autónoma en nuestro cuerpo, sin que nos demos cuenta de su acontecer, solo hay una acción voluntaria en su recorrido y es la ingesta del alimento, porque ni siquiera el resultado final a veces lo podemos controlar, ocurre por encima de si queremos o no eliminar. Mi misión en todo este recorrido fue ingerir alimento, probar una gran variedad de productos, como libros, autores, seminarios, imágenes, videos, conferencias, lecciones de docentes universitarios en línea y principalmente la alerta al acontecer diario, ver como los iba asimilando y percibir si me indigestaban o me causaban un placer al consumirlos. Los que me causaban gran gozo fueron quienes me permitieron realizar las exploraciones y despejar el sendero a partir de una buena asimilación de los nutrientes. Algunos no los sentí tan sabrosos, pero fue muy oportuno probarlos para darme cuenta que no eran ellos los que más me alimentaban en esos momentos. De tal manera que entre gusto y rechazo el camino se fue presentando.

Al final de toda esta ingesta se producen lo que se consideran desechos, los cuales casi siempre se desprecian, pero que bien tratados son alimento esencial, como en el caso de los baños secos, los cuales acumulan la materia eliminada y a través de un proceso de aireación y fermentación, se convierte en unos meses, en materia orgánica esencial para alimentar las plantas. Todo es cuestión de la atención y el cuidado prestado. Por tanto, los residuos de esta digestión los quiero llamar hallazgos, los cuales requieren cuidado y atención para que se conviertan en material valioso en mí y en otros procesos de investigación.

El primero y un tanto descolocado del lugar que debe ocupar en un proceso de investigación como este, está relacionado con la metodología. Y es que sin duda es una pregunta que gravita de principio a fin y que hoy reafirmo su condición mutable. Si bien su condición autoetnográfica es la manera más sencilla de nombrarla, en lo personal la fui viendo ocurrir y por eso la quiero nombrar como un hallazgo, ya que frente a esa condición autoetnográfica, me permití anexar unos elementos somáticos, que es lo que considero aportan a esa propuesta metodológica y que llamé el Plano. Otros hechos que destaco producto de esta ingesta son: la Danza relacional sin verse, a la que nombro el Tablado por su potencia para dividir espacios de manera porosa y el Mapa, que alude al dispositivo de

creación que surge a partir de la elaboración de mi mapa mental con respecto a la pregunta de investigación.

## **El plano**

El plano es en el mundo de la arquitectura una representación realista del objeto real. Se levantan planos arquitectónicos a partir de ideas, sueños o necesidades. Es la proyección de un espacio previo a su realización. Yo no realicé plano previo a la construcción. El espacio y yo nos fuimos modulando. Traigo esta metáfora a la metodología como imagen generadora, para comprender el camino recorrido, ya que así, como no tuve plano para construir casa, tampoco tuve metodología previa a la investigación. La acción y la reflexión generaron diálogo permanente y la estructura metodológica se fue presentando, al punto que al final, la reconozco como uno de los hallazgos de este proceso, al haber encontrado espacio somático en la autobiografía.

## **Metodología autoetnosomática**

Esta Tesis en su apartado metodológico se instala en lo que se conoce como investigación cualitativa la cual “posee múltiples ramas, de diferentes tamaños, texturas y fortalezas. El método biográfico constituye uno de sus brazos” (Blanco M. , 2012, pág. 2), es comprender el significado o sentido que los actores le otorgan a su experiencia. Experiencias que tienen que ver con la circunstancia de ser testigos de un hecho ajeno a ellos, lo que se conoce como etnografía o experiencia en la que el sujeto está ubicado dentro de lo que está estudiando, conocido como autoetnografía las cuales son altamente personalizadas y que, según Richardson, nombrado por Blanco “son textos reveladores en los cuales los autores cuentan relatos sobre su propia experiencia vivida, relacionando lo personal con lo cultural” (Blanco M. , 2012, pág. 2). Un camino según lo plantea Ellis “para "entender el significado de lo que la gente piensa, siente y hace" (Blanco M. , 2012, pág. 2).

Por tanto, esta investigación, parte de esta corriente cualitativa para narrar lo que aconteció en el trayecto de ver aparecer la Casa. No obstante, la manera como se asume este acontecer autoetnográfico está transversalizado por la metodología somática, que indaga en

la manera como el humano se experimenta a sí mismo como ser vivo integral, sin división cuerpo-mente, pero además en conexión con el entorno. Desde esta perspectiva esta investigación se instaló en lo que este investigador ha querido nombrar como autoetnosomática y que contó con tres etapas fundamentales:

1°. Experimentarse como soma, practicando alguna de las múltiples metodologías somáticas existentes, en mi caso, el método Feldenkrais, el cual permite dar cuenta de lo que se hace cuando se hace, alertando la manera en la que todos sus sistemas se encuentran integrados y en conexión e interdependencia con todo lo que acontece en su interior.

2°. Permitir que esa experiencia somática, como metodología de aprendizaje, pudiera aplicarse a la relación con el entorno, considerando la conexión y afectación permanente con este, permitiendo que las estrategias empleadas en el acercamiento somático individual pudieran aplicarse en la relación con el entorno.

3° Finalmente, en el momento de realizar la narración, en este caso del habitar-construir la Casa, la doble perspectiva estuvo presente, en otras palabras, como sujeto me experimenté en integración con sí mismo y el entorno, en un juego en paralelo donde se instaló la intención de que nada escapara de la relación.

¿Cómo se entrelazaron estas etapas en esta investigación en particular?

