

sumario

48 TENDENCIAS
**Yoga Rave,
la paz electrónica.**



CORTESÍA YOGA RAVE

- 8 BAJO RELIEVE** Por Cristina Bajo.
- 10 HISTORIAS** Memorias de Tránsito Rumbini.
- 12 IDEAS** Cine, música, libros, arte y más...
- 18 PSICOLOGIA** Claves de la lactancia materna.
- 24 ENTREVISTA** Fernando Savater, filósofo español.
- » 30 NOTA DE TAPA** Fútbol, el sueño de llegar a Primera.
- 40 MUNDO** La vida fluye en Palestina.
- 64 COCINA** Postres con gelatina, por Choly Berrettega.
- 72 HUMOR** Por Chanti.

Autos
Chevrolet Onix
Compacto y
completo

Lo nuevo de la firma estadounidense viene con los últimos chiches tecnológicos.
Pág. 58



rumbos es una publicación propiedad de Comercializadora de Medios del Interior SA

www.revistarumbos.com

DIRECTOR EDITORIAL

Carlos Sacchetto
carlos.sacchetto@revistarumbos.com

JEFE DE PRODUCCION

Ignacio Sanguinetti
isanguinetti@revistarumbos.com

EDITOR JEFE

Diego Marinelli
dmarinelli@revistarumbos.com

EDITORA

Ximena Pascutti
xpascutti@revistarumbos.com

DIRECTORA DE ARTE

Victoria Ximenes

DISEÑADORA

Verónica Torres

EDITOR DE FOTOGRAFIA

Federico López Claro

REDACTORES

Victor Laurencena
Aylén Iñigo

**REDACCION, ADMINISTRACION
Y PUBLICIDAD COMERCIALIZADORA DE
MEDIOS DEL INTERIOR SA (CMI SA)**

www.cmi-mediosregionales.com

Dr. Enrique Finochietto 728.

(C1143ABH), CABA.

República Argentina.

