

# Alrededor del fuego: laboratorio de experimentación sonora para hacer de la escucha y el sonido prácticas de refugio, contención y resistencia\*

Mariana Sepúlveda Morales\*\*

[RESUMEN]

Este artículo presenta el proyecto *Alrededor del fuego*, un laboratorio sensible que se construye desde la escucha activa y reflexiona sobre el potencial del arte sonoro para acompañar experiencias de violencia de género desde una perspectiva afectiva, situada y colectiva. Describe dos ejecuciones de dicho proyecto: una acción en el contexto de una marcha feminista y otra en un taller en el contexto universitario. En ambos casos, se evitó la representación explícita de la violencia, privilegiando prácticas sonoras que permitieron compartir el dolor más allá de lo impuesto por los marcos convencionales de denuncia o representación. La metodología se construyó de forma abierta y situada, en diálogo con las participantes y sus necesidades y formas de participación. El proceso dio lugar a piezas sonoras colectivas que funcionan como testimonio afectivo y forma de denuncia no tradicional. Por último, reflexiona sobre cómo a través de la escucha y la creación sonora pueden habilitarse espacios de expresión, vínculo y memoria, ofreciendo caminos sensibles para acompañar procesos de sanación individual y colectiva.

**Palabras clave:** Activismo sonoro, música feminista, música sanadora, escucha activa.

Doi 10.11144/javeriana.mavae21-1.afes

Fecha de recepción: 19 de julio de 2025

Fecha de aceptación: 23 de septiembre de 2025

Disponible en línea: 1 de enero de 2026

\* Artículo de reflexión.

\*\* Maestra en Música (Tecnología Musical) por la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), licenciada en Música y Tecnología Artística por la Escuela Nacional de Estudios Superiores Unidad Morelia UNAM (ENES Morelia) y licenciada en Composición por el Conservatorio de las Rosas. Actualmente se desempeña como docente en la Facultad de Música y Artes de la Universidad Autónoma de Tamaulipas (UAT) y es doctoranda en Música (Tecnología Musical) por la UNAM. Ha cursado el Diplomado en Músicas en Territorio, impartido por la Universidad Nacional de las Artes (UNA) y el Diplomado en Creación Sonora con Nuevas Tecnologías ofrecido por el Centro Mexicano para la Música y las Artes Sonoras (CMMAS). ORCID: <https://orcid.org/0009-0003-3304-1124> Correo electrónico: mamorales@uat.edu.mx



CÓMO CITAR:

Sepúlveda Morales, Mariana. 2026. "Alrededor del fuego: laboratorio de experimentación sonora para hacer de la escucha y el sonido prácticas de refugio, contención y resistencia". *Cuadernos de Música, Artes Visuales y Artes Escénicas* 21 (1). 172-185. <https://doi 10.11144/javeriana.mavae21-1.afes>

## Around the Fire: Sound Experimentation Lab for Making Listening and Sound into Practices of Refuge, Containment and Resistance

### [ABSTRACT]

This article presents the project *Around the Fire*, a sensitive laboratory that arises from active listening, and reflects on the potential of sound art to accompany experiences of gendered violence from an affective, situated and collective perspective. It describes two executions of said Project: one action in the context of a feminist protest march, and another in a workshop within a university context. In both cases, the explicit representation of violence was avoided, privileging sound practices that allowed pain to be shared in ways that transcended conventional frameworks of reporting and representation. The methodology was built in an open, situated way, in dialog with the participants and their needs and preferred ways of participation. This process led to the creation of various collective sound pieces that function as affective testimonies and non-traditional forms of reporting. Lastly, it reflects on how, through the act of listening and sound creation, spaces of expression, connection and memory can be activated, thus offering sensitive pathways for accompanying individual and collective healing processes.

**Keywords:** sound activism, feminist music, healing music, active listening.

## Ao redor da fogueira: laboratório de experimentação sonora para fazer da escuta e o somido práticas de refúgio, acolhimento e resistência

### [RESUMO]

Este artigo apresenta o projeto *Ao redor da fogueira*, um laboratório sensível construído sobre a escuta ativa e reflete sobre o potencial da arte sonora para acompanhar experiências de violência de gênero desde uma perspectiva afetiva, situada e coletiva. Descreve duas implementações desse projeto: uma no contexto de uma marcha feminista e outra numa oficina no contexto universitário. Em ambos os casos, evitou-se a representação explícita da violência, privilegiando práticas sonoras que permitissem compartilhar a dor mais além do imposto pelos quadros convencionais de denuncia ou representação. A metodologia foi construída de forma aberta e situada, em diálogo com as participantes, suas necessidades e formas de participação. O processo deu origem a peças sonoras coletivas que funcionam como testemunho afetivo e forma de denúncia não tradicional. Por fim, reflete sobre como através da escuta e a criação sonora podem se viabilizar espaços de expressão, vínculo e memória, oferecendo caminhos sensíveis para acompanhar processos de cura individual e coletiva.

**Palavras-chave:**

Ativismo sonoro, música feminista, música sanativa, escuta ativa.

## Introducción

► La violencia de género es una de las formas más extendidas y normalizadas de opresión en el mundo contemporáneo, y sus manifestaciones atraviesan cuerpos, territorios y estructuras sociales (Naciones Unidas 2023). En México, esta violencia adquiere dimensiones alarmantes, profundamente arraigadas en sistemas patriarcales que han perpetuado el silenciamiento, la impunidad y la revictimización de las mujeres (Sánchez de los Monteros Arriaga 2020). Segundo datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (Inegi 2022), siete de cada diez mujeres mexicanas han sufrido algún tipo de violencia a lo largo de su vida. Sin embargo, estas cifras solo reflejan a quienes han logrado nombrar o denunciar lo vivido, muchas otras no han tenido la posibilidad de hacerlo, como lo señala la Comisión Interna para la Igualdad de Género (CInIG) de la Universidad Nacional Autónoma de México (UNAM), al subrayar que detrás de los datos hay historias que permanecen sin voz (Romero Mireles 2024). A nivel global, la Organización de las Naciones Unidas (ONU) reconoce que la violencia contra mujeres y niñas sigue siendo una de las transgresiones a los derechos humanos más persistentes y generalizadas (ONU Mujeres 2024).

