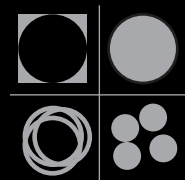


20
16

P



5ta Edición

PROJAZZ CUADERNO DE VIAJE

© IP Projazz/Cuaderno de Viaje 2016/5ta edición

Dirección general: George Abufhele Bus.
Editora y directora de arte: Moca.
Diseño gráfico: Matías de los Reyes.
Imágenes: archivo Projazz.
Impreso por JCSM Chile Ltda.

Gráfica cuadrantes: del sitio www.integrallife.com,
"Integral Heart", publicado el 19 de febrero de 2015.

Ilustraciones páginas 70 y 93, gentileza de Gonzalo Martínez

Un especial agradecimiento a Patricio Muñoz Oporto por su
comprometido aporte en todas las ediciones



Descarga versión papel digital en
<http://www.projazz.cl/cv/cv2016web.pdf>

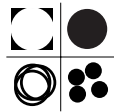


Certificado PEFC

Este papel proviene de bosques manejados de
forma sustentable y fuentes controladas.
www.pefc.org

Este Cuaderno de Viaje 2016 abarca aspectos institucionales relevantes de Projazz. Es más que una agenda: aquí encontrarás información y herramientas para mejorar tu práctica artística, personal y profesional y una profundización didáctica sobre el Enfoque Integral, un mapa para ayudarte a alcanzar la mejor versión de ti mismo.

Para emprender un viaje, nada mejor que tener un buen mapa.



Projazz

INSTITUTO PROFESIONAL

Con más de 30 años de trayectoria en el medio artístico y académico, en 2007 Projazz fue reconocido por el Ministerio de Educación como Instituto Profesional y en 2015 obtiene la Autonomía Institucional.

IP Projazz ha consolidado la formación de artistas profesionales en el ámbito del jazz y la música popular. En 2013 creó la primera carrera profesional de Teatro Musical en el país, liderando el perfeccionamiento de las artes escénicas integradas.

Los planes de estudio de Projazz integran y promueven un diálogo permanente entre el acervo aportado por la tradición y las tendencias de las vanguardias artísticas.

PROPÓSITO COMÚN

Amamos el arte y su capacidad transformadora y queremos, a través de la educación, impulsar los sueños y anhelos de nuestros estudiantes.

VISIÓN

Integrar la formación artística, profesional y personal de nuestros estudiantes, en consonancia con la sociedad y sus necesidades, a través de un desarrollo institucional integral.

MISIÓN

Formar artistas que integren en su quehacer lo profesional y lo personal y hagan sustanciales aportes a la sociedad.

RELACIONES INTERNACIONALES Y CONVENIOS



IASJ

International Association of Schools of Jazz

Creada en 1989, IASJ es la única red internacional especializada en la educación profesional del jazz y en consolidar su identidad educativa a nivel mundial. Cada año IASJ efectúa un gran encuentro que en 2016 se realizará en Boston, EE UU. Estos congresos reúnen cerca de cien estudiantes, profesores y representantes de los más de 40 países inscritos. IASJ mantiene alianzas con la UNESCO, IMC (International Music Council), JEN (Jazz Education Network) e ISIM (International Society for Improvised Music).

IP Projazz es miembro de IASJ desde 2010.



ALAEMUS

Asociación Latinoamericana de Escuelas de Música

CLAEM

Congreso Latinoamericano de Escuelas de Música

ALAEMUS es una organización que promueve la colaboración entre escuelas de música en América Latina. Cada año ALAEMUS organiza el congreso anual de sus representantes, CLAEM, que en 2016 se realizará en Chiapas, México. En estos encuentros se analiza el futuro de la educación profesional en música en Latinoamérica, con inclusión de mesas de debate, clases magistrales y ruedas de intercambio educativo.

IP Projazz es miembro de ALAEMUS desde su creación en 2012.

ASOCIACIONES Y MEMBRESÍAS

- Texas State University, San Marcos, EE UU
- UArts University of the Arts, Philadelphia, EE UU
- ALCEM Asociación Latinoamericana de Conservatorios y Escuelas de Música
- Conservatori Liceu, Barcelona, España



BERKLEE COLLEGE OF MUSIC

Considerada como una de las escuelas de música contemporánea más importantes del mundo, con cifras que ilustran una larga tradición vinculada a la educación personalizada a través de programas académicos de excelencia. Un 80% de sus graduados tiene participación activa en la industria musical mundial.

En abril de 2016, IP Projazz será sede de las audiciones que tomará Berklee College of Music en Chile. Las inscripciones online se realizan en www.berklee.edu.

También durante abril, destacados profesores y directivos de Berklee College of Music visitarán Projazz para presentar diferentes master classes sobre composición e improvisación, abiertas a todo público. Estarán a cargo de Rick DiMuzio, Jason Camelio y Alexia Rosari.

Esta visita se enmarca en la primera audición masiva que la destacada escuela norteamericana hace en nuestro país, en búsqueda de nuevos talentos que puedan continuar sus estudios en Boston.



Universidad
Finis Terrae

UNIVERSIDAD FINIS TERRAE

Doble titulación

Desde 2008 IP Projazz y Universidad Finis Terrae han suscrito el Programa de Formación Pedagógica en Educación Media para Licenciados, a partir del 4to año de carrera profesional en Projazz.

Además del título profesional que se obtiene en IP Projazz, la Universidad Finis Terrae entrega:

- El grado académico de Licenciado en Educación.
- El título profesional de Profesor de Enseñanza Media con mención en Artes Musicales o Actuación.

- Conservatorio de San Juan, Puerto Rico
- Instituto Terciario Tamaba, Buenos Aires, Argentina
- EMC Escuela de Música Contemporánea, Buenos Aires, Argentina
- EMU Educación Musical, La Plata, Argentina

HORARIO

20
16

1^{ER} SEMESTRE

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

2^{DO} SEMESTRE

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

AGENDA

2016

ENERO

L	M	M	J	V	S	D
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

FEBRERO

L	M	M	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29						

MARZO

L	M	M	J	V	S	D
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		

ABRIL

L	M	M	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

MAYO

L	M	M	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

JUNIO

L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

JULIO

L	M	M	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

AGOSTO

L	M	M	J	V	S	D
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

SEPTIEMBRE

L	M	M	J	V	S	D
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

OCTUBRE

L	M	M	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

NOVIEMBRE

L	M	M	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

DICIEMBRE

L	M	M	J	V	S	D
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

● Feriados

MARZO							
SEM	L	M	M	J	V	S	D
9		1	2	3	4	5	6
10	7	8	9	10	11	12	13
11	14	15	16	17	18	19	20
12	21	22	23	24	25	26	27
13	28	29	30	31			

7

Inicio clases 1^{er} Semestre
carreras Intérprete en Jazz y
Música Popular y Composición
Musical

14

Inicio clases 1^{er} Semestre
carrera Intérprete en Teatro
Musical

18

Inicio plazo inscripciones para
solicitar profesor guía
alumnos quinto año académico

ABRIL							
SEM	L	M	M	J	V	S	D
13					1	2	3
14	4	5	6	7	8	9	10
15	11	12	13	14	15	16	17
16	18	19	20	21	22	23	24
17	25	26	27	28	29	30	

4

Inicio clases regulares
1^{er} Semestre
alumnos quinto año académico

MAYO							
SEM	L	M	M	J	V	S	D
17							1
18	2	3	4	5	6	7	8
19	9	10	11	12	13	14	15
20	16	17	18	19	20	21	22
21	23	24	25	26	27	28	29
22	30	31					

JUNIO							
SEM	L	M	M	J	V	S	D
22			1	2	3	4	5
23	6	7	8	9	10	11	12
24	13	14	15	16	17	18	19
25	20	21	22	23	24	25	26
26	27	28	29	30			

24

Término clases regulares
1^{er} Semestre
alumnos todas las carreras

28

Inicio recuperación clases
pendientes 1^{er} Semestre

JULIO							
SEM	L	M	M	J	V	S	D
26					1	2	3
27	4	5	6	7	8	9	10
28	11	12	13	14	15	16	17
29	18	19	20	21	22	23	24
30	25	26	27	28	29	30	31

4

Fin recuperación clases
pendientes 1^{er} Semestre

4

Término clases regulares
1^{er} Semestre
alumnos quinto año académico

5a

Vacaciones de Invierno
alumnos quinto año académico

5a

Exámenes finales asignaturas
semestrales 1^{er} Semestre

11a

Vacaciones de Invierno
alumnos todas las carreras

25

Inicio clases 2^{do} Semestre
alumnos todas las carreras

AGOSTO							
SEM	L	M	M	J	V	S	D
31	1	2	3	4	5	6	7
32	8	9	10	11	12	13	14
33	15	16	17	18	19	20	21
34	22	23	24	25	26	27	28
35	29	30	31				

29

Inicio plazo inscripciones para
solicitar presentación tesina
alumnos quinto año académico

SEPTIEMBRE							
SEM	L	M	M	J	V	S	D
36				1	2	3	4
37	5	6	7	8	9	10	11
38	12	13	14	15	16	17	18
39	19	20	21	22	23	24	25
40	26	27	28	29	30		

8

Fin plazo inscripciones para solicitar
presentación tesina
alumnos quinto año académico

26

Inicio período presentaciones de
tesina
alumnos quinto año académico

OCTUBRE							
SEM	L	M	M	J	V	S	D
40						1	2
41	3	4	5	6	7	8	9
42	10	11	12	13	14	15	16
43	17	18	19	20	21	22	23
44	24	25	26	27	28	29	30
45	31						

21

Fin período presentaciones de
tesinas
alumnos quinto año académico

NOVIEMBRE

SEM	L	M	M	J	V	S	D
45		1	2	3	4	5	6
46	7	8	9	10	11	12	13
47	14	15	16	17	18	19	20
48	21	22	23	24	25	26	27
49	28	29	30				

2^a Plazo inscripciones para solicitar presentación Concierto de Título alumnos quinto año académico

8^a Semana de recuperaciones carreras Intérprete en Jazz y Música Popular y Composición Musical

15^a Proceso preparación de exámenes y cierre de asignaturas carreras Intérprete en Jazz y Música Popular y Composición Musical

15^a Semana de recuperaciones carrera Intérprete en Teatro Musical

21^a Exámenes Fin de Año Académico carreras Intérprete en Jazz y Música Popular y Composición Musical

22^a Proceso preparación de exámenes y cierre de asignaturas carrera Intérprete en Teatro Musical

28^a Exámenes Fin de Año Académico carrera Intérprete en Teatro Musical

DICIEMBRE

SEM	L	M	M	J	V	S	D
49				1	2	3	4
50	5	6	7	8	9	10	11
51	12	13	14	15	16	17	18
52	19	20	21	22	23	24	25
53	26	27	28	29	30	31	

1^a Exámenes Fin de Año Académico carreras Intérprete en Jazz y Música Popular y Composición Musical

5^a Exámenes Fin de Año Académico carrera Intérprete en Teatro Musical

16 Fin de Año Académico 2016

Noviembre 2016 a enero 2017

Ciclo de presentaciones de Conciertos de Título alumnos quinto año académico

EXÁMENES FIN DE AÑO ACADÉMICO 2016

INTÉRPRETE EN JAZZ Y MÚSICA POPULAR Y COMPOSICIÓN MUSICAL

1^{era} Semana
(21-25 de noviembre)

- Lectoescritura Musical y Audioperceptiva
- Armonía
- Sonido y Electroacústica
- Armonía al Teclado
- Producción Multimedia Digital
- Historia del Rock y Pop
- Historia del Jazz
- Diseño, Gestión y Evaluación de Proyectos

2^{da} Semana
(28 de noviembre-2 de diciembre)

- Ensamble de Jazz y Música Popular
- Improvisación
- Danza
- Teatro Musical
- Taller Instrumental (Composición Musical)
- Arreglos Musicales
- Transcripción y Análisis

3^{era} Semana
(6-9 y 12 de diciembre)

- Instrumento
- Contrapunto Aplicado
- Mención Instrumento (Composición Musical)
- Taller de Música para Cine y Medios Audiovisuales

4^{ta} Semana
(12-16 de diciembre)

- Composición y Medios Instrumentales

INTÉRPRETE EN TEATRO MUSICAL

1^{era} Semana
(28 de noviembre-2 de diciembre)

- Ballet
- Jazz Dance
- Tap
- Historia del Teatro
- Historia del Teatro Musical
- Introducción a la Dramaturgia
- Taller de Escenario e Iluminación
- Taller de Vestuario y Caracterización
- Teoría Musical

2^{da} Semana
(5-9 de diciembre)

- Teatro Musical
- Voz para Teatro Musical
- Actuación

Fechas sujetas a modificación.

MARZO							
SEM	L	M	M	J	V	S	D
9			1	2	3	4	5
10	6	7	8	9	10	11	12
11	13	14	15	16	17	18	19
12	20	21	22	23	24	25	26
13	27	28	29	30	30		

6

Inicio clases 1er Semestre carreras Intérprete en Jazz y Música Popular y Composición Musical

13

Inicio clases 1er Semestre carrera Intérprete en Teatro Musical

17

Inicio plazo inscripciones para solicitar profesor guía alumnos quinto año académico

ABRIL							
SEM	L	M	M	J	V	S	D
13						1	2
14	3	4	5	6	7	8	9
15	10	11	12	13	14	15	16
16	17	18	19	20	21	22	23
17	24	25	26	27	28	29	30

3

Inicio clases regulares 1er Semestre alumnos quinto año académico

MAYO							
SEM	L	M	M	J	V	S	D
18	1	2	3	4	5	6	7
19	8	9	10	11	12	13	14
20	15	16	17	18	19	20	21
21	22	23	24	25	26	27	28
22	29	30	31				

JUNIO							
SEM	L	M	M	J	V	S	D
22				1	2	3	4
23	5	6	7	8	9	10	11
24	12	13	14	15	16	17	18
25	19	20	21	22	23	24	25
26	26	27	28	29	30		

23

Término clases regulares 1er Semestre alumnos todas las carreras

27

Inicio recuperación clases pendientes 1er Semestre

JULIO							
SEM	L	M	M	J	V	S	D
26						1	2
27	3	4	5	6	7	8	9
28	10	11	12	13	14	15	16
29	17	18	19	20	21	22	23
30	24	25	26	27	28	29	30
31	31						

3

Fin recuperación clases pendientes 1er Semestre

3

Término clases regulares 1er Semestre alumnos quinto año académico

4 al

Vacaciones de invierno alumnos quinto año académico

4 al

Exámenes finales asignaturas semestrales 1er Semestre alumnos todas las carreras

10 al

Vacaciones de Invierno alumnos todas las carreras

24

Inicio clases 2do Semestre alumnos todas las carreras

AGOSTO							
SEM	L	M	M	J	V	S	D
31		1	2	3	4	5	6
32	7	8	9	10	11	12	13
33	14	15	16	17	18	19	20
34	21	22	23	24	25	26	27
35	28	29	30	31			

28

Inicio plazo inscripciones para solicitar presentación tesina alumnos quinto año académico

SEPTIEMBRE							
SEM	L	M	M	J	V	S	D
35					1	2	3
36	4	5	6	7	8	9	10
37	11	12	13	14	15	16	17
38	18	19	20	21	22	23	24
39	25	26	27	28	29	30	

7

Fin plazo de inscripciones para solicitar presentación tesina alumnos quinto año académico

25

Inicio periodo presentaciones de tesina alumnos quinto año académico

OCTUBRE							
SEM	L	M	M	J	V	S	D
39							1
40	2	3	4	5	6	7	8
41	9	10	11	12	13	14	15
42	16	17	18	19	20	21	22
43	23	24	25	26	27	28	29
44	30	31					

20

Fin periodo presentaciones de tesinas alumnos quinto año académico

NOVIEMBRE

SEM	L	M	M	J	V	S	D
44			1	2	3	4	5
45	6	7	8	9	10	11	12
46	13	14	15	16	17	18	19
47	20	21	22	23	24	25	26
48	27	28	29	30			

- 2^a** Plazo inscripciones para solicitar presentación Concerto de Título alumnos quinto año académico
- 22**
- 7^a** Semana de recuperaciones carreras Intérprete en Jazz y Música Popular y Composición Musical
- 13**
- 14^a** Proceso preparación de exámenes y cierre de asignaturas carreras Intérprete en Jazz y Música Popular y Composición Musical
- 17**
- 14^a** Semana de recuperaciones carrera Intérprete en Teatro Musical
- 20**
- 20^a** Exámenes Fin de Año Académico carreras Intérprete en Jazz y Música Popular y Composición Musical
- 30**
- 21^a** Proceso preparación de exámenes y cierre de asignaturas carrera Intérprete en Teatro Musical
- 24**
- 27^a** Exámenes Fin de Año Académico carrera Intérprete en Teatro Musical
- 30**

DICIEMBRE

SEM	L	M	M	J	V	S	D
48					1	2	3
49	4	5	6	7	8	9	10
50	11	12	13	14	15	16	17
51	18	19	20	21	22	23	24
52	25	26	27	28	29	30	31

- 1^a** Exámenes Fin de Año Académico Carrera Intérprete en Teatro Musical
- 11**
- 1^a** Exámenes Fin de Año Académico Carreras Intérprete en Jazz y Música Popular y Composición Musical
- 18**
- 18** Fin de Año Académico 2017

Noviembre 2017 a enero 2018

Ciclo de presentaciones de
Conciertos de Título
alumnos quinto año académico

EXÁMENES FIN DE AÑO ACADÉMICO 2017

INTÉRPRETE EN JAZZ Y MÚSICA POPULAR Y COMPOSICIÓN MUSICAL

1^{era} Semana
(20-24 de noviembre)

- Lectoescritura Musical y Audioperceptiva
- Armonía
- Sonido y Electroacústica
- Armonía al Teclado
- Producción Multimedia Digital
- Historia del Rock y Pop
- Historia del Jazz
- Diseño, Gestión y Evaluación de Proyectos

2^{da} Semana
(27 de noviembre-1 de diciembre)

- Ensamble de Jazz y Música Popular
- Improvisación
- Danza
- Teatro Musical
- Taller Instrumental (Composición Musical)
- Arreglos Musicales
- Transcripción y Análisis

3^{era} Semana
(4-7 y 11 de diciembre)

- Instrumento
- Contrapunto Aplicado
- Mención Instrumento (Composición Musical)
- Taller de Música para Cine y Medios Audiovisuales

4^{ta} Semana
(12-18 de diciembre)

- Composición y Medios Instrumentales

INTÉRPRETE EN TEATRO MUSICAL

1^{era} Semana
(27 de noviembre-1 de diciembre)

- Ballet
- Jazz Dance
- Tap
- Historia del Teatro
- Historia del Teatro Musical
- Introducción a la Dramaturgia
- Taller de Escenario e Iluminación
- Taller de Vestuario y Caracterización
- Teoría Musical

2^{da} Semana
(4-11 de diciembre)

- Teatro Musical
- Voz para Teatro Musical
- Actuación

Fechas sujetas a modificación.

MARZO

01	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES
02		01	02
03			
04			
05			
06			
07			
08	07	08	09
09			
10			
11			
12			
13	14	15	16
14			
15			
16			
17			
18	21	22	23
19			
20			
21			
22			
23	28	29	30
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			
31			

JUEVES

03

10

17

24

31

VIERNES

04

11

18

25

SÁBADO

05

12

19

26

DOMINGO

06

13

20

27

ABRIL

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES
01			
02			
03			
04			
05			
06			
07			
08	04	05	06
09			
10			
11			
12			
13	11	12	13
14			
15			
16			
17			
18	18	19	20
19			
20			
21			
22			
23	25	26	27
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO

01

02

03

07

08

09

10

14

15

16

17

21

22

23

24

28

29

30

MAYO

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES
01			
02			
03			
04			
05			
06			
07			
08	02	03	04
09			
10			
11			
12			
13	09	10	11
14			
15			
16			
17			
18	16	17	18
19			
20			
21			
22			
23	23	24	25
24			
25			
26			
27			
28	30	31	
29			
30			
31			

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO

05

06

07

08

12

13

14

15

19

20

21

22

26

27

28

29

JUNIO

01	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES
02			
03			01
04			
05			
06			
07			
08	06	07	08
09			
10			
11			
12			
13	13	14	15
14			
15			
16			
17			
18	20	21	22
19			
20			
21			
22			
23	27	28	29
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			

JUEVES

02

09

16

23

30

VIERNES

03

10

17

24

SÁBADO

04

11

18

25

DOMINGO

05

12

19

26

JULIO

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES
01			
02			
03			
04			
05			
06			
07			
08	04	05	06
09			
10			
11			
12			
13	11	12	13
14			
15			
16			
17			
18	18	19	20
19			
20			
21			
22			
23	25	26	27
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			
31			

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO

07

01

02

03

08

09

10

14

15

16

17

21

22

23

24

28

29

30

31

AGOSTO

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES
01			
02	01	02	03
03			
04			
05			
06			
07			
08	08	09	10
09			
10			
11			
12			
13	15	16	17
14			
15			
16			
17			
18	22	23	24
19			
20			
21			
22			
23	29	30	31
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			
31			

JUEVES

04

11

18

25

VIERNES

05

12

19

26

SÁBADO

06

13

20

27

DOMINGO

07

14

21

28

SEPTIEMBRE

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES
01			
02			
03			
04			
05			
06			
07			
08	05	06	07
09			
10			
11			
12			
13	12	13	14
14			
15			
16			
17			
18	19	20	21
19			
20			
21			
22			
23	26	27	28
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			

JUEVES

01

08

15

22

29

VIERNES

02

09

16

23

30

SÁBADO

03

10

17

24

DOMINGO

04

11

18

25

OCTUBRE

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES
01			
02			
03			
04			
05			
06			
07			
08	03	04	05
09			
10			
11			
12			
13	10	11	12
14			
15			
16			
17			
18	17	18	19
19			
20			
21			
22			
23	24	25	26
24			
25			
26			
27			
28	31		
29			
30			
31			

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

DOMINGO

06

07

01

02

13

14

08

09

15

16

20

21

22

23

27

28

29

30

NOVIEMBRE

01	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES
02		01	02
03			
04			
05			
06			
07			
08	07	08	09
09			
10			
11			
12			
13	14	15	16
14			
15			
16			
17			
18	21	22	23
19			
20			
21			
22			
23	28	29	30
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			

JUEVES

03

10

17

24

VIERNES

04

11

18

25

SÁBADO

05

12

19

26

DOMINGO

06

13

20

27

DICIEMBRE

	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES
01			
02			
03			
04			
05			
06			
07			
08	05	06	07
09			
10			
11			
12			
13	12	13	14
14			
15			
16			
17			
18	19	20	21
19			
20			
21			
22			
23	26	27	28
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			
31			

JUEVES

01

08

15

22

29

VIERNES

02

09

16

23

30

SÁBADO

03

10

17

24

31

DOMINGO

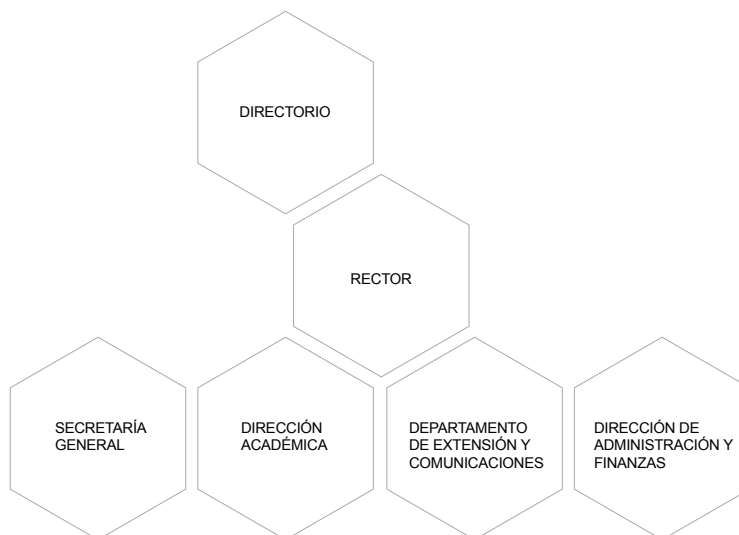
04

11

18

25

ESTRUCTURA ORGANIZACIONAL



DIRECTORIO

Sergio Ossa Errázuriz - **Presidente**
Ana María Meza Herrera
Gonzalo Cuevas Duhalde
Álvaro Guzmán Bilbao
Enrique Hosiasson Saavedra

RECTOR

George Abufhele Bus

DIRECTIVOS

Alicia Pedroso Baltazar	-	Vicerrectora Académica
Patricio Muñoz Oporto	-	Secretario General
Enrique Hosiasson Saavedra	-	Director de Administración y Finanzas
Catalina Martínez Figueroa	-	Jefa de Extensión y Comunicaciones

CONSEJO ACADÉMICO

Rector
George Abufhele Bus

Vicerrectora Académica
Alicia Pedroso Baltazar

Secretario General
Patricio Muñoz Oporto

Director de Carrera Intérprete en Jazz y Música Popular
Miguel Pérez Valdívía

Director de Carrera Composición Musical
Sebastián Vergara Domínguez

Directora de Carrera Intérprete en Teatro Musical
Manuela Oyarzún Grau

Coordinadora Académica
Valentina Vallejos Manríquez

COMITÉ DE CONTROL Y AUTOEVALUACIÓN

Director de Administración y Finanzas
Enrique Hosiasson Saavedra

Secretario General
Patricio Muñoz Oporto

Vicerrectora Académica
Alicia Pedroso Baltazar



/projazz
/teatromusicalprojazz
/academiaprojazz



ipprojazz



@projazz



@projazzchile

AGENDA

DIRECCIÓN ACADÉMICA

Vicerrectora Académica
Alicia Pedroso Baltazar

Director de Carrera Intérprete en Jazz y Música Popular
Miguel Pérez Valdivia

Director de Carrera Composición Musical
Sebastián Vergara Domínguez

Directora de Carrera Intérprete en Teatro Musical
Manuela Oyarzún Grau

Coordinadora Académica
Valentina Vallejos Manríquez

Orientación Académica
Ignacio Arriagada Maia

Asistentes de Dirección Académica
Renata Venegas Matus
registrocurricular@projazz.cl

Matías Andújar Segovia
secretariaacademica@projazz.cl

Subdirector de Educación Continua
Álvaro Pérez Pooley

Secretaría Academia Projazz
Juan Pablo Avendaño Galleguillos
academia@projazz.cl

Encargado de Recursos Didácticos
Christian Lucio Sánchez

SECRETARÍA GENERAL

Secretario General
Patricio Muñoz Oporto

Coordinación General
Catalina Cabezon González - Jefa de Área
Monserrath Ceballos Cuadra - Asistente
coordinaciongeneral@projazz.cl

Asuntos Estudiantiles
Marcela Plitt Boettiger - Jefa de Área
Paulina Gutiérrez Delano - Asistente
Belén López Arce - Psicóloga
Carol Bergenfreid Schleyer - Psicóloga
asuntosstudentiles@projazz.cl

Admisión
Maureen Santander González - Jefa de Área
Daniela Álvarez Zepeda - Asistente
Andrea Cáceres Valdivia - Asistente
admisión@projazz.cl

Tecnologías de la Información
Claudio Díaz Osorio - Jefe de Área
Alejandro Álvarez Valenzuela - Informática
dti@projazz.cl

Biblioteca
Jessica Carvajal Lobos - Jefa de Área
Mauricio Burgueño Negrete - Asistente
mibiblioteca@projazz.cl

OTEC
María José García Pardo - Secretaria Técnica
otec@projazz.cl

DIRECCIÓN DE ADMINISTRACIÓN Y FINANZAS

Director de Administración y Finanzas
Enrique Hosiasson Saavedra

Departamento de Administración y Finanzas
Ítalo Leiva Almuna - Contabilidad
Claudia Centonzo Díaz - Coordinadora
Alejandro Vega Campos - Asistente
Sonia Cornejo Mac-Namara - Asistente
Yelitza Sifontes Aponte - Asistente
daf@projazz.cl

Administración de Campus
María Ester Luengo Molina - Supervisora de Área

Soporte Computacional
Francisco Díaz Ramírez
soporte@projazz.cl

Recepcionistas
Virginia Valenzuela Torres
Arturo Sifuentes Camacho
Mauricio Ossa Olivares
Flor Ramírez Arias
Ledsander Sánchez Pinto
Camilo Jara Cid
Julieth Peláez Murillo

Mayordomo/Mantención
Raúl Jara Araya
Enrique Mardones Reyes

Auxiliares
Jorge Venegas Leiva
Rosa Pizarro Toledo
Paola Figueroa Pinochet
Ingrid Nanco Sanfurogo
Lucila Aguilera Sánchez
Virginia Nilo Cárdenas
Rosa Riquelme Hernández

DEPARTAMENTO DE EXTENSIÓN Y COMUNICACIONES

Jefa de Extensión y Comunicaciones
Catalina Martínez Figueroa

Representante Institucional y Relaciones Públicas
Ana María Meza Herrera

Departamento de Comunicaciones y Medios
María Olga Reyes Solís - Comunicaciones y Medios
Moca Castillo Serrano - Asesora de Comunicaciones
Matías de los Reyes Díaz - Diseño
comunicaciones@projazz.cl

Actividades Extraprogramáticas
Yolanda López Sánchez - Coordinadora
José Valenzuela Morales - Área Técnica
eventos@projazz.cl

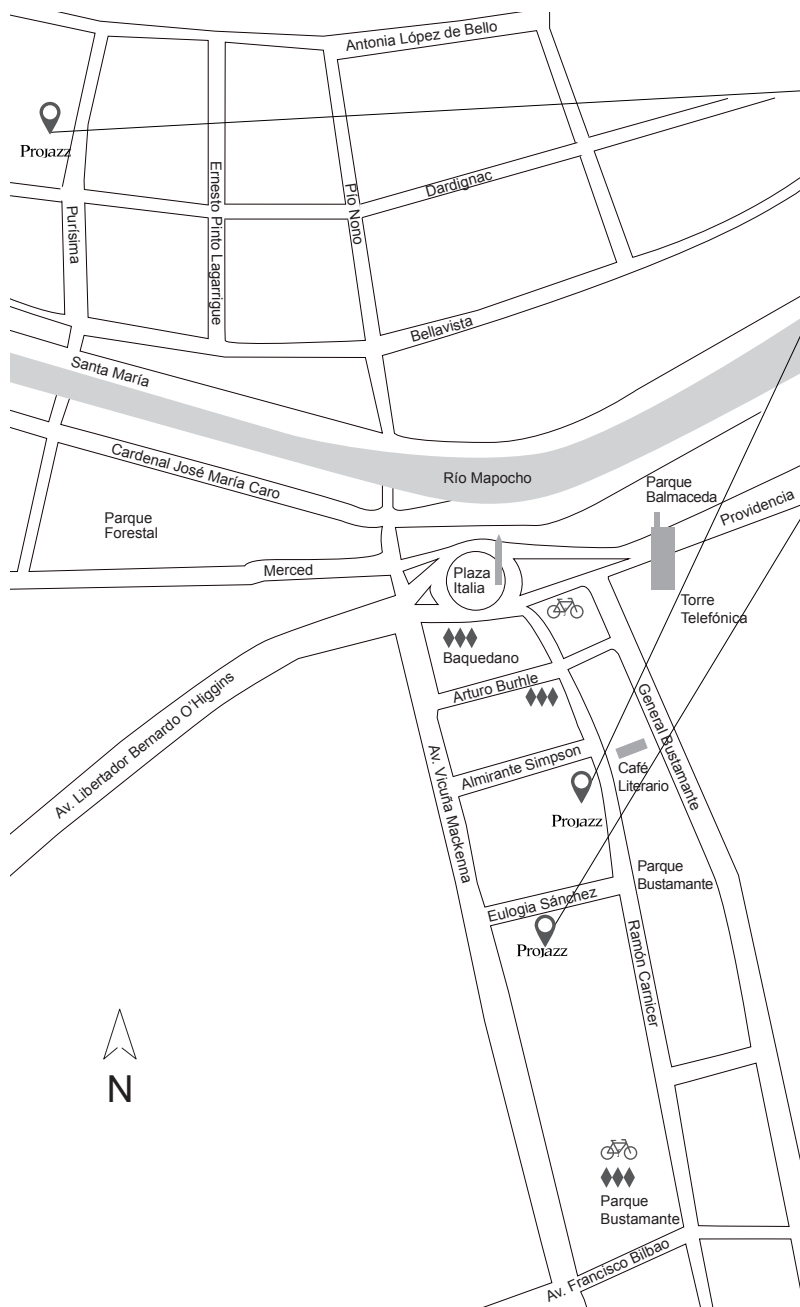
Campus Ramón Carnicer
Ramón Carnicer 27, Providencia
Fono: (+56 2) 2596 8430
campus.rcarnicer@projazz.cl

Campus Eulogia Sánchez
Eulogia Sánchez 039, Providencia
Fono: (+56 2) 2596 8420
campus.esanchez@projazz.cl

Campus Bellavista
Purísima 178, Recoleta
Fono: (+56 2) 2777 1370
campus.bellavista@projazz.cl

www.projazz.cl
www.ipprojazz.cl
www.academiaprojazz.cl

3 CAMPUS PROJAZZ



CAMPUS BELLAVISTA

📍 Purísima 178
Recoleta



CAMPUS RAMÓN CARNICER

📍 Ramón Carnicer 27
Providencia



CAMPUS EULOGIA SÁNCHEZ

📍 Eulogia Sánchez 039
Providencia

🚲 ARRIENDO DE BICICLETAS

Providencia

◆◆ Baquedano

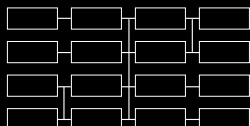
◆◆ Parque Bustamante

CICLOBANDAS

- Pío Nono
(Bellavista / Entrada Cerro San Cristóbal)
- Santa Isabel
(Dieciocho / Bustamante)
- Curicó
(Vicuña Mackenna / San Ignacio)

CICLOVÍAS

- General Bustamante
(Santa Isabel / Av. Providencia)
- Marín
(Salvador / Bustamante)
- Parque Forestal
(Pío Nono / Diagonal Cervantes)



MALLAS CARRERAS IP PROJAZZ

1 INTÉRPRETE EN JAZZ Y MÚSICA POPULAR

- Especialización en Instrumento:
Guitarra eléctrica, piano, bajo eléctrico, contrabajo, batería, flauta traversa, saxofón, clarinete, trompeta, trombón, violín.
- Especialización en Canto

2 COMPOSICIÓN MUSICAL

- Mención en Canto o Instrumento:
Guitarra eléctrica, piano, bajo eléctrico, contrabajo, batería, flauta traversa, saxofón, clarinete, trompeta, trombón, violín.
- Mención Música para Cine y Medios Audiovisuales

3 INTÉRPRETE EN TEATRO MUSICAL

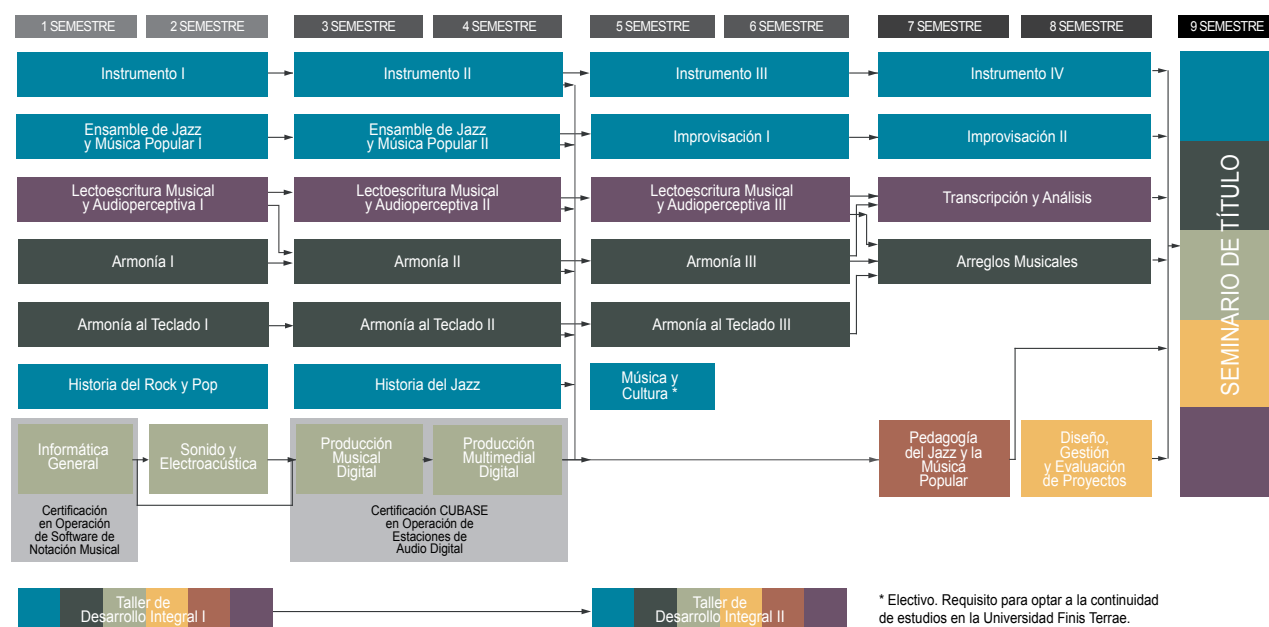
- **DESCUBRE EL CAMPO LABORAL DE TU CARRERA**
- **CONOCE LAS ASIGNATURAS A CURSAR EN 3 TRIMESTRES PARA OPTAR A LA DOBLE TITULACIÓN EN CONVENIO CON UNIVERSIDAD FINIS TERRAE**

INTÉRPRETE EN JAZZ Y MÚSICA POPULAR

Especialización en Instrumento: Guitarra eléctrica, piano, bajo eléctrico, contrabajo, batería, flauta travesa, saxofón, clarinete, trompeta, trombón, violín.

