

CORPORALIDADES SENSIBLES Y SUBJETIVIDADES CORPORIZADAS

EN MEDELLÍN, 1980-2012

JULIA ADRIANA CASTRO CARVAJAL

Tesis para optar al título de
Doctora en Ciencias Sociales

Directora

MARTA ISABEL DOMINGUEZ MEJIA

Doctora en Ciencias Sociales

UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS

DOCTORADO EN CIENCIAS SOCIALES

MEDELLÍN

2016

1

RESUMEN

Se indagó sobre el papel que han jugado Prácticas Corporales Reflexivas en su relación con las formas de que nos gobiernan y con la producción de subjetividades durante su reapropiación en la ciudad de Medellín en el periodo 1980-2012. Mediante un abordaje relacional, genealógico y etnográfico desde el *embodiment*, se develó una matriz simbólica-identitaria productora de una *subjetividad sensible hegemónica* y un *régimen empresarial de lo sensible* desplegado por las instituciones promotoras de las Prácticas Corporales Reflexivas para operar dicha subjetividad en el mercado del bienestar en la ciudad. Además, se identificó un *modo procesual* compartido entre las prácticas estudiadas para activar un *patrón de experiencia performática* que de todos modos permitía ver trazos de diferencias en la vivencia de los participantes.

Palabras claves: Prácticas Corporales Reflexivas, subjetivación, régimen estético-político

ABSTRACT:

The research is about the role of Body Reflexive Practices related with forms that govern us and their reproduction of subjectivities during their reappropriation in the city of Medellin, during the period from 1980 to 2012. Using a relational, genealogical and ethnographic approach from the embodiment, a symbolic-identitary matrix was unveiled , which produced a sensitive hegemonic subjectivity, and a sensitive-related business policy deployed by the institutions promoting reflective body practices to operate such subjectivity in the city's welfare market. In addition, it was identified a processual mode shared between the practices studied to enable a pattern of performative experience, which in any case allowed to see traces of differences in the participant's experiences.

Keywords: Body Reflective Practice, subjectivation, aesthetic-political regime

A mis padres, Edgar y Eloísa, por ser quienes me enseñaron a vibrar con el conocimiento.

A mi hija, Andrea, por ser, aliento de la vida en mi vida.

AGRADECIMIENTOS

A la Dra. Marta Domínguez por su acompañamiento académico y fraternal, así como al Grupo de Historia Social de la Facultad de Ciencias Sociales y Humanas por su acogida y por permitirme mirar también desde su horizonte.

A las Dra Silvia Citro, Dra. Sabrina Mora y Dra. Cynthia Farina, y demás miembros de sus equipos de trabajo como Manuela Rodríguez, Mariana del Mármol, Yanina Menelli y Daniela Yutzis, quienes no solo me brindaron su hospitalidad en momentos de pasantía sino además, enriquecieron este trabajo con sus experiencias y conocimientos, todas ellos de alguna manera contenidas en él.

A mis maestros, Marta Uribe del Método Feldenkrais, Ninoska Gómez del Método Somaritmos y Fernando Cortés de taichí, por las enseñanzas de la poética del movimiento en nuestros encuentros corporales.

Al Instituto de Educación Física por su apoyo financiero para algunas actividades académicas durante mi formación doctoral y a las colegas del Grupo de Estudios en Educación Corporal por conformar un imprescindible espacio para seguir *con-moviéndonos* por lo que puede un cuerpo, y también, lo que puede un pensamiento, sabiendo que, como sugiere Deleuze, un pensamiento toma su profundidad en un cuerpo y se mueve a través de sus gestos.