Ante esta realidad, me he preguntado de qué manera la música y el sonido pueden participar de los procesos de visibilización y resistencia frente a la violencia de género. Esta pregunta surge desde un lugar profundamente implicado: como mujer, como artista y como investigadora. A lo largo de mi trabajo de investigación de maestría, exploré formas de creación sonora colectiva que fueran más allá de la denuncia, formas que también permitieran honrar, cuidar, abrazar y sostener, así como formas que permitan compartir sin necesidad de explicar y abrieran un espacio de reflexión y escucha. *Alrededor del fuego* es una de las piezas centrales de esta investigación: un laboratorio de experimentación sonora diseñado para generar un espacio seguro, afectivo y colectivo donde las mujeres puedan abordar las secuelas emocionales que deja la violencia de género y explorar sus emociones, su memoria y su voz, a través de prácticas de escucha y emisión de sonidos. Lejos de buscar una representación literal del trauma, este proyecto propone una manera de encontrarse juntas: hacer de la escucha una práctica política y de cuidado, y del sonido una forma de contención y reparación compartida.

Este artículo tiene como objetivo narrar y reflexionar sobre el proceso vívido en las dos ejecuciones que ha tenido *Alrededor del fuego*, atendiendo especialmente a su metodología y a los hallazgos afectivos que emergieron durante el trabajo con las participantes. En la primera sección, presento el marco conceptual que sustenta esta propuesta, articulando los planteamientos de Rivera Garza (2017, 2019, 2021, 2022) sobre los problemas que enfrenta la narración del feminicidio, las

reflexiones de Berlanga (2018) sobre la importancia de cómo se hace representación de la violencia y la escucha profunda como práctica transformadora en el pensamiento de Oliveros (2005, 2019). Posteriormente, describo la experiencia metodológica para realizar estas actividades y, finalmente, comparto algunas de las reflexiones y conclusiones que permiten pensar el sonido como territorio de resistencia, cuidado y comunidad.

## La falta de lenguaje

Este proyecto nace del reconocimiento de que la violencia de género no solo impacta los cuerpos y las relaciones sociales, sino también las formas en que narramos, recordamos y comprendemos lo vivido. Rivera Garza (2021) afirma que frente a experiencias de violencia extrema, como el feminicidio de su hermana Liliana, el lenguaje tal como lo conocemos se vuelve insuficiente: hay un vacío entre lo que sucede y lo que puede decirse. Ese vacío, que no es únicamente lingüístico, sino también político y afectivo, deja huellas en quienes sobreviven. Como lo expresa la autora, hemos heredado un lenguaje patriarcal que no está diseñado para narrar desde la experiencia de la víctima, sino para sostener un sistema que la marginá y la reduce al silencio (Gallo 2021; Rivera Garza 2022).

Esta investigación apuesta por una búsqueda que intenta llenar esa distancia entre la vivencia del dolor y la posibilidad de expresarlo con palabras, abrir otras rutas expresivas que lo bordeen, lo interpelen y lo escuchen. Y como propone Rivera Garza (2022) “interrogar y reconstruir todo nuestro sistema de percepción y todo nuestro sistema narrativo”.

Berlanga (2018) plantea preguntas similares en su trabajo sobre la representación visual de los feminicidios en los medios de prensa: ¿cómo abordar desde la fotografía un problema de esta magnitud sin caer en la descripción gráfica o reproducir las relaciones de poder? Siguiendo su propuesta, entiendo que el arte, y en particular el arte sonoro, puede funcionar como un espacio de traducción sensible de las emociones, las intuiciones y las memorias que quedan desplazadas por las formas existentes de representar.

Es en ese espacio intermedio, entre lo que no se dice y lo que podría decirse de otro modo, donde se sitúa *Alrededor del fuego*. Inspirada por esta idea, me interesa proponer categorías que surjan del hacer sonoro, de las prácticas compartidas y de los afectos que emergen en la escucha. Si es cierto que en la imagen y la fotografía operan mecanismos de poder, silenciamiento y exclusión (Berlanga 2018), considero que esto también se vive desde el sonido, y es allí donde es necesario intervenir. Pero, para hacerlo, es indispensable asumir una perspectiva situada que me permita reconocer mis propias condiciones de enunciación y las relaciones de poder que atraviesan tanto la creación como la escucha.

Al respecto, encuentro una base sólida en la propuesta de Haraway (2023), quien entiende el conocimiento situado como un ejercicio que exige “la impugnación, la deconstrucción, la construcción apasionada, las conexiones entrelazadas y la esperanza de transformar los sistemas de conocimiento y las maneras de ver” (303). Desde esa mirada, me hago preguntas que orientan tanto la metodología como el gesto artístico de este proyecto: ¿cómo escuchar?, ¿desde dónde y a quién?, ¿para qué y para quién hacemos sonido?, ¿qué narrativas interrumpimos al hacerlo? Estas preguntas no son meramente teóricas, son también políticas, éticas y estéticas, y surgen desde un lugar profundamente afectado por la violencia.

Aunque este proyecto se desarrolló inicialmente en el contexto académico, mi intención siempre ha sido que su alcance desborde esa esfera. Está pensado para ser compartido y desarrollado con personas cercanas a las luchas feministas, compañeras de militancia, artistas y participantes que no necesariamente se sitúan en el espacio universitario. En

ese tránsito, encuentro una guía en el concepto de *desapropiación* propuesto por Rivera Garza (2017, 2019). Frente a los lenguajes que imponen jerarquías entre autor y fuente, entre testimonio y teoría, esta autora sugiere una escritura en comunalidad, una forma de creación que escuche sin absorber, que escriba sin subsumir. La desapropiación es, para mí, un principio ético y político que me permite pensar prácticas sonoras en las que múltiples voces se entrelazan sin que ninguna sea anulada, en las que la horizontalidad es una forma de resistencia frente a los modos patriarcales de narrar y de producir conocimiento.

