

SUAVE

El amor como una de las Bellas Artes

Quiero dedicar suave a quienes me van
seravizando en el camino

las portadoras de la energía Yim.



suave, es una recopilación de reflexiones y herramientas para suavizar nuestro día a día. una manera de ir quitándonos arrepentir para quedarnos blanditas como cuando nacemos.

Surge a raíz de la residencia experimental dentro de WikiToki, donde y para ello aposté por salirme de la zona de confort e investigar nuevos lenguajes.

Ello ayuda a crear nuevos somskaras. La apuesta inicial era la de compartir mis conocimientos en "el arte de la vida" (ayurveda y yoga) con las componentes de WikiToki, pero no pudo ser así.

No se decir hasta que punto fue por la esclavitud a la que estamos sometidas

en este sistema y el poco tiempo libre que nos deja, o si fue por una falta de disciplina, requerida para crear nuevas rutinas que nos saquen de anteriores. Algo que no es fácil, incómodo ni agradable.

El cambio, por muy suave que se haga implica una ruptura de lo anterior, y ~~ta~~ en consecuencia dolor.

Sea como fuere, ello derivó en crear nuevas rosas, que quedan recogidas en este proyecto, con el fin de compartir aquello que considero nos ayuda a no ir con espinas por la vida, y animando a todo el mundo a crear nuevos caminos que nos aporten felicidad.

Muchísimas gracias a Wikitoki por apostar en algo que se centra en el cuidado interior

❀ ❤ ☆

bruno

Dentro de el proceso evolutivo interior al que me he sometido durante la residencia está el hecho de salirse de la zona de confort.

Para ello, no hay más que fijarse en las rutinas que tenemos en nuestro día a día, y a partir de ahí añadir actos que antes no había.

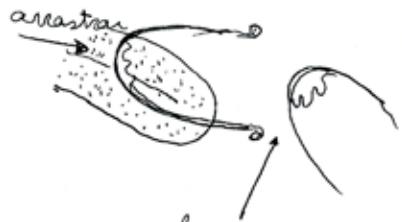
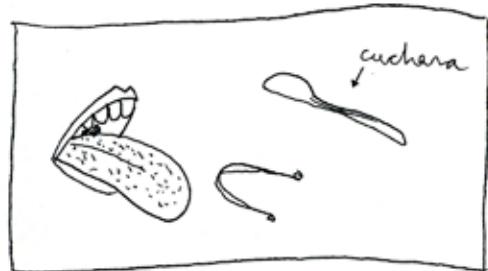
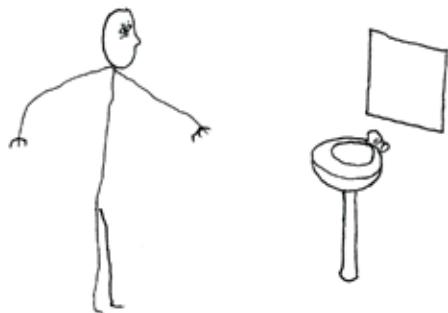
Eso nos ayuda a tener nuevas perspectivas de la realidad.

Durante la residencia experimenté con lenguajes creativos los cuales no había probado anteriormente: la danza, la performance, una experimentación mayor con nuevas herramientas en el medio sonoro, así ~~go~~ como en el audiovisual.

la visualización del documental "yes we fuck", donde cuentan la sexualidad que tienen personas con diversidad funcional me abrió también un amplio espectro de la realidad que desconocía, y me parece de vital importancia para reavivar la sociedad.

La lectura del artículo "El placer corporal y el origen de la violencia" considero que ayuda a clarificar algo el estado actual del mundo en el que vivimos.

E GUN OM



enjuagar con aceite
de sésamo (gandura)
unos 5 minutos



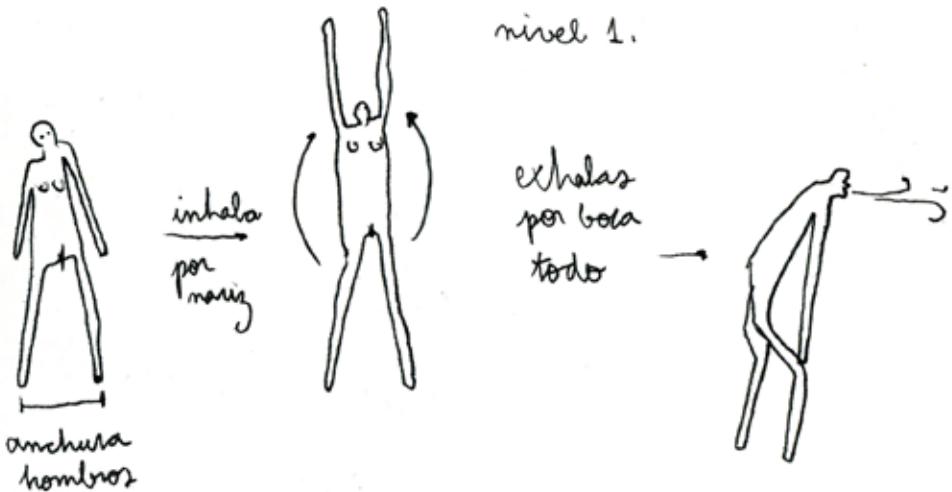


MISWAK

cepillo de dientes

NAULI KRIYA

nivel 1.



cuando has exhalado todo, elevas el estómago
por dentro agrandando "en vacío".



ayudas a masajear internamente el
sistema digestivo..

cuando no puedes más vuelve a inhalar.
si lo has hecho bien, necesitaras el aire como
si hubieras estado bajo el agua.



comer cuando hay que
comer.



CREPES de trigo sarraceno

Por cada una de trigo sarraceno una y $\frac{1}{3}$ de agua.



Dejar a remojo toda la noche.

Batir. Añadir algo de aceite

Calentar sartén. Verter un poco de aceite

Echar un cazo.



KREPEAK
gari beltzorokin

Gari beltzaren unitate batetik $\frac{1}{3}$ en bota

Gan oroa metan utzi.

Inabiatu. Olio pixka bat gaini

Zartagina berotu. Olio pixka bat bota.

Burmentzalia bat ~~bota~~ isuri



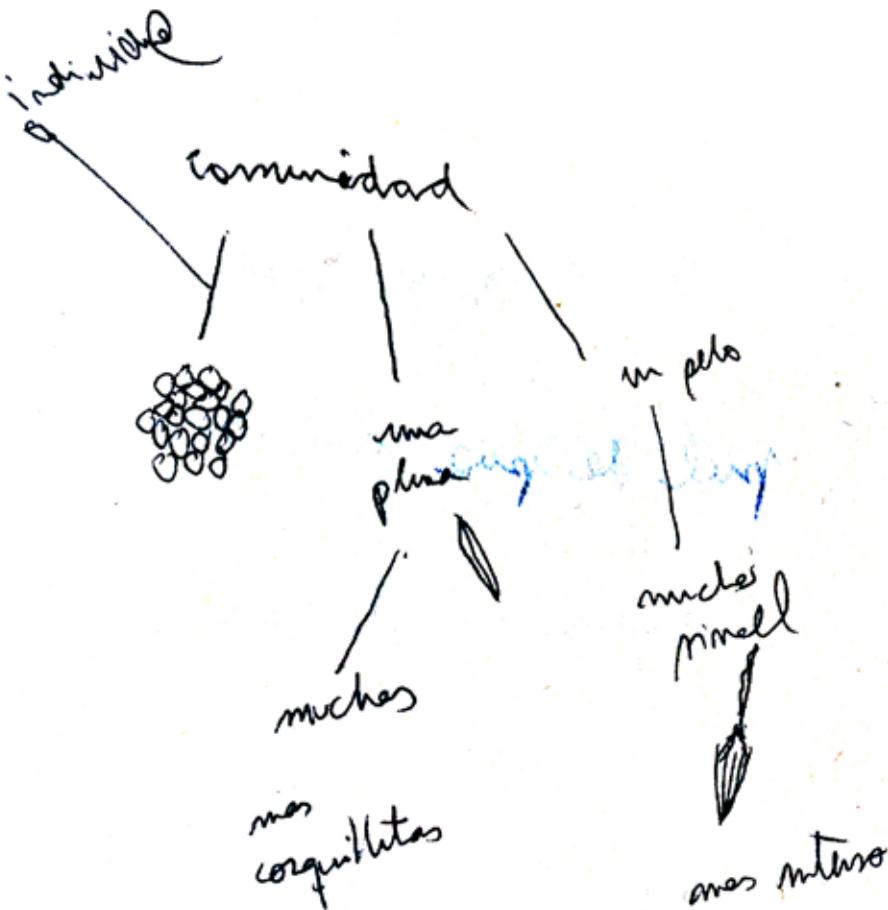
"Ninguna persona es una isla, toda para si.
Toda una es un trozo del continente, una parte
del todo. Si una porción de la costa se desgajase
por la marea, Europa ya no sería tan grande,
como tampoco lo sería cualquiera de sus campos;
o el pedazo de tierra donde moran tus amigos
o tu mismo.