CONTENIDO

	Pág
INTRODUCCIÓN -----	9
1. PRÁCTICAS CORPORALES Y PRODUCCION DE SUBJETIVIDAD-----	17
1.1 LAS PRÁCTICAS CORPORALES REFLEXIVAS-----	18
1.1.1 Como técnicas corporales-----	19
1.1.1.1 La incorporación de lo social en el cuerpo-----	19
1.1.1.2 Proyectos corporales-proyectos reflexivos-----	22
1.1.1.3 Técnicas extracotidianas y personales-----	23
1.1.1.4 Interacción conciencia-organismos-entorno-----	26
1.1.2 Como <i>performance</i> -----	31
1.1.3 Como prácticas estéticas-----	38
1.1.4 Prácticas Corporales Reflexivas-----	40
1.1.4.1 Prácticas orientales-----	42
1.1.4.2 Prácticas dancísticas personales-----	44
1.1.4.3 Prácticas somáticas-----	46
1.2. SUBJETIVACIÓN CORPORIZADA-----	47
1.2.1 Subjetivación situacional-----	47
1.2.1.1 <i>Carne</i> y quiasmo-----	48
1.2.1.2. El sentido práctico-----	51

	Pág
1.2.1.3 El paradigma del <i>embodiment</i> -----	52
1.2.2 Subjetivación ética-política-----	57
1.2.2.1 Modos de individuación y potencia de los sensible-----	57
1.2.2.1.1. Vectores sensibles-----	61
1.2.2.2 Forma-sujeto y modos de gobierno-----	63
1.2.3 La corporalidad como potencia-----	69
1.3 EL MOVIMIENTO TEORICO DE LAS CIENCIAS SOCIALES HACIA LA CORPORALIDAD-----	72
1.3.1 Enfoques metodológicos para el estudio de corporalidades en movimiento-----	81
2. LO RELACIONAL. OPCIÓN METODOLÓGICA POR EL INTER-MEDIO-----	87
2.1 REFLEXIVIDAD DE Y DESDE EL CUERPO-----	88
2.2 INVESTIGANDO CON TODOS LOS <i>SENTIDOS</i> -----	93
2.3 GIRO TOTAL: ENTRE LO CORPORAL Y LO LINGÜÍSTICO-----	102
2.4 LAS PRÁCTICAS CORPORALES REFLEXIVAS EN INTERFAZ. DESARROLLO METODOLÓGICO-----	111
3. LAS PRÁCTICAS CORPORALES REFLEXIVAS EN MEDELLÍN, 1980-2012----	121
3.1 LA SUBJETIVIDAD SENSIBLE-----	122
3.1.1 El surgimiento de las PCR como alternativas-----	126
3.1.2 Autorrealización <i>con</i> y <i>en</i> el cuerpo-----	132
3.1.2.1 La corporalidad como medio para la experiencia trascendental-----	133

3.1.2.2 La corporización de la espiritualidad como estilo de vida-----	141
3.1.3 Autosalud corporal-----	146
3.1.3.1 Equilibrar la energía-----	148
3.1.3.2 Gestión corporal-----	152
3.1.4 Gestión corporal del sí mismo-----	159
3.1.4.1 Autoayuda a través del movimiento danzado-----	160
3.1.4.2 El poder femenino danzado-----	166
3.1.4.3 Afinamiento del cuerpo sensible-----	177
3.1.5 Bienestar urbano corporizado-----	184
3.1.5.1 Respirar paz y naturaleza-----	186
3.1.5.2 Sentir la armonía de la convivencia-----	191
3.1.5.3 Activarse para rendir-----	196
3.2 RÉGIMEN EMPRESARIAL SENSIBLE-----	199
3.2.1 La lógica de gestión-----	202
3.2.1.1 Autogobierno paradójico-----	202
3.2.1.2 El practicante emprendedor-----	205
3.2.2 Empresas de lo sensible-----	214
3.2.2.1 Organización cultural-empresarial-----	214
3.2.2.1.1 Fidelidad a la tradición y autonomía empresarial-----	220
3.2.2.2 La empresa global en cada uno-----	226
3.2.2.3 La marca-----	229
3.2.2.4 El negocio del amor-----	233
3.2.2.5 Corporizando-nos-----	240

