

# A 45 años de su fundación, el Río sigue abriéndose

*Entrevista a María Adela Palcos, fundadora del Sistema Río Abierto y de la Fundación Río Abierto Argentina, la cual dirige.*

**Quizá la casa que habitamos no encierre solo nuestro cuerpo-habitante, sino algo esencial que esparcimos sin querer en ella.**

**Las líneas caprichosas que definen el casco de la casa y sus puertas y paredes hechas de un cuadriculado transparente, reflejan lo que emana de María Adela cuando sale a mi encuentro en el comedor de su casa: luz y movimiento. Y para asperjar algo de luz sobre la teoría del movimiento con que se trabaja en Río Abierto, es que estoy frente a ella. Antes de hablarle, cuando la tengo ante mí, su humildad me dicta: “Esta mujer es consecuente y consecuencia de lo que hace y enseña”.**

## **¿Cuándo y cómo se funda la institución y cuáles son las ideologías que la definen?**

La institución se funda en 1965, pero como figura jurídicamente desde el '66 decimos que cumplimos 45 años. Y para decirte cómo me tengo que remontar a dos grandes maestros que tuve: Aníbal Sabattini y Susana Milderman. Con ella empecé a trabajar en el año '53. En un momento Susana nos propuso a otras cuatro personas y a mí hacer un convenio y dividirnos para que cada una siguiese su camino. Los otros integrantes del grupo eran Hugo Ardiles, Liliana Ardiles, Theda Baso y María Amelia Plante. Finalmente yo decido crear la fundación acá con el nombre de Río Abierto.

En el modo de trabajo hay bases que vienen de Susana y otras que fui incorporando a través de la intuición y de ideas que me surgían. Prácticamente todos los días estamos creando; el sistema que empezó hace 45 años no es exactamente el mismo que está ahora. Su base sí persiste: trabajar con un ser humano integral, más aún, que pueda encontrarse en sus distintos aspectos: físico, fisiológico, emocional, mental y el aspecto cósmico. Y acá yo tuve que reformular el lenguaje, porque si decía “espiritual” en lugar de cósmico, o lo encasillaban en una religión o, si eran ateos, salían espantados. Tuve mucha gente que venía del socialismo y del comunismo, no podía hablarles de espíritu. Y entiendo a éste como algo que no es ni puede ser patrimonio de ninguna religión, es la esencia del individuo.

## **¿En qué consiste la metodología de trabajo?**

La metodología busca llegar al individuo por diversas vías. El movimiento es una, pero no la única. También se trabaja la voz, la dramatización, las artes plásticas, la respiración, el masaje, la meditación. Siempre hay gente a la que le llega más el movimiento, a otros la meditación o la palabra, o el trabajo con la voz. La mayoría viene por el movimiento, pero últimamente han llegado alumnos porque han leído escritos o incluso el libro. Esto es algo que yo no esperaba, porque siempre me pareció que el lenguaje estaba demasiado teñido de condicionamientos de las personas, ya que cada palabra tiene una resonancia particular

que varía con cada sujeto.

**¿Vos creés que el cuerpo puede escapar al lenguaje, ser pura corporalidad espontánea, sin remitir a signos o a significados? Es decir, ¿puede expresar el cuerpo aquello que no es factible de narrar, negarse a ser verbalizable?**

Exactamente. Por eso trabajamos desde el cuerpo y por eso el libro que escribí se llama "Del cuerpo hacia la luz". Los condicionamientos los tenemos en el intelecto, alcanzan menos a la zona emocional, pero al cuerpo no llegan. Sí es cierto que al cuerpo, desde nuestra mente, le ponemos como un corset, pero de todas maneras el cuerpo de un individuo siempre es más libre que su intelecto. Además hay sensaciones y percepciones que pasan por el cuerpo que son muy difíciles de poner en palabras. Lo que hacemos es una aproximación, pero siempre hay algo que se escapa. En el sistema con el que trabajamos entra todo por el hemisferio derecho, que no es el del lenguaje y es más intuitivo y global. Uno de los trabajos que hacemos es lograr que el hemisferio derecho se comunique con el izquierdo y así, de alguna manera, se pueda traducir en palabras la experiencia. (Y recalca) Se intenta. Sabemos que algo queda por afuera. Hay cantidad de vivencias que se nos escapan de la conciencia y, por ende, del lenguaje.

**¿Cómo se piensa el cuerpo en Río Abierto y de qué modo plasman el movimiento en la corporalidad?**

Buscamos volver con el cuerpo a un movimiento natural por eso trabajamos con los reflejos que son el inicio de cualquier movimiento. Estos reflejos no desgastan el sistema nervioso superior.

Al trabajar de este modo descubrimos que existen reflejos inhibidos que señalan la presencia de un trauma y generan trabas en la persona. Ante situaciones determinadas, si el individuo no pudo reaccionar y se paralizó seguro va a tener una residiva de ese miedo que sintió en el pasado. Tratamos, entonces, de que se liberen los reflejos juntos con los traumas y se genere una amplitud de movimientos, una renovación de la respiración. Es increíble cómo esto provoca un cambio en la personalidad, en la forma de ser en el mundo.

**¿Estos objetivos se le hacen explícitos al alumno o se lo va llevando de a poco para que tome conciencia de sí?**

En general se deja que el alumno solo se vaya soltando, porque si a priori se le introduce la idea, ya se lo va condicionando. Empieza a sentir que "tiene que". Los logros se alcanzan cuando uno menos está pendiente de ellos o menos se lo propone.