Este tipo de posicionamiento ético también se refleja en otras prácticas artísticas feministas situadas en América Latina. Por ejemplo, Antivilo Peña (2015) propone que sus proyectos son una “búsqueda [para] crear nuevos lugares de resistencia y fracturar dualismos occidentales (masculino-femenino, público-privado, activo-pasivo [o popular-académico]) donde la interrelación entre diferentes grupos fuese posible, donde se compartiesen experiencias y la reciprocidad fuese parte del proceso creativo” (210). Con esta idea, abro una brecha que enfatiza la importancia de la comunidad como motor creador, por lo que el acercamiento y el tejer de redes con otras mujeres es parte central del desarrollo de esta investigación.

Asimismo, se propone este ejercicio como una intervención situada en ese territorio de ruptura: entre la necesidad de nombrar y la imposibilidad de hacerlo con las herramientas heredadas. El sonido, en su cualidad abstracta, afectiva y no verbal, ofrece una vía distinta para habitar el trauma no para representarlo, sino para resonarlo, compartirlo y sostenerlo. A través de prácticas de escucha y emisión colectiva, me interesa explorar formas en que las participantes puedan vincularse con su dolor sin tener que ponerlo en palabras, y generar un espacio donde la escucha se convierta en una forma de cuidado y la creación sonora en un acto político. Hacer una apuesta por construir colectivamente los lenguajes que aún no existen, pero que necesitamos con urgencia.

## Escuchar profundamente: presencia, vínculo y sanación

Para continuar con la idea de que la escucha puede ser una práctica transformadora no solo en el ámbito estético, sino también en lo emocional, lo político y lo espiritual, me acerco al trabajo de Oliveros (2019), quien, a través de su propuesta de *Deep Listening*, plantea que la música puede, y debería, tener un efecto restaurador. La escucha profunda es una práctica que invita a expandir la percepción de los sonidos más allá de lo musical y lo verbal, e incorporar todas las vibraciones perceptibles del entorno, del cuerpo y de la memoria.

También Oliveros (2019) señala que escuchar no es lo mismo que oír, la primera es una acción voluntaria, activa, que requiere compromiso y presencia. Oliveros (2015) propone que, en la práctica sostenida de la escucha, puede surgir la compasión, entendida como una forma activa de conexión con los demás. En este sentido, el sonido se convierte en un medio para habitar lo común. A diferencia de la escucha neutral o desinteresada, esta autora plantea una práctica política y espiritual que nos llama a responder con claridad, empatía y conciencia (Buzzarté y Bickley 2012).

Siguiendo la línea de pensamiento de Oliveros (2015, 2019), en este proyecto la escucha es más que una capacidad sensorial o una técnica para componer, busca ser una práctica relacional, una forma de estar con las otras. Es una escucha que nos permite estar presentes y conscientes de nuestro alrededor en el momento, percibir más allá de lo evidente, prestar atención no solo a los sonidos, sino a las intenciones, las emociones y los contextos que los producen. Sobre todo, me interesa la capacidad de llevar la escucha profunda sugerida por esta autora a ejercicios de escucha en comunidad, que permitan reaccionar con conciencia a los estímulos sonoros, en una búsqueda de responder con claridad y compasión. Una escucha que no busca interpretar o juzgar los sonidos ajenos,

sino permitir que nos atraviesen y nos transformen para lograr entablar una relación y entrar en sintonía una con la otra.

Esta forma de escucha relacional dialoga con otras propuestas que entienden el sonido como un fenómeno que no se agota en lo acústico, sino que activa redes de afectos, memorias y vínculos. LaBelle (2018) plantea que el sonido es siempre un evento social, un medio que nos pone en relación con los demás. Para este autor, escuchar implica un acto de apertura, una vulnerabilidad compartida, y es ahí donde su potencia política se manifiesta: no en el control del mensaje, sino en el descentramiento del yo y la disponibilidad para lo otro.

Asimismo, Voegelin (2010) propone la sensibilidad sonora, que subraya el potencial del sonido para interrogar las superficies visibles del mundo. En su trabajo, este autor plantea que el sonido, en su invisibilidad y falta de forma fija, desestabiliza los órdenes establecidos por la política de la imagen y abre un marco desde el cual podemos generar nuevas perspectivas críticas. Desde este punto de vista, el acto de escuchar es ya una forma de relación ética, una práctica que exige presencia sin garantías, apertura sin control. Y es precisamente esa disposición la que busco sostener con mi propuesta: surge con el propósito de generar un espacio donde lo inaudito (aquel que no ha sido escuchado) pueda empezar a tener lugar, más que alcanzar una conclusión.

Escuchar así, como lo plantean Oliveros (2015, 2019) y Voegelin (2010), me permite sugerir la escucha como un dispositivo metodológico feminista y situado: no objetivo ni neutral, sino encarnado, situado y comprometido con los afectos y las relaciones que lo hacen posible. En este sentido, *Alrededor del fuego* es un laboratorio donde la escucha permite la creación en conjunto de una experiencia sonora, que, además, genera conocimiento, cuidado y potencia colectiva. A continuación, describo la metodología empleada y los hallazgos que surgieron en el proceso.

A partir del enfoque teórico desarrollado en las secciones anteriores, esta investigación se inscribe en la práctica de la investigación-creación situada, entendida como una forma de producción de conocimiento que emerge del hacer, del encuentro con otras y de los afectos movilizados en procesos colaborativos. En esta sección, comparto las distintas metodologías utilizadas en *Alrededor del fuego*. Esta propuesta se ha desarrollado en dos ocasiones: la primera se llevó a cabo en la marcha de conmemoración de los feminicidios en Morelia (Michoacán) y la segunda como parte de las actividades “Mujeres que inspiran” por el Mes de la Mujer en la Universidad Autónoma de Tamaulipas (UAT). A continuación, se comparten los detalles de cada una de las intervenciones.

