

Eutonía

Con Alas

*Día del Eutonista
y de los Enamorados*

Eutonía y amor

El mito de Eros y Psique.
El proceso del Amor Real

Por ella misma

Conferencia de Gerda
Alexander, Quebec 1984

Mi primer encuentro con la Eutonía

Relato de Marcel Gaumond, discípulo
directo de Gerda

Historias de amor

Relatos y vivencias de eutonistas y
alumnos

Ciclo del amor y proceso en Eutonía

La Alegoría de la primavera
de Sandro Botticelli

Revista virtual de distribución gratuita



Amor y Eutonía

El mito de Eros y Psique,
el proceso del Amor Real

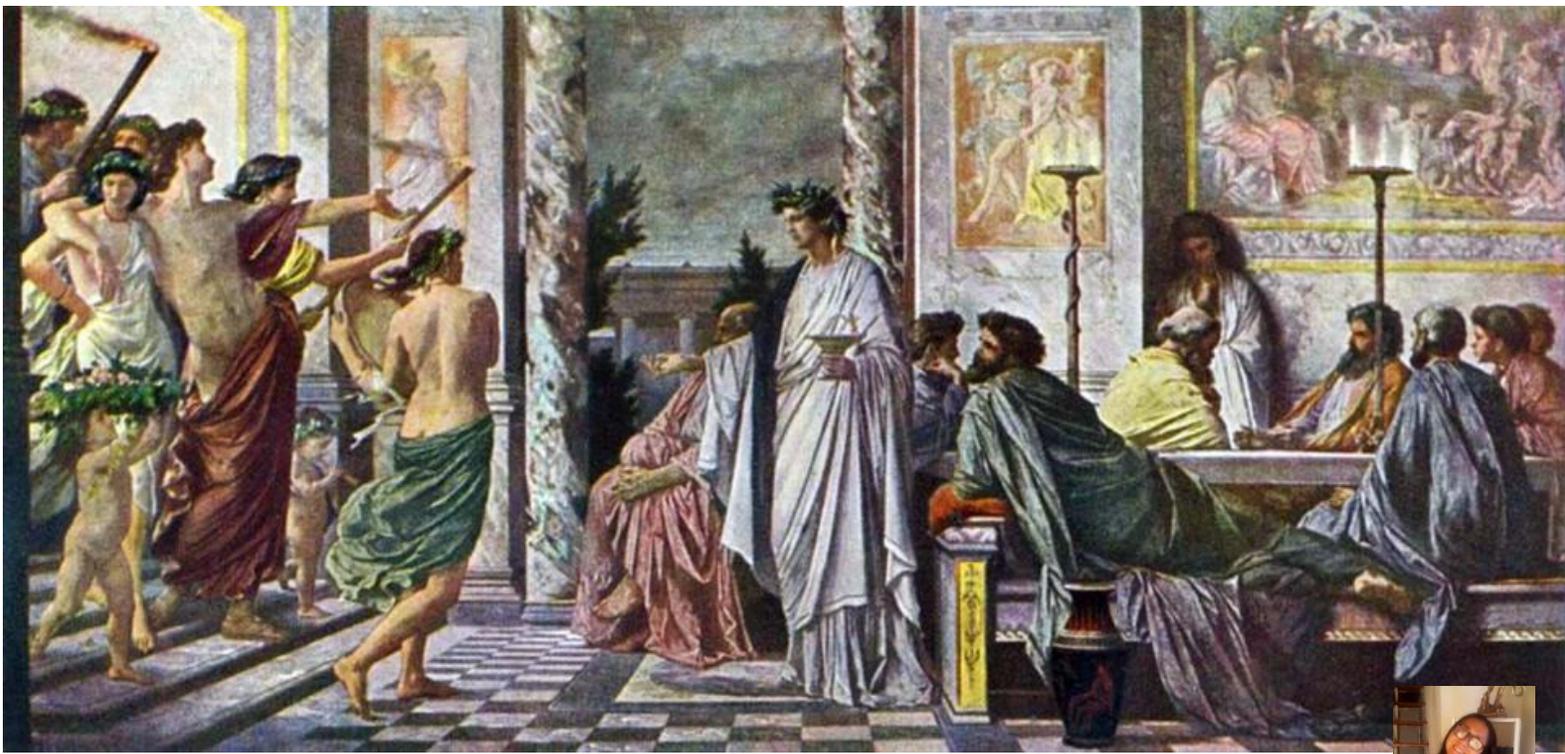


La escultura que ilustra la tapa es *Psique reanimada por el beso de amor de Eros*, de Antonio Cánova (1757-1822). Representa el momento en que Eros acude a despertar a Psique, del profundo sueño en el que había quedado sumida tras haber abierto el jarrón que le había entregado Perséfone, la reina del Inframundo.

En esta instancia ambos han evolucionado y alcanzan el Amor Real al haber transitado un proceso: él ha sanado sus heridas; ella ha cumplido las cuatro tareas impuestas por Afrodita...

Las tareas han sido discriminar y separar semillas, recoger lana del vellocino de oro, llenar una copa de cristal con agua del río Estigia y traer en un cofre el secreto de belleza de Perséfone. Estas tareas han puesto en juego su capacidad de focalizarse, distinguir, tomar conciencia de sí misma y del otro, afrontar sus miedos, atravesar sus sombras. **Un proceso de crecimiento que puede simbolizar el proceso en eutonía... para alcanzar el Amor Real.... a uno mismo, a los demás y al entorno. Ese amor maduro, que se sabe paradójico, imperfecto, alejado del encantamiento ficticio y que sin embargo, es mágico.**





Nota de la editora

Sobre «El banquete»

En «El banquete» de Platón, los comensales, luego de la comida, comparten bebidas dialogando acerca de la naturaleza de Eros, dios griego del amor... Estrictamente, la costumbre de intercambio de ideas al momento de la bebida se denominaba *simposio*... Sea simposio o banquete, en esos encuentros se generaba un debate sobre un tema determinado, y cada uno pronunciaba un discurso exponiendo y fundando su opinión. En el caso de «El banquete» son diatribas sobre el amor o *erotikoi logoi*, alocuciones sobre la vida y el amor que se complementan y perfilan el tema.

En este diálogo, Aristófanes cuenta el *mito del andrógino*, fundando la humana búsqueda amorosa de la «media naranja», ese impulso la hallar la unidad perdida por castigo de los dioses... Erixímaco define al amor como el anhelo de unión con la belleza, pero no solo de belleza del cuerpo, sino de comunión con la naturaleza cósmica, es decir, lo animado y lo inanimado y las artes. Pausanias plantea la existencia de dos Afroditas o dos clases de amor: *Afrodita Pandemos*, o popular, terrenal, que representa el amor carnal, y la *Urania*, celestial, que ama el alma, convidándonos a trascender de una a otra...

Hacia el final, Sócrates revela el secreto que le confió Diotima, sacerdotisa del siglo V a.C., acerca del amor:

Eros es la fuerza impulsora de nobles acciones. Y pone en palabras la doctrina platónica del amor, como una serie de fases para acceder en una espiral ascendente desde la materia hacia lo elevado que implica la creación de belleza pura, la verdadera virtud, que colma la necesidad de inmortalidad, de trascendencia del ser humano.

Esta vez, *Eutonía con Alas* es algo así como un «banquete», hablando del amor y los procesos en eutonía,

El **Día del Eutonista** —en conmemoración del nacimiento de Gerda Alexander, el 15 de febrero—, y el Día de los enamorados —o **San Valentín**, en recuerdo del monje de Roma que, según alguna leyenda, unía en matrimonio a los enamorados pese a la prohibición del Cristianismo por el Rey Claudio II — nos reúnen en esta ronda imaginaria en la que compartimos **nuestras historias de amor con la eutonía**... La magia de la palabra hace que ese amor reviva.... La palabra trae el recuerdo de queridas maestras, de vivencias y de sentimientos... Y re-cordar entraña —según su etimología latina (re= repetir y cordis= corazón)— volver a pasar por el corazón a esas personas, esos momentos, esos aprendizajes...

Es así, que este número especial de *Eutonía con Alas* quiere ser ese re-vivir del amor por la eutonía y ese

Nota de la editora



«volver a sentir» el cariño y agradecimiento por su creadora, Gerda Alexander, y por cada uno de nuestros maestros que nos transmitieron su legado.

La primera nota es un fragmento de la conferencia pronunciada por Gerda Alexander, en 1984, en Quebec en el congreso de la Sociedad Interregional de Psicoanalistas Junguianos.

En la siguiente nota, Marcel Gaumond, analista junguiano canadiense, nos cuenta el impacto que le causó el primer encuentro con Gerda y la experiencia de modelado en arcilla con los ojos cerrados que solía solicitar ella en las clases.

En este número tenemos la presencia especial de Gabriela Milatich, psicóloga junguiana y arteterapeuta, de Rosario, Argentina, quien reflexiona sobre el efecto de Carl Gustav Jung en su propia vida y tiende algunas líneas para acercarnos al gran pensador suizo.

Ruth Nejter, en su nota habitual, comparte el registro de decires y sentires de sus alumnos como disparadores de la reflexión en la práctica de la eutonía.

En la sección *De la voz al alma*, de Marcela Grois, su devenir entre medicina, arte y eutonía.

Desde Brasil, Felomenia Pinho cuenta su proceso hasta alcanzar este presente vital, pleno y en eutonía.

Luego, nuestro «banquete» continúa con las **historias de amor con la eutonía de eutonistas y alumnos**, a quienes estoy profundamente agradecida por el valor de poner en palabras sus procesos, por la autenticidad al volcar en el papel tantas emociones, y por la valentía de permitir compartirlos... Porque compartirlos en estas páginas, tiene la incertidumbre del destinatario, del mismo modo que el arrojar un mensaje en una botella al mar, y sin embargo, del mismo modo, porta el anhelo de que alguien en otros confines, lo reciba y sea conmovido en algún rincón del alma.

Leticia Aldax

Editora



Contenidos

7

POR ELLA MISMA

Conferencia de Gerda Alexander en Quebec, 1984,(fragmento).

10

MI PRIMER CONTACTO CON LA EUTONÍA

Relato del primer encuentro con Gerda Alexander en Suiza. Por Marcel Gaumond.

13

EL EFECTO JUNG

Por Gabriela Milatich.

17

EL TOQUE DE RUTH

Viñetas, escritos recogidos de la práctica clínica. Emergentes y algo más.

19

DE LA VOZ AL ALMA

Eutonía, medicina y arte. Por Marcela Grois.

22

AQUÍ Y AHORA: ¡LO MEJOR DE MI VIDA!

Por Felomenia Pinho.



Eros, dios del amor, en el Picadilly Circus de Londres.

Contenidos

24

HISTORIAS DE AMOR

Experiencias y sentires de eutonistas y alumnos.

48

RECUERDO Y GRATITUD

A maestros y colegas

49

ALEGORÍA DE LA PRIMAVERA

Ciclo del amor y proceso en eutonía.

51

UN MIMO AL ALMA

Convite Eutónico. Por Jorge Santoro.

52

¡GRACIAS!

Por la eutonía y por el amor.



V TIEMPO del grupo escultórico del artista italiano Leone Tommassi, inspirado en la Sinfonía Pastoral de Ludwig van Beethoven en el Jardín Botánico de Buenos. Dos figuras, un desnudo masculino y uno femenino, en actitud de agradecimiento a Dios por la providencial lluvia caída, que se demuestra en la sinfonía con un himno de reconocimiento.

Por ella misma

Conferencia de Gerda Alexander en Quebec, 1984



Wuppertal, Alemania, lugar de nacimiento de Gerda

Compartimos la conferencia presentada por Gerda Alexander en Quebec, en septiembre de 1984. Este texto reproduce el discurso que pronunció ante miembros de una sociedad de psicoanalistas junguianos (International Society of Jungian Analyst) reunidos en el hotel Chateau Frontenac.

La traducción al español fue realizada por Leticia Aldax y está incluida en el libro *Del cuerpo al alma* (2019), Buenos Aires: Editorial Prosa, pp. 143-161.

La eutonía siempre fue un proyecto central en mi vida. En realidad, estaba predestinada a desarrollarla pues, ya antes de mi nacimiento, mis padres habían elegido el camino que yo emprendería a nivel profesional. De hecho, ellos estaban tan impresionados por las nuevas ideas sobre educación de Emile Jacques Dalcroze que anhelaban que su hija se convirtiera en profesora de Rítmica... ¡Y eso fue exactamente, lo que ocurrió!

Cuando era niña, mi único interés era moverme al ritmo de la música y bailar. Me sentaba muy cerca de mi padre que era un excelente pianista, y no recuerdo haberme ido a dormir, ni una sola noche, sin oír desde mi cama una obra de Mozart. Los siete años, me inscribieron en una excelente escuela Dalcroze de Wuppertal, en Alemania. Uno de los íntimos amigos de Dalcroze, Otto Blensdorf, enseñaba en

esa escuela. Su hija, Charlotte MacJanet, se uniría al proyecto, más tarde.

A comienzos de los años '20, me convertí en una apasionada de la Rítmica. Por esa época, había un gran entusiasmo en torno de la danza y el movimiento, pero todavía, en el marco de estas disciplinas, el cuerpo no era tomado como objeto de estudio.

En varios seminarios en los que participé pude observar el interesante trabajo de otras escuelas, en especial las de Mary Wigman, Laban y Loheland. Cada año había un congreso importante, y allí me sorprendía por lo que escuchaba y por las expectativas de los alumnos a partir de sus trabajos: ellos tenían la intención de desplegar su

personalidad, su individualidad, pero siempre reparé que, hasta en los lobbies del hotel donde se daban los congresos, era posible saber a qué escuela pertenecía cada uno con solo verlos moverse, caminar o comportarse.

Al no existir suficiente espacio para la expresión individual, comencé a reflexionar lo erróneo de pretender liberar la personalidad de alguien, su potencialidad, invitándolo a convertirse en una copia perfecta de su maestro. De hecho, este tipo de imitación impide al individuo descubrir su propio camino, porque en verdad no existen dos personalidades idénticas; cada uno de nosotros es único.

Recuerdo que en un encuentro de junguianos que tuvo lugar en Ascona, Adolf Portman habló acerca del fenómeno de la unicidad que se manifiesta hasta en la célula más primitiva, en el agua, por ejemplo. Él nos contó que ninguna célula era totalmente idéntica a otra, que cada una estaba marcada por una huella particular, cuya única función era individualizarla.

Si eso es válido para las células, ¡imaginen cómo debe ser válido para los seres humanos! Hasta el día de hoy, he trabajado con centenares de personas, y nadie ha reaccionado de modo idéntico a mi abordaje.

Todo esto me llevó a concebir una escuela fundada en el verdadero crecimiento individual, una escuela donde cada alumno pudiera desenvolverse de acuerdo a su propia personalidad y se fuera descubriendo gracias al movimiento y a la sensación corporal.



Gerda transcurrió su infancia en Wuppertal. Foto junto a su madre y su hermano Reinhard, cinco años menor. Sus padres le transmitieron el amor por la música y la danza.



Otto Blensdorf

Los padres de Gerda se conocieron en un seminario impartido por Otto Blensdorf (1871-1947) y eran amigos íntimos de él. Blensdorf fue el primer profesor de ritmo alemán formado por Emile Jacques-Dalcroze (1865-1950) desde 1906. En 1910 fundó la Blensdorf School for Physical Music Education en Wuppertal-Elberfeld, que trasladó a Jena hacia 1925-27. Su hija Charlotte y Gerda trabajaron junto a él, desarrollando las nuevas ideas pedagógicas.

Quizás, yo haya desarrollado este tipo de abordaje corporal como modo compensar la carencia de toque y contacto que sufrí durante mi infancia. Nací en una época en la que el máximo refinamiento era criar a los hijos de acuerdo a la escuela de pensamiento inglesa. Según esa escuela, no se debía tocar a los bebés; solo cada tres horas, ya sea que el bebé estuviera profundamente dormido y aunque manifiestamente no tuviera hambre, se lo debía alimentar. ¡Cómo habré llorado! (...) ¡Pienso que no soy la única víctima de estos métodos!

Es fascinante trabajar sobre tales fenómenos y percibir hasta qué punto ciertas impresiones perduran en la memoria del cuerpo. Recordar significa al principio, entrar en contacto con un sufrimiento y una intensa sensación de incomodidad.

Creo que todo lo que he hecho hasta hoy ha estado inspirado en mi observación de los bailarines y profesores de Rítmica.

Con sus movimientos al compás de la música, ejecutaban cosas maravillosas... pero no ocurría nada más que eso. La expresión personal de sus emociones me parecía poco presente en sus trabajos y la conciencia de sus propias sensaciones, inexistente. Fue entonces que desarrollé un nuevo abordaje corporal para bailarines y profesores de Rítmica, un abordaje libre de cualquier idea preconcebida, o sea un abordaje en el que no se determinase que las cosas deben ser de un modo u otro. Simplemente, fui consciente de que algo les faltaba al momento de sentir lo que estaban haciendo.