Nuestros Intérpretes en Instrumento cuentan con una sólida formación teórico práctica que busca identificar y desarrollar sus propias capacidades expresivas e interpretativas.

Esta carrera forma un artista con dominio de los principales estilos del jazz y la música popular. Dentro de este último ámbito se destaca la exploración en repertorios de rock, funk, pop y música latinoamericana, medios que permiten un amplio espacio de expresión personal y además marcan tendencia dentro de la demanda de la industria musical actual.



Doble Titulación: Profesor de Enseñanza Media con Mención en Artes Musicales y Licenciatura en Educación en Convenio con Universidad Finis Terrae

Asignaturas a cursar en tres trimestres:

1 TRIMESTRE	2 TRIMESTRE	3 TRIMESTRE
Psicología del Desarrollo	Psicología del Aprendizaje	Taller de Investigación Educativa II
Curriculum	Evaluación	Práctica Profesional II
Moral y Ética Profesional	Taller de Investigación Educativa I	Didáctica de la Especialidad II
Realidad Educacional	Práctica Profesional I	Talleres
Taller de Práctica Inicial	Didáctica de la Especialidad I	
Talleres	Talleres	

CAMPO LABORAL DE TU CARRERA

INTÉRPRETE EN JAZZ Y MÚSICA POPULAR

Especialización en Instrumento: Guitarra eléctrica, piano, bajo eléctrico, contrabajo, batería, flauta travesa, saxofón, clarinete, trompeta, trombón, violín.



INTÉRPRETE INSTRUMENTAL

- Instrumentista de excelente nivel como solista, integrante o líder de bandas y agrupaciones orquestales



DIRECCIÓN Y ARREGLOS MUSICALES

- Dirección de conjuntos y arreglos musicales para agrupaciones de pequeño y mediano formato
- Creador de arreglos musicales para proyectos artísticos y comerciales (bandas sonoras, *jingles*¹, comerciales de TV, publicidad)
- Músico copista²



PRODUCCIÓN MUSICAL DIGITAL

- Grabación y programación de música y bandas sonoras en formato digital
- Elaboración de maquetas, trabajo en *home studio* y uso de instrumentos virtuales
- Producción musical en plataformas digitales



ÁREA PROYECTOS Y NEGOCIOS

- Autogestor de proyectos musicales y artísticos
- Productor musical ejecutivo de artistas y eventos
- Asesor y *coach*³ musical en diversos proyectos artísticos
- Emprendimientos musicales y artísticos



INSTRUCTOR INSTRUMENTAL

- Clases de instrumento
- Creador de métodos de estudio



MÚSICO DE SESIÓN⁴

- Músico acompañante de artistas
- Músico de estudio (grabación de producciones musicales)
- Repetidor⁵ en entidades culturales y montajes artísticos (ej: montajes de teatro musical, ballet y teatro)

¹ *Jingle*: canción promocional de una marca o servicio.

² Copista: músico que transcribe partituras y/o partecillas. Puede ser a mano o vía software (Finale, Sibelius).

³ *Coach*: especialista que ayuda a otras personas a conseguir su máximo desarrollo profesional.

⁴ Sesión: o músico de sesión, es aquel profesional que se desempeña en diferentes instancias musicales, tales como: Grabaciones en estudio, acompañamiento en vivo, televisión, etc.

⁵ Músico repetidor: suele estar presente en los ensayos de obras y montajes, el ejemplo clásico es un pianista. Su aporte es esencial antes que un montaje se ensaye con la orquesta o banda completa.

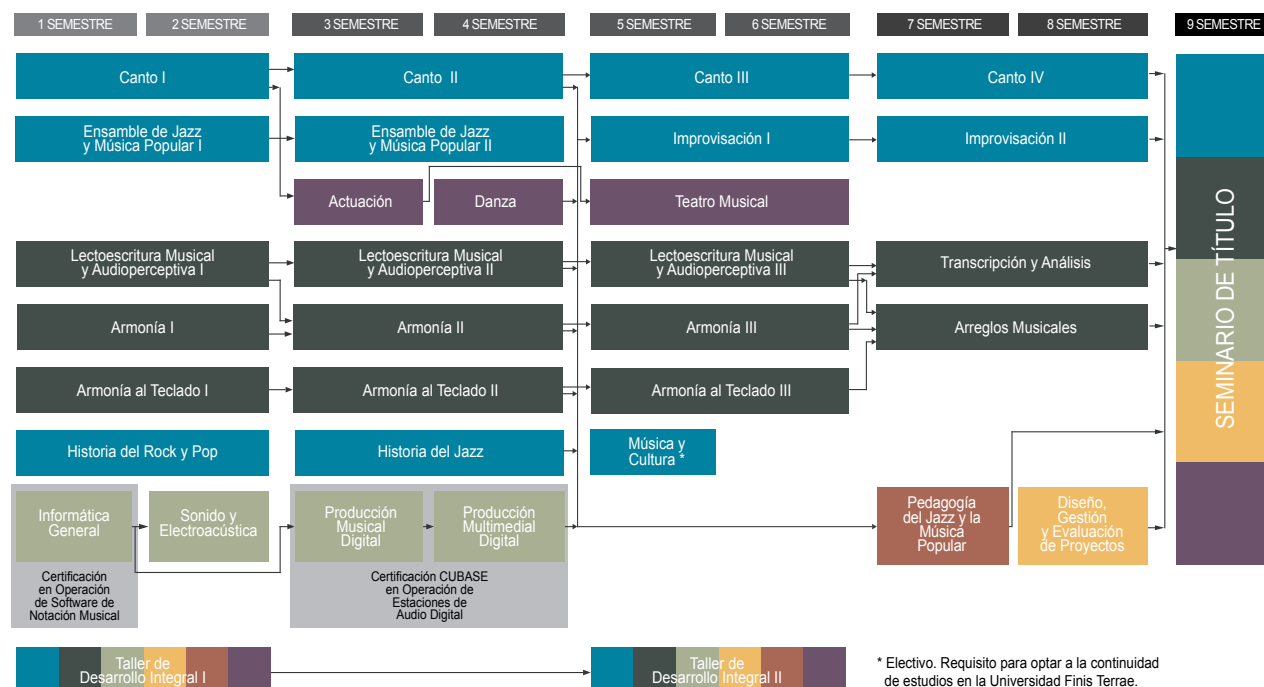
INTÉRPRETE EN JAZZ Y MÚSICA POPULAR

Especialización en Canto

El Intérprete en Canto comparte los fundamentos con la especialización en Instrumento: una formación teórico-práctica, esencial para todo músico profesional, que abarca una amplia perspectiva de los principales estilos del jazz y la música popular.

Nuestros cantantes adquieren un profundo conocimiento de la voz como instrumento, a través de técnicas vocales, expresivas e interpretativas, aplicadas en los diferentes repertorios musicales que se abordan en cada nivel de la carrera: popular, latinoamericano, lírico, teatro musical e improvisación en jazz.

El plan de estudios además incorpora competencias del ámbito del Teatro Musical, tales como actuación y danza, para potenciar el desarrollo escénico del cantante.



Doble Titulación: Profesor de Enseñanza Media con Mención en Artes Musicales y Licenciatura en Educación en Convenio con Universidad Finis Terrae

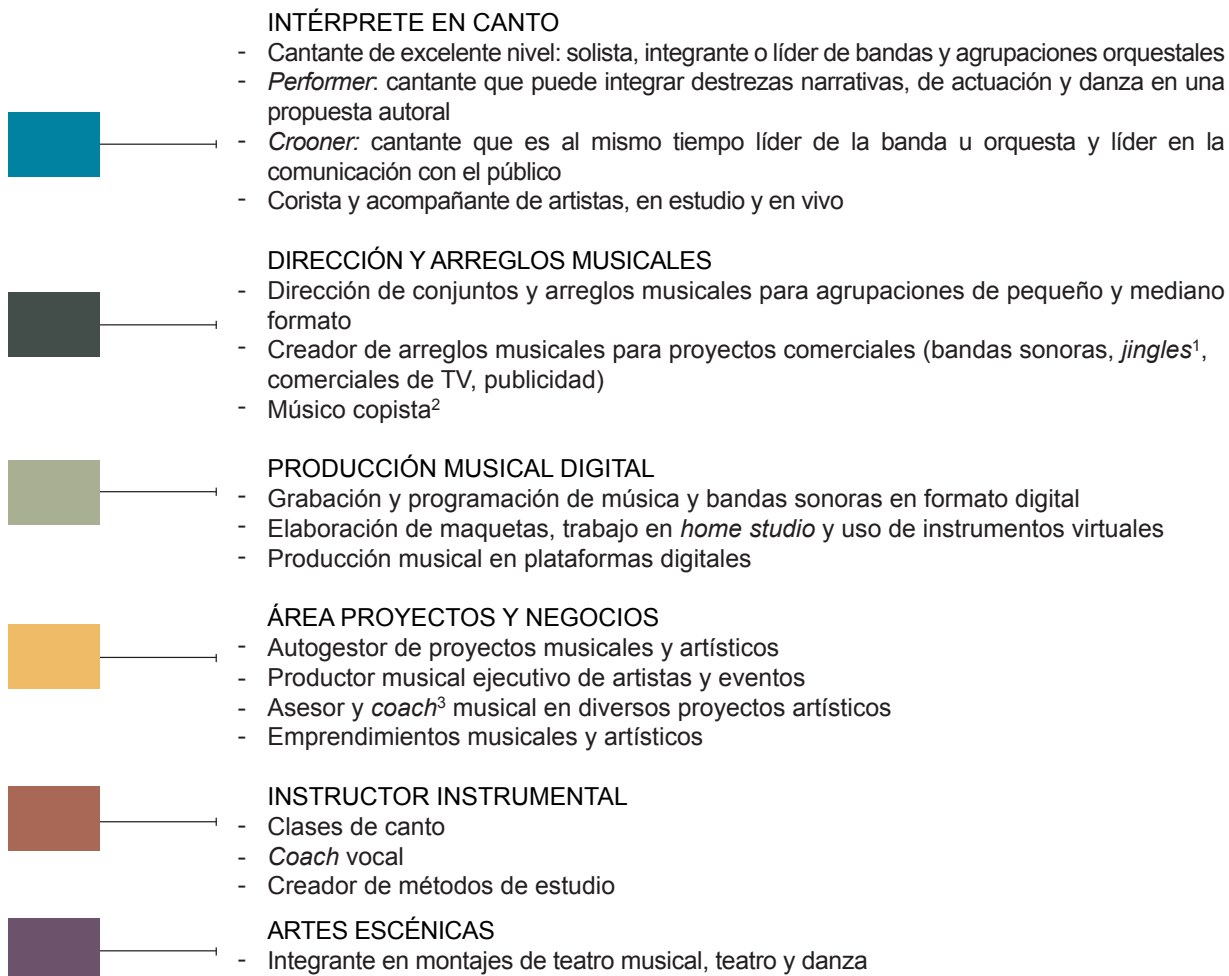
Asignaturas a cursar en tres trimestres:

1 TRIMESTRE	2 TRIMESTRE	3 TRIMESTRE
Psicología del Desarrollo	Psicología del Aprendizaje	Taller de Investigación Educativa II
Curriculum	Evaluación	Práctica Profesional II
Moral y Ética Profesional	Taller de Investigación Educativa I	Didáctica de la Especialidad II
Realidad Educacional	Práctica Profesional I	Talleres
Taller de Práctica Inicial	Didáctica de la Especialidad I	
Talleres	Talleres	

CAMPO LABORAL DE TU CARRERA

INTÉRPRETE EN JAZZ Y MÚSICA POPULAR

Especialización en Canto



¹ *Jingle*: canción promocional de una marca o servicio.

² Copista: músico que transcribe partituras y/o partecillas. Puede ser a mano o vía software (Finale, Sibelius).

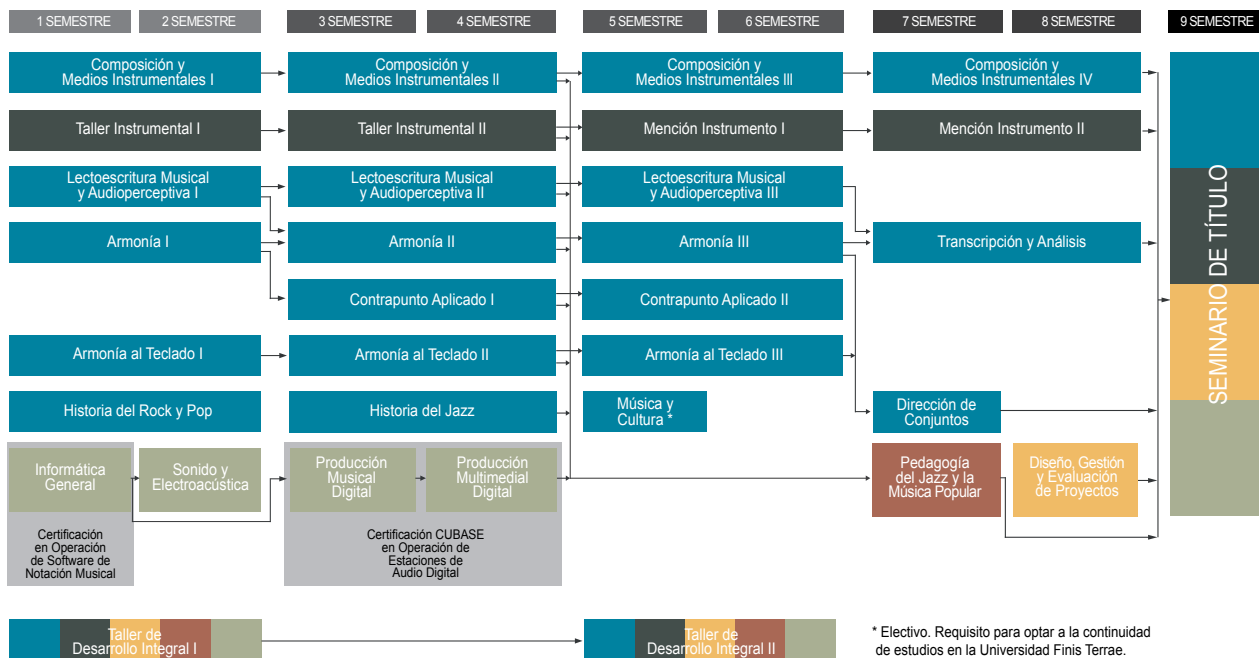
³ *Coach*: especialista que ayuda a otras personas a conseguir su máximo desarrollo profesional.

COMPOSICIÓN MUSICAL

Mención en Canto o Instrumento: Guitarra eléctrica, piano, bajo eléctrico, contrabajo, batería, flauta travesa, saxofón, clarinete, trompeta, trombón, violín.

Nuestros Compositores, con mención en Canto o Instrumento, son artistas que integran los recursos expresivos y técnicos del lenguaje musical en un amplio abanico de géneros y formas instrumentales.

Esta mención está orientada a la profesionalización de la actividad musical creadora, permitiendo desarrollarse de forma autónoma tanto como intérprete o compositor y también en función de requerimientos específicos en colaboración con otros artistas.



Doble Titulación: Profesor de Enseñanza Media con Mención en Artes Musicales y Licenciatura en Educación en Convenio con Universidad Finis Terrae

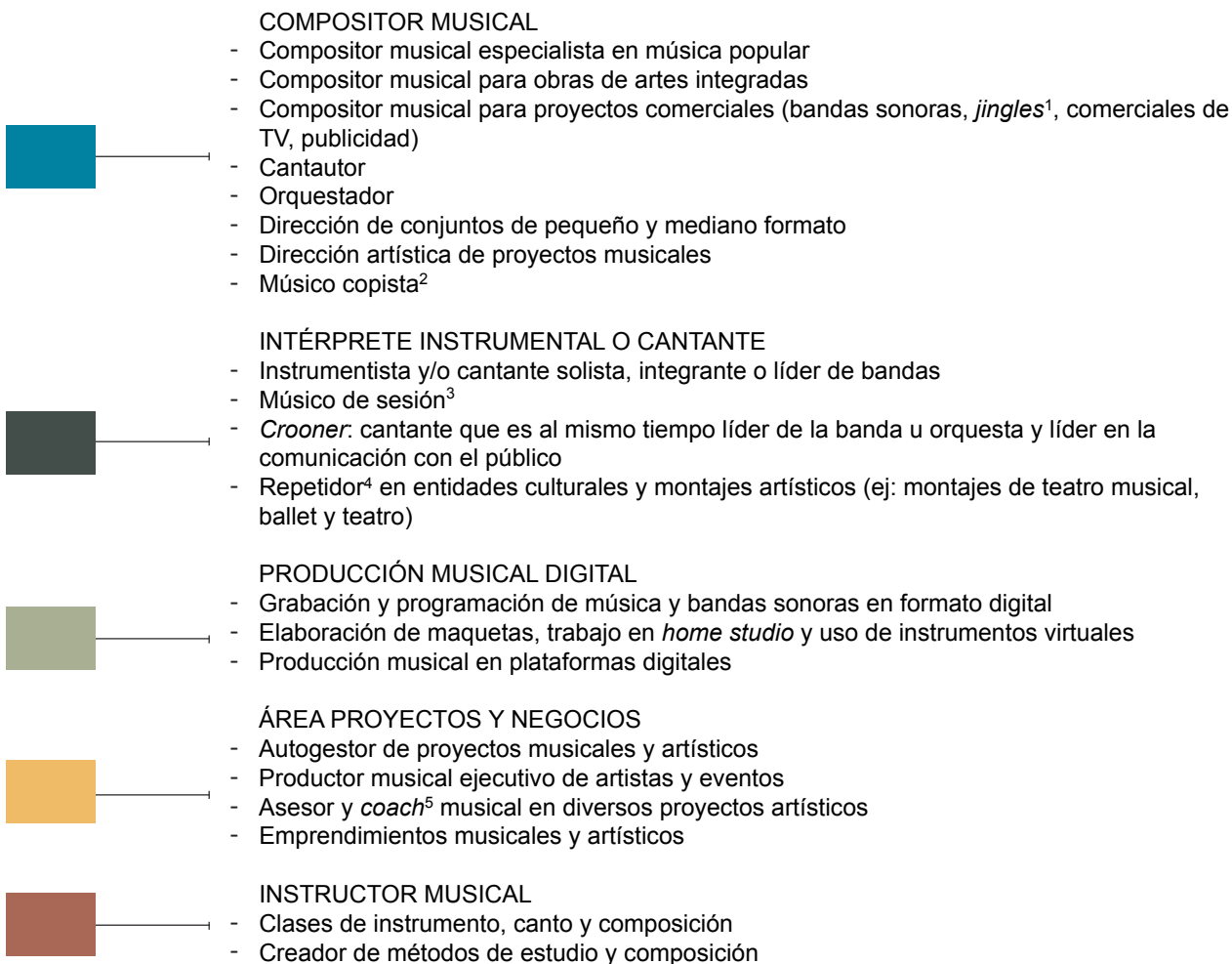
Asignaturas a cursar en tres trimestres:

1 TRIMESTRE	2 TRIMESTRE	3 TRIMESTRE
Psicología del Desarrollo	Psicología del Aprendizaje	Taller de Investigación Educativa II
Curriculum	Evaluación	Práctica Profesional II
Moral y Ética Profesional	Taller de Investigación Educativa I	Didáctica de la Especialidad II
Realidad Educacional	Práctica Profesional I	Talleres
Taller de Práctica Inicial	Didáctica de la Especialidad I	
Talleres	Talleres	

CAMPO LABORAL DE TU CARRERA

COMPOSICIÓN MUSICAL

Mención en Canto o Instrumento: Guitarra eléctrica, piano, bajo eléctrico, contrabajo, batería, flauta travesa, saxofón, clarinete, trompeta, trombón, violín.



¹ *Jingle*: canción promocional de una marca o servicio.

² Copista: músico que transcribe partituras y/o partituras. Puede ser a mano o vía software (Finale, Sibelius).

³ Sesión: o músico de sesión, es aquel profesional que se desempeña en diferentes instancias musicales, tales como: Grabaciones en estudio, acompañamiento en vivo, televisión, etc.

⁴ Músico repetidor: suele estar presente en los ensayos de obras y montajes, el ejemplo clásico es un pianista. Su aporte es esencial antes que un montaje se ensaye con la orquesta o banda completa.

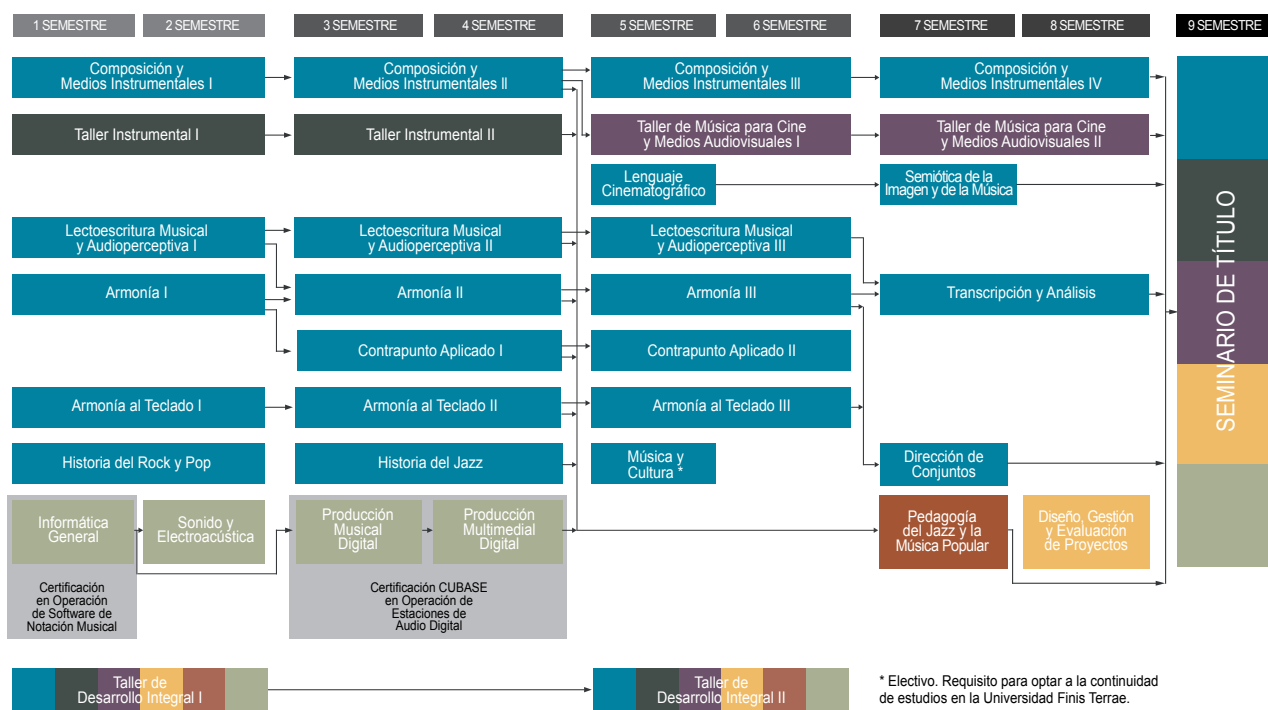
⁵ *Coach*: especialista que ayuda a otras personas a conseguir su máximo desarrollo profesional.

COMPOSICIÓN MUSICAL

Mención Música para Cine y Medios Audiovisuales

Los Compositores con mención en Música para Cine y Medios Audiovisuales están orientados a la obtención de competencias en el ámbito de la musicalización de propuestas audiovisuales para la creación de bandas sonoras aplicables al cine de ficción y documental, la televisión, la publicidad y los nuevos medios.

Este plan de estudios además contempla clases de instrumento durante los dos primeros años de carrera, con la opción de elegir entre canto, guitarra eléctrica, piano, bajo eléctrico, contrabajo, batería, flauta traversa, saxofón, clarinete, trompeta, trombón o violín.



Doble Titulación: Profesor de Enseñanza Media con Mención en Artes Musicales y Licenciatura en Educación en Convenio con Universidad Finis Terrae

Asignaturas a cursar en tres trimestres:

1 TRIMESTRE	2 TRIMESTRE	3 TRIMESTRE
Psicología del Desarrollo	Psicología del Aprendizaje	Taller de Investigación Educativa II
Curriculum	Evaluación	Práctica Profesional II
Moral y Ética Profesional	Taller de Investigación Educativa I	Didáctica de la Especialidad II
Realidad Educacional	Práctica Profesional I	Talleres
Taller de Práctica Inicial	Didáctica de la Especialidad I	
Talleres	Talleres	

CAMPO LABORAL DE TU CARRERA

COMPOSICIÓN MUSICAL

Mención Música para Cine y Medios Audiovisuales



¹ *Jingle*: canción promocional de una marca o servicio.

² Copista: músico que transcribe partituras y/o partituras. Puede ser a mano o vía software (Finale, Sibelius).

³ Sesión: o músico de sesión, es aquel profesional que se desempeña en diferentes instancias musicales, tales como: Grabaciones en estudio, acompañamiento en vivo, televisión, etc.

⁴ Músico repetidor: suele estar presente en los ensayos de obras y montajes, el ejemplo clásico es un pianista. Su aporte es esencial antes que un montaje se ensaye con la orquesta o banda completa.

⁵ *Coach*: especialista que ayuda a otras personas a conseguir su máximo desarrollo profesional.

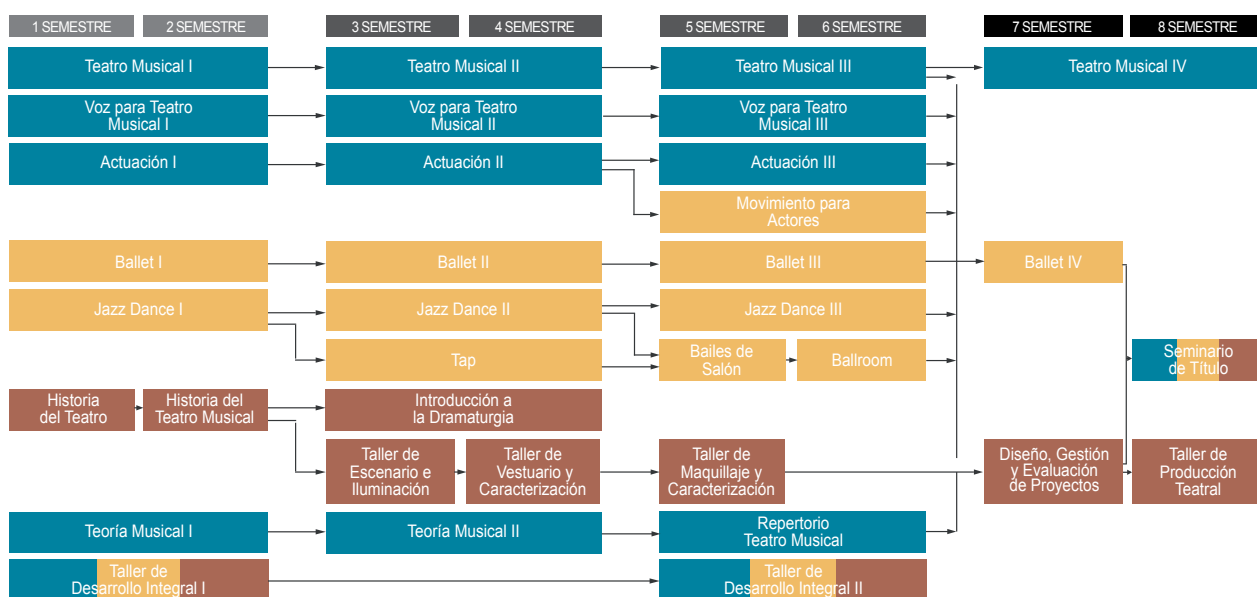
INTÉRPRETE EN TEATRO MUSICAL

Única en Chile

Nuestros Intérpretes en Teatro Musical son artistas escénicos integrales, capaces de conjugar actuación, música y danza.

El plan de estudios de la carrera entrega las competencias necesarias para desenvolverse en todos los ámbitos del teatro musical: formación práctica y teórica en las diferentes técnicas de actuación, manejo de la voz y canto y entrenamiento en danza y movimiento.

La carrera de Intérprete en Teatro Musical es una profesión ya consolidada: en Estados Unidos existen 140 universidades que ofrecen esta especialización. IP Projazz es la única institución en el país que imparte esta carrera. Su diseño se ha basado en planes y programas de las escuelas más prestigiosas de Norteamérica y Europa.



Doble Titulación: Profesor de Enseñanza Media con Mención en Actuación y Licenciatura en Educación en Convenio con Universidad Finis Terrae

Asignaturas a cursar en tres trimestres:

1 TRIMESTRE	2 TRIMESTRE	3 TRIMESTRE
Psicología del Aprendizaje	Psicología del Aprendizaje	Taller de Investigación Educativa II
Curriculum	Evaluación	Práctica Profesional II
Moral y Ética Profesional	Taller de Investigación Educativa I	Didáctica de la Especialidad II
Realidad Educacional	Práctica Profesional I	Talleres
Taller de Práctica Inicial	Didáctica de la Especialidad I	
Talleres	Talleres	

CAMPO LABORAL DE TU CARRERA

INTÉRPRETE EN TEATRO MUSICAL

Única en Chile



- Actor de teatro, teatro musical y *performance*¹
- Integrante en montajes de teatro, teatro musical y danza
- Intérprete vocal



- Instructor de expresión corporal
- Bailarín integrante de montajes de teatro musical y danza contemporánea



- Autor de obras de pequeño formato
- Diseño y realización de obras de teatro
- Productor teatral
- Productor técnico
- Autogestor de proyectos escénicos

¹*Performance*: tipo de teatro que experimenta con el lenguaje corporal y algunos elementos de ruptura teatral. Utiliza también recursos tradicionales como el monólogo, la iluminación, la escenografía, el tiempo teatral efímero e instantáneo, el público o testigo y la acción humana en un escenario.

? PREGUNTAS FRECUENTES

Más info complementaria en página 64, extracto del Reglamento Académico del Instituto Profesional Projazz

- 1** ¿Dónde reviso mis informes de notas, asistencia y carga académica?

En el portal de alumnos www.ipprojazz.cl, podrás revisar todas las veces que lo necesites tus notas, asistencia y carga académica. Para ello, debes solicitar tu clave de acceso en la oficina de Registro Curricular durante las fechas señaladas en el calendario académico publicado en www.projazz.cl y www.ipprojazz.cl. En caso de olvidar tu contraseña, debes solicitar actualización de la misma al correo registrocurricular@projazz.cl.

- 2** ¿Qué es la “Carga Académica”?

Son las asignaturas que te corresponde cursar y los horarios de clases asignados.

- 3** ¿Dónde solicito certificado de alumno regular?

Los debes solicitar directamente en la oficina de Registro Curricular ubicada en el campus Eulogia Sánchez o escribiendo al correo registrocurricular@projazz.cl, con al menos dos días de anticipación a la fecha en que necesitas el certificado.

- 4** ¿Debo actualizar periódicamente mis datos personales?

Sí. Cada vez que cambies de domicilio, teléfono, celular, correo electrónico u otros datos de contacto tienes dos opciones:

- a) Puedes modificar tus datos directamente en el portal, www.ipprojazz.cl o
- b) Enviar los datos a registrocurricular@projazz.cl, para que ellos lo actualicen directamente.

- 5** ¿Puedo tener mail institucional de Projazz?

Sí, todos los alumnos vigentes cuentan con un mail @ipprojazz.cl. Este mail será el medio de comunicación oficial entre tú y todos los departamentos de Projazz, incluidos los profesores.

Debes revisarlo constantemente ya que todos los comunicados institucionales, tales como cambios de horarios, suspensiones, avisos, etc., se informan únicamente a dicho mail. En caso de olvidar tu contraseña, debes solicitar actualización de la misma al correo registrocurricular@projazz.cl.

- 6** ¿Puedo pedir el mail de algún profesor y contactarlo por esa vía?

El portal de alumnos www.ipprojazz.cl dispone de un link de contacto con los profesores. Asimismo, cada profesor cuenta con un correo @projazz, el cual se lo puedes solicitar directamente o bien al correo electrónico secretariacademica@projazz.cl. Puedes comunicarte con tus profesores a través de ese correo o vía el portal.

- 7** ¿A quién acudir si tengo un inconveniente con un profesor o compañero?

Siempre podrás pedir apoyo, colaboración y orientación en el Departamento de Asuntos Estudiantiles, quienes te brindarán la ayuda que necesitas. Si el caso es exclusivamente académico, puedes solicitar una reunión con tu Director de Carrera contactándolo por medio de la Secretaría Académica o los Asistentes de Dirección Académica al correo secretariaacademica@projazz.cl, o yendo directamente a esta oficina, ubicada en Campus Eulogia Sánchez, 2do piso, para pedir una reunión.