## Primera prueba: marcha por los feminicidios en Morelia (Michoacán)

Esta primera intervención se presentó como parte de la marcha en conmemoración de las víctimas de feminicidio llevada a cabo el 3 de noviembre de 2022 en Morelia (Michoacán). Esta marcha nació para nombrar y reconocer la violencia feminicida que ocurre en el estado, a la vez que se recuerda y honra a todas las mujeres que fueron víctima de estos crímenes. Además de la marcha, suelen presentarse otro tipo de actividades relacionadas con la protesta: altares, lecturas de poemas y ceremonias, entre otras.

Considerando esto, como parte de las actividades, propuse a las colectivas feministas convocantes, Incendiarias y Libres Morelia, esta dinámica para ejecutar en la manifestación. Mi intención al acercarme a ellas era entender cómo es que esta actividad podía servir para los asistentes y cómo podía insertarse en la marcha.

En la conversación con las colectivas, se contextualizó la dinámica que suele tener una marcha y se resaltó la posibilidad de que podría no ser el espacio ideal para llevar a cabo una actividad que requiere tanta concentración, como un círculo de escucha. Se apuntó que lo usual es que, al terminar la marcha, las personas que participan se disipen muy rápido y la mayoría ni siquiera se queda a la lectura del posicionamiento. Otro aspecto a considerar es que, en esta marcha, se iba a llegar al palacio municipal de Morelia que está en el centro de la ciudad. Además de la locación, era importante el factor de que afuera habría un altar. Esto significaba mucho ruido, gente pasando y muchos otros aspectos que no es posible controlar. Pedir a los asistentes participar en una actividad así, en ese punto, con tantos factores de distracción y en un ambiente tan poco controlable, iba a ser muy poco o nada exitoso.

La otra opción era hacerlo antes de la marcha, pero tampoco era una opción viable, porque, en ese momento, la prioridad debe ser la concentración de asistentes y la planeación del recorrido. Requiere estar muy atentos a lo que pide la colectiva organizadora y prestar mucha atención a las indicaciones y medidas de seguridad que se seguirán durante la marcha.

Además, durante la conversación, surgieron ciertas preguntas por parte de una de las integrantes de Incendiarias, que me llevaron a reflexionar sobre la manera en que se estaba presentando *Alrededor del fuego*. Para ellas, el objetivo de la actividad parecía ser similar al que se busca con una marcha: gritar, cantar, decir y proclamar las consignas para expresar lo que sienten los participantes y alcanzar una especie de catarsis. En respuesta, tuve que explicar de manera más detallada que en *Alrededor del fuego* el papel de la escucha es, incluso, más importante que la emisión de sonido, ya que la escucha desempeña un papel crucial en la dinámica, puesto que nos permite un mejor entendimiento y una conexión.

Una vez contempladas las amenazas posibles que enfrentaría la dinámica, junto con Libres Morelia se tomó la decisión de realizar la actividad cuando la marcha llegara a su fin, justo después de que los familiares de las víctimas dijeran unas palabras. Para llevar a cabo la dinámica, consideré las observaciones de Incendiarias y preparé una actividad con instrucciones muy libres que permitieran que la obra fluyera en un contexto de este tipo.

Para contextualizar las condiciones en las que se llevó a cabo este primer experimento, es relevante destacar las características de la marcha y el entorno donde se desarrolló. En primer lugar, esta marcha fue un acto de luto, dedicado completamente a recordar a las mujeres asesinadas en Morelia (Michoacán). Participaron familiares y seres queridos de varias de estas mujeres, por lo que se percibía un ambiente cargado de tristeza y enojo. Como fue una marcha de menor tamaño en comparación con otras en la ciudad, se vio afectada por una notoria apatía por parte de la ciudadanía. El tráfico no se detuvo, lo que obligó al contingente a esperar en varias ocasiones a que se despejara la vía por la que avanzábamos. Algunos de los comercios que se encontraban en la ruta de la marcha aumentaban el volumen de la música que estaban reproduciendo cuando el contingente pasó para que no se escucharan las consignas. Al llegar al punto de reunión, el palacio municipal en el centro de la ciudad, y donde se encontraba el altar en memoria de las víctimas, nos encontramos con una gran actividad en el área. Incluso, en la esquina opuesta de nuestra manifestación, un violinista amplificado no dejaba de tocar su instrumento a todo volumen. Este escenario se sumó al constante flujo de transporte militar y personas que circulaban por los alrededores sin percatarse siquiera de la actividad que estaba sucediendo en ese momento.

## Un canto en medio del caos: ejecución de la actividad

A pesar de las condiciones, una vez que estaban todos los asistentes reunidos frente al palacio, formaron un círculo para escuchar el posicionamiento y se dio oportunidad a los familiares de víctimas de hablar, quienes nos compartieron su tristeza, enojo y, sobre todo, su deseo de justicia. Después fue el momento de llevar a cabo *Alrededor del fuego* para terminar con la marcha.

Me dirigí al centro del círculo que se había formado y compartí los detalles necesarios para desarrollar la actividad. El ejercicio comenzó con la explicación de la propuesta: la creación de una pieza colectiva en la que se nos permitiera habitar y reflexionar sobre los sentimientos que produjo la marcha. Se pensó sobre cómo la violencia feminicida nos afectaba a todos los asistentes de diferentes maneras y que el fin de la actividad era permitirnos expresar cómo nos sentíamos a través del sonido. Sin embargo, más allá de expresar, debíamos poner especial intención en escuchar qué es lo que nuestros compañeros de experiencia compartían, y así lograr entablar un tipo de diálogo sonoro en el que pudiéramos encontrar acompañamiento y soporte. A continuación, se les brindó a los asistentes las indicaciones. Se les proporcionó unos segundos para prestar atención a qué es lo que estaban sintiendo y pensando, y una vez que se sintieran listos, podían expresarlo de la manera que fuera más fácil en ese momento: hablar, gritar, susurrar o hacer ruido con sus palmas o sus pies. Se recalcó que lo más importante era tratar de escuchar qué nos compartían los demás compañeros de experiencia.

