

ECODANZA: Catarsis de los maestros desde el cuerpo



Por: Federico López
Profesional del IDEP
ficolopez1280@gmail.com

Dicen que en tiempos de crisis nacen las soluciones y en esta pandemia los docentes han sido ejemplo de ello. Es el caso de la metodología **EcoDanza**, creada por la profesora Judith Torres, **proyecto basado en la corporeidad, las habilidades socio emocionales y las prácticas no convencionales.**

Esta empresa educativa nació en el 2019 fruto de un previo recorrido como docente dirigiendo el **Observatorio Pedagógico y Social del Cuerpo** en el 2017, espacio adscrito a la Secretaría de Educación del Distrito.

Allí, junto a otros docentes como Adriana Penagos y Pedro Galvis, Judith Torres creó la Escuela del cuerpo, una experiencia significativa para docentes de 10 instituciones educativas públicas.

Así mismo, adelantaron investigaciones que permitieron la creación de centros de interés como Emoción, cuerpo y convivencia (ECCO). Además, **establecieron orientaciones curriculares para los colegios del Distrito, dentro del área de Educación Física desde la corporeidad**, y participaron en el "Erpa Internacional Congresses On Education" en Budapest, Hungría.

Sin embargo, EcoDanza, con el apoyo de la Cooperativa del Magisterio (CODEMA) y la Red Corporal para la Paz, que la profesora Judith dirige, ha logrado cristalizar estos sueños educativos en torno a la corporeidad. **Esta es una metodología basada en la observación así como en el movimiento consciente y voluntario del cuerpo que ha llegado a 20 colegios oficiales**, a través de talleres como: "Quien Soy yo" y "El encuentro con los otros".

La metodología también se ha puesto en práctica a través del taller **'Maneje el estrés a su favor'**,



Profesora Judith Torres

dirigido a docentes. Fue creada a partir de una encuesta dirigida a dos mil de ellos, donde dijeron tener altos niveles de ansiedad.

"Todo cuerpo tiene una historia" expresa Judith Torres, algo que puede evidenciarse en estos talleres.

Ante sus compañeros, los docentes muestran su vulnerabilidad, en ocasiones su llanto y dolor, pero también el agradecimiento por estos espacios. "Los profesores al terminar las sesiones, casi siempre dicen lo mismo: que en los colegios no hay lugar para hablar de sus emociones, de sus tristezas, es decir, de sí mismos" dice Judith Torres.

Estos talleres, centrados en el cuerpo como territorio de aprendizaje para la vida, permiten concebirlo como un campo de posibilidades artísticas. Adriana Penagos lo resume: **"El cuerpo es una herramienta creativa y comunicativa"**. Por eso, no sólo se abren heridas, sino que también se cierran. Judith Torres lo concibe desde una palabra clave: **catarsis**.

"La pregunta fundamental al orientar estos espacios, es ¿cómo transformar aquello tan doloroso en algo creativo desde mi cuerpo?", se pregunta esta profesora al reflexionar sobre estas vivencias.

Esta **catarsis** puede darse desde la meditación, una palabra, una caricia, que estos encuentros promueven. En suma, **EcoDanza, antes que metodología o pedagogía, es una experiencia que aporta bienestar a un mundo enfermo, viendo al ser humano como protagonista de su vida a partir del cuerpo.**

