

Lea Kaufman

Lea Kaufman es experta en movimiento inteligente y consciente reconocida a nivel internacional. Tiene un profundo entendimiento de cómo funciona el cuerpo y de la relación mente-cuerpo – emociones - espíritu, y un estilo generoso y fresco de enseñanza.

Es la creadora de Alíneate y fundadora de [Movimiento Inteligente TV](#), bloguera en [The Huffington Post Voces](#) y colaboradora en diversos medios.

Es conocida por su manera inteligente, vanguardista y concreta de difundir y abordar la educación somática.

Desde niña la ha guiado la curiosidad y las ganas de aprender. Queriendo entender más el mundo que la rodeaba, estudió Ingeniería de Sistemas, egresando de la Universidad de la República del Uruguay, y teatro en la Escuela Municipal de Arte Dramático de Montevideo, Uruguay. Sin embargo, su mayor placer siempre fue moverse de manera espontánea y natural, practicando danza desde los 12 años hasta ahora.

En el método Feldenkrais encontró una mezcla única de ciencia, estética y movimiento, reuniendo todos sus intereses.

Como complemento y apoyo a su práctica somática, ha estudiado danza, Programación Neurolingüística y Biología Cultural con Humberto Maturana.

Se ha desarrollado como docente del método Feldenkrais desde 2004 (ATM), enseñando en media docena de países de Europa y Latinoamérica. Ha aparecido en decenas de medios de comunicación de diversos países. Es autora de varios artículos publicados en libros, revistas, periódicos y la red.

En 2009 funda [MovimientoInteligente.com](#), hoy [LeaKaufman.com](#), en “*donde tu cuerpo se mueve, tu cerebro prospera y tu ser se expresa*”, a lo que se dedica tiempo completo desde 2011. Allí incluye tecnología, **conocimiento de avanzada sobre el movimiento humano basado en el método Feldenkrais® y estética, logrando una comunicación constante con decenas de miles de usuarios de todo el mundo a través de programas online.**



Coordina la primera Formación Profesional el Método Feldenkrais de educación somática en Cali, Colombia.

Es miembro del Consejo Internacional de Danza de la UNESCO, de la Asociación Mexicana del Método Feldenkrais y miembro fundador de la Asociación Colombiana del Metodo Feldenkrais.

Su mayor interés es la relación entre el movimiento consciente, el aprendizaje orgánico y el desarrollo de la persona.

Sus áreas de experticia en la aplicación del método son diversas:

- Desarrollo humano
- Artes escénicas y educación artística
- Recursos humanos en empresas y organizaciones
- Coach somático
- Académicamente, participando en congresos e investigaciones multidisciplinares

Nació en Uruguay y actualmente reside en Colombia junto con su compañero de vida.

Educación Somática Profesional

Formadora Asistente Internacional del Método Feldenkrais Certificada por el Feldenkrais Guild of North America y reconocida por la International Feldenkrais Federation. (2011)

Maestra del Método Feldenkrais® certificada por el Feldenkrais Guild of North América, reconocida por la International Feldenkrais® Federation, miembro de la Asociación Mexicana del Método Feldenkrais®. (2006)

Curso los segmentos Básicos y Avanzados del Entrenamiento Profesional en Bones for Life applied Feldenkrais. (2009)

Educación Universitaria

Ingeniera en Sistemas egresada de la Facultad de Ingeniería de la UDELAR (Universidad de la República Oriental del Uruguay), Montevideo, Uruguay. (2001)

Actriz egresada de la Escuela Municipal de Arte Dramático Margarita Xirgu, Montevideo, Uruguay. (2001) Postgrado en actuación en la misma institución (2002)

Educación Paralela

Biología Cultural con Humberto Maturana, Chile

Programación Neurolingüística aplicada a la Educación en la Universidad de Colima, México

Experiencia como educadora somática

Desde el 2004 hasta la fecha mantiene la práctica privada del Método Feldenkrais®.