Una vez empezó la actividad con los segundos de silencio, los asistentes empezaron a tener reacciones muy emocionales, como llanto, abrazos y caras de tristeza, y entonces fui yo la que comenzó a emitir sonidos. Comencé a cantar una melodía sin letra, solo una vocalización con la letra *a*. Durante varios segundos no escuchaba a nadie más y con la mirada recorría los rostros frente a mí que seguían involucrándose, pero aún no hacían sonido. Fue entonces que mi madre que iba en la marcha empezó a golpear su pierna. Esa acción detonó que otras personas empezaran a hacer sonidos percutivos con sus palmas, que pronto establecieron un pulso sobre el que algunas chicas empezaron a gritar esporádicamente: “Ni una menos”, “No las olvidamos”, “Estoy harta”, “No más feminicidios”, “Me duele”. Esto siguió unos segundos cuando una voz gritó “¡Justicia!”, y de pronto todos los participantes estábamos gritando “¡Justicia!”. Con estos gritos, la dinámica que se desenvolvía de manera caótica, impregnada de rabia, gradualmente se transformó en un pulso más rítmico y estable a medida que más personas se unían. El sonido de las palmas y percusiones se intensificó, creciendo en fuerza y caos. Progresivamente, nuestros gritos se extinguieron y dejaron solo el resonar unísono de las palmas. El ritmo se desaceleró y marcó un pulso lento y pronunciado, que luego aceleraba su paso para regresar finalmente a un tempo más sosegado, hasta que se desvaneció por completo. Finalmente, dos voces comenzaron a entonar la *Canción sin miedo* de Vivir Quintana, que pronto fue cantada por un gran número de las asistentes. Una vez finalizada la canción, culminó este primer experimento de la obra sanadora, con muchísima emoción, mucho llanto y mucha sed de justicia.

Como resultado de esta intervención, quedaron en mí muchas preguntas en cuanto a cómo llevar a cabo más dinámicas de este tipo. Primero que nada, la colectiva Incendiarias tenía toda la razón en cuanto a la dificultad de realizar una actividad de este tipo en un ambiente tan poco controlable como el que presenciamos, sobre todo, por las condiciones tan poco favorables para escucharnos y que las personas asistentes no estaban al tanto de que iban a trabajar en una actividad así. Otra cosa que también llamó mi atención es que hay ciertos elementos que permiten a las personas participar de manera más cómoda en la dinámica. Por ejemplo, cuando empecé a cantar, fue claro que no todos los asistentes se sintieron capaces de participar; sin embargo, la percusión sí desató la participación. Asimismo, la

palabra *justicia* fue un disparador muy importante en esta ocasión, al igual que las palmas, que se convirtieron en el hilo conductor de la obra.

Esta experiencia me llevó a concebir la gran variedad de maneras en las que puede llevarse a cabo esta dinámica; en esta ocasión, fue en una marcha pequeña, sin mucha preparación, sin saber qué esperar. Pero podría llevarse a cabo prestando materiales para emitir sonidos, como silbatos o instrumentos percutivos, para las asistentes a la marcha, y que así su participación fuera más “sencilla” por no tener que pensar demasiado en qué hacer. También resultó interesante pensar cómo funcionaría si se lleva a cabo a manera de taller, es decir, en un entorno que permita una mayor reflexión, acompañamiento, preparación y escucha. Asimismo, surgió la idea de que entre las participantes se pudieran definir los materiales sonoros a utilizar, en qué momento se utilizarían, cómo se presentarían; la posibilidad de establecer estructuras, duraciones, dinámicas, entre otras opciones.

Uno de los aspectos esenciales que me interesaba explorar en una dinámica de taller era ahondar en la calidad restauradora que puede brindar la práctica de la escucha profunda. Buscar la posibilidad de sumergirnos en un espacio donde la atención plena hacia los sonidos se convirtiera en una herramienta para sanar y reconstruir, así como proporcionara un espacio seguro para la expresión, la conexión y la contención.

## Segunda prueba: taller en la UAT

Como segundo experimento, se realizó una versión taller de *Alrededor del fuego* como parte de las actividades “Mujeres que inspiran” en la Facultad de Música y Artes de la UAT, que estuvo dirigido a mujeres de la comunidad universitaria, convocadas por invitación abierta a través de las redes sociales de la UAT. Resultado de la convocatoria llegaron ocho estudiantes, todas mujeres, provenientes de distintos semestres de la Licenciatura en Música.

El taller se llevó a cabo en el estudio de grabación de la Facultad de Música y Artes de la UAT por su calidad de ser un lugar seguro, privado y con excelentes condiciones para escuchar, y se adaptó la cabina para realizar el ejercicio. Para ello, se colocaron sillas dispuestas en círculo y un equipo audiovisual para introducir algunos conceptos.

La actividad tuvo una duración de aproximadamente dos horas y, en esta ocasión, estuvo dividido en tres partes: “introducción a la escucha profunda”, “estragos de la violencia” y “s(o/a)namos juntas”. Durante la sesión se ejecutaron ejercicios de respiración, escucha profunda, improvisación vocal, escritura libre y conversación abierta. Estas dinámicas se plantearon no como técnicas musicales, sino como formas de conexión, como oportunidades para afinar la atención hacia una misma y hacia las otras. La exploración sonora se realizó con el cuerpo, la voz, el silencio y algunos objetos cotidianos, sin delimitar jerarquías entre lo artístico y lo expresivo. Esto tuvo como consecuencia momentos de creación sonora colectiva, resultado del proceso vivido. Las piezas resultantes del trabajo fueron grabadas en audio y recoge los fragmentos sonoros y narrativos que surgieron de los distintos círculos de escucha, improvisación y reflexión. Esta grabación funciona como un testimonio afectivo, una forma de memoria compartida y también de denuncia (Nuestra-voz.net 2025). A continuación, comparto los detalles de esta versión de *Alrededor del fuego*.