3.2.3 El mercado corporal de lo sensible-----	243
3.2.3.1 Los bienes de lo sensible-----	248
3.2.3.2 La inversión en uno mismo-----	250
4. PROCESO PERFORMATICO PARA CORPORIZAR EL SI MISMO-----	255
4.1 MODO PROCESUAL COMÚN DE LAS PCR-----	256
4.1.1 La clase-taller como espacio-tiempo ritual-----	261
4.1.2 Elaboración intersubjetiva de <i>sentidos</i> -----	265
4.1.3 Performance I- Iniciación-----	269
4.1.3.1 Fuerzas de abertura y modo potencial de reflexividad-----	270
4.1.3.2 Cuerpo poroso-----	276
4.1.4 Performance II- Transición-----	277
4.1.4.1 Fuerzas creativas y modo experimental de reflexividad-----	278
4.1.4.2 Cuerpo experiencial-----	283
4.1.5 PerformanceIII-Reintegración-----	284
4.1.5.1 Fuerzas de integración y reflexividad en modo poso-----	284
4.1.5.2 Cuerpo actualizado-----	293
4.2 TRAZOS DE DIFERENCIA EN LA SUBJETIVIDAD SENSIBLE-----	293
5. EPILOGO-----	300
BIBLIOGRAFÍA-----	308
LISTA DE TABLAS-----	344
LISTA DE IMÁGENES-----	345
LISTA DE ANEXOS-----	348

INTRODUCCIÓN

Aun cuando las introducciones están pensadas como el comienzo de un texto, lo que introduce al lector a la obra en cuestión, suele ser lo último que se escribe, cuando la propia autora se percata cual fue el ritmo que tomo el texto, cómo se conformó, que derrotero siguió. De este modo esta introducción tiene en cierta medida ese objetivo, introducir a quien esto lee, en cuanto al campo problemático, los objetivos que me propuse, las marcas conceptuales y metodológicas por las que opté para realizar el recorrido y la estructura del texto. No obstante también, deseo mostrar las motivaciones personales, o mejor corporizadas, que dieron origen a este trabajo y en buen parte a darle *sentido* (sensación, sentimiento, significado, orientación) a este todo, llamado tesis. Empecemos, pues por el principio, lo corporal.

Haruki Murakami, novelista y corredor de maratón durante un cuarto de siglo, escribió: “la mayoría de los métodos que conozco para escribir novelas los he aprendido corriendo cada mañana”¹. Quiere decir con eso, según el mismo va aclarando en su obra, que al realizar cualquier acto, no solo se obtiene una experiencia de funcionamiento del cuerpo sino a la vez, con el paso del tiempo, acaba por sugerir un modo de pensar, un modo de hacer e incluso una reflexión sobre sí mismo. Yo, no solo quiero sumarme de cuerpo entero a esta teoría de Murakami al revelar de antemano que el pensamiento materializado del novelista corredor

¹ MURAKAMI, Haruki. De qué hablo cuando hablo de correr. Barcelona: Tusquets, 2010. p. 93

coincide con parte de los hallazgos que emergieron en esta tesis - sobre los que volveré en el apartado 4...*proceso performático para corporizar el sí mismo...* sino ante todo, expone la forma como influyó la elección y abordaje de esta investigación mi trayectoria en algunas prácticas corporales incluidas en este estudio. Desde hace aproximadamente veinte años soy practicante regular del Método Feldenkrais®, taichí y Somaritmos®, e incluso facilitadora certificada de éste último. La implicación de esta pertenencia en el trabajo de campo y las herramientas heurísticas y metodológicas que me brindaron, las detallo en el apartado 2.2...*Investigando con todos los sentidos...* Me interesa ahora destacar como mi posición de investigadora social no está separada de esta experiencia (me di cuenta de ello cuando iba por la mitad), no solo porque como sujetos sociales al producir una mirada sobre otros sujetos sociales conlleva un proceso de co-construcción de conocimiento dentro de una dinámica de intersubjetividad que es también corporizada, sino que el mismo origen de las inquietudes de conocimiento se fundan generalmente en intereses personales y en experiencias autobiográficas. Recíprocamente, la experiencia de investigación y la reflexividad derivada, afectó mi vida cotidiana, enriqueciendo mis actuaciones habituales con otro modo de atención y de sensibilidad, e hizo visible para mí un modo de pensamiento que había permanecido latente en mis múltiples identidades como fisioterapeuta, formadora de licenciados en educación física, investigadora en educación corporal y ahora también, investigadora social.