La muerte de ~~todo~~ persona es un poco la mía
propia, porque arraigado estoy con ella a este todo
humanidad.

No es preguntes, por tanto, por quién doblan las
campanas; lo hacen por ti". (John Donne)

"En un crudo día invernal, los puerospines de una manada se apretaron unos contra otros para prestarse mutuo calor. Al hacerlo así, se hirieron recíprocamente con sus picas y tuvieron que separarse. Obligados de nuevo a juntarse por el frío, volvieron a pincharse y a distanciarse. Estas alternativas de apropiación y alejamiento duraron hasta que les fue dado llegar una distancia media en la que ambos males resultaban mitigados".

(Schopenhauer)



CUIDARTE A TI
ES EL PRIMER
PASO
PARA
CAMBIAR
EL MUNDO.

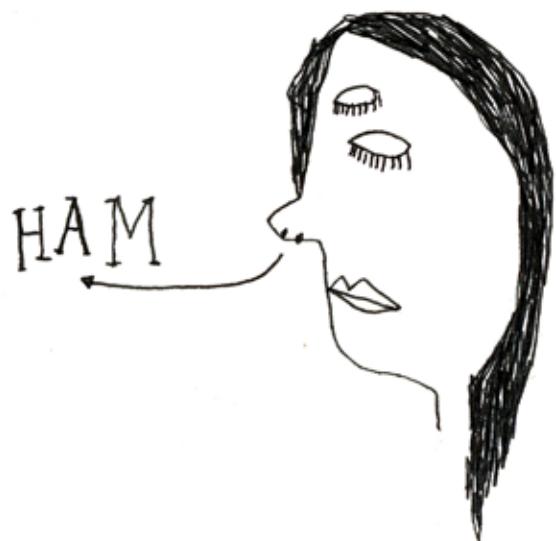
NO HAY ARBOL
SI RAÍZ PACHUCHA

"... no te busques en el espejo, en un extinto
diálogo en que no te oyes.

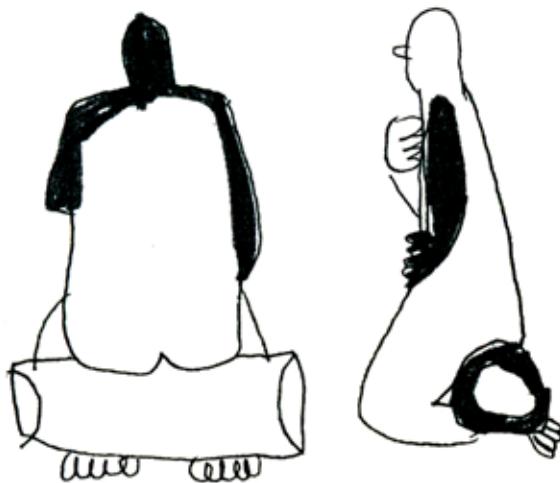
Baja, baja desparato y büssate entre los otros
Allí están todos, y tú entre ellos,

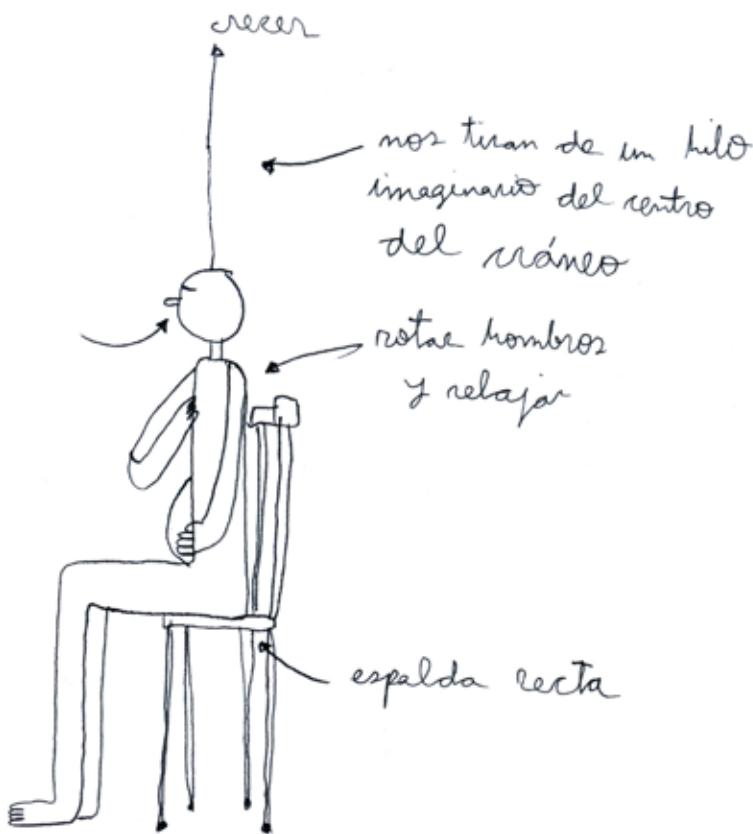
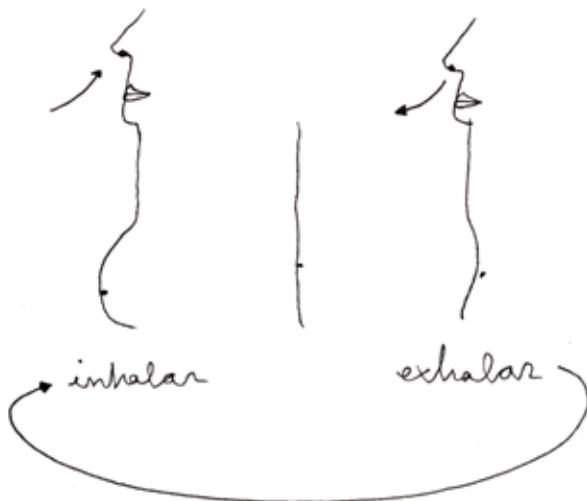
Oh, desnudate y líndete, y reconócerte:

(Vicente Aleixandre)



(YO SOY ESO)





Infusión (jengibre y canela)

poner a hervir el agua. una vez rompa a hervir hechar el jengibre en rodajas. al de 7 minutos hechar canela, y dejar 2-3 minutos más.

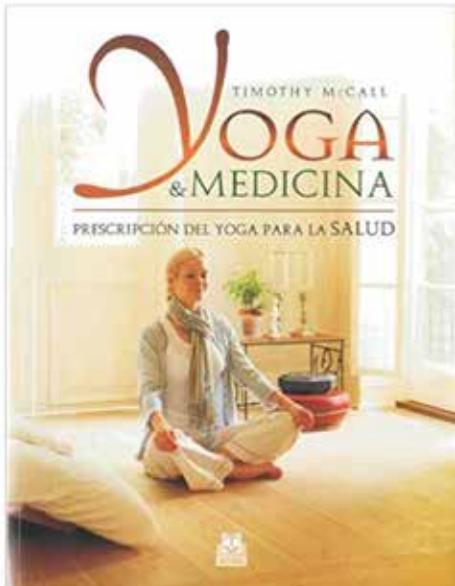
Quitar del fuego y dejar reposar.