## La sesión: ejecución de la actividad

Este ejercicio comenzó con la presentación del taller, en la que brevemente se compartió con las asistentes la justificación, los objetivos generales y la dinámica que seguiríamos. Posteriormente, pasamos a la introducción a la escucha profunda en la que se explicó

la propuesta de *Deep Listening* desarrollada por Oliveros (2005) y se introdujo a las participantes en algunos de los principios fundamentales de esta práctica, destacando su potencial restaurador y transformador en procesos colectivos de sanación. Se subrayó la distinción que esta autora establece entre oír (*hearing*) y escuchar (*listening*), con énfasis en que la escucha profunda implica una actitud activa, voluntaria y consciente en la que cuerpo, mente y emoción se disponen a percibir no solo los sonidos evidentes, sino todas las vibraciones perceptibles del entorno.

A lo largo de esta primera parte, se compartieron algunas frases clave de Oliveros (2005) como punto de partida para la reflexión, tales como “la música, como mínimo, debería tener un efecto restaurador” o “la compasión y el entendimiento surgen de la escucha imparcial de todo el continuo espacio-temporal del sonido”. Con esta introducción, se invitó a las participantes a considerar el sonido no como un fenómeno exclusivamente musical o verbal, sino como un campo de resonancias donde se activan ideas, recuerdos, emociones y vínculos.

De esta manera, se planteó la escucha como una forma de estar y estar con otras, una práctica relacional que permite abrirse a lo que está presente, incluso cuando duele, y que promueve la posibilidad de responder con calma y claridad. Escuchar, en este sentido, se presentó como un compromiso ético con el entorno y con las otras personas, al igual que como una vía para generar condiciones de presencia, cuidado y conexión en el desarrollo del taller. Esta preparación sentó las bases para las siguientes actividades, que se fueron desplegando con base en esa disposición sensible, abierta y colectiva.

Tras la introducción teórica y sensible a la escucha profunda, se llevó a cabo un ejercicio que funcionó como puente entre la reflexión conceptual y la práctica encarnada de la escucha: el círculo de respiración. La dinámica partió de la frase: “Con cada respiración, transmito un sonido y recibo un sonido”, que tuvo como propósito preparar el terreno para una escucha atenta, expandida y relacional. Se propuso a las participantes emitir sonidos sostenidos de forma libre con la exhalación y recibir los sonidos del grupo al inhalar, y así generar un flujo sonoro continuo en el que cada una pudiera reconocer la presencia de las otras, sin necesidad de hablar ni coordinarse explícitamente.

La actividad se realizó con un temporizador de cuatro minutos y se explicó que el objetivo no era imitar o sincronizar los sonidos emitidos por las demás, sino entrar en una conversación sonora, en la que se escuchara con intención y se respondiera desde la intuición y el cuerpo, como en una conversación respetuosa: escuchar y proponer con base en lo que se percibe. Este ejercicio permitió a las participantes comenzar a desarrollar una conciencia más afinada de su entorno sonoro, de su presencia en el grupo y de la importancia de sostener una escucha abierta y atenta.

Al finalizar el temporizador, se abrió un espacio de conversación para que las asistentes pudieran compartir lo que sintieron y experimentaron durante el círculo de respiración. Muchas de las intervenciones señalaron una sensación de conexión inesperada, la dificultad inicial para soltarse o confiar en su propia voz y el descubrimiento de una dimensión sensible de la comunicación que normalmente no se habita en lo cotidiano. Este momento de verbalización permitió reconocer que la práctica sonora también habilita afectos, intuiciones y conversaciones que no siempre pueden ser articuladas en palabras.

En la segunda etapa del taller, se compartieron algunos elementos teóricos y nociones básicas sobre la violencia de género, como qué es y los tipos de violencia que existen (Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia contra las Mujeres [Conavim], 2016; Guerrero Galván y Solís Medina 2020; Tojil 2025). Lejos de plantear una clase magistral, se buscó abrir la reflexión con preguntas que invitaran a las participantes a pensar cómo

esta violencia las atraviesa desde distintos lugares: el cuerpo, la emoción, el pensamiento, la percepción o la memoria. Se planteó pensar y habitar desde la racionalidad, el sentir, la intuición y la corporalidad. Algunas preguntas catalizadoras que guiaron la reflexión colectiva fueron: ¿qué sentimientos te ha dejado tu experiencia con la violencia?, ¿cómo se manifiesta el silencio en situaciones de opresión o miedo?, ¿en qué partes del ser habita el dolor que aún no se ha dicho?

Posteriormente, se invitó a las participantes a explorar la relación entre su experiencia y el universo sonoro. Para ello, se les pidió que trataran de expresar, mediante una o varias palabras, aquello que estuvieran pensando, sintiendo o recordando en ese momento. Una vez hecho esto, se les propuso asociar esas palabras a un sonido (no necesariamente de forma literal o directa), permitiendo que cada una encontrara su propia manera de traducir emocionalmente lo que habitaba en ella. Los sonidos podían provenir de la voz hablada, la respiración, golpes rítmicos con manos o pies, palmadas, roces, o, incluso, con el uso de la palabra misma. Esto fue decidido por cada participante según como quisiera construir esa relación entre lenguaje, cuerpo y sonoridad. Es necesario mencionar que esta información no fue compartida con las demás participantes.

A partir de estos sonidos individuales, se llevó a cabo un segundo círculo de improvisación colectiva, centrado nuevamente en la escucha como eje fundamental. En esta ocasión, el ejercicio consistió en utilizar los sonidos previamente elegidos, cuidando formar un diálogo constante con lo que las demás iban proponiendo. Se reiteró la consigna de que el objetivo no era "hacer sonar más fuerte" ni destacar, sino escuchar con atención y responder desde ahí, y generar una interacción sonora que funcionara como conversación afectiva entre todas.