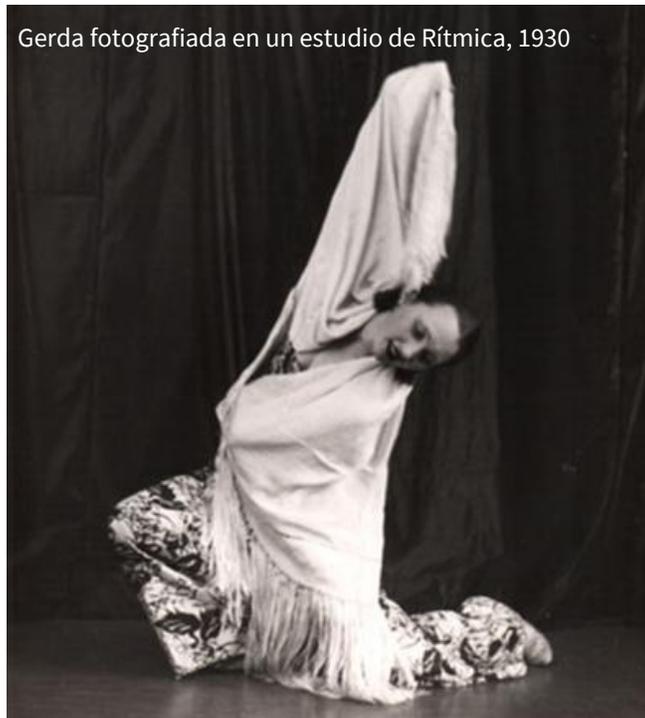
Eso es lo que está en la base del trabajo propuesto por la eutonía: (...) procurar que toda experiencia sea indisociable de la sensación. Solo una experiencia de esa naturaleza, enraizada en la sensación, nos permite permanecer en contacto con la profundidad de lo vivido, además de ser una posibilidad revitalización.

En varias oportunidades, he conocido analistas con años de proceso analítico y experiencia introspectiva que ni bien iniciaron la práctica de eutonía, comenzaron a tener sueños totalmente diferentes. Ellos pudieron entrar en contacto con elementos profundos, ocultos de sus vidas psíquicas e incluso acceder a una profundidad hasta entonces, nunca antes experimentada. La eutonía conlleva toda una dimensión psicoanalítica que no imaginé, pero jamás pensé transformarla en terapia. En sus orígenes, mi único propósito fue aplicar la eutonía al estudio del movimiento en el ámbito del teatro. Más tarde, abracé frenéticamente, una carrera como bailarina, hasta que una fiebre reumática, me obligó a abandonar todo trabajo en el área de la rítmica. Fue entonces cuando comencé a comprender que mi pasión por la danza y el movimiento, quizás, no era tan sana como creía. Desde el momento en que comencé a observarme y a estudiar mis reacciones, descubrí que siempre me dejaba invadir por cada cosa, y así, agotaba constantemente mi energía. ¡No era de extrañar entonces, que terminara enfermándome!

Comencé a estudiar una práctica de relajación en una época en la que, en esa disciplina, se desconocían incluso, lo que Schultz[1] nos enseñaba acerca de los efectos de la sugestión en la imaginación.

[1] Se refiere al método de relajación autógena creado en 1927 por el neurólogo alemán Johannes Heinrich Schultz próximo a las técnicas de meditación, sugestión e hipnosis, usado también como técnica psicoterapéutica.

Gerda fotografiada en un estudio de Rítmica, 1930



En aquel momento nos contentábamos con una relajación muscular; aprendíamos a tensionar los músculos para luego, aflojarlos. Me surgió la idea de que algo en el cuerpo debía controlar el tono y nos daría, así, la capacidad de influir sobre nuestra condición corporal por medio del pensamiento y de la voluntad.

Los eutonistas trabajamos en el aquí y ahora (...) La internalización de las sensaciones corporales puede ser vivida en un estado normal de conciencia. Existimos en el aquí y ahora, al mismo tiempo que existimos en el espacio interno de nuestro cuerpo. Uno de los efectos de la práctica de eutonía es la capacidad de estar a la vez, presente en la totalidad del organismo y en la realidad exterior. Esa capacidad de estar dentro de sí y simultáneamente, atento al otro constituye una necesidad fundamental tanto para terapeutas como para docentes. Tal interacción crucial entre dos personas, también mensurable, sucede en el momento en el que es posible actuar sobre el otro desde el interior de uno mismo sin que sea necesario siquiera tocarlo. Es esencial que el terapeuta no invada al otro en el curso de su práctica terapéutica. Puede suceder que un buen terapeuta, en su afán de ayudar y seguro de sus conocimientos para lograrlo, se extralimite y no deje espacio al otro para el despliegue de sus potencialidades.

Tal vez, esto es lo más importante para rescatar: solo trabajando sobre nosotros mismos, buscando alcanzar en uno mismo, un mejor equilibrio, es que podremos a veces, brindar ayuda a los demás.

Mi primer encuentro con la eutonía

ESCRIBE MARCEL GAUMOND

Psicoanalista junguiano canadiense



Cuando fui a Europa para cumplir con los requisitos administrativos que me permitirían hacer una formación en psicología analítica en el Instituto Jung de Zurich, tuve la oportunidad de participar de un Seminario de Eutonía dado por Gerda Alexander, fundadora de esta disciplina. El seminario se daba en Talloires, una pequeña y hermosa ciudad de Francia, a orillas del lago Annecy. Me sentía relativamente bien conmigo mismo, entonces pensé que encontraría como máximo, una agradable ocasión para descansar y relajarme. Pero mis expectativas se diluyeron rápidamente. Fui invitado a un trabajo, y ¡qué trabajo! Un trabajo de exploración, de descubrimiento de un mundo que yo ingenuamente creía que me era familiar, conocido... Pero de repente se me reveló un extraño: ¡mi propio cuerpo!

«Ahora, los invito a modelar un cuerpo humano con el trozo de arcilla, que tienen. Para realizarlo, cierren los ojos, y colóquense sentados, en una posición cómoda para cada uno...» Con estas palabras treinta participantes y yo fuimos instados a expresar la imagen inconsciente de nuestro esquema corporal.

Tenía aproximadamente quince minutos para transformar, cual Yahvé, una bola de arcilla, en un cuerpo humano. Entonces, mi rostro se bañó en sudor, mis nervios se erizaron, no lograba quedarme quieto en un lugar. Me sentía tan impotente para expresar lo esencial que deseaba huir al sitio más lejano de allí. Sin embargo, dejé de lado la idea de desistir. Debía continuar jugando el juego hasta el final, como si fuera una actividad sin mayor importancia.

Refugiado en su soledad, cada uno de nosotros modelaba torpemente, la forma de su cuerpo. ¡Un juego de niños! ¿Verdad? Porque ¿quién más que un niño podría divertirse con masa? ¿Quién no, sino niños-adultos, como éramos

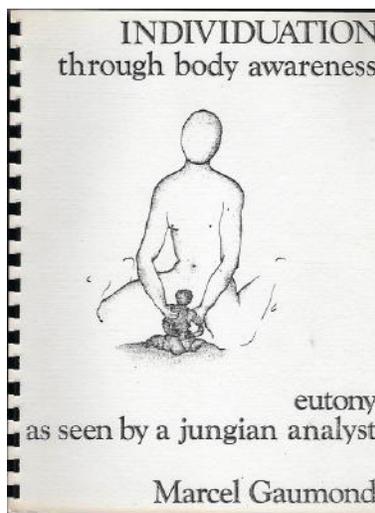
todos, allí? Un niño, ese profesor de educación física, de contextura atlética, que jamás dejó de repetir incansablemente, durante años, los mismos movimientos mecánicos de musculación.

En pos de un mejor rendimiento, de resistencia y medallas, Sísifo trepa costosamente, su eterna pendiente, tras su sempiterna roca. Niños, ese médico, especialista en anatomía, y ese adepto al yoga, que se transformó en maestro del arte de respirar. Pero, ¡qué difícil es liberarse de lo aprendido y de las imágenes preconcebidas para dejar que la propia realidad del cuerpo emerja por sí sola, a la conciencia! Niños, las criaturas doloridas, esas víctimas de accidentes o de una herencia desafortunada, obligadas a reaprender la marcha. Niña también, esa señora de más de ochenta años, que, al comenzar la clase, extendió su manta de lana, sobre el suelo, como cada uno de nosotros, sin vueltas.

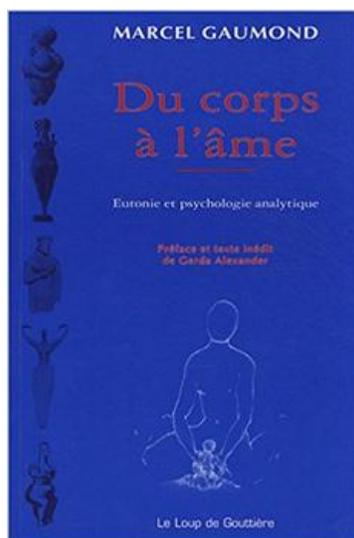
Los quince minutos concedidos para realizar el modelado pasaron rápidamente. Ahora, ya podía ver mi obra, mi pequeño hombrecito... ¡oh! No me horroricé, no. No había hecho un monstruo. Mi hombre era más o menos normal: tenía una cabeza, tronco, dos piernas y dos brazos. Eso, sí. Pero ¡tenía un hombro más alto que otro, las rodillas y los codos eran prácticamente, inexistentes, el pecho aplanado y ¡tenía varias otras imperfecciones!

Con pudor, miré alrededor. A mi lado estaba un joven de menos de veinte años, que, después lo supe, había sido víctima de un accidente automovilístico. Noté con sorpresa que él había modelado un cuerpo con piernas extremadamente largas, pero sin cabeza. Él había tenido una parálisis parcial, que le había dejado como secuela, un problema de coordinación motora; había concentrado la atención en sus piernas, que ya no obedecían a su control voluntario.

Esa primera experiencia de modelado me colmó de emoción. La sensación de estar ante una tierra desconocida me incitó a participar con entusiasmo de varias clases más durante los diez días que duró el seminario. Fue entonces, que comencé a pensar en la proximidad entre la eutonía y la psicología analítica. Aunque estas disciplinas puedan parecer tan diferentes a primera vista, ellas nacieron para unirse de manera al menos, significativa.



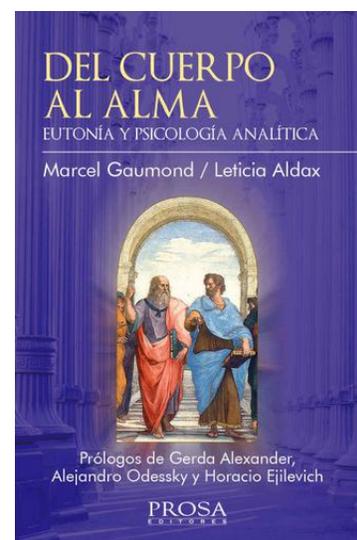
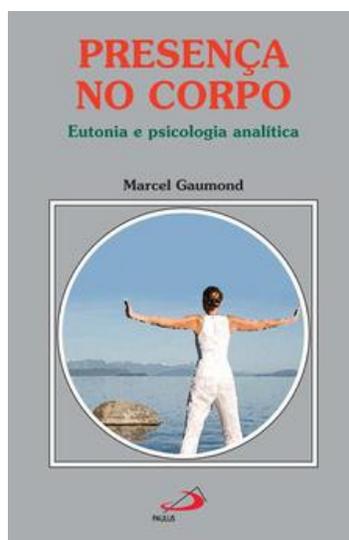
Portada original de la tesis de Marcel Gaumond citada por Gerda en sus *Conversaciones* con Violeta Hemsy de Gainza: «Existe una tesis excelente, *La eutonía vista por un analista junguiano*, escrita en el Instituto Jung, de Zurich, por el psicoanalista canadiense Marcel Gaumond». (Aproximación a la *Eutonía*. *Conversaciones con Gerda Alexander*, pág. 133.)



Portadas del libro *Del cuerpo al alma*: Quebec, 1996 en francés; edición brasilera, San Pablo, 2014 y edición en español, Buenos Aires, 2019



Taller *Body Modeling* en San Pablo, Brasil, octubre de 2012 dado por Marcel Gaumond. La experiencia de modelar un cuerpo humano, con los ojos cerrados en el contexto de una sesión en eutonía, co-dirigida con eutonistas de brasileras. El evento se llevó a cabo por invitación de Patricia Decot Pernambuco en la graduación de los estudiantes de la Escuela de Eutonía de São Paulo (Brasil), poco antes del lanzamiento del libro *Del cuerpo al alma* en su versión portuguesa (*Presenca no corpo*).



La fuerza espiritual de un cuerpo consciente

MARCEL GAUMOND

Gerda Alexander no asocia el abordaje eutónico a ningún precepto espiritual, a ningún sistema de pensamiento de cualquier naturaleza que sea. Descartando, como punto de partida, cualquier prejuicio y presupuesto referido al cuerpo, invita a estar inmediata y continuamente presente en este cuerpo y en todo lo que lo rodea y condiciona.

Su objetivo no es alcanzar el control del cuerpo y su fisiología, ni acceder a una realidad superior de naturaleza espiritual, donde el cuerpo sería solo un obstáculo o un instrumento para alcanzar la espiritualidad, sino **acceder al cuerpo mismo, con toda la complejidad de su naturaleza, con todo el peso de su realidad.**

Paradójicamente, en eutonía, no hay una concepción espiritual que motive esa atención incondicional sobre el cuerpo a través de sus sufrimientos, sus dolencias, sus necesidades irreductibles y sus riquezas insospechadas. De todas maneras, **brotó de un cuerpo que se torna consciente, un *mana*, esto es, una fuerza espiritual que habla por sí sola y actúa en la profundidad.**

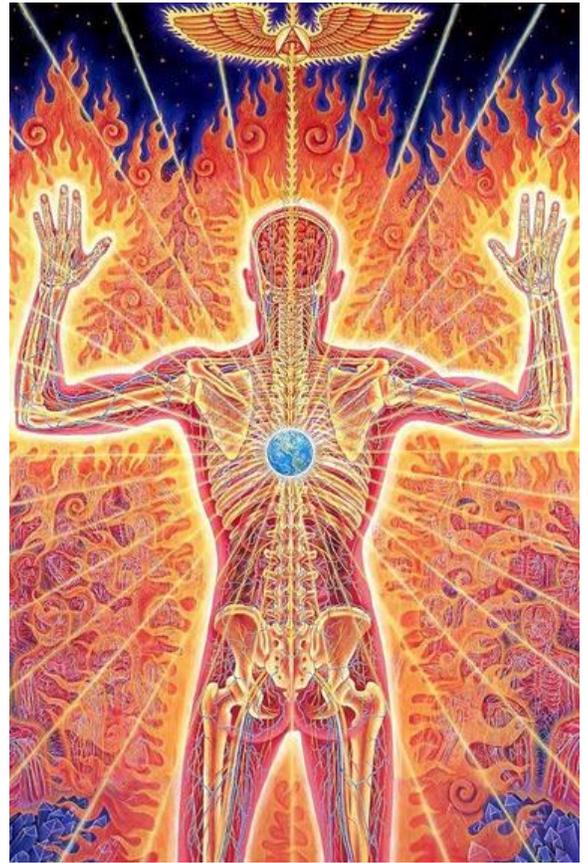
No creo estar idealizando a Gerda Alexander diciendo que tal fuerza emanaba de su persona. O tal vez, sí probablemente la idealizaba, tal como estamos naturalmente inclinados a idealizar a quien que nos revela algo importante.

Por intermedio de ella, **descubrí el cuerpo en su dimensión numinosa, sagrada, y me abrí así, a la perspectiva de un Sí Mismo corporal, esto es, un cuerpo susceptible de ser vivenciado conscientemente, en su totalidad y su unidad.**

Comencé a considerar entonces, que la toma de conciencia del Sí Mismo –en su dimensión corporal– a la que apunta la eutonía, podía calificarse de espiritual, así como lo es la toma de conciencia del Sí Mismo– en su dimensión psíquica– de la que se ocupa la psicología analítica, al término de lo que Jung llamó proceso de individuación.

Tal fue la hipótesis que más tarde sirvió de base a mis reflexiones acerca de los enfoques eutónico y analítico. Es posible acceder a una conciencia espiritual, esto es, una conciencia de las cosas en cuanto a su realidad profunda, portadora de sentido, tanto por el «camino del cuerpo» como por el «camino del psiquismo».

Textos extraídos de ALDAX, L. Y GAUMOND, M. *Del cuerpo al alma. Eutonía y Psicología Analítica*, (2019), Buenos Aires: Editorial Prosa, pp. 173-175, 179-180.