Después de un recorrido práctico y teórico de más de ocho años por los llamados métodos blandos para acercarse a la experiencia de ser cuerpo y que Hanna llama la somática, puedo nombrar la somática en mí como ese conjunto de exploraciones alrededor del cuerpo humano que atienden de manera integral la materia corpórea y todas sus afecciones, con sí mismo y con la totalidad en la que se encuentra inmerso, desde sus lados más rudos hasta los más sutiles y difíciles de ver, mediante formas blandas y suaves de hacer, para que el encuentro con el movimiento en todas sus manifestaciones se presente como aliado de un estar gustoso, en lugar de ser un impedimento que nuble la experiencia y acorte lo visto.

Ver en las manifestaciones encontradas alimento para el reservorio con el cual me dispongo a la acción, como manifestación de movimiento con sus diversas formas de hacer, una especie de caleidoscopio de sentires, que potencia la explosión vital, como un acontecer

que se crea haciendo. Son muchas las prácticas somáticas que se pueden nombrar, pero podemos decir que hasta ahora acontecen bajo un mismo techo intencional, el cual es, explorar movimientos que favorezcan la conciencia de nuestras propias sensaciones y percepciones.

La conciencia para Feldenkrais es conocimiento consciente, que no debe confundirse con el simple conocimiento. De tal manera que, frente a un conocimiento aprendido, la conciencia toma control ante la menor alteración de éste.

Moshe Feldenkrais el creador del Método Feldenkrais, revisita el término postura y lo desinstala de su concepción estática, fija y aún ideal. Cuando hablamos de buena postura, generalmente aludimos a colocaciones alargadas, que dan cuenta de una columna erguida, que no informa necesariamente de la movilidad que ella posee, solo es una colocación que da cuenta más de un gusto estético que de una postura que no incomode o desgaste. Para Feldenkrais la postura es acción, no colocación y, por tanto, propone otro concepto, la actura, que sale de los conceptos acción y postura, llamando la atención sobre el valor del movimiento en la postura, la cual no es estática, aunque se encuentre en pausa. Frente a esto, plantea

Postura tiene que emplearse para designar la manera como se proyecta la idea de un acto y el modo como se correlacionan las distintas partes del cuerpo para lograr un cambio o mantener un estado. Un inválido puede tener una postura excelente, aunque las posiciones que tome sean todas anormales. (Feldenkrais, 1995, pág. 77).

Entonces, no es el acto en sí mismo el que es malo o inconveniente, sino la manera de dirigirse a él. Dice Moshe que cuando hay falta de esfuerzo, falta de resistencia, hay vuelta y respiración, podemos sentir una buena postura.

Primera característica: Falta de esfuerzo “en la acción buena, falta la sensación de esfuerzo, cualquiera sea el gasto real de energía” (Feldenkrais, 1995, pág. 130).

La postura de construcción de la casa, sin duda la arranque realizando mucho esfuerzo, pero en la emoción de encontrarme con el salón, muy probablemente inhibió la percepción del esfuerzo realizado y este se confundió con desgaste. En el inicio de la investigación-creación, reconozco mucho desgaste en ese arranque de precisar la dirección alrededor del

objeto de investigación, pero sin duda no hubo esfuerzo; no se realiza una acción obligada, ni mucho menos impuesta en el camino de encontrarse con los autores y posturas frente a los diversos temas abordados. Hubo alerta en cómo el cuerpo se enfrentaba al acto de investigar, tanto desde su parte física como con sus partes más sutiles como las emociones, los pensamientos y las percepciones. Hubo mucho desgaste de energía y tiempo invertido en esa confrontación con los diferentes autores, pero no una sensación de estar haciendo esfuerzo en el encuentro con esa diversidad de conocimiento.

La referencia a la falta de esfuerzo la nombro en relación con los dos momentos, el primero, creación de la casa y, el segundo, investigación de construcción de casa y la consecuente creación alrededor de esa investigación.

En la primera, es decir, en la creación de la casa, la experiencia somática se encontraba en aparición ya que estaba apenas iniciado la formación en el método Feldenkrais, no obstante, la experiencia del hacer artesanal llevaba muchos años en el ver aparecer escenografías, utilería, maquillaje y vestuario en el Teatro Popular de Medellín. Por tanto, ya estaba instalado en mí el aprendizaje de que la labor artesanal es un acontecer que invita a la dedicación y la paciencia en un tiempo dilatado. Hoy siento que a pesar de que no tenía esta información somática estaba transitándola desde hacía tiempo.

En la segunda parte, es decir, al inicio de la investigación-creación, la formación en el método Feldenkrais estaba terminada y sin duda la relación con el hacer estaba muy influenciada por este nuevo aprendizaje. De tal manera que el tema de la conciencia estaba presente y todo hacer estaba transversalizado por ella. En lugar de sentir esfuerzo, fue encontrarme con la dedicación y a partir de allí sentir una acción que se iba sin mucho movimiento parásito, dicho de otro modo, aquel que está de más, que sobra, que no hace falta, que es producto de un esfuerzo muchas veces inconsciente y que en ocasiones desgasta nuestros sistemas más rápidamente.

De esta manera, en la autoetnosomática lo primero es reconocer que en el hacer investigar hay falta de esfuerzo, entendido como esa condición en la que el movimiento que aparece se realiza sin la presencia de otros actos no pretendidos. Esa condición de estar haciendo muchas cosas a la vez, que no hacen parte de la acción pretendida y que se percibe en la falta de aire, defectos en las curvaturas de la columna, entre otras. En otras palabras, un

cuerpo que no se atiende, que es obligado a accionar a costa del propio bienestar, un cuerpo que está contraído en el cumplimiento de la meta. En mi caso una de las estrategias asumidas para no sentir el esfuerzo, ha sido la dedicación casi exclusiva a este acontecer investigar académico, en el que los tiempos de entregas son perentorios, se trabaja bajo presión de resultados y sobre todo bajo presión económica. Una maestría en un país como Colombia donde la educación es un privilegio, requieres de mucho “esfuerzo” para poder realizarla, como trabajar en cinco lugares para poder reunir el dinero necesario para estudiar y, además, investigar. Una acción inhibida por la simultánea ejecución de otras que van en vías opuestas. Como cuando estando tendido en el piso se pretende levantar la cabeza, pero el torso que es la palanca en donde se apoya ésta para subir sin esfuerzo, está encartado matando zancudos. No hay manera, las dos acciones que son correlacionales se escinden y no permiten que el acto se sienta sin esfuerzo.

