

Segunda ocupación: METER EL HOMBRO

DECIR para meter el hombro. **DECIR** invisibilidad. **DECIR** que desde la primera vez, ella amó el parque de los hombres fuertes. **DECIR** que le fascina el diálogo ya presente en el lugar. **DECIR** que se trata de una conversación difícil entre culturas y generaciones. **DECIR** que ella estaba asombrada al descubrir la mirada anónima entre los árboles, el mural *WHITE SUPREMACY IS KILLING ME* de Jessica Sabogal. **DECIR** que ella lo vio, pero que no notó *Ellen Gabriel and Mary Two Axe Earley - Tiohtià:ke, unceded Haudenosaunee territory*, un mural de Shanna Strauss. **DECIR** que están al lado la una de la otra, que las dos pinturas se hablan y se apoyan. **DECIR** que hay solidaridad transnacional. **DECIR** que hace bien. **DECIR** que los dos murales están ocultos tras los árboles que enmarca el homenaje a Louis Cyr. **DECIR** que Fritta se siente como una intrusa en esa conversación. **DECIR** que ella quisiera que sus acciones la activen y la hagan visible. **DECIR** que esta conversación está presente en Montreal de formas diversas. **DECIR** que ignorarlo puede producir violencia. **DECIR** que es necesario escuchar. **DECIR** que toma tiempo. **DECIR** que es largo. **DECIR** que es urgente. **DECIR** agotamiento. **DECIR** fracaso de traducción. **DECIR** que el encuentro es difícil. **DECIR** que necesitamos una pausa. **DECIR** que hay que retomar las energías. **DECIR** que no podemos esperar más.

DIRE / FAUX-DIRE / DIRE UN PEU / NE PAS DIRE

DECIR que Fritta Caro toma la intensidad de la *femme éléphant* (monstruo que nace de la decepción de los encuentros interculturales).

En el *Parc des Hommes-Forts*.



"White supremacy is killing me », mural de Jessica Sabogal.
(De la serie *Unceded Voices* 2017)



"Ellen Gabriel and Mary Two Axe Earley - Tiohtià:ke, unceded Haudenosaunee territory », mural de Shanna Strauss.
(De la serie *Unceded Voices* 2017)



Monument à Louis Cyr, Robert Pelletier (Vers 1969)

ALTERO(s)FILIA un tutorial de Fritta Caro



Altero(s)filia o los juegos de fuerza de *Fritta Caro* se inspira del *Parc des Hommes-Forts*, un homenaje a Louis Cyr, campeón mundial de halterofilia en 1892, quien fuera consagrado como el hombre más fuerte del mundo. La propuesta se compone en una serie de acciones y una guía sobre el *amor al otrx* desde una perspectiva de *deconstrucción de la colonialidad del poder*. Estas consignas de base se inspiran en lecturas de autores de diversos orígenes y de la experiencia de *Fritta Caro* en distintos contextos socio-culturales. Las acciones fueron presentadas por **DARE-DARE** y el colectivo **L'Araignée** el 19 de agosto 2018 y el 20 de julio 2019 en el *Parc des Hommes-Forts* en Montréal.

Más información:
frittacarohelenamartinfranco.com

OPTICA
CENTRE
D'ART
CONTEM-
PORAIN



**DARE-
DARE**

Primer movimiento : LA PARTIDA

El movimiento comienza con la postura inicial, la que respeta los siguientes principios:

- El reconocimiento de encontrarse en tierras no cedidas.
- La fijación de la espalda, las extremidades superiores estiradas, los hombros ligeramente por delante de la barra, las tibias en contacto con la barra, la cabeza en posición vertical.

- Descentrase; pensarse en la frontera, pensarse una misma una frontera.

Esta organización postural permite

- Conservar la integridad física y la coherencia psíquica.
- Una transmisión óptima de la fuerza de voluntad para el desarrollo de una cohabitación sana y condiciones de intercambios equitativos.
- Sobrepasar los estereotipos.
- Ejercer la escucha.
- Tomar conciencia de la disonancia cognitiva.
- Evitar la condescendencia.
- Practicar la solidaridad.
- Abrirse al otrx y posteriormente abrirse al otrx en sí mismx.

Primer movimiento: DESENMASCARAR

- Levante la barra hasta la rodilla. Aumente la escucha frente al otrx. Usted está atenta a los discursos de inclusión que parecen luchar contra las opresiones pero que en realidad las ocultan y las facilitan :

multiculturalismo, diversidad, etc.

- La barra roza las tibias y las rodillas se desplazan hacia atrás con el fin de acercar el centro y las periferias y así hacer el esfuerzo menos doloroso.
- Usted desenmascara las retóricas que

esconden lógicas de subordinación, de opresión, de discriminación.

- Usted está cada vez más a la escucha.

Fase de transición o de adaptación

- La barra se desliza a lo largo de los muslos hasta $\frac{3}{4}$ de su altura.
- Usted reconoce que no hay una sola perspectiva, sino varias y que ninguna de ellas es única o hegemónica.
- Esta fase marca el comienzo de una nueva percepción.

Segundo movimiento o fase de extensión final : LA MEMORIA

- El cuerpo se endereza completa y violentamente para provocar la más alta verticalidad de la barra.
- Su curiosidad se despierta y usted se interesa a las tradiciones del otrx, a su memoria, a su historia.
- El cuerpo, sobre la punta de los pies y los hombros elevados sobrepasan las articulaciones de los talones, las rodillas y las caderas, la barra pegada al pelvis y los brazos ligeramente doblados.

FASE DELICADA : usted renuncia a imponer su versión del otrx sobre el otrx. El paso de arranque se compone sucesivamente de:

- Primero, del ascenso de los pies lo más brevemente posible y de una barra que se convierte en el punto de apoyo de la atleta.
- Del apoyo a la visibilidad a otras memorias que han sido borradas por el relato único de la historia oficial, este punto es clave para el éxito de la integración.
- Segundo : del cruce de la barra que desacelera pero que sube aun más y de un cuerpo que baja lo más rápido posible.
- Luego, usted cuenta amorosamente su historia y sus tradiciones.

Tercero : LA HERIDA

- Recuperación del soporte en tierra coincidiendo con el punto más alto de la barra.
- Sensibilización de los traumas históricos, aquellos que hemos heredado, reconocimiento de las heridas coloniales, compartidas o no, las que aun no han sido sanadas.

Cuarto, desbloqueo de la barra : DESOBEDECER

- Brazos estirados y miembros inferiores en amortiguamiento.
- Desobedecer las jerarquías culturales, raciales, de clase, género, origen, creencias, capacidad.
- En este momento, cuerpo y barra descienden hacia el suelo.
- Apoye la difusión de prácticas históricas de resistencia, aquellas que han desafiado la *colonialidad del poder*, el eurocentrismo, el neoliberalismo, el capitalismo

Quinto : EL RESPETO

- Moderación de la caída del cuerpo y de la barra, en la posición básica.
- Iniciar relaciones horizontales de intercambio y respeto mutuo.
- Dar la voz. Escuchar.
- Practicar la ética de la traducción; es decir, abordar los intercambios de idiomas como espacios de discusión no jerárquicos. Estar muy alerta al malentendido cultural.

Última fase : LA RECIPROCIDAD

- El equilibrio se logra al compartir el poder, por la disolución controlada de las fronteras y las jerarquías entre "nosotros" y "ellos".
- Usted obtendrá resultados más rápidos:
- Con el aprendizaje del idioma de la otrx.
- Poniéndose en sus zapatos.
- Una vez que usted mismx haya experimentado la *otredad*.