« Por intermedio de Gerda, descubrí el cuerpo en su dimensión numinosa, sagrada, y me abrí así, a la perspectiva de un Sí Mismo corporal, esto es, un cuerpo susceptible de ser vivenciado conscientemente, en su totalidad y su unidad» Marcel Gaumond. Obra: .Holy Fire de Alex Grey (contemporáneo)



Marcel Gaumond, PhD, es psicoanalista y graduado del «Jung Institute» de Zurich (1977), actualmente se desempeña en el ámbito privado, en la ciudad de Quebec. Cofundador junto con Guy Corneau, Jan Bauer y Tom Kelly de la Association des psychanalystes junguins du Québec (APJQ), fue su presidente de 1989 a 1999.

También fue cofundador con Ursula Stuber de la École québécoise d'Eutonie Gerda Alexander y miembro de la Sociedad Interregional de Analistas Junguianos de Norteamérica. Antes de estudiar psicología analítica y de terminar el doctorado en psicopedagogía en la Facultad de Educación de la Universidad Laval, trabajó durante 15 años en el ámbito educativo (Collège de Sainte-Foy) como profesor, facilitador sociocultural y jefe de un servicio de asistencia psicológica.

Desde que adquirió formación adicional en San Francisco en un enfoque neofreudiano, Marcel Gaumond se ha interesado en todo lo relacionado con las reglas básicas del proceso psicoterapéutico. Su trabajo actual se centra en aquello que reconciliaría los paradigmas freudiano y junguiano.

Desde 1995, supervisa «Les rencontres du Ciné-Psy» siguiendo los textos de su columna, que aparece cinco veces al año en Le magazine du cinéma Le Clap (Québec) y en Le magazine des cinémas Beaubien, du Parc et du Musée (Montreal). Desde enero de 2017, colabora con François Martin-Vallas como coeditor jefe del Revue de Psychologie Analytique.

El efecto Jung



ESCRIBE GABRIELA MILATICH

Psicóloga junguiana. Arteterapeuta.

Gabriela Milatich

PSICOLOGÍA ANALÍTICA JUNGUIANA



Gerda Alexander en 1984, al prologar el libro *Du corps à l' âme* de Marcel Gaumond, expresa: «Desde mi primer contacto con el pensamiento de Jung, en 1929 sentí que, en su esencia, él está próximo a la vivencia en eutonía. El proceso de individuación en eutonía se basa en la toma de conciencia del cuerpo, aspirando al desarrollo integral de la persona (...) Jung conoció la existencia de la eutonía gracias a una joven amiga suiza que había hecho la formación en mi escuela de Copenhague (Dinamarca). Él siguió, entonces, el desenvolvimiento de la escuela con gran interés, pero cuando me invitó a un encuentro entre nosotros en Zurich, yo no pude lamentablemente, asistir a su invitación.»

Acercarnos al pensamiento de Jung nos posibilita ahondar en la esencia de la eutonía tal como Gerda ha esbozado y tal como se hace palpable en cada experiencia eutónica... Es por eso que nos llena de alegría poder entrar en contacto con las ideas de este creador suizo, de la mano de una apasionada y conocedora profunda de su vida, su obra y la práctica junguiana, Gabriela Milatich. Al preguntarle a Gabriela acerca del significado personal de Jung en su vida, ella reflexiona sobre sus propias búsquedas y hallazgos, y nos ofrece algunas claves para asomarnos al gran horizonte de Carl Gustav Jung.

«¿Qué significa Jung para mí? Cuando leo esta pregunta, pensamientos y sentimientos se arremolinan en torno a mi cabeza y se agolpan en mi pecho. Un cúmulo de hechos y de sensaciones, vivencias presentes y recuerdos del pasado acuden a mí, pues no hay momento de mi existencia en que la obra de Jung no me haya movilizado. El psicólogo suizo ha tocado cada rincón de mi vida y de mis años.

En los inicios de mi carrera, cuando aún era muy joven, en la Facultad de Psicología, escuchaba sobre la famosa ruptura entre Freud y Jung, y me preguntaba cuál habría sido la razón por la que estos dos grandes pensadores e investigadores habían roto relaciones, y de una forma tan resonante. Esto me condujo a indagar y explorar no solo la biografía de Freud sino también la de Jung.

Al comenzar mis averiguaciones sobre la ruptura, y al leer las memorias y confesiones de Jung, me encontré con la historia de una vida fascinante: la vida de un hombre que fue fiel a sí mismo y a sus observaciones. Me cautivó sobremanera la unión comprometida entre sus investigaciones científicas y sus experiencias personales; como él mismo destacó, las manifestaciones de su inconsciente eran su objeto de estudio, y este era, a la vez, para él, una suerte de maestro. En *Recuerdos, Sueños y Pensamientos* relata cómo, ya desde pequeño, sus sueños, fantasías y visiones eran particularmente intensos. Trata allí de experiencias infantiles, como la afición por construir castillos o jugar a las batallas navales, que luego se convirtieron en la base de su método, la imaginación

activa; una relación que puede hallarse extensamente desarrollada en su obra y en distintas investigaciones científicas que llevó a cabo.

Otra vivencia de Jung que me movilizó profundamente es famosa: la de la piedra empotrada en su patio; él la narra de la siguiente forma:

Muy a menudo, cuando estaba solo, me sentaba sobre ella e iniciaba un juego mental que era más o menos lo siguiente: “Yo estoy sentado sobre esta piedra. Yo estoy encima y ella está debajo.” Pero la piedra también podía decir: “Yo”, y pensar, “estoy aquí en esta pendiente, y él está sentado sobre mí”. Entonces surgía la pregunta: “¿Soy yo el que está sentado sobre la piedra, o soy la piedra sobre la cual él está sentado?”. Esta cuestión me embrollaba siempre, y dudando de mí mismo me levantaba, cavilando acerca de quién era quién. Esto era algo que no estaba claro y mi inseguridad iba acompañada de una sensación de misterio, curiosa y fascinante. Era indudable, sin embargo, el hecho de que esta piedra estaba en íntima relación conmigo. Podía permanecer largas horas sentado sobre ella y me sentía embelesado por el enigma que me planteaba (Jung, 2002, pp. 35-36).

Este planteamiento de un enigma de existencia siendo Jung tan pequeño me llenó de asombro y también de entusiasmo por averiguar aún más. Entonces pregunté a mis

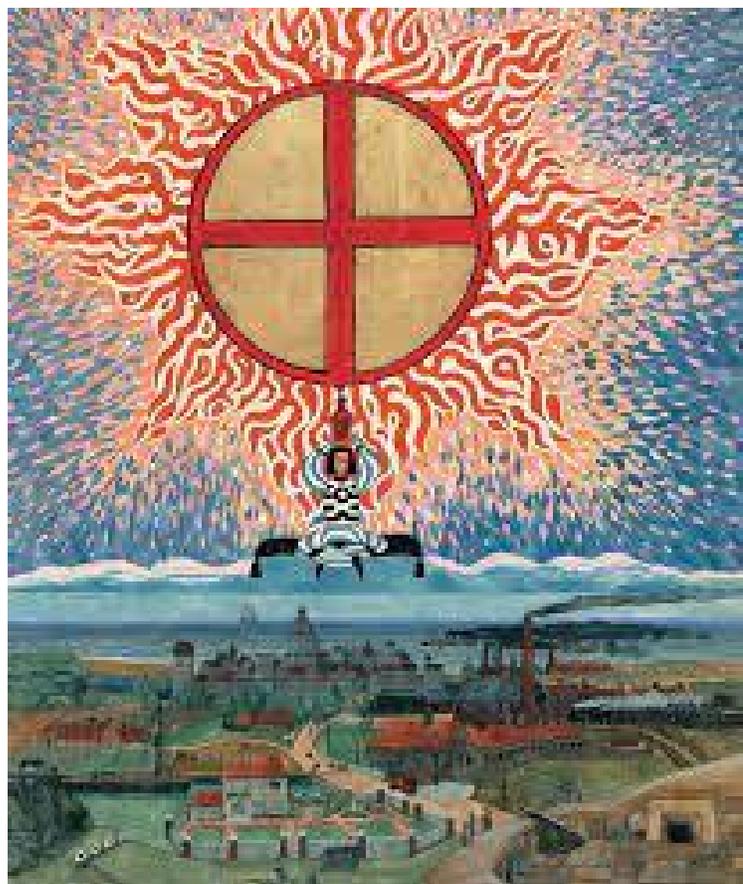


Imagen del Libro Rojo (2010), Buenos Aires:Editorial Hilo de Ariadna



Mandala realizado con anterioridad a 1929 por una paciente anónima de Jung y que representa la «flor dorada», denominación china del arquetipo del Sí-Mismo, incluido en *El secreto de la flor de oro*, en 1929.

profesores si podían darme algún dato sobre aquel hombre asombroso y a la vez misterioso. Recuerdo con mucho cariño a una de mis profesoras que, con regateos, me fue contando de a poco la historia de lo importante que había sido la figura de Jung en la formación del movimiento psicoanalítico internacional, y cómo sus estudios filosóficos y simbólicos lo habían apartado, según ella, del camino psicológico verdadero. Pero, a pesar de sus reticencias, me recomendó que leyera algunos títulos. Así fue que me inicié leyendo *El Secreto de la Flor de Oro*; y como es mi costumbre hacer con todo libro que cae en mis manos, lo hojeé de atrás hacia adelante y encontré en su interior esas figuras circulares, concéntricas e impenetrables, pero que, sin embargo, no podía dejar de mirar, ya que ejercían un poder casi hipnótico sobre mí. Y si bien, en aquellos días, poco o nada sabía sobre los mandalas o el *I Ching*, al leer el libro, quedé profundamente conmovida por la unión que propone Jung entre Oriente y Occidente. Esa unión necesaria de los saberes y de las experiencias de los distintos pueblos que nos conducen, en definitiva, al mismo lugar: al Sí-Mismo.

Tanto Oriente como Occidente han producido, a través del tiempo, competencias y discernimientos nobles y riquísimos, plagados de símbolos y representaciones que, de ser observados como un todo, nos darían amplios beneficios. Entiendo que, para llevar a cabo esta impostergable labor, es menester no olvidar las producciones surgidas desde el corazón de Occidente,

entre las cuales la alquimia medieval merece, a mi parecer, una especial atención.

Al leer el voluminoso *corpus junguiano*, me impresionaron mucho, amén de su extensión, los dibujos plasmados a todo color en el *Libro Rojo* y las experiencias con el mundo de la intuición y con las sensaciones espirituales, ese otro lado que muchas personas temen y que tantas otras desestiman. Creo que Jung —proeza admirable— pudo darse cuenta de que ese otro lado merece atención y es digno de ser objeto de un estudio concienzudo por toda persona ocupada en las manifestaciones fenomenológicas del alma, ya que también allí se encuentra la realidad psíquica. Se trata de algo que sin duda exige comprometerse seriamente con estas manifestaciones y producciones del interior humano. Como buen psicoterapeuta, no dejó pasar la señal: donde la psiquiatría mostraba resistencia a incorporar nuevos modos de acercarse al paciente, él pudo ver algo que debía ser atendido en pro de sus pacientes. Prestó ojos y oídos allí donde la mayoría se resistía a mirar y a escuchar.» (...)

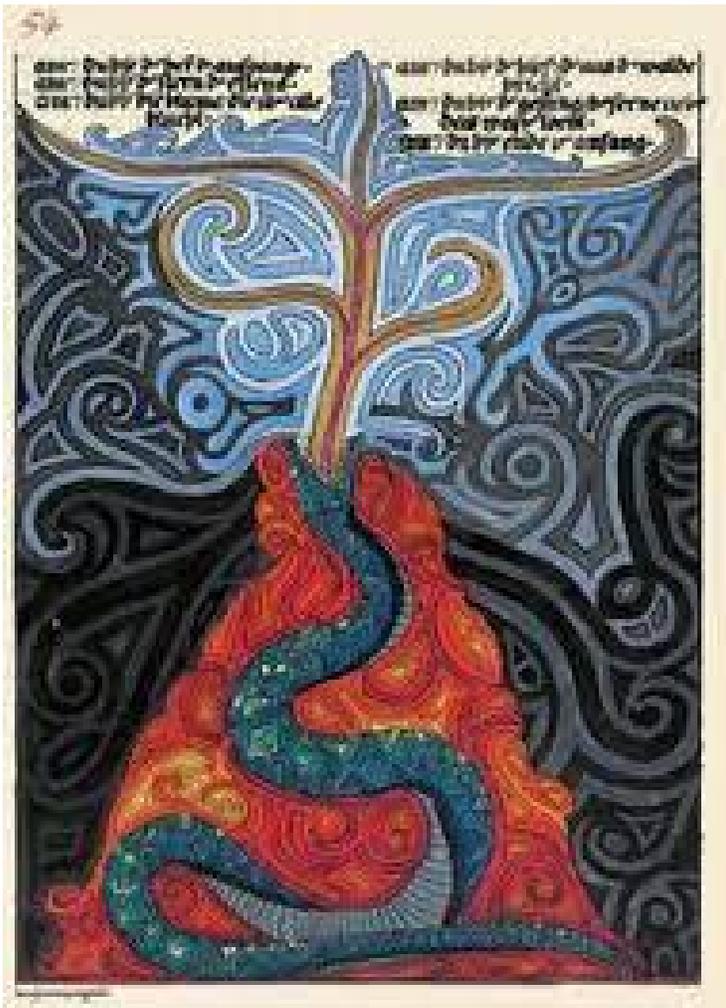


Imagen del Libro Rojo (2010), Buenos Aires: Editorial Hilo de Ariadna.

«Los conocimientos de la psicología analítica componen una teoría que nos sacude y moviliza, pues resuena con la experiencia vivida de cada individuo y, en ese sentido, no se reduce a la sola articulación de conceptos racionales. Es, a mi entender, un conjunto de ideas coherentes que persigue mostrarnos la teleología de la psique, un fin que es intrínseco a ella, y que se realiza en cada uno de nosotros lo sepamos o no. **Jung nos invita a un trabajo de reconocimiento interior que iluminará nuestros traumas, complejos y sufrimientos y, también, nuestras posibilidades y potencialidades como seres humanos, seamos terapeutas o no.»**

Fragmentos extraídos del libro MILATICH, G., (2022), *Arte y Símbolo. Arteterapia, arteterapia junguiana e imaginación activa*, Buenos Aires: Editorial Dunken.



Gabriela Milatich.

Psicóloga Junguiana. Docente en la Facultad de Psicología Universidad Nacional de Rosario (UNR). Fundadora del Centro de Psicología Analítica Rosario CPAR y de la Escuela Internacional de Estudios Junguianos EIDEJ.

Facebook Psicóloga Gabriela Milatich
Instagram @gabrielamilatichpsicologa

Si te interesa profundizar en la mirada junguiana de la eutonía:

Formación en Eutonía Junguiana 2023

Cuarta Edición

Hay entre la Eutonía y la Psicología Analítica de Carl Jung una íntima vinculación y complementariedad, que ya fue esbozada por Gerda Alexander. La presente formación aborda esa integración profunda y necesaria entre ambas.

- Incluye las herramientas teóricas, prácticas y pedagógicas de la Eutonía integrándolas con las bases de la Psicología Analítica junguiana.
- Aporta la mirada junguiana a la práctica de eutonía.

Coordina Leticia Aldax, eutonista, egresada de la Escuela Argentina de Eutonía.

Especial para trabajadores del movimiento, la salud y el arte. Y para eutonistas que deseen profundizar en la mirada junguiana de la Eutonía. Abierto al público interesado en la temática.

Modalidad virtual.

Dos trimestres con frecuencia quincenal.

Dos sábados por mes, de 10 a 13 horas (hora argentina).

Inicio: 22 / 4 / 23.

Se otorga Certificado de Asistencia.

ABIERTA LA INSCRIPCIÓN

FORMACIÓN EN EUTONÍA JUNGUIANA 2023

MODALIDAD VIRTUAL

DOS TRIMESTRES
DOS SÁBADOS POR MES
DE 10 A 13

Coordina eutonista Leticia Aldax

MÁS INFO:
+54 9 11-3359-0952
eutoniajunguiana@gmail.com



Informes e inscripción: Leticia Aldax
+54 9 11 3359 0952
eutoniajunguiana@gmail.com

El toque de Ruth

VIÑETAS, ESCRITOS RECOGIDOS DE MI PRÁCTICA CLÍNICA. EMERGENTES Y ALGO MAS...

ESCRIBE RUTH NEJTER

Eutonista. Pedagoga. Terapeuta Corporal.
Profesora Nacional de Expresión Corporal.



Recortes de experiencias IMAGEN Y SEMEJANZAS.