En las páginas 32 y 33 de este Cuaderno de Viaje se encuentran los correos y contactos de todos los departamentos de Projazz.

- 8** ¿Qué debo hacer si tengo dificultades para comprender una asignatura, siento que no se está cumpliendo con el plan de estudios, o si no estoy de acuerdo con la metodología de enseñanza de una asignatura, ya sea una opinión personal o compartida con algún compañero?

Preferentemente debes plantear esta situación a tu Director de Carrera, solicitando una reunión directamente en Secretaría Académica o con los Asistentes de Dirección Académica al correo secretariaacademica@projazz.cl. Si consideras que el tema no es exclusivamente académico, pide orientación de pasos a seguir en Asuntos Estudiantiles.

- 9** ¿Puede un profesor, sin avisarme, tomar contacto con mis padres?

No es una política institucional que los profesores tomen contacto con los padres o tutores; sin embargo, si se considera necesario en aspectos administrativos, disciplinarios o de integridad de algún estudiante, los directivos superiores del Instituto (Vicerrectoría Académica, Secretaría General, Director de Administración y Finanzas) y/o los directores de carrera, podrán tomar contacto directo con los padres o tutor acreditado.

¿PROJAZZ ES UN INSTITUTO YA RECONOCIDO Y ACREDITADO?

Existen cuatro procesos que validan la calidad de una institución de educación superior en Chile:

- **Reconocimiento:** el IP Projazz tiene el reconocimiento del Ministerio de Educación, desde el año 2007, bajo el decreto N° 402 con fecha 26 de enero de 2007, lo que le permite ser una institución de educación superior facultada para entregar títulos profesionales.
- **Licenciamiento:** desde ese reconocimiento por parte del Ministerio de Educación y por un período de ocho años (2007-2015), Projazz completó el proceso denominado Licenciamiento, cumpliendo una entrega periódica de informes, auditorías y visitas anuales de verificación, dando así cuenta integral de su accionar académico, administrativo e institucional.
- **Autonomía:** desde noviembre de 2015 el IP Projazz es una institución de educación superior autónoma, lo que además de demostrar la consolidación del proyecto, representa la capacidad del Instituto de autorregularse en su funcionamiento y en materia de actualizar y generar programas académicos.
- **Acreditación:** en 2016 IP Projazz comienza su proceso de acreditación. La acreditación es voluntaria, no es obligatoria. Existe un proceso para acreditar la calidad de la institución de educación superior y otro para acreditar las carreras que imparten. A la acreditación solo pueden postular instituciones que ya cuentan con la autonomía.

En resumen, Projazz es un Instituto Profesional reconocido y autónomo pero aún no acreditado.

10 ¿Qué título o grado académico otorga Projazz?

Las tres carreras del Instituto otorgan un título profesional reconocido por el Ministerio de Educación. Los nombres de los títulos son:

- Intérprete en Jazz y Música Popular con especialización en Canto o especialización en Instrumento (guitarra eléctrica, piano, bajo eléctrico, contrabajo, batería, flauta traversa, saxofón, clarinete, trompeta, trombón o violín).
- Compositor Musical con mención en Canto o Instrumento (guitarra eléctrica, piano, bajo eléctrico, clarinete, contrabajo, batería, flauta traversa, saxofón, trompeta, trombón o violín), o mención en Música para Cine y Medios Audiovisuales.
- Intérprete en Teatro Musical.

11 ¿Cómo funciona la convalidación de ramos con la Universidad Finis Terrae, para ingresar a Pedagogía?

A partir del 4to año de carrera profesional en IP Projazz, tienes la opción de cursar de forma paralela el Programa de Formación Pedagógica en Educación Media para Licenciados, según el convenio establecido entre IP Projazz y la Universidad Finis Terrae.

Además del título profesional que te entrega Projazz, en la Universidad Finis Terrae puedes obtener el grado académico de Licenciado en Educación y el título profesional de Profesor de Enseñanza Media con mención en Artes Musicales o Actuación.

Obtener una licenciatura amplía tu horizonte profesional: puedes continuar perfeccionándote en Chile y el extranjero a nivel de posgrado, magíster y doctorados.

Para informarte sobre las condiciones generales del programa solicita una reunión con Vicerrectoría Académica al correo secretariaacademica@projazz.cl.

12 ¿Qué debo hacer si quiero congelar la carrera?

En primer término, debes revisar toda la información necesaria respecto a este tema en el Reglamento Académico que se entrega al momento de matricularte y que está todo el año disponible para revisión, tanto en Biblioteca como en el portal de alumnos www.ipprojazz.cl.

¿PUEDO OBTENER PASE ESCOLAR?

Para los alumnos de educación superior se llama **TNE (Tarjeta Nacional Estudiantil)** y todos los alumnos vigentes en alguna de las carreras profesionales impartidas por IP Projazz pueden obtener este beneficio. Debes estar atento a los plazos e indicaciones que publique el Departamento de Asuntos Estudiantiles.

Este beneficio, sus plazos y procesos son de responsabilidad exclusiva de JUNAEB (Junta Nacional de Auxilio Escolar y Becas). En cuanto a las inscripciones de alumnos, tanto para los que obtienen por primera vez su TNE como para los alumnos que deban realizar la revalidación, éstas son coordinadas por Projazz e informadas debidamente.

En caso de alumnos que vengan desde otros establecimientos de educación superior y ya posean su TNE de ese establecimiento o los alumnos que hayan extraviado su TNE, deben realizar un procedimiento llamado reposición. Para ello deben seguir las instrucciones publicadas en los murales informativos en los tres Campus y asistir directamente a las oficinas de la JUNAEB. Más información en www.tne.cl y www.junaeb.cl.

Recuerda: si por algún motivo no puedes matricularte al año siguiente, es importante que realices el trámite de congelación para que tengas la posibilidad de retomar tus estudios posteriormente a través de la Secretaría Académica o los Asistentes de Dirección Académica al correo secretariaacademica@projazz.cl.

13 ¿Existe otra forma de financiar mi carrera?

Si bien en Projazz no existen otras alternativas vigentes de financiamiento interno disponibles, puedes consultar tu caso particular en la Dirección de Administración y Finanzas, a través del correo daf@projazz.cl, donde te podremos orientar.

14 ¿Dónde puedo revisar o consultar mi situación financiera, o si tengo algún problema de morosidad?

La información financiera debes solicitarla directamente al Departamento de Administración y Finanzas o consultar tu situación al correo daf@projazz.cl.

De tener dificultades mayores y que ciertamente afecten tu rendimiento, ánimo y/o concentración, puedes acercarte al Departamento de Asuntos Estudiantiles.

15 ¿Cuánto se debe pagar por concepto de titulación?

Al fijarse los aranceles de cada año, se establece un valor mínimo asociado principalmente a gastos administrativos propios de la gestión de titulación. Si lo solicitas, se otorgan facilidades en cuanto al plazo y condiciones de pago. A modo de referencia, para el año 2015 en las carreras de Composición Musical e Intérprete en Jazz y Música Popular, dicho valor fue de \$100.000.

16 ¿Puedo dar mi concierto de título en un lugar fuera de Projazz?

Por razones de factibilidad técnica, recursos, seguridad, disponibilidad del personal de apoyo y la disponibilidad horaria de directivos y docentes, los conciertos de título son programados en las instalaciones del Instituto. Si existieran razones académicas fundamentadas y se solicita con la debida anticipación, puedes plantear este requerimiento directamente a tu Director de Carrera.

¿QUÉ BECAS OTORGA PROJAZZ?

Para beneficiar a nuestros alumnos que no cuenten con recursos suficientes para financiar su carrera, Projazz ha creado las becas de:

- 1. Por Mérito: Mantención Beca al Talento, Beca Excelencia Académica y Beneficio Alumno quinto año.
- 2. Por Condición Social: Beca Socioeconómica, Mantención de Beneficio alumno extranjero y de región.

Estas becas, sin apoyo financiero de instituciones externas y suministradas completamente por Projazz, te pueden financiar entre un 10% y 50% del total del arancel.

No olvides que si tienes alguna Beca Projazz y la quieres mantener, éstas no son renovables de forma automática de un año a otro. Debes postular cada año, cumpliendo con los requisitos académicos y actualizando todos los antecedentes y documentos que te sean requeridos.

Para mayor información puedes consultar directamente en el Departamento de Asuntos Estudiantiles o al correo asuntosstudentiles@projazz.cl.

17 ¿Puedo pedir salas para estudiar?

Actualmente cuentas con las siguientes alternativas:

Posibilidad de reservar con anticipación salas para estudiar:

Entre abril y noviembre se han dispuesto salas para estudio en algunos de los Campus de Projazz, los días sábado. Se debe consultar condiciones para reservar durante la misma semana, con plazo hasta el jueves de la misma semana, directamente en Asuntos Estudiantiles.

También entre abril y noviembre, de lunes a viernes, por medio de diversos convenios que se ratifican cada año, se cuenta con salas de estudio externas (infórmate desde marzo en el Departamento de Asuntos Estudiantiles y vía publicación en paneles informativos de cada Campus).

Otras alternativas sin reserva previa:

En el Campus Eulogia Sánchez cuentas con una Sala de Lectura equipada con módulos individuales, una zona para trabajo en equipo y equipos PC destinados a la revisión del catálogo de bibliografía y apuntes disponibles en Biblioteca. En el mismo Campus se cuenta con una Sala de Estudio equipada con teclados y mini amplificadores de guitarra eléctrica y bajo eléctrico.

En cada Campus puedes solicitar en Recepción –únicamente dentro del mismo día– alguna sala disponible por un máximo de 1 hora por grupo o por persona.

Para usarlas, solamente debes consultar su disponibilidad en la recepción respectiva, presentar tu credencial de alumno vigente y aceptar las condiciones de uso publicadas en la misma sala y/o informadas por los encargados de Campus.

En caso de necesitar un ensayo grupal preparatorio para un examen final, como curso:

Debe ser gestionado directamente por el profesor titular en Dirección Académica con al menos tres días hábiles de anterioridad al día y horario requerido. Estas solicitudes están sujetas a revisión.

En el caso de alumnos en proceso de Concierto de Título:

Todos los alumnos que realicen su Concierto de Título en las instalaciones del Instituto y cuenten

con su fecha de Concierto de Título confirmada en Dirección Académica, tendrán reserva de una sesión de 90 minutos de la sala en que realizará el concierto, denominado “reconocimiento de sala”, previa al concierto. El objetivo es identificar los recursos técnicos que dispone la sala, acordar las condiciones de producción con el área técnica de eventos y aprovechar de ensayar directamente en la misma sala.

Si el alumno requiere utilizar salas para ensayar su Concierto de Título, deberá seguir el mismo proceso estipulado para los alumnos vigentes (durante la semana, siempre y cuando haya disponibilidad puede solicitar una sala el mismo día directamente con los recepcionistas de cada Campus, o realizar reserva para el día sábado en Asuntos Estudiantiles).

Como la sala es exclusivamente para uso de alumnos vigentes, en el caso de los ensayos para conciertos de título se puede autorizar el ingreso de integrantes de la banda y/o del equipo de apoyo que sean externos, siempre que lo comuniques a Dirección Académica al momento de solicitar la reserva, al correo secretariaacademica@projazz.cl.

De esa forma en la Recepción de Campus respectiva estarán debidamente informados y facilitarán el acceso de tus acompañantes para que tengas un excelente Concierto de Título.

Recuerda que:

Para cualquiera de estas opciones, se trata de un beneficio exclusivo para alumnos vigentes. No se permite el ingreso de terceros que no sean estudiantes de Projazz.

Te pedimos que seas respetuoso con los horarios reservados, que cuides el equipamiento del Instituto, mantengas ordenado y limpio el espacio y respetes las indicaciones y el trabajo de los funcionarios a cargo. No debes retirar, por cuenta propia, el equipamiento o materiales de otras salas de clase ni oficinas, por razones de seguridad tuya y de los equipos, además que puedes dificultar el desarrollo de otras clases u otras reservas de estudio.

Las salas solo se facilitan con los equipamientos estables que contengan, exceptuando los micrófonos que puedes solicitar en la Recepción con tu credencial. No está autorizado mover equipamiento de otras salas.

- 18** ¿Se puede comer y/o tomar (té, café, bebidas) durante una clase?

Tanto para evitar accidentes y por el cuidado de los equipamientos e infraestructuras de las salas de clases, no se permite el consumo de alimentos o bebidas dentro de las salas.

En el Campus Ramón Carnicer y en el Campus Bellavista se cuenta con un espacio exterior techado con mesas, sillas y cafetería, para que aproveches los intermedios entre clases para ello.

- 19** ¿Qué hago si se me pierde un libro que pedí en biblioteca?

En primer lugar, deberás dar aviso inmediato en Biblioteca para evitar multas por atrasos. El personal de Biblioteca te guiará en el proceso que deberás seguir para reponer el material extraviado.

- 20** ¿Puedo llegar en bicicleta?

Projazz cuenta con estacionamientos para bicicletas en los Campus Ramón Carnicer y Bellavista. Es muy importante que traigas tu propia cadena o candado de seguridad. Si bien el personal de Projazz procurará el cuidado y seguridad en general, la ubicación y cuidado de la bicicleta es tu responsabilidad.

- 21** Si veo a alguien sospechoso merodeando por las salas, o soy testigo de un robo dentro de Projazz, ¿qué debo hacer?

Te pedimos que en cualquiera de estos casos no arriesgues tu integridad y des aviso inmediato a la Recepción más próxima o al personal de apoyo más cercano, con toda la información posible.

El Instituto cuenta con un circuito cerrado de cámaras para apoyar la vigilancia.

- 22** Si tengo un accidente dentro de Projazz, ¿quién cubre los gastos o cómo es el procedimiento?

Todos los estudiantes del país tienen derecho a un Seguro Estudiantil Gratuito, incluida la educación superior.

El Seguro protege a los estudiantes de los accidentes que sufran con ocasión de sus estudios o en el trayecto directo, de ida o regreso entre su casa y el Instituto. Cuando un estudiante se accidenta debe ser enviado a una posta u hospital del Servicio Nacional de Salud. En ese lugar se denuncia el accidente. La atención es gratuita y cubre las prestaciones médicas.

Si por razones calificadas los Servicios de Salud se encuentran en la imposibilidad de otorgar las prestaciones médicas que procedan y los interesados se ven obligados a obtenerlas en forma particular, corresponde a dichos Servicios reembolsar los gastos en que se incurrió por el accidente.

El reembolso procederá cuando la atención médica particular haya sido imprescindible por su urgencia o por otro motivo derivado de la naturaleza de las lesiones sufridas. Por el contrario, si dicha atención particular ha sido requerida por decisión del alumno, de los padres o tutores, sin mediar las circunstancias mencionadas, no procederá el reembolso y los gastos correrán exclusivamente por cuenta de los padres o tutores.

- 23** Si hay una manifestación fuerte en el Parque Bustamante o en los alrededores y nosotros nos encontramos en clases, ¿qué hay que hacer?

Mantener la calma y permanecer al interior del recinto, idealmente en espacios que no se vean afectados por eventuales agresiones externas y aire contaminado.

- 24** ¿Puedo mostrar mi propuesta artística en los auditorios de Projazz?

Por supuesto. Para postular, envía un correo a eventos@projazz.cl. En caso que necesites entregar un DVD, dossier impreso u otro material, debes dirigirte al Departamento de Extensión y Comunicaciones, ubicado en Campus Eulogia Sánchez, 3er piso. Todos los proyectos serán evaluados por una comisión que considerará:

- Presentación del proyecto
- Programa
- Nivel artístico
- Factibilidad técnica

Los auditorios de Projazz priorizan las presentaciones de alumnos y profesores del Instituto, aunque también acogen propuestas de otros artistas.



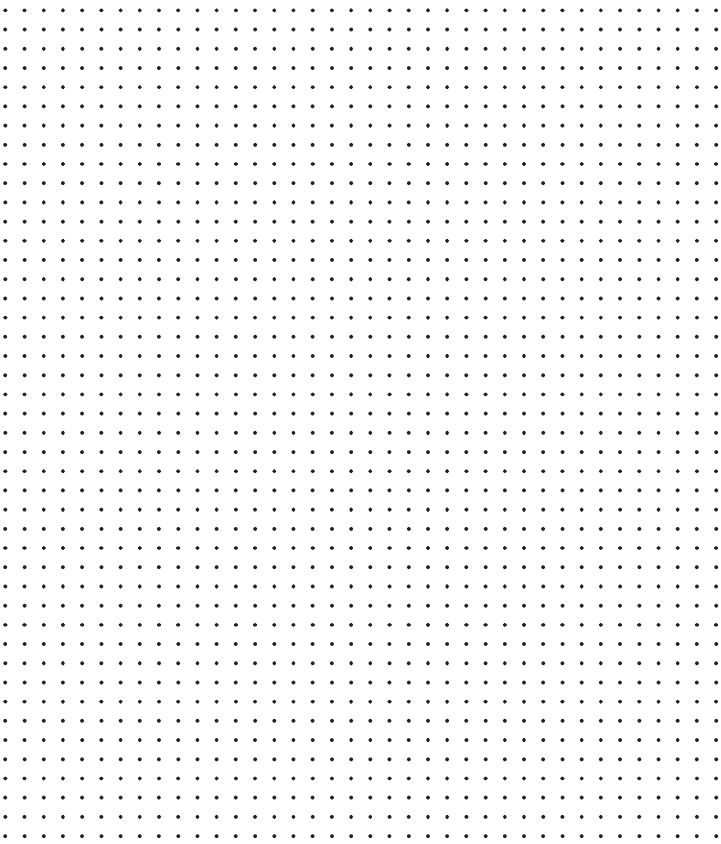
25 En caso de incendio o terremoto ¿qué tengo que hacer?

En caso de incendio:

- Lo aconsejable es abandonar el recinto si la zona que permite el escape no está siendo afectada por el fuego.
- En caso que no te sea posible escapar, lo aconsejable es refugiarse en una habitación con ventanas hacia el exterior, cerrando antes las puertas que haya entre el fuego y tú.
- Las ventanas que dan al exterior deben abrirse completamente para aumentar la ventilación.
- Nunca saltes de pisos altos: espera la ayuda del rescate.
- Si quedas atrapado por el humo, permanece lo más cerca posible del piso. La respiración debe ser corta por la nariz, hasta salir del área afectada.
- Si el humo es muy denso, cúbrete la nariz y la boca con un pañuelo que idealmente esté húmedo y trata de permanecer lo más cerca posible del piso.
- Al tratar de escapar del fuego, es necesario palpar las puertas antes de abrirlas. Si la puerta está caliente o el humo está filtrándose, no debes abrirla: busca otra salida.
- Si las puertas están frías, ábrelas con cuidado, debiendo cerrarlas si la vía de escape está llena de humo o si hay una fuerte presión de calor contra la puerta.
- Durante la evacuación es necesario mantener la calma, caminar con paso rápido, sin correr y dirigirse a la zona de seguridad preestablecida u otra que en ese instante los líderes determinen.
- Si ya has sido evacuado de un sector o piso, por ningún motivo te devuelvas.
- Nadie que no tenga una función específica que cumplir en la emergencia deberá intervenir en ella. En tu caso, te pedimos que sigas correctamente las instrucciones.

En caso de terremoto:

- Sin correr, aléjate de ventanales y paneles que tengan vidrios.
- Ubícate frente a muros estructurales o pilares.
- No abandones el Campus, porque pueden caer trozos de vidrios u otros objetos.
- Mantén la calma y espera con tranquilidad las instrucciones del personal encargado.
- Apártate de objetos que puedan caer, volcarse o desprenderse.
- No uses fósforos, encendedores o velas. Si necesitas luz, usa solo linternas o la luz de tu celular.
- Trata de no moverte del sitio seguro en que te encuentras hasta que el sismo haya pasado.
- En caso de posibles desprendimientos de material, protéjete debajo de escritorios o mesas.
- No camines donde haya vidrios rotos o cables eléctricos.



DEPARTAMENTO DE ASUNTOS ESTUDIANTILES (DAE) SECRETARÍA GENERAL

**TE ACOMPAÑAMOS Y APOYAMOS DURANTE TODA LA
CARRERA**

ASUNTOSESTUDIANTILES@PROJAZZ.CL

CAMPUS RAMÓN CARNICER

HORARIO DE ATENCIÓN: LUNES A VIERNES DE 10:00 A 13:00 HORAS Y
DE 14:00 A 18:00 HORAS.

EL DEPARTAMENTO DE ASUNTOS ESTUDIANTILES (DAE) BUSCA
PROMOVER Y GESTIONAR ACTIVIDADES EXTRA ACADÉMICAS PARA EL
BIENESTAR DE NUESTROS ESTUDIANTES.

1 BECAS INTERNAS

En IP Projazz las becas se otorgan por año académico. Contarás con toda la información de plazos y requisitos desde octubre* de cada período académico. Es muy importante que te mantengas informado si quieres postular a ellas.

Para nuestros alumnos vigentes existen seis beneficios:

1. Beca por Mérito:

Plazo de postulación: entre el 19 de diciembre y el 6 de enero de 2017

- Mantención Beca al Talento
- Beca Excelencia Académica
- Beneficio Alumno Quinto Año

2. Beca por Condición Social:

Plazo de postulación: entre el 15 de noviembre y el 20 de diciembre

- Beca Socioeconómica
- Mantención de Beneficio alumno extranjero
- Mantención de Beneficio alumno de región

*Estas fechas pueden sufrir alguna variación, pero no afectará tu postulación a nuestras becas.

2 OBTENCIÓN DE TNE
(PASE ESCOLAR)

La Tarjeta Nacional Estudiantil es un beneficio que otorga el Estado para el pago rebajado de la tarifa de transporte público a través de JUNAEB.

Para la educación superior, la TNE es adquirida o revalidada cada año para los estudiantes matriculados en calidad de alumno regular.

La solicitud y pago de la TNE se realiza a través de DAE al inicio de cada año académico, lo que es informado respectivamente a través del portal de alumnos, en el sitio web institucional y en los murales informativos de cada Campus.

3 ORIENTACIÓN PSICOLÓGICA

Este beneficio otorga de forma gratuita, inicialmente, seis sesiones anuales para cada estudiante. La iniciativa se efectúa con el fin de brindarte apoyo en todo tu proceso de formación personal, artística y profesional en Projazz.

4 CONVENIOS
EXTRACURRICULARES

Para promover tu desarrollo académico, el DAE mantiene convenios con instituciones externas vinculadas a Projazz para acceder a salas de ensayo. Existen otros convenios médicos y recreativos, que son elaborados en conjunto con el Centro de Estudiantes Projazz, CEP.

Estos convenios se actualizan cada año y son informados al inicio del período académico (marzo) a todos nuestros estudiantes.

5 CEP/ CENTRO DE ESTUDIANTES
PROJAZZ

Está formado por un grupo representativo de estudiantes, conformados por una directiva y un consejo de delegados de cada curso. El objetivo

del CEP es ser un canal de comunicación entre el estudiantado y los departamentos institucionales de Projazz. El CEP también lleva a cabo un trabajo en conjunto con DAE para realizar actividades que promuevan el bienestar estudiantil y espacios de encuentro para toda la comunidad Projazz.

El Departamento de Asuntos Estudiantiles es la unidad que tiene vínculo directo con las actividades, solicitudes y procesos que el CEP propone, organiza y acuerda con Projazz. También actúa como unidad coordinadora entre el CEP y los demás estamentos institucionales.

Las elecciones del CEP se realizan durante el segundo semestre de cada año, de acuerdo a los estatutos realizados y aprobados por la comunidad estudiantil. Dentro del CEP participan representantes de todas las carreras, niveles y cursos de Projazz como Instituto Profesional.

 ceprojazz@gmail.com

 [/ceprojazz](https://www.facebook.com/ceprojazz)

6 BIENVENIDA A
ESTUDIANTES: ABRIL

Durante el mes de abril el Departamento de Asuntos Estudiantiles, en conjunto con el CEP, realizan la bienvenida a los nuevos estudiantes que se integran a Projazz. En esta primera instancia de reunión participa toda la comunidad estudiantil. En ella, DAE y CEP dan a conocer las actividades anuales programadas y cómo podrás participar en cada una de ellas.

7 RECEPCIÓN ESPECIAL A LA
COMUNIDAD DE ALUMNOS DE REGIÓN

Durante el mes de marzo el Departamento de Asuntos Estudiantiles realiza esta actividad, en donde se les invita a integrar la Comunidad de Alumnos de Región que debutará en 2016.

EXTRACTO DEL REGLAMENTO ACADÉMICO Y DE TITULACIÓN

Recuerda que se te ha entregado una copia íntegra del Reglamento Académico al momento de ingresar a Projazz. También puedes consultarlo en el portal www.ipprojazz.cl y revisar la copia disponible en Biblioteca.

ARTÍCULO 20° La asistencia mínima exigida será de un 75% de las clases efectivamente realizadas. Bajo este porcentaje y hasta un 60%, el alumno podrá ser autorizado por el Director de Carrera respectivo a presentarse a examen, atendidos los antecedentes académicos que presente.

ARTÍCULO 23° La asistencia a los controles parciales, exámenes u otro tipo de evaluaciones programadas será obligatoria para los alumnos y su incumplimiento sin razones justificadas será calificado con nota uno (1,0).

Si la inasistencia se debe a razones de fuerza mayor, incluidas en éstas las razones de salud, deberá ser notificada por escrito a la Dirección de la carrera dentro de los tres días hábiles siguientes a la fecha de realización de la evaluación, adjuntando la documentación probatoria respectiva. La Dirección informará al profesor de la asignatura. En los casos mencionados, cuando proceda, el alumno podrá rendir la instancia de evaluación correspondiente en los quince días posteriores a la fecha fijada inicialmente.

En el caso del examen final, el alumno que por razones justificadas no haya podido rendirlo en primera instancia, deberá rendirlo en la fecha correspondiente al examen en segunda instancia. Si la nota final así obtenida en la asignatura es inferior a la de aprobación, el alumno podrá rendir el examen final en una última oportunidad, en la fecha y condiciones que determine la dirección de la carrera respectiva.

ARTÍCULO 24° La inasistencia al examen final que no esté debidamente justificada significa la reprobación automática del examen en su oportunidad.

ARTÍCULO 26° Son procedimientos evaluativos las pruebas escritas, interrogaciones orales, trabajos de grupo o individuales, trabajos de investigación, exámenes y otras formas que se encuentren especificadas en cada programa.

Los sistemas y medios de evaluación del rendimiento académico de un alumno serán determinados por las carreras respectivas.

ARTÍCULO 30° Los alumnos tienen derecho a conocer las notas obtenidas y las modalidades de corrección y de evaluación empleadas, dentro de los quince días siguientes a la fecha de la evaluación.

ARTÍCULO 33° Queda automáticamente eximido de rendir el examen final el alumno que haya obtenido una nota promedio no inferior a seis (6,0). Lo anterior no excluye el derecho del alumno a rendir examen si así lo solicita.

ARTÍCULO 34° Lo dispuesto en el artículo anterior no es aplicable en aquellas asignaturas en las cuales el examen final sea obligatorio, lo que estará expresamente señalado en el sistema de evaluación del programa respectivo.

AGENDA

ARTÍCULO 35° No tendrá derecho a examen el alumno cuya nota de presentación sea inferior a tres (3,0), quedando automáticamente reprobado en la asignatura.

ARTÍCULO 36° La nota final de cada una de las asignaturas corresponderá a la sumatoria de la nota de presentación a examen ponderada en un 70% y la nota del examen final ponderada en un 30%.

ARTÍCULO 37° Aprobará la asignatura el alumno que obtenga una nota final igual o superior a cuatro (4,0) y que en su examen final haya obtenido una calificación igual o superior a tres (3,0).

ARTÍCULO 38° El alumno que obtenga una calificación final en la asignatura inferior a cuatro (4,0), tendrá derecho a rendir examen en segunda instancia en el período establecido en el calendario académico, cuya calificación reemplazará aquella del examen ya rendido. Si al considerar la nota de presentación y la del examen de segunda instancia, en el cálculo de la nota final según lo detallado en el Artículo 36°, el alumno logra un promedio igual o superior a cuatro (4,0), la nota de aprobación de la asignatura será como máximo cuatro (4,0). En el caso que el alumno repruebe dicho examen, la nota final de la asignatura se recalculará sobre la base del examen de segunda instancia.

Para el caso del alumno que ha rendido el examen de segunda instancia por no haber podido rendir el de primera instancia debido a razones debidamente justificadas ante el Director de Carrera, la nota obtenida en dicho examen será considerada como nota del examen final y la nota final de la asignatura será calculada según lo detallado en el Artículo 36°.

ARTÍCULO 39° El alumno tendrá opción a repetir solo una vez una asignatura, excepto cuando se cumplan las condiciones señaladas en el Artículo 58°.

ARTÍCULO 42° El egresado tendrá un plazo máximo de dos (2) años para rendir su examen de título, contados desde el momento que aprobó la última actividad curricular del plan de estudio de su carrera. Transcurrido ese plazo, el egresado deberá solicitar su reincorporación a la carrera y aprobar las exigencias académicas que al efecto establezca la respectiva carrera, las que no podrán ser inferiores a un período académico, anual o semestral, según el régimen propio de ella.

ARTÍCULO 48° Para obtener el título profesional se requiere cumplir con todas y cada una de las siguientes disposiciones, las que deberán ser debidamente certificadas por Vicerrectoría Académica:

- a) No estar expuesto a ninguna de las causales que determinan la pérdida de la calidad de alumno, conforme a lo estipulado en el Título VIII;
- b) Estar matriculado como alumno regular en el período académico en el que se rinde el examen de título;
- c) Haber cancelado el arancel de titulación fijado por el Instituto Profesional;
- d) Haber cumplido con todos los compromisos económicos establecidos por el Instituto Profesional;
- e) No tener compromisos pendientes con Biblioteca;
- f) Haber aprobado la totalidad de las actividades establecidas en el plan de estudios de la respectiva carrera y aprobar el examen de título con nota igual o superior a cuatro (4,0).

ARTÍCULO 49° La calificación final del título profesional se obtendrá de la suma del promedio de las calificaciones obtenidas durante el transcurso de la carrera ponderado en 70%, más la nota final del proceso de titulación ponderada en 30%.

ARTÍCULO
54° La calidad de alumno regular del Instituto Profesional Projazz se pierde por razones académicas, disciplinarias o administrativas.

ARTÍCULO
55° Será causal académica de pérdida de la calidad de alumno regular la reprobación en dos oportunidades de una misma asignatura.

Sin perjuicio de lo anterior, el alumno podrá solicitar por escrito al Director de Carrera la posibilidad de cursar la asignatura reprobada por tercera vez. El Director de Carrera deberá resolver la solicitud en el plazo de cinco días hábiles. El rechazo de la solicitud podrá ser apelada por escrito ante Vicerrectoría Académica, la cual dentro del plazo de cinco días hábiles, contados desde la notificación de rechazo, deberá pronunciarse en definitiva de la apelación y solo si cumple con los requisitos contemplados en el Artículo 62°. El estar cursando una asignatura por tercera vez confiere al alumno el carácter de condicional, sin que ello lo exima de las obligaciones —en particular las económicas— de un alumno regular.

ARTÍCULO
56° Se perderá la calidad de alumno regular por razones disciplinarias cuando el estudiante se encuentre afectado por una sanción disciplinaria de expulsión del Instituto Profesional Projazz.

ARTÍCULO
57° Se perderá la calidad de alumno regular por razones administrativas cuando se mantenga el incumplimiento reiterado de los compromisos contractuales adquiridos con el Instituto Profesional Projazz.

Dichos compromisos contractuales incluyen el pago de aranceles por diferentes conceptos (matrícula, examen de admisión, apuntes obligatorios de ciertas asignaturas, mensualidad), así como multas por atraso en la devolución de libros y otros materiales de estudio a Biblioteca.

En relación con los aranceles y las multas de Biblioteca, el alumno que no cumpla con el pago de los mismos o una fracción de ellos durante un semestre, tendrá calidad de condicional a contar del momento en que comienza su morosidad.

Al no cumplir con el pago dos semestres consecutivos, incurrirá en causal de eliminación y será expulsado del Instituto Profesional Projazz al término del segundo semestre de morosidad, sin perjuicio de las medidas comerciales y judiciales adicionales que procedan.

En relación con la devolución de libros y materiales de estudio a Biblioteca, otorgarán al alumno la calidad de condicional tres (3) infracciones al reglamento de Biblioteca en un mismo semestre.

El alumno recuperará su calidad de alumno regular solo al cabo de un semestre completo, posterior a aquél en que perdió dicha calidad, sin infracciones. Si permanece dos semestres consecutivos en calidad de condicional por este concepto, incurrirá en causal de eliminación y será expulsado del Instituto Profesional Projazz al término del segundo semestre de condicionalidad.

ARTÍCULO
94° Todos los alumnos del Instituto Profesional Projazz tienen la obligación de respetar a las autoridades, académicos, funcionarios y demás estudiantes.

Asimismo, tienen la obligación de cuidar los bienes institucionales y no podrán desarrollar actividades contrarias a los principios del Instituto Profesional, a sus reglamentos y a las normas legales vigentes. Quedan especialmente prohibidas aquellas conductas particularmente lesivas al desarrollo de las normales actividades y sana convivencia en el Instituto. Son consideradas conductas lesivas, entre otras, las siguientes:

d. Difamar, desprestigiar de hecho o de palabra, en forma pública o mediante publicidad, las actividades ordinarias y extraordinarias del Instituto. Esta falta será considerada leve en el caso de no haber precedente por parte del autor. Será considerada grave si el autor ya hubiese sido sancionado con anterioridad, por el mismo tipo de conducta. Será considerada gravísima cuando el autor incurriera en forma repetida en la conducta señalada o si desatendiera la sanción y/o la advertencia que al respecto le hubieren dado.

AGRUPACIONES ESTABLES

Cantar, tocar, actuar, dirigir o simplemente escuchar: desde el primer año de carrera tienes la oportunidad de estar en escena, con creaciones propias y obras de repertorio

El **Colectivo Los Musicantes** es una agrupación creada para interpretar las obras de los estudiantes de la carrera de Composición Musical. Está integrado por alumnos de primer a quinto año. Su trayectoria incluye presentaciones en festivales internacionales de música contemporánea, talleres de composición y montajes de teatro musical.



Colectivo Los Musicantes

La **Projazz Big Band** es la agrupación de mayor tradición en Projazz. Su repertorio incluye desde compositores clásicos para este gran formato, música contemporánea y creaciones de nuestros estudiantes. Ha efectuado dos giras nacionales, una de ellas con el apoyo del Consejo Nacional de la Cultura y las Artes.



Projazz Big Band

El **Projazz Ensemble** fusiona jazz, funk y pop en formatos experimentales. Esta agrupación busca ser una instancia artística que permita la mayor expresividad interpretativa de sus integrantes.



Projazz Ensemble

DOS AUDITORIOS: PLAZA ITALIA Y BARRIO BELLAVISTA

IP Projazz ofrece una nutrida cartelera artística abierta a la comunidad, donde los proyectos personales de alumnos, ex alumnos, profesores y todos los integrantes de la comunidad Projazz tienen un espacio preferencial. De esta forma nuestros alumnos potencian la experiencia profesional y se promueve su desarrollo artístico.