Si dejemos los ingredientes mas horas se potenciará el sabor.

los rayos de sol
calida cacia
hacerlo siempre

"El yoga parece ser efectivo en el tratamiento de una amplia variedad de enfermedades. Examinaremos las pruebas científicas más adelante, pero de momento veamos lo que tienen que decir las personas que han probado el yoga terapéutico. En 1983 y 1984, el Yoga Biomedical Trust con sede en Londres, dirigido por el Dr. Robin Monro, estudió a 2700 personas, la mayoría de edades comprendidas entre los 31 y los 60 años, que empleaban el yoga de forma terapéutica. Para participar, tenían que haber practicado yoga al menos dos horas a la semana durante un año como mínimo. Aunque el número de personas con alguna enfermedad concreta era pequeño, los resultados eran impresionantes:

el 98% de los que sufrián dolor de espalda, el 90% de los pacientes con cáncer, el 82% de las personas con insomnio y el 100% de los alcoholícos consideraban que el yoga era útil. El menor índice de alto del estudio se registró en mujeres con "problemas menstruales": dos de cada tres consideraban que el yoga las había ayudado."

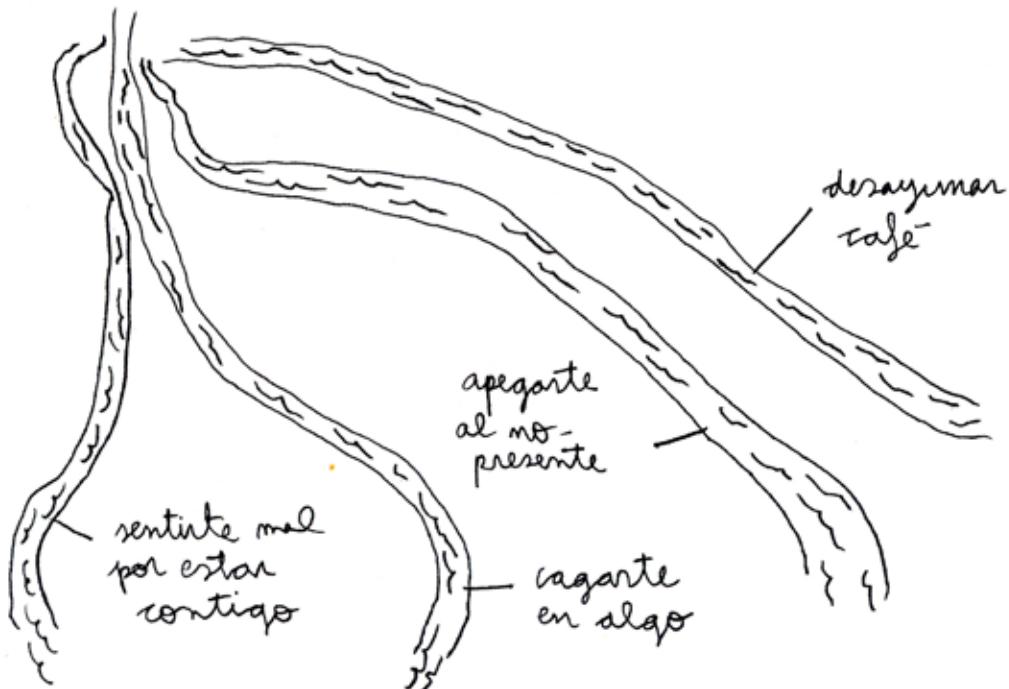


SAMSKARAS

SAHM-SCAR-AHS

"los fundamentos para entender

Imaginate que los hábitos y pensamientos que realizas han ido generando un caminito en tu mente. Cada nuevo día, los nuevos pensamientos, emociones... si fueran agua, seguirían el surco mental que has ido creando durante años.



Así, irá aumentando el surco en hábitos que quizás no te ayuden a estar bien feliz. También aumentará en los positivos, pero ~~de~~ a veces, por vivencias pasadas y el tipo de cultura y educación que hemos recibido, viendo, hay un alto porcentaje de represión que no ayuda.

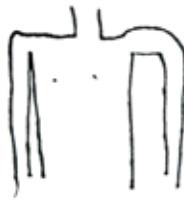
Entonces, mediante la rutina, podemos crear nuevos surcos positivos para que el agua fluya por ellos y abandone los otros que no nos benefician.



TENSIÓN



RELAJACIÓN





cierre los ojos y dibuja una ligera
sonrisa. ¿que ríente?

YOGA

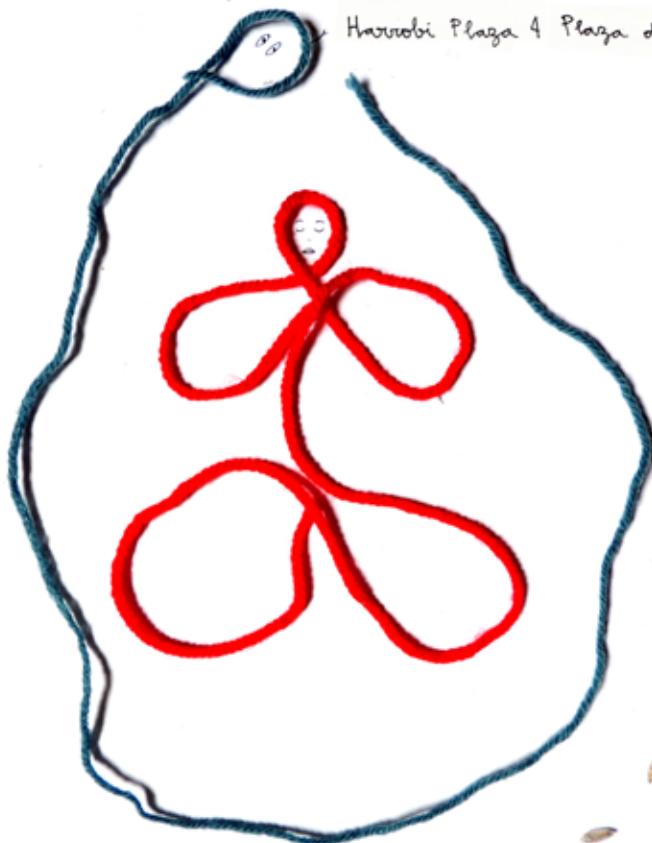
asteazkonetan
eguzkienetan

8:15 - 9:15 na YOGA praktika

Koop
SF34 lokalean

miércoles de 8:15 a 9:15 práctica de YOGA en el local Koop SF34

Harrobi Plaza 4 Plaza de la contera 4



abierto a todo el mundo. GRÁTIS · traer toalla, mantita (estrella opcional)

enmarcado dentro de la residencia experimental "suave" de WIKITOKI

el cuerpo como templo

la vida como arte



بُوكَا

الأربعاء من ٩:١٥

إلى ٩:٤٥

شارک فی ریاضة البوئن

فی العنوان التالي :

Plaza de la cantera № 4

Bilbao 48003.