«¿Qué veo cuando me miro? –dice Ely– En mi casa tengo un espejo en donde me veo de la cintura para arriba, en lo de mi abuela otro donde me miro de la cintura para abajo...» Imágenes fragmentadas.

«¿Dónde se juntan estas dos partes?» –le pregunto a Ely en la sesión.

«¿Es solo la imagen eso que se ve? –dice Roxy– ,es que el cuerpo *salta a la vista.*»

Más allá de la imagen visible al otro y a uno mismo, hay una construcción de imagen que hace a la identidad, al «self»; es a partir de esto que **se construye seguridad, presencia, contacto, creatividad y posibilidad de afirmar y confirmar un YO como sentimiento de mismidad.**

Parafraseando a Vik Muniz (artista plástico) extractado y reinterpretado por mí:

«Allí donde la mirada se encuentra con la imagen ¡las preguntas comienzan a confluír!» Tal vez, este sería un punto de partida desde donde abordó mi trabajo con trastornos de imagen y anorexia.

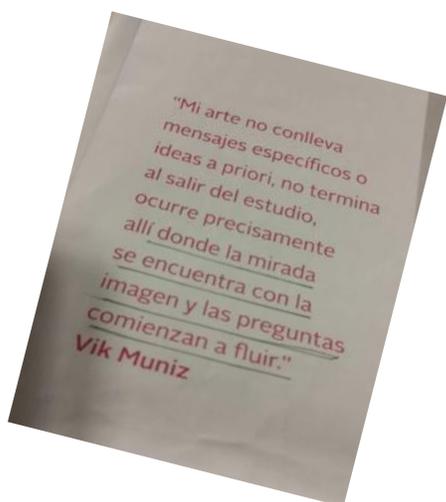


Imagen como experiencia del Ser ante SI MISMO y de su SI MISMO con el otro, con los otros, con lo otro, con el mundo, fundada en la experiencia y construida en base a su apropiación.

¿Imagen y apariencia? ¿Qué se aparenta? Lo de afuera y lo de adentro no siempre van por la misma ruta.

Dice Miri, mujer madura: «Desde que me operé de cataratas veo en mi piel las arrugas, las manchas... Este rostro no se corresponde con lo que siento... Es como si mi cuerpo da una edad cronológica y mis sentimientos mi vitalidad, mis proyectos me marcan otra edad.» ¿Qué imagen nos guía? ¿Cuál elegimos? ¿Cómo cotejamos según nuestros momentos? Dice Cali: «Me veo entera, y bien, me siento vacía y sin fuerzas...»

Des tiempos entre el adentro y el afuera.

Cómo cada cual construye su imagen o sus imágenes, entendida no solo como el aspecto corporal visible al sentido de la vista.. sino con todo lo que representa Ser *encuerpomente espíritu* integrado y no disociado.

Es en la subjetividad donde se encarna la imagen y desde donde cada cual pone en valor sus propósitos en la vida. Es a partir de ahí que desplegamos, accionamos, y nos comunicamos intra e inter subjetivamente.

Y.. en el mes del AMOR, de los ENAMORADOS:
Enamórate de tus logros, de tus propósitos, de tus deseos.
No es la cantidad, es la calidad y la intensidad que ponemos en el vivir.
Descubrí tu potencial creativo.
Enamórate de tus imperfecciones y no «aspíres» a alcanzar la perfección. Quienes están detrás de eso, quedan «aspirados» en un imposible.
Vivir en estado «amoroso», contemplativo.
Haciendo las paces con uno mismo.
Creando entornos vinculares armónicos, confiables.

La actitud de sorpresa predispone a encuentros siempre re-novados.

El punto de partida marca el camino... ¿Dónde estas parada o parado hoy?

Decidí enraizarte para volar alto, desplegar alas que abracen tus objetivos, sabiendo que vivir en comunidad es respetarse y respetar al prójimo..

Así como hay amores que matan, **hay amores que dan vida. Que sanan.**

Ruth Nejter



Las imágenes en esta nota pertenecen a obras del artista plástico brasileño Vik Muniz



Ruth Nejter.
Eutonista (1990) Miembro de la AALE. Pedagoga.
Profesora Nacional de Expresión Corporal.
Terapeuta Corporal. Acercando a la esencia de la eutonia una mirada multidimensional del tono, la energía y sus manifestaciones psicoemocionales.
Terapeuta del Hospital de niños Ricardo Gutiérrez (1993-2018) Adolescencia. Internación psicopatológica y Hospital de Día de dicha institución de la cual es cofundadora, incorporando el abordaje corporal (eutonia) en el servicio.

De la voz al alma

Eutonía, medicina y arte

ESCRIBE MARCELA GROIS

Eutonista, médica, cantante

«La voz como camino de autoconocimiento y regulación del campo energético humano»



Marcela Grois es médica y cantante... El encuentro con la eutonía le permitió integrar sus saberes y pasiones, hallando otro modo de transmitir y acompañar.

A principios de los ochenta, mi primer maestro de canto me mostró el libro de Gerda Alexander. Me resultó muy complejo, pero algo resonó en mí y siempre lo tuve presente.

En aquella época hacía gimnasia rítmico expresiva y me llamaba la atención cómo mi voz fluía libremente luego de las clases. **Comencé a sentir el cuerpo como unidad y como un campo de energía.**

Al mismo tiempo me quedaba en el hospital después de hora para hacer «historias clínicas» para el grupo de Medicina psicosomática que hacía fuera de la facultad de Medicina. **En esas historias se tenía en cuenta la historia personal, afectiva, familiar de la PERSONA. Y no el «hígado de la cama 3» –lenguaje naturalizado que me incomodaba y dolía –.**

También me disgustaba la relación médico/paciente desapareja en la cual uno era el sabelotodo superior y el otro «una enfermedad», sin posibilidad de saber y decidir sobre su propia vida.

En 1991 con mi primer embarazo, conocí a Frida Kaplan. Su amabilidad y su acompañamiento amoroso durante mi embarazo y la muerte de mi padre en el séptimo mes, es algo que aún llevo en mi corazón... además de todo lo aprendido en relación a mi cuerpo, a confiar en mis sensaciones, a fluctuar el tono con la vibración, hacer contacto.

Esta experiencia me atravesó física y emocionalmente.

Unos años después, tomé clases con Alejandro Odessky. Era un momento especial en mi vida y gracias a ese «espacio/ tiempo» pude profundizar en el conocimiento de mí misma.

Hice la formación en la Escuela Argentina de Eutonía. Comencé integrando la eutonía al conocimiento y desarrollo de la voz.

Me gustó mucho **la pedagogía, el respeto por el otro, el alumno como PROTAGONISTA y el eutonista acompañando el proceso (en contraposición a lo vivido en la relación médico/paciente y alumno de canto/profesor).**

Posteriormente seguí investigando y explorando. Ya no separo. **Veo todo junto cuando observo a un alumno. Su historia, su postura, su tono, su campo energético. Y lo «veo» a través de su voz. Allí está la información. La eutonía, su mirada curiosa y sin juicios, más allá de las dualidades, me permite «ver» al alumno como un ser integrado y la capacidad de regular su campo energético a través de las vibraciones sonoras.**

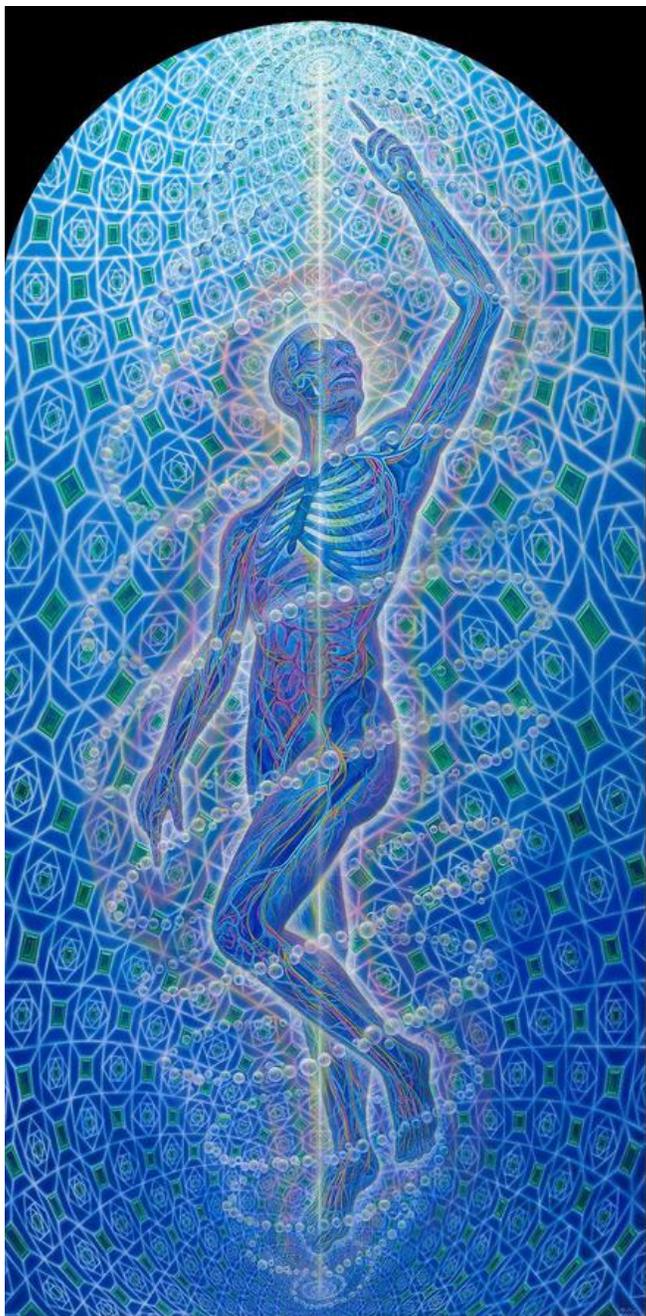
Agradezco a Gerda Alexander, a Frida, a Ale.

Y a Leticia Aldax por estimularme a compartir mi experiencia para que otros puedan vivenciarla y a su vez compartirla.



Marcela Grois.

Eutonista Integra canto y eutonía en su práctica docente y profesional. Desarrolló en especial las *Vibraciones sonoras* y *vocales*, en pos de la regulación del campo energético humano.



«La eutonía, su mirada curiosa y sin juicios, más allá de las dualidades, me permite «ver» al alumno como un ser integrado y la capacidad de regular su campo energético a través de las vibraciones sonoras.» *Imagen: Alex Grey (contemporáneo).*

Capacitación en Eutonía

Del cuerpo al alma

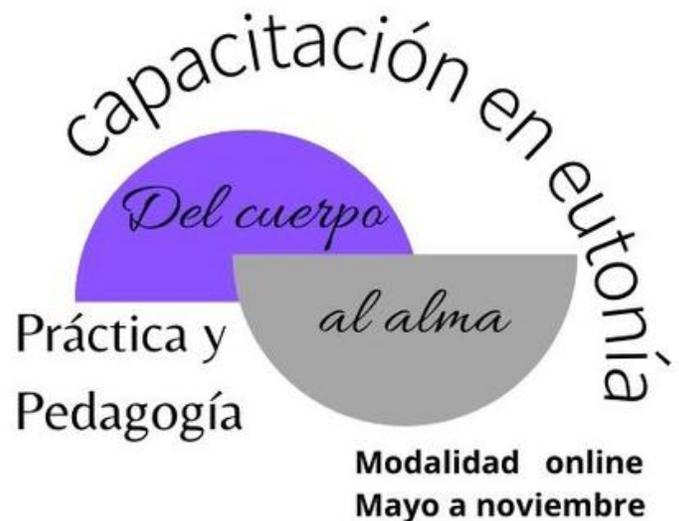
Leticia Aldax y Marcela Grois

Dirigida a trabajadores y profesionales del ámbito de la salud, la educación, el arte y el movimiento.

Quienes somos

Marcela Grois. Eutonista (Escuela Argentina de Eutonía -título oficial-). Médica (U.B.A.). Cantante. Integra canto y eutonía en su práctica docente y profesional. Desarrolló en especial la práctica de vibraciones sonoras y vocales, en pos de la regulación del campo energético humano.

Leticia Aldax. Eutonista (Escuela Argentina de Eutonía -título oficial-). Abogada (U.B). Mediadora. Instructora Nacional de Técnicas de Gimnasia. Integra la eutonía a la práctica deportiva, especialmente para el entrenamiento y cuidado del suelo pélvico. Aúna la eutonía y la mirada junguiana.



Eutonistas Leticia Aldax y Marcela Grois
Info 11 6372 5102/11 3359 0952
capacitacioneutoniam@gmail.com



Más info e inscripción:
capacitacioneutoniam@gmail.com

Aquí y ahora: ¡Lo mejor de mi vida!

ESCRIBE FELOMENIA PINHO
Fonoaudióloga, eutonista.



A los 58 años llegué a mi mejor momento. Vivo en el presente y busco la renovación de mi ser en este mundo. Me doy cuenta que realmente puedo vivir hoy, sin preocupaciones sobre el futuro o las prisiones del pasado. ¡Estar en el aquí y ahora me trae una energía indescriptible! Mi cuerpo y mi mente están en sintonía. Todo esto solo puede suceder porque he vivido tantas situaciones en el pasado que me sirven de base y creo que el futuro me espera para ofrecer TODO lo que necesito para Mi aprendizaje. ¿Qué puedo hacer hoy? Ser mi mejor versión.

Ahora, acepto mis dificultades como un camino por descubrir. Y la curiosidad despierta me trae un encanto para la vida. ¡El entusiasmo corre por todo mi cuerpo y es la clave para mantenerme en el presente!

Disfruto del movimiento desde que era niña y hoy me doy cuenta de que elegí profesiones que me permiten estar en movimiento. Incluso en quietud, estoy en movimiento. Mis órganos no se detienen ni cuando duermo. Esto me hace reflexionar que también necesito PAUSAR para entrar en contacto con lo que es propio de mi ser y tener la energía SUFICIENTE para estar en este mundo. A partir de ahí, todo fluye con mayor fluidez.

Conocí la Eutonia en las clases de abordaje corporal de la carrera de Fonoaudiología de la PUCSP, en 1985. Pasaron algunos años y, en 2010, decidí hacer la formación en el Instituto Brasileño de Eutonia. Al inicio de esta formación supe que Gerda Alexander padecía de endocarditis y que creó la Eutonia para su propia rehabilitación cardíaca en la búsqueda del mínimo esfuerzo, el tono y el equilibrio postural, entre otras indagaciones. En silencio, mis lágrimas rodaron y tuve la certeza de estar en el mejor camino para cuidar también mi salud ya que nací con una alteración en mi corazón (la válvula aórtica era bicúspide). Completé la formación en diciembre del 2013.

Un año después, el 3/12/2014, tuve que someterme a una cirugía reparadora de la válvula cardíaca y la rama ascendente de la aorta y la arteria carótida que tenían riesgo de aneurisma. Después de la cirugía, yo misma hice mi rehabilitación respiratoria, tónica y postural.

Comprendí que la Eutonia de Gerda Alexander realmente me hizo resurgir de las cenizas.

La Eutonia también me permitió adentrarme en lo más profundo de mi ser. Allí encontré a la niña Felomenia y le di mi mano para que continuara. Me di cuenta de cuánto está conectado el cuerpo con la mente, que nuestras historias están grabadas en cada parte de nuestro ser y que cada célula tiene un registro de lo que hemos recibido desde la vida intrauterina. En cada momento, mi ser se actualiza a través de lo que el cuerpo y la mente absorben del entorno (lugares, cosas, personas y eventos). ¡Esto es fantástico! Me despierto a la delicadeza que me habita y la generosidad se puede manifestar en cada momento. Me doy cuenta de que soy más generosa en mis relaciones

personales y profesionales. Esto también se debe a que perdí el miedo a expresar mi afecto. Acojo lo que no puedo cambiar y reflexiono: ¿qué me dice esto? Avanzo porque busco la fluidez como el agua que transcurre de la manera más fácil entre las piedras o sobre ellas. Aprendí que ser generosa conmigo misma es el primer paso para ser también generosa con los demás. ¡Esto fue liberador!

