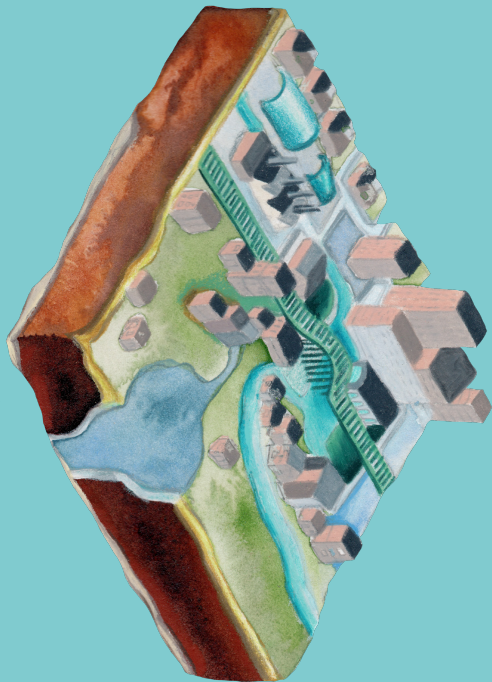


OIDOS PARA VER



La ciudad

El cemento es la capa base de la ciudad, gris y polvoriento. El asfalto es tu subsuelo, lo tocan tus pies. Se derrite con el calor, muchas cosas quedan adheridas a él. Tus pasos también se pegotean hasta detenerse por completo. Las luces titilan, las bocinas suenan, el ruido de la calle se acelera y silba junto a ti.

¿Escuchas el pulso de la ciudad? ¿El latido, el ritmo y la melodía de los ruidos de la ciudad a tu alrededor? Deja que resuenen en ti como una canción, la canción de la ciudad. Si quieres, puedes grabarla con tu teléfono o con una grabadora.

OÍDOS PARA VER



Los oídos que ven

Con tus oídos percibes el mundo a tu alrededor. Se encargan de tu equilibrio y de tu orientación espacial. El oído externo (pabellón auricular), el oído medio (tímpano y cavidad timpánica) y el oído interno (cóclea y órgano del equilibrio) están conectados entre sí por el conducto auditivo, y juntos componen el oído.

Toca tus lóbulos, masajéalos suavemente para activar tus oídos. Deja que tus oídos te guíen por el espacio y por todo lo que te rodea.

OIDOS PARA VER



La tierra

Toca la tierra más cercana a ti con la punta de tus dedos. Coge un poco de tierra entre tus manos ¿Cómo se siente? ¿Cómo huele? ¿Qué tipo de tierra es? ¿tierra vegetal, arena, arcilla, tierra compostada, tierra para plantas o para un huerto? ¿Qué peculiaridades encuentras? ¿hojas, madera, piedras, ramas, polvo o incluso basura? Hunde bien tus manos en la tierra. Quizás encuentres otras criaturas.



OIDOS PARA VER

Las aves

Mirlo, carpintero negro, tiuque, rayadito, chucaco, picaflor, búho, águila... Todos ellos se comunican cantando, por lo general con graznidos cortos. Por ejemplo, para llamar la atención o para defender su territorio. En caso de peligro, alertan a otras aves con sonidos difíciles de localizar para sus depredadores. El lenguaje de las aves es muy rico y asombroso, ya que su píar y su trinar son universales.

Frunce tus labios y coloca la punta de la lengua contra los incisivos inferiores. Luego expulsa el aire con un poco de fuerza, hasta generar un silbido. Mueve la lengua y la mandíbula inferior de manera que se oigan distintos sonidos y se genere una melodía.

OIDOS PARA VER



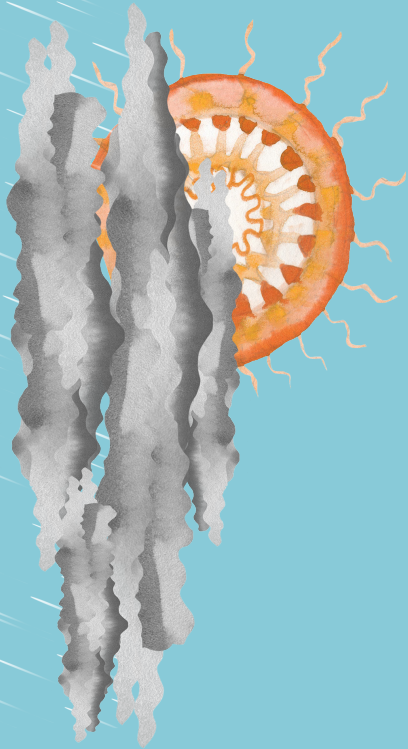
El agua

Lluvia, arroyos, ríos, lagos, mares: todos llevan agua en y con ellos. El agua cubre dos tercios de la superficie terrestre. Los átomos que componen el agua son más viejos que la tierra en sí misma.