Se puso un temporizador de cinco minutos y comenzó el trabajo. Los primeros sonidos que se emitieron fueron respiraciones profundas que fueron seguidos de sonidos percutivos con los pies. También se incorporó el sonido de tela frotada, pequeños golpes y posteriormente algunas participantes empezaron a cantar melodías cortas. Aunque el ejercicio comenzó con una dinámica muy baja y con sonidos más esporádicos, alrededor del minuto cuatro comenzó a subir la intensidad de los sonidos y la continuidad, sobre todo, en los sonidos percutivos, que llegó a convertirse en un pulso estable hasta que sonó el temporizador y marcó el final de la actividad.

Una vez concluido el ejercicio, se ofreció a las participantes un tiempo de silencio para reflexionar individualmente sobre la experiencia vivida y registrar por escrito sus emociones, pensamientos o sensaciones. Luego, se abrió un espacio de diálogo para compartir lo escrito o simplemente hablar desde el sentir. Este momento se convirtió en uno de los más intensos y significativos del taller: varias participantes expresaron sentirse tristes, enojadas, con impotencia, removidas, y muchas lloraron. Lo compartido resonó en todas, y se generó un clima de catarsis y contención colectiva, en el que el sonido y la palabra se entrelazaron como canales de liberación emocional y construcción de comunidad. Este instante, más que un cierre, fue una apertura: hacia el reconocimiento del dolor compartido, hacia la posibilidad de sostenerse entre todas y hacia la construcción de un tejido común desde la vulnerabilidad habitada juntas.

Tras el momento de catarsis y contención, se propuso una tercera dinámica grupal, "s(o/a) namos juntas". En este nuevo círculo, las participantes fueron invitadas a nombrar de forma conjunta aquellas emociones negativas que con mayor frecuencia las atraviesan en contextos de violencia o vulnerabilidad. Las emociones que emergieron del diálogo fueron impotencia, miedo, coraje, soledad y negación. A cada una de ellas se le asignó un sonido que el grupo acordó colectivamente: una pisada fuerte para la impotencia, un grito agudo para el miedo, un grito grave para el coraje, un suspiro para la soledad y pisadas rápidas y livianas para la negación.

Una vez realizada esta primera exploración, se sugirió un nuevo ejercicio complementario: pensar y traducir en sonido aquellos sentimientos que desearían experimentar como respuesta o transformación frente a las emociones mencionadas. Las emociones elegidas por las participantes fueron justicia, confianza, fuerza, empatía y paz. Estas se representaron mediante diversas formas sonoras: un sonido vocal con la letra *a* en dinámica *sfffz* para la justicia; aplausos en ritmo de tresillo para la confianza; un golpe con la palma en el pecho para la fuerza; un sonido vocal con la letra *m* en dinámica *mezzo forte* para la empatía, y sonidos agudos, largos y suaves con la letra *u* en dinámica *pianíssimo* para la paz.

Este ejercicio permitió no solo canalizar afectos a través del cuerpo y la voz, sino también proyectar, imaginar y compartir deseos emocionales comunes. El contraste entre las emociones dolorosas y las que representan contención o reparación abrió un espacio simbólico de tránsito entre el malestar y el deseo de transformación, que reforzó la escucha como práctica empática y el sonido como vehículo de expresión colectiva.

Con este consenso emocional y sonoro, se llevó a cabo una última versión del círculo de escucha, ahora con una nueva capa de profundidad: la conciencia plena de lo que las demás estaban sintiendo y la intención de acompañar esas emociones a través del sonido, escuchando activamente a sus compañeras para intervenir de manera empática y sostenida.

El ejercicio trató de habitar el sonido como gesto afectivo: un sonido podía ser una respuesta, una afirmación o una presencia que se suma sin invadir. Las participantes permanecieron atentas a lo que surgía en el grupo y ajustaron su participación siempre desde el cuidado. El círculo se convirtió en un espacio de encuentro, donde cada sonido era al mismo tiempo personal y colectivo, memoria y deseo, eco de dolor y posibilidad de consuelo.

Al finalizar el círculo de experimentación, se invitó a las participantes a escribir brevemente sobre su experiencia. Estas reflexiones, compartidas en un último momento de círculo, revelaron un fuerte sentimiento de alivio, contención y gratitud. Muchas expresaron haber sentido que dejaban una carga atrás, que se iban ligeras, acompañadas, y con la alegría de haber participado en una experiencia que, desde el sonido, les permitió nombrar, compartir y soltar.

## Conclusiones

Las experiencias vividas en las dos variantes de *Alrededor del fuego* dejaron resultados y reflexiones muy distintas, pero que a la vez se complementaron. Es interesante que los componentes técnico y estético de estas creaciones fueron delineados por la propia práctica: fueron las voces, las emociones y los gestos de las participantes las que dieron forma a las obras resultantes. En esta metodología, la práctica misma produce conocimiento, y lo hace desde el cuerpo, el vínculo y la experiencia compartida. Se produce un espacio donde la escucha se vuelve una forma de cuidado mutuo, donde no se exige explicar o justificar el dolor, sino simplemente dejarlo ser, acompañarlo y sostenerlo en comunidad.

La práctica realizada en la dinámica de marcha facilitó el reconocimiento de las oportunidades y áreas de trabajo que podían desarrollarse. Esto dio lugar a que se plantearan metodologías de mayor reflexión, experimentación y contención para la dinámica de taller, así como metodologías para probar en una nueva dinámica de marcha. Entre estas, cabe resaltar que la introducción de la escucha profunda tomó una gran importancia en el resultado de las prácticas.

En cuanto a la experiencia de las participantes, en el taller las asistentes declararon que este ejercicio lo encontraron como un momento de catarsis y expresaron sorpresa por la

capacidad de expresar por medio del sonido los sentimientos que tenían sin necesidad de compartir explícitamente su experiencia. Mencionaron también sentir “un peso menos” y alivio después de la actividad, así como que habían construido un espacio de cuidado y seguridad, además de un vínculo con las mujeres que compartieron la experiencia. Otro comentario repetido por las participantes fue que creen necesario que se realicen más actividades como esta, ya que les permitió un momento de contención a través del uso del sonido, la palabra, el silencio y la experimentación sonora. Recalcaron la necesidad de habilitar territorios seguros para preguntarnos cómo habitamos nuestras experiencias, cómo nos duelen y cómo podemos, juntas, transformarlas en algo que resuene más allá de nosotras.