En el 2009 funda MovimientoInteligente.com, hoy LeaKaufman.com

En el 2011 funda Movimiento Inteligente TV

Ha sido invitada a dar conferencias y talleres a diferentes instituciones y grupos de México, Uruguay, Colombia, Guatemala, Holanda y Venezuela. Algunos de ellos son:

Instituciones educativas: Universidad de Colima (México), Universidad de Sonora (México), Universidad Nacional de Bogotá (Colombia), Universidad del Valle (Cali, Colombia), Escuela de Gestalt Claudio Naranjo (Bogotá, Colombia), HAN University (Nijmegen, Holanda), Escuela Normal de Educación Física (Morelia, México), Instituto Desafío (Celaya, México), etc.

Instituciones u organizaciones: Multiservicios, Agencia Aduanal, (Manzanillo, México), Secretaría de Cultura del Estado de Colima (México), PNL Guate (Guatemala), Fundación Ayo Rebeca London AC (Manzanillo, México), Instituto Colimense de las Mujeres (Colima, México), Congreso Internacional de la Sociedad Internacional de Psicología (Buenos Aires, Argentina), TeraVida Centro de Rehabilitación neurológica (Colombia), Buscadores de Sabiduría (México), Transformando y generando (México), EPAC (México), etc.

Grupos o escuelas de artes escénicas: Festival de Teatro de Cali (Colombia), Instituto Popular de Cultura de Cali (Colombia), La Lágrima - Danza contemporánea (México), ITI (International Theatre Insitutute) UNESCO, Selectos (Colombia), Escuela de tango Larissa Ruso (Uruguay), Academia Superior de Artes, Universidad Distrital, Bogotá, (Colombia), Escuela Internacional de Biodrama (Colombia), Teatro Itinerante del Sol (Colombia), Compañía Cuatro Milpas (México), etc.

Experiencia Artística Profesional

Como actriz, bailarina y directora ha participado en diferentes proyectos teatrales en Uruguay, Argentina, Colombia y México desde 1998 hasta la fecha

Ha trabajado con directores como Mariana Percovich (Uruguay), Janet Pinela (México), Carlos González (coreógrafo, México) y Beatriz Camargo (Colombia).

Como beneficiaria del Fondo Estatal para la Cultura y las Artes del Estado de Colima en la categoría Literatura escribió un guión de una obra de danza-teatro.

Sus poemas han sido publicados en la revista Géneros.

Investigación

Forma parte del equipo interdisciplinario que lleva a cabo un proyecto de intervención en el marco de una investigación-acción en la casa hogar San José en Colima, México. Dicho proyecto es coordinado por la Facultad de psicología de la U de C y participan las Facultades de Ciencias de la Educación, Pedagogía, Trabajo Social, Enfermería, y el Centro Universitario de Danza, IUBA. (2005-2006)

Funda junto con la Lic. en Psicología y bailarina Silvia Barbas el Taller de Expresión Corporal Orbitasoma y el Grupo Orbitasoma para la investigación sobre el cuerpo en movimiento desde diferentes abordajes, Montevideo, Uruguay. (2002)

Publicaciones (artículos, poemas y CDs)

Lee todos sus artículos publicados en el Huffington Post aquí.

- Movimiento con atención dirigida. Ejercicios para integrar mente y cuerpo (método Feldenkrais). Conversación con Lea Kaufman. En Sana Mente, Santiago Rojas, Aguilar Actualidad, ISBN: 978958758492

-Kaufman, L (2011) Salud en tu escritorio, Revista Aquarius, Guadalajara, México

- Kaufman, L (2011) Feldenkrais o cómo hacer que te cerebro prospere, Revista El Sombrero, Bogotá, Colombia

-Kaufman, L (2011), El eneagrama de los presidentes, Presidencia2012.com

-Kaufman, L (2011), Feldenkrais o cómo transformar hábitos insanos,

EIBlogAlternativo.com

- Kaufman, L (2010), Cómo sentarse de manera sana, Revista Vida y Mujer, Colima

- Kaufman, L (2010), Cómo estar bien en tu cuerpo, Revista Vida y Mujer, Colima

-Kaufman, L (2008). Viviendo el cuerpo. Colección audio de seis lecciones de Autoconciencia a través del Movimiento® del Método Feldenkrais® de Educación Somática. Productora Lea Kaufman, con el apoyo de Fundación Ayo Rebeca London A. C., y la Secretaría de la Juventud del Estado de Colima, grabado en CBL Records, Colima, México.