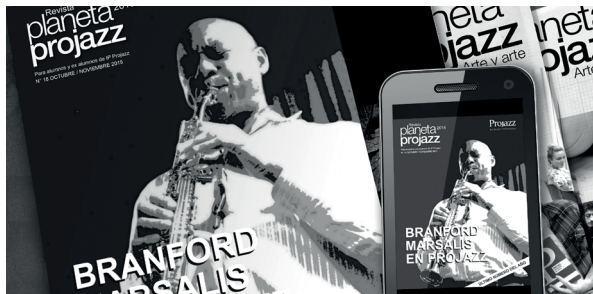
Projazz mantiene vínculos con importantes instituciones de música y artes escénicas de todo el mundo, lo que nos permite ofrecer una variada agenda de conciertos y master classes con invitados vigentes en la escena internacional como Branford Marsalis,

The League of Crafty Guitarists, Melissa Aldana, Pat Martino, Glen Zaleski, Kenny Barron, Gene Aitken, Frank Gambale, Peter Erskine, Jerry Bergonzi, Jonathan Kreisberg, Óscar Stagnaro y Rory Stuart entre muchos otros. Además Projazz es sede del Festival de Jazz Europeo JazzEu y ha sido escenario de importantes seminarios como Broadway en Chile y Laboratorio Escénico del Festival Stgo a Mil.

Durante 2015 y principios de 2016 en nuestros auditorios se han presentado más de 100 conciertos, master classes y obras de teatro, y más de 20 master classes con invitados internacionales.

PUBLICACIONES

Todas nuestras publicaciones internas se encuentran en www.projazz.cl



Planeta Projazz es una revista mensual que entrega noticias relevantes sobre música, arte, tendencias y cultura. También es un espacio para mostrar los éxitos y desafíos de nuestra comunidad de estudiantes y egresados.



Profesor es una revista de trabajo y actualización enfocada en los compromisos de nuestra comunidad académica enmarcados en el eje Innovación y Desarrollo: Cambio de Paradigma Educativo y Plan de Estudios de Excelencia.

CONVENIO GAM



GAM, Centro de las Artes, la Cultura y las Personas, posee una amplia biblioteca (BiblioGam) con más de 15.000 volúmenes en libros y material audiovisual especializados en jazz, música popular, clásica, teatro, danza y cine.

Como estudiante Projazz tienes acceso especial a BiblioGam.

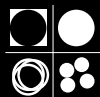
BOLSA DE TRABAJO



En Projazz se reciben periódicamente solicitudes de músicos y artistas para eventos particulares. Si tienes un proyecto artístico en marcha y te interesa estar disponible para ser recomendado en estos eventos, envía tus datos al mail eventos@projazz.cl.

Se requiere:

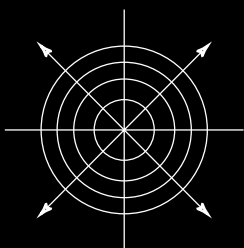
- Descripción artística del proyecto
- Ficha técnica
- Datos de contacto
- Valores por modalidad



BIENVENIDO AL ENFOQUE INTEGRAL

UN MAPA PARA DESARROLLAR LA MEJOR VERSIÓN DE TI MISMO

TEXTO BASE PARA LA ASIGNATURA DE DESARROLLO INTEGRAL I Y II



EL ENFOQUE INTEGRAL ES UN MAPA QUE:

- Incluye todas las dimensiones presentes en nuestra vida.
- Mejora nuestra capacidad para enfrentarnos y responder a las complejidades que nos plantea el mundo actual.
- Abarca distintos aspectos de la realidad: a mayor realidad, más conciencia y mejor comprensión de nuestro desarrollo personal, artístico y profesional.

CONOCE LOS 5 ELEMENTOS QUE COMPONEN EL ENFOQUE INTEGRAL:

1 Niveles de Desarrollo
(Personal y Cultural)

2 Líneas de Inteligencia
(Por ejemplo: Inteligencia Cognitiva, Inteligencia Emocional, Inteligencia Somática, Inteligencia Musical)

3 Estados de Conciencia
(Por ejemplo: la profundidad de nuestras experiencias artísticas)

4 Tipos Psicológicos
(Fortalezas y debilidades de nuestra personalidad)

5 Cuadrantes
(La matrix: las 4 dimensiones de la realidad: interior, exterior, individual y social)

[illegible]

NIVELES DE DESARROLLO

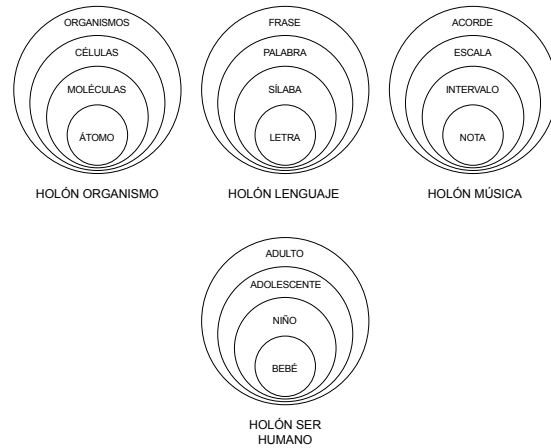
(PERSONAL Y CULTURAL)

Está comprobado científicamente que todo y todos evolucionamos a través de una secuencia de desarrollo.

Los Niveles de Desarrollo son herramientas para comprender el desarrollo humano individual y social. Son estructuras que indican las transformaciones y el nivel de crecimiento alcanzado. Constituyen la columna vertebral de la vida humana. Los Niveles o Jerarquías de Desarrollo están compuestas de holones. Un holón significa que algo es totalidad y parte a la vez, como una cosa, un proceso, una persona, etc. Algunos ejemplos:

- Partículas subatómicas, átomos, moléculas, células, tejidos, organismos.
- Bebé, niño, adolescente, adulto.
- Nota, intervalo, escala, acorde, progresión de acordes.
- Letra, sílaba, palabra, frase, párrafo.

EJEMPLOS DE HOLONES





Cada Nivel de Desarrollo representa una mayor transformación de la conciencia. Cada holón trasciende e incluye al holón anterior.

EL DESARROLLO DE UNA CULTURA SIGUE LA MISMA SECUENCIA QUE EL DESARROLLO DE LA CONCIENCIA DE UNA PERSONA

	NIVELES DE DESARROLLO/ VISIONES DEL MUNDO	ETAPAS DEL DESARROLLO DE LA CULTURA	ETAPAS DEL DESARROLLO DE UNA PERSONA
	SUPERINTEGRAL	Desde fines del siglo XX SUPERINTEGRAL	De escasa manifestación
	INTEGRAL	Desde 1980 en adelante INTEGRAL	Recién emergiendo
	PLURALISTA	Comienza a mediados de 1960 POSMODERNA	Comienza en la adultez
	RACIONAL (Mundicéntrico)	Comienza con la Ilustración, fines del siglo XVII MODERNA	Comienza en la adolescencia
	MÍTICO (Etnocéntrico)	Comienza hace 5.000 años hasta el término del Renacimiento	Comienza a los 7 años
	MÁGICO-MÍTICO (Egocéntrico)	Comienza hace 10.000 años	Comienza a los 4 años
	MÁGICO (Egocéntrico)	Comienza hace 50.000 años	Comienza a los 2 años
	ARCAICO (Egocéntrico)	Comienza hace 100.000 años PREMODERNA	Comienza al nacer

UN VISTAZO A LOS DIFERENTES NIVELES DE DESARROLLO Y CÓMO SE REPRESENTAN EN LA SOCIEDAD

-  DESARROLLO PSICOLÓGICO
-  DESARROLLO CULTURAL

LOS DESENCUENTROS NO SON ENTRE PERSONAS, ¡SON ENTRE NIVELES!

Los Niveles de 1er grado, desde el Egocéntrico al Pluralista, suponen la existencia de una sola realidad y verdad, la suya.

Cuando uno escucha una discusión en la que se enfrentan distintas opiniones (o visiones del mundo), es posible identificar a qué Nivel de Desarrollo apuntan los argumentos: las personas hablan desde el Nivel que han alcanzado.

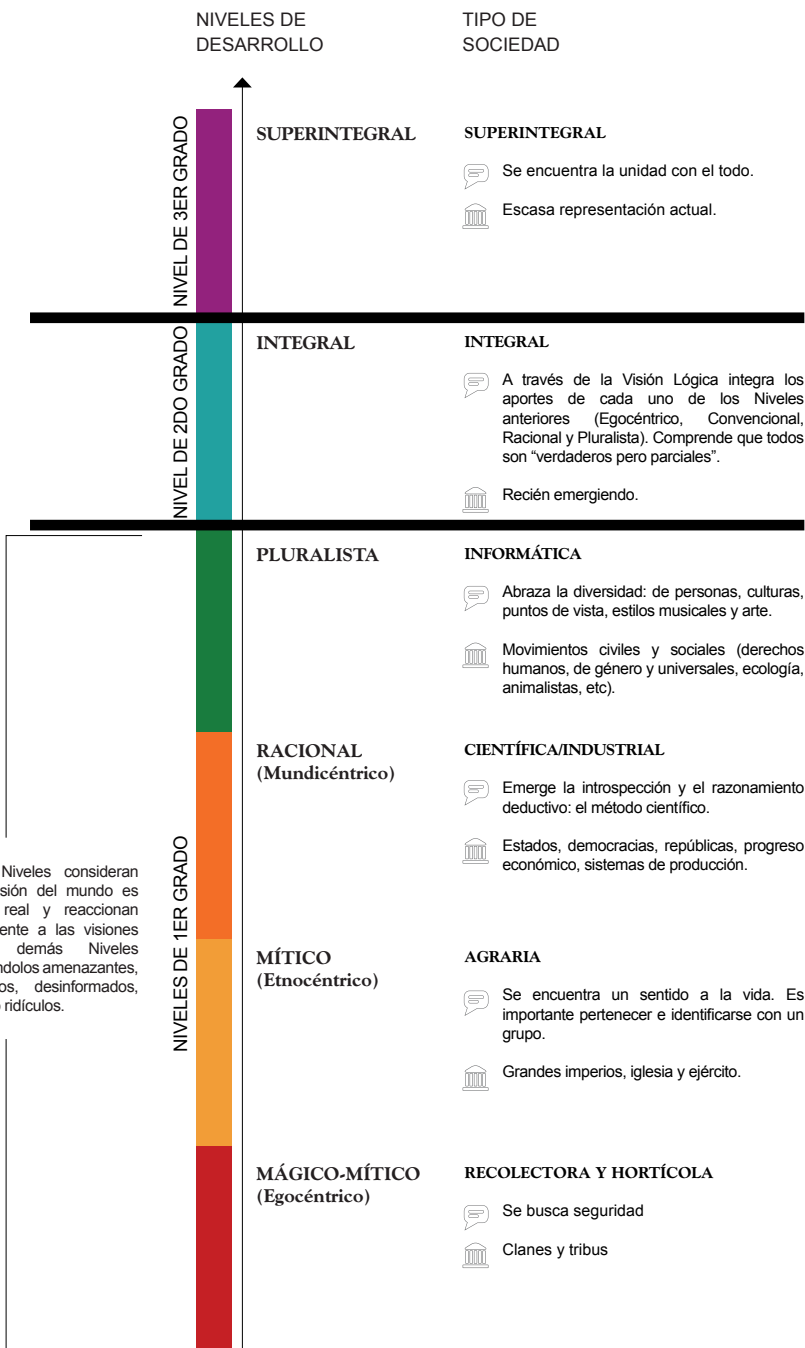
Estos desencuentros se conocen como “guerras culturales”: las diferencias irreconciliables que vemos en el mundo hoy, por ejemplo entre oriente y occidente o entre conservadores y liberales, que a menudo –lamentablemente– llevan a guerras armadas.

El Nivel Integral es el primer Nivel que puede trascender estas guerras culturales porque identifica y valora el aporte de cada Nivel de Desarrollo.

Cada color o Nivel trasciende e incluye al anterior.



Estos 4 Niveles consideran que su visión del mundo es la única real y reaccionan negativamente a las visiones de los demás Niveles considerándolos amenazantes, equivocados, desinformados, infantiles o ridículos.



NIVELES DE DESARROLLO

(PERSONAL Y CULTURAL)

	NIVEL	ÉPOCA, VISIONES DEL MUNDO Y PORCENTAJE EN LA SOCIEDAD ACTUAL	DESARROLLO PSICOLÓGICO (PIAGET, WILBER)	GRAN CADENA DEL SER	ÓRDENES DE CONCIENCIA (KEGAN)	JERARQUÍA DE NECESIDADES (MASLOW)
3ER GRADO	8	SUPERINTEGRAL	No dual Causal Sutil	ESPIRITU		
2DO GRADO	7	INTEGRAL 5%	Visión Psíquica (Alma) Visión Lógica (Tardía) Visión Lógica (Intermedia)	ALMA	5to orden	Autotrascendencia
	6	PLURALISTA POSMODERNO 20% INFORMÁTICA	Visión Lógica (Temprana)		4to, 5to orden	Autorrealización Autoestima
1ER GRADO	5	RACIONAL MODERNO 30% CIENTÍFICA INDUSTRIAL	Operacional (Tardío) (Temprano) Formal	MENTE	4to orden	Autoestima
	4	CONVENCIONAL MÍTICO PREMODERNO 40% AGRARIA	Operacional (Tardío) (Temprano) Concreto (regla/rol)		3er orden	Pertenencia
	3	EGOCÉNTRICO MÁGICO-MÍTICO PREMODERNO TRIBAL	Preoperacional (conceptual)		2do orden	Seguridad
	2	MÁGICO PREMODERNO	Preoperacional (simbólica)	CUERPO	1er orden	Seguridad (inicio)
	1	ARCAICO PREMODERNO	Preoperacional (sensoriomotor)	MATERIA	0	Fisiológicas

VISIONES DEL
ARTE

ARTE Y DIMENSIONES

No dual		<p>Nivel de Desarrollo de 3er grado, de manifestación poco común. Surgen la sexta y séptima dimensión.</p> <p>Ej: Arte Zen, thangkas tibetanos.</p>
Arquetípico	ARTE INTEGRAL	<p>Emerge la quinta dimensión. Incluye todas las corrientes de evolución artística.</p> <p>Sintetiza e integra todas las dimensiones o perspectivas anteriores.</p>
<p>Naturaleza interna Psicoanálisis</p> <p>Aperspectivismo Existencialismo Teísmo integrado Panteísmo</p>	ARTE POSMODERNO	<p>Emerge la cuarta dimensión: el continuo espacio-tiempo de Einstein. Influye en las artes plásticas y escénicas. En música se busca superar limitaciones de métrica y tonalidad como aspectos de la estética. Nace el jazz, el rock, el pop, la música contemporánea y la improvisación en tiempo presente.</p> <p>Nace el psicoanálisis y el concepto del inconsciente.</p>
<p>Belleza clásica (Naturaleza externa, proporciones)</p> <p>Perspectivismo Humanismo Escepticismo Nihilismo</p>	ARTE MODERNO	<p>Música en tres dimensiones: ritmo, melodía y armonía. Se desarrolla la Polifonía y Contrapunto. Sistema Mayor-Menor. Desde Bach a Wagner.</p> <p>Pintura en tres dimensiones: largo, alto y profundidad (nace la perspectiva).</p>
Mitológico literal	ARTE PREMODERNO	<p>Música en dos dimensiones: ritmo y melodía, y se agregan textos litúrgicos. Canto gregoriano.</p> <p>Pintura solo en dos dimensiones: largo y alto. Se incorporan íconos religiosos.</p>
<p>Imaginería mágica</p> <p>Imaginería mágica</p> <p>Sensoriomotor</p>	ARTE PREMODERNO	<p>Música en dos dimensiones: ritmo y melodía.</p> <p>Pintura solo en dos dimensiones: largo y alto.</p>

ARTE Y NIVELES DE EXPERIENCIA ESTÉTICA

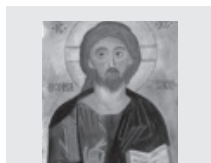
Una obra de arte se podría interpretar desde dos criterios:

- a) Desde el Nivel de Desarrollo del artista que la creó:
 - Convencional/Premoderno
 - Racional/Moderno
 - Pluralista/Posmoderno
 - Integral
- b) Por el Nivel de Desarrollo representado en la obra de arte:
 - 2 dimensiones: Convencional/Premoderno
 - 3 dimensiones: Racional/Moderno
 - 4 dimensiones: Pluralista/Posmoderno
 - 5 dimensiones: Integral

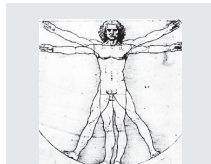
¿CON QUÉ NIVEL O NIVELES TE IDENTIFICAS?

¿A QUÉ NIVEL APUNTA TU OBJETIVO ARTÍSTICO?

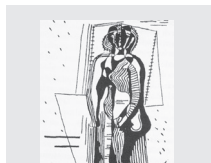
El arte puede entretener, educar o trascender. Tu puedes decidir cuál de estas funciones asumes, o todas, pero mientras más abarques terminará siendo, en definitiva, un arte más profundo.



Arte medieval: 2 dimensiones



Da Vinci: 3 dimensiones



Picasso: 4 dimensiones

¿EXISTE UN ARTE DE NIVEL INTEGRAL?

Por supuesto.

Actualmente en el mundo existen comunidades de artistas de Nivel Integral.

El arte Integral, al incluir más dimensiones, evoca Niveles más profundos de experiencia estética, convirtiéndose en un agente de transformación.

Cuando la humanidad adquiera una conciencia Integral que se extienda a mayor escala, el arte Integral ayudará a más personas a conectarse con el potencial más profundo de sí mismos.

El objetivo del arte realmente trascendente consiste en expresar algo que todavía no somos, pero en lo que podemos llegar a convertirnos.

El hecho que podamos acceder a espacios trascendentes no significa que estos espacios se encuentren ya adecuadamente habitados. Somos nosotros quienes debemos diseñarlo, componerlo, danzarlo, actuarlo, interpretarlo o cantarlo, tarea que históricamente han asumido los artistas de vanguardia. En palabras del sociólogo Marshall MacLuhan "el Arte es un sistema de alerta temprana que avisa a la vieja cultura lo que está empezando a suceder".

Una llamada integral!

¿Quiénes se abrirán a profundidades que nos permitan escalar las nuevas cumbres y volver para contarnos lo que han visto?

¿Quiénes nos mostrarán las creaciones del mundo transpersonal?

¿Quiénes podrán alejarse tanto de sí mismos, de su ego, de sus esperanzas y de sus miedos para servir de cauce a los transpersonal con una fuerza que sacuda al mundo hasta sus mismos cimientos?

¿Quiénes pintarán el primer amanecer de este nuevo paisaje?

¿Quiénes nos lo mostrarán?

LÍNEAS DE INTELIGENCIA

(INTELIGENCIAS MÚLTIPLES, HOWARD GARDNER, 1983)

Si los Niveles de Desarrollo son las etapas para comprender la evolución del desarrollo humano individual y social, las Líneas de Inteligencia son las herramientas para realizar diversas tareas. Son las distintas maneras de ser inteligente en nuestra interacción con el mundo.

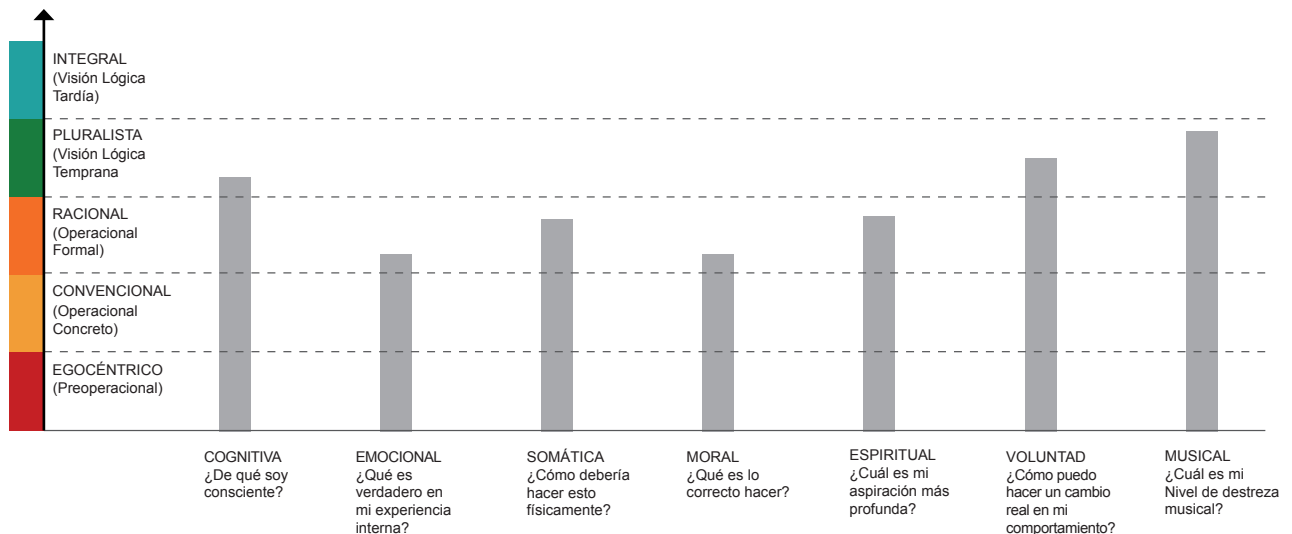
Todos enfrentamos preguntas en nuestras vidas. Si deseamos encontrar una respuesta útil y apropiada, la opción más adecuada es utilizar la inteligencia específica asociada a esa pregunta.

Estas Líneas de Inteligencia están presentes en todos nosotros y se desarrollan a través del mismo número de Niveles.

LÍNEAS DE INTELIGENCIA + PREGUNTAS FRECUENTES + PRINCIPALES INVESTIGADORES

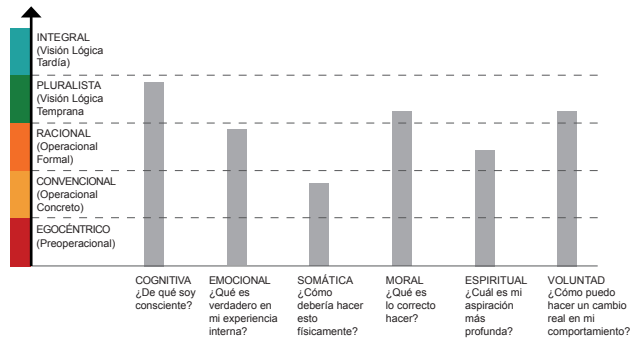
Línea	Pregunta Vital	Principal Investigador
Cognitiva	¿De qué soy consciente?	Piaget, Kegan
Yo	¿Quién soy yo?	Loevinger
Valores	¿Qué es significativo para mí?	Graves, la Dinámica Espiral
Moral	¿Qué es lo correcto hacer?	Kohlberg
Interpersonal	¿Cómo deberíamos relacionarnos?	Selman, Perry
Espiritual	¿Cuál es mi aspiración más profunda?	Fowler
Necesidades	¿Qué necesito?	Maslow
Kinestésica (somática)	¿Cómo debo hacer esto?	Gardner
Emocional	¿Cómo me siento al respecto?	Goleman
Estética	¿Esto me gusta?	Housen

ALGUNAS INTELIGENCIAS IMPRESCINDIBLES PARA TU VIDA PERSONAL, ARTÍSTICA Y PROFESIONAL

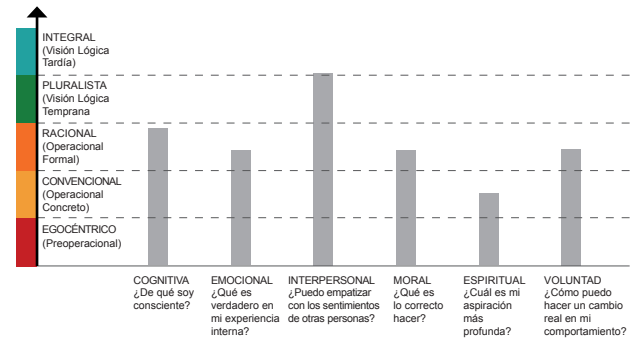


El **Psicógrafo Integral** es una herramienta útil para ver la relación entre Niveles de Desarrollo y Líneas de Inteligencia. Refleja nuestras fortalezas y debilidades y nos aporta la conciencia necesaria para avanzar en nuestro desarrollo.

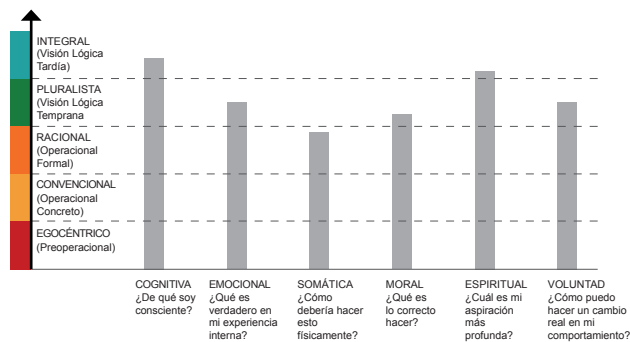
PSICÓGRAFO 1 ACTIVISTA MEDIOAMBIENTAL



PSICÓGRAFO 2 POLÍTICO CONSERVADOR

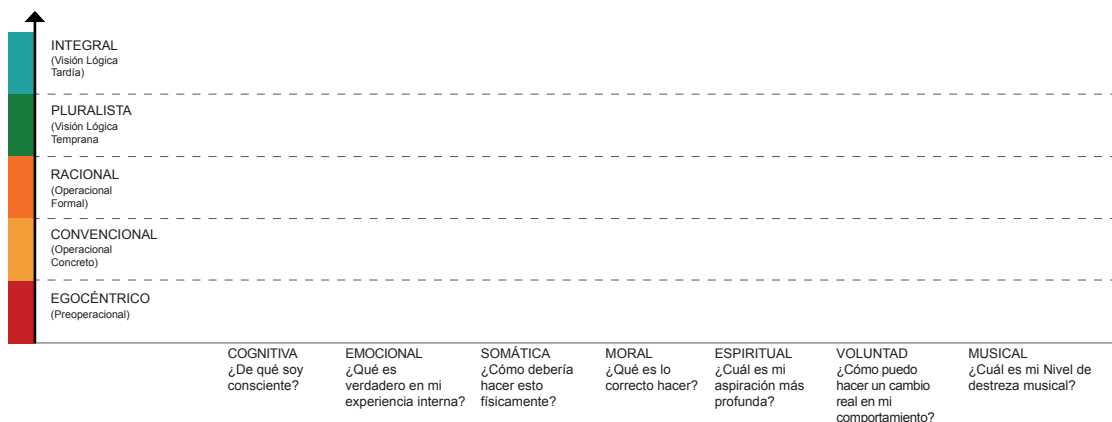


PSICÓGRAFO 3 ARTISTA KOSMOCÉNTRICO



La palabra **Kosmos** (con “k”), término con el cual los antiguos griegos se referían al universo, no solo tiene en cuenta el dominio físico de las estrellas, los planetas y los agujeros negros (es decir, el significado real del término “cosmos” con “c”), sino que incluye también los dominios de la mente, el alma, la sociedad y el Espíritu. Dicho en otras palabras, todo.

HAZ TU PROPIO PSICÓGRAFO



LA LÍNEA DE INTELIGENCIA MUSICAL: ¿POR QUÉ NOS GUSTA TANTO LA MÚSICA?

De todos los dones con que pueden estar dotadas las personas, ninguno surge más temprano que el talento musical. Los niños ya desde los 2 meses de edad pueden imitar el tono, volumen y melodías de las canciones que tatean sus madres, y a los 4 meses pueden igualar la rítmica.

La música es una Línea de Inteligencia individual que no requiere del lenguaje para desarrollarse.

Tal vez es la razón de por qué comenzamos a amar la música desde pequeños.

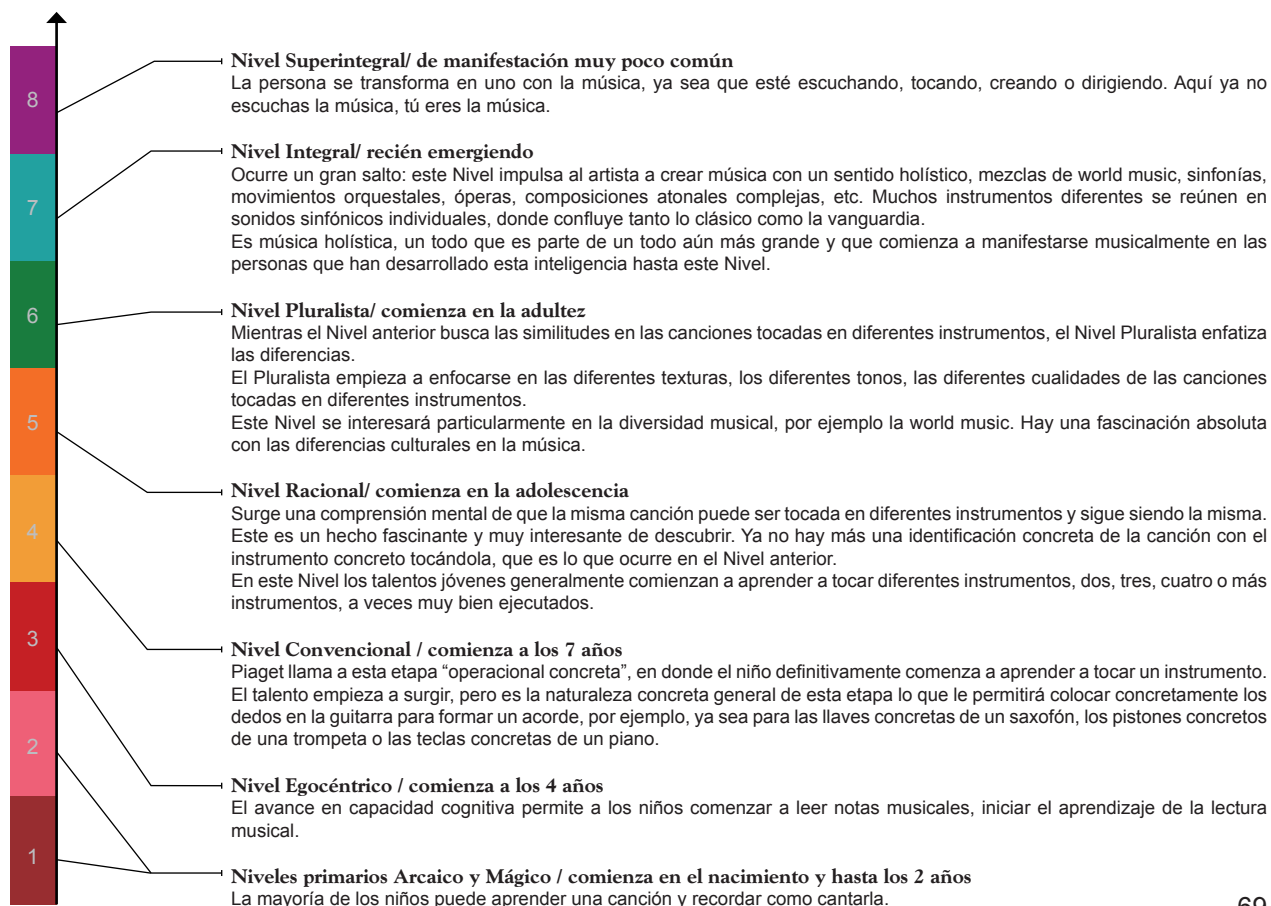
LA MÚSICA IMPACTA EN NUESTROS ESTADOS DE CONCIENCIA

Porque nos saca de la fragmentada dualidad sujeto-objeto, de esa separación que a veces sentimos entre nosotros y el mundo, y nos conecta con una conciencia de unidad. Eso es lo que ocurre cuando escuchas rock o estás en un concierto escuchando cual sea la música que te guste: entras en un estado de fluidez, de conciencia de unidad. La música nos hace felices.

Para Schopenhauer, la música es el arte más elevado de todos porque “repercute en el hombre de manera tan potente y magnífica que puede ser comparada a una lengua universal, cuya claridad y elocuencia supera a todos los idiomas de la tierra”.

Por eso todos tenemos música que amamos y tocamos una y otra vez. No es tanto por la música en sí, sino por el estado de unidad con que nos conecta.

LA LÍNEA DE INTELIGENCIA MUSICAL Y SU DESARROLLO A TRAVÉS DE LOS NIVELES



ESTADOS DE CONCIENCIA

¿TE HAS FIJADO CÓMO CAMBIA TU CONCIENCIA CUANDO ESTÁS INTERPRETANDO, ESCUCHANDO LA MÚSICA QUE TE ENCANTA O EN UNA CONVERSACIÓN PROFUNDA CON ALGUIEN?

El Nivel de Desarrollo determina *cómo* ves. El Estado de Conciencia determina *qué* ves.

A diferencia de los Niveles de Desarrollo y las Líneas de Inteligencia, en donde las etapas una vez alcanzadas son permanentes (por ejemplo, aprender a hablar es algo que permanece por siempre), los Estados de Conciencia son experiencias temporales a las que podemos acceder.

Hay 4 Estados de Conciencia:

- **Vigilia** (Estado normal despierto)
- **Sutil** (cuando dormimos y soñamos. O esa sensación de escuchar la música que te encanta)
- **Causal** (dormir sin sueños)
- **No dual**

Todos pasamos por estos 4 Estados las 24 horas del día, pero solo somos conscientes del Estado de **Vigilia** (el Estado en que estás ahora, leyendo este párrafo).

A TRAVÉS DE LA MEDITACIÓN O CONTEMPLACIÓN PUEDES ENTRAR EN LOS ESTADOS SUTIL, CAUSAL Y NO DUAL DE FORMA CONSCIENTE:

La meditación es una práctica sencilla que puede llevarnos a Estados de Conciencia más profundos.

En estos Estados de Conciencia disminuye la actividad cerebral comprobable (cuando bajan los hertz), la mente se aquieta y genera una calma que abre un espacio para ampliar nuestra conciencia y conectar con nuestra creatividad más profunda.

SORPRENDENTE:

LA CIENCIA ESTABLECIÓ LA RELACIÓN ENTRE LA MEDITACIÓN Y LOS ESTADOS MENTALES Y CEREBRALES



	INTERIOR	EXTERIOR
	TÚ	TU CEREBRO
	ESTADO DE CONCIENCIA	PATRÓN DE ONDA CEREBRAL
Sueño	Estado Causal sin sueños	ondas Delta 0.1 a 4 hertz ¹
	Estado Sutil	ondas Theta 4 a 8 hertz
	Estado Hipnagógico (entre sueño y Vigilia)	ondas Alfa 8 a 13 hertz
Meditación	Estado de Vigilia	ondas Beta 13 a 30 hertz
	Estado de Meditación	ondas lentas Alfa/Theta
	Estado de Contemplación	ondas lentas Alfa/Theta más Beta y Delta

En el estado de **Vigilia** el cerebro produce ondas que van desde los 13 a 20 hertz (ciclos por segundo). Cuando soñamos producimos ondas de 4 a 8 hertz. Y en el estado de sueño profundo sin sueños, de 0.1 a 4 hertz¹.

Durante la meditación, el cerebro comienza a producir ondas lentas Alfa y Theta, y puede llegar hasta las ondas Delta que corresponden al Estado Causal de sueño profundo sin sueños.

¹ Hertz: unidad física usada para medir la frecuencia de ondas y vibraciones de tipo electromagnético.