GERENTE COMERCIAL

Jorge Buisel Quintana
jbuisel@revistarumbos.com

JEFA DE PUBLICIDAD

Silvina Travani
stravani@revistarumbos.com

Tel.: (011) 4131-0314/ 0300

Fax: (011) 4131-0347

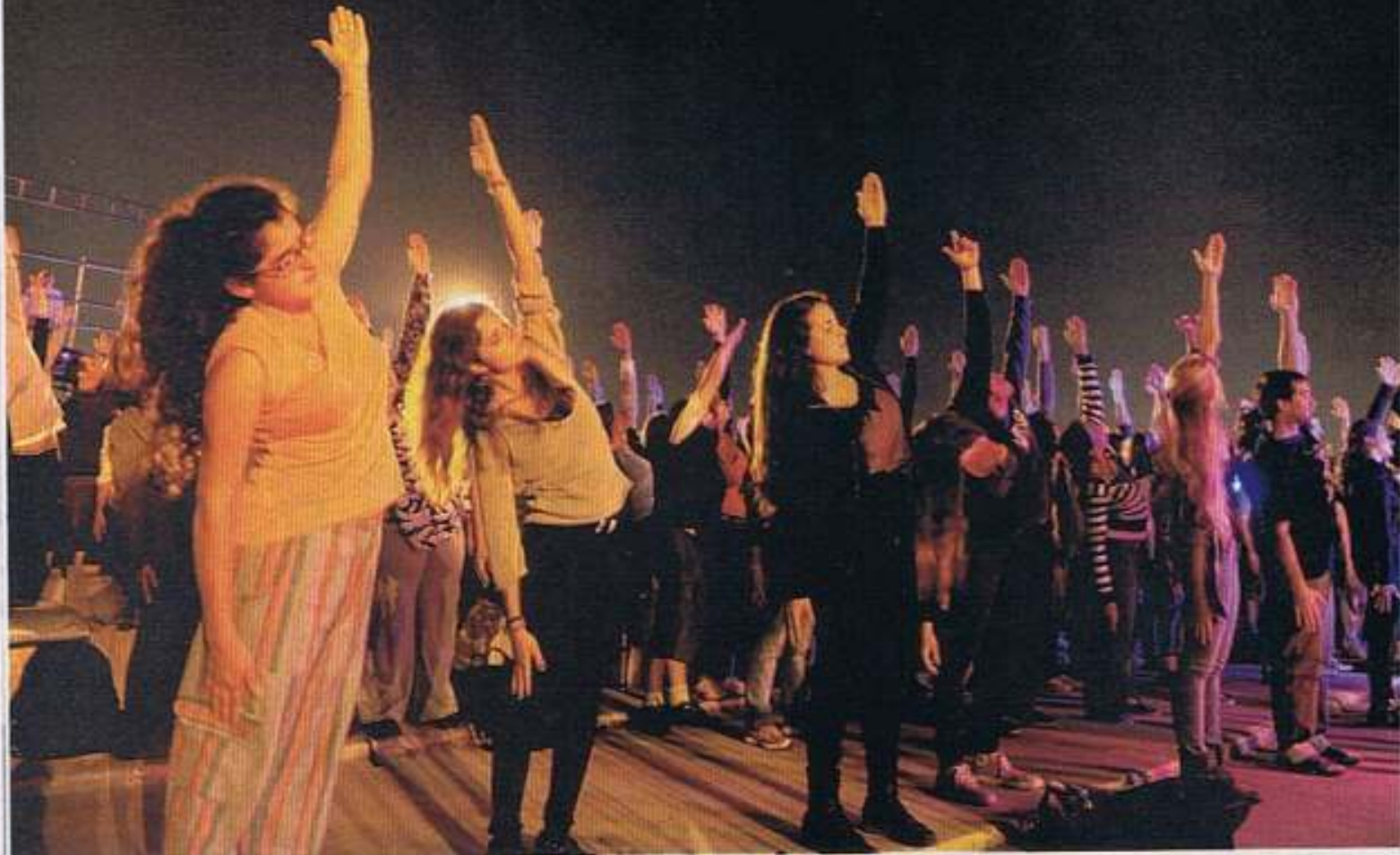
DIARIOS CON LOS QUE SALE RUMBOS

La Voz del Interior (Córdoba), Los Andes (Mendoza),
El Liberal (Santiago del Estero), El Diario de Paraná (Entre
Ríos), Diario Patagónico (Comodoro Rivadavia, Chubut),
Nuevo Diario (Salta), Jornada (Trelew, Chubut), La Opinión
(Trenque Lauquen, Buenos Aires), La Reforma (Gral. Pico,
La Pampa), El Comercial (Formosa), El Día (Gualeguaychú,
Entre Ríos), El Independiente (La Rioja), El Diario de la
República (San Luis), Diario Época (Corrientes), El Territorio
(Misiones), Diario de Cuyo (San Juan), Clarín (Rosario,
La Plata y Mar del Plata), La Voz del Pueblo (Tres Arroyos,
Buenos Aires), El Cordillerano (Bariloche, Río Negro).

Dirección Nacional de Derecho de Autor,
expediente N°365.797.

IMPRESION: Artes Gráficas Rioplatenses SA.

Corrales 1393 (1437), Ciudad Autónoma de Bs. As.



[sociedad]

Yoga Rave

La fiesta interior

Un nuevo invento argentino: fiestas que combinan yoga con música electrónica, buscando el equilibrio entre diversión y paz espiritual.

Texto **Ayelén Iñigo**
Fotos **Federico Lopez Claro**

Qué tiene en común una fiesta electrónica con el hinduismo? ¿Qué semejanzas pueden encontrarse entre el desenfreno de una *rave* y la calma de la meditación? Aunque suene un poco extraño, esto es lo que logra

unir Yoga Rave: una nueva modalidad de fiesta argentina sin alcohol ni drogas, donde la gente prefiere estimularse con meditación, tomar tragos con pasto y bailar al ritmo de buena música electrónica.

La primera Yoga Rave del año siempre es todo un acontecimiento, por eso sus organizadores decidieron realizar la apertura de 2013 junto al río, en un predio del partido de Vicente López. Es una noche

despejada y lo único que se escucha es el murmullo de la gente. No hay música ni gritos, sólo un escenario vacío y cientos de personas sentadas al aire libre. Las charlas se desarrollan sin sobresaltos, pero el murmullo disminuye poco a poco, hasta que todas las miradas se dirigen al centro del escenario. Ahora el lugar está ocupado por un hombre de unos 30 años vestido con ropa de bambula. El jo- >>>



Al natural: En la barra, el barman sirve tragos de wheatgrass (jugo de pasto de trigo), mientras la gente medita delante de la pista de baile.



»»» ven toma el micrófono y lo apoya contra su boca casi imperceptible debajo de su tupida barba, mezcla de Sri Sri Ravi Shankar y leñador de la Patagonia. Luego de una breve presentación, el hombre da comienzo a la fiesta.

—Escuchá todos los ruidos que hay alrededor tuyo y observá tus pensamientos —dice el anfitrión mientras mira al público—. Sentí el ritmo de tu respiración, fijate cómo el aire entra. Tu corazón late, *tun tún, tun tún*. Estás quieto. Ya podés ver que hay una fiesta adentro tuyo. Tomá una inhalación bien profunda y exalá. Abri los ojos. Empezá a mover el cuerpo. *Brrrr brrrr*. Más fuerte ¡Ahora mové al de al lado!