-Kaufman, L. (2006). Re-incorporándome a mí mismo. Cartografía de una intervención basada en el Método Feldenkrais®. En A. Carreras (coord). Crecer en la Acción. Una experiencia de Investigación-Formación Cooperativa en un Centro Residencial de Protección a la Infancia. Oviedo: Eikasía. (ISBN:84-95369-81-8)

-Abarca, M. y Kaufman, L. (2006). Expresión e integración. En A. Carreras (coord). Crecer en la Acción. Una experiencia de Investigación-Formación Cooperativa en un Centro Residencial de Protección a la Infancia. Oviedo: Eikasía. (ISBN:84-95369-81-8)

-Kaufman, L (junio 2004), Versados, en revista Géneros N° 33, pags.85-90

Congresos, conferencias

Tallerista en el 9° Congreso Internacional de la ENEF (Escuela Normal de Educación Física), Morelia, Michoacán (2013)

Tallerista en el 8° Congreso Internacional de la ENEF (Escuela Normal de Educación Física), Morelia, Michoacán (2011)

Dicta las conferencias Embodiment of my self, Project DICE y el taller Workshop Feldenkrais Method, Well Being in movement en el Congreso Internacional de Terapia Creativa de la Universidad de HAN, Njmegen, Holanda. (2009)

Dicta la conferencia El Método Feldenkrais en las Artes Escénicas, Instituto Popular de Cultura, Cali, Colombia (2009)

Dicta la conferencia Introducción al Método Feldenkrais, CENTRO INTEGRAL PARA EL DESARROLLO DEL SER, Cali, Colombia (2009)

Dicta la conferencia Método Feldenkrais y Huesos para la vida en la Feria Estatal de las Mujeres, Instituto Colimense de las Mujeres, Gobierno del Estado de Colima, Colima, México (2009)

Dicta la conferencia- taller *Viviendo el cuerpo*, organizada por la Fundación Ayo Rebeca London, A.C., en apoyo al Centro Educativo Aduanero para Personas con Capacidades Diferentes, Manzanillo, México (2008)

Dicta la conferencia *“Re-incorporándome a mi mismo. Cartografía de una intervención con niños que residen en casa hogar basada en el Método Feldenkrais®”* y el taller *“Entre la experiencia y la teoría: el cuerpo en movimiento”* en el Primer Congreso Internacional “Desarrollo infantil, juego y aprendizaje” en Chihuahua, Chihuahua, México. (2007)

Es parte del cuerpo docente del Taller *El Método Feldenkrais® aplicado a las artes escénicas* en el II Congreso Nacional de Artes Escénicas organizado por el ITI (International Theatre Institute) UNESCO en Colima, México. (2006)

Dicta los talleres: *“Entre la experiencia y la teoría: el cuerpo en movimiento”* y *“Desarrollo de un sentimiento de pertenencia en niños que residen en casas-hogar, utilización de la expresión artística”* en el 30° Congreso Internacional de Psicología organizado por la SIP (Sociedad Internacional de Psicología), en Buenos Aires, Argentina. (2005)

Otras actividades

Durante el período 2009 – 2011 fue miembro del Consejo Directivo de la Asociación Mexicana del Método Feldenkrais.

Desde el 2006 colabora con diversas actividades en la Casa Hogar San José de los Niños en Colima, México. Un porcentaje de las ganancias de MovimientoInteligente.com es donado a la Casa Hogar.

Miembro activo de la Asociación de Mujeres Empresarias de Colima, A.C.

Premios y reconocimientos

Beneficiaria del Fondo Estatal para la Cultura y las Artes del Estado de Colima, México, (2008)

Parte del elenco ganador del fondo [Iberescena](#) en Co-inversión (2008)

Ganadora del reconocimiento a la mejor docente en el semestre, Centro Universitario de Danza, Universidad de Colima. (2006)

Beneficiaria del fondo municipal para el desarrollo cultural del H. Ayuntamiento del Municipio de Colima. (2006)

www.leakaufman.com
contacto@leakaufman.com
[@LeaFelden](#)