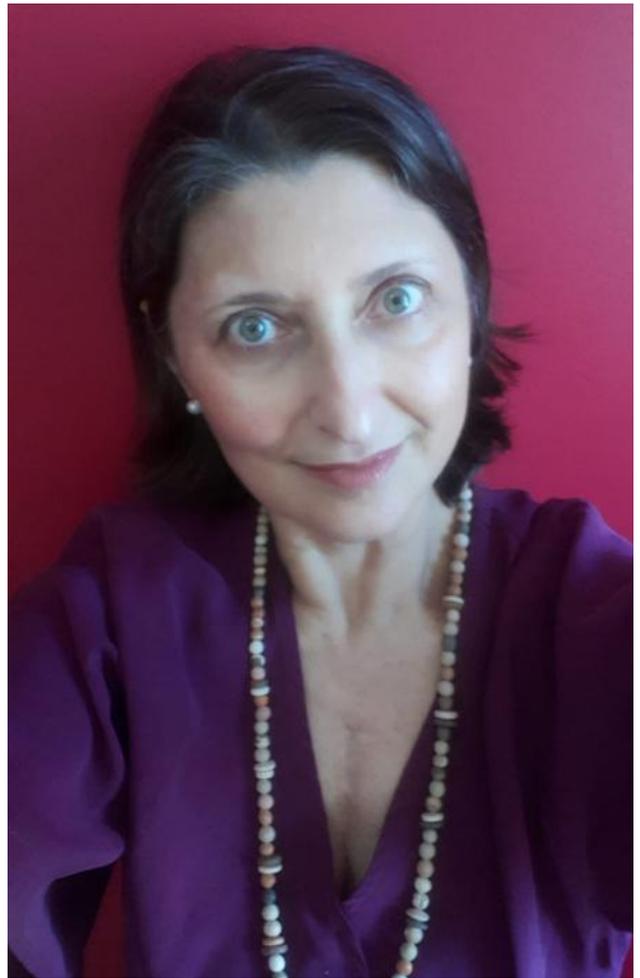
Bueno, el tiempo ha pasado y aquí estoy, llena de ilusión y disponibilidad para la vida. Todos los días recibo un regalo: la posibilidad de aprender algo y dar lo mejor de mí.

¡Un abrazo eutónico y hasta pronto!



Felomenia Pinho con Luciana Gomez, su maestra en la Formación de Eutonía de la ABE 2010-2013.

La historia personal de Gerda caló profundo en Felo, por resonar con su propia historia.



Ella muestra SU CICATRIZ porque es parte de SU HISTORIA en esta vida.

«Comprendí que la Eutonía de Gerda Alexander realmente me hizo resurgir de las cenizas.»



Felomenia Pinho

Fonoaudióloga. Eutonista (ABE. Asociación Brasileira de Eutonía). Educadora de Movimiento por el Instituto Ivaldo Bertazzo. Terapeuta de Reiki. Terapeuta y Educadora Alfacorporal.

Educadora e investigadora de la motricidad humana, con una visión integradora, que suman y potencian la fonoaudiología que propone, para la motricidad orofacial, la voz, el desarrollo y perfeccionamiento del lenguaje verbal.

Mi historia de amor con la eutonía

Por Liliana Soro

Desde la formación de Yoga en la USAL, entre diversas materias, tuve el primer contacto con la eutonía, con la querida y recordada Prof. Alicia Souto, primera eutonista que conocí. ¡Ahí «descubrí mis isquiones»! (Podía sentarme cómodamente en el cine, asanas, Brahma Mudra, cómoda y estable).

A partir de ese contacto consciente y esa conciencia ósea, comenzaba el aprender parte de los principios en la Pedagogía de la Eutonía creada por Gerda Alexander.

El encuentro con el libro de Gerda, hoy con sus hojas amarillas, sigue siendo fuente junto con el resto de la no abundante, pero sí interesante, bibliografía de eutonía.

Comprobando que no es la teoría, sino la vivencia, la experiencia de «el sentir desde el cuerpo», en su totalidad, la oportunidad de autoconocimiento, profunda búsqueda... Bucear y siempre sorprenderse en el océano de la piel, esqueleto, espacios internos, cavidades, tejidos blandos, duros, pero a la vez disponibles. Sentir los huesos que me sostienen, me dan seguridad y el peso necesario en cada actividad... Ese tono que acompaña en el hacer, en actividad y en pasividad.



Liliana Soro
Eutonista AALE.

Desde entonces –año 1994– sabía que en algún momento sería Eutonista. Mientras, realizaba seminarios de Yoga y Eutonía, con Alicia Souto. Técnicas Corporales terapéuticas, de la USAL, donde también se incluía a la Eutonía. Además de Tai Chi, con Liu Pai lin, entre otras disciplinas orientales. clases de eutonía con Frida Kaplan y seminarios con Ruth Nejter.

Ingresé a la formación en la AALE en 2016. **El diploma es un comienzo. El camino es infinito.**

Cada día agradezco hacer lo que me gusta y compartirlo. En cada clase, las devoluciones me confirman que es mi vocación. Ese llamado desde el amor por la profesión, es también un compromiso con quien llega a una clase, individual o grupal, presencial o virtual.

Lo que me impactó de la eutonía fue el estar en contacto, primero con uno mismo. También que, en cada práctica, aparece ese misterio de la creación. Verdadero arte, que construye, eleva, modifica, mejora y se vive, estando presente, con atención y escucha a quien asiste a la clase. Es como meditar. No es retirarse, al contrario, es plena presencia. Sin fórmulas, nada se repite, sin pre-juicio. Respetando el proceso personal, de explorar e investigar. Sin analizar, confiando.



Liliana Soro recibiendo el diploma de eutonista de la AALE (2019) junto a Laura Martínez y Graciela Martiarena.

Es la profesión que me enamora, desde mi vocación docente, permitiéndome compartir y transmitir la Eutonía a quienes se deciden a comenzar este andar... para todas las edades.

Pero, además, **es ser alumna en este aprendizaje, permanente, formación que da sentido a mi vida. El tono, que varía cada día, como la vida, un día a la vez, adaptándose a las diversas situaciones que no se vivirían igual sin la eutonía.**

Tuve oportunidad, en los últimos años, siendo Maestra Secretaria, de hacer con los grados de primer ciclo, 1ro, 2do y 3ro, práctica de yoga incorporando eutonía. Gratificante experiencia. Observando qué necesario es el trato amoroso y el descubrimiento en sus propios cuerpos, trabajando con los principios de la pedagogía de la eutonía, en sus propios espacios y el respeto por lo propio y por lo grupal.



Liliana Soro junto a Virginia Delfino y Ruth Nejter.



«Estamos construyendo desde la eutonía un acompañar la evolución con la adaptación y la aceptación en los cambios de cada día en la propia vida.»



«La vida es un día»

Es una formación continua para la vida. Siempre pienso en Gerda cuando investigaba y exploraba lo que iba creando, en momentos en que el mundo no estaba ajeno a caos y crisis. **En estos años de incertidumbre, transformación, transición me ayudan a sentir que estamos construyendo desde la eutonía un acompañar la evolución con la adaptación y la aceptación en los cambios de cada día en la propia vida.**

«La vida es un día», me dijo una alumna que había estado en su niñez en la guerra, sin saber cada día si la casa seguiría en pie o sería bombardeada.

Me siento plena de poder transmitir este aprendizaje permanente y agradezco cada día este transitar también con colegas que siguen investigando y profundizando no solo desde la eutonía, sino, además con la red que la vinculan a otras disciplinas.

Liliana Soro.

Eutonista diplomada de la AALE.

Instructora de Yoga – Técnicas Corporales

Prof. Enseñanza Primaria

Instagram @eutoniaplusyoga.tecnicorpo.

El viaje más maravilloso

Por Laura Indaco



Cerdeña, 2022

¿Qué es la eutonía? Hace dos años no conocía la respuesta. Desde chica recorría con mi mente lugares fantásticos inventados por la imaginación de niña. Con el tiempo comprendí que eso era viajar con la mente. Me gustó. Entonces decidí entrar en acción y viajar físicamente. Me moví bastante y conocí maravillosos lugares. En uno me quedé a vivir.

Pero seguí viajando con mente y cuerpo. **Y la vida como sorprende siempre, me llevó de viaje a un lugar aún más maravilloso y el más cercano a mi: mi cuerpo.**

Descubrí mi piel, mis huesos, mi respiración, el latido de mi corazón... **Un viaje sin fronteras ni pasaportes, único requisito: el deseo de recorrer la propia vida por y desde adentro, y por y desde afuera. Ir y venir sin moverse aún moviéndolo todo.**

Así que si hoy alguien me pregunta, ¿qué es la eutonía? yo respondo: «viajar por la propia vida desde el alma».

Laura Indaco, desde Vietri di Potenza, Italia.



«Eutonía es viajar por la propia vida desde el alma». Laura Indaco.
Imagen: Monte Vesubio, Nápoles, Italia.

De amor y eutonía

De eutonía y amor

Por Gabriela Alejandra Pileci

«Tu visión devendrá más clara solamente cuando mires dentro de tu corazón... Aquel que mira afuera, sueña. Quien mira en su interior, despierta...»
Carl Gustav Jung.

A lo largo de mi proceso de vida, he buscado distintos caminos que me ayudaron a encontrarme con diferentes preguntas y viceversa. Todas ellas, fueron brújula que me permitieron hacer un alto y recalculer.

Es así, que a mediados del mes de octubre del año 2019 las sincronías hicieron el encuentro con Leticia Aldax en el gimnasio. Estaba en mi inicio de la menopausia ¡o plenipausia!

Tuvimos una maravillosa conversación. Le pregunté cómo con distintos ejercicios de fuerza podría prevenir osteoporosis, descenso del suelo pélvico, etc. Realmente, mi médica. me había explicado los avatares... sin embargo, en mi interior sabía que ¡existía algo más!

Entonces, ¡la brújula! Esta vez, Leticia, ¿Qué otra cosa puedo hacer en este momento?

Y así como son importantes las preguntas, ¡también lo es la escucha atenta!! Ese gimnasio no era como otros. Me encontré con una perla: la EUTONIA.

¿Qué es la eutonía?

«La palabra eutonía (del griego eu= bueno, justo ,armonioso y tonos= tensión) fue creada en 1957 para expresar la idea de tonicidad armoniosamente equilibrada en adaptación constante y ajustada al estado o a la actividad del momento.» (Alexander, Gerda, La eutonía. Un camino hacia la experiencia total del cuerpo,. Paidós. Buenos Aires, 1979, p.23).

Es una definición de la actividad...y tendría mucho más para escribir sobre eutonía...pero **lo importante es poder recuperar ese instante donde se produce el encuentro con lo distinto ...aquello que es nuevo en mí y que a través de su praxis pedagógica abrió un nuevo aprendizaje sobre los mensajes de mi cuerpo.**

A partir de aquel día, comenzó este amor a primera vista...



La Cumbrecita, Provincia de Córdoba, Argentina, 2020

Mi amor por la eutonía me permite seguir redescubriendo aquellos lugares del cuerpo que espejan el alma y las emociones.

Entrando en diálogo fluido y dinámico, el espacio interno y externo, pudiendo seguir enriqueciendo y nutriendo...En otras palabras «volviendo a maternarme» desde un lugar de autoconocimiento que permite aflorar mi encuentro genuino.

Es así, que entonces la eutonía desde una práctica amorosa y de cuidado, sostiene... **¿Qué sostiene? El proceso para la toma de conciencia de aquello que no se ve, pero habla y es expresado manifestándose en el cuerpo. La fluctuación consciente del tono, objetivo de abordaje de la eutonía, nos permite la variación y oscilación con la posibilidad de la observación consciente del punto de encuentro: cuerpo, mente, alma y emociones.**

Para concluir, me gustaría compartir algunas líneas de un poema del poeta árabe Khail Gibran de un libro que se llama: *Arena y espuma*:

«...Tuve un segundo nacimiento
Cuando mi alma y mi cuerpo
se enamoraron el uno y el otro...»

¡Gracias, gracias,,gracias! Leticia por acompañarme en este despertar.

¡Gracias a vos, Gabi!

Amar desde la aceptación incondicional

Por Marina Ramos

Hace tiempo comencé a buscar formalmente algo que me acercara a la causa que me hacía sentir que yo no era «yo». No sé qué me impulsó a estudiar distintas técnicas orientales que promueven un estado saludable considerando a la persona en su integridad.

Este caminar me iba permitiendo encontrar algunas respuestas que satisfacían mi intelecto... Iba tranquilizando mi espíritu curioso y ávido de fundamentos, temporalmente.

Una compañera de trabajo, Graciela, me habla de una modalidad de trabajo corporal poco conocida que ella practicaba y que le dio lo que ella sentía que su alma necesitaba.

La curiosidad me llevó a la casa de mi primera maestra de Eutonía. Me invitó a ser parte, y allí comenzó mi proceso de autodescubrimiento, mi despertar, mi encuentro con mi «yo».

Hacer contacto con mis sensaciones y emociones de una manera simple, sentirlo en el cuerpo y reconocerlo, para aceptarlo en mí como mío, para soltarlo si era necesario. Un proceso de autoescucha a través de lo sentido para aliviar las cargas que me mantenían estancada. Un soltar sin más deseo que sentirme mejor para ser mejor.

Compartir desde lo espontáneo esa libertad «experimentada» desde la calma y el silencio, con toda la escucha activada hacia mi interior.

Fue ir enamorándome desde la aceptación incondicional de mí misma, de mi historia, de lo logrado y de mis limitaciones; sin rechazo, sin crítica, sin necesidad de halago exterior ni de castigo; solamente con mi reconocimiento.

Sólo una voz que me iba guiando, la sutileza del movimiento o simplemente, la intención y allí estaba mi victoria... se corría un velo y ahí estaba «yo».



Suelen faltarme las palabras para describir todo lo que se manifiesta en mí durante el encuentro con mi interior.

Suelo decir que **la eutonía es una actividad sin acto. Siento como una lluvia, a veces, suave y otras tormentosa que saca a relucir lo olvidado o ignorado, pero, siempre, siempre es liberado.**

Agradezco la dicha de haber encontrado seres íntegros que me facilitaron el encuentro conmigo misma. Bendiciones para Inés, Ruth y Leticia.

¡Gracias a vos, Marina!

Un amor para toda la vida

Por Priscila Pereira Mota



El año era 2018, en un rincón que ya no me acuerdo dónde, eché un vistazo en un cartel que anunciaba sesiones de «eutonía» por una profesional. Nunca había escuchado acerca del tema y tomé nota para investigarlo.

Así encontré el sitio web de la Asociación Brasileña de Eutonía y me enteré de su programación. Un evento que tendría lugar en febrero del año siguiente me cautivó la atención: un taller de tres encuentros dirigidos a escritores y personas interesadas: «Cuerpo, Palabra y Gesto» era el tema. La propuesta: promover el conocimiento de sí mismo extendido al otro a través de la palabra sentida en el cuerpo; volver consciente lo desconocido y buscar la expresión a través de la palabra escrita o hablada.

Los temas de las vivencias fueron la Piel, los Huesos y el Espacio Interior. Además tuve la suerte de en esta ocasión aprender directamente con Luciana Gandolfo, importante eutonista brasileña y profesora de una sensibilidad admirable.

A lo largo de los encuentros, bajo la instrucción delicada de Luciana hicimos composiciones de libre asociación en distintos soportes (papel, piedra, telas) e inspiradas por las prácticas eutónicas. Compartimos nuestros descubrimientos y creaciones, y mientras avanzamos, quedaba clara la invitación que la eutonía y Luciana nos

proponían: que prestáramos atención a la manera cómo conducimos nuestras relaciones, ya sea con el ambiente, con otras personas o con la palabra escrita.

Para mí, **este encuentro con la eutonía fue un propulsor de la creatividad, de la autocomprensión, de la libertad y, sobre todo, de la consciencia amorosa acerca de mi Yo y de mi cuerpo y de las profundas conexiones entre los dos.**

En ese año yo estaba dedicada a los estudios de la formación en Mindfulness y todo dialogaba dentro de mí y de mis nuevas percepciones acerca de la mente, del cuerpo y de sus profundidades.

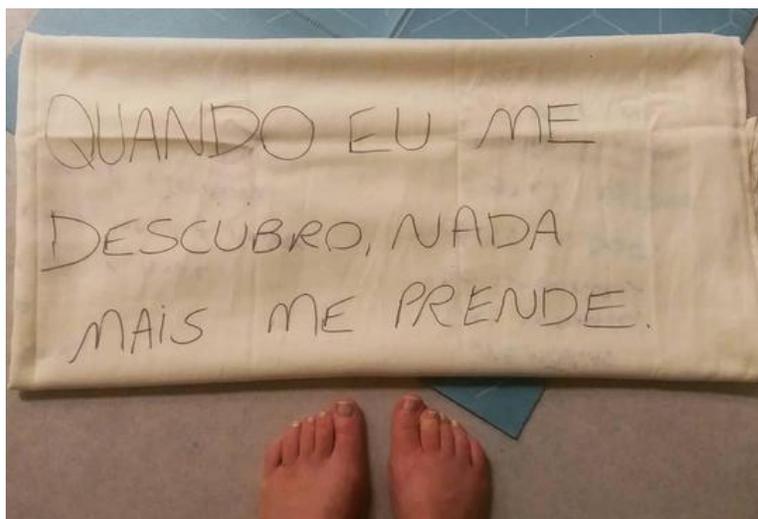
En este sentido, el encuentro con la eutonía fue muy placentero y me aportó experiencias singulares.