الشارک بالمجان

tricóptero cable

pones puntas y costillas
~~pinchas angulares~~

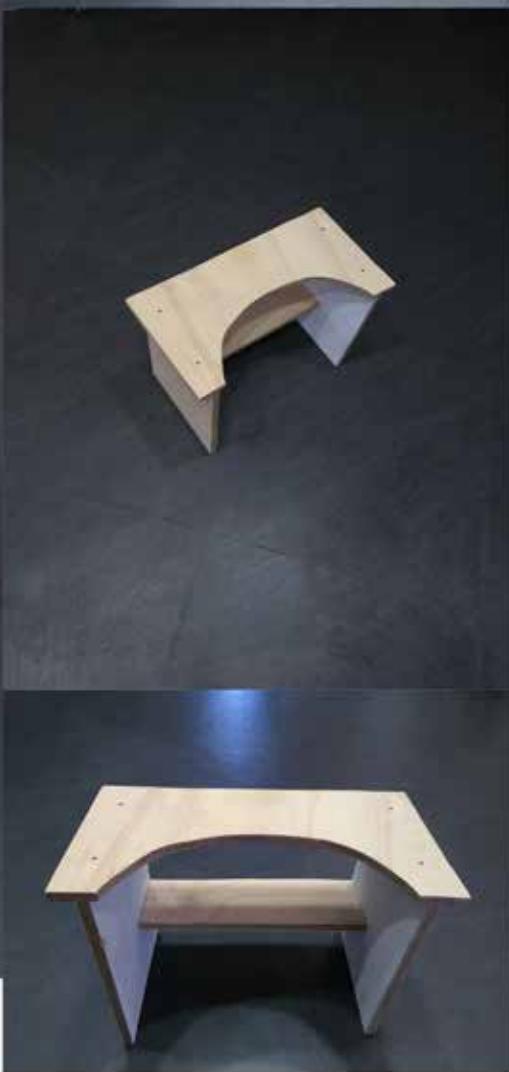
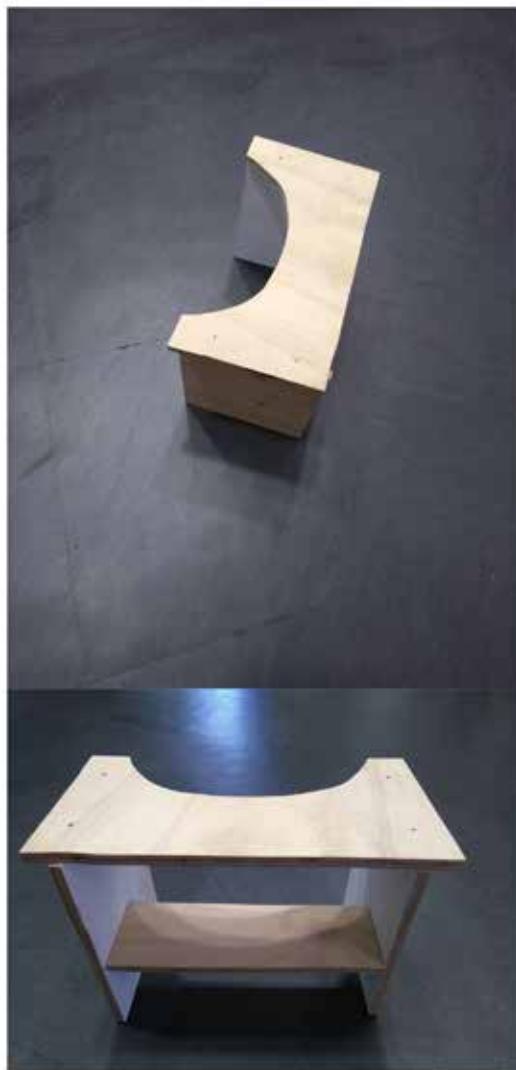
expanderlo more más alta
de los extremos

los tiempos de cada una
señalidad, respetar
dejar los levantamientos
= 77 . señille

¿lo move es mas lento?







Estéticamente decidí dejarlo en color ^{natural} madera
madera lijada. La parte interna es blanca
porque son unas maderas que me encontré,
y no era viable quitar esa capa de pintura.
Pensé en pintarlo de color oro; algo, un
mineral al que simbólicamente se le da mucho
valor; en cambio a lo calido como la
madera no se le suelde dar el mismo valor.
oro, diamantes... frío vs. madera, tierra, calido.

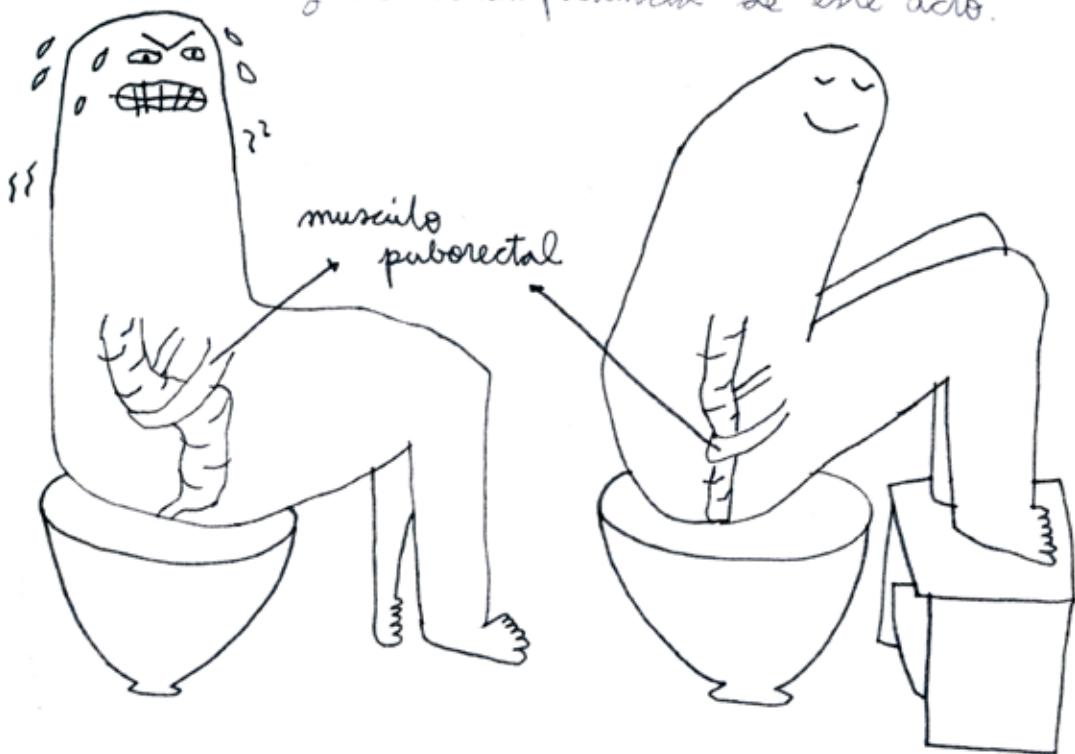
Decidí apostar por resaltar el valor calido
frente al frío.

Lo frío enjaiza los pelos.

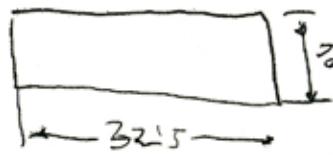
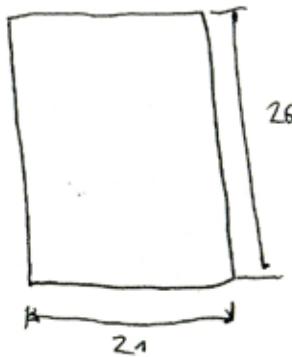
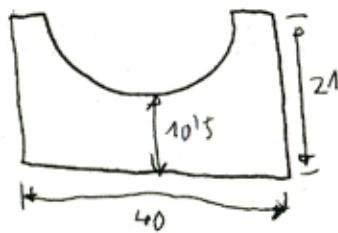
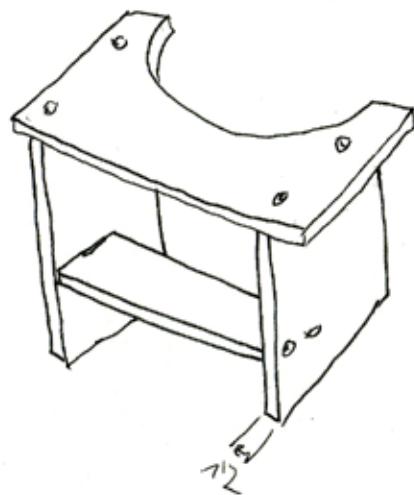
Lo calido suaviza.

BANQUITO
para
CAQUITA

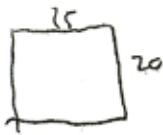
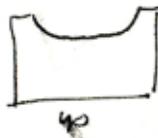
la elaboración del banquito para dejar
viene a raíz de la importancia de este acto.



Cuanto más actos diarios sean y nos
dejen suaves, más suavidad transmitiremos



V. 2.



nel de pie encesped

Coloca las manos
sobre las cejas con
ojos cerrados



tira de la piel hacia
arriba y mantén 15/30 seg



ahora tira hacia abajo



¡el cuerpo se pone en
alerta!

así que ahora tú
decides como ir
por la vida



¡el cuerpo se relaja!