Por tanto, a partir de una posición reflexiva sobre mis múltiples identidades, ensayo a “remover” polaridades que se nos presentan cuando intentamos adelantar una investigación “de y desde los cuerpos”, tales como cuerpo/mente, sujeto/objeto y teoría/práctica. Ya en el plano

teórico-metodológico de las ciencias sociales, la postura adoptada me permite sumarme al antiguo debate entre naturaleza-cultura, individuo-colectivo, internalismo-externalismo, asuntos que se han retomado a lo largo de este trabajo, no solo procedentes del punto de vista teórico elegido, sino que el peso de la evidencia, observada, sentida y narrada por los sujetos de investigación y por mí, en diversos modos de participación durante el trabajo de campo, conduce a relativizar los dualismos mencionados, más aún, cuando el propósito es situarse en el *entre* de la constitución imbricada entre el sujeto y lo sociocultural, teniendo como interfaz activa la corporalidad y de manera específica, lo que he denominado, *Prácticas Corporales Reflexivas* (en adelante PCR).

Bajo la denominación de PCR, entiendo un conjunto de prácticas corporales de procedencia diversa, introducidas y desplegadas en los últimos treinta años en la ciudad de Medellín para ser enseñadas y realizadas en el tiempo libre, basadas en sistemas de movimiento consciente, combinadas con recursos verbales y otros estímulos sensoriales (usados en distinta proporción y modo) que comparten el propósito de afectar la experiencia de sí y la experiencia corporal. Tales por estilos son: prácticas orientales (yoga y taichí); prácticas dancísticas personales (danza Samkya®, danza oriental, danza integral), y prácticas somáticas (Antigimnasia®, Método Pilates®, Método Feldenkrais®, Eutonía®).

En el escenario social y urbano de Medellín se puede constatar una progresiva visibilidad de las PCR desde la década del ochenta, así como su movilidad en los circuitos de lo espiritual, lo corporal, lo cultural, el bienestar y la salud alternativa, disponibles para ser aprendidas y consumidas por los habitantes de la ciudad. Ya, la evidencia de su emergencia en el ámbito

colombiano y latinoamericano, su recepción como “alternativas” a las concepciones hegemónicas del cuerpo en la modernidad occidental, a la vez que actualizan formas de lo sensible y posiciones identitarias vinculadas a la historia colonial, la expansión del capitalismo y las ideologías de la modernidad; han sido identificadas y problematizadas por autores como Pedraza², Castro y Uribe³, Castañeda⁴, Molina⁵, Ramírez⁶, Aguiar⁷, Citro et al.⁸, Bizerril⁹, entre otros. De acuerdo a estos hallazgos y referentes teóricos interesados en el lugar de la experiencia corporal en la modernidad reciente, se reconoce cada vez más una interacción entre los programas estético y político de la modernidad, en cuanto a la articulación de formas de percibir y de saber que configuran un orden estético-político, lo que llevó a a preguntarme por el papel que han jugado las PCR en su relación con las formas que nos gobiernan y con la producción de subjetividades. En el caso de esta investigación, atiendo a las PCR, no solo por las razones personales que me han *conmovido*, expuestas anteriormente, sino por tratarse de formas disponibles en la ciudad de Medellín en las últimas

² PEDRAZA, Zandra. En cuerpo y alma. Visiones del progreso y de la felicidad. Bogotá, D. C.: Universidad de los Andes, 1999.

³ CASTRO, Julia y URIBE, Marta. La Educación Somática: un medio para desarrollar el potencial humano. Revista En: Educación Física Y Deporte, Medellín, enero-junio, Vol. 20, No.1, 1998.

⁴ CASTAÑEDA, Gloria. Vivencia de prácticas corporales artísticas: allegar-se al cuerpo vivido desde las expresiones dancísticas. Trabajo de grado (Magíster en Motricidad y Desarrollo Humano). Medellín: Universidad de Antioquia. Instituto Universitario de Educación Física, 2009.

⁵ MOLINA, Nery. El movimiento experienciado: una forma de habitar el cuerpo y de relacionarse con los otros. En: GARCÍA, Carmen (ed.). Hermenéutica de la Educación Corporal). Medellín: Funámbulos, 2001. p.107-118.