Conocer a Leticia Aldax y poder hacer la formación en Eutonía Junguiana en el año 2022 fue un nuevo paso en este camino y que me resultó sumamente significativo y bello. **Estoy enamorada de la Eutonía y ¡seguro que se trata de un amor para toda la vida!**

Priscila Pereira Mota

Instructora de Mindfulness y escritora brasileña.

Instagram: @foco.no.agir



«Cuando me des-cubro, nada me aprisiona»

«Una frase que surgió de la experiencia con sábanas en los encuentros de eutonía *Cuerpo, Palabra y Gesto* con Luciana Gandolfo, y que hasta hoy me me toca el corazón» Priscila Pereira Mota.

Un hilo rojo

Por María Tosar

Patricia es mi amiga desde hace unos 30 años. Pronto descubrimos que a las dos, el cuerpo y el baile nos apasionan, a ella desde su ser bailarina y a mí, como educadora infantil, disfrutando del movimiento y escuchando las cosas que la niñez manifiesta a través de las actividades corporales.

Hace unos años, no tantos, Patricia me nombra esta disciplina corporal, la Eutonía, y me dice que es una actividad que todos deberían conocer.

Como muchas veces ocurre, en Neuquén no había: la Eutonía atiende en Buenos Aires. Hacia allí voy y me encuentro con Frida Kaplan, con su espacio, las colchonetas azules, y me zambullo en una de ellas, cubierta por el sol de la mañana.

La voz de Frida guía con su lenguaje preciso y sus tiempos de silencio para habilitar el sentir. La ausencia de modelo permite la libertad de elegir y ahí estoy disfrutando la presencia de mi piel, habitando mi cuerpo de una manera diferente.

Al despedirme de esa clase, me llevo la calidez del toque de Frida al invitarme a seguir. Su sonrisa cómplice me transmite que hay un mundo a descubrir. Su mirada profunda e inmensa me abre la puerta al mundo de la Eutonía, un mundo profundo e inmenso también.



Al salir a la calle y caminar por las veredas del Once luego de una clase de Eutonía, uno puede sentirse una gacela, pies livianos, con la mirada en el horizonte... Son cosas que suceden. Y allí, en una vidriera con telas, hilos, botones, me llama la atención un hilo desplegado cayendo, dibujando alguna curva en el suelo y volviendo a levantar vuelo con la ayuda de un alfiler.

Abro la puerta, saludo, saco número, espero, pido. Tres metros de hilo rojo, por favor.

Salgo, lo guardo en el bolsillo sabiendo que, desde ese día entre la Eutonía y yo, un hilo rojo.

María Tosar.



María Tosar
Docente método Frida Kaplan
www.mariatosar.com.ar
Instagram: @maria.tosar

Amor en libertad



Por **Silvina Ramírez**

Mi contacto con la eutonía comenzó en el año 1994: estaba estudiando la Licenciatura en Bancos y Empresas Financieras, salía de cursar Contabilidad II e iba a mi clase de eutonía. Mi objetivo era hacer algo con el cuerpo; no tenía la más mínima idea de a dónde iba. Fui pocas clases, el trabajo, el estudio eran mis prioridades. Pero **esas pocas clases fueron suficiente para que mi sentir con relación al cuerpo nunca más fuera el mismo, mi caminar cambió, mi postura y sobre todo mi contacto con el cuerpo.**

Pasaron muchos años hasta que volví a tomar contacto con la eutonía. Quedé embarazada en el 1999 y tomé clases con Frida Kaplan de su método, que se basa en la eutonía. Luego nació mi hijo, me volví a alejar, pero el **poder elegir me quedó tatuado en mi cuerpo...**

En el 2002, ya recibida de licenciada renuncié al banco, y lo primero que hice fue tomar clases de eutonía. Un año más tarde me formé como docente del Método Frida Kaplan, comencé inmediatamente a trabajar con ella, y en el 2006 comencé mi formación como eutonista.

Dejé las finanzas y me dedico exclusivamente dar clases. **La eutonía se transformó en una forma de vida.** Disfruto haciendo eutonía, dando clases, conociéndome a partir del cuerpo.

El contacto con mi cuerpo me recuerda todo el tiempo lo preciado de mi libertad, de mi derecho a elegir constantemente, de mi propio cuidado amoroso.



Silvina Ramírez
Eutonista. Coach Ontológico

Silvina Ramírez
IG @silvina.ramirez1
silvina.ramirez.eutonia@gmail.com



Silvina Ramírez. Contacto en eutonía

Formación profesional de docentes Embarazo y Nacimiento Eutónico 2023



MÉTODO
**FRIDA
KAPLAN**

Formación profesional de docentes
Embarazo y Nacimiento Eutónico

Abierta la inscripción 2023

Contenido:

Abordaje corporal eutónico

Pedagogía e ideología del Método

Formación y dirección: Frida Kaplan

Docente Formadora: Silvina Ramírez

Docente asistente: Judith Glusberg

Info eutoniakaplan@gmail.com

Amores que dejan huella...

Por Marta Monteros

Hace unos días, alguien con quien mantuve una conversación; me preguntó cómo conocí y qué significaba para mí la eutonía.

Dicha pregunta generó en mí un torbellino de imágenes, emociones, sensaciones, recuerdos, proyectos, en fin... la vida misma.

La decisión de hacer eutonía comenzó con la inquietud y la búsqueda de algo diferente, algo que cambiaría mi vida para siempre, y desde ese momento ya pasaron quince años.

Aún recuerdo el primer día que ingresé a la escuela – Escuela Argentina de Eutonía–: un encuentro lleno de curiosidad y una sensación parecida a aquellos amores... los que dejan huellas y sentís, (se siente), que la vida ya no será igual.

A medida que avanzaba en esa trayectoria, cursos, teoría, practica descubrí, la piel, los huesos, espacios inexplorados que van de adentro hacia afuera y viceversa. Sentir que el cuerpo se acerca y se aleja de la conciencia.

La eutonía me permitió ingresar en estrecho contacto con mí ser, con lugares internos desconocidos de esos que no estaban presentes en mi conciencia.

Esos lugares, movimientos que descubría, me llevaron a sensaciones de tranquilidad y amorosa serenidad.

Los movimientos me hacían descubrir las polaridades de las emociones, y a medida que avanzaba en las prácticas, descubría el potencial de mi cuerpo y alma para ingresar o salir de polaridades, altas o bajas.

En las prácticas de eutonía, mi cuerpo descubría mi ser, mi personalidad y por lo tanto, la dinámica de la emocionalidad. Al practicar los movimientos, mi físico parecía entrar en un proceso de acciones que se veía reflejado en la vida cotidiana, cambiaban mis formas de ser y de relacionarme con los otros, por ejemplo.... cambiaba mi voz, mi presencia, mi eje, mis perspectivas.



Eutonía, un proceso de transformación

Cuando terminé la formación en Eutonía, continué con las prácticas propias, y las de enseñanza de eutonía. En ese proceso apareció la posibilidad de dar a otras personas las herramientas que permiten visibilizar su potencial para entrar en la conciencia de piel, de huesos, de espacio interno; **momentos que dejan huellas, siendo éstos, mágicos e intensos. Tal descubrimiento genera un sinfín de cambios en todo el ser lo cual impacta también, en quien enseña....**

Por esto y mucho más, encontré en la eutonía una parte de mí que no conocía, y la posibilidad de sentirme, con todo lo que ello implica... ¡Me dio más de lo que imaginé! Se aprende a visualizar en el otro las emociones que juegan en mi propia persona.

Tendría mucho para contar... Me parece acertado dejarlo aquí.

Gracias por tu lectura, que también es contactarnos.

Marta Monteros, eutonista egresada de la Escuela Argentina de Eutonía.

Curso Iniciación a la Eutonía

2023
Curso
Iniciación a la
Eutonía

Brindado por Eutonistas: Marcela Stover y Marina Dayan

*Abril a Noviembre
Presencial
Caba*

1160226022/ 11 61881064

@eutoniaymovimiento

La Eutonía es una actividad que favorece el desarrollo de la conciencia corporal. Este curso tiene como objetivo principal transmitir vivencialmente los principios fundamentales de esta técnica, permitiendo que cada participante descubra cómo estar en equilibrio consigo, con otras personas y su entorno. Las clases serán prácticas con soporte teórico, 2 sábados por mes de 14 a 17 hs . Si tenés interés , el 25/2 ofrecemos una charla gratuita con posibilidad de reservar tu vacante para este curso. Estamos disponibles para consultas al 1160226022/ 1161881064.

Para ir mirando : www.eutoniaymovimiento.com.ar

Un amor que conecta

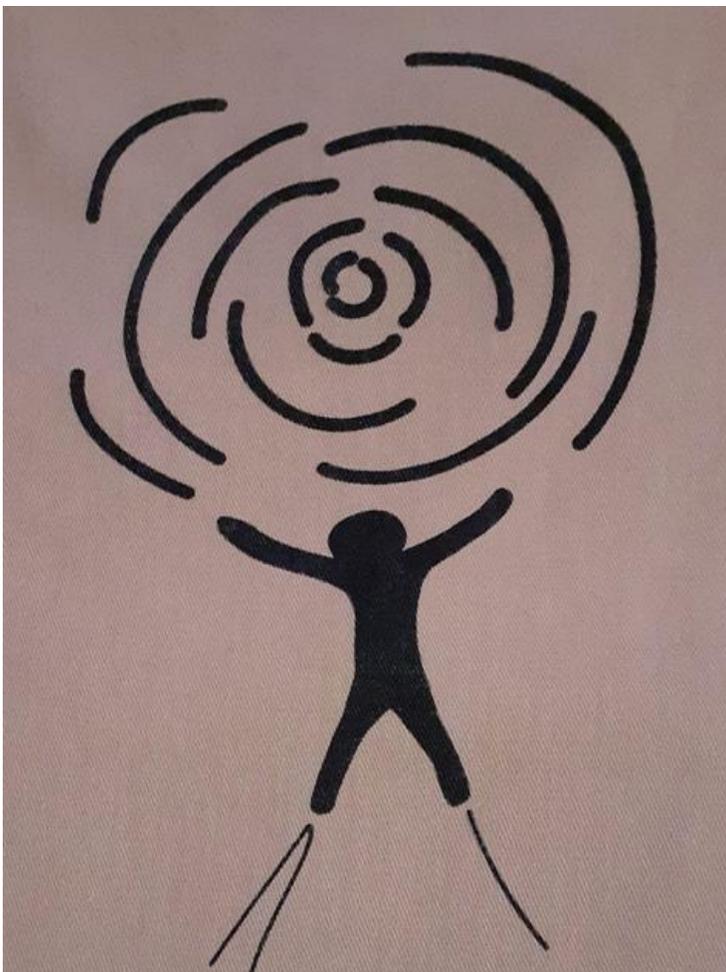
Por Laura Martínez



De la eutonía, me enamoró, y lo sigue haciendo, el poder desarrollar **la capacidad de observar más allá de lo que vemos. Pero no solo observar con los ojos, también con el tacto con los oídos, olores y sabores.** Sabemos que todo pasa por el sistema nervioso, y allí se decodifican los impulsos nerviosos procedentes de diferentes órganos sensoriales.

Es a partir de entonces donde en la pausa atenta, y al mismo tiempo sin esperar nada descubrimos algo nuevo, algo que en algunas ocasiones es clave en nuestra vida, y que es bisagra para un cambio profundo.

No he conocido, hasta ahora, otra herramienta tan noble, simple y verdadera como la eutonía para poder conocernos y vincularnos con nosotros y con el mundo.



Nadie puede negar que lo que sentimos, es. Y esto es en cada uno de nosotros de una manera particular, que **nosotros como eutonistas aprendimos a respetar.**

A partir de esta observación aparece aquí el desafío de aprender a vincularnos con nosotros y con lo que nos rodea también. Entender que lo que esta de nuestra piel hacia afuera, también es nosotros, que es una creación de acuerdo a nuestro registro perceptivo.

Y es aquí donde volvemos a la eutonía aprendiendo y, teniendo la oportunidad de seleccionar nuestro *sentipensar* desde los sentidos. **Se va gestando una y otra vez de forma circular como vamos eligiendo vivir.**

Es un amor incondicional al que uno vuelve y vuelve porque nos organiza y conecta con lo que somos como individuos.

Laura Martínez.

Eutonista diplomada AALE.

Instagram: @lmeutonia

«Volvemos a la eutonía aprendiendo y, teniendo la oportunidad de seleccionar nuestro sentipensar desde los sentidos. Se va gestando una y otra vez de forma circular como vamos eligiendo.» Laura Martínez.

Love Story

Por Mariana Schwartzman

Fue un día de invierno en Buenos Aires. Era el año 1983 y yo cursaba el Profesorado en Expresión Corporal.

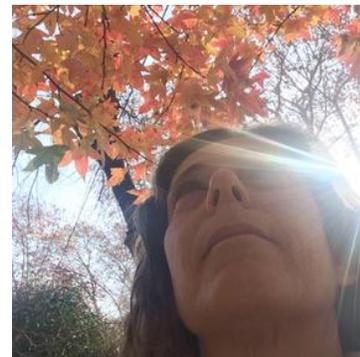
En la calle, el frío calaba los huesos pero cuando entré al salón de danzas de la Escuela, me abrazó la calidez de siempre.

El aula estaba llena de gente. Todo el grupo esperando a Susana, nuestra maestra del primer año. Muchos estaban acostados en el piso preparándose para la clase, algunos otros charlando despreocupadamente o repasando la lista de tareas incompletas de materias varias, y unos pocos terminando a regañadientes el ritual del mate.

Cuando Susana entró, nos acercamos alrededor de ella. Recuerdo que empezó a contarnos sobre la actividad que haríamos en la clase, sus orígenes, su fundamentación teórica. Y allí mismo sentí la fascinación. No podría describirlo de otro modo. Fue un hechizo. Sus palabras



Amanecer en Las Gaviotas, Mar de las Pampas, Argentina.



Mariana Schwartzman

rebotaban desde mi cerebro hacia todas las células del cuerpo que reaccionaban como frente a una cascada fresca.

Caí perdidamente enamorada.

Una puerta nueva se abría en mi vida. En ese momento no podía saber de qué manera la cambiaría pero intuía que sería de una forma total y definitiva. No tendría vuelta atrás.

Al inicio me resistí un poco. Supongo que por lo revolucionario, lo transformador. Una quiere acceder a lo nuevo y mejor pero cuando se presenta con tanta contundencia, puede dar un poco de miedo.

Pero decidí, de todos modos, entrar de lleno en ese nuevo campo. Y lo hice con cuerpo y alma.

A medida que pasaba el tiempo, disfrutaba del nuevo estado que me volvía cada vez más sólida y permeable simultáneamente. La amorosidad de su mirada me sostenía. Su toque me ordenaba.

Luego terminé el Profesorado, y no supe nada de ella. Las cosas de la vida...

Pasaron más de diez años hasta que nos volvimos a encontrar. Y allí sí, fue una unión para siempre. Porque cada vez que la vida me trae otras novedades, siempre termino volviendo a ella. Es mi Norte.

En estos tiempos estamos cumpliendo unos cuarenta años de relación. Cada vez más profundamente comprometida.

Ella me alinea, me ordena, y me sigue interpelando.

Mariana Schwartzman
Eutonista. Lic. en Psicomotricidad.
Facebook: mariana schwartzman/ Eutonia y
psicomotricidad gaviotas por Mariana Schwartzman
Instagram: @mariana schwartzman

Enamorarse de la Eutonía una y otra vez

Por **Susana Chiurazzi**

Soy Susana Chiurazzi, y quiero contarles como conocí y me enamoré de la Eutonía.

Conozco esta práctica corporal, de la mano de la Eutonista Marta Oppido en el año 1988 en Saladillo, provincia. de Bs. As. Ella daba clases grupales, a las cuales asistía mi madre, y estando embarazada de mi primera hija, fui a una de esas clases atraída por la curiosidad; si bien no tomé muchas clases, en ese momento la Eutonía dejó una huella profunda en mi ser.

Estaba estudiando Kinesiología en la UBA, y al recibirme, volví a vivir y a trabajar de mi profesión a Saladillo.

En el año 2014, recibo a través del Colegio de Kinesiólogos de la Provincia de Buenos Aires, una invitación para tomar seminarios mensuales de Eutonía para Kinesiólogos, dictados por la Eutonista Ruth Nejter.

Asistí durante dos años a estos seminarios, que calaron hondo en mí y cambiaron la forma de trabajo en el consultorio, poniendo en práctica lo aprendido con mis pacientes, encontrando nuevas formas de ser y de estar.



Susana Chiurazzi

Me dediqué a mi Profesión y a la maternidad. La Eutonía estaba presente en mi quehacer diario... Siempre pendiente mi deseo de poder formarme para ser Eutonista. Quería tener la mirada eutónica de mis queridas Maestras Marta y Ruth. Estaba segura que la Eutonía podría darnos una mejor calidad de vida a mí, a mis pacientes y futuros alumnos.