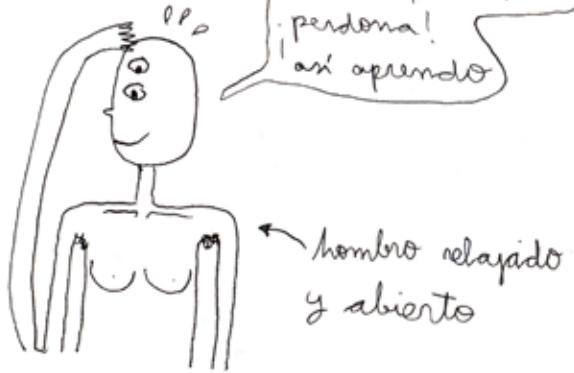
PUTA VIDA

EGUN
OMMM

que mierda,
llueve



hostia que sagada.
perdona!
así aprendo



puto
trabajo

maldita
roledad

buf

estoy
soy

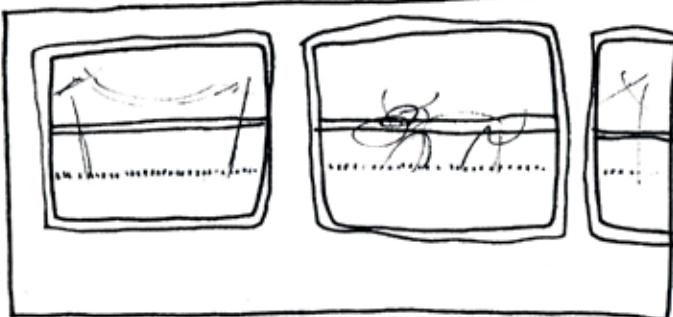
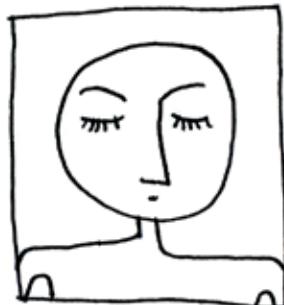


"Las palabras no pueden expresar el valor total del yoga. Tiene que representarse".

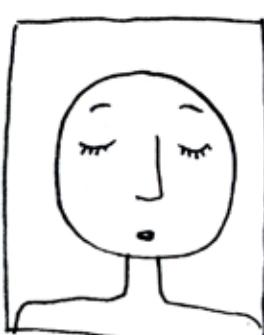
B. K. S. IYENGAR

la meditación no es en si algo para
disputarla (que también) sino ~~algo~~
la transformación que ella nos
produce





no puedes agarrar los paisajes



¿para que agarrarte a los pensamientos?

MEDITAR

* aprender a estar contigo



cortar a dos dedos de la medida



colocar unas cuantas capas de mantas. cuantas más
más tiempo aguantará el calor.



coser las capas en distintos puntos para que se mantengan unidas en la vertical.



recortar todas las capas al mismo tamaño.



podemos hacerle una funda para que no se vea el relleno
la tapa/txapela/cojín superior es recomendable que tenga más capas
ya que el calor escapa por arriba



CAJA CALIENTE

* Cereal integral:

1 Ⓛ de cereal, 2 de agua. Poner al maximo de fuego. Una vez empieza a hervir, dejarlo 5 minutos herviendo. Quitar del fuego y meter en la caja caliente.

Al de dos-tres horas estará cocinado. Mantiene el calor hasta mas 12 horas.

* Legumbres:

Dejar a remojo la noche anterior. Tambien el agua. Volver a hacer agua (según si se quiere caldo o no, más o menos).

[Si se quiere, para que tengan más sabor hacer un sofrito en la misma olla con verduras y legumbres juntas. Posteriormente hacer agua.]

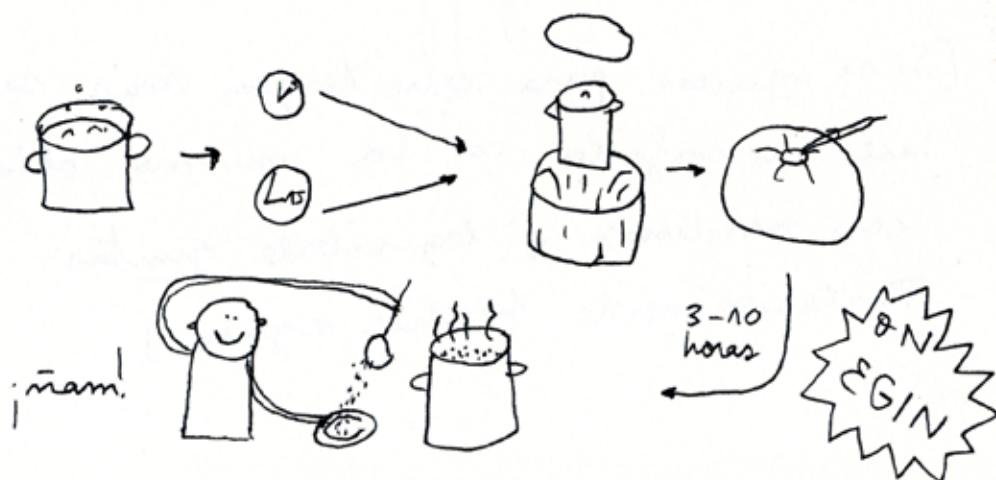
Una vez este el agua, ~~cuando empieze~~ poner al máximo el fuego. Una vez empieza a hervir, dejar unos 15 minutos herviendo (con las lentejas con unos 5-10 suficiente).

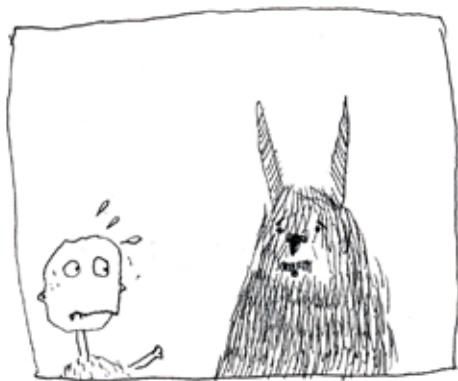
Quitar del fuego y meter en la caja caliente.

* Crema de cereal integral:

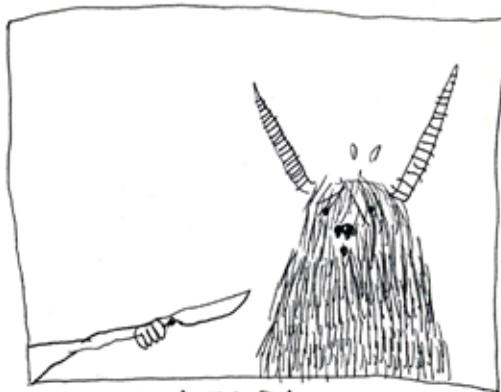
Por cada taza de cereal 5 de agua. Poner a hervir. Una vez empieza a hervir dejar unos 10 minutos.

Si lo hacemos a la noche, para el desayuno estará templadito





ANTE LOS MONSTRUOS LA
GENTE HUYE...



...O LOS ATACA



CUANDO LO ÚNICO QUE NECESITAN ES QUE
ALGUIEN APRECIE SU SUAVIDAD

están bailando

el viento y el resped
muchas
~~y~~ suavidad



EL CORAZÓN
ESTÁ DENTRO
~~DE UNA JAULA~~
PROTEGIDO



EL ESTRÉS, LOS MIEDOS,
LA PENA... CIERRAN LA
JAULA Y LO AHOGAN



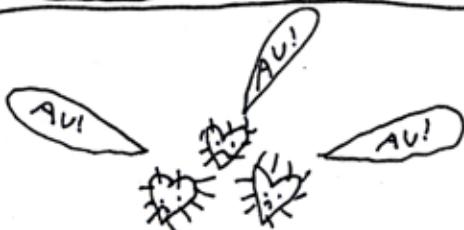
LA ALEGRÍA, EL
AMOR, UNA BUENA
RESPIRACIÓN...
LA ABREN Y
PROTEGEN



POR ESO ES IMPORTANTE
AMAR Y AMARNOS.

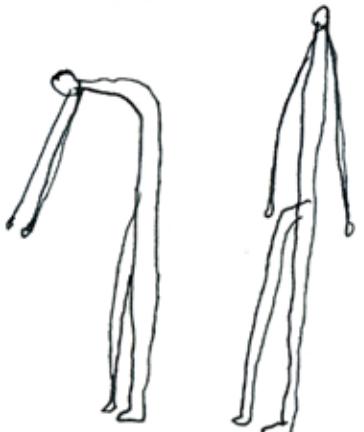


PORQUE SI NO ESTÁ
TRISTE Y LE SALEN
PINCHOS.