A modo de referencia, la nota musical La (A) que se encuentra a la derecha del Do (C) central de un piano vibra a 440 hertz.

TIPOS PSICOLÓGICOS

“CONÓCETE A TI MISMO Y CONOCERÁS EL MUNDO” (ORÁCULO DE DELFOS)

Los Tipos Psicológicos son características y rasgos de nuestra personalidad que tienden a permanecer.

Cada Tipo Psicológico tiene sus propias cualidades, fortalezas y debilidades. Conocer tus fortalezas y mejorar tus debilidades es un buen punto de partida para alcanzar la mejor versión de ti mismo.

Recomendamos chequear dos sistemas que describen la tipología de la personalidad:

ENFJ	INFJ	INTJ	ENTJ
ENFP	INFP	INTP	ENTP
ESFP	ISFP	ISTP	ESTP
ESFJ	ISFJ	ISTJ	ESTJ

INDICADORES DE TIPOS DE PERSONALIDAD DEL TEST MYERS-BRIGGS

1. Test Myers-Briggs / 16 tipos

Esta tipología de personalidad es una de las más utilizadas. Parte de 4 distinciones psicológicas básicas:

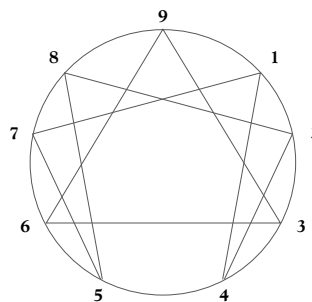
- introvertido (I) frente a extrovertido (E) (¿prefieres reflexionar o hablar?)
- sensorial (S) frente a intuitivo (N) (¿te gusta ver lo práctico o prefieres las ideas?)
- racional (T) frente a emocional (F) (¿piensas o sientes?)
- calificador (J) o perceptivo (P) (¿eres organizado y de vida estable o prefieres no planificar?)

Cada una de estas tipologías se identifica con una letra, y arroja un resultado como “ENFP” o “ISTJ”.

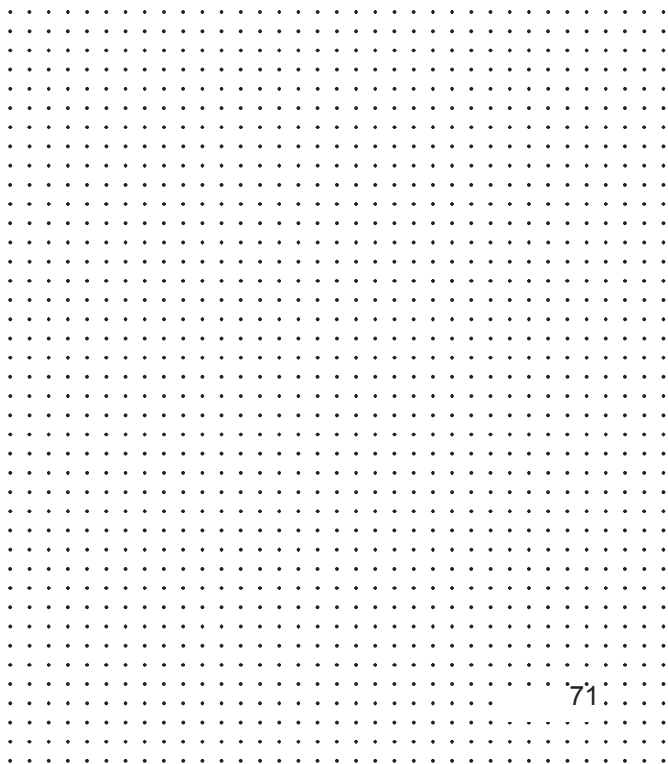
2. El Eneagrama / 9 Tipos

Es una herramienta de psicología que nos ayuda a descubrir cuál es el **rasgo principal** de nuestra personalidad.

Mientras nuestras fortalezas sacan lo mejor de nosotros, el rasgo principal es aquella característica personal negativa que consume mucha energía emocional. No somos conscientes de él, es parte de nuestra Sombra. Toda esa energía puede ser redireccionada y aprovechada de forma positiva en nuestra creatividad.



REPRESENTACIÓN GRÁFICA DEL ENEAGRAMA



LA MATRIX: LAS 4 DIMENSIONES DE LA REALIDAD

Hay dos cosas que pueden ocurrir con la matrix:

- ser consciente de ella, o
- estar sumergido de manera inconsciente en ella, como se muestra en la película del mismo nombre, "Matrix" (1999).

Todos los elementos del Enfoque Integral (Niveles, Líneas, Estados, Tipos y Cuadrantes) conforman la matrix.

"WAKE UP NEO, THE MATRIX HAS YOU"*

Una película ícono que aborda cómo ampliar nuestra conciencia es "Matrix" (1999), escrita y dirigida por los hermanos Wachowski. Han pasado más de quince años y Matrix sigue siendo un referente estético y temático: tomar nuevas perspectivas resulta revolucionario para nuestra conciencia.

EJEMPLO: CÓMO ACTÚAN LOS 4 CUADRANTES CENTRADOS EN EL SER HUMANO

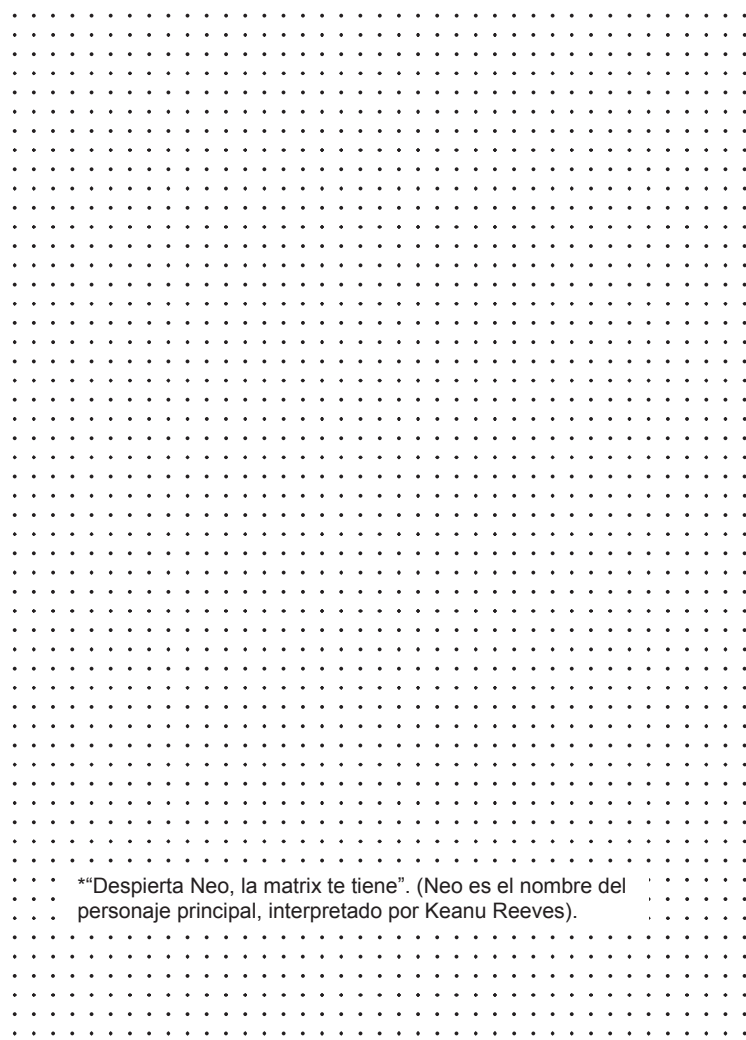
	INTERIOR	EXTERIOR	
INDIVIDUAL	YO Psicología, pensamientos, sentimientos e intenciones.	MI COMPORTAMIENTO Cuerpo físico, conductas y organismo.	INDIVIDUAL
CULTURAL	YO Y LOS OTROS (CÓMO NOS COMUNICAMOS) Significados compartidos, comprensión mutua, relaciones y cultura.	YO Y CÓMO ME INTEGRO EN EL SISTEMA Sistema, entorno, tecnología, sociedad y leyes.	SOCIAL
	INTERIOR	EXTERIOR	

Un cuadrante es una dimensión, una perspectiva, un punto de vista.

Cada situación o fenómeno en la vida posee, al menos, estas 4 dimensiones expresadas en los 4 cuadrantes.

En todo evento de nuestra vida podemos descubrir una profunda asociación entre estos cuadrantes o dimensiones interiores, exteriores, individuales y sociales.

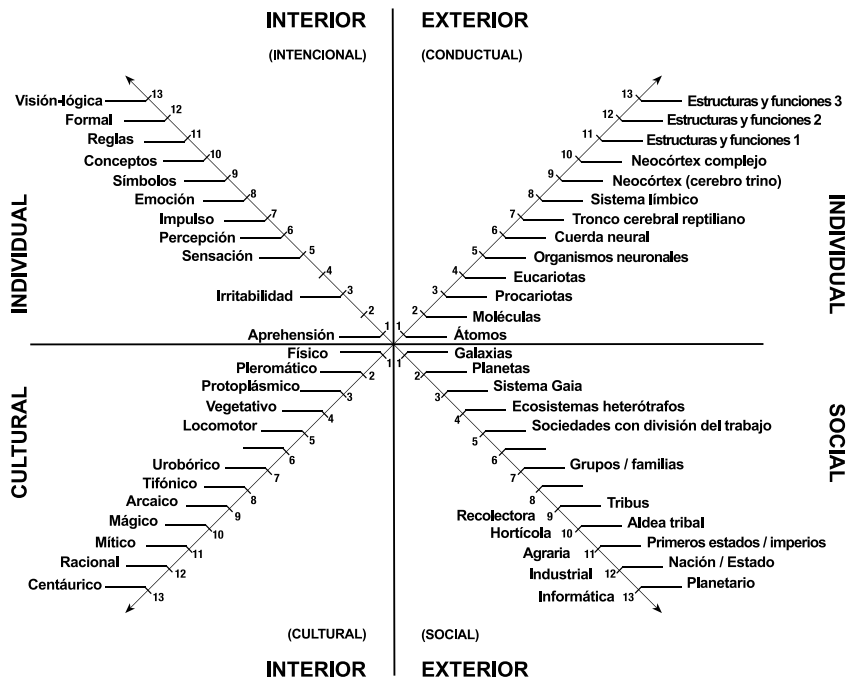
Cada vez que integramos un nuevo cuadrante a nuestra conciencia, cada vez que hacemos esta asociación, descubrimos algo diferente sobre la realidad, y esta se transforma de forma muy clara en algo más completo e integral.



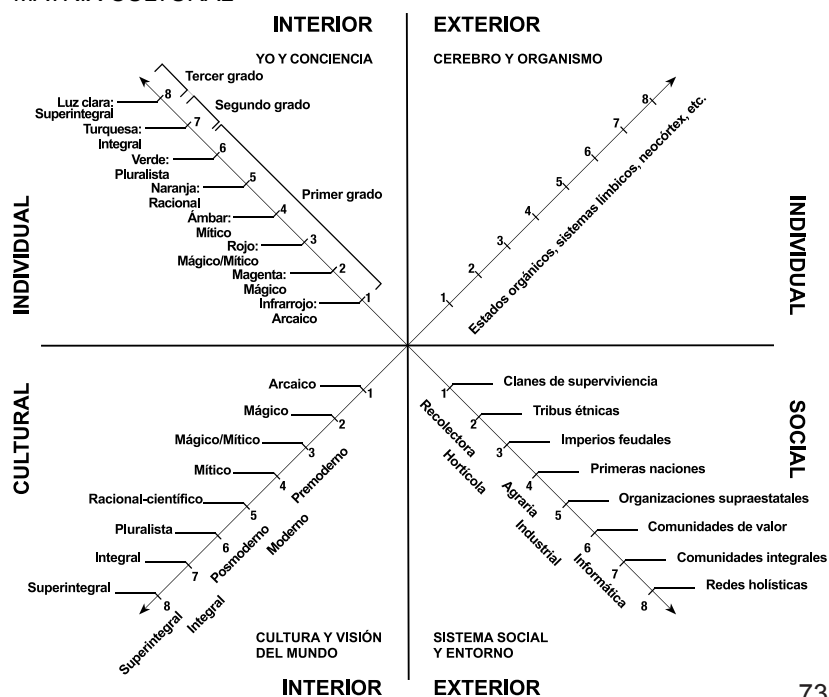
*"Despierta Neo, la matrix te tiene". (Neo es el nombre del personaje principal, interpretado por Keanu Reeves).

LA MATRIX: LOS 4 CUADRANTES ;PIENSA SISTÉMICO!

MATRIX PERSONAL



MATRIX CULTURAL



¡PIENSA SISTÉMICO! LA CAPACIDAD DE TOMAR PERSPECTIVAS

EN UN ENSAYO CON TU GRUPO

		INTERIOR	EXTERIOR		
INDIVIDUAL	CULTURAL	INTERIOR Mi creación o aporte artístico.	EXTERIOR Duración del ensayo, distribución del tiempo, quiénes asisten y sus roles en el grupo.	INDIVIDUAL	SOCIAL
		INTERIOR Cómo es la onda, la comunicación dentro del grupo.	EXTERIOR Gastos, calendario de ensayos, auspicios o patrocinios.		

LAS PERSPECTIVAS PRESENTES EN UN PROYECTO

		INTERIOR	EXTERIOR		
INDIVIDUAL	CULTURAL	INTERIOR Un visionario Visión global, imaginación.	EXTERIOR Un ejecutor Rapidez, foco y dirección	INDIVIDUAL	SOCIAL
		INTERIOR Un empático Calidez, conciencia de las relaciones humanas.	EXTERIOR Un planificador Organización y estrategia.		

EN UNA INSTITUCIÓN COMO PROJAZZ

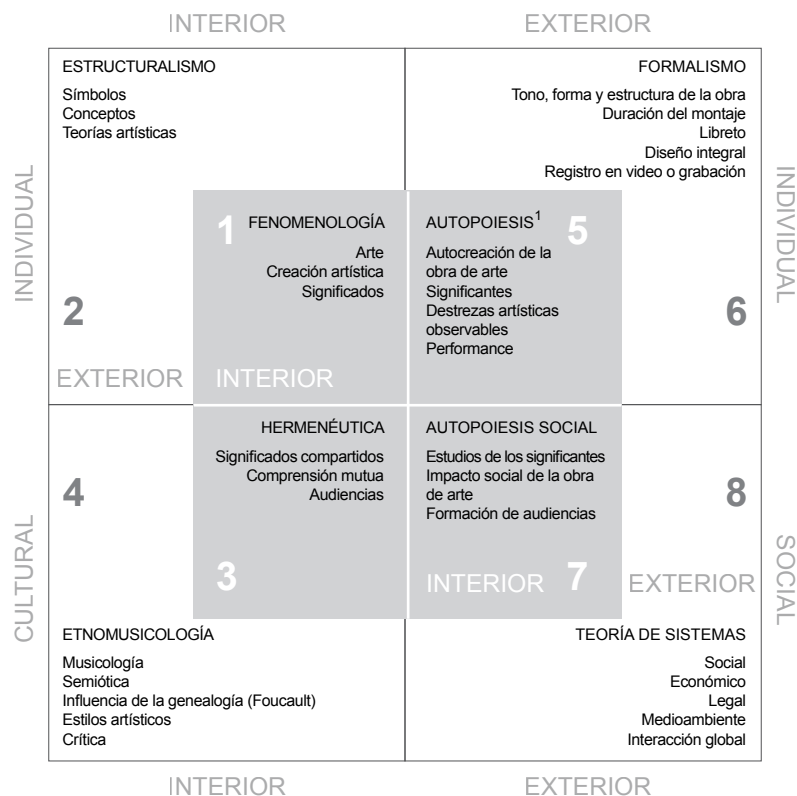
		INTERIOR	EXTERIOR		
INDIVIDUAL	CULTURAL	INTERIOR Projazz Visión, misión, propósito común y objetivos.	EXTERIOR Infraestructura Carreras, plan de estudios y mallas curriculares.	INDIVIDUAL	SOCIAL
		INTERIOR Personas Estudiantes, profesores, personal, audiencias.	EXTERIOR Sistema Horarios, reglamentos y leyes.		

EN UNA OBRA DE ARTE

		INTERIOR	EXTERIOR		
INDIVIDUAL	CULTURAL	INTERIOR Arte Creación o interpretación.	EXTERIOR Obra Forma, estructura, duración.	INDIVIDUAL	SOCIAL
		INTERIOR Personas Artistas, audiencias, empresarios y críticos.	EXTERIOR El sistema Contratos, leyes, honorarios e impuestos.		

CÓMO ANALIZAR EL ARTE A TRAVÉS DE LOS 4 CUADRANTES: PLURALISMO METODOLÓGICO INTEGRAL

El **Pluralismo Metodológico Integral** incluye al menos 8 metodologías irreductibles para lograr un conocimiento reproducible (que permita acceder reiteradamente a experiencias verificables). Una afirmación fundamental del Enfoque Integral es que cualquier análisis que omita alguno de estos 8 paradigmas es, considerando el conocimiento humano fidedigno que hoy en día disponemos, bastante menos que adecuado.

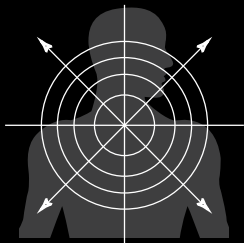


¹Autopoiesis: concepto formulado por el biólogo chileno Humberto Maturana y que hoy se aplica en diversos ámbitos de investigación. Un sistema vivo, según Maturana, se caracteriza por la capacidad de producir y reproducir por sí mismo los elementos que lo constituyen, y así define su propia unidad: cada célula es el producto de un retículo de operaciones internas al sistema del cual ella misma es un elemento, y no de una acción externa.



PRÁCTICA INTEGRAL

EJERCICIOS



TODA PRÁCTICA INTEGRAL DEBE ABARCAR AL MENOS ESTOS 4 ASPECTOS:

- CUERPO
- MENTE
- ESPÍRITU (nuestra aspiración más profunda)
- SOMBRA (nuestro inconsciente)

LÍNEAS DE INTELIGENCIA INCLUÍDAS EN ESTA PRÁCTICA INTEGRAL:

- 1 Línea de Inteligencia Cognitiva
- 2 Línea de Inteligencia Musical
- 3 Línea de Inteligencia Emocional (intrapersonal e interpersonal)
- 4 Línea de Inteligencia Somática
- 5 Línea de Inteligencia Espiritual

 EN LA P. 94 ENCONTRARÁS UNA GUÍA PARA QUE LLEVES TU PROPIO REGISTRO DE PRÁCTICA INTEGRAL

LA MEJOR VERSIÓN DE TI MISMO O EL MIEDO A LA PROPIA GRANDEZA

“Si planeas deliberadamente ser menos de lo que eres capaz, entonces te advierto que serás infeliz por el resto de tu vida”.

Abraham Maslow

	ÉPOCA, VISIONES DEL MUNDO Y PORCENTAJE EN LA SOCIEDAD ACTUAL	DESARROLLO PSICOLÓGICO (PIAGET, WILBER)	JERARQUÍA DE NECESIDADES (MASLOW)
SUPERMODERNA	8 SUPERINTEGRAL	No dual Causal Sutil	NECESIDADES DEL SER
	7 INTEGRAL 5%	Visión Psíquica (Alma) Visión Lógica (Tardía) Visión Lógica (Intermedia)	
MODERNA	6 PLURALISTA POSMODERNO 20%	Visión Lógica (Temprana)	NECESIDADES DE DEFICIENCIA
	5 RACIONAL MODERNO 30%	Operacional (Tardío) (Temprano) Formal	
PREMODERNA	4 CONVENCIONAL MÍTICO PREMODERNO 40%	Operacional Concreto (regla/rol) (Tardío) (Temprano)	NECESIDADES DE DEFICIENCIA
	3 EGOCÉNTRICO MÁGICO-MÍTICO PREMODERNO TRIBAL	Preoperacional (conceptual)	
	2 MÁGICO PREMODERNO	Preoperacional (simbólica)	
	1 ARCAICO PREMODERNO	Preoperacional (sensoriomotor)	Fisiológicas

¿QUIÉN ES JONÁS?

Una figura bíblica que intentó resistirse al llamado de dios para convertirse en profeta. Jonás huyó por miedo a no estar a la altura de la misión.

Todos queremos dejar el mundo un poco mejor de como lo recibimos. Queremos sentirnos mejor, con más vitalidad, más energía, más creatividad y más vigor. La mayoría de nosotros tiene la sensación de poseer un cierto talento, un don, una intuición de genuina grandeza. La grandeza es, simplemente, una combinación de diversas habilidades y talentos diferentes: hay muchos de ellos que aún no descubrimos en nosotros mismos porque no sabemos que los tenemos.

¿Podemos llegar a revelar toda nuestra grandeza?

Abraham Maslow fue un psicólogo que creó la pirámide o jerarquía de las Necesidades. Las necesidades básicas son del tipo Fisiológico (comer y dormir), una vez satisfechas aspiramos a otras necesidades de Niveles más altos: Seguridad, Pertenencia y Autoestima.

En la tabla a la izquierda vemos que todas esas necesidades, hasta la Autoestima, corresponden a **necesidades de deficiencia**: estamos constantemente en busca de algo que nos falta.

A partir de la Autorrealización (Mente Pluralista o Visión Lógica Temprana) se acaban las necesidades de deficiencia y emergen las necesidades del Ser.

La Autorrealización es un propósito de vida que cada uno de nosotros está llamado a realizar. Uno de los factores que impide alcanzarla es el llamado “**Complejo de Jonás**” o el miedo a nuestra propia grandeza. Como lo definió Maslow, “evitar nuestro verdadero destino o la huida de nuestros mejores talentos”. Si nacemos con un potencial ilimitado, ¿por qué no todo el mundo alcanza la autorrealización?

Maslow observó que tememos tanto a lo mejor como a lo peor de nosotros mismos: nos asusta llegar a transformarnos en aquella persona que imaginamos en nuestros mejores momentos.

1

LÍNEA DE INTELIGENCIA COGNITIVA

MÁS CONCIENCIA, MÁS CLEVER

La Inteligencia Cognitiva no es el Coeficiente Intelectual o las capacidades en lenguaje o matemáticas, como se suele creer. Cognición es un sinónimo para la palabra conciencia.

Esta Línea de Inteligencia se define como la capacidad de tomar perspectivas. Mientras más perspectivas puedas integrar, te vuelves más consciente.

1 PONERSE EN EL LUGAR DEL OTRO

Implica tratar de pensar y sentir como la otra persona. Al hacer esta práctica vas fortaleciendo el “músculo” de tomar perspectivas.

Tomar la perspectiva del otro es crucial: cuando evolucionamos a través de los Niveles de Desarrollo lo que hacemos es aumentar nuestra capacidad de sumar nuevas perspectivas o dimensiones. Ver el mundo a través de los ojos de otro ayuda a expandir nuestra conciencia, porque aumenta la conciencia, y expande y fortalece nuestra capacidad de tomar nuevas perspectivas.

Esta es una capacidad que nace en el Nivel Mítico-convencional, alrededor de los 7 años, cuando dejamos el Nivel egocéntrico y nuestra identidad se expande desde el “Yo” (1^{era} persona) a un “Nosotros” (2^{da} persona). En el siguiente Nivel, Racional, esta capacidad se fortalece al integrar la perspectiva de lo exterior (3^{era} persona), en donde la conciencia se expande e incluye a todos los seres humanos sin importar su raza, creencias o sexo. Y así esta capacidad va subiendo a través de los Niveles.

No nacemos con la capacidad de tomar el rol del otro. Un experimento muy conocido realizado por Piaget con un niño de 4 años, Nivel Egocéntrico (Mágico-mítico) lo refleja:

El niño tiene delante suyo una pelota que es verde por un lado y roja por otro. Un adulto gira la pelota varias veces para que el niño vea que tiene esos colores. En un momento el niño ve la parte verde, el adulto

la roja. Si se le pregunta al niño ¿de qué color ves la pelota? él dirá “verde”. Y si luego se le pregunta “¿de qué color yo veo la pelota?” también dirá “verde”. Porque el niño aún no ha aprendido a ponerse en el lugar del otro. Si se realiza este mismo ejercicio con niños de 7 años hacia arriba, por ejemplo (desde el Nivel Mítico-convencional), ellos responderán “roja”, porque ya han adquirido la perspectiva de ponerse en el lugar del otro.

En este ejemplo se puede ver que la cognición no es información, es conciencia, es un darse cuenta, es agregar una perspectiva que no existe en nosotros.

La próxima vez que estés hablando con alguien simplemente trata de ponerte en su lugar. Escuchar lo que está diciendo. Y mientras lo escuchas, trata de imaginarte qué está viendo y cuál es su punto de vista.

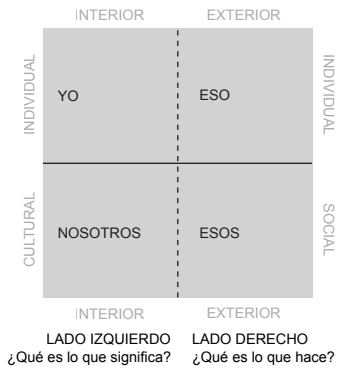
2 APRENDER LOS 5 ELEMENTOS DEL ENFOQUE INTEGRAL

Si la cognición es el equivalente a la conciencia y a la capacidad de tomar perspectivas, el Enfoque Integral es un resumen de las principales perspectivas existentes en todo ser humano y en toda situación.

Te servirá como una alerta para saber si estás conciente: “¿estoy considerando todos los elementos en una situación?”:

- **Niveles de Desarrollo**
(Personal y Cultural)
- **Líneas de Inteligencia**
(Por ejemplo: Inteligencia Cognitiva, Inteligencia Emocional, Inteligencia Somática, Inteligencia Musical)
- **Estados de Conciencia**
(Por ejemplo: la profundidad de nuestras experiencias artísticas)

- **Tipos Psicológicos**
(Fortalezas y debilidades de nuestra personalidad)
- **Cuadrantes**
(La matrix: las 4 dimensiones de la realidad: interior, exterior, individual y social)



Los 4 cuadrantes son dimensiones, perspectivas, puntos de vista. Tienen dos características importantes:

- Los cuadrantes del lado izquierdo representan lo interno de los cuadrantes del lado derecho, que son lo externo.

Por ejemplo, el cuadrante del “Yo” contiene tus sentimientos y pensamientos (interior). Estos sentimientos, que no se pueden ver, sí tienen un reflejo tangible en el funcionamiento de tu cerebro (exterior), en el cuadrante del “Eso”, el cual puede aumentar o inhibir la producción de dopamina, serotonina, cortisol u otros aminoácidos.

Mientras los cuadrantes del lado derecho pueden ser vistos, y comprobados con los cinco sentidos, los cuadrantes de la izquierda deben ser interpretados.

- En los cuadrantes del lado derecho (exterior) puedes, literalmente, poner un dedo en ellos: una roca, un cuerpo, una galaxia, etc.

Pero los cuadrantes de la izquierda (interior) no tienen una ubicación física, no pueden ser vistos con los cinco sentidos: ¿dónde está ubicada la comprensión mutua, el amor, la pertenencia, el orgullo, la conciencia, las matemáticas o el lenguaje?

¿Cómo esto podría ayudar de forma específica a mejorar mi vida artística o profesional?

Fortaleciendo dos factores: **Altitud y Aptitud.**

Altitud se refiere a emprender un desarrollo y ascenso vertical a través de:

- Niveles de Desarrollo y sus visiones del mundo (ir subiendo de Nivel)
- Líneas de Inteligencia (que apoyen tu desarrollo artístico o profesional)
- Estados de Conciencia (a mayor Estado, mayor es la profundidad de tu experiencia)

Aptitud se refiere a las diferentes destrezas que requiere tu carrera o profesión.

La Aptitud significa aprender y fortalecer destrezas que mejoren tu trabajo o carrera: tomar cursos, aprender nuevas habilidades, mejorar tu capacidad física, entre otras.

2

LÍNEA DE INTELIGENCIA MUSICAL

EL ARTE DE UNA BUENA PRÁCTICA

1

OPTIMIZA TUS SESIONES DE PRÁCTICA CON ESTOS 4 PASOS

PASO 1 COMPRENDER LOS CONCEPTOS CLAVE PARA PRACTICAR:

1. Pre-práctica
2. Práctica
3. Post-práctica
4. Acción
5. Autocrítica objetiva

1. **Pre-práctica:** revisar los objetivos de tu sesión de práctica.
2. **Práctica:** es el real “hacer”, momento que dedicas a tratar de obtener habilidades a través de la repetición, evaluación, atención al detalle y comparación con el objetivo inicial.
3. **Post-práctica:** analizar lo que acabas de hacer en la sesión de práctica y determinar cuál será el objetivo de la próxima sesión.
4. **Acción:** tocar, componer, cantar o interpretar, simplemente eso. Deja siempre un tiempo para la acción. Usa todas tus destrezas, pásalo bien y, sobre todo, no pienses: si hay cualquier tipo de pensamiento en esta etapa, entonces no estás en el tiempo presente y conectado con la energía correcta tocando, componiendo, cantando o actuando.
5. **Autocrítica objetiva:** llegar a ser capaz de lograr tal nivel de objetividad que puedas ser tu propio crítico.

PASO 2 COMPROMISO Y PLANIFICACIÓN

1. Haz una autodeclaración honesta con un objetivo puntual. Por ejemplo: llegar a ser el mejor músico dentro de mis potencialidades e intereses artísticos.
2. Define una cantidad de tiempo mínimo para practicar cada día. Siempre comienza de a poco, para luego ir agregando más horas.
3. Identifica cuál es tu hora más productiva del día. Usa una agenda (entre las páginas 12 y 31 de este Cuaderno encontrarás una agenda mensual). Cuando anotas lo que tienes que hacer, ya sea en una agenda o en tu celular, ahorras los recursos que gastarías recordándolo y la permanente distracción que significa estar pensando en eso.
4. Lleva un **Registro de Horas de Práctica** (en la página 116 encontrarás una hoja por cada semana del año académico). Llevar este registro es muy importante porque te permite ir midiendo tu nivel de avance.

PASO 3 MANOS A LA OBRA

1. Los problemas siempre se dejan fuera de la sesión de práctica. Sé consciente de esto.
2. Recuerda el objetivo inicial que tú mismo te planteaste. Cuando estés listo para practicar, dí en voz alta “empiezo”. Marcar este punto de inicio, aunque no lo creas, es muy importante, porque muchos estudiantes nunca “empiezan” su sesión de práctica.

3. Organiza la sesión dejando lo más difícil para el inicio y lo más fácil para el final. Si no alcanzas a practicar todo, marca donde quedaste y comienza desde ahí la siguiente sesión.
4. Toma conciencia de tus emociones durante la práctica: aburrimiento, rabia, angustia e incluso el exceso de autoconfianza pueden echar a perder la sesión. Si descubres una emoción negativa, tómate un breve descanso hasta que pase.
5. Cuando termines la sesión de práctica dí a ti mismo “bien hecho”, ya sea mentalmente o en voz alta.

PASO 4 ¡TOCA, ESCRIBE, CANTA O INTERPRETA: SÍ, CUALQUIER COSA!

Siempre hazlo después de una sesión de práctica porque, a fin de cuentas, esa es la razón de por qué estás estudiando. Ojo, esta parte no está asociada a “pensar” ni a evaluar lo que haces. Esa parte del trabajo ya la hiciste antes. Ahora libérate y deja fluir a tu artista.

2

APRENDER EN 10 PASOS: CÓMO EL CEREBRO PROCESA LA INFORMACIÓN

- 1 CALIDAD:
Haz lo que quieres

Hay una forma más eficiente de aprender. Se basa en una sencilla regla que dice: una persona aprende lo que quiere aprender cuando quiere aprenderlo.

Debes saber exactamente en qué estás trabajando y por qué lo deseas.

Por lo tanto, siempre que sea posible, trabaja solo con información que tenga un propósito útil ahora para tus estudios.

- 2 CANTIDAD:
Un paso a la vez

Cuando te enfrentes a una partitura con cientos de notas, no trates de aprender todo junto. Solamente tienes que tocar la primera nota o hacer bien el primer movimiento de una coreografía para informarle a tu sistema nervioso que eres capaz de tocar, cantar o bailar correctamente.

Un ejemplo: si un estudiante de esquí puede esquiar el primer metro correctamente, sin duda podrá esquiar los metros siguientes.

Recuerda: luego de aprender la primera nota o paso, simplemente pregúntate a ti mismo: ¿Cuál es el siguiente paso? La respuesta obvia es: La siguiente nota o paso. De esta manera, nunca estarás abrumado teniendo que mediar con cientos de notas o pasos de una sola vez.

Al reconocer esto, tu motivación crecerá.

- 3 MOTIVACIÓN:
Aprovecha bien tu tiempo

Cuando inicias tu sesión de práctica y te sientas para dedicar, por ejemplo, cuarenta y cinco minutos de tu tiempo y concentración, debes asegurarte que al final de la sesión lograste lo que buscabas aprender cuando la comenzaste. Debes terminar la sesión cada vez con un sentimiento de avance, o de lo contrario saber exactamente qué salió mal. ¿Cómo determinas si algo sale mal? Esto nos lleva al punto siguiente, el diagnóstico.

- 4 DIAGNÓSTICO:
Tiempo y espacio

Puedes pensar, por ejemplo, “no importa cuánto practique, no puedo tocar suficientemente rápido, debe haber algo malo en mis manos”. El problema puede ser simplemente lograr una buena sincronización de dos excelentes manos. Para lograrlo, por ejemplo, un lugar tranquilo para tocar o cantar es el baño, donde es extremadamente resonante y uno puede escuchar hasta el más mínimo detalle.

Antes de empezar a estudiar, haz un diagnóstico de tu entorno. Te recomendamos tener en cuenta la temperatura, la luz y el ruido.

También la relajación es importante, porque afecta tu flujo sanguíneo y tu tono muscular. La postura correcta es igualmente relevante. Cada cierto rato párate y estírate. Si la sesión comienza a ponerse difícil, recuéstate de espaldas en el suelo y respira hondo por un momento. Imagínate a ti mismo tocando, cantando o bailando el pasaje perfectamente.

5 DIFERENCIA LOS DOS
TIPOS DE MEMORIA:
No los confundas

Hay dos tipos de memoria involucrados en el proceso de aprendizaje. Tu memoria motriz, que es el entrenamiento de las habilidades físicas o motrices (dónde pones tus dedos, cómo preparar el diafragma para cantar, etc.) y tu memoria de datos, que es la adquisición de información y conceptos (construcción de escalas, patrones de digitaciones, memorizar los pasos de una coreografía, aprenderse un libreto, etc.).

La memoria motriz se entrena por el método de la repetición. Con ella puedes practicar por largas horas sin ningún daño. Mientras más repetición, mejor.

Con la memoria de datos debes trabajar con períodos de tiempo muy cortos, asegurándote de no exceder tu capacidad de atención. Ten en cuenta que ésta variará diariamente y puede ser tan corta como 5, 10 o 15 minutos cada vez que te sientes a practicar.

No caigas en la trampa de confundir los dos tipos diferentes de aprendizaje: no gastes horas trabajando sin concentración y tratando de adquirir datos conceptuales y por otro lado, no te engañes pensando que hay un atajo para adquirir habilidades motrices.