⁶ RAMÍREZ, Yenny. Subjetividades contemporáneas: el yoga como práctica de sí [Online]. Bogotá D.C. Trabajo de grado (Magister en Sociología). Universidad Nacional de Colombia. Facultad de Ciencias Humanas. 2011. Disponible <http://www.bdigital.unal.edu.co/4445/>

⁷ AGUIAR, Mónica. Reflexionar para moverse, sentir para conocerse. Sobre la producción de verdad en las técnicas corporales reflexivas. Trabajo de grado (Antropóloga). Bogotá D. C: Pontificia universidad Javeriana. Facultad de Ciencias Sociales. Departamento de antropología, 2011.

⁸ CITRO, Silvia *et al.* Cuerpos plurales: performances orientales, afro y amerindias en los circuitos culturales públicos y privados de Buenos Aires y Rosario En: REUNIÓN DE ANTROPOLOGÍA DEL MERCOSUR (8: 2009: Buenos Aires). Anales. Buenos Aires: Universidad San Martín, 2009. 1. CD.

⁹ BIZERRIL, José. Religión y modos de subjetivación en el mundo globalizado [Online]. 2103, No. 39. [Citada: 28 agosto 2013]. Disponible

http://www.ucentral.edu.co/images/editorial/nomadas/docs/39_12b_religion_y_modos_de_subjetivacion.pdf

décadas con las que nos producimos subjetivamente y por ende, corporalmente. La pregunta central que surge es ¿Cómo han sido los procesos de producción de subjetividades a través de las PCR durante su reapropiación en la ciudad de Medellín en el periodo 1980-2012?

Por tanto, si el objetivo es descifrar los procesos que subyacen a la producción de subjetividades en el conjunto de las PCR a partir de su reapropiación en la ciudad de Medellín durante las últimas tres décadas, ¿cómo abordar un asunto tan complejo, no solo por la interacción cuerpo-sujeto que se pretende abarcar sino también por la cantidad y variedad que contiene el conjunto de PCR? Al ser “nativa” y “docente” de algunas de las prácticas corporales elegidas tenía un conocimiento de sus modos de funcionamiento particulares, a la vez que me hacía “sospechar” de la existencia de conexiones entre ellas. Esta pertenencia al campo, me condujo a optar por el análisis de redes de significación y de experiencia durante los procesos socio-históricos y de realización o *performance*, siendo consciente que dejaba de visibilizar trayectorias singulares y diferenciadoras, tanto de cada una de las PCR como de las diversas personas implicadas en ellas, pero me permitía develar redes o estructuras orientadoras de la experiencia subjetiva y corporal que las PCR pretenden afectar.

Lo planteado hasta el momento, plantea la intención de contribuir a los estudios del cuerpo en las ciencias sociales, especialmente aquellos que se ubican en la intersección de áreas disciplinares en los cuales se advierte un tránsito del “giro lingüístico” al “giro corporal” donde el cuerpo deja de ser un objeto definido e inmóvil en la investigación para convertirse en eje para *moverse* de otro modo. A continuación presentaré la estructura del texto, organizado en cuatro capítulos, así:

El capítulo 1, constituye el campo conceptual de referencia conformado entre enfoques provenientes de epistemologías de lo corporal, la fenomenología cultural y el posestructuralismo, en tanto “caja de herramientas”¹⁰ con las cuales pude escudriñar la constitución de la subjetividad y con ella a la corporalidad, construyendo una mirada para el análisis. De otro lado, el acercamiento desde diversas perspectivas vinculadas con las corporalidades en movimiento, me permitió definir las PCR y ver su potencia para afectar y ser afectadas. Al final, hago un recorrido general por el tratamiento de lo corporal en las ciencias sociales, destacando algunos trabajos en el ámbito latinoamericano, ubicando de manera específica, aquellos enfoques metodológicos que aportan al análisis del problema de la relación entre corporalidades en movimiento, los sujetos y la cultura.