**¿Qué le ofrecen de distinto al individuo estas prácticas corporales? Lo pienso más que nada en relación al sistema social en el que estamos inmersos.**

La gente busca en estos tiempos algo más integral. Pero también busca un sentido de la vida. Busca sentirse mejor. Una cosa que me sucede mucho es que vengan alumnos y me digan que durante una clase les surgió una idea o una solución a un problema que habían rumiado antes durante horas y que en la dinámica corporal aflora de repente. Esto ocurre porque la mente condicionada se aquieta y entonces tenemos acceso a la mente creadora y a la mente intuitiva. De este modo irrumpe la idea clara y definida. Es una mente más global

la que se despierta. Y se produce además una descarga de prejuicios, miedos, culpas, todo lo que tiene al individuo limitado. Buscamos despertar un ser humano en plenitud.

### **¿Cómo definirías a ese ser humano en plenitud?**

Por lo pronto, con todas las inteligencias funcionando armónicamente.

### **Durante las clases, ¿cómo se trabajan las relaciones interpersonales? ¿De qué manera se busca sentir al otro?**

Se trabaja mucho con el otro, porque es uno de los grandes escollos que tenemos como Humanidad, porque no nos sentimos Humanidad. Es muy común que la gente piense: "Y, en el fondo estoy solo". Por eso es algo prioritario lo interpersonal. De hecho empezamos la clase en rueda para que todos nos veamos las caras. Nos acercamos y alejamos en ese círculo a veces acompañando el movimiento con la gestualidad dirigida hacia los demás. Otras, nos tomamos de las manos, nos hacemos un masaje. Hay lugar para que se desplieguen todas las emociones en esos contactos. Creo que uno es consciente en esos momentos de su hermandad con el otro.

Tenemos clases donde cada alumno debe seguir al instructor e imitarlo. Hay trabajos en grupos donde rota el liderazgo. Y labores en pareja. Cuando el alumno se entrega al instructor es una forma de relajar de sí mismo y de que a su vez le pierda el miedo al otro. Tanto de este modo como cuando se efectúa entre los alumnos, se genera una cantidad de energía impresionante y una comunión entre los individuos. Agregaría también entusiasmo. Aunque sea una música triste la que pusiste en la clase, el hecho es poder expresar la tristeza como nunca lo hiciste, expresar el amor como nunca lo expresaste. E incluso emociones más condenables como la rabia, la bronca, el odio.

### **A 45 años de su nacimiento, ¿qué logro nuevo te gustaría experimentar? ¿Hay algo que quisieras cambiar? (Adela se echa para atrás en su asiento y sumerge sus dedos entre su espumoso cabello blanco)**

¡Qué pregunta! ¡Ja,ja! Por lo pronto, quisiera que la carrera que tiene título terciario fuese subsidiada, ya que no se sostiene a sí misma y la está sosteniendo en este momento la fundación.

En lo que respecta a qué cambiaría, me gustaría que todo se hiciese más explícito en el aspecto terapéutico. A veces es difícil decir que el sistema apunta a una curación o sanación del individuo porque puede rotularse de medicina ilegal o charlatanería. La idea de trabajar sobre el cuerpo con este sistema ayuda a sanar muchas cosas y también a que el paciente coopere con la medicina tradicional, ya que la persona se hace cargo de su propia curación.

### **¿Qué actividades nuevas se han iniciado en el transcurso del año?**

Varias. Se están dando clases en una clínica para enfermos mentales. Sigue el Río Abierto Solidario que trabajó en la villa 11/14 y ahora está abocado a madres y niños de hogares violentos. También estamos dando talleres en un colegio secundario muy especial, compuesto de chicos con incapacidad auditiva total, parcial y normal. Estamos obteniendo muy

buenos resultados. A la idea de trabajar con enfermos mentales, si bien ahora es en una clínica, esperamos poder trasladarla al ámbito público.

### **¿Qué lazos tiene Río Abierto con el exterior y el interior del país?**

Bueno, son muchísimos. Ahora en agosto tenemos en Brasil un encuentro internacional. Se desarrolla de este modo: primero se reúne el comité internacional, después el de directores internacionales, de instructores y finaliza con un encuentro abierto al público. Se calcula un mínimo de mil personas, ya que en Brasil el sistema es parte de la medicina socializada.

Hay sedes por todas partes de América y Europa. También en Israel. Y se está iniciando en Bolivia.

Recibimos muchos estudiantes extranjeros que vienen a formarse para implementar el sistema en su país. Como también llega gente del interior a la que se le ofrece un plan de estudios menos exigente. Concurren una vez al mes, un fin de semana. A veces se los hace venir un día antes para que realicen el trabajo sobre sí de manera más profunda.

### **¿Por qué "Río" y por qué "Abierto"?**

Es el inicio de una invocación que hacemos cada vez que vamos a la cordillera, porque la energía primordial es de allí y de nuestras raíces ancestrales. Y para que fluya debe estar abierta.

### **Roberto Juárez dice en un poema: "Cualquier movimiento mata algo/mata el lugar que se abandona". Y yo agregaría, deja detrás de sí un espacio muerto. ¿Hay algo que se pueda rescatar de ese cadáver?**

En realidad, yo creo que no es un espacio muerto. Es más, está vivo incluso antes de ser invadido por el movimiento. Y cuando éste se realiza libera una energía que queda ocupando ese espacio por el cual transitó el cuerpo. Espacio que a su vez contenía y contiene otras energías. Estamos todo el tiempo atravesados por la energía que emana de los cuerpos.

Justamente, es la idea con la que trabajamos, la del movimiento como una energía fluyente durativa, porque yo estoy siendo todo el tiempo, me expando, estoy siempre recorriendo. El movimiento de la gimnasia sueca proponía puntos de llegada, inicio y fin, por lo tanto, nos fragmentaba espacial y temporalmente. La visión del ser humano como un ser integral, con todas sus inteligencias, capacidades, emociones, talentos, me ha enseñado que somos dioses creadores en potencia. Lo que nos falta es asumirlo.