Una segunda característica es la “falta de resistencia que permita la sensación de adecuada inhibición e integración de los impulsos a la acción antes de ejecutarla” (Feldenkrais, 1995, pág. 130). Como cuando el torso no se resiste al movimiento de la pelvis y permite que la onda fluya y viaje sin resistencia alguna a lo largo y ancho del cuerpo, permitiendo actuar a favor de nosotros mismos, sin encontrar peligros como lesiones y aumentando la autoimagen.

Este es un rasgo de buena postura que invita a afinar la escucha y a no proceder con premura, ya que es estar atento a despejar el camino del impulso emitido. Ver que el acto no es aislado del resto del cuerpo, que todo hace parte y que como en el ayllu, nada escapa a la relación.

En mi caso como creador-investigador-creador fue ir lento en la creación, no apurarme en la investigación y permitir que lo que iba apareciendo, con lo que me iba encontrando, sumara a la pregunta que me había formulado.

En el caso de la creación de la casa, una vez que el dinero se acabó y que la construcción quedó en mitad de camino, fue seguir sin desconectarme de la construcción y en lugar de parar por falta de recursos económicos fue estar ahí y hacer con lo poco que iba apareciendo, con la mejor disposición y dedicado a seguir en la ruta del encuentro, movilizandole apariciones a partir del hacer, de disponer la creatividad y los conocimientos



previos al servicio del habitar construir casa, estar atento a lo que hacía y a lo que el entorno me ofrecía. Hacer sin pensar en el final, hacer para encontrar algún detalle, hacer para mover el universo de la creación.

Esta disposición permitió que llegaran materiales que no estaban en la vía de la compra sino del regalo, de la donación, que estaban en consonancia con la potencia de lo que en casa podía aparecer. Es decir, llegaron materiales que se ajustaron a lo que estaba ocurriendo en casa, materiales que decidí acoger a partir de sentir que guardaban empatía con lo que ya había aparecido, sin que necesariamente los estuviera proyectando. Creo que en varias ocasiones sucedió que quien me observaba hacer percibía el conjunto de lo que había e intuía mis intereses y, desde su percepción, me ofrecía las donaciones.

Fueron unos aliados no expresos que participaron desde un hacer intuitivo. Entonces podemos pensar que en el acto de acoger los materiales no solo participé yo, imponiendo mi voluntad por sobre todo, por el contrario, fue la confluencia de intuiciones de los otros, más mis acogidas, las que permitieron que hoy esos materiales hagan parte de la casa. Es una forma de ver movimiento en la red de la experiencia, en lugar de ver acciones pasivas por un lado y acciones activas por el otro, es ver que la actividad es el mecanismo de la confluencia.

En el caso de la investigación-creación también sucedió el juego de la no resistencia. Los diferentes seminarios vistos a lo largo de la maestría empezaron a confabular sin resistencia con la pregunta y los objetivos. Me dejé permear por ellos, como estrategia para ver cómo podía sumar a la pregunta de este habitar construir y percibir de qué manera me aclaraban lo que había hecho durante todo ese tiempo, quienes lo habían vivido, quienes ya lo habían experimentado, quienes ya lo habían nombrado y cómo yo me podía diferenciar.

La tercera característica es,

Hay vuelta. La característica principal de la postura o actura correcta en todos los procedimientos que dependen y existen dentro del radio de la acción voluntaria es la regresión. En todo instante o fase de un acto correcto, podemos hacer que éste se detenga, que no continúe o se invierta, sin previo cambio de actitud y sin esfuerzo. (Feldenkrais, 1995, pág. 131)

Este acontecer investigar-crear, después de entrar de manera no forzada, esto es, con mucha disponibilidad y sin resistirme al flujo que mostraba lo que iba apareciendo durante los seminarios y luego reversa, es decir, visitar lo acontecido, como una forma de dar vuelta sobre el camino recorrido y permitirme detener o avanzar, fue la posibilidad de encontrarme con la memoria de las cosas-objetos que habían aparecido y con ellas probar nuevas creaciones. Recorrer el camino andado me permitió dar sentido al planteamiento del ayllu y su premisa de conexión de todo cuanto se encuentra en la relación. Es un cuerpo que acumula resonancias del entorno en el que se encuentra y que a modo de capas guarda información. Cosas vivas que a partir de su porosidad guardan el registro de lo escuchado, y que yo solo puedo dar cuenta de una pequeña porción de ellas, a partir de lo que he nombrado las puertas, una pequeña porción de ese gran archivo al que lentamente he podido acceder, el resto quedará en el misterio hasta encontrar otras maneras de escuchar.

Esta reversibilidad de la acción al mostrarme el camino del ayllu, de aquello que nada escapa a la relación, me incitó a explorar las grabaciones de un minuto de manera simultánea, como percepción de ese movimiento continuo.

Finalmente, “la respiración. Contener el aliento es la señal observable más clara de una postura o actura incorrecta” (Feldenkrais, 1995, pág. 132).

Generalmente, cuando se realiza una acción con mucho esfuerzo la respiración se detiene, impidiendo reconocer la tensión necesaria para la ejecución de dicho movimiento, por tanto, las acciones parásitas siempre están presentes. Permitir el flujo del aire en toda acción realizada es una manera de autorregular la aparición del esfuerzo.

