

## **Viernes 25 de Enero – Club Clistenes.**

Estuvimos unas treinta y tantas personas compartiendo espacio y tiempo en el salón de actos de la Biblioteca Ricardo León, de Galapagar

Personalmente disfruté, observaba la colaboración de los asistentes, cada uno expresaba a su modo y estuvo enriquecedor

Formaremos grupo para dar continuidad a lo allí expuesto y, así abrir a la experimentación directa

Aquí, expondremos un breve extracto:

Teniendo en cuenta que, cada ser humano nacido viene con una configuración energofísica-animica y mental, se encontrará con SU ENTORNO, y ahí terminará de configurar **al 50 %**, lo que en su futuro ha de seguir experimentando como única realidad de vida, salvo que, se vaya planteando experimentar para reflexionar y, habilitar los cambios, adecuando su trayectoria. Aunque se suponga “marcado el destino”, siempre estamos a tiempo de cambiarlo, en función de cómo, cuándo, donde, por que, para qué y, con quien, aceptamos cambiar...**todo es dinámico, no estático**

El poder adaptativo tiene que ver con la configuración con la que venimos al mundo de entrada y, de las maneras en que “coincidimos” al relacionarnos con el cuidador/a sucesivamente, **nos interrumpiremos y rigidizaremos** allí donde **no nos experimentemos al completo** estando con... o, junto a..., También **nos quedaremos interrumpidos al experimentar no limitaciones**, escasa o, nula oposición, vamos que **sin APOYOS**, o sea, sin reconocimiento de los límites, rígidos en lo “blando y en exceso abiertos a (contactos con el propio cuerpo)

Todo esto es característico de **las neurosis**, una disfunción emocional-social, cada vez de mayor extensión. Estructuras de la personalidad que hacen percibir los estímulos de “la realidad” desde el interior del individuo de manera distorsionada, además queda fijada en nuestra conciencia que, de no darnos cuenta continuamos el desarrollo con el piloto automático, sin alterar lo más mínimo estas estrategias de mera supervivencia, dejándonos entre otras **sin espontaneidad/las neurosis**

Poder encontrarse con certeza en la relación de la **FRONTERA de CONTACTO**, nos hará aprehender mucho mejor en cualquier campo y sentido: **O/Organismo y E/ Entorno**

Primero vemos los Patrones del Movimiento en general:

**-Abandonarse o, el derecho a la existencia:** Estar relajados si estamos apoyados. Sensaciones de volumen todo el tiempo.

**-Empuje, si hay “un yo” y “un no yo” empujar contra** Aquí habrá resistencia-límite, o no. Hay una experiencia de **densidad-corporal**. Es muy favorecedora la experiencia de **moverse juntos**: en el baile, peje, ir al encuentro de su propia **densidad-corporeidad** o, la calidad de lo corpóreo, **ESTIRAR** para...

**-Alcanzar o, el acto de buscar experiencia del “nosotros”,** alcanzar algo de nuestro interés por que lo percibimos, sentimos y nos apetece al menos rozarlo e, ir a por ello. Aquí ya hay distanciamiento del centro y arriesga el equilibrio, con **tres dimensiones : longitud, anchura y profundidad**

*Pensemos en un adulto que desea encontrar trabajo, su patrón será el de estirar-alcanzar, como se mueve desde donde parte, con... o, junto a...para encontrarlo?*

*se impulsa para avanzar e ir al encuentro de...o, con...se tendrá en cuenta él mismo al tiempo que valora lo externo, también.*

*moverse internamente para constatar el movimiento externamente.*

*decide distanciarse de su centro e ir hacia...y, acompañándose al mismo tiempo.*

**-Agarrar o, fluyendo con...y, en... se establece una relación de yo contigo.** Importa la mirada, el apoyo físico y la palabra. Se pone un gran entusiasmo. **Aprenhender-asir.**

#### **CONTACTO**

Podemos imaginar de donde vienen esas frases como: **“es duro para mi alejarme de ti”; “me siento atraído hacia ti”**

Al agarrar un objeto, descubrimos su utilidad, cuando agarramos la mano de otro y descubrimos como, **en el sostener, somos sostenidos.**

Surge coordinado con el estirar-alcanzar. Aquí se establece una **relación de yo contigo.** Importa la mirada, el apoyo físico y la palabra. Se pone un gran entusiasmo.

#### **Aprenhender-asir.**

Al agarrar un objeto, descubrimos su utilidad, cuando agarramos la mano de otro y descubrimos como, **en el sostener, somos sostenidos.**

- **Atraer** o El acto de intuir lo que es él otro, lo otro, con respecto a uno mismo y, con la posibilidad de incorporarlo también a uno mismo. Vamos aprendiendo de **la compleja relación yo y tú,** descubramos **en que grado yo y tú,** podemos **volvemos un nosotros diferenciado.** Mayor fuerza en **experimentar el entre...** tu y yo, yo y lo otro, p.ej. Nos hará descubrir aspectos de satisfacción o no.

#### **En La UNION de las DIFERENCIAS emergen novedades**

- **Soltar,** sentimientos de indiferenciación y pertenencia al mismo tiempo

El acto de **renunciar** a lo que se es capaz, para moverse hacia lo que ahora está empezando a ser o, a lo que pronto será... Sin interferencias

*Al poseer, el sentirse atraído por..., nos puede dejar **INTERRUMPIDOS** para el paso siguiente...*

**La Magia del contacto entre dos personas es, como entre dos sustancias químicas: de haber reacción, se transforman**

**Carl Gustav Jung**

Pues, cuando ya vemos todo esto, pasamos a investigar y, sobre todo experimentar, las **INTERRUPCIONES** en la **FRONTERA DE CONTACTO: O/E**

**Introyección – Confluencia Retroflexión – Deflexión – Proyección - Egotismo**



Nos vamos dando cuenta que, **lo complicado de la vida es descubrir de lo simple que es!**

Formaremos grupo para dar continuidad a lo allí expuesto y, abrir a la experimentación directa, cuyo aprendizaje no tendrá precio (en ningún sentido)

GRACIAS por TU ESCUCHA

Avisar a Carmen: 629677047, de lunes a viernes