El capítulo 2, presenta el abordaje y desarrollo metodológico de la investigación bajo la figura de *lo relacional* como una manera de situarse en el *inter-medio*, es decir, en lo que sucede y en el cómo se da el entrecruzamiento del sujeto y lo social, la corporalidad y el conocimiento, la experiencia corporizada y la construcción de *sentidos*. Aquí, las PCR son el *médium* corpóreo que hace las veces de interfaz activa de las relaciones enunciadas. Se exponen algunos movimientos previos para dar el giro corporal en cuanto a la reflexividad “de y desde el cuerpo”, la postura de frontera transdisciplinaria que amplía la mirada y evita categorías dicotómicas, la puesta en movimiento de los *sentidos* y de la experiencia corporizada de la investigadora en la construcción del conocimiento, el efecto de la auto-

¹⁰ FOUCAULT, Michel. Poderes y Estrategias. En: Un diálogo sobre el poder y otras conversaciones. Madrid: Alianza, 1985. p.85.

reflexividad corporizada para alcanzar todos los *sentidos*, el descentramiento reflexivo que lleva a *con-movernos* con los sujetos de investigación, y el giro total dado por un movimiento complementario entre lo discursivo y lo corporal.

El capítulo 3, presenta la forma estética-política que subyace al conjunto de las PCR durante su proceso de introducción, distribución y consumo en la ciudad de Medellín en el periodo 1980-2012. Esto es, la matriz simbólica-identitaria que ha orientado la producción de una *subjetividad sensible* hegemónica a través de las PCR y las tecnologías desplegadas por las instituciones promotoras de las PCR para operar dicha subjetividad en el mercado de lo corporal en la ciudad, a tal punto de desvelarse un *régimen empresarial de los sensible*. El análisis lo realicé desde los discursos, las formas de visibilidad y sensibilidad de las PCR en su trama histórica, así como a partir del funcionamiento de las organizaciones oferentes de las mismas en Medellín.

El capítulo 4, presenta el *modus operandi* común de actuación de las PCR en el evento o *performance* en que usualmente se aprenden y ensayan, la clase-taller, lo cual permitió identificar un *modo procesual* compartido entre las PCR y un patrón de *experiencia performática* para adelantar la re-elaboración subjetiva y corporal. Además, se evidencian diferencias entre modos de subjetividades sensibles elaboradas en algunos estilos de PCR y se plantean condiciones para la experiencia performática. Lo anterior, integra datos que emergieron de las observaciones, actuaciones y narraciones de algunos practicantes de PCR, incluyendo el entendimiento que como investigadora y practicante he alcanzado al ser participante activa en ellas.

Finalmente, el texto es el resultado de un ejercicio escritural de búsqueda para transitar de un modo académico habitual y por lo tanto, algo sólido, hacia cierta experimentación y blandura en el uso de la palabra y el pensamiento. Con esto intento que aflore el pensamiento heurístico y corpóreo que precisamente las PCR promueven, entendiendo por ello, la capacidad de comprender más allá de lo expresado verbalmente y conocer también desde el cuerpo, al desarrollar la capacidad de “ver adentro y desde adentro”¹¹ para un entendimiento de realidades e interacciones que a menudo son elusivas, pero que se hacen tangibles a través de nuestra experiencia corporizada, como lo narra Murakami en su experiencia de correr. Allí reside el interés que suscitan las PCR e igualmente la dificultad de conducir una investigación sobre ese modo de conocimiento práctico y sus efectos, sobre el que justamente y de forma paradójica, escribo en esta tesis.

¹¹ GÓMEZ, Ninoska. Cerrar los ojos para sentir y moverse mejor. Cuatro momentos de una exploración. Documento de trabajo. Costa Rica: Estudio Los Almendros, Artes y Ciencias del movimiento. 2014, disponible <http://www.studiolosalmandros.com>

1. PRÁCTICAS CORPORALES Y PRODUCCIÓN DE SUBJETIVIDAD

*En el pensamiento del cuerpo, el cuerpo fuerza al pensamiento a ir siempre más lejos, siempre demasiado lejos: demasiado lejos para que aún sea pensamiento, pero nunca lo bastante lejos para que sea cuerpo.
Jean-Luc Nancy¹².*