Respirar el acontecer investigar-crear es incorporar un elemento fundamental en esa acción tan demandante y de tanto gasto energético. Entrenarla para tenerla presente fue una estrategia que apareció desde el inicio de la formación en Feldenkrais y que al día de hoy me sigue acompañando, inclusive en este proceso escritural.

Es de usual ocurrencia que en ese acontecer investigar, el descuido por el cuerpo se presente de manera reiterada, generando, trastornos no solo en el orden de lo músculo esquelético, sino en lo mental, comprometiendo en ambos casos al sistema nervioso. Por tanto, alertar la respiración es alertar el buen funcionamiento del cuerpo de quien investiga.

Será una buen actuar del investigar-crear, tener un cuerpo con buena actura para cumplir dicha función. Casi siempre olvidamos el cuerpo como eje fundamental de un proyecto de investigación, poniendo por encima de este la investigación misma. Por eso he sabido de sujetos que después de un proceso de investigación terminan donde el fisiatra, psicólogo o psicoanalista, dietista, infectólogo, gastroenterólogo y todos los logos existentes, porque faltó aire en el ver aparecer la investigación. Por eso dentro esta metodología autoetnosomática la atención del cuerpo de quién investiga es fundamental.

Concluyendo digo que la autoetnosomática es la metodología empleada en esta investigación-creación y que podemos resumir en que es una metodología que invita a realizar investigación de lo cotidiano de una manera no forzada, a partir de priorizarla a ella dentro de las labores del investigador.

Permitir que lo acontecido, tanto dentro de los parámetros académicos como del diario vivir haga parte de ella, sin resistirse a su encuentro y alertando el lugar donde pueden incorporarse como parte de ella o reconociéndose como referentes para delimitar.

Siempre dar la vuelta y transitar el camino recorrido por el cual devolverse, seguir la dirección llevada o virar en otro sentido.

Finalmente, respirar el cuerpo del investigador y permitir que cada acto acontezca con la presencia de mucho aire y poder advertir que se está haciendo sin esfuerzo, sin resistencia y que se puede dar vuelta y visitar lo hecho.

Lo anterior no acontece de manera aislada o por etapas, todas acontecen de manera simultánea en todo momento y puede ser aplicada tanto para una exploración de movimiento interno como para una exploración con el entorno.

He de agregar como coda final a este canto metodológico, que terminada la escritura de la tesis aparece una invitación para expandir los principios antes nombrados apoyados en la metodología Feldenkrais y observar que con ellos cohabitan unos principios adicionales con un nivel de sutileza mayor y que muy probablemente se encuentran instalados en la misma indagación artística, es una invitación a rastrear en el acontecer de la relación con lo no humano, con aquello que sobre pasa el terreno de lo personal y se adentra a reconocer la relación necesaria con aquello que cohabita.

## **El tablado**

La casa está construida sobre otra casa, es un segundo piso e incluso la habitación queda en un tercer nivel. El tablado del salón es la estructura que divide los dos espacios, pero sin duda es tan poroso que no hay manera de sentir la afectación sin verse, principalmente a través de la escucha, los olores e incluso del tacto, hablando en términos de percepción con los sentidos. Sin embargo, también existen otros como el estado de sueño o los movimientos sutiles que ocurren en el interior de cada espacio y que escapan a la capacidad de los órganos de los sentidos clásicos, pero que se perciben si se permite la pausa, como cuando deseamos sentir los órganos internos, que se nombra como sentido interoceptivo o cuando sabemos dónde está alguna parte de nuestro cuerpo en el espacio, sin utilizar la mirada, conocido como sentido de la propiocepción.

Es decir, sí tenemos capacidad para enterarnos de cosas sutiles, casi invisibles que suceden en nuestro entorno y que sin duda nos afectan. Yo abrí la opción de esta pregunta al proponer la danza relacional sin verse. Es todo un experimento que apenas está brotando, pero que justo se instala en esa pregunta de ¿podemos percibir la afectación de todo lo otro sin necesidad de verlo, escucharlo o tocarlo?

## **Danza relacional sin verse**

Me muevo y te muevo

Te mueves y me mueves

Moverse no es una simple decisión que experimenta la voluntad, ha de contarse con los espacios de los otros, humanos y no humanos, su disponibilidad y empatía.

En el agua la onda de afectación de una piedra tirada en su interior, se expande de manera visible por cientos de metros, conectando en direcciones dispares tras el encuentro con la

resistencia del agua que la sostiene de manera más pausada que la atmósfera; el choque o toque sutil en cada cuerpo con el que se topa se modula con el movimiento del cuerpo mismo, en un estado de afectación evidente.

En la atmósfera no logramos percibir esos toques sutiles, se hacen invisibles al ojo humano, aunque a veces la intuición los evidencia y construye rutas complejas de afectaciones que ocurren a nivel de la sensación. Pero como el movimiento visible no da cuenta de ellos asumimos que no existen ni determinan. Sentimos que el libre albedrío de la acción o hacer lo que se nos venga en gana es propio de la naturaleza humana; por eso a veces vamos de tumbo en tumbo, sin reconocer que algo más allá de nuestra voluntad está determinando la acción que pretendemos realizar. La escucha nos falla y se impone la terquedad.

La exploración de moverse en relación, sin necesidad de verse, pero sabiendo que otros se encuentran en la misma exploración y con la misma intención, es afinar la intuición y expandir el sentir más allá de los sentidos, en una suerte de creación de vida y por sobre todo en un real estado de libertad, ya que cuando realizo esta exploración una de las sensaciones que más me abriga es que es una sensación muy parecida a cuando me muevo “libremente”, de tal manera que lo hallado más significativo es que la libertad ocurre en la relación.