¡Ahora al de atrás! ¡Dale! ¡Ahhhhhhh! —el joven grita y se mueve efusivo arriba del escenario.

Abajo, la gente corre, se sacude, agarra por sorpresa al de al lado y le mueve los hombros. Las risas y los gritos no discriminan por género ni por edad: mujeres de más de sesenta años, adolescentes, familias enteras con bebés y cochecitos incluidos. En esta noche estrellada de Vicente López, lo único que importa es divertirse de manera sana. Porque esa es la premisa básica de Yoga Rave, un proyecto creado en 2009 por un grupo de amigos voluntarios de El Arte de Vivir, la ONG dedicada al manejo del estrés.

“La idea surgió entre amigos.

Al yoga y la meditación, la fiesta le suma música exclusiva, tragos elaborados con pasto de trigo y comida vegetariana.

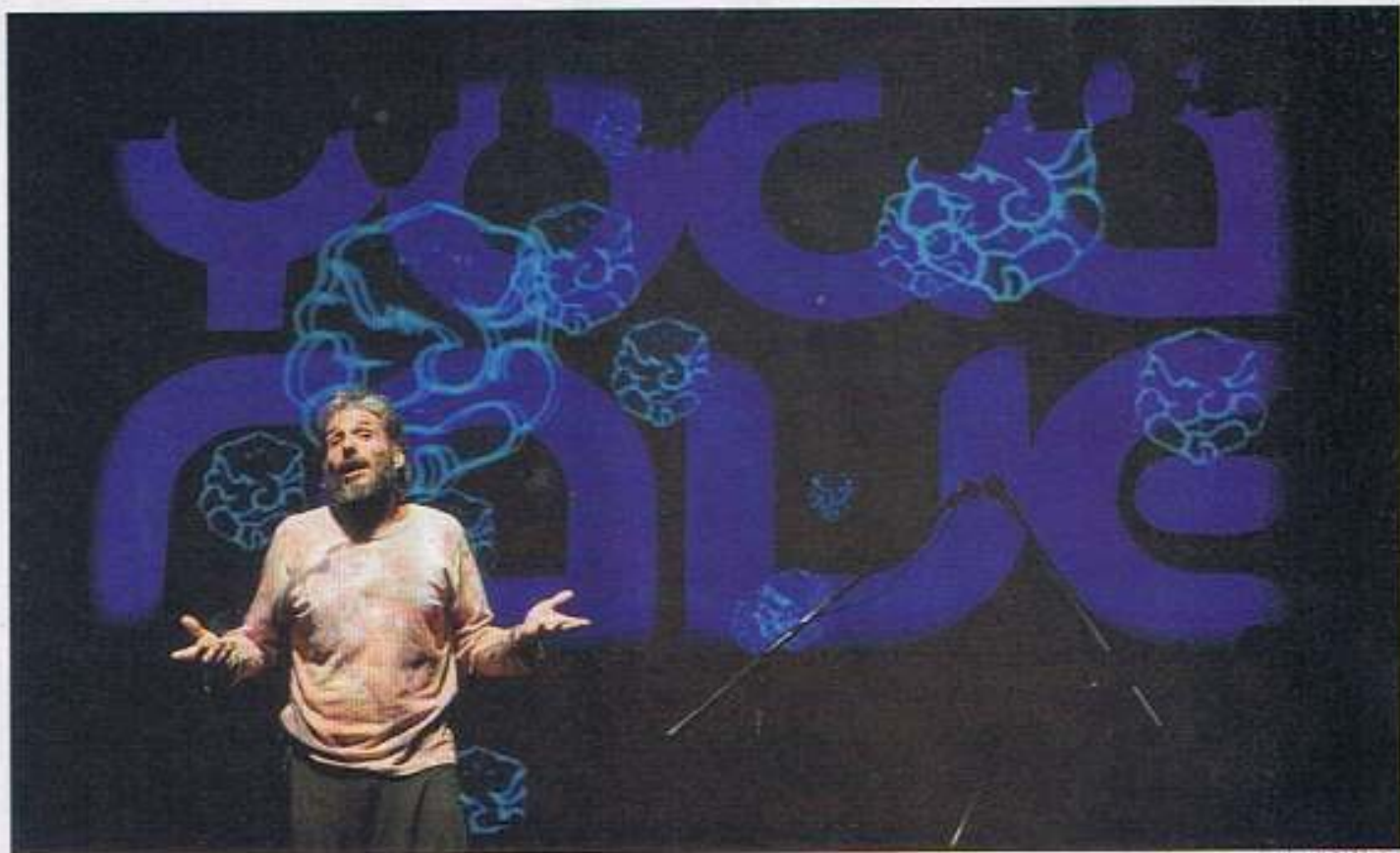
Eramos un grupo de quince donde ninguno fumaba ni tomaba alcohol, todos meditábamos y hacíamos yoga y en el ambiente de la noche no había nada que nos ofreciera esas posibilidades. Entonces pensamos en fundar un espacio alternativo”, explica Rodrigo Bustos, un músico de 30 años encargado de crear Yoga Rave junto a su amigo Nicolás Pucci.