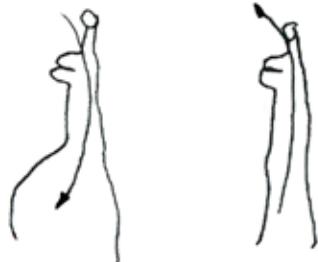


Y NO QUEREMOS
PINCHAR NI QUE
NOS PINCHEN

si cambia tu postura



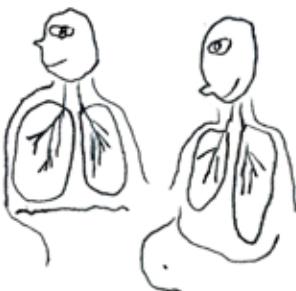
cambia tu forma de respirar (y viceversa)



si cambia tu respiración cambiará tu sistema nervioso



diáfragma tenso



si cambia tu sistema nervioso, cambia tu comunidad



SONIDOS

SONIDOS

SONIDOS

SONIDOS

NIDO

NIDO
DE
SONIDOS

...SUAVE...

...LEUNA...

suave

suave la pluma

suave la pluma

sopas de abuelas

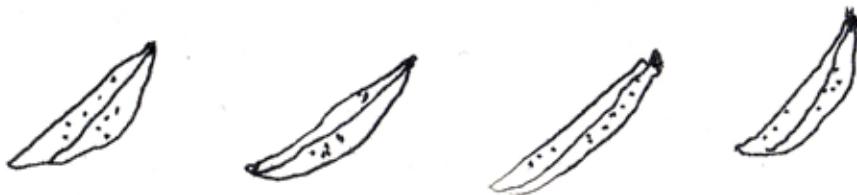
sonidos
sublimos, suave

p. luna



POSTRES · GOLOSANAS.

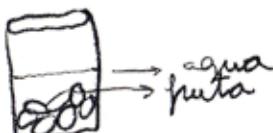
Endulzar los bizcochos en vez de con azúcar con fruta. Funciona muy bien el plátano cuando tiene puntitos



Se puede hacer una mermelada casera con:

- * Higos secos o pasas.
- * Chocolate o algamoba.

Dejar la fruta elegida a remojo un rato.



Batir.

Añadir algamoba o chocolate. Si está muy denso un poquito más de agua.
Conservar en el frigorífico. No dura muchos días.



Una continuada práctica en yoga (no sólo asanas) hace disminuir el ego, la competitividad. Moldea la personalidad de manera que se convierte en algo flexible, blando, suave.

Entonces es cuando te das cuenta de lo importante que es una buena práctica física (asanas) y no en llegar a cierto movimiento escultórico. De que el beneficio lo reporta un correcto alineamiento corporal junto con la respiración adecuada, y no el llegar a realizar tal o cual postura. De que si hay necesidad de utilizar herramientas (bloques, cintas...) para una correcta asana las utilizas lo mismo que un abrigo si tienes frío.

Que todo ello calma la mente y abre el corazón

De que cada cuerpo lindo posee sus limitaciones y no hay necesidad de romper musculaturas.

Las tensiones emocionales van soltándose, de manera que va llegando la flexibilidad y la quietud. Pero también hay componentes biológicos, y si tenemos un proas corto, pues tenemos un proas corto. Como quien tiene una raíz grande. Aceptar, comprender y trabajar desde ahí, no desde la foto del cuerpo de nosequién yogui o yogui.

El arte de amar.
Erich Fromm

Capítulo VI. la práctica del amor.

Habiendo examinado ya el aspecto teórico del arte de amar, nos enfrentamos ahora con un problema mucho más difícil, el de la práctica del arte de amar. ¿Puede aprenderse algo acerca de la práctica de un arte, excepto practicándolo?

La dificultad del problema se ve aumentada por el hecho de que la mayoría de la gente hoy en día, y, por lo tanto, muchos lectores de este libro, esperan recibir recetas del tipo "¿Cómo debe usted hacerlo?", y eso significa, en nuestro caso, que se les enseñe a amar. (...)

Amar es una experiencia personal que sólo podemos tener por y para nosotros mismos (...)

la práctica de cualquier arte tiene ciertos requisitos generales, independientes por completo de que el arte en cuestión sea la carpintería, la medicina o el arte de amar. En primer lugar, la práctica de un arte requiere disciplina. Nunca haré nada bien si no lo hago de una manera disciplinada[?]? cualquier cosa que haga sólo porque estoy en el "estado de ánimo apropiado"; puede constituir un "hobby" agradable o entretenido, mas nunca llegaré a ser ~~bueno~~ un maestro en ese arte.

Pero el problema no consiste únicamente en la disciplina relativa a la práctica de un arte particular (digamos practicar todos los días durante cierto número de horas), sino en la disciplina en toda la vida.

Podía pensarse que para el hombre moderno
nada es más fácil de aprender que la disciplina.
¿Acaso no pasa ocho horas diarias de
manera sumamente disciplinada en un
trabajo donde impera una estricta rutina?
Lo cierto, en cambio, es que el hombre
moderno es excesivamente indisciplinado
fuera de la esfera del trabajo. Cuando no
trabaja, quiere estar ocioso, haragán, o,
para usar una palabra más agradable,
"relajarse". Ese deseo de ociosidad constituye,
en gran parte, una reacción contra la ruti-
nización de la vida. Precisamente porque el
hombre está obligado durante ocho horas
diarias a gastar su energía con fines
ajenos, en formas que no le son propias,
sino prescritas por el ritmo del trabajo,
se rebela, y su rebeldía toma la forma

de una complacencia infantil para conigo mismo. Además, en la batalla contra el autoritarismo, ha llegado a desconfiar de toda disciplina razonal impuesta. Si esa disciplina, empero, la vida se ~~suele~~ toma castiza y carece de concentración.

Al margen de las opiniones respecto a la forma de interactuar actualmente la humanidad, y la utilización de un lenguaje rectista (quizá la traducción?) ~~en~~

tiene sentido

Se asemeja a lo que se propone desde el yoga

"MIENTRAS EXISTA EL YO NO HAY AMOR,
MIENTRAS EL EGO ESTÉ A CARCO, MIENTRAS
EXISTA EL EGOÍSMO, TODAS NUESTRAS ACCIONES
SON SIN AMOR. SI ACTUAMOS SIN AMOR
HAY UNA VIOLACIÓN DEL ESPÍRITU."

la
El artista, con su ego, proyectado en la obra material.
No puede tener amor en obra de arte si nos basamos
en esta premisa. Así pues, nos ~~luego~~ habrá obra de
arte basada en el amor... a mi ver que _____

"SÓLO PUEDE HABER VERDADERA ^{RELACION} AMOR
CUANDO HAY AMOR, PERO EL AMOR NO ES LA
BÚSQUEDA DE LA SATISFACCIÓN. EL AMOR EXISTE
TAN SÓLO CUANDO HAY OLVIDO DE UNO MISMO,
CUANDO HAY COMPLETA COMUNIÓN, NO ENTRE
UNO O DOS, SINO COMUNIÓN CON LO SUPREMOS (...)"

si hay un ahedo del yo
no hay firma, autoría.
VACÍAR.

move movimiento
los plumes, el aire
calido sonido
del corazón

VS.

Mirar el facebook
para desconectar



Respirar para
reconectar



Beber un café y fumar



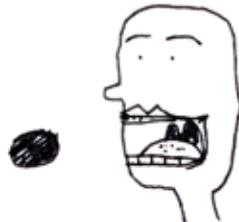
Estar



Tallante lo que piensas



Dicir lo que te molesta



其強大處下。柔弱處上。

槁。故堅强者死之徒。柔弱者生之徒。是以兵

人之生也柔弱。其死也堅強。萬物草木之生

第七十六章 戒強

las personas cuando nacen son blandas y flexibles, cuando mueren son duras y rígidas.

las plantas, cuando brotan, son tiernas y delicadas, pero cuando mueren están secas y marchitas

De ahí el proverbio:

"Lo rígido y firme pertenece a la muerte.
Lo blando y lo flexible pertenece a la vida".

El ejército demasiado rígido no puede triunfar, y el árbol demasiado firme acaba por romperse.

lo grande y fuerte ocupa el lugar inferior.
lo pequeño y débil ocupa el lugar superior.

SOMBRA

(...)