## **El Mapa**

Desde la arquitectura el mapa es la representación de un territorio, sin pretender ser realista sino un poco más simbólico. Si lo aplicamos a la investigación nos encontramos con representaciones de lo que estamos investigando, esos elementos que orbitan alrededor de la pregunta y que van construyendo sentido, la manera de representación es muy variada, pero ha predominado la que nos proponen la ciencia, muy esquemática y de manera desplegada.

Cuando me propusieron realizar un mapa mental me ocupé de escuchar ¿cómo vibraba eso en mí? ¿qué conceptos tenía en el pensamiento? y ¿cómo era la manera en la que los estaba modulando? Lo primero que se instaló fue el movimiento, es decir, una acción que

provocaba una pregunta y que se manifestaba en forma de onda, como cuando una piedra cae al agua y la onda expansiva empieza a extenderse por todo el espacio formando anillos. Esa fue la imagen ideokinética que provocó la realización del mapa mental.

En cada uno de los aros instalé conceptos que consideré dialogaban entre sí. La cantidad de conceptos que tenía me llevaron a expandirme hasta seis círculos. La primera forma de leer el mapa fue encontrar sentido en cada orbita y ver cómo se iba sumando sentido en la medida en la que se iba avanzando en los anillos, en una especie de consecuencia en afectación, en una suerte de tiempo lineal, ya que había que terminar el anillo para pasar al siguiente.

No obstante, en la medida en la que sentí que el mapa mental que había elaborado tridimensionalmente tenía un potencial para seguirlo viendo y jugando con él, otras opciones empezaron a aparecer. Por ejemplo, no era necesario esperar la terminación del anillo para saltar al siguiente, podía saltarlo, generando una nueva línea interpretativa de centro a periferia en un tiempo no lineal; además, los conceptos no tenían que estar fijos, podía hacer sustitución de lugar, de tal manera que un concepto que se encontraba en un aro, podía saltar a otro y permitir una nueva vía de interpretación.

En el mapa no solo había palabras, también dispuse imágenes que provocaban nuevos horizontes alrededor de la pregunta, las cuales empecé a intervenir, en ocasiones cubriéndolas y luego desvelándolas, como si estuvieran debajo de manera camuflada o en proceso de aparecer o superponiendo una sobre otra. Por último, el mapa no lo cerré en un círculo, consideré mejor una espiral con unos límites en donde se contiene la pregunta, pero que no cierra la opción de generar nuevas inquietudes. Es decir, este dispositivo tiene la ventaja de que no permite perderse en lo que se está indagando, pues ella en si misma está contenida por los conceptos seleccionado, pero si permite múltiples miradas alrededor de un mismo tema, posibilitando la aclaración del camino.

Es un mapa mental, considerado propuesta de creación. Hoy lo valoro como un hallazgo a partir del cual poder generar procesos de creación donde el encuentro con el movimiento estará determinado por la línea de interpretación que se quiera tomar, armando y desarmando opciones sin que ninguna de ellas sea fija, sino que da opciones de múltiple sentido, pero sobre algo que lo contiene.



*Video 24: video sobre el funcionamiento del mapa mental. Autor: Emmanuel Castañeda.*

## Conclusiones

Terminada esta primera etapa del camino, con el final de la exploración sobre los objetivos, donde expongo de manera detallada el recorrido que he realizado hasta aquí, me acercaré a las conclusiones a las que quisiera llamar provocaciones, ya que sin duda serán los puntos de continuación de lo que me permití ver, pero que sin duda tienen un gran potencial para seguir indagándose.

Si el objetivo general que me propuse fue buscar otro danzar en la relación con el entorno a partir de considerarlo un organismo al que puedo dirigirme de manera somática, puedo decir que la sensación que me abriga hoy en el sentir el entorno es de verdadero gozo. La danza no es un estilo particular del movimiento, ni un seguir de un ritmo, ni menos una estructura coreográfica, lo que me mostró esta investigación es que es un permitirse mover en el encuentro. No es una instalación previa a la relación, en una suerte de exhibicionismo, donde hago gala de mis capacidades histriónicas. Es un silenciarme y permitir que en el encuentro con todo cuanto me rodea ocurre un danzar, un estado de la afectación afectando, un permitir que la danza ocurra por que otro acontece en mí, sin importar si es humano o no humano. De tal manera que danzo si me instalo en el lugar de la relación y no danzo cuando me aísló de ella. Así, lo que advierto ahora es que no es un mostrarme sino un encuentro. En esa medida si expando el modo de ver y considerar el entorno, mi danza se expande, no de manera intelectual o técnica, sino de disposición al percibir que cada nuevo encuentro es una nueva opción, donde la danza no es un modo sino un estado.

Debo reconocer que acercarme a mi experiencia somática como practicante del método Feldenkrais, fue darme cuenta que esta experiencia puede ocasionar una desconexión con el entorno, en función de vivirse el mundo de lo íntimo, lo personal, del movimiento interno, de ese regodearse en las propias sensaciones y olvidarse del resto. Una condición en la que es muy fácil caer tras el deseo de distraerse, obnubilarse del mundo rudo que en ocasiones tenemos frente a nosotros, que nos causa tanta impotencia y al que a veces quisiéramos no acercarnos, porque nos da mucho dolor. No obstante, si ese aprendizaje lo pudiéramos aplicar también al cuerpo entorno, otro universo empezaría a aparecer, porque no es que yo estoy bien y el mundo muy mal, sino que yo me estoy atendiendo y en el mismo instante



atiendo hacia afuera, dándome cuenta que, si estoy bien o me siento bien, no es por una decisión personal exclusivamente, sino que de alguna manera el entorno ha participado y me ha permitido esta experiencia. El entorno no habita fuera de mí, solo cuando me separo de él puedo verlo desde afuera y por tanto aislarme, pero si por el contrario me percibo entorno, no hay manera de generar la separación y es ahí donde la somática tiene sentido como estrategia para alertarme integrado, no solo en mí sino en ese cuerpo que me contiene.