6 RECORDAR:
Saca la foto

Muchos estudios han confirmado que la mente es como una cámara fotográfica: una vez que se tiene una clara impresión del material, la foto queda bien enfocada. La memoria no debe depender siempre de la repetición. Lo que debes hacer es mirar el material una vez para obtener la imagen enfocada muy clara y luego ensayarla de memoria.

Practica recordando los sonidos y visualizando los pasos de la coreografía. Haz esto mientras almuerzas o esperas la micro. Después de un tiempo este entrenamiento visual será como una segunda naturaleza y te transformarás en un aprendiz perpetuo, capaz de aprender tanto lejos de tu instrumento o material de trabajo como cerca de él.

7 IDENTIFICAR DISTRACTORES:
Enemigos del buen aprendizaje

Cuando no estás enfocado te dedicas a hacer cualquier cosa menos estudiar (revisar el mail, chatear, etc.). Utiliza un cronómetro (ver punto 8), elimina de tu lugar de estudio las cosas que te pueden distraer y trabaja concentrado únicamente en la actividad que te has propuesto realizar por el periodo que determines, para luego darte un pequeño recreo.

La desconcentración desaparece rápidamente una vez que comienzas a trabajar.

8 PERÍODO DE TIEMPO:
Descubre tus límites de concentración

Es necesario que tengas presencia mental a lo largo de toda la práctica. Unos pocos minutos de estudio concentrado y atento pueden dejar una sólida impresión y pueden resultar mucho más beneficiosos que invertir en horas de trabajo desconcentrado. En tus primeras etapas necesitarás pausas “por reloj” hasta que te hagas sensible a tus propias señales físicas y mentales.

Pon la alarma del celular o reloj y tómale el tiempo a cada sesión de práctica. Por supuesto, puedes dejar todo anotado en tus **Hojas de Registro de Horas de Práctica** (ver páginas 116 a la 149).

Al principio, cuando la alarma te avise que se acabó la sesión, respeta esta señal. No vayas más allá de tu tiempo límite asignado. Cuando te acostumbres a manejar tu propio tiempo, te harás más y más sensible a tus propios límites. Nunca practiques hasta “no dar más”, esa no es la idea.

9 **PRECISIÓN Y VELOCIDAD:**
Jamás dejes pasar un error sin darte cuenta

Es natural para cualquier estudiante de una carrera artística el querer tocar, cantar, actuar o bailar con destreza y rapidez inmediatamente. Sin embargo, es esencial recordar que la velocidad viene de la precisión. Si no eres preciso, tu velocidad o rapidez simplemente no se desarrollará. Si tratas de tocar, cantar o aprender un texto muy rápido, reforzarás el mal hábito de tocar, cantar o actuar de forma sucia o incorrecta.

El primer error debe servir como señal para informarte que no lo hagas de nuevo. Ese pequeño error podrá no ser percibido por un oyente casual, pero tú no lo puedes dejar pasar sin corregir. Si lo dejas pasar, tu sistema nervioso comenzará a ver ese nivel de desempeño como aceptable y el error será más y más difícil de reparar. Cuando cometes un error, detente, retrocede y comienza de nuevo a una velocidad con la cual puedas ensayar sin errores.

10 **SOBRECARGA:**
No lo hagas si no puedes

Si estás tratando de tocar, cantar o repetir cuatro pequeñas secciones de música o movimiento y solo eres capaz de hacer tres, sumar la cuarta puede hacerte fallar en las otras tres. Así es que, si te sientes sobrecargado, vuelve atrás y concéntrate en las partes 1, 2 y 3. Es mucho mejor terminar tu sesión de práctica con 3 partes bien hechas, que con 50 pasos que no puedes ejecutar.

LISTA PARA VERIFICAR

- ☐ 1. Asegúrate tener claro el valor del material elegido y su importancia para tí.
- ☐ 2. Concéntrate en dominar una pequeña cantidad de material a la vez.
- ☐ 3. Trabaja con períodos de tiempo cortos y toma descansos frecuentes, especialmente con el aprendizaje mental.
- ☐ 4. No te abrumes con una página llena de notas: tócalas o cántalas una a la vez.
- ☐ 5. Esfuérzate por no cometer ningún error más de una vez.
- ☐ 6. Diagnostica tus problemas de ejecución cuidadosamente. No culpes a tu mente por problemas motrices y viceversa.
- ☐ 7. Recuerda que la mente es como una cámara: una foto bien enfocada es mejor que cien fotos borrosas.
- ☐ 8. Pon atención a tu medioambiente de ensayo.
- ☐ 9. No excedas tu rango natural de atención; evita las sobrecargas a toda costa.
- ☐ 10. Trabaja con tu sistema nervioso, no contra él.

3

LÍNEA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

UNA LUPA HACIA NUESTRO INTERIOR

Esta Línea de Inteligencia tiene 2 aspectos: uno **interior** (intrapersonal) y otro **exterior** (interpersonal):

Intrapersonal (Dentro de ti)

La capacidad de registrar con precisión tus pensamientos y sentimientos: ser consciente de tus propios estados emocionales.

Interpersonal (Tú + los otros)

La capacidad de realizar 2 procesos:

- registrar con precisión tus pensamientos y sentimientos, y además
- registrar los de las demás personas y ser capaz de interactuar con ellas sintonizando ambos estados emocionales: el propio y el del otro.

La Inteligencia Emocional se fortalece a medida que alcanzamos Niveles de Desarrollo más profundos: al comienzo los sentimientos no entregan información muy precisa acerca de nosotros mismos y de los demás porque están muy cerca de la fantasía y el pensamiento mágico de los Niveles egocéntricos.

En Niveles más profundos, específicamente desde el Racional que es cuando nace la introspección, las emociones aportan una información importante al aspecto intrapersonal de esta línea.

1 PRÁCTICA 3-2-1: LIMPIANDO NUESTRA SOMBRA

“No soy un hombre de muchas caras, la máscara que llevo es una”.

Sting
(Extracto de la canción “Shape of my heart”)

Los Niveles de Desarrollo son para *crecer*, los Estados de Conciencia son para *despertar*. La Sombra es para *“limpiar”*.

Resulta sorprendente que podamos negar nuestro yo, es decir, que podamos seleccionar ciertas partes de nuestro yo, de nuestra identidad y relegarlas –en un intento de negar la existencia de ciertos aspectos que nos parecen demasiado negativos (o demasiado positivos) como para asumirlos– del otro lado de las fronteras del yo. Pero la estrategia represiva no nos desembaraza de estas facetas, porque lo único que, en tal caso, conseguimos es convertirlos en síntomas neuróticos dolorosos, sombras de un yo enajenado que nos asustan cada vez que las vemos reflejadas en el espejo del mundo.

Uno de los problemas que acarrea la Sombra es que para mantener este material reprimido o disociado se necesita una considerable cantidad de energía. Una energía que, si se libera haciendo consciente el proceso, podría quedar disponible para usarla creativamente en nuestra vida.

La naturaleza de la psique humana relega a la Sombra las experiencias más dolorosas. Todos tendemos a proyectar nuestros sentimientos no resueltos sobre las personas más importantes de nuestra vida –desde seres queridos hasta figuras de autoridad, maternas o paternas, compañeros, etc.– y la lista es interminable. Cuando tomas conciencia de estas tendencias y empiezas a asumir tus proyecciones, le haces un favor a todo el mundo. Y, de paso, te haces la vida mucho más agradable y divertida.

La práctica 3-2-1 es un ejercicio directo, simple y útil para establecer contacto con la Sombra proyectada, desarticular la represión y reapropiarte de ella para mejorar tu lucidez y salud psicológica.

UN EJEMPLO DE CÓMO SE PROYECTA LA SOMBRA:

Si una persona o situación te informa, es simplemente información. Sin embargo, si de una u otra forma eso te afecta dramáticamente es probable que se trate de la Sombra.

Supongamos que tienes como jefe a una persona muy controladora. Toda la gente que trabaja con él, incluido tú, se da cuenta de eso y a algunos verdaderamente les molesta su actitud. Pero tú eres el único que llega a enfurecerse, a volverse loco por culpa del jefe, tanto así que en algunas ocasiones tienes miedo que te echen del trabajo.

Lo más probable, independiente que tu jefe realmente sea controlador, es que estés proyectando tus propias tendencias controladoras sobre tu jefe. Él ya tiene suficiente con las tuyas, pero como le estás sumando tu propio control (que has renegado en la Sombra), tu jefe de repente se transforma en un problema *doble* para ti. Y al final lo que termina ocurriendo es que generas una neurosis de control. Ningún otro compañero de trabajo reacciona de esta manera ante tu jefe, pero tú sí.

Puede ser que habitualmente la gente te haya comentando que tiendes a controlar, pero tú nunca tomaste en cuenta esa observación, incluso te dices a ti mismo “imposible, yo no soy un controlador”, porque no eres consciente de esta conducta. Como la has disociado y apartado al fondo de tu conciencia, en la Sombra, con el tiempo la terminas proyectando en otros: tú sabes que hay un maniático del control, y ya que no puedes ser tú, debe ser otra persona, cualquier otro, especialmente si ese otro tiene alguna tendencia controladora (ese es el tipo de persona ideal para colgarle esta actitud que estás disociando en ti).

PRÁCTICA: ¿Y QUÉ HAY QUE HACER?

Aprender a reconocer los síntomas de la Sombra y resolver el problema invirtiendo el proceso: la Sombra empieza siendo un impulso o sentimiento en 1^{era} persona que después se ve desplazado o proyectado sobre un objeto de 2^{da} persona y finalmente de 3^{era} persona.

La génesis de la Sombra es un proceso muy rápido, 1-2-3.

De ahí que nuestra única posibilidad consiste en invertir el proceso a un 3-2-1.

Este proceso inverso apela al cambio de perspectiva (1^{era}, 2^{da} y 3^{era} persona) para identificar el contenido de la Sombra y las proyecciones que hemos calificado como externas y reincorporarlas a la conciencia consciente.

LA PRÁCTICA 3-2-1 EN ACCIÓN

Elige alguien o algo con quien quieras trabajar. Suele ser más fácil comenzar con una “persona difícil”, por la que te sientas rechazado, irritación, molestia o atracción (por ejemplo, tu pareja, un compañero o un pariente) o un proyecto o situación. No olvides que la perturbación puede ser tanto positiva como negativa.

LUEGO SIGUE LOS TRES PASOS DEL PROCESO:

3 ENFRÉNTATE A ESO

Imagina a esa persona o situación. Describe las cualidades que más te afectan o atraen, usando el lenguaje en 3^{era} persona (él, ella, eso), como si estuvieras relatando una historia. Escribe en un cuaderno. Usa la oportunidad para “sacar afuera”. No trates de ser inteligente o poner la palabra correcta. No hay necesidad de endulzar la narración. La persona que estás describiendo jamás verá esto.

2 HABLA CON ESO

Comienza un diálogo imaginario con esta persona o situación. Háblale en 2^{da} persona (usando el lenguaje del “tú”), como si ella o él estuviera realmente en la habitación contigo. Dile lo que te molesta o atrae de ella. Hazle preguntas como: “¿Por qué me estás haciendo esto?”, “¿qué es lo que quieres de mí?”, “¿qué estás tratando de demostrarme?”. Imagina su respuesta a estas preguntas y verbalízala.

Es un juego, permite que esta perturbación te responda. Déjate sorprender por todo lo que aparecerá en este diálogo.

Todo esto puedes registrarlo por escrito en un cuaderno o solo decirlo en voz alta.

1 CONVIÉRTETE EN ESO

Conviértete en esa persona o situación. Ponte las cualidades que te molestan o fascinan. Encarna los rasgos que describiste en “Enfréntate”. Usa el lenguaje de 1^{era} persona (yo, mí, mío), y habla como si tú fueras esa persona. Esto puede sentirse un poco incómodo y así debería ser; después de todo es precisamente lo que tu mente se ha esforzando en negar. Los rasgos que estás tomando son los rasgos exactos que has estado negando en ti mismo y poniéndolos afuera.

Harás tu propio ejemplo de la Práctica 3-2-1 en la asignatura de Desarrollo Integral.

Este último paso del 3-2-1 tiene una segunda parte en la que se completa el proceso de reapropiación de la sombra: el ver en ti estas cualidades rechazadas. Experimenta la parte tuya de este rasgo que acabas de descubrir. Evita hacer el proceso abstracto o conceptual: solo debes SER. Ahora podrás recuperar e integrar esta característica en ti. El indicador más claro de que este proceso funciona es que en ese momento te sentirás más ligero, más libre, más en paz, más abierto.

2

DÍA Y NOCHE: SÉ BRUTALMENTE HONESTO CONTIGO

Se necesita:

- 10 minutos cada día
- un cuaderno
- lápiz

Cada día, idealmente en la mañana apenas te despiertes y luego en la noche cuando ya estés acostado, tómate un tiempo para revisar y aclarar cómo te sentiste hoy con total honestidad. Puedes terminar esta observación con una afirmación interna en la que declares confiar en esta información. Significa que estás confiando en la precisión de tu Línea de Inteligencia Emocional.

Cada mañana escribe 2, 3 o más páginas de lo que sea te venga a la mente.

Si no puedes pensar en nada, escribe “no puedo pensar en nada”. Y si nada sigue por surgir, escríbelo de nuevo. Si no tienes nada más que dos páginas de eso mismo, ok.

También puedes:

- Escribir el sueño que tuviste anoche
- Detallar lo que tengas que hacer en el día
- Escribir un poema
- Registrar quejas sobre tu vida
- Hacer borradores de algunas letras de canciones o composiciones
- Escribir sobre tu trabajo con la Sombra

No importa lo que escribas sino que todos los días escribas algunas páginas: este breve ejercicio permite *mirar dentro tuyo*, aclarar tu mente, liberar emociones y abrir la puerta a nuevas perspectivas.

Habrás días en que te sentirás súper aburrido, otras muy estimulado, pero dale una oportunidad a esta práctica.

Aprende a desidentificarte: poder *mirar* el objeto que está en tu pensamiento en vez de *mirar a través* del objeto. Con esto estás trabajando la transformación de sujeto a objeto.

3

¿POR QUÉ NOS CUESTA TANTO CAMBIAR? DESCUBRIENDO PASO A PASO NUESTRA INMUNIDAD AL CAMBIO

PASO 1 TODO COMIENZA CON UNA QUEJA

Toda queja es síntoma de un compromiso escondido, de algo que quisiéramos hacer para revertirla pero no tenemos claro cómo.

Detectando nuestra queja: ¿Qué tipo de cosas (si ocurrieran más frecuentemente) te ayudarían a avanzar mejor en tu vida o tus estudios?

1. COMPROMISO	2.	3.	4.
<p>Estoy comprometido (y me quejo) por el valor o la importancia que para mí tiene...</p> <p>o</p> <p>Lo que de verdad me importa y estoy comprometido con ello y por ello me quejo es...</p>			

Este es el primer paso para identificar una queja y convertirla en un compromiso.

PASO 2 IDENTIFICANDO CUÁL ES NUESTRA RESPONSABILIDAD EN LA QUEJA

Se trata de identificar cualquier cosa que hacemos –o no hacemos– que nos aleja de nuestro objetivo o deseo de cumplir aquello que realmente nos importa (lo que escribiste en la columna 1 Compromiso).

Detectando nuestra responsabilidad personal: ¿Qué cosas estás haciendo (o no haciendo) que impiden que tu compromiso se realice plenamente?

1. COMPROMISO	2 ¿QUÉ ESTOY HACIENDO O NO HACIENDO QUE ME IMPIDE CUMPLIR MI COMPROMISO?	3.	4.
<p>Estoy comprometido (y me quejo) por el valor o la importancia que para mí tiene...</p> <p>o</p> <p>Lo que de verdad me importa y estoy comprometido con ello y por ello me quejo es...</p>	<p>Mirando bien me doy cuenta que...</p>		

El lenguaje de la responsabilidad personal no significa autoculparse. El objetivo es llegar a aprender de estas conductas que has logrado identificar.

PASO 3 DESCUBRIENDO ALGO NUEVO: NUESTROS COMPROMISOS ESCONDIDOS

¿Por qué es tan difícil tratar de eliminar las conductas que has escrito en la columna 2?

Detrás de esas conductas existe una serie de fuerzas poderosas que impiden el cambio: nuestros miedos reales, que suelen estar escondidos incluso de nosotros mismos.

Podremos comprender cómo operan nuestros miedos para evitar los cambios en nuestra vida si empezamos a dialogar con ellos de una manera más activa y sincera.

Estás diagnosticando tu inmunidad al cambio.

PRÁCTICA INTEGRAL
LÍNEA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

Detectando nuestros miedos: ¿Puedes identificar o sentir algo vagamente parecido a un miedo o una preocupación que consideres distinta a lo que escribiste en la columna 2?

1. COMPROMISO	2. ¿QUÉ ESTOY HACIENDO O NO HACIENDO QUE ME IMPIDE CUMPLIR MI COMPROMISO?	3. COMPROMISO ESCONDIDO	4.
Estoy comprometido (y me quejo) por el valor o la importancia que para mí tiene...	Mirando bien me doy cuenta que...	También puede que, por miedo, esté comprometido con actuar o ser como...	
o Lo que de verdad me importa y estoy comprometido con ello y por ello me quejo es...			

Este es el salto conceptual más difícil de todo el ejercicio.

Se abre ante ti una nueva perspectiva que te permite enfrentar tu propio sistema inmune.

Sea lo que sea que escribas en la columna 3, debería tener una característica común: refleja una forma particular de autoprotección con la que estás profundamente comprometido (muchas veces sin saberlo) y que compite directamente con los compromisos que escribiste en la columna 1 Compromiso.

Asumiendo aquellos “grandes supuestos”: Estoy convencido/a que si, por ejemplo, me enfrento a los miedos que escribí en la columna 3, honestamente me sentiría...

1. COMPROMISO	2. ¿QUÉ ESTOY HACIENDO O NO HACIENDO QUE ME IMPIDE CUMPLIR MI COMPROMISO?	3. COMPROMISO ESCONDIDO	4. GRAN SUPUESTO
<p>Estoy comprometido (y me quejo) por el valor o la importancia que para mí tiene...</p> <p>o</p> <p>Lo que de verdad me importa y estoy comprometido con ello y por ello me quejo es...</p>	<p>Mirando bien me doy cuenta que...</p>	<p>También puede que, por miedo, esté comprometido con actuar o ser como...</p>	<p>Asumo que si dejo al descubierto mis miedos me pasaría que...</p>

La columna 4 completa este ejercicio.

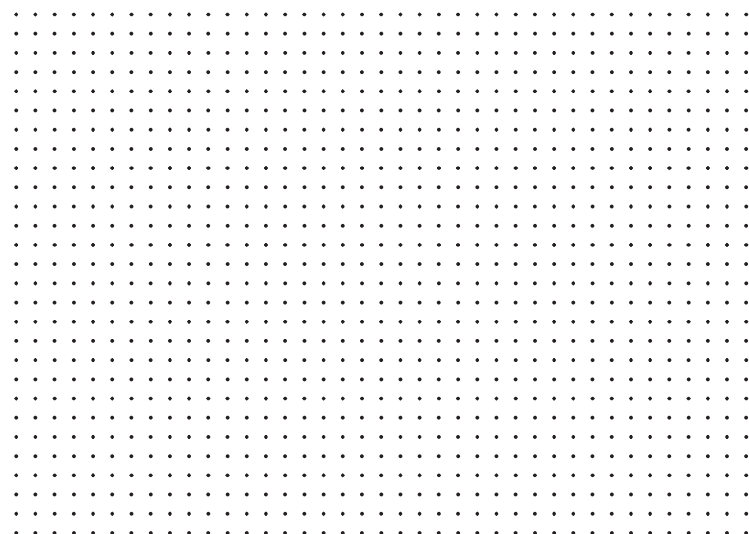
Esta columna no es la solución a los problemas que has escrito en la columna 1. Compromiso, pero crea un mapa mucho más amplio para enfrentarte a los mecanismos que manejan tu inmunidad al cambio.

PASO 4 Y FINAL ENFRENTÁNDONOS A NUESTRA GRAN SUPOSICIÓN

Una Gran Suposición es algo que vemos como la verdad absoluta, como una realidad incuestionable. Ojo: nosotros no controlamos este tipo de suposiciones, sino que *ellas nos dominan a nosotros*.

El primer paso para trabajar nuestras Grandes Suposiciones es sacarlas a la luz.

Podrás hacer este ejercicio de inmunidad al cambio en la asignatura de Desarrollo Integral.



4

LÍNEA DE INTELIGENCIA SOMÁTICA

¿QUÉ ONDA CON EL CUERPO?

Los grandes atletas como los grandes músicos tienen en común que trabajan constantemente su Línea de Inteligencia Somática.

Esta inteligencia sigue creciendo (prácticamente sin límite de edad) en la medida que el cuerpo aprende a realizar distintas tareas y de diferentes maneras. El cuerpo adquiere su propia sabiduría y se vuelve más conciente al realizar cualquier tarea.

La Línea de Inteligencia Somática trabaja en conjunto con la Línea de Inteligencia de la Voluntad. Esta última es la capacidad de tomar una determinada actitud frente a un objetivo específico y llevarlo a cabo hasta que se concrete.

La Voluntad es una combinación de concentración + determinación.

1

LEVANTAMIENTO DE PESAS O EJERCICIOS CON LA FUERZA DEL PROPIO CUERPO:

Si el antiguo paradigma era “correr es la clave de la juventud”, el nuevo paradigma es “los músculos son el motor de la juventud”

Es uno de los ejercicios que tiene efectos más poderosos sobre la salud global. Los cambios metabólicos y el aumento de masa muscular favorecen la pérdida de peso y el fortalecimiento de la salud.

El cuerpo tarda entre quince y treinta días en destruir y reconstruir todos sus músculos, pero este proceso se ve acelerado por el entrenamiento de fuerza, permitiendo que la regeneración muscular culmine entre las 24 y las 36 horas posteriores al entrenamiento y prosiga a un ritmo acelerado cerca de 72 horas. ¡Por eso se dice que con esta práctica uno quema grasas y crea músculos mientras duerme!

Comienza con una o dos sesiones semanales de 30 minutos para conseguir resultados importantes. Hay que establecer una rutina de entrenamiento –ya sea flexiones, sentadillas, abdominales, etc– para trabajar idealmente con un grupo muscular por día.

También puedes inscribirte en un gimnasio y practicar levantamiento de pesas. Ya a los tres meses de práctica podrás notar cambios sustanciales en tu cuerpo y en tu energía.



¿CON POCO TIEMPO? MÓDULOS DE 1 MINUTO

Puedes combinar series de 20 segundos de ejercicio con 10 segundos de descanso: flexiones de brazos, sentadillas y abdominales. Este breve ejercicio, en el estilo HIIT (High Intensive Interval Training), incluye cardio, quema de calorías y mejora el rendimiento anaeróbico (que significa “sin oxígeno”: el sistema anaeróbico es lo que proporciona la energía en todas las actividades hasta llegar a un minuto).

Busca en **YouTube**

Encontrarás una amplia gama de videos sobre rutinas breves de ejercicios de fuerza, levantamiento de pesas (weight lifting), aeróbicos y stretching.

Recomendamos el libro *Strength for life* de Shawn Phillips.

2

EJERCICIO AERÓBICO:

Eleva el ánimo

Este potente ejercicio, practicado de forma regular, puede aumentar tu capacidad pulmonar, ayudar a procesar más oxígeno con menos esfuerzo y fortalecer el corazón para que con menos latidos bombee más sangre y transporte más oxígeno. También reduce la presión sanguínea, mejora el nivel de colesterol y triglicéridos y reduce la grasa corporal. Como si fuera poco, contribuye a que el cuerpo libere endorfinas, provocando una elevación del estado de ánimo que se conoce como “euforia del corredor”.

El ejercicio aeróbico es un extraordinario complemento de los estiramientos (próximo tema). Se trata de una práctica que puede asumir múltiples formas como:

- Ejercicios aeróbicos individuales: nadar, andar en bici, correr, step aeróbico, saltar en la cuerda, caminatas en máquinas elípticas, etc.
- Deportes y actividades aeróbicas: baile, spinning, tenis, ski, basketball, aerobio, remo, squash, rugby, fútbol, etc.

3 ESTIRAMIENTOS / STRETCHING:

Simple y natural

Todos hemos sentido lo agradable que es estirarse y cómo el cuerpo lo agradece. Casi todos los expertos en salud corporal coinciden en que el estiramiento o stretching es el mejor modo de impedir lesiones y aumentar la flexibilidad cinética¹.

Los entrenadores de fitness suelen recomendar estiramientos antes y después de cada sesión de entrenamiento de fuerza y aeróbicos, como calentamiento.

Durante el estiramiento, en cada cambio de posición, relájate y respira tan amplia y profundamente como puedas, especialmente durante la exhalación.

Actualmente el stretching es una práctica muy difundida y puedes encontrarla en gimnasios, academias de danza y de yoga.

4 DORMIR PARA DESPERTAR:

No es un lujo, es una necesidad

Cualquier actividad, y en particular en tu caso como artista, debe verse naturalmente equilibrada con períodos de descanso y recuperación. La vida artística a veces (no siempre) está vinculada a un desajuste de horarios o exceso de actividad nocturna. Como sea, la falta de sueño siempre será un obstáculo en la vida diaria y tu profesión no debe ser, en ningún caso, un impedimento para poner en práctica estos siete consejos:

1. Acuéstate y levántate aproximadamente a la misma hora, incluidos los fines de semana.
2. Crea un entorno propicio para el sueño: un lugar oscuro, silencioso, cómodo y relativamente fresco. Despeja la cama de instrumentos, libros, ropa y demases.
3. Usa un colchón y almohada cómodos.
4. Deja pasar dos o tres horas, al menos, entre la cena y el momento de ir a la cama.
5. Haz ejercicio de manera regular, pero no te acuestes inmediatamente después de hacerlo. Deja pasar un tiempo antes de irte a dormir.
6. Cuando se aproxime la hora de irte a acostar, evita consumir cafeína, nicotina y alcohol.
7. Saca la tele de la pieza.

5 LA NUTRICIÓN INTEGRAL:

Comer magro, comer sano y comer verde

Comer magro significa aprovechar la enorme abundancia de alimentos bajos en grasas y con buen aporte de proteínas.

Comer sano significa evitar la comida procesada, en especial del tipo fast food y azúcares refinadas. Prácticamente todo lo que compramos envasado tiene azúcar, disfrazada de distintos nombres: si lees los ingredientes y no puedes pronunciar un nombre, es muy probable que tenga azúcar.

Comer verde significa que si es vegetal y es verde, cómelo con toda la frecuencia que puedas.

¹ Cinética: en física, del movimiento o relacionado con él.

ALIMENTOS QUE NO PUEDEN FALTAR EN TUS COMIDAS (VEGETARIANOS Y VEGANOS INCLUIDOS)

Proteínas Magras	Carbohidratos	Frutas y verduras	Grasas Saludables	Bebidas
Pollo* Pavo* Pescado fresco Bistec magro Huevos blancos Tofu	Camote Arroz salvaje Avena natural Pasta integral Quinoa	Manzana Espárrago Palta Pimiento morrón Todos los berries (moras, frambuesas, arándanos) Poroto negro Brocoli Repollo de Bruselas Melón calameño Zanahoria Apio Pepino Uva Pera Champiñón Naranja Porotos verdes Espinaca Tomate Camote Zapallo italiano	Frutos secos sin sal: Almendras Castañas de cajú Nuez pecana Nueces Aceite de oliva Palta Semilla de lino	Agua Té verde Agua de hierbas Con moderación: Jugos Café

*De preferencia orgánicos, o de "granja feliz" como se les llama.

Nota para cantantes: hay alimentos que es preferible evitar antes de cantar: lácteos (alteran la mucosa de la garganta), café, chocolate, cítricos, ají, ajo condimentos, alcohol, menta y pimentón (estimulan las secreciones gástricas y pueden producir reflujo).

Comemos por razones psicológicas, biológicas, culturales y sociales, es decir, por razones ligadas a los 4 cuadrantes. Echar un vistazo a tu nutrición desde esta perspectiva de los cuadrantes te proporcionará una visión más global y comprehensiva de tu vida alimentaria actual.



LA VERDAD DE LAS DROGAS:

ABUSO DE ALCOHOL:

- Alcoholismo
- Daño a las células cerebrales
- Desnutrición
- Pérdida de memoria
- Alucinaciones
- Baja concentración
- Cirrosis, úlcera y ataques al corazón
- Degeneración de músculos y huesos
- Desordenes de personalidad
- Incremento de la ira, tensión y aislamiento
- Defectos congénitos
- *Delirium tremens*¹
- Impotencia
- Dificultad en la menstruación
- Aborto
- Infertilidad

ABUSO DE DROGAS:

- Alucinaciones
- Problemas al corazón
- Desnutrición
- Muerte súbita
- Depresión
- Confusión
- Dependencia física y psicológica
- Lesiones al pulmón
- Destrucción de membranas nasales
- Daño al hígado
- Pérdida de coordinación
- Coma
- Defectos congénitos
- Convulsiones
- Letargia², apatía³
- Infecciones, hepatitis
- SIDA
- Daño cerebral

¹ *Delirium tremens*: delirio que sufren los alcohólicos crónicos y que se caracteriza por una gran agitación, ansiedad, temblor y alucinaciones.

² Letargia: sueño artificial provocado por sugestión o por medio de fármacos.

³ Apatía: falta de actividad, de interés o de entusiasmo que se manifiesta en dejadez o indiferencia.

5

LÍNEA DE INTELIGENCIA ESPIRITUAL

CONECTAR CON LO PROFUNDO

Simple: te presentamos dos maneras de mirar lo espiritual

- Como una práctica en la que puedes conectar con lo más profundo de tu ser trabajando tus Estados de Conciencia a través de la meditación, por ejemplo, o de la práctica espiritual que más te resuena (oración, cantos, comunidad espiritual, etc.),
- O simplemente haciéndote la pregunta:

¿Qué es lo que más me importa en la vida?
¿Qué es lo más profundamentepreciado para mí?

Donde está tu máximo interés es donde está tu espiritualidad.

¿QUÉ ES LA MEDITACIÓN?

La meditación consiste en dirigir la atención, una y otra vez, hacia un objeto primario, ya sea la respiración, un mantra, una deidad, un sentimiento amoroso o una imagen mental.

La meditación es una función natural del cuerpo-mente humano. La meditación adecuada pone rápidamente en funcionamiento (durante los tres primeros minutos) un estado psicofisiológico peculiar que combina un *bajo* nivel de atención física con un *alto* nivel de alerta mental.

Un estudio sobre los resultados de cerca de dos mil investigaciones científicas realizadas al respecto ha puesto de relieve los extraordinarios beneficios de la meditación¹. Entre ellos:

- cambios fisiológicos de estado (cambios en el metabolismo, en la respiración y en el alivio del dolor),

- efectos psicológicos y conductuales positivos (cambios en la percepción, la concentración, la fisiología cerebral y la atención) y
- mejora de las experiencias subjetivas (entre las que cabe destacar la ecuanimidad, las experiencias extrasensoriales y los sueños que nos transmiten mensajes significativos).

MEDITACIÓN DE LA RESPIRACIÓN BÁSICA

Este tipo de meditación es quizás una de las prácticas meditativas más universales.

Siempre estamos respirando, en todos y cada uno de los instantes de nuestra vida. Nuestro cuerpo siempre está respirando movido por un impulso en el que, en última instancia, podemos relajarnos en plena conciencia.

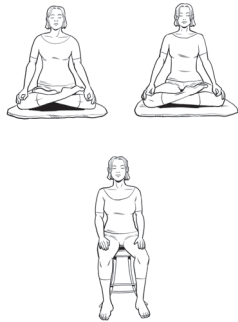
Meditar en la respiración es una de las combinaciones más elegantes y simultáneas de dos capacidades meditativas diferentes: **la concentración mental y la conciencia abierta**.

Se sostiene en 4 pilares básicos:

1. Una postura sentada cómoda.
2. La capacidad de concentrarse y mantener la atención.
3. Una actitud sana de apertura, atención y curiosidad.
4. La práctica cotidiana y regular.

¹ Michael Murphy y Steven Donovan, The Physical and Psychological Effects of Meditation: A Review of Contemporary Research with a Comprehensive Bibliography (The Institute of Noetic Sciences, 2004), www.noetic.or/research/medbiblio/index.htm

INSTRUCCIONES BÁSICAS DE LA MEDITACIÓN EN LA RESPIRACIÓN



1. Siéntate cómodamente en una silla o en el suelo, sobre un cojín. Cualquiera de estas tres posturas estándar están bien.
2. Mantén la columna erguida y respira de manera natural.
3. Presta atención al momento presente y respira, contando silenciosamente las respiraciones. Cuenta la primera inhalación como “uno”, la primera exhalación como “dos”, la tercera inhalación como “tres”, etc.
4. Y cuando llegues a “diez”, empieza de nuevo.
5. Descansa la mente entre la inspiración y la expulsión del aire. Presta una especial atención al silencio que separa una respiración de la siguiente.
6. Cada vez que descubras que tu mente se ha distraído, regresa a “uno” y sigue contando las respiraciones. Vuelve a “uno”:
 - a) Cada vez que descubras que has perdido la cuenta.
 - b) Cada vez que aparezca un pensamiento, aunque se trate de un pensamiento que no te distraiga de la cuenta.

Practica la meditación todos los días, ideal por la mañana y la noche. Comienza con 10 minutos por vez. Pon la alarma de tu celular para saber cuándo has terminado. Trata de respetar el tiempo que te has asignado.

Es inevitable que, durante la meditación, tu mente divague, eso no está mal, forma parte del proceso y no es ningún problema. Tu capacidad de concentración irá mejorando a medida que avances. La atención errante no es ningún problema ni un obstáculo para la meditación.

PRÁCTICA INTEGRAL

ARTE

LÍNEA DE INTELIGENCIA MUSICAL

PRÁCTICA	DESCRIPCIÓN	FRECUENCIA
Interpretación, composición, canto, actuación, danza	Practicar un instrumento, crear canciones o composiciones, ensayar canto, actuación o danza	Todos los días

MENTE

LÍNEA DE INTELIGENCIA COGNITIVA

PRÁCTICA	DESCRIPCIÓN	FRECUENCIA
Profundizar en los 4 cuadrantes	Analizar mi proyecto musical a través de estas 4 dimensiones	Fin de semana
Tomar el rol del otro	Poner atención en cada conversación para identificar desde qué Nivel o perspectiva está hablando la otra persona	Todos los días

SOMBRA

LÍNEA DE INTELIGENCIA EMOCIONAL

PRÁCTICAS	DESCRIPCIÓN	FRECUENCIA
Práctica 3-2-1	Escribir lo que me pasa en situaciones que me molestan, siguiendo los 3 pasos del proceso	Todas las mañanas
Ejercicio de inmunidad al cambio	Identificar una situación personal en la cual poner en práctica este ejercicio	Una tarde a la semana

CUERPO

LÍNEA DE INTELIGENCIA SOMÁTICA

PRÁCTICA	DESCRIPCIÓN	FRECUENCIA
Ejercicio físico	Hacer módulo de 1 minuto	Lunes a viernes
Nutrición	Preparar almuerzos saludables en casa para toda la semana de clases	Lunes a viernes

ESPÍRITU

LÍNEA DE INTELIGENCIA ESPIRITUAL

PRÁCTICA	DESCRIPCIÓN	FRECUENCIA
Meditación	Buscar tutoriales en internet para ver la meditación en acción. Ponerme a practicar	Empezar tres veces por semana, 10 minutos todas las mañanas

**Altitud o Profundidad:**

Indicador de dónde se ubica el desarrollo de una persona en cada Nivel de Desarrollo.