La primera fiesta fue una especie de experimento: sólo un grupo reducido de personas que se juntaron en la casa de Bustos en la localidad bonaerense de San Isidro, para poder pasar una noche haciendo yoga, meditando y bailando. Luego comenzó a correrse la voz hasta el punto de que Yoga Rave se convirtió en un producto argentino *for export*. La experiencia de esta “fiesta sana” ya tuvo giras en Estados Unidos, Suecia, Dinamarca y Alemania. En el interior de nuestro país recorrió casi todas las provincias, y el 13 de mayo volverá a Córdoba con su edición 2013 (ver recuadro).

Rodrigo Bustos cree entender la clave del éxito: “Yoga Rave atrae mucho porque la gente estaba esperando esto. Muchas más personas de las que yo creía están buscando una alternativa de diversión. Es por eso que hay cada vez más personas conscientes física, espiritual y alimenticiamente”.

Al son de la paz

El joven que animaba a la gente desde arriba del escenario ya no habla más. Terminó los ejer- >>>>



PAUL G. BURELLO

Como un mantra: Desde el escenario se llama a disfrutar una fiesta sin alcohol ni drogas.

>>>> cicios de yoga y ahora está sentado sobre una manta mientras los altoparlantes reproducen las palabras grabadas de una mujer. La voz es suave, pausada y da las indicaciones para hacer una meditación guiada: *tu mandíbula se afloja, los músculos de tus labios se ablandan, tus manos descansan.*

Las personas que corrían por el pasto se sientan espaldas con espaldas, cierran los ojos, se relajan. Algunos -más escépticos- entrecierran los párpados o se tapan la boca para ahogar la risa; otros se dejan llevar por la tranquilidad de la meditación. Este ambiente calmo durará solo unos minutos y luego dará paso al punto máximo de la fiesta, al espíritu *rave* que envuelve a todo el evento. Se subirá al escenario la banda *So What Project*, un dúo formado por Rodrigo Bustos y Nicolás Pucci -los mismos creadores de la Yoga Rave- que hace música electrónica fusionada con mantras (sílabas en sánscrito que los budistas usan para invocar a un dios o eliminar las malas energías de la

mente). "Sabemos la fuerza que tienen los mantras, la acción purificadora y la energía que elevan. Entonces decidimos hacer música especial para la fiesta. Porque si bien la música convencional nos propone bailar, a nosotros nos faltaba encontrar algo más que nos uniera", cuenta Rodrigo Bustos.

De un momento a otro, la música

parece producir en la gente un efecto similar a las drogas. Todos saltan, bailan eufóricos, cantan los mantras al ritmo de sintetizadores. Muchos se toman descansos en la barra, donde pueden probar tragos hechos a base de pasto de trigo o degustar platos vegetarianos.

"Al principio, la idea me sonaba rara, pero en la *rave* ocurrió algo mágico. Una energía hermosa sobrevolaba la fiesta", dice Mercedes Zubiarrain, quien no se pierde ni una Yoga Rave en Buenos Aires.

Elan Gepner, un joven de Estados Unidos, devela con sus palabras el atractivo de esta nueva experiencia, a la que llegó por casualidad mientras vacationaba en Brasil: "Fui a las mejores fiestas de Nueva York y Europa y siempre elegiría ir a una Yoga Rave. Las fiestas tienen una mala energía, con la gente borracha. En Yoga Rave podés sentirte liberado sin necesidad de usar drogas. Todos sonrían, la música es increíble. Nunca me fui de una fiesta sintiéndome tan conectado y en paz con la gente". ●

YOGA CORDOBES

➔ Yoga Rave lleva cinco años ofreciendo una alternativa diferente de diversión y ya tuvo encuentros multitudinarios en provincias como Córdoba, Mendoza, Salta y Neuquén, entre muchas más. Este año -como parte del comienzo de la gira 2013- *So What Project* vuelve a llevar su *rave* a Córdoba. La fiesta será el lunes 13 de mayo en el marco de un encuentro multinacional que organiza la ONG Junior Achievement.