Cuando narré la casa me pude dar cuenta que esa cosa que llamo La Casa, aconteció por una infinidad de circunstancias que yo no pude controlar, sino que en ese ir haciendo a partir de lo que el entorno me permitía, mutábamos los dos de manera simultánea. No obstante, lo que se encuentra instalado en nuestro sistema nervioso como patrón es que una cosa es el cuerpo y otra cosa el entorno, está tan fuertemente interiorizado este aprendizaje, asumiéndose como una verdad sobre la que no hay que discutir al desinstalar mecanismos de percibir otras posibilidades, generando una amnesia o pérdida de funcionalidad por falta de uso, como cuando olvidamos caminar por estar todo el tiempo sentados o se nos olvida que existe el silencio, por el uso permanente de audífonos. Es decir, esa forma de realizar de manera reiterada una sola acción o percibir de una única manera, hacen que nuestras potencialidades se vean cercenadas y vivamos en un mundo de engaño y apariencias. Por eso, cuando me permito ver lo aprendido y lo ubico en el sitio como una opción dentro de muchas, me puedo dar el gusto de reaprender, de volver a mirar lo aprendido, no dar por sentado que sabemos caminar, que sabemos amar, que sabemos cómo tratar al otro, que sabemos estar en grupo, por el contrario, darnos la oportunidad de volver a ver lo que acontece piel adentro como lo que hay después de ella. No hay diferencia en preguntar cómo camino a preguntar cómo amo. Acontecen en el mismo cuerpo y se arman con la misma fuente. No es posible separar la manera de caminar de la forma de amar, no son dos cuerpos, es uno solo que obra en varias direcciones, caminando, amando y determinándose mutuamente. Incluso, considerar que amar es un acto más sublime que caminar, es categorizar el cuerpo y seguirlo fragmentando en mil pedazos, sin querer ver que todo hace parte de la relación.

Una de las estrategias de la colonización ha sido fragmentar entre blancos y negros, humano no humano, rico y pobre, hombre y mujer e incluso cuerpo y cosa y, así, es como nos han mantenido sometidos.

Luego, cuando en un segundo momento el entorno se me presenta con la posibilidad de considerarlo un organismo, lo que había visto en casa con respecto a los materiales y el lugar donde terminaron instalados adquirió un gran sentido. Es decir, mi participación en la construcción no fue una autodeterminación, una acción volitiva que tuve bajo control, donde se hizo lo que a mí se me vino en gana. Fueron tantas las circunstancias que acontecieron alrededor de un hecho, que decir que todo estuvo bajo mi control sería no solo presumido sino, además, ingenuo. De tal manera que, percibir el entorno como organismo con condición de vitalidad fue sentirme en igualdad de condiciones con respecto a lo que estaba apareciendo, fue quitarme un peso de responsabilidad y obrar en estado de atenta escucha, donde ellos también tenían para decir y contribuían a la realización. Lo mejor es que no pasa esta sensación por un estado de demencia o alteración de la realidad, pasa por el contrario por la sensación de un humano responsable de las potencialidades que ha alcanzado la materia y que deberíamos dejar salir, para que el pensamiento antropocéntrico no sea el responsable de nuestras cegueras e inhibiciones. Humanos sobrepasando los límites de la mera sobrevivencia por descuido, desinterés u olvido. Esto no quiere decir que haya encontrado ese estado de expansión plena, sin duda es una opción de caminar por este laberinto de la vida, pero que una vez encontrado, puede ser oportuno darse una pasadita por allí para ver la forma del acontecer que aparece. También he de alertar que la experiencia con los estudiantes del curso Prácticas somáticas, evidenció lo valioso de atenderse de manera más cuidada, sin esfuerzo y de forma integral a sí mismos y encontrar otras relaciones con el entorno; la profundidad a la que llegan no es mucha, ya que acontece en un tiempo muy corto, pero lo expresado por ellos da cuenta de la potencia que presenta esta metodología en cuanto a percibirse un sujeto con mayor implicación en el medio, permitiendo que los patrones con los que vienen desde las diferentes academias o la misma calle, se vean como una opción, pero no la única y posible para poder bailar. Se dieron cuenta que la forma en la que su cuerpo se mueve y la manera como se relacionan con el entorno no es fija, ni menos imposible de alterar, y que su actividad como docentes también puede revisarse, en función de no generar estados de frustración en quien desean

bailar y lo más importante, cuidar a esa persona a partir de no tratar a todos sus estudiantes de la misma manera, sino reconocer lo que cada uno puede hacer y hasta donde pueden ir con comodidad, para que las lesiones corporales no sean una constante y, por el contrario, aumente la autoestima.

Al final fue encontrar la danza de la casa mediante el acercamiento de la experiencia somática en condiciones relacionales. Y entonces aquí aparece una danza que rebasa los límites de la casa, pero que fue ella quien me la mostró, una danza en el ayllu, una danza donde nada escapa a la relación, donde sus movimientos aparecen en la medida en la que percibo más conexiones y todo es mutables y variado, no hay forma, hay encuentro. Una danza que desinstala el espacio y tiempo, pues al no ser fijo ninguno de los dos, se puede presentar incluso en el orden de lo que no se ve pero que se advierte como determinante, una danza con disposición planetaria, pues el movimiento no para y las relaciones ocurren en cada segundo.