Este tipo de prácticas sonoras permiten abrir otros caminos para transitar el dolor: caminos que no necesariamente exigen relatar lo vivido con palabras, sino que ofrecen posibilidades para resonarlo, transformarlo y compartirlo desde lo sensible. En ese sentido, el sonido y la escucha ser convierten en herramientas de articulación política y afectiva que posibilitan la reconstrucción del vínculo colectivo, el reconocimiento del otro y la apertura de espacios donde lo inasible, lo callado o lo imposible de nombrar pueden tener lugar.

Frente a la fragmentación, la rapidez y la saturación de discursos, estas experiencias proponen una pausa: un espacio para respirar juntas y escuchar con atención las emociones de las otras. Lo que ocurre en estos encuentros no se traduce fácilmente en indicadores cuantitativos, pero permite observar cómo se construyen vínculos y formas de comunicación que no dependen únicamente de las palabras. A través de suspiros, silencios, gritos, golpes en el pecho o sonidos apenas audibles, se configura una forma de expresión que transmite sin necesidad de explicar, que acompaña sin invadir y que plantea posibilidades de transformación desde el cuidado.

## [REFERENCIAS]

- Antivilo Peña, Julia. 2015. *Entre lo sagrado y lo profano se tejen rebeldías: Arte feminista nuestroamericano*. Bogotá: Desde Abajo.
- Berlanga, Mariana. 2018. *Una mirada al feminicidio*. México: Universidad Autónoma de la Ciudad de México.
- Buzzarté, Monique y Tom Bickley, eds. 2012. *Anthology of Essays on Deep Listening*. Kingston: Deep Listening Publications.
- Comisión Nacional para Prevenir y Erradicar la Violencia contra las Mujeres. 2016. “¿Qué es la violencia contra las mujeres y sus modalidades?”. <https://www.gob.mx/conavim/articulos/que-es-la-violencia-contra-las-mujeres-y-sus-modalidades>.
- Gallo, Irma. (2021, mayo 28). Cristina Rivera Garza habla sobre El invencible verano de Liliana [Entrevista]. [https://www.youtube.com/watch?v=fXAKiMF58RY&ab\\_channel=LaLibretadelirma](https://www.youtube.com/watch?v=fXAKiMF58RY&ab_channel=LaLibretadelirma)
- Guerrero Galván, Luis René y Carlos Ernesto Solís Medina. 2020. *Guía informativa sobre violencia de género contra las mujeres en el ámbito comunitario*. México: Universidad Nacional Autónoma de México. <https://archivos.juridicas.unam.mx/www/bjv/libros/13/6352/9.pdf>.
- Haraway, Donna. 2023. *Mujeres, simios y cíborgs: La reinención de la naturaleza*. Madrid: Alianza.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. 2022. “Violencia contra las mujeres en México”. <https://www.inegi.org.mx/tableroestadisticos/vcmm/>.
- La Libreta de Irma. 2021. “Cristina Rivera Garza habla sobre El invencible verano de Liliana”. <https://www.youtube.com/watch?v=fXAKiMF58RY>.
- LaBelle, Brandon. 2018. *Sonic Agency: Sound and Emergent Forms of Resistance*. Londres: Goldsmiths Press. <https://library.oapen.org/bitstream/handle/20.500.12657/63134/9781912685950.pdf?sequence=1&isAllowed=y>.
- Naciones Unidas. 2023. “La violencia de género es una de las violaciones más generalizadas de los derechos humanos en el mundo”. <https://unric.org/es/la-violencia-de-genero-segun-la-onu/>.
- Nuestra-voz.net. 2025. “Alrededor del fuego”. <https://www.nuestra-voz.net/AlrededorDelFuego.html>.
- Oliveros, Pauline. 2005. *Deep Listening: A Composers's Sound Practice*. Nueva York: iUniverse.
- Oliveros, Pauline. 2019. *Deep listening: Una práctica para la composición sonora*. 3.ª ed. Buenos Aires: Dobra Robota.
- ONU Mujeres. 2024. “Datos y cifras: Violencia contra las mujeres”. <https://www.unwomen.org/es/articulos/datos-y-cifras/datos-y-cifras-violencia-contra-las-mujeres>.
- Romero Mireles, Laura Lucía. 2024. “Hombres y mujeres deben luchar por la igualdad de género”. Red de Mujeres Sindicalistas. <https://rmsindicalistas.mx/2024/03/hombres-y-mujeres-deben-luchar-por-la-igualdad-de-genero/>.
- Rivera Garza, Cristina. 2017. “Desapropiación para principiantes”. *Literal*, 31 de mayo. <https://literalmagazine.com/desapropiacion-para-principiantes/>.
- Rivera Garza, Cristina. 2019. *Los muertos indóciles: Necroescrituras y desapropiación*. Barcelona: Debolsillo.
- Rivera Garza, Cristina. 2021. *El invencible verano de Liliana*. México: Random House.
- Rivera Garza, Cristina. 2022. “Verlas a ellas”. *The Washington Post*, 8 de julio. <https://www.washingtonpost.com/es/post-opinion/2022/07/08/verlas-a-ellas-el-invencible-verano-de-liliana-cristina-rivera-garza/>.
- Sánchez de los Monteros Arriaga, Anel Cecilia. 2020. “La violencia de género en México, ¿en qué vamos?”. *Revista Digital Universitaria* 21, n.º 4. <http://doi.org/10.22201/cuaied.16076079e.2020.21.4.1>.
- Tojil. 2025. “Violencia de género”. <https://tojil.jerrydemos.com/violencia-de-genero/>.
- Voegelin, Salomé. 2010. *Listening to Noise and Silence: Towards a Philosophy of Sound Art*. Nueva York: Continuum.