Cuando pude dedicarme a estudiar, me inscribí en la Formación de la AALE, **aprendiendo a saborear los Principios de la Eutonía, su Pedagogía maravillosa, a transitar el proceso de cambios internos y externos que indefectiblemente suceden, a dejarme modelar, transformar, recrear, redescubrir mi ser, a desarrollar mi observadora interna, estar presente, sentirme en totalidad, a entrar en Contacto con mis seres más próximos y con el entorno.**

Me encontré con una formación exigente, con Docentes de primer nivel y también me reencontré con Marta Oppido, quien daba clases allí.

Tuve la dicha de conocer un grupo de compañeras excepcionales, con quienes se hizo más fácil atravesar los cuatro años que duró la formación. **Fue una experiencia transformadora y sumamente enriquecedora, durante la cual crecí como persona en todas sus dimensiones.**

Y logré el objetivo ansiado, tras aprobar mi Tesina. Me recibí de Eutonista Diplomada por la AALE en 2016, recibiendo mi Diploma de la mano de mis admiradas Marta, Ruth y Graciela Martiarena.



Susana Chiurazzi recibiendo el diploma de eutonista AALE (2016), junto a Ruth Nejter y Marta Oppido.

Mis Clases grupales adquirieron una dimensión transformadora también para mis alumnos, comencé a dar clases individuales y tratamientos terapéuticos con importantes mejoras en los alumnos/ pacientes.

Seguí siempre realizando seminarios, tomando clases, ampliando mis conocimientos, hasta llegar al Posgrado en Eutonía Terapéutica en el año 2021, donde conocí colegas enamorados de la Eutonía con quien compartí hermosas vivencias, reafirmé mi camino eutónico. **Volví a ser alumna incorporando los Principios de la Eutonía desde una mirada Kinésica; pude así abrazar mis dos profesiones en una, integrándolas totalmente.**

Durante la pandemia, nos vimos obligados a experimentar la Eutonía desde la virtualidad, y fue una valiosa manera de poder dar y recibir clases a la distancia, manteniendo intacto el Contacto.

Actualmente imparto clases grupales e individuales presenciales, como también grupales virtuales.

Sigo cada día más entusiasmada, enamorada de la Eutonía, ya siendo parte de mi ser, en este camino de ida, brindándola a todos los que quieran vivir de una manera diferente, más armónica y saludable.

Susana Chiurazzi



«A través de la Eutonía aprendí a dejarme modelar, transformar, recrear, redescubrir mi ser, a desarrollar mi observadora interna, estar presente, sentirme en totalidad, a entrar en Contacto con mis seres más próximos y con el entorno.» Susana Chiurazzi .



Eutonía y naturaleza, .
Saladillo, provincia de Buenos Aires.



Susana Chiurazzi.
kinesiologa UBA (1989),
Eutonista Diplomada AALE (2016)
Posgrado en Eutonía Terapéutica (2021)
Da clases de Eutonía presenciales y virtuales.
Saladillo, provincia de Buenos Aires.

Facebook Susana Chiurazzi

Un encuentro amoroso

Por Liz Andrea Godoy

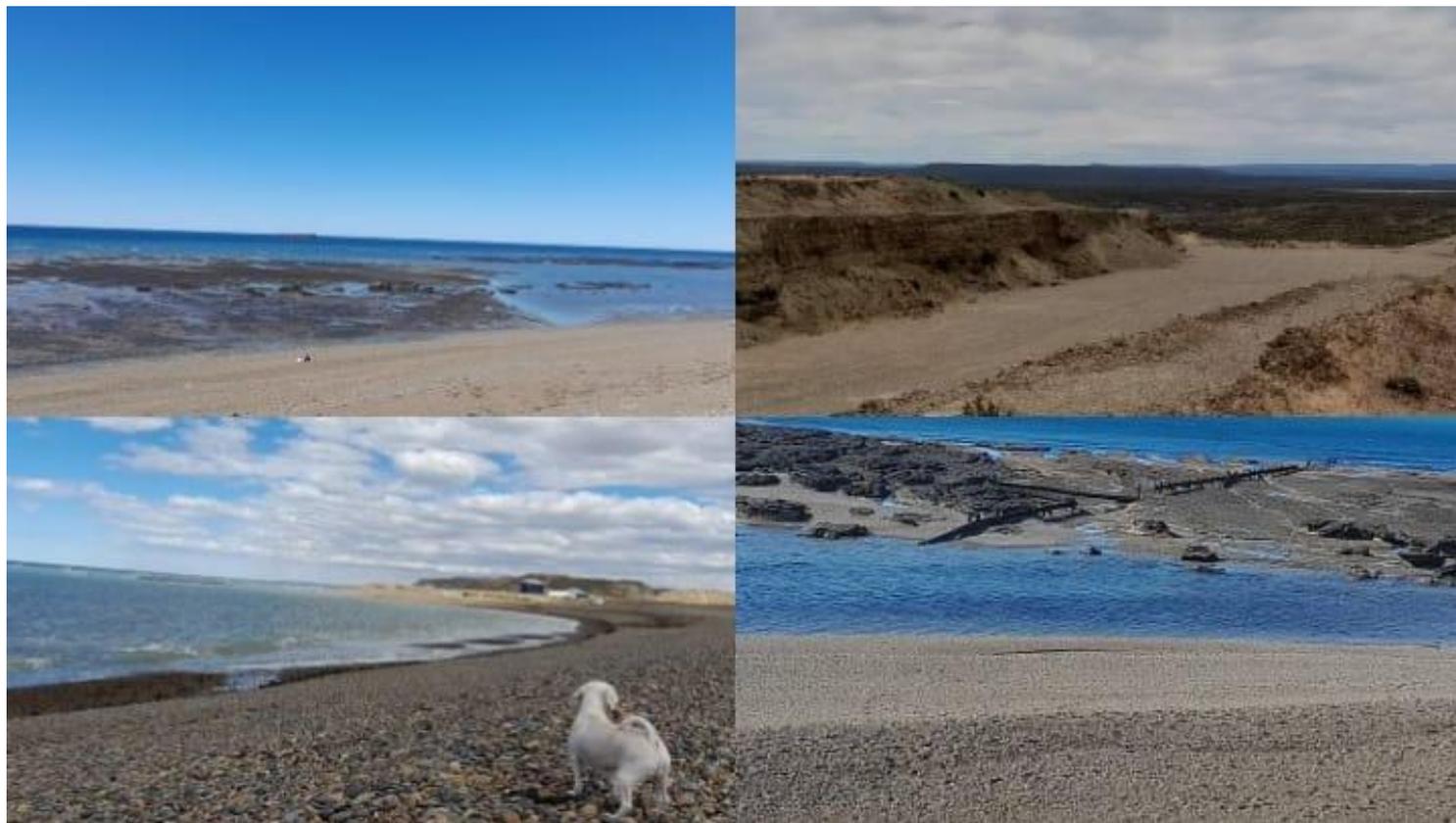
A partir de que escuche la palabra *eutonia*, cuando estudiaba kinesiología, me llamo la atención. Hasta que nos encontramos en Pandemia y pude experimentarla.

Fue **un encuentro amoroso, de descubrimiento, de sentirse. Un reencuentro conmigo misma**, que ayuda a conocerme día a día y a amarme sin cuestionamientos ni reproches. Son hermosos y siempre distintos los encuentros eutonicos , **amor en primera persona.**



Liz Andrea Godoy
Kinesióloga, con posgrado en Eutonía Kinésica.

Instagram @gogolizandrea



«Eutonía, un encuentro amoroso»...con uno mismo y con la naturaleza.... esa bella naturaleza que rodea a Liz en el lugar donde vive: Caleta Olivia, provincia de Santa Cruz, Argentina..

La eutonía y yo

Una carta abierta de amor y gratitud

Ha llegado hoy con toda una novedad. Como esos chicos que, aprovechan ese momento especial, para preguntarles a sus padres cómo se conocieron.

Pero en este caso preguntó por vos. Me quedé pensando...

¿Amor a primera vista? ¡No! ¡No! Expectativa, inquietud por conocerte, sí. En realidad, no tengo muy claro cómo llegué a conocerte.

Quizás supe de vos en aquel congreso en que hice mi primer taller de Tai chi y me lloré todo porque no quedaba embarazada. ¡Pobre profe! No sabía cómo contenerme.

Pasó el tiempo... Sólo sé que, en algún momento, la semilla plantada al azar, comenzó a germinar.

Ruth hizo de Celestina, en esos primeros pasos al conocimiento. Unos pocos y todo quedó en suspenso... Y te vi de lejos cuando cursaba Auditoría y vos te desplegabas en un salón cercano de la Asociación. ¡Qué ganas de dejar la Auditoría y correr a tus brazos!

¡Y se dio por fin el reencuentro! El definitivo. Vos y María, mi hermana del alma, indisolublemente juntas para acompañar el resto del camino. Las dos y muchos más...

Cálidos *almabrazos* que la vida me ha regalado para compartir generosamente vivencias, puntos de vista impensados, descubrimientos. Para crecer juntos... Disfrutando de la casa que habito. Percibiendo su voz, su calor, sus ritmos y que muchas veces siento que se extiende más allá, hasta el cielo como si el cielo no empezara allí donde se encuentra la piel de la Tierra.

No puedo decir más que **Gracias... Gracias... Gracias, vida... Gracias, eutónicos amigos del camino...**

Isa. Kinesióloga. Eutonista.



Amor a primera vista

Por Liliana Dauach

Gracias a la iniciativa de Eutonía con Alas me di cuenta que ¡tengo muchas historias de amor con la Eutonía! Me decidí por ésta, que atesoro por ser la primera.

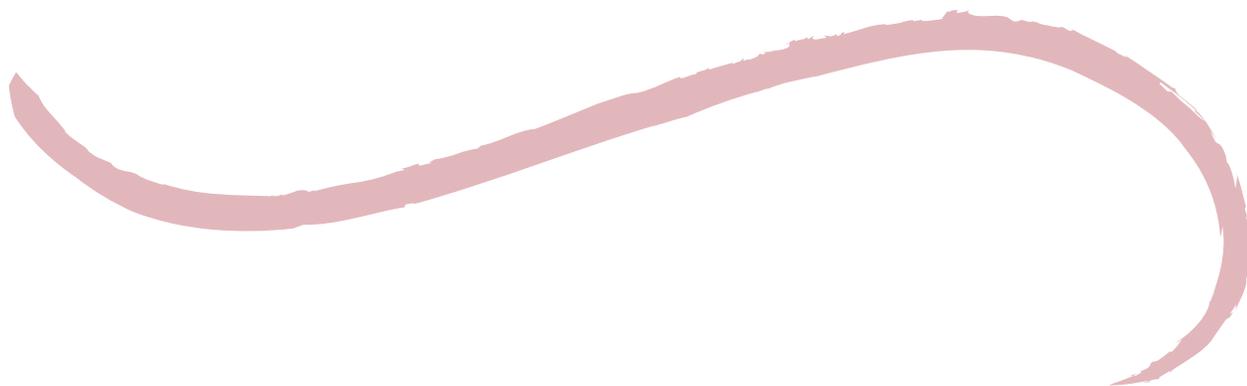
Fue amor a primera vista o mejor dicho a primera sensación: hacia finales de 1992, aquella tarde en las Jornadas de Estudiantes de Kinesiología de la UBA... La eutonista entró al salón con su canasto de pelotitas, nos las repartió, nos indicó simplemente que nos acostáramos en el piso, y como algo natural, casi cotidiano comenzó la clase. La mayoría de los presentes (alumnos de la carrera) no conocíamos nada de eutonía... cuando terminó **me di cuenta que había vivido algo especialmente bueno, y aunque no sabía exactamente qué, seguía resonando en mi ser. Quería más de «eso».**

Al año siguiente la busqué y asistí feliz a sus clases por casi dos años. Descubría mis pies, los espacios de mi cuerpo,

prolongaba el coxis hasta el techo, a veces me entre dormía, me despertaba y seguía con la clase, me encontraba a mí en el movimiento que surgía desde el interior, ya sea micro, amplio o nuevo, «a estrenar».

Recuerdo ese salón blanco con techo alto, el piso de madera, la clase de eutonía se me transformaba en lugar, un lugar de descanso y calma para mi cuerpo. Al salir, por los pasillos, llegaba desde los otros salones alguna música clásica, las clases de danza... Ya en la calle, mi energía renovada, liviana, se iba mezclando con el anochecer, con los ruidos, luces, disfrutando la caminata por la agitada avenida.

Eutonista Liliana Dauach
Kinesióloga. Eutonía. RPG.



Posgrado Eutonía Terapéutica 2023



Eutonía Terapéutica

Formación en el Método de Gerda Alexander

Destinado a Kinesiólogos/as o títulos afines

Modalidad: Virtual - Teórico/Práctico



9 encuentros mensuales

Sábado 9-17hs

Abril - Diciembre 2023



Informes e inscripción
Asociación Argentina de Kinesiología
info@aak.org.ar
DESCUENTOS PARA SOCIOS



Posgrado Eutonía Terapéutica 2023 virtual

Dirigido a Kinesiólogos/as o títulos afines

Modalidad virtual teórico-práctico

9 encuentros mensuales

de abril a diciembre

Cupos limitados

📧 Informes e inscripción

Asociación Argentina de Kinesiología

info@aak.org.ar



Posgrado «Eutonía terapéutica. Formación en el Método Gerda Alexander para Kinesiólogos», de la Asociación Argentina de Kinesiología (AAK) avalado por el Ministerio de Salud de la Nación.
Instagram @eutoniakinesicaar

Aquí y ahora. Adentro y afuera

Por Alicia Romano

Descubrí la eutonía hace ya varios años. Siempre practiqué alguna actividad física pero sólo con la eutonía aprendí a mirarme, descubrirme e incluso a explorarme.

Comencé a observar mi cuerpo detenidamente. Mis emociones y sensaciones. La importancia de la piel como el órgano más grande que nos recubre y nos contacta o nos separa del afuera, tema que parece tan simple pero cuando hay que describirlo no lo es. Y es aquí, donde yo haría una pausa y preguntaría: ¿cómo describir el frío, el calor, un dolor, un cosquilleo u hormigueo? Y, por último, ¿se podría describir un color?

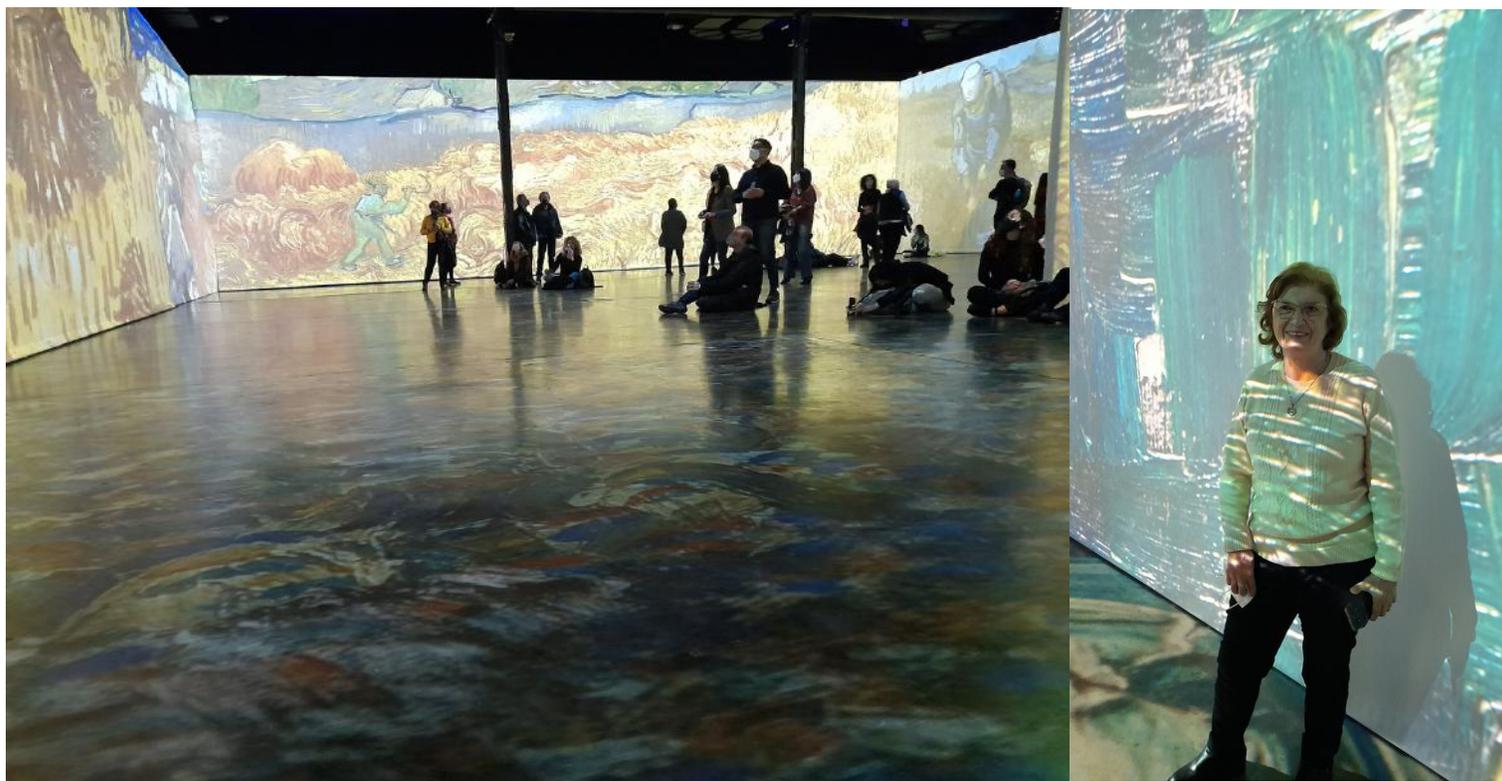
Aprendí a sentarme, no solo desde mis isquiones, sino respetando mi *core*, mi tórax y mi pelvis, el reflejo de enderezamiento y transporte. Para no extenderme demasiado la frase es «**tomar conciencia de mi cuerpo**».