Encontrar otra manera de danzar el espacio es darle cabida a todo cuanto podemos percibir en él, permitiendo la intuición, lo que no está visibilizado, lo que habita más allá de la distancia y el tiempo, atendiendo a la pausa, a la lentitud, descolonizando el ver y abriendo puertas para encontrarse con otra forma de danzar en un tiempo y un espacio poroso y aún de dudosa linealidad.

## Bibliografía

- Ábalos, I. (2001). *La Buena Vida. visita guiada a las casas de la modernidad*. Barcelona: Gustavo Gilis.
- Agambe, G. (2007). La inmanencia absoluta. En F. R. Giorgi, *Ensayos sobre biopolítica* (págs. 59-92). Paidós.
- Arias, P. G. (2010). Corazonar desde las sabidurías insurgentes. El sentido de las epistemologías dominantes. *Sophia*(8), 101-146.
- Bachelard, G. (2000). *La poetica del espacio*. Argentina: Fondo de cultura económica.
- Barnsley, J. (2016). La empatía kinestésica en la rebeldía del cuerpo y su performatividad. *Daimón*(5), 335-345.
- Birchenall, I. F. (2008). El juego de imitación de Turin y el pensamiento humano. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 26(2), 195-210.
- Blanco, M. (Enero-abril de 2012). ¿Autobiografía o autoetnografía? *Scielo*.
- Blanco, V. P. (2010). Cartografías desde la perspectiva artística, diseñar, trazar y navegar la contemporaneidad. *Arte individuo y sociedad*, 22(2), 83-90.
- Bloomer, C. W. (2008). *Revista academia. Accelerating word's research*.
- Cairo, D. R.-S. (2022). *Humanos, más humanos y no humanos*. Bogotá: Pontificia Universidad Javeriana.
- Campuzano, G. (mayo-agosto de 2008). Museo Travesti. *Decisio*(20), 50-53.
- Carvajal, M. U. (1998). La educación somática: un medio para desarrollar el potencial humano. *Educación física y deporte*, 20(1), 31-43.
- Cervio, P. (2014). *Philosophica: Enciclopedia filosófica online*. (F. L.-M. Andrés, Editor, & Anaximandro, Productor)

- Cornago, O. (2013). La práctica artística como alegoría de la investigación artes y humanidades: una cuestión de forma (de hacer). *Conceicao/concept, campinas*, 2(1), 1-20.
- Descartes, R. (2010). *Discursos del método*. Espasa Calpe.
- Duran, A. M. (2018). La casa propia, territorio de libertad. *Contexto*, XII(7).
- Escobar, A. (2017). *Autonomía y diseño. La realización de lo comunal*. Tinta limón.
- Espinosa, B. d. (1980). *Ética, demostrada según el orden geométrico*. Madrid: Ediciones orbis Hyspamerica.
- Espósito, R. (2017). *Personas, cosas, cuerpos*. Trotta.
- Exposición. (2021). *Simbiología, Prácticas artísticas en un planeta en emergencia*. Centro Cultural KIrchener, Argentina.
- Feldenkrais, M. (1992). *La dificultad de ver lo obvio*. Buenos Aires-Barcelona-Mexico: Paidós.
- Feldenkrais, M. (1995). *El Poder del Yo*. Barcelona-Buenos Aires-México: Paidós.
- Fernández-Galiano, L. (2016). Arquitectura y vida. *Arquitectura viva*, 11(189), 17-47.
- Firth, A. (2010). Etnometodología. *Discurso & sociedad*, 10(3).
- Fustos, C. (2011). La otra historia del performance intercultural. En M. F. Taylor, *Estudios Avanzados de Performance* (págs. 305-376). Mexico: Fondo de cultura económica.
- Galvez, M. A. (2012). *Materia Activa: la danza como campo de experimentación para una arquitectura fenomenológica*. Tesis Doctoral, Madrid.
- Galzacorta, I. (2015). Inmanencia y trascendencia en la producción de artificios tecnológicos. En X. Insausti, *Filosofía e inmanencia* (págs. 189-234). Plaza y Valdés.
- Gergen, K. J. (2016). *El ser relacional mas allá del yo y de la comunidad*. Desclée de Brouwer.

- Gil, J. (2001). *Movimiento total o corpo ca Danca*. Lisboa: Relógio D'água.
- Groys, B. (2014). *Las transformaciones del arte en el ágora contemporánea*. Caja Negra Editores.
- Guerrero, P. (2018). *La Chacana del Corazonar. Desde las espiritualidades y las sabidurías insurgentes de Abya Yala*. Ecuador: Abyayala: Universidad Politécnica salesiana.
- Hanna, T. (1972). *La Rebelión de los Cuerpos*. Barcelona: Plaza & Janés, S.A.
- Henao, H. P. (2014). El lugar de la estética en la vida diaria. historia del concepto de estética cotidiana. *Kepes*, 11(10).
- Johnstone, M. S. (2010). Kinesthetic experience. understanding movement inside and out. *Body, Movement and Dance in psychotherapy*, 5(2), 111-127.
- Johnstone, M. S. (2013). *The primacy of movement-expanded second*. Springer.
- Joly, Y. (2001). Educación somática y salud.
- Krenak, A. (2021). Nuestra historia está entrelazada con la historia del mundo. *Simbiología - exposición-*. Centro cultural Kirchner, Argentina.
- Larios, S. (2018). *Los objetos vivos*. México: Paso de Gato.
- Lebretón, D. (2010). *Cuerpo Sensible*. Metales Pesados.
- Lemebel, P. (2011). Manifiesto ( hablo por mi diferencia). *Anales Septiema serie*(2), 218-221.
- Lenkerdorf, C. (2008). *Aprender a escuchar*. Plaza y Valdés,S.A de C.V.
- Lipton, B. (2016). *Anatomía de la creencia. La liberación del poder de la conciencia, la materia y los milagros*. España: Gaia.
- Maffesoli, M. (2009). *El reencantamiento del mundo. Una ética para nuestro tiempo*. Argentina: Dédalos.







