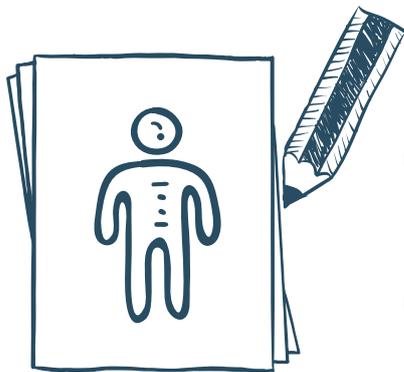


Cartografía poético corporal

“El ser humano es una casa de huéspedes. Cada mañana un nuevo recién llegado. Una alegría, una tristeza, una maldad cierta conciencia momentánea llega como un visitante inesperado. ¡Dales la bienvenida y recíbelos a todos!”

Rumi

Primer Momento



- ➔ Dibuja en un papelón la silueta de tu cuerpo lo más grande que puedas (será tu mapa corporal)
- ➔ Ubica y representa diferentes emociones y sensaciones en tu silueta.

Para representar, puedes escribir, dibujar y pintar:



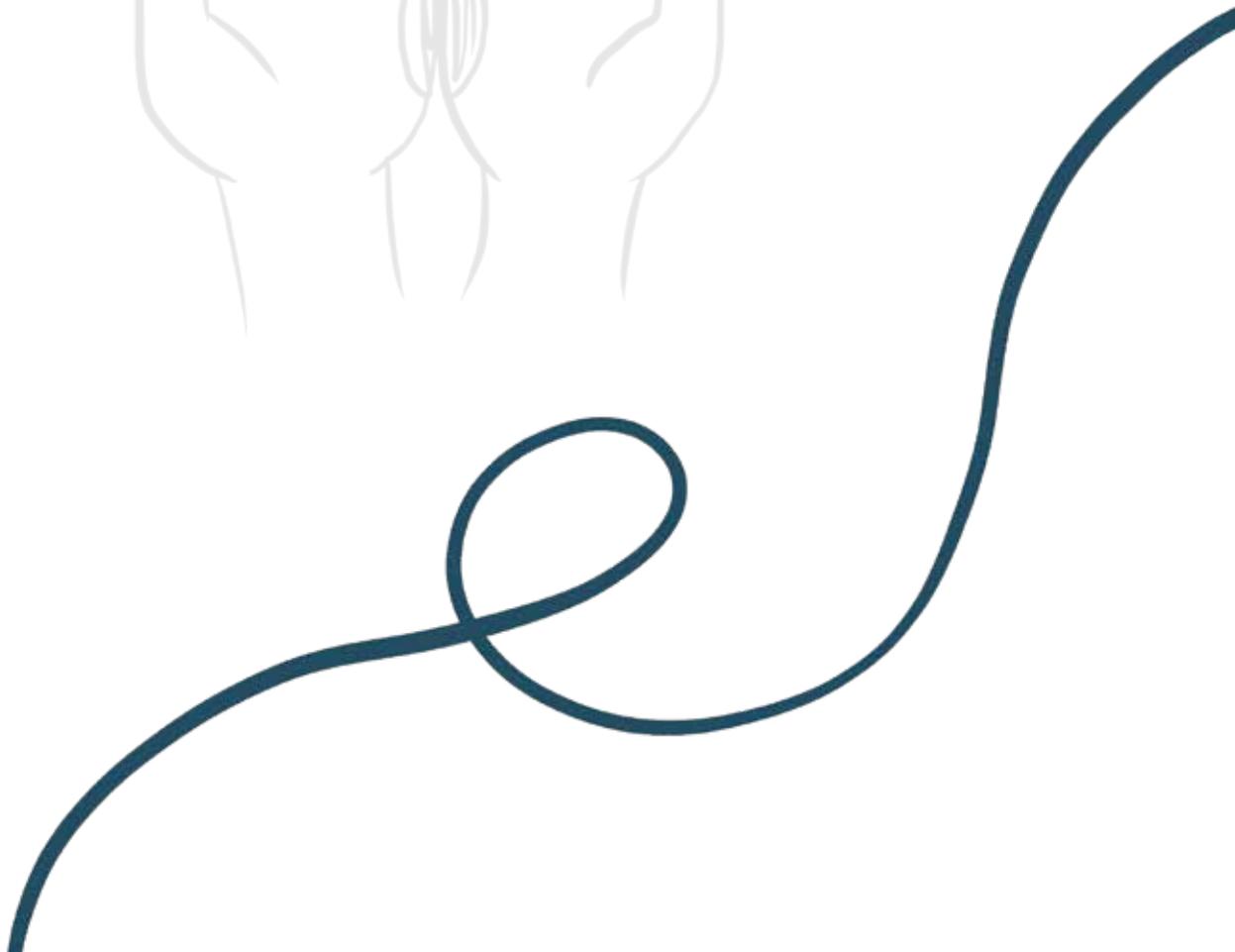
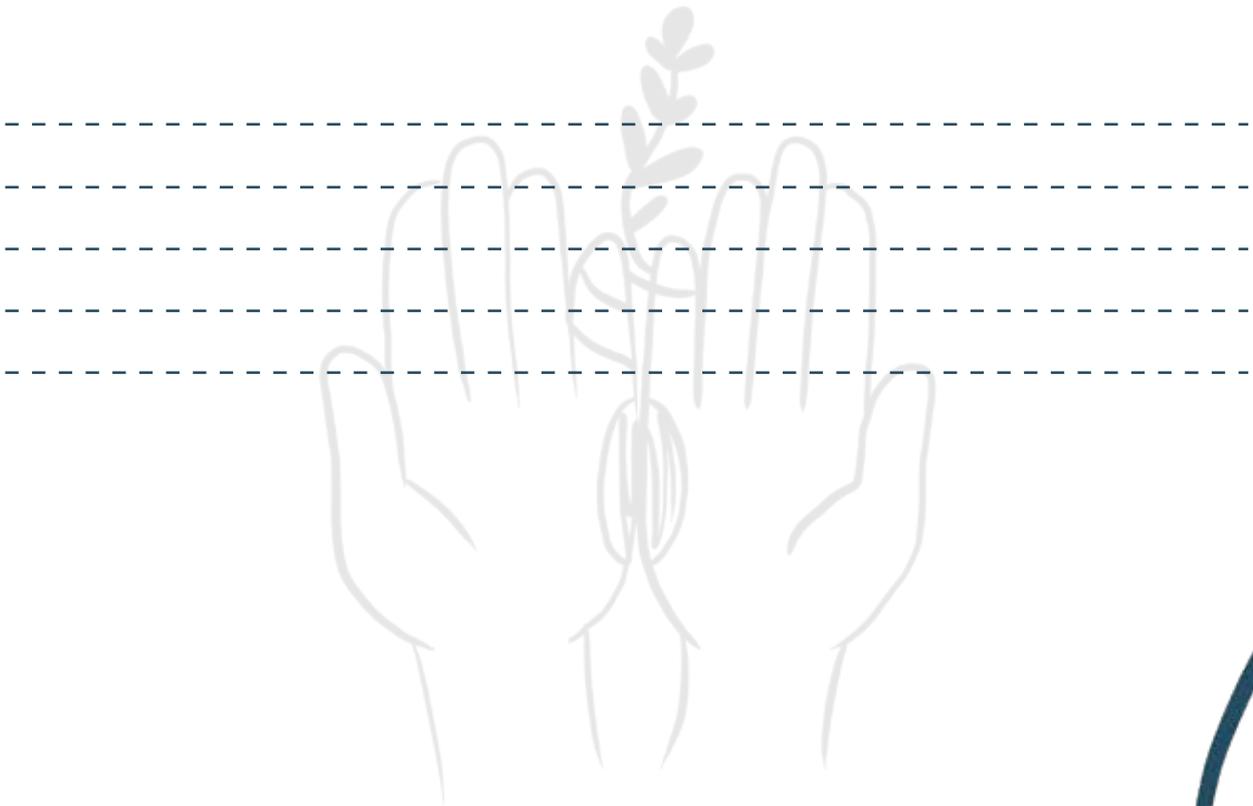
- ➔ Ubica en la silueta **un lugar que consideres lleno de vida**: ¿Qué parte del cuerpo simboliza la fuerza de tu existencia? ¿Con qué representas esa fuerza?
- ➔ Ubica **un lugar de dolor** ¿Qué duele y dónde duele? ¿Con qué representas ese dolor?
- ➔ Ubica en el cuerpo **una experiencia que haya aportado paz y calma** a tu vida. ¿En qué parte del cuerpo ubicas esa experiencia? ¿Con qué la representas?
- ➔ Ubica en la silueta ¿cuáles son las emociones que **expresas con mayor facilidad**?
- ➔ Ubica en la silueta ¿cuáles son las emociones que están más sumergidas (ocultas) y **se te dificulta expresar**?
- ➔

Segundo Momento

Construye un poema de la siguiente forma y escríbelo en la cartografía. Escribe lo que está en cursiva y sustituye lo resaltado, según tus respuestas en el Primer momento:

1) *Habito en* + **el lugar lleno de vida y la forma con que lo representas** + *que abrazo con* + **el lugar que consideramos de dolor y la forma con que lo representan**

Ejemplo: *Habito en* **este cuello de luz** *que abrazo con* **mi cabeza de trueno**



2) *Me impulso con* + **el lugar donde marcaste como experiencia paz y calma y la forma en que lo representas**, *a pesar de* + **el lugar del cuerpo en donde están las emociones que me cuesta más expresar**

Ejemplo: *Me impulso con* **este corazón que es hogar** *a pesar de* **que la espalda pese por el trabajo**