Hay innumerables tipos de agua: agua dulce, agua salada, agua marina, aguas subterráneas, aguas superficiales, agua potable...

Llena un vaso con agua, da uno, dos, tres sorbos e imagina que con tus movimientos puedes controlar el recorrido del agua en y a través de tu cuerpo.

OIDOS PARA VER



El clima

Encuentra un lugar donde puedas percibir el clima y su cambio constante. Con un cielo despejado sobre ti, donde no solo puedas sentir el rigor del viento y los cálidos rayos de sol sobre tu piel, sino también las gotas de lluvia que se quedan pegadas a tu cuerpo.

Cierra los ojos, siente el clima ¿Hace calor o frío? ¿Qué se mueve en el aire? Puedes moverte con él.



OIDOS PARA VER

La serpiente*

Me muevo entre el pasto y las piedras,
en los árboles, entre las hojas y en el agua.
El manantial más grande y bello del bosque
montañoso fue alguna vez mi hogar. El lugar
en el que todo comenzó, del que brota el
agua más pura y cristalina. Un día me fui y
bajé serpenteando por el valle. Así conocí
la ciudad. Detrás de mí el agua seguía
corriendo.

Bebe un sorbo de agua, deja que el agua se
deslice por tu cuerpo. Recuerda: el agua te
da vida, te protege y te alimenta. Si la besas,
te quita la sed.

* Esta ilustración es una serpiente de cascabel (*Crotalus*), son serpientes venenosas y endémicas del continente americano, desde el sureste de Canadá al norte de Argentina. Sin embargo, en Chile existen solo dos tipos de serpientes la culebra de cola larga (*Philodryas chamissonis*) y la culebra de cola corta (*Tachymenis chilensis*).

OIDOS PARA VER

La nubes

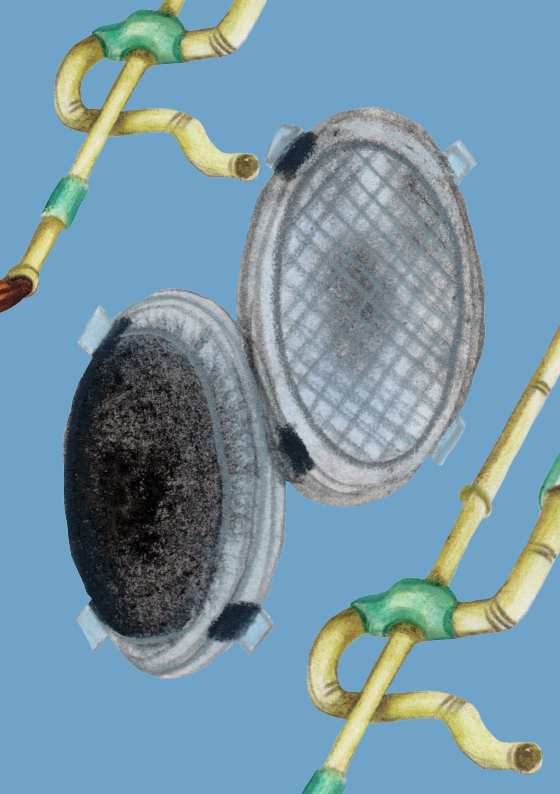
Recuéstate en el suelo y presta atención a las nubes allí arriba en el cielo. Tu cuerpo se torna blando y esponjoso como ellas. Te expandes en todas las direcciones, te vuelves más rápido y te alejas junto con las otras nubes hacia un lugar que parece hecho para ti.



OIDOS PARA VER

La semilla

Busca la semilla de un árbol, un grano, una legumbre, la semilla de un frutal. Cava un pequeño hoyo para tu semilla y colócala dentro. Cuando se sienta cómoda, cúbrela con un poco de tierra y baila sobre ella. ¡Imagina lo que crecerá allí!



OIDOS PARA VER

La alcantarilla y el desagüe

Siempre bajo presión, esa soy yo. Por mis cañerías corre el agua sucia de las casas. Pero no solo eso: también llevo los químicos de las fábricas, el agua de lluvia que fluye debajo de las calles. Y toda la basura que se escurre en los desagües. Ese es mi deber: transportar la suciedad.

¿Alguna vez arrojaste algo por el inodoro o te gustaría hacerlo? Por ejemplo, ¿algo que te moleste y de lo que quieras deshacerte?