- Marin, J. S. (1986). La estructura del metodo fenomenológico. *Universidad nacional de educación a distancia*.
- Martínez, F. M.-A. (2018). Las terrazas- jardin de la casa figini en Milán. Una reconstrucción del paraíso perdido. *Revista de Arquitectura*(20), 177-191.
- Mora, M. D. (2014). Andar como práctica estética. *Laocoonte*, 1(1), 166-169.
- munari, B. (1981). *¿Cómo nacen los Objetos? Apuntes para metodología proyectual*. Barcelona: Gustavo Gili, SA.
- Myers, T. W. (2021). *Vías Anatómicas*. España: ELSEVIER.
- Olarte, S. B. (2006). El eterno aprendizaje del soma. *Cuaderno música. artes visuales. Artes escénicas*, 3(1), 105-159.
- Perec, G. (2001). *Especie de espacios*. España: Montesinos.
- Pérez, M. D. (2004). Oikos y Oikonomía: el análisis de las unidades domésticas de producción y reproducción en el estudio de la economía antigua. *Gerión*, 22(1), 67-70.
- Pinto, V. M. (2012). *El pensamiento en espiral. El paradigma de los pueblos indígenas*. Chile: Ñuke Mapuforlaget.
- Ponty, M. M. (1993). *Fenomenología de la percepción*. barcelona: Planeta.
- Quijano, A. (1992). Colonialidad y modernidad. *Racionalidad. Peru indigena*, 13(29), 11-20.
- Radabán, A. O. (2008). *El cuerpo- una conceptualización desde la danza nueva*. Universidad de Michoacan de San Nicolás de Hidalgo, México.
- Roblero, V. G. (2019). En los margenes de la artisticidad. *Octant, e 019*(4).
- Rodriguez, J. A. (2001). *Diarios contaos, otra manera de hacer visibles a los afrocolombianos en la antropología*. Universidad Nacional de Colombia. Bogotá: Facultad de ciencias Humanas.

- Rudofsky, B. (1973). *Arquitectura sin Arquitectos*. Argentina: Universidad de Buenos Aires.
- Senneth, R. (2009). *El artesano*. Barcelona: Anagrama.
- Sennett, R. (2019). *Construir, habitar. Ética para para la ciudad*. Chile: Anagrama.
- Shusterman, A. T. (2008). *Aesthetic experience*. New York: Routledge Tailor & Francis group.
- Shusterman, R. (2008). *Body consciousness. A philosophy of mind fulness and somaesthetics*. New York: Cambriedge. University Press.
- Shusterman, R. (2008). *Conciencia Corporal. una filosofía de la atención y la somaestética*. Estados Unidos: Cambrige University Press.
- Shusterman, R. (2015). Pensar el cuerpo de la estética pragmática a la somaestética. *Laocoonte* , 2(2).
- Smith, L. T. (2016). *A decolonizar las metodologías. Investigación y pueblos indígenas*. Lom Ediciones.
- Stauber, J. C. (agosto de 2011). *Academia*. (L. r. cuerpo-naturaleza, Productor) Obtenido de <http://www.academia.edu>
- Tuhiwai, L. (2015). *A decolonizar las metodologías. Investigación y pueblos indígenas*. Lom.
- Unseid, P. (2018). *El microcosmos del movimiento*. Herber.
- Vargas, J. C. (2016). La anatomía de la casa. . *Dearq*, 62-73.
- Vargas, J. C. (2016). La casa. Humanización y ciclo vital de la vivienda Ette (chimila). *Universidad de los Andes*(19).
- Vélez, B. (2012). *La técnicas y su aplicabilidd en los proceso cretivos de la danza*. Tesis, Universida de Antioquia, Medellín.



## Anexos

### Consentimientos informados

				
consentimiento informado Luis Fern	consentimiento informado Alejandr	Consentimiento Informado Carlos Arin	consentimiento informado Daissy.pc	consentimiento informado Luis Fern
				
consentimiento informado Mischell	consentimiento informado Mariana	Consentimiento-Inf ormado Jean Carlos	Consentimiento-Inf ormado firmado Ma	Consentimiento-Inf ormado Clote.pdf
				
Consentimiento-Inf ormado (1). Juan Ma	Consentimiento-Inf ormado (1) Mria Jua	Consentimiento-Inf ormado (1) Leidy.pd	Consentimiento-Inf ormado_Walter Zulu	Consentimiento-Inf ormado_Brenda.pdf
				
Consentimiento-Inf ormado, Carlos Gira	Consentimiento-Inf ormado Vanessa Ac	Consentimiento-Inf ormado Nini.pdf	Consentimiento-Inf ormado mariana Zap	Consentimiento-Inf ormado- Luisa Salda
				
Consentimiento-Inf ormado JuanFer.pdf	Consentimiento-Inf ormado Jean Paul G	Consentimiento informado Ana Crist	Consentimiento-Inf ormado (1) emma.pc	Consentimiento-Inf ormado firmado 01.
				
Consentimiento-Inf ormado-Maria-Isabe	Consentimiento-Inf ormado Beatriz.pdf	Consentimiento-Inf ormado Nora.pdf		

Primera exploración en relación con el objeto



*Fotografía 25 primera exploración alrededor de la relación entre humanos y no humanos en la casa*

Exploración alrededor de la danza relacional sin verse



*Fotografía 26 Pueblito heliconia antioquiá colombiana europaotan. Primera exploración de una relación sin verse*