Algunos dijan que la felaz belleza creada por la penumbra no es la belleza auténtica. No obstante, como decía anteriormente, nosotros los orientales creamos belleza haciendo nacer sombras en lugares que en sí mismos son insignificantes. Hay una vieja canción que dice:

Ramajes
reunidos y anudados
una choza
desatadas
la llanura de nuevo

Nuestro pensamiento, en definitiva, procede análogamente: creyendo que lo bello no es una sustancia en sí sino tan sólo un abrigo de sombras, un juego de claroscuros producido por la juxtaposición de diferentes sustancias.

Así como una piedra fosforescente, colocada en la oscuridad, emite una radiación y expuesta a plena luz pierde toda fascinación de

joya preciosa, de igual manera la belleza pierde su existencia si se le suprimen los efectos de la sombra. (...)?

El elogio a la sombra, tamizaki

Sean los motivos que sean los que impidiesen la expliación de las meditaciones del saludo al sol, a la luna y tardava de forma directa, me parecen que son tres herramientas muy útiles que ayudan a suavizarnos. Es por ello que busqué alguna forma nueva, experimental de transmitirlos.

Aposté por grabarlo en video y no dar explicaciones. Que fuera un registro de mi propia experiencia. (!)

La elección de la sombra frente a la imagen, viene por una apuesta a sentarlos en los moreimientos y no a quien los realiza.

No es una eliminación del ego. El yo, pues sigue/ningo siendo un humano realizando el proceso, si no una trascendencia a no quedarnos en el envolvente y centramos en la esencia.

La no utilización de música, viene para dar paso al sonido que nos rodea.

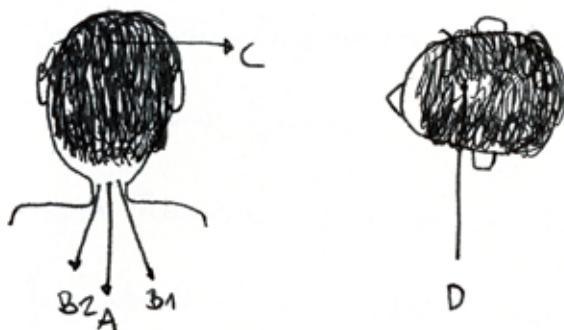
Sumergirnos en el sonido de la respiración como si de olas se tratara.

Animar y volvemos parte de los sonidos que nos rodean y no podemos evitar.

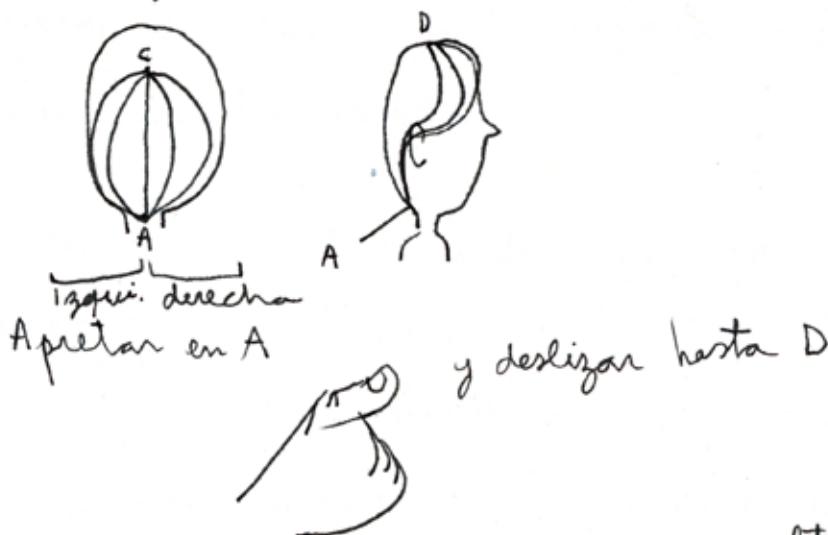
No omitir la realidad, si no integrarla.

Es por ello, que aunque se hayan registrado sonidos de riendas, pasos, risas... he preferido dejarlos a poner una música de fondo.

MASAJE DE CABEZA



1. Deslizar



las líneas. De la primera a la última por el lado derecho. Volver de la última a la primera. Hacer lo mismo en el lado izquierdo.

2. ZigZag



mitad derecha.

In haciendo ZigZag. Empezar en A, acabar ~~en~~ en C.

B. A → C. Detras oreja → C. Patilla → D. Mitad frente - D.

Centro → Frente → D. In de otras alante.

Repetir mitad izquierda.

3. Guramito.

Repetir los linear de deslizar.



4. Despeinar

Mover los dedos por todo el pelo rabielludo.



5. Despeinar 2.



almohadilla

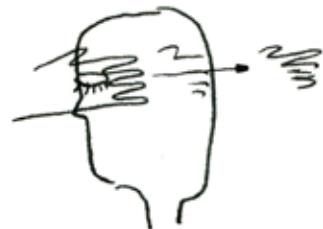
despeinar todo el cuero
cabelludo con la almohadilla.

6. Tironecitos

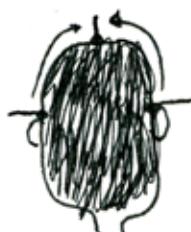


Tirar de los pelos para
despegar el cuero cabelludo

7. Peinar



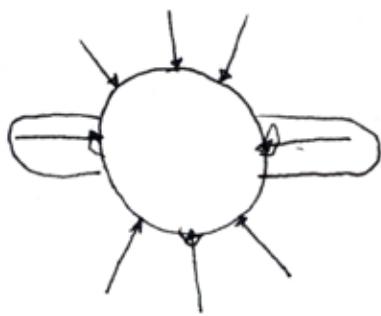
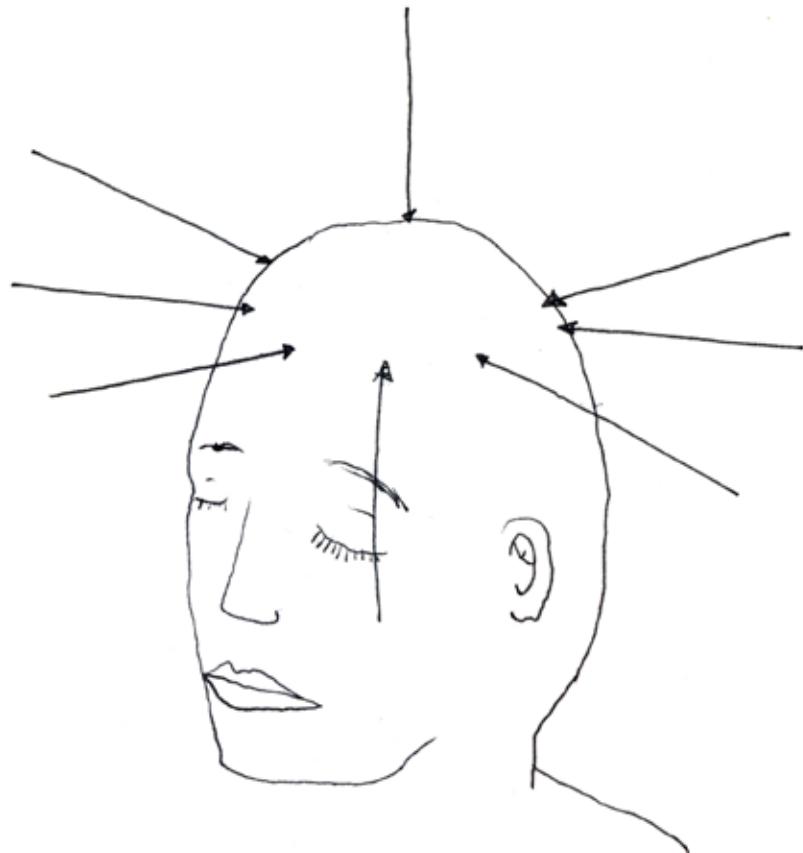
Desde las sienes peinar
los laterales del cráneo.



Presionar los puntos laterales.
Deslizar hasta punto D.
Presionar ~~banda~~
Deslizar hasta punto C.