Aptitud:

Destrezas o habilidades. Se refuerzan con estudio y práctica.

Arcaico:

Referido al 1^{er} Nivel de Desarrollo. En el ser humano corresponde a una etapa egocéntrica, que se centra en satisfacer las necesidades fisiológicas: comida, abrigo, resguardo. En la sociedad corresponde a la época Premoderna y la visión del mundo Arcaica que se remonta a 100.000 años atrás. Se representa con el color infrarrojo.

Centro de Gravedad:

Indica el Nivel promedio de Desarrollo de una persona con respecto a todas las Líneas de Inteligencia.

Complejo de Jonás:

Término acuñado por el psicólogo Abraham Maslow: “el miedo a nuestra propia grandeza”.

Convencional:

Referido a una etapa del desarrollo moral, es el nivel que sigue al Preconvencional: la persona aprende de sí misma y de los demás un modelo moral general que representa los valores básicos de la sociedad en que ha crecido.

Cuadrantes:

Son las 4 dimensiones o perspectivas para ver la realidad: interior, exterior, individual y social.

El **Cuadrante superior-izquierdo (interior-individual)** corresponde a los pensamientos, emociones, conciencia e introspección.

El **Cuadrante inferior-izquierdo (interior-cultural)** es la dimensión donde se experimenta el sentido de una cultura, comunidad, significados compartidos, pertenencia. Es nuestra capacidad de comprometernos con los demás, por ejemplo: llegar a acuerdos, cooperar y ser parte de un equipo.

El **Cuadrante superior-derecho (exterior-individual)** es la dimensión de las acciones, comportamientos y objetos observables de manera tangible.

El Cuadrante inferior-derecho (exterior-social)

es la dimensión de los sistemas, la interacción de múltiples elementos. Es nuestra capacidad de crear y saber utilizar infraestructuras, gestión del tiempo, dinero y energía, de planificar de forma estratégica y de crear sistemas que apoyen nuestros objetivos.

Despertar:

Cuando tu conciencia se mueve a través de los Estados de Conciencia y ya no estás identificado con pensamientos y emociones. Tu identidad ha crecido a Estados más amplios y profundos, a la conciencia de unidad. Tu ser y el cosmos se transforman en uno, tu verdadero Ser.

Detonante:

Si una cosa nos informa, es simple información. Sin embargo, si nos afecta de forma evidente probablemente se trate de material reprimido de la Sombra (ver Sombra).

Egocéntrico:

Identificación solo con uno mismo, centrado en la seguridad, necesidades y deseos personales.

Enfoque Integral:

Marco teórico y de trabajo desarrollado por el filósofo estadounidense Ken Wilber, que incorpora todos los modelos y sistemas conocidos del desarrollo humano, incluyendo las épocas Premoderna, Moderna y Posmoderna, así como las Tradiciones de oriente y occidente. Se resume en 5 elementos: Niveles de Desarrollo, Líneas de Inteligencia, Estados de Conciencia, Tipos Psicológicos y Cuadrantes.

Estructura de las etapas de la conciencia:

Se desarrollan a través de los Niveles y las múltiples Líneas de Inteligencia que crecen a través de esos Niveles. Estas estructuras fueron descubiertas por James Mark Baldwin en 1901. Este camino a través de las estructuras de las etapas es un eje de desarrollo también llamado “crecimiento”.

Estados de Conciencia:

Experiencias temporales a las que nuestra conciencia puede acceder. Así como los Niveles de Desarrollo son para crecer, los Estados de Conciencia son para despertar. El más habitual es el Estado de Vigilia. Los Estados más profundos son Sutil, Causal y No dual y se puede acceder a ellos a través de la meditación.

Etnocéntrico:

Identificación con un grupo, centrado en las necesidades, preocupaciones y visiones del mundo de un grupo, ya sea una familia, clan, país, religión o creencia, grupo de amigos, estilo de música o arte preferido, etc.

Guerras culturales:

Son conflictos entre los Niveles para determinar qué grupo/cultura o nación tiene las únicas creencias y valores reales y verdaderos. Hay tres niveles en estos conflictos hoy en el mundo: el grupo de la religión tradicional en el Nivel Mítico/convencional, el grupo de la ciencia convencional y los negocios en el Nivel Racional y el grupo relativista en el Nivel Pluralista. Cada uno de estos tres grupos cree que su punto de vista es el único válido, creando una situación de fragmentación, conflicto e incluso guerra.

Holón (totalidad/parte):

Todo y todas las cosas, la realidad como un todo, está compuesta de holones. Es decir, totalidades que son simultáneamente partes de otras totalidades, sin límite hacia arriba o hacia abajo. Por ejemplo: átomos, células, moléculas, organismos, ecosistemas, etc.

Holoarquía:

Todas las secuencias de desarrollo o evolutivas que conocemos proceden por jerarquización o por orden de holismo creciente. Por ejemplo: de moléculas a células, a órganos, a organismos, a ecosistemas (sociedades de organismos). En música sería nota, intervalo, acorde, progresión armónica y así sigue creciendo hasta llegar, por ejemplo, a una canción. Como todas las jerarquías están compuestas de holones, la palabra correcta para "jerarquía" es realmente "holoarquía".

Integral:

Abordaje que incluye los grandes niveles de la existencia: la física que se ocupa de la materia, la biología del cuerpo vivo, la psicología de la mente, la teología del alma y el misticismo de la experiencia directa con el Espíritu. Cada uno de estos grandes niveles tiene 4 aspectos o dimensiones: interior, exterior, individual y social, es decir, el "Yo", "Nosotros" y "Eso/Esos" de los 4 cuadrantes, que equivalen al Gran Tres: Bondad ("Yo"), Belleza ("Nosotros"), Verdad ("Eso/Esos"). En definitiva, la conjunción de estas 4 dimensiones con los grandes niveles de la existencia (materia, cuerpo, mente, alma y Espíritu) es lo que nos proporciona una mirada integral de la realidad.

También es el nombre del 7^{mo} Nivel de Desarrollo. En el ser humano el Nivel Integral está recién emergiendo. Acá se adquiere la capacidad de ver la conexión entre todas las cosas y de integrar más perspectivas que el anterior Nivel Pluralista.

En la sociedad también es de reciente aparición, desde 1980 aproximadamente. El Nivel Integral reconoce los aportes de cada Nivel anterior a la vez que descubre que todos son "verdaderos pero parciales". Actualmente un 5% de la sociedad se encuentra en este Nivel. Se representa con el color turquesa.

Jerarquía de dominio:

Pocas personas dominando y oprimiendo a muchas otras.

Jerarquía de crecimiento:

La mayoría de las jerarquías actuales son jerarquías de crecimiento. Están compuestas de holones. Cada nivel superior trasciende e incluye a los anteriores, por ejemplo: las células no dominan a las moléculas; abarcan e incluyen a las moléculas. Los 8 Niveles de Conciencia son una jerarquía de crecimiento. Cada Nivel es más inclusivo, menos opresivo y más consciente, aunque pueden existir formas disfuncionales como la jerarquía de dominio (ver jerarquía de dominio). Otras jerarquías de crecimiento que han sido abordadas en este Cuaderno de Viaje son el desarrollo psicológico (Piaget, Wilber), la Gran Cadena del Ser, los órdenes de conciencia de Kegan y la pirámide o jerarquía de las necesidades de Maslow (ver tabla páginas 64 y 65).

Kosmos:

Con "K", es el término con el cual los antiguos griegos se referían al universo. No solo tiene en cuenta el dominio físico de las estrellas, los planetas y los agujeros negros (es decir, el significado real del término "cosmos" con c), sino que incluye los dominios de la mente, la sociedad, el alma, y el Espíritu. Dicho en otras palabras, el cosmos interior y el cosmos exterior.

Líneas de Inteligencia:

Inteligencias que están presentes en todos. Van creciendo a través de los Niveles de Desarrollo. Se desarrollan de manera independiente unas de otras (una persona puede tener una alta Línea de Inteligencia Musical y una baja Línea de Inteligencia Moral, por ejemplo).

Mágico:

Referido al 2^{do} Nivel de Desarrollo. En el ser humano corresponde a una etapa egocéntrica, donde comienza a desarrollar sus impulsos y sentimientos.

En la sociedad corresponde a la época Premoderna y su visión del mundo mágica que se remonta a 50.000 años atrás. Esta visión del mundo está marcada por la creencia del entorno como un lugar amenzante, colmado de poderes misteriosos y habitado por espíritus mágicos que deben ser aplacados con rituales, bendiciones, maldiciones y hechizos. Se representa con el color magenta.

Mágico-mítico:

Referido al 3^{er} Nivel de Desarrollo. En el ser humano corresponde a una etapa egocéntrica, centrada en la búsqueda de la protección y la seguridad propias.

En la sociedad corresponde a la época Premoderna y su visión del mundo Mágico-mítica que se remonta a 10.000 años atrás. Esta visión del mundo está marcada por la emergencia de un yo poderoso que se impone con fuerza sobre los demás. El mundo se percibe como un lugar salvaje, implacable, en el que triunfan los fuertes y los débiles están a su servicio. La naturaleza es concebida como un adversario a conquistar, solo hay dominadores y sometidos. Actualmente tiene un pequeño porcentaje de presencia en la sociedad, reflejado en grupos del tipo "el pez grande se come al más chico": mafias, pandillas, clanes regidos por una figura de poder absoluto. Se representa con el color rojo.

Mítico:

Referido al 4^{to} Nivel de Desarrollo. En el ser humano corresponde a una etapa etnocéntrica, donde pertenecer a un grupo es lo más importante, ya sea una familia, religión, clase social, estilo de música preferido, etc.

En la sociedad corresponde a la época Premoderna (agraria) y su visión del mundo Mítica/etnocéntrica que se remonta a 5.000 años atrás, cuando se forjaron los primeros grandes imperios. Esta visión del mundo se basa en los valores tradicionales y creencias conformistas. El mundo se organiza en torno a una verdad única, que confiere orden y sentido a la vida. Este orden se traduce en una sola manera correcta de hacer las cosas. Actualmente gran parte de la sociedad (40%) se encuentra en este Nivel. Se representa con el color ámbar.

Moderno/Modernidad:

Período de la historia y el desarrollo humano que comienza en occidente con el Renacimiento y la Ilustración, hace unos 300 años. Corresponde al Nivel Racional, capaz de cuestionar la autoridad, las normas grupales y el statu quo. Junto con la Ilustración y posteriormente la Revolución Industrial, el pensamiento Racional floreció en una escala más amplia dentro de círculos académicos. La época Moderna abrió las puertas a la investigación científica, la innovación y al avance tecnológico.

Mundicéntrico:

Identificación con toda la gente, sin importar raza, sexo, creencias o tendencias. Preocupación por todos los seres humanos.

Necesidades de deficiencia:

Necesidades impulsadas por una carencia: Fisiológica, de Seguridad, de Pertenencia o de Autoestima. En la jerarquía de Maslow, estas necesidades se acaban con la Autorrealización.

Neuroplasticidad:

La capacidad del cerebro de cambiar su estructura cuando se ve expuesto a ciertos ambientes y estímulos. Investigaciones recientes demuestran que tenemos tres cerebros: estómago, corazón y mente, cada uno con una gran cantidad de células neuronales.

Niveles de Desarrollo:

Estructuras que indican el nivel de crecimiento alcanzado. Son herramientas para comprender el desarrollo social y humano. Cada Nivel representa una mayor profundidad y mayor transformación de la conciencia.

Pluralista:

Referido al 6^{to} Nivel de Desarrollo. En el ser humano corresponde a una etapa pluralista donde nace la capacidad de ver más allá de la 3^{era} persona (Racional): se puede criticar y analizar la 3^{era} persona, dimensión que se llama 4^{ta} persona pluralista.

En la sociedad corresponde a la época Posmoderna (informática) que nace en la década de los sesenta del siglo XX. Esta visión del mundo abraza lo multicultural, incluye todos los movimientos de la sociedad que han sido marginados: feminismo, ecología, derechos humanos universales. Actualmente un 20% de la sociedad se encuentra en este Nivel. Se representa con el color verde.

Posmoderno:

Período de la historia y el desarrollo humano que se inicia aproximadamente en 1960. Corresponde al Nivel Pluralista. El posmodernismo ha formulado tres verdades importantes: el *constructivismo*, que afirma que el mundo que percibimos no nos viene dado sino que es parcialmente construido por nosotros; el *contextualismo*, que sostiene que todo significado depende del contexto, y el *pluralismo*, que afirma la existencia de múltiples contextos (diversidad) y que nuestra búsqueda de la comprensión no debería privilegiar ninguno de ellos. El posmodernismo se ha preocupado de abrazar la diversidad y suele olvidar la unidad en favor de la fragmentación. Este enfoque se conoce como *locura aperspectivista*, que se caracteriza por la presencia de todo tipo de diversidades y fragmentos impidiendo que emerge la unidad. El posmodernismo extremo aboca al nihilismo y el narcisismo o, dicho en otras palabras, a no creer en nada más que uno mismo.

Pos-posconvencional:

Referido a una etapa del desarrollo moral, es el último nivel: después del Posconvencional, lo que viene es una moral integral que promueva y proteja la mayor profundidad para la mayor extensión.

Preconvencional:

Referido a una etapa del desarrollo moral, es cuando la persona no está socializada e integrada en ningún nivel de desarrollo moral.

Premoderno:

Período de la historia y el desarrollo humano que termina al surgir el Renacimiento y se inicia hace 100.000 años. Abarca los Niveles Arcaico, Mágico, Mágico-mítico y Mítico.

La visión del mundo Premoderna cree en un universo rígido gobernado por leyes inmutables y en la existencia del bien o el mal absoluto. Todo esto se cuestiona con la llegada de la Modernidad (ver Modernidad).

Proyectar:

Atribuir a otros cualidades que hemos rechazado en nosotros mismos.

Psicoactivo:

Que afecta la mente y sus procesos. Por ejemplo, el Enfoque Integral es psicoactivo porque ya al conocer los 5 elementos que lo componen se activa un proceso de transformación de nuestra conciencia.

Psicógrafo:

Representación gráfica que muestra las diferentes Líneas de Inteligencia (inteligencias múltiples) y el Nivel de Desarrollo o Altitud que alcanza cada una de ellas.

Racional:

Referido al 5^{to} Nivel de Desarrollo. En el ser humano corresponde a una etapa Racional donde emerge la 3^{era} persona, pensamiento objetivo. La perspectiva de la 3^{era} persona (que no existía en el Nivel anterior, Mítico/convencional) permite dar un paso atrás y vernos a nosotros mismos: la capacidad de introspección. Permite imaginar nuevos mundos, “¿cómo sería si se terminase la esclavitud?”, ¿qué es lo justo para *toda* la gente?” (no solamente *mi* gente, como en el Nivel anterior).

En la sociedad corresponde a la época Moderna (científica-industrial) que comienza, en occidente, con el Renacimiento y la Ilustración. Con esta visión del mundo Racional nacen las democracias representativas, se termina la esclavitud y la mujer comienza a ganar espacios en la sociedad. También se introduce el pensamiento científico. Actualmente un 30% de la sociedad se encuentra en este Nivel. Se representa con el color naranja.

Rasgo Principal:

Emoción negativa que es gravitante en nuestra vida (ver Sombra). Por lo general, uno no está consciente de él. Cuando observamos en retrospectiva nuestra vida, podremos descubrir que hay un tipo de problema repitiéndose constantemente: es el Rasgo Principal.

Sombra:

Es el aspecto inconsciente de nuestro ser. Todos tenemos un grado de Sombra.

Sujeto-objeto (teoría/proceso de):

Desarrollado por el psicólogo Robert Kegan, quien lo describe así: “el sujeto de un Nivel se vuelve el objeto del sujeto del siguiente Nivel”. En otras palabras, aquellas cosas que son Sujeto para una persona no pueden ser vistas por la misma ya que son parte de su ser. Sujeto puede ser una característica de la personalidad, una visión del mundo, conductas, emociones, etc.

El Objeto es el opuesto al Sujeto: un Objeto se puede analizar, cambiar, controlar y operar. Una manera de acelerar nuestro crecimiento a través de los Niveles de Desarrollo es mover cada vez más cosas desde Sujeto a Objeto. De esta forma nosotros *tenemos* al Objeto en vez que *él nos tenga* a nosotros.

Superintegral:

Referido al 8^{vo} Nivel de Desarrollo. En el ser humano corresponde a una etapa Superintegral donde el ser encuentra su unidad con el todo. En este nivel de conciencia se encuentra nuestro potencial más alto.

En la sociedad corresponde a la época Superintegral, de escasa representación actual. Se representa con el color violeta.

Tipos Psicológicos:

Son características y rasgos de nuestra personalidad que tienden a permanecer.

Tomar el rol del otro:

Práctica en la que somos capaces de tomar la perspectiva de otra persona, ponernos en sus zapatos. Es una práctica muy poderosa si la efectuamos constantemente en nuestra vida, porque tomar la perspectiva del otro significa ampliar nuestra conciencia.

Transcripción:

Es la relación de las estructuras superficiales con su Nivel de Desarrollo específico. (Ver Traslación).

Transformación:

Es el cambio en nuestras estructuras profundas (cambio vertical) que se produce al subir de Nivel de Desarrollo. Como ejemplo, un niño que aprende a leer sube del Nivel Preoperacional al Nivel Operacional Concreto.

Trasciende e incluye:

Incluye los Niveles previos a la vez que va más allá o los trasciende.

Traslación:

Se trata de un cambio en nuestras estructuras superficiales (cambio horizontal) dentro de un Nivel de Desarrollo, el cual se logra con la práctica y perfeccionamiento de nuestras destrezas o aptitudes correspondientes a ese nivel. Una analogía sencilla para explicar esto: imaginemos un edificio de tres pisos. Cada uno de estos pisos son estructuras superficiales (horizontales). Cambiar los muebles de lugar en cualquiera de los pisos es traslación y subir de piso es transformación. Y la relación de todos los muebles con cada piso es Transcripción (ver Transcripción).

Verdad Absoluta:

Diversas tradiciones la llaman: Verdad Última. Libertad Última. Vacuidad. Talidad. Espíritu. El "Uno". El "Todo". No dual. No Dos. Identidad Suprema. Una verdad última, no existe nada separado de ella. La infinita amplitud de la cual emanan todas las verdades relativas (ver verdades relativas).

Verdades relativas:

Son todas las verdades dentro del reino de lo finito.

Visión del mundo:

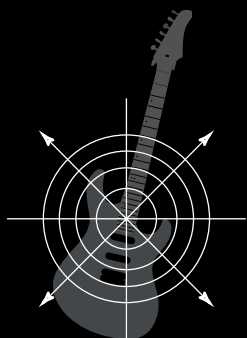
Uno de los principios fundamentales de la revolución posmoderna en el campo de la filosofía, de la psicología y la sociología es que no vivimos en un mundo dado a priori, sino que existen diferentes visiones del mundo, esto es, diferentes modos de categorizar, presentar, representar y organizar nuestra experiencia.

Las visiones del mundo son parte de la estructura de cada Nivel de Desarrollo. Cuando subimos de Nivel, la visión de mundo anterior se deja y es reemplazada por otra visión, correspondiente al nuevo Nivel adquirido: los Niveles quedan, las visiones se dejan atrás.



BREVE GUÍA DEL ARTISTA

UN CAMINO PARA TODA LA VIDA



IDEAS Y RECOMENDACIONES PARA UNA PRÁCTICA INTEGRAL EN TU VIDA PERSONAL, ARTÍSTICA Y PROFESIONAL:

1

Tu artista interior

Arte
Dimensión Interior-Individual

2

Analizar una obra de arte

Personas
Dimensión Interior-Cultural

3

Rider técnico

Obra
Dimensión Exterior-Individual

4

Presentación escénica

5

Cómo funciona el medio artístico

Sistema
Dimensión Exterior-Social

1

**TU ARTISTA INTERIOR:
PRÁCTICAS PARA ALIMENTAR LA CREATIVIDAD**

**“¿Por qué será que mis mejores ideas surgen
cuando estoy en la ducha?”**

Albert Einstein

1

**LAS PÁGINAS DE LA MAÑANA:
OTRA FORMA DE PRACTICAR EL SER
BRUTALMENTE HONESTO CONTIGO,
VER LÍNEA DE INTELIGENCIA
EMOCIONAL, PÁGINA 86**

Cada día, antes de comenzar con la rutina habitual, deja un breve tiempo para escribir dos páginas. Simplemente, registrar en el papel lo que fluye por tu mente en ese momento. No hay modo de hacer mal las páginas de la mañana. No se espera que estos devaneos matutinos sean arte o literatura. Estas páginas están destinadas a registrar cualquier cosa que pasa por tu mente, por tonta, estúpida, macabra o insignificante que parezca.

Todo este material enojoso y mezquino que escribes en la mañana es lo que se interpone entre tú y tu creatividad, toda esta charla interior se filtra a través del subconsciente y enturbia tus días. Hay que volcarlo al papel.

Las páginas de la mañana son una herramienta primordial para el desarrollo creativo. Aunque frente al mundo aparentamos ser artistas realizados, a veces sentimos que nuestro trabajo no es suficientemente bueno. Somos víctimas de nuestro perfeccionista interior, un desagradable crítico interno, el **Censor**, que mantiene un monólogo constante de comentarios subversivos que a menudo se disfrazan de verdades. El Censor dice cosas maravillosas como: “No lo estoy haciendo bien” o “Nunca lograré hacerlo correctamente”.

Al saltar directamente de la cama al papel cada mañana, aprendes a liberarte de ese auto-censor. Como no existe un modo incorrecto de hacer estas páginas, la voz del Censor no cuenta. Y si él protesta, pon sus pensamientos por escrito también.

El punto es dejar de tomar al Censor como la voz de la razón y aprender a escucharlo como lo que es: un aparato bloqueante. Guarda esas hojas por semanas y no las leas hasta después de un tiempo.

Cuando te preguntes (porque es probable que lo hagas), “¿para qué estoy haciendo este trabajo de escribir?” la respuesta es “para pasar al otro lado”. Este trabajo realmente nos permite atravesar la barrera, más allá de nuestro miedo, de nuestra negatividad, de nuestros humores. Por sobre todas las cosas, nos permite trasponer nuestro Censor. Fuera del alcance de la charlatanería del Censor encontramos nuestro centro en calma, el lugar donde es posible escuchar una tranquila voz, que es a la vez la propia y tu impulso creativo que habla.



2 LA CITA CON EL ARTISTA: UN MOMENTO ENTRETENIDO

Se trata de destinar un espacio de tiempo, por ejemplo unas dos horas a la semana, especialmente para nutrir tu conciencia creativa. A esta cita no invitas a nadie más que a tu artista interior, o sea, tu niño creativo. Esto excluye a amigos, familia y otros: ningún intruso.

Tu artista necesita que se ocupen de él, que lo oigan y que lo consideren. Hay tantas maneras de evadir ese compromiso, y las más habituales “no tengo plata”, “no tengo tiempo”: tu artista es un niño, y un largo paseo por Santiago, una expedición solitaria por el cerro, un momento para escuchar música de los grandes maestros o visitar una galería de arte solo cuestan tiempo y no dinero.

Por sobre todas las cosas, aprende a escuchar lo que dice tu niño artista acerca de estas salidas. Por ejemplo, puede reclamar “¡me carga todo esto, tan serio, tanto arte!”, si persistes en llevarlo solamente a lugares extra cultos. Te está diciendo que tu arte necesita una motivación más lúdica. También es posible que trates de evitar las citas con tu artista. Lo importante es que reconozcas que muchas veces esa resistencia es solo miedo a la intimidad con uno mismo.

3 VIAJE EN EL TIEMPO I: TU PROPIO SALÓN DE MONSTRUOS FAMOSOS

Anota tres antiguos enemigos de tu autoestima creativa. Tus monstruos históricos son los ladrillos de tus creencias negativas arraigadas (sí, esa profe de gimnasia, así como las espantosas cosas que te decía. Anota todo). Más monstruos irán apareciendo mientras trabajas en tu viaje en el tiempo. Puedes dividir tu vida en segmentos de cinco años y así irás descubriendo las principales influencias negativas de cada período.

4 VIAJE EN EL TIEMPO II: EL GUIÓN DEL TERROR

Selecciona y escribe una historia de horror proveniente de tu salón de monstruos famosos. No es necesario que sea larga, pero no descartes ningún detalle que recuerdes: el lugar, la manera en que la gente te miraba, cómo andabas vestido, lo que sentiste, si estaban tus padres o no, en fin, todo lo que te produce rencor relacionado con ese incidente: “Y entonces, el monstruo me dijo con esa sonrisita absolutamente falsa: te vas a morir de hambre como artista”.

Te servirá como catarsis hacer un bosquejo de tu antiguo monstruo, o colgarle una imagen que te evoque el incidente. Caricaturiza a ese monstruo, o al menos dibújale encima una linda X en rojo.

5 CARTAS AL DIRECTOR

Escribe una “carta al director” de un diario, defendiéndote. Envíatela a ti mismo. Es muy divertido escribir esta carta con la voz de tu niño artista amurrado: “la vieja de gimnasia es una resentida que se quedó pegada en la música de la Nueva Ola”.

6 VIAJE EN EL TIEMPO III: TU GRUPO DE AUSPICIADORES

Anota tres antiguos defensores de tu autoestima como creador. Este es el salón de tus auspiciadores y patrocinadores, los que te alentaron a ti y a tu creatividad. Aunque no creas 100% en lo que te hayan dicho (¡el auto-censor de nuevo!), registra esa felicitación tal cual como te la dijeron.

Vuelve atrás en el tiempo buscando recuerdos positivos. ¿Cuándo, dónde y por qué te sentiste bien acerca de ti mismo? ¿Quién te ayudó a sentirte seguro?



7 LO CORTÉS NO QUITA LO VALIENTE

Escribe una carta de agradecimiento. Envíatela a ti mismo o, lo que es mejor, a uno de tus antiguos mentores o auspiciadores. Quien sabe, en el futuro tal vez seas tú quien reciba una.

8 ¿QUÉ PASARÍA SI LLEGO A DESARROLLAR TOTALMENTE MI CREATIVIDAD?

La mayoría de las veces, cuando nos encontramos bloqueados en algún área de nuestra vida, es porque de esa manera nos sentimos más seguros. Gran parte del miedo a nuestra creatividad se debe al temor a lo desconocido, basado en “grandes supuestos” que hemos ido construyendo de forma inconsciente (página 87, ejercicio de Inmunidad al Cambio), y al miedo a nuestra propia grandeza o Complejo de Jonás (página 77).

¿Qué significaría para mí y para quienes me rodean que me vean trabajando por alcanzar mi mejor versión? A veces tenemos nociones bastante desalentadoras de lo que podría suceder. Una lista de creencias negativas que se asumen habitualmente es:

No puedo ser un artista creativo, exitoso y prolífico porque:

1. No sé nada de música / teatro
2. No tengo buenas ideas
3. No tengo contactos en el medio
4. No es lo que mis padres quieren
5. Ya hay personas mucho más talentosas que yo
6. Haré una mala presentación sin darme cuenta y quedaré como un tonto. Los que “saben” se reirán de mí.
7. Nunca tendré dinero
8. Aún no existe el público que pueda entender mi propuesta artística

9. Me volveré autodestructivo y comenzaré a tomar, drogarme o ser adicto a cualquier cosa que me dé una satisfacción inmediata
10. Mi amor de toda la vida me dejará
11. Me quedaré solo
12. Me sentiré mal porque no merezco tener éxito
13. No podré crear una sola obra de calidad
14. No tengo talento innato. Un artista nace, no se hace

Ninguna de estas creencias negativas es necesariamente verdadera. Son ideas preconcebidas o prejuicios alimentados por nuestro entorno cultural: ¿tienes alguna prueba real de que en tu vida vaya a pasar algo como esto? Cada una de estas creencias refleja simplemente nociones que tenemos acerca de lo que significa ser un artista. Hay una diferencia entre juicios u opiniones personales y hechos concretos comprobables.

Reducidas a su esencia, nuestras múltiples creencias negativas revelan un sentido central: tenemos que reemplazar nuestros sueños por una meta más “real”. En otras palabras, si ser un artista suena demasiado bueno para ser cierto, le pondrás un precio tan alto que sea imposible de pagar. O sea, que seguirás bloqueado.

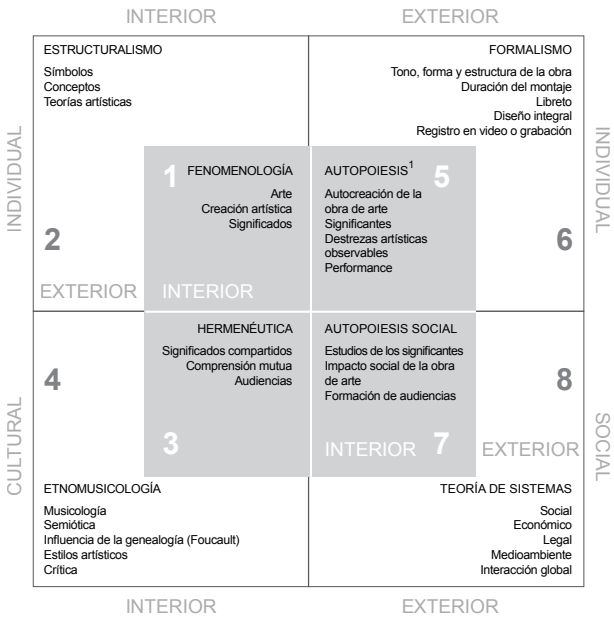
Si has decidido ser artista, en este Cuaderno de Viaje encontrarás diversos ejercicios que trabajan con los miedos y bloqueos. Revisa la Práctica Integral de Vida y plantéate comprometerte con algunos (idealmente todos) de los ejercicios que están descritos.



2

ANALIZAR UNA OBRA DE ARTE
A TRAVÉS DE LOS 4 CUADRANTES Y EL PLURALISMO
METODOLÓGICO INTEGRAL

En la página 75 de este Cuaderno revisamos las 8 zonas o teorías de estudio que propone el Pluralismo Metodológico Integral para interpretar una obra de arte:	
Teorías de estudio	Aspecto
Fenomenología (1) Estructuralismo (2)	Subjetivo
Hermenéutica (3) Etnomusicología (4) (Musicología)	Intersubjetivo
Autopoiesis ¹ (5) (Autocreación) Formalismo (6)	Objetivo
Autopoiesis Social (7) Teoría de Sistemas (8)	Interobjetivo



Aspecto Subjetivo (1 y 2)

El aspecto de la experiencia directa del artista o audiencia con el arte y se sitúa en lo Interior-Individual. Teorías que lo estudian: Fenomenología y Estructuralismo.

Aspecto Intersubjetivo (3 y 4)

El aspecto de la interacción entre el arte y la audiencia se sitúa en lo Interior-Cultural. Teorías que lo estudian: Hermenéutica (arte y la ciencia de la interpretación), Antropología Cultural y, en el caso de la música, la Etnomusicología, que nos habla de elementos que surgen desde la intersubjetividad del proceso (la subjetividad del artista y la subjetividad de las audiencias).

Aspecto Objetivo (5 y 6)

El aspecto de la estructura real de la obra de arte, que se sitúa en lo Exterior-Individual. Se refiere a sus relaciones formales, duración, estilo, tonalidad (en caso que la tenga), entre otros muchos aspectos constitutivos, es decir su forma exterior objetiva. Teoría que lo estudia: Formalismo y Autopoiesis (autocreación).

Aspecto Interobjetivo (7 y 8)

El aspecto de la organización social, política, económica y legal que contiene el proceso artístico junto a las redes y ecosistemas, es decir la forma Exterior-Social. Es el análisis que considera la manera en la que el artista y la obra impactan y son impactados por los diferentes sistemas. Teoría que lo estudia: Autopoiesis Social y Teoría de Sistemas.

¹Autopoiesis: concepto formulado por el biólogo chileno Humberto Maturana y que hoy se aplica en diversos ámbitos de investigación. Un sistema vivo, según Maturana, se caracteriza por la capacidad de producir y reproducir por sí mismo los elementos que lo constituyen, y así define su propia unidad: cada célula es el producto de un retículo de operaciones internas al sistema del cual ella misma es un elemento, y no de una acción externa.

3

EL RIDER TÉCNICO DE UNA PRESENTACIÓN
EN VIVO

El **Rider Técnico** o ficha técnica es el documento que garantiza a todo artista las condiciones óptimas para hacer su presentación.

Es la garantía para quien te contrata y para el público de que el evento por el cual pagaron cumplirá en lo técnico con sus expectativas. También te entrega como artista la tranquilidad que tu presentación se realizará en condiciones adecuadas y podrás enfocarte en lo importante que es tu actuación en vivo.

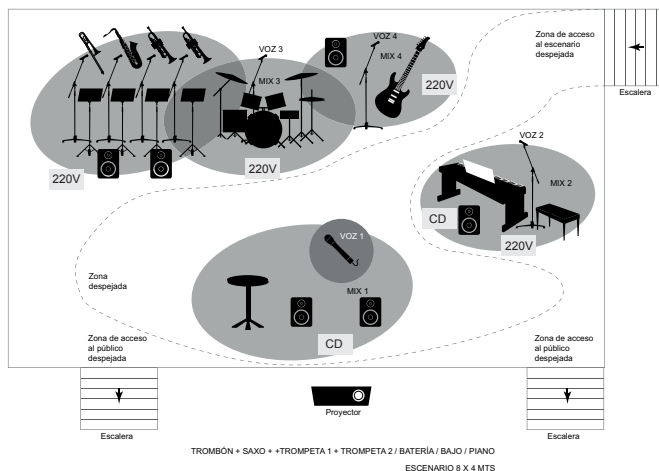
El Rider Técnico permite el uso de un lenguaje común por parte del equipo técnico de producción del concierto o presentación, con el fin que la planificación, el montaje y los diferentes procesos inherentes a una puesta en escena se optimicen y ejecuten de acuerdo a un plan de producción.

También permite a los productores y personas que te contratan planificar en base a los costos de producción de tu puesta en escena.

Un Rider Técnico contiene:

- Cantidad de personas que forman el equipo: artistas, músicos, actores, bailarines, equipo técnico (sonidistas, iluminadores, roadies, tramoyas, etc.) y equipo de producción (manager, stage manager, asistentes).
- Escenario: tamaño mínimo requerido (alto, ancho y profundidad. También con respecto a la altura), tipo de cobertura de suelo (si hay coreografías no es indicado el cubrepiso), color de tarima y fondo (generalmente negro), escaleras y accesos al escenario, distancia mínima a la que debe estar el público, ubicación de los sistemas de sonido para sala en relación al escenario.

- Energía: en caso que se necesiten grupos electrógenos específicos como back up.
- Refuerzo sonoro: tipo y características del sistema de sonido general del evento. Ubicación de la consola de sonido en relación al escenario. Considera que en caso que la presentación se realice al aire libre se necesita protección adecuada para el escenario y mesas de sonido e iluminación.
- Monitoreo: sistema de monitores o retornos en escena –si los hay o si se usará sistema In-ear (con cápsula en el oído)–, amplificadores requeridos para instrumentos, puntos de toma de energía (enchufes).
- Lista de canales y cómo serán amplificados: se hace una lista con todos los instrumentos, micrófonos y cajas directas que debe haber en escenario.
- Layout: o stage plot o planta de escenario. Diagrama que muestra la distribución en escena de todos los elementos que se utilizarán.