¡Cuántos problemas físicos y emocionales solucionaríamos solo con observarnos más y estar presentes en el aquí y en el ahora tal como lo expresara Gerda Alexander!

Pero solo les conté una parte del porqué amo la eutonía. Cuando decidí asistir a las clases de Leticia Aldax, **para mí fue emprender un cambio, un camino de ida; salir de la comodidad de lo conocido para entrar a una nueva disciplina que me enseñó a mirar mi interior, pero también relacionarlo con mi exterior, perder el miedo y asumir un compromiso** Leticia me introdujo en el mundo de la eutonía y me abrió las puertas a otras ciencias. Gracias amiga mía por brindarme tanto bienestar y conocimiento.

Alicia Romano.

¡Gracias a vos, Ali!



«La eutonía me enseñó a mirar mi interior, pero también relacionarlo con mi exterior, perder el miedo y asumir un compromiso.» Alicia Romano
Imágenes: muestra inmersiva Imagine, Van Gogh, Buenos Aires, 2022.

Búsquedas y hallazgos

Por Patricia Alejandra Marcellino



Exposición Diferentes Momentos, en el Centro de Convenciones de la Municipalidad de Villa Carlos Paz, septiembre 2022.

Mi amor por la eutonía comienza por el año 1993. En ese tiempo, tenía tan solo 23 años me encontraba separada y con un hijo muy pequeño. Lastimada emocionalmente y transitando el duelo de la separación, una vecina de mi pueblo me dijo: «Vos tenés que tomar clases de eutonía. Te va a venir bien, te va a gustar». Y fue así que comencé a tomar mis primeras clases de eutonía, a encontrarme con diferentes sensaciones, con mi piel, con mi espacio, con un interior muy dolido y lastimado. Tomé clases varios años.

Luego con el tiempo formé una nueva pareja, tomé clases embarazada –hoy mi hijo ya va a cumplir 27 años–. La vida me llevó a otro gran amor que es el ARTE y me recibí de profesora de arte. Pero la eutonía es esa fuerza tan grande que logra que nos conectemos con uno mismo y es imposible de olvidar aún con el correr de los años.

Fue así que el tiempo pasó, seguí trabajando con ese fuerte amor que es ser profesora de arte y como la vida tiene muchos giros y muchos movimientos –como la eutonía–, en el año 2008 me mudo de Buenos Aires a Córdoba. Mi vida tuvo un cambio muy brusco, pero siempre el amor por delante: nos enamoramos de Córdoba y nos instalamos en Tanti...

Como soy una mujer muy inquieta y siempre estoy en búsqueda de aprender, de estudiar, en el año 2018 comencé a estudiar yoga otro gran amor que lo tenía postergado desde los 15 años, cuando tomé mi primera clase. Antes de terminar el profesorado de yoga en el año 2019, se cruza en mi camino un hermoso libro *Del cuerpo al alma* de Leticia Aldax. ¡Fue tanta la resonancia que tuve con Leticia, con el libro, con aquel pasado fuerte de amor por la eutonía que desde que recibí libro no paré! Y como siempre todo lo que hago, lo hago con amor y pasión, en esa búsqueda tomé un curso con Ruth en Córdoba capital.

En el año 2020, gracias a la pandemia –¡Sí! ¡Gracias a la pandemia! – pude desplegar mi amor por el arte, pintando... Tomar cursos y talleres de Eutonía con Leticia. Y desde la conexión del cuerpo al alma que habilita la eutonía, pude plasmar en obras de arte, telas, cuadros mis descubrimientos, mi intimidad, y por primera vez en mi vida logré exponer veintiocho trabajos, gracias al trabajo consciente con la Eutonía.

Hoy, ya parada en mis 53 años, vivo la eutonía con otra mirada, más adulta profunda y con sensaciones increíbles;

al terminar cada clase, las sensaciones corporales están a flor de piel, y al lograr plasmarlas en un cuadro, se siente una profunda intensidad y mucho placer.

Por eso nuestro cuerpo y su imagen cambia es otro el despertar, en otro contexto con otra edad y con un despertar de la piel, del cuerpo, de la imagen. Ya no soy la niña de 23 años, soy una mujer adulta de 53, con diferentes sensaciones, diferentes realidades La Eutonía permite reforzar ese amor propio hacia nosotras mismas, ese amor incondicional con nuestra piel, con nuestro cuerpo, con nuestros sentimientos y ese respeto absoluto hacia nosotras, en esa búsqueda eutónica increíble de no dejar de sentir.

Lo maravilloso de la eutonía es que ya entrando en una premenopausia donde hay muchos prejuicios, a través de su práctica logramos reencontrarnos con nosotras sin tiempo ni edad. Es un camino diferente pero increíblemente bello el redescubrirnos, con otra mirada sin juicio sin culpa



Rescatar el amor postergado: el profesorado de yoga y la práctica de eutonía.



Patricia Alejandra Marcellino reviviendo el recuerdo de sus años de formación en el Instituto Superior de Formación Docente N°1 ESCUELA DE ARTE DE LUJÁN «José Pipo Ferrari».

y atrevernos a sentir, desde el toque desde el movimiento desde esas sensaciones internas que van floreciendo y apareciendo en cada clase de eutonía con una mirada totalmente íntima, privada.

Es inmensamente bello, hermoso el saber que estamos vivas, que sentimos sin miedos y sin prejuicios, en una edad en la que ya no somos las mismas, pero nos encontramos enteras, firmes, decididas a sentir sin prejuicios... Eso es lo que hoy siento. No me da vergüenza al tomar una clase de eutonía, y sentir el descubrirme como mujer desde lo más profundo de sentir ese contacto con mi piel, en un trabajo sin juicio y sin culpa. Que la premenopausia o la menopausia, ese camino que ya transitamos después de los 50, no sea nada más, que un placer inmenso a nosotras mismas.

Contacto:

Facebook: Patricia Marcellino

Instagram: @Profemarcellino

Amor en verso

Por Tonia Bonet

Eutonía
Amor

ENTRE MI PIEL Y MI ALMA,
ESTAS TÚ,
¡ABRÁZAME! ¡TÓCAME!
¡ESCUCHEMOS!
SINTAMOS LO QUE ADENTRO
PALPITA,
AL UNÍSONO,
VIBRANDO,
ACOMPASADOS.

CORAZONES EN LOS CUERPOS,
DELATAN SU ESTAR,
ABRAZADOS,
ENCONTRADOS,
EN CONTACTO.

HILOS INVISIBLES DE AMOR,
SE HACEN CARNE.

TEJIDOS QUE DECANTAN SENSACIONES
DE COLOR,
DE PESO,
DE TEXTURA,
DE MOVIMIENTO,
DE UNA DANZA SUAVE Y PROFUNDA.

ALMAS CONECTADAS SE ESTREMECEN
AL CONTACTO DE LOS CUERPOS
DESEANDO, SOLAMENTE, AMAR,

Tonia Bonet
eutonista diplomada

Una canción de amor

Por Carla Zanón

Mi nombre es Carla Estefanía Zanón soy Licenciada en kinesiología y Fisiatría y Eutonista. Además, en el ámbito del arte soy cantante y compongo mis propias canciones. Hace unos años comencé a transitar un camino de redescubrimiento hacia el interior de mi cuerpo, alma y espíritu. ¡Sin dudas, la eutonía fue un fuerte anclaje para este nuevo transitar! Hace un tiempo compuse una canción que describe esas sensaciones vivenciadas y hacen foco en el momento de conexión profundo con el cuerpo a través de la eutonía.

La magia del momento

**Vibran mis sentidos
Comienzo a buscarme
En este mundo oscuro,
Y volar y volar ...**

**Respiro en sintonía
Al compás del universo**

**La danza de las partes
De mi cuerpo
En suspenso
Que comienzan
A crecer ...**

**En mis venas corre la energía
De todo lo que viví
Y este viaje es testigo
De lo que hay que descubrir**

**La magia del momento
Me hace desaparecer
Mi mente y mis sentidos
En suspenso
Otra vez
Me alumbrare por dentro
Para sentir.**

Carla Zanón

Recuerdo y gratitud

A Maestros y colegas



Eutonistas de la primera camada formada por la Dra Berta Vishnivetz. en Argentina (1990),



Eutonistas , mis queridas compañeras, de la Escuela Argentina de Eutonía, segunda camada de eutonistas con título oficial, año 2008. En la foto: Marina Dayan, Lilia Mc Loughlin, Cecilia Troncoso, Maximiliano Resi, Amelia Di Carlo, Gabriela Ferrero, Fabiana Plaza (con su hija), Judith Rosenbaum (y su hijo), Marcela Stover, Leticia Aldax (e hijo), Silvina Ramirez y Marcela Grois.



En «Alegoría de la Primavera» de Sandro Botticelli, Hermes (o Mercurio) hace elevar la mirada a lo sagrado. Con una interpretación neoplatónica, la obra plasmaría el ciclo del amor desde lo material/sensorial a lo espiritual: el amor llega como pasión o instinto con la figura de Céfiro y se convierte en contemplación en la figura de Hermes.

En el centro de la obra reluce la figura de la diosa griega del amor y la belleza, Afrodita (Venus, entre los romanos) quien sostiene un manto rojo, símbolo de la pasión, y con su mano abierta parece darnos la bien-venida para entrar a su jardín florido, colmado de frutos.

A la derecha del cuadro aparece Céfiro, dios del viento del oeste, en el momento en que rapta a la ninfa Cloris, vestida con una túnica transparente. En el momento del rapto Céfiro se enamora de la ninfa y la convierte en su esposa. En ese instante, ella se transforma en Flora, diosa de las flores, de la fertilidad, los frutos, la primavera y la juventud en la mitología romana, manifestada en otra figura femenina que aparece con un vestido floreado, esparciendo flores. La metamorfosis de Cloris está simbolizada por el ramillete que surge de su boca.

Sobre Afrodita aparece Eros (Cupido entre los romanos) quien dirige su flecha del amor hacia las tres Cárites o

Gracias, diosas del encanto, la belleza, la naturaleza, la creatividad humana y la fertilidad. En la mitología romana eran la castidad, la belleza y la voluptuosidad, y personificaban tres arquetipos de mujer: la virgen, la esposa y la amante.

En el extremo izquierdo, aparece Hermes o Mercurio, vestido con una clámide roja, llevando una daga y con sus característicos atributos: sombrero y sandalias alados. Con su brazo elevado, sostiene otro de sus atributos: el caduceo —vara rodeada de dos serpientes enroscadas y ascendentes, usualmente coronada con un par de alas.—, señalando hacia lo alto.

Hermes es el dios mensajero entre los dioses y los hombres, intermediario entre el mundo terrenal y el celeste, el comunicador, el viajero, quien guía a los espíritus en el mundo subterráneo, y el dios de los caminos, las fronteras y el comercio.

Así, en esta obra, Hermes parece conducir la mirada humana hacia la divinidad. Una interpretación plausible es la que señala el ciclo del amor desde lo material/sensorial a lo espiritual: el amor llega como pasión e instinto con la figura de Céfiro y se convierte en contemplación con Hermes.

Tal lectura es de raíz platónica: Platón, en el diálogo «El banquete» —ya citado en la *Nota de la editora* de este ejemplar—, pone en boca de Pausanias, su teoría del amor, según la cual existirían dos Afroditas o dos clases de amor, fundado en los dos diferentes nacimientos míticos de la diosa:

- *Afrodita Pandemos* —nacida de Zeus y Dione, ninfa del mar, según la versión de Homero — es la popular terrenal, representa el amor vulgar, material, carnal;
- *Afrodita Urania* —la que emerge de la espuma del mar, nacida de la concepción oceánica de los testículos de Urano— es la celestial, que ama el alma, representaría el amor puro y espiritual.

Persuadidos por el sentido platónico de la obra, podemos hallar en ella el exhorto a trascender del amor físico al amor del alma... A elevarnos en la espiral del amor ascendente desde la materia hacia lo espiritual.

Encuentro también cierto sentido platónico en el proceso en eutonía, que nos convoca a llevar la atención a las sensaciones, al cuerpo, a los apoyos, a la piel, a los huesos, al espacio interno, latidos, vibraciones. Y a partir de ese contacto concreto, simple, emerge «algo más» que conmueve: el cuerpo consciente deviene en conciencia de la fuerza espiritual que nos anima... y luego, un despertar en los vínculos con los demás y con la naturaleza, desde ese sitio sagrado que nos une inexorablemente al Uno, a Dios, al Universo, al Todo, al misterio de la vida.

Leticia Aldax.
Eutonista.



«Alegoría de la Primavera» (circa 1477/1478) de Sandro Botticelli (1445-1510), foto gentileza de Laura Indaco.

Un mimo al alma

Convite EUtónico

Por Jorge D. Santoro

Me invitás
a expandir mi conciencia,
a derramar ese extracto concentrado,
exquisito
que tiene mi singular perfume.
Esencia de mis antepasados
que ya no están
y me laten vivos.
Vertiente ancestral
de los Dioses estelares;
de los temidos inframundos...

Me llamás
a bailar
en la fiesta mágica
de mis fibras interiores.
A extender las luces
de mi Ying Yang
y saborear el equilibrio
de mis blancos
que contienen negros
sin crear grises,
de mis noches
que saben de estrellas
de penumbras encendidas.
Velas ondulantes
que se multiplican
en mi alma sedienta
de nuevos soles coloridos.



Me convidás
a agitar la vida
a despertar
mi corporalidad toda,
morada única
la irremplazable mansión
de mi alma dorada.
Y en este intercambio
donde ganamos todos;
ordeno,
alineo,
exploro,
descubro
y revelo
los mensajes
que se arrojaban
apapachados
en mi baúl más secreto.
Y los descifro
reeditando mi novela fantástica
como una güirnalda festiva
que se extiende cada día
en la función
de mi nuevo día renovado.

Jorge Daniel Santoro
Psicólogo .Kabalista. Artista plástico. Poeta.
IG jorgedanielsantoro
Facebook: Jorge Daniel Santoro

¡Gracias!

POR LA EUTONÍA Y EL AMOR

En el cierre de esta edición, solo resta pronunciar ¡GRACIAS!

GRACIAS A CADA UNO DE QUIENES SE SUMARON A LA PROPUESTA DE ESCRIBIR SU HISTORIA DE AMOR CON LA EUTONÍA....

Por el tiempo dedicado a la tarea...

Por las emociones que afloran en las palabras.

Por atreverse a desnudar un poco el alma...

Por vitalizar la eutonía con la contundencia de lo auténtico de cada proceso...

Por la autenticidad de ese proceso...



GRACIAS A QUIENES RECIBEN CON ALEGRÍA A EUTONÍA CON ALAS, por ser estímulo que atiza el entusiasmo de un nuevo número.

GRACIAS POR LAS IDEAS, LAS REFLEXIONES, LOS INTERCAMBIOS QUE SUCEDEN A CADA EDICIÓN, por ser ese el sentido de esta aventura virtual.

GRACIAS A QUIENES LEEN ESTAS PÁGINAS, único modo de que ellas sean.

Leticia Aldax

¡Retomamos el contacto en mayo!

Son bienvenidos quienes quieran compartir escritos con reflexiones y experiencias en eutonía...



Eutonía con Alas®. Revista virtual bimestral

Para estar en contacto...

eutonijunguiana@gmail.com



@eutonijunguiana



+54 9 11 3359 0952



¡Gracias por tu lectura!

¡Nos reencontramos en mayo!