Presionar

9. Presionar en 4 direcciones con la palma de la mano



FIN

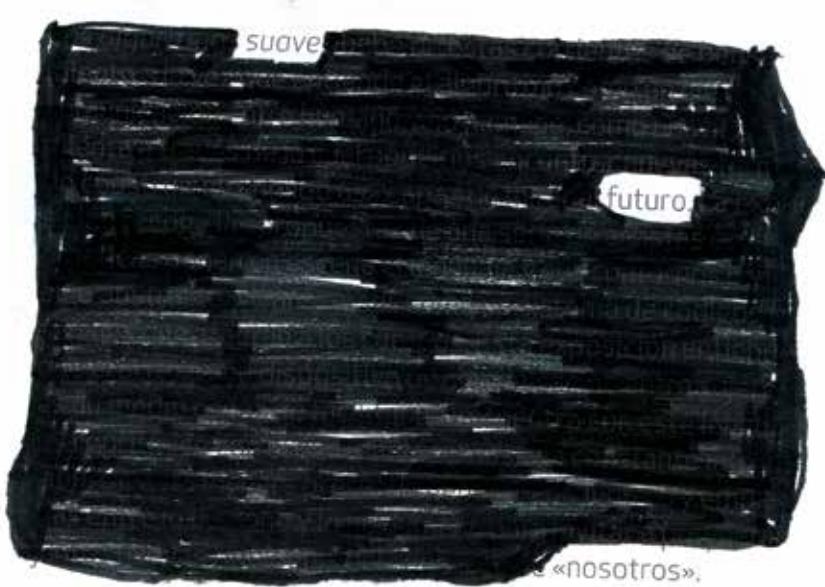
LOS RITMOS SUAVES

cccc
Centre del Carme
Cultura Contemporània

Los algoritmos suaves

el tiempo se expone a la exposición a las máquinas. Muchos de los sistemas que el ser humano ha desarrollado para interactuar con su entorno han llegado hasta aquí y evolucionado siguiendo el eje de la supervivencia. Es muy probable que haya avanzado más allá de lo que se considera normal. Y es que las máquinas tienen una forma de pensar que no es la humana. Esta forma de pensar es la que las máquinas tienen en el mundo real, en el mundo virtual, dentro de las personas y entre las personas y las máquinas. El efecto de las máquinas es que se siente en el interior del cuerpo.

Un algoritmo (en inglés, *algorithm*) es un procedimiento de cálculo (o una computación) ejecutado por un ordenador o un humano. Los algoritmos permiten llevar a cabo una actividad de forma sistemática y generalizada. Los algoritmos suaves son aquellos que no implican una actividad sistemática, sino que se limita cada uno de sus componentes. Cada actividad es un algoritmo suave que se combina con otros para formar una secuencia. La mano-máquina en los últimos años ha comenzado a existir dentro de su entorno. Esto es, entre el humano y la máquina, como una especie de equilibrio entre el humano y la máquina. Los vínculos humanos empiezan a diluirse.



las máquinas

lo humano

ritmos suaves
espacio

los cuerpos, la voz



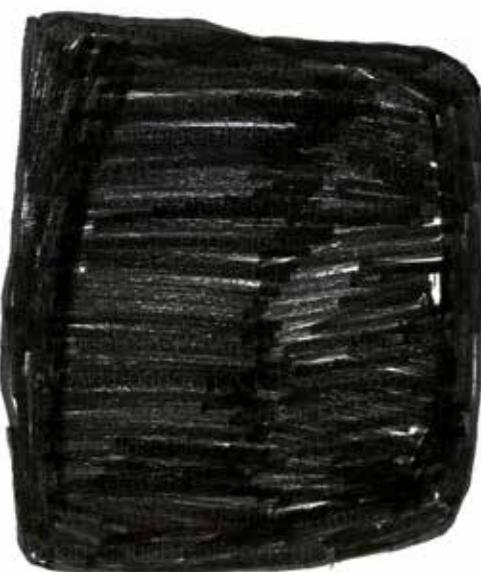


suave aspira
a construir empatías con lo humano

herramienta de encuentros



hacer y experimentar



CONCLUSIÓN

Durante los 4 meses que duró la residencia no se dio la oportunidad de que ningún componente de Wikitoki experimentase de una manera continuada ninguna de las propuestas que llevaba.

Si había ~~miembros~~ miembros que conocían por propia experiencia los beneficios físicos y mentales del yoga.

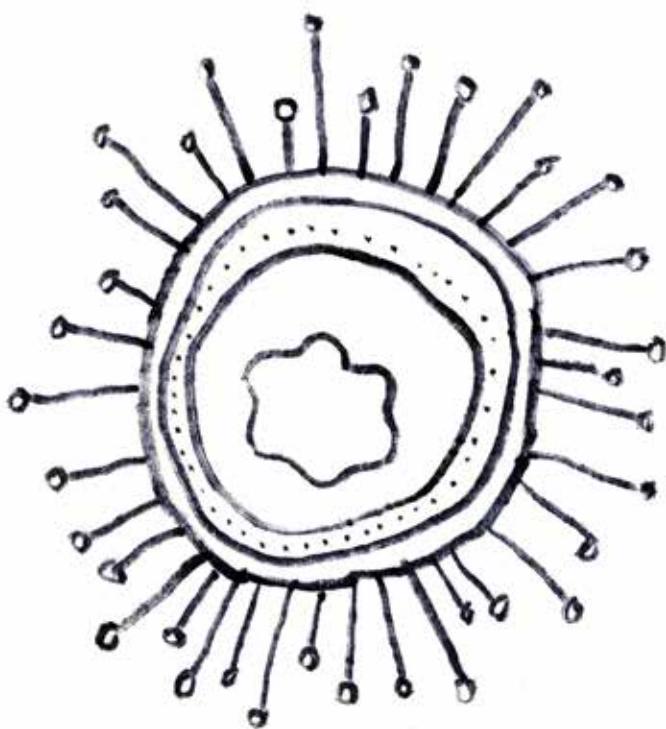
Lo que ni puedo concluir, o sobre lo que me puedo reaffirmar es que por un lado la tendencia humana suele ser a querer abarcar más de lo que podemos. lo digo por el hecho de Wikitoki ya querer y no poder implicarse finalmente a estas dinámicas, y por mi parte, en que ello a derivado en querer transmitir todo, cuando quizás,

hubiera sido más interesante estar allí meditando, como si de un florero se tratara. Casi en la tendencia a no experimental, o no tan experimental de hacer ésto, e invertir más tiempo del que me hubiera gustado? disponía actualmente.

Por el otro, es reafirmarme sobre que dentro del sistema capitalista seguimos siendo esclavos a nivel económico, y ello si no impide, dificulta el poder estar consigo mismo o crear lazos de comunidad fuertes.

Ento lo veo engañoso con el hecho de que crear un lazo de comunidad fuerte destruye el individuo tal y como lo tenemos concebido, y cuesta.

Duele. Por ello la importancia de la muerte



(...).

¿Qué quiere decir el símbolo? Es, en principio, una palabra que expresa y significa "tablilla de recuerdo". El amfitrón le regalaba a su huésped la llamada "tessera hospitalis"; rompía una tablilla en dos, conservaba una mitad para sí y regalaba la otra mitad al huésped, para que, si al cabo de treinta o cuarenta años vuelve a casa un descendiente de ese huésped, puedan reconocerse mutuamente juntando los dos pedazos".

El símbolo, "algo con lo cual se reconoce a un antiguo conocido".

(...).

Hans-Georg Gadamer. La actualidad de lo bello.

PARA MÍ, AUNQUE EN 4 MESES HAYAN SIDO 4 HORAS LAS QUE HAYAS ESTADO CON NOSOTROS, ME HAN SIDO ÚTILES.



RECORDAR: VALORAR ^{CALIDAD} ~~CANTIDAD~~ Y NO CANTIDAD

(aunque si considero que en el proceso experimental físico/psíquico/emocional mi constancia, poco o ninguna evolución)



izaki leuna vive dentro de cada una de nosotras.lo vemos en esos momentos en que nos suavizamos y adentramos en la tranquilidad. es entonces cuando se acerca y nos acaricia con la levedad de una pluma, para recordarnos que sólo hay que dejarse llevar.



Documento realizado en el marco de la
residencia experimental Juave entre marzo
y junio de 2013 por Bruno Ilo, dentro del
programa Juave de Fábricas de Creación del
Gobierno Vasco.



Creative Commons CC-BY-SA





bruno
2018