LAYOUT TIPO EN PLANTA



LAYOUT TIPO ELEVACIÓN

- h) Iluminación: detallar número de focos u otra iluminación requerida (seguidores, luces led, robotizados, etc.), tipo de filtros de color o gelatinas, dimmer necesarios, parrillas (truss) donde irán dispuestas las luces y su relación con respecto al escenario.
- i) Backline: hay muchos casos en donde la presentación en vivo se realizará junto a otras bandas o compañías, o se hará en lugares donde no es posible que cada músico lleve sus propios instrumentos o amplificadores. En estos casos se confecciona un backline, donde se especifica marca, modelo, tipo de instrumentos y todos los elementos técnicos en escena que no serán provistos por ti, incluidos insumos pequeños como pilas o lámparas para atriles de partituras.
- j) Camarín: destinado a músicos, compañía y equipo de producción. Debe tener el tamaño necesario para que quepan todos, contar con mesas, sillas, percheros, espejos, buenas luces para maquillaje, conexiones eléctricas y baños equipados. Debe tener llave o contar con vigilancia.
- k) Catering: comidas y bebidas para el equipo. No olvides pedir muchas aguas minerales en formato individual (para cantantes: sin gas y a temperatura ambiente).

- l) Montaje: especificar cuánto tiempo dura el montaje (a veces hay que hacerlo el día anterior), la prueba de sonido, la presentación en vivo y el desmontaje (hay muchos lugares donde se debe desmontar cuando finaliza el evento).
- m) Diferenciar valores en Santiago: cuando esta presentación deba itinerar por regiones o fuera del área Metropolitana (San Bernardo o Lampa, por ejemplo), debes considerar los costos de traslados, viáticos y alojamiento para todo el equipo.
- n) Datos de contacto: del manager, productor técnico u otras personas que deben estar en contacto con quien te contrata. Debe incluir celular, teléfonos de red fija y mails.
- o) Web y redes sociales tuyas: pueden ir en la portada del Rider o repetidas como pie de páginas en cada hoja.

4

PRESENTACIÓN ESCÉNICA

Ya sea como músico, compositor, intérprete, cantante, actor o bailarín, es altamente probable que gran parte de tu carrera se desarrolle en un escenario.

Una vez que has creado una propuesta en todos sus aspectos artísticos, técnicos, de difusión y marketing (ya sea que veas personalmente cada uno de estos temas o que formes parte de un equipo), vendrá el momento definitivo de interpretar en escena. Alcanzar un buen nivel artístico no solo depende de las dimensiones mencionadas sino también hay que incluir un detalle muy importante: tu presentación escénica, la cual abarca al menos estos aspectos:

- Vestuario
- Dominio escénico

Cualquiera sea tu estilo, la presentación escénica es una dimensión que debes tener en cuenta.



5

CÓMO FUNCIONA EL MEDIO ARTÍSTICO

1

PARA POSTULAR A UNA AUDICIÓN

Cada currículum debe ir acompañado de una gran foto de rostro (blanco y negro o a color) y otra de cuerpo entero, como mínimo.

The diagram illustrates the layout of a resume and photo. The resume is a rectangular box with the following fields:

- Nombre:
- Edad:
- Nombre de artista (si tienes):
- Nombre de tu representante o manager (si tienes) y sus teléfonos:
- TELÉFONOS DE CONTACTO:
- Email:
- Web:
- Redes sociales:

A large photo is placed to the right of the resume, labeled "FOTO".

No hay duda que audicionar es todo un arte. Pero es un arte a tu alcance. La preparación previa es esencial antes que pongas un pie en la sala de audiciones. Los performers o artistas que van a una audición íntegramente preparados son los que tienen la mayor probabilidad de obtener el papel o el puesto y además son los más “recordables”. Si no hay un “call back” (llamada posterior o de pre-selección) para esa audición, probablemente sí la haya para otra ocasión. Nunca subestimes el impacto de la primera impresión que dejas ante la comisión una vez que caminas fuera de la sala de audiciones.

Aunque parezca obvio, es fundamental que sepas por qué y para quiénes estás audicionando. Busca una descripción de la obra, del rol o la función que debes desempeñar, de qué estilo es. Debes estar preparado para encontrarte con un director musical que querrá que cantes o toques en un estilo en particular, o un coreógrafo que se va a fijar en ciertas competencias específicas.

Siempre llega temprano. Aprovecha de hacer precalentamiento. Una vez que te llamen a la sala, enfócate a lo que viniste: ¡es el momento de demostrarles lo que sabes! Trata de ser natural y estar relajado (sabemos que es difícil, pero trata). Es incómodo, pero debes asumir que estarás siendo observado todo el tiempo. Una audición es una instancia para que un productor o director te conozca, sepa cómo trabajas y atisbe aspectos de tu personalidad. El mundo del espectáculo, las artes y la cultura es un medio muy reducido en este país, así es que cada instancia como ésta es una oportunidad para hacer buenos contactos, ya sea en ese momento o más adelante. Estás construyendo tu carrera.

Sé consciente de las cosas que te pueden jugar en contra: aunque conozcas a quienes te están audicionando, nunca trates de entablar conversación con ellos, es mal visto. El vestuario que lleves debe demostrar que has comprendido previamente los requisitos del trabajo, pero no cometas el error de caracterizarte en demasía. Vístete como tú

Nombre:	Teléfonos de contacto:		
Edad:	Email:		
Nombre artístico (si tienes):	Web:		
Nombre de tu representante o manager (si tienes) y sus teléfonos:	Redes sociales:		
EXPERIENCIA			
TEATRO:	Nombre de la obra	N° de funciones	Lugar donde se mostró
Año			
CINE:	Nombre de la obra	N° de funciones o cantidad de espectadores	
Año			
TELEVISIÓN:	Nombre de la obra	N° de apariciones	
Año			
MÚSICA:	Nombre de la obra	N° de funciones	Lugar donde se mostró
Año			
ESTUDIOS		OTROS CONOCIMIENTOS	
<ul style="list-style-type: none"> - Carreras cursadas y en curso - Título profesional - Grado Académico (licenciado, máster, doctorado) - Diplomados, talleres o cursos de especialización - Profesores o maestros relevantes - Certificaciones en softwares - Certificaciones en idiomas 		<ul style="list-style-type: none"> - Idiomas (manejo general) - Conocimiento de tecnología - Viajes - Pasatiempos relacionados con el arte (confección de vestuario, lutería, experiencia en iluminación, escenografía, maquillaje, etc.) 	
PREMIOS, RECONOCIMIENTOS O FONDOS CONCURSABLES GANADOS		AUSPICIADORES, ENDORSMENTS	



mismo. Estás postulando a un trabajo, postulando a una instancia en donde te pagarán por lo que sabes hacer. Triunfarás en una audición si logras impresionar positivamente a la comisión.

2 IDENTIFICANDO CLIENTES POTENCIALES

- 1 INSTITUCIONES
(municipalidades, corporaciones culturales, instituciones de educación).

Manejan presupuestos variables que generalmente se planifican año a año.

Son entidades preocupadas en promover la cultura a través de eventos ligados a la música y las artes escénicas. Muchas instituciones suelen ser receptivas a nuevas propuestas que les permitan mantener una nutrida cartelera artística. Dato: por procedimientos administrativos, las aprobaciones de los proyectos suelen demorarse y los sistemas de pago pueden ser a 60 días o más.

- 2 PRODUCTORAS
(de eventos, de conciertos, de teatro, de TV, de publicidad).

Son las más apetecidas por los artistas, porque constituyen una fuente de trabajo constante todo el año. Las productoras serán muy exigentes en cuanto a tu calidad ejecutiva, artística y profesional.

El mundo de los eventos está prácticamente controlado por las productoras. Solo en Santiago debe haber cerca de 400 agencias de este tipo, de las cuales menos de un 10% está vinculada a los llamados "grandes clientes".

Para las productoras, mientras más talentos y destrezas comprobables tengas, serás mejor evaluado: si tocas un instrumento, cantas, bailas, actúas, autogestionas, sabes de sonido, escenografía, hablas idiomas, manejas tecnología, etc., son ventajas comparativas que una productora tendrá en cuenta sobre tu trabajo. No dejes de mencionarlas cuando te presentes ante ellas. Dato: las formas de pago son variables: hay productoras que pagan al término del evento y otras que pagan a 30 o más días. Te recomendamos googlear la empresa con anterioridad y pedir recomendaciones de otros artistas o colegas.

- 3 EMPRESAS PRIVADAS
(marcas, compañías, hoteles, casinos de juego, malls, salas de teatro, clubes y bares).

En este rubro se encuentra la mayor variedad de clientes: desde pequeñas empresas a grandes cadenas y toda la gama que se mueve en el mundo de la entretención y el espectáculo: salas con espectáculos en vivo, teatros, casinos de juego, hoteles internacionales, bares, entre otras.

Con las empresas en general, si quieres familiarizarte con quienes invierten en arte y cultura, lee el diario con regularidad y revisa las páginas sociales. Podrás ir confeccionando tu propia base de datos (ver punto 4. Bases de contactos).

Las empresas que trabajan en entretención mantienen una cartelera artística dinámica mes a mes y siempre necesitan datos de buenos profesionales. Manejan distintos tratos en cuanto a forma de trabajo y pagos: los casinos de juego pagan por evento y no manejan presupuestos cuantiosos, solo para los artistas que son reconocidos en el medio o de larga trayectoria. Los malls ofrecen trabajo estable todo el año aunque pagan poco. Los hoteles son siempre una buena pantalla para los músicos y cantantes, además que te darán estabilidad por un tiempo definido, ya que los hoteles buscan ir renovando su oferta al menos dos veces por año. Lo bueno es que cada vez hay más hoteles y por ende la oferta se amplía para ti.



Los clubes y bares con música en vivo suelen pagar a borderó (un porcentaje de las entradas es para ti, luego de descontar el 19% de iva y el 5% de la SCD). Los porcentajes que recibirás por venta de entradas van desde un 50% hasta un 70% en los mejores casos. Todo es negociable.

Los bares o clubes pequeños son también una alternativa para todo principiante. Trata de relacionarte con bares que tengan experiencia y cultura en la relación con artistas. Los buenos bares donde presentarse están plenamente identificados en la comunidad musical en que te mueves, así que pide referencias.

En cuanto a los teatros, tan solo en Santiago existe una gran cantidad de salas con capacidades desde 50 a 1.000 asientos. También trabajan a borderó o a veces cobran un mínimo. Todas las salas de teatro operan sistemas diferentes con los cuales te irás familiarizando.

4 COMPAÑÍAS DE TEATRO, BANDAS, ORQUESTAS

Es la instancia en que te encuentras con tus pares. Es muy gratificante trabajar en estos entornos, porque es el escenario donde puedes expresar toda tu propuesta artística, mejorar tu práctica, oficio y profesionalismo.

El trabajar en equipo con otros artistas no tiene un modelo operativo específico. Cada compañía, banda y orquesta maneja sus propias reglas de funcionamiento en cuanto a ensayos, management (cómo obtienen proyectos y se relacionan con clientes) y división de los ingresos.

5 PARTICULARES (cualquier persona)

Te pueden contratar para un matrimonio o un evento pequeño que es lo usual. Los clientes particulares tienen la desventaja que no te darán continuidad de trabajo (te llamarán una sola vez para algo puntual) pero te pueden ayudar mucho en tu camino artístico porque, si tu propuesta les gusta, comenzarán la publicidad “boca a boca”, a recomendarte entre sus amigos e incluso en las mismas empresas donde ellos trabajan.

3 CÓMO DARTE A CONOCER

Uno de los pasos más complejos para un artista que comienza su carrera es justamente tomar el rol de artista:

- | | |
|---|------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"> - creador - autogestor - manager - productor - músico, cantante o actor | } Todo esto hace un artista. |
|---|------------------------------|

Después de todo, si tú no tomas en serio tu trabajo nadie lo hará por ti.

Algunas ideas:

- Tarjeta de presentación: el mail de contacto debe ser profesional: si estás hablando con una productora que espera que seas un músico/cantante/actor/compositor responsable, puntual, ejecutivo, por mencionar solo algunos atributos, no puedes presentarte con un mail que sea supertalibandelrock@gmail.com.

Si no quieres gastar papel porque estás comprometido con la ecología, hazte un sitio web, contacto o hashtag en redes sociales que sea simple, corto y de fácil recordación.



- Sitio web: en nic.cl (los que validan tu marca en la web) cuesta menos de \$22.000 mantener un sitio por dos años. Y el hosting (el servicio que aloja tu sitio en la web) hoy en día es muy barato: puedes encontrar excelentes planes de host por menos de \$15.000 anuales.
- Redacta una breve biografía y reseña de tu trabajo. Breve: no más de tres o cuatro líneas. No uses las palabras “espero que”, “debería” o “probablemente” en esta declaración. Sé concreto.
- Presencia en redes sociales como Facebook, Youtube, Soundcloud e Instagram por nombrar las básicas para un artista conectado. Recuerda ir actualizando contenidos periódicamente.
- Si tienes videos en HD (alta calidad) y audios de buen nivel, mantén siempre un stock de DVD's o CD's con toda la info a mano.
- Si es necesario, trabaja durante un tiempo como asistente de otro artista que ya tenga una carrera formada: este paso te ayudará increíblemente en tu propio proyecto.
- ¡Crea tu propio proyecto! Estás en el entorno más propicio para encontrar a gran parte del equipo que te puede apoyar en tu camino artístico: una enorme red de contactos de compañeros, profesores y amigos. No desaproveches la oportunidad.
- Optimiza tus redes de contacto: asiste a eventos, charlas, exposiciones y conciertos. Así te empiezas a dar a conocer y a establecer redes. El medio artístico nacional es pequeño.

4 CÓMO CREAR TU PRIMERA BASE DE CONTACTOS

1. Lee diarios, en especial las páginas sociales y los cuerpos de negocios: ahí descubrirás con nombre y apellido gran parte de tus potenciales clientes.
2. Busca en internet por marca, empresa o institución. Muchas de ellas publican su organigrama y mails de contacto.

3. De cada evento, concierto o exposición que asistas, conserva el programa o folleto con la información del mismo: ahí siempre aparecen las marcas que auspician y las productoras que están detrás del evento.
4. Comparte bases de datos de contacto con tus compañeros y colegas: en este medio, los artistas suelen ser bastante generosos y existe mucho compañerismo.
5. Si tienes la suerte que te llegue un mail masivo de alguna institución o persona ligada al medio artístico y no venga CCO (con copia oculta de la lista de correos), guarda una copia. Es probable que en esa lista de correos aparezcan algunos muy útiles para ti.

Esta parte del trabajo requiere de mucha perseverancia: puede que te den ganas de desistir el primer día, pero pasar por este proceso es una etapa inevitable para todo artista independiente que está creando su primera base de datos de contactos. El tiempo que destines a esta gestión te será de enorme utilidad para tu desarrollo profesional.

5 PRIMER CONTACTO CON UN CLIENTE

Cuando un potencial cliente te contacta, esto tiene al menos dos razones: para registrar tus datos (ellos también deben actualizar constantemente su propia base de datos) o te han llamado para solicitar un presupuesto.

Estos contactos iniciales suelen ser por mail o teléfono. Muy pocas veces te llamarán a una reunión. Por supuesto, tú puedes proponerla –siempre una reunión es una instancia que aporta seriedad al trabajo, si tienes previamente resueltos algunos de los puntos señalados en el 3– pero no insistas en concretar una reunión si no están las condiciones apropiadas (tiempo del cliente o tuyo, lugar, urgencia, objetivo claro, etc.).



Responde al mail o la llamada con toda la información que el cliente te solicite. Si vas a requerir un plazo para enviar un presupuesto idealmente este no debe pasar del día siguiente: es muy probable que quién te está contactando lo esté haciendo al mismo tiempo con otros músicos o actores, por ende el factor tiempo pesa. Además, habla bien de tu capacidad ejecutiva ante el cliente el que te comprometas a enviar un presupuesto en un plazo definido y rápido.

Es posible que el potencial cliente te informe en qué plazo tomará una decisión, pero es muy común que esto quede abierto. Ya sea por sí o por no, es recomendable que una semana después de haber enviado tu presupuesto escribas un mail a quien te contactó para saber qué decisión tomaron. Si han optado por otra persona, no te desanimes que ya será tu turno.

6

CÓMO COBRAR

a) **ANOTA TODOS LOS GASTOS EN QUE INCURRIRÁS PARA EL EVENTO**

- Comida, transporte (incluyendo ensayos y el día del evento), músicos o elenco acompañante, catering (comidas que se sirven durante el evento para ti y el equipo), arriendo de equipos.
- Inversión (si debes comprar vestuario técnico o de show, hacer una pista, bajar una partitura).

Tomemos un ejemplo de \$ 50.000 de total en gastos.

b) **DEFINE CUÁNTO ES LO QUE ESPERAS GANAR**

Para definirlo tienes varias alternativas, todas las cuales dependen de tu criterio e intuición, ya que deberás evaluar la magnitud o tamaño del evento, tu nivel artístico e incluso tus propias necesidades económicas:

- Puedes duplicar esta cifra, es decir, “yo debo ganar el doble de mis gastos” por ejemplo \$100.000.

- Puedes asignar un valor basado en algún gasto o necesidad que tengas: por ejemplo “necesito \$100.000 para la cuota del Ipad, para pagar el arriendo de mi sala de ensayo”, etc., lo que te da como valor a cobrar \$150.000.
- O puedes llegar a definir un valor en base a lo que estimes apropiado.
- También evalúa al cliente. Googlea, investiga a qué rubro pertenece, de qué tamaño es la empresa, si hace eventos constantemente, ¿conoces a alguien que te pueda dar referencias? Todo esto te ayudará a tomar una mejor decisión en cuánto cobrar.

TOTAL PRESUPUESTO = VALOR a) + VALOR b).

Cuando se trate de presupuestos por proyectos a largo plazo (una gira, una temporada en un teatro o en un hotel por ejemplo) te recomendamos que dividas el monto de gastos de inversión (paso a) por la cantidad de meses que durará el proyecto. Esto te arrojará un valor más real y proporcional de lo que puedes cobrar.

Al hacer un presupuesto no olvides:

- pagar a todos los que trabajan contigo el valor que merecen y en un plazo apropiado,
- pagarte a ti mismo el valor que mereces,
- darte tiempo para apoyar a otros en sus propios proyectos,
- comprender el valor de tu arte,
- pensar siempre en hacer feliz a tu cliente y satisfacer sus expectativas.

7

LOS SÍ Y LOS NO RECOMENDADOS

No te recomendamos aceptar:

- Tratos con clientes en donde el pago sea en viáticos de comidas o bebidas. Esto sienta un mal precedente para el resto de tus colegas artistas y además alimenta una mala práctica laboral.



Sí te recomendamos aceptar:

- Canjes: entrevistas en un medio de alto alcance, canje en vestuario ya sea de show o técnico, instrumentos, equipamiento y tecnología. Son algunos ejemplos de canjes que sí aportan a tu trabajo artístico y a la vez te abren posibilidades de contacto con potenciales clientes: también puede ser que el canje sea ahora, pero condicionado a un evento pagado a futuro.
- Negociar pagos de honorarios que sean un poco más bajos de lo que tenías presupuestado si es que por el contrario te aportan estabilidad laboral y visibilidad artística (por ejemplo, casinos de juego y hoteles, que no manejan presupuestos holgados pero sí son una excelente vitrina).

8

SERVICIOS EXTERNOS QUE PODRÁS NECESITAR

SESIÓN DE FOTOS:

Una sesión de fotos dura a lo mínimo 2 horas, con cambios de vestuario. tú debes llevar vestuario, maquillaje y caracterización. Si necesitas locación (tomar fotos en algún exterior: calle, barrio, escenario) las horas se duplican y los costos también.

Negocia previamente con el fotógrafo si necesitarás:

- Retoque digital (suele ser necesario).
- Si quieres también las fotos en versión blanco y negro o con algún filtro.
- Si es necesario repetir la sesión en caso que el resultado final no te satisfaga.
- Definir los derechos de uso de tus imágenes (para que impidas que sean publicadas o utilizadas por otras personas sin tu autorización).
- La obligatoriedad del pie de foto, algo que un fotógrafo con experiencia te va a pedir: su nombre a un costado de la foto, en letra pequeña, cada vez que esta se publique en cualquier medio.

REGISTRO EN VIDEO HD (ALTA CALIDAD) DE UNA PRESENTACIÓN O CONCIERTO

Una buena grabación debería considerar al menos 3 cámaras (dos fijas y una móvil, por ejemplo), post producción incluida.

La post producción se refiere a la edición de cada video:

- Poner pistas de audio sobre el video (asegúrate de haber registrado el audio desde la mesa de sonido, ver más abajo).
- Hacer trailer o teaser: un breve video que resuma los mejores segundos de todo el registro.
- Hacer autoría de DVD: ver el registro del concierto en formato DVD, dividido en capítulos, con opción de visualizar el concierto completo, y con extras como ficha artística, técnica, trailers.

Define previamente sobre el video:

- Tiempo de post producción ideal no más de 3 semanas post registro.
- Número de copias de DVD master que te entregarán (desde donde harás tus propias copias).
- Si te entregan videos individuales, que vengan en varios formatos y pesos: no puedes subir a Youtube un clip de 2 GB. Si vas a postular a un Fondart, ellos también te piden un formato específico para video.

REGISTRO EN AUDIO DEL CONCIERTO O PRESENTACIÓN:

Debes contratar a un sonidista o persona con experiencia en el tema, que se haga cargo de poner un micrófono en cada instrumento, voz o espacio donde haya sonido a registrar, y que cada una de estas líneas llegue de forma independiente a la mesa de sonido. El sonidista capturará un conjunto de pistas individuales que él deberá mezclar y/o masterizar. Post evento, tú puedes estar presente en el momento de la mezcla y pedir, por ejemplo, que se eliminen ruidos, se ajusten afinaciones o se agreguen efectos de sonido.



Define previamente sobre el audio:

- Si vas a necesitar o no sonido ambiente (público, aplausos): puede ocurrir que ensucien el registro. Si quieres mantener el control del volumen o nivel del sonido ambiente, debes aclararlo con el sonidista.
- El día del evento el sonidista va a registrar las pistas en un computador. Asegúrate que tenga un back up o computador de respaldo ya que el programa que está utilizando puede caerse.
- Siempre deja en claro que necesitas las pistas masterizadas: no pistas individuales donde suene el piano, la voz y los aplausos de forma separada. A no ser que tengas experiencia en post producción digital y hagas tú mismo la mezcla.

9

A TENER EN CUENTA: ASPECTOS LEGALES Y ADMINISTRATIVOS

¿CÓMO EMITIR BOLETAS DE HONORARIOS ELECTRÓNICAS?

Cuando empieces a trabajar, tus clientes te van a pedir que les emitas una boleta de honorarios. Para esto debes ingresar en www.sii.cl, la plataforma online del Servicio de Impuestos Internos e ingresa en la parte **Registro de Contribuyentes / Inicio de Actividades**. Ten a mano el nombre completo y rut de tus padres, ya que tendrás que ingresar uno de ellos. Con esta clave podrás realizar el inicio de actividades que te permitirá emitir boletas de honorarios de forma electrónica. Este trámite es gratis.

Las boletas de honorarios retienen un impuesto que es del 10%, a diferencia de los productos y demás servicios que gravan iva, el cual es del 19%.

Recuerda siempre aclarar en tus presupuestos que tus honorarios son "más el 10%", de lo contrario te lo descontarán a ti. Ese 10% lo recibirás cuando te llegue la devolución de impuestos, entre mayo y junio.

Para calcular el 10% de una boleta:

Si cobras \$200.000, debes dividir por 0.9. Te dará \$222.222.

Para descontar el 10% de una boleta:

Si has cobrado \$200.000, debes multiplicar por 10%, luego presionar signo menos (-) y luego signo igual (=). Te dará \$180.000.

¿Sabías que a partir del año 2015, si emites boletas de honorarios debes pagar cotizaciones previsionales?

Infórmate de los beneficios de esta nueva medida en www.previsionsocial.gob.cl/cotizacion-honorarios

¿CÓMO ABRIR UNA CUENTA RUT?

Es una muy útil, y además gratis, tarjeta de débito del BancoEstado, donde te pueden depositar hasta \$2.000.000 mensuales y puedes girar hasta \$200.000 diarios desde cualquier cajero automático. También permite hacer transferencias por internet y sirve como Redcompra. Para obtenerla, debes ir con tu rut a cualquier sucursal de ServiEstado (no vayas al Banco Estado). Más info en www.bancoestado.cl.

Es, definitivamente, una tarjeta bancaria muy útil para quienes no tienen cuenta corriente y ya empiezan a manejar su propio dinero. Además, te pueden depositar la devolución de impuestos en ella.

¿DÓNDE PUEDO OBTENER MODELOS DE
CONTRATOS DE SERVICIOS PROFESIONALES?

Nunca está de más que exijas, sobretodo cuando se trata de sumas importantes, la firma de un contrato por ambas partes, aunque no esté legalizado (firmado ante un notario). Te aportará seriedad. Para acceder a diferentes modelos, dirígete al Departamento de Asuntos Estudiantiles, DAE.



SI COMPONGO O CREO UNA OBRA O UNA CANCIÓN, ¿CÓMO LA REGISTRO? LO MISMO SI GRABO UN TEMA, ¿DÓNDE LO INFORMO?

Si se trata de música, existe la Sociedad Chilena del Derecho de Autor (SCD) que se ubica muy cerca de Projazz. Como estudiante de música de una institución reconocida por el Estado tienes derecho a asociarte, siempre que tengas menos de 26 años. También si ya has grabado algún disco con fines comerciales, ya sea como solista o como acompañante. Para asociarte, copiamos textual la info publicada en **www.scd.cl**:

- Para incorporarte a la SCD debes acercarte personalmente a nuestras oficinas ubicadas en Condell 346, Providencia y completar los formularios de inscripción. Los formularios también pueden descargarse en los links dispuestos en esta página **www.scd.cl**.
El formulario debe entregarse en nuestras oficinas junto a una copia de la producción discográfica editada.
- Para inscribir obras musicales o canciones, se debe entregar en nuestras oficinas la línea melódica y la letra de la composición junto a la grabación y llenar el Boletín de Declaración de Obras.
- Este Boletín también está disponible para su descarga en esta página y puede ser enviado por correo electrónico a **dirsocios@scd.cl**, junto a la línea melódica y letra en formato digital (WORD). En caso de no poseer la línea melódica, pueden entregar la grabación en un CD o enviarla por correo en formato MP3 y SCD se encargará de hacerla.
- Solo pueden declarar obras los músicos que estén inscritos en SCD. Para la administración de derechos conexos (o de intérpretes), el intérprete o ejecutante debe informar a SCD de todas las grabaciones en las que ha participado, ya que su difusión le permitirá generar derechos.

Para registrar un libreto o texto, debes ir a **www.propiedadintelectual.cl**, sitio dependiente de la DIBAM (Dirección de Bibliotecas, Archivos y Museos). Hay formularios en línea. El costo de este trámite es muy bajo.

SÉ QUE EXISTE EL FONDART Y EL FONDO DE LA MÚSICA, ¿CÓMO PUEDO ACCEDER A ESOS FONDOS CONCURSABLES?

Primero, debes tener una buena idea que sea apta de materializarse en un proyecto que tenga un impacto –de preferencia medible– en la sociedad.

Se han escrito muchos libros, estudios y tesis sobre cómo postular de manera óptima a los fondos de cultura estatales. También existen asesores y especialistas. Y en 4^{to} año de carrera hay una asignatura llamada “Diseño, Gestión y Evaluación de Proyectos”, en la cual se aborda en profundidad la postulación a estos fondos.

Si de verdad quieres participar en este tipo de concursos, debemos anticiparte que la cantidad de trabajo y esfuerzo que implica puede llegar a desbordarte, si es que no estás acostumbrado a darle un carácter empírico a tus ideas. Pero profundizar en el desarrollo y formulación de proyectos es un área que todo artista debiera emprender alguna vez en la vida y qué mejor que ahora.

Lo primero que debes hacer, y con tiempo, es ingresar al sitio **www.consejodelacultura.cl**. Hazlo con antelación y no el 30 de mayo, cuando se abren las postulaciones de 2016.

En Projazz existen varios estudiantes, egresados, titulados y profesores que han ganado un fondo estatal. El mismo Instituto ha sido favorecido con ellos. Lo cual quiere decir que tienes muchas fuentes de información al momento en que decidas a participar. Siempre es recomendable asesorarte por alguien con experiencia previa en esta postulación.

¡Sinceramente esperamos que ganes y puedas concretar tus sueños!



¿QUÉ OTROS FONDOS CONCURSABLES O SISTEMAS DE FINANCIAMIENTO EXISTEN?

Hay muchas opciones. Acá te presentamos algunas de las más conocidas en el mundo de la cultura y las artes. Te invitamos a buscar en internet por “becas” o “fondos concursables”, las alternativas de postulación se renuevan año a año.

La información fue extraída textualmente desde cada enlace.

1. Ley de donaciones culturales

Es un mecanismo que estimula el apoyo privado de empresas o personas en el financiamiento de proyectos artísticos y culturales.

El Fisco aporta al financiamiento mediante un crédito equivalente –en casi la totalidad de los casos– a la mitad de la donación, lo que significa en la práctica una renuncia del Estado al cobro de esta parte del tributo.

El año 2013 se promulgó una importante reforma a esta ley, que multiplica el universo de donantes, amplía el número de beneficiarios, extiende los plazos de ejecución de los proyectos, permite la comercialización de los bienes que surjan de los proyectos y amplía la fiscalización para resguardar el buen uso de la ley.

www.donacionesculturales.gob.cl

2. Fondo nacional de desarrollo regional (FNDR)

Estos fondos buscan fortalecer la capacidad de gestión de los Gobiernos Regionales en materias de inversión pública regional.

A través de fondos FNDR año a año muchas compañías de teatro y proyectos musicales pueden itinerar sus propuestas en regiones.

www.subdere.gov.cl

3. Agencia chilena de cooperación internacional para el desarrollo (AGCID)

Difunde oportunidades de perfeccionamiento tanto para chilenos en el extranjero y oferta de becas para extranjeros en Chile.

Las becas AGCID priorizan algunas áreas temáticas como igualdad de género y derechos de las mujeres, innovación y uso de nuevas tecnologías para el desarrollo y fortalecimiento de capacidades y formación.

www.agci.cl/index.php/becas

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario
de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario
de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario
de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario
de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario
de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario
de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario
de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario
de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario
de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario
de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario
de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario
de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario
de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario
de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario
de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario
de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario
de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario
de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario
de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario
de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario
de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario
de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

REGISTRO DE HORAS DE PRÁCTICA

SEMANA _____

ASIGNATURA	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO	DOMINGO

Total diario
de horas

Total semanal _____

OBSERVACIONES

BIBLIOGRAFÍA

- Atavar, Michael: *How to be an artist* (Cómo ser un artista), 2012, Kiosk Publishing, Londres, Reino Unido
- Butler-Bowdon, Tom: *50 clásicos de la psicología*, 2007, Editorial Sirio, Málaga, España
- Cameron, Julia: *El camino del artista: un sendero espiritual hacia la creatividad*, 1996, Ediciones Troquel, Buenos Aires, Argentina*
- Deer, Joe; Dal Vera, Rocco: *Acting in musical theatre* (Actuar en teatro musical), 2008, Routledge Taylor y Francis Group, Nueva York, EE UU*
- Esbjörn-Hargens, Sean: *Integral theory in action* (La teoría integral en acción), 2010, Suny Press, Albany, EE UU
- Esbjörn-Hargens, Sean; Reams, Jonathan; Gunnlaugson, Olen (editores): *Integral education: new directions for higher learning* (Educación integral: nuevas direcciones para un aprendizaje superior), 2010, Suny Press, Albany, EE UU
- Fernández, Daniel; Reyes, Pablo: *La nueva élite: la transición evolutiva de la sociedad chilena*, 2014, Catalonia, Santiago, Chile
- Gardner, Howard: *Estructuras de la mente*, 2012, Fondo de Cultura Económica, México
- Gebser, Jean: *Origen y presente*, 1949, Ediciones Atalanta, Girona, España
- Kegan, Robert; Lahey Lisa Laskow: *How the way we talk can change the way we work* (Cómo la forma en que hablamos puede cambiar la forma en que trabajamos), 2001, Jossey-Bass, San Francisco, EE UU
- Kegan, Robert: *Desbordados: cómo afrontar las exigencias psicológicas de la vida actual*, 2003 edición en español, Editorial Desclée de Brouwer, Bilbao, España
- Laloux, Frederic: *Reinventing organizations. A Guide to Creating Organizations Inspired by the Next Stage of Human Consciousness* (Reinventando organizaciones. Una guía para crear organizaciones inspirada en el nuevo nivel de conciencia humana), 2014, Ed. Nelson Parker, Bruselas, Bélgica
- Maslow, Abraham: *La personalidad creadora*, 2008, Trillas, México

* Disponible en biblioteca

- McWaters, Debra: *Musical Theatre Training* (Entrenamiento en teatro musical), 2009, University Press of Florida, Gainesville, EE UU*
- Mípham, Sákyong: *Convertir la mente en nuestra aliada*, 2003, Editorial Desclée de Brouwer, Bilbao, España
- Novello, John: *The contemporary keyboardist* (El tecladista contemporáneo), "Disciplinas de Práctica", 1978, Ed. Source Productions, California, EE UU*
- Phillips, Shawn: *Strength for life*, 2008, Ballantine books, Nueva York, EE UU
- Roberts, Howard: *Aprendiendo música*, 1982, Musicians Institute Publications INC., Hollywood, EE UU
- Wilber, Ken: *Boomeritis. Un camino hacia la liberación*, edición en español 2004, Ed. Kaidós, Barcelona, España
- _____ : *Diario*, 1999, Ed. Kaidós, Barcelona, España
- _____ : *Espiritualidad Integral*, 2006, Ed. Kaidós, Barcelona, España*
- _____ : *La visión integral*, 1era edición en español 2008, Ed. Kaidós, Barcelona, España
- _____ : Programa de entrenamiento online "Superhuman Operating System" (Sistema operativo Superhumano), www.superhumanos.net, entre noviembre 2014 y enero 2015
- _____ : *SuperHuman OS v. 1.0 workbook*, 2014, Sacred Media LLC
- _____ : *The Collected Works*, Volumen VI, 2000, Shambala publications Inc, EE UU
- _____ : *Una visión integral de la psicología*, 2000, Alamah, México*
- Wilber, Ken; Patten, Terry; Leonard, Adam y Morelli, Marco: *La Práctica Integral de Vida*, 1era edición en español 2010, Ed. Kairós, Barcelona, España*
- Zweig, Connie; Wolf, Steve: *Vivir con la sombra. Iluminando el lado oscuro del alma*, edición en español 1999, Editorial Kairós, Barcelona, España

* Disponible en biblioteca





El Arte es un sistema de alerta temprana distante en el que siempre se puede confiar para contar a la vieja cultura lo que está empezando a suceder

Marshall McLuhan