Hablar de la relación entre subjetividad y corporalidad conduce al campo complejo de la experiencia humana, tanto en la constitución del sujeto como de la vida social. Esta complejidad se aumenta en la modernidad reciente cuando el sujeto-cuerpo puede reconocerse como tal, producirse y alterarse a través de prácticas corporales disponibles en los circuitos de entretenimiento, culturales y de bienestar de los contextos urbanos, como es el caso de las PCR elegidas en esta tesis. Para abordar esta problemática, presento en este capítulo una composición conceptual desde referentes disciplinares diversos que me permiten definir un punto de partida, es decir, no circunscribo el abordaje conceptual a una tradición disciplinar, ni desarrollo la genealogía de una noción, sino, articulo conceptos que a modo de “herramientas” me permite aproximarme a las corporalidades en movimiento, en este caso las PCR y a la subjetividad, como a la relación entre ellas.

De esta manera, busco alejarme de enfoques que reducen el cuerpo y sus prácticas a su condición anatómica y técnica, o lo limitan a ser signo que se realiza sólo a través del lenguaje, dejándolo inerte y pasivo, así como busco distanciarme de la idea de sujeto, como ser con identidad fija y dada. Más bien, pongo en juego diversas epistemologías que

¹² NANCY, Jean-Lucy. Corpus. Madris: Arena Libros, 2003. p.31

enfatan tanto el carácter dado y transformador del cuerpo en la cultura, así como su condición de expresión y materia prima de las subjetividades.

En primer lugar, construyo el concepto de PCR, sus características y relaciones con lo cultural y la experiencia subjetiva, en su condición de “técnicas corporales”, “prácticas estéticas” y “como *performance*”. En segundo lugar, una vez compuesta la mirada sobre las PCR, evoco perspectivas postestructuralistas y de la fenomenología cultural que vinculan la subjetividad en relación con la corporalidad para dar forma al concepto *subjetivación corporizada e* ilustrar las dimensiones del objeto de estudio. Por último, presento de manera general los acentos teóricos de las ciencias sociales hacia la corporalidad en las últimas décadas, destacando de manera particular, algunas propuestas teórico-metodológicas e investigaciones sobre las relaciones entre prácticas corporales, sujeto y cultura.

1.1 LAS PRÁCTICAS CORPORALES REFLEXIVAS

Al organizar de manera intencionada el conjunto que he denominado *Prácticas Corporales Reflexivas*, PCR, integrando estilos de procedencia diversa pero que comparten algunos modos y finalidades, me propongo en este apartado definir las y caracterizarlas desde sus relaciones con la organicidad, lo socio-cultural y la experiencia subjetiva. Para ello, articulo epistemologías del cuerpo distintas aproximando las PCR a las técnicas corporales, a las prácticas estéticas y como *performance*. Al final, también describo el conjunto de las PCR, según los estilos elegidos para el estudio.

1.1.1 Como técnicas corporales: La noción de "técnicas corporales" planteada por Marcel Mauss como "la forma en que los individuos de cada sociedad hacen uso de su cuerpo en una forma tradicional,"¹³ más que servir para establecer una tipología de técnicas y describirlas, devenir que ha tenido mayoritariamente en su aplicación, emerge como fisura que revela para este proyecto, una veta de comprensión de procesos de aprendizaje e incorporación social con el cuerpo.

Este acento que realizo sobre la teoría de Mauss lo realizo porque ofrece una luz para salir de la oposición estéril entre externalismo e internalismo, pues el hecho revelado por él de que las técnicas corporales son transmitidas y corporizadas en la interacción social, permite pensarlas tanto como acciones colectivas y como acciones individuales, ya que para incorporar y transformar lo socio-cultural que ha tomado cuerpo, se requiere de un modo de conocimiento práctico, desarrollado por la persona. Además, el esfuerzo de Mauss por ensamblar en el concepto de técnicas corporales, elementos psicológicos, biológicos y sociales que dé cuenta del "hombre total", ha permitido la apertura de vías de análisis sobre la interacción de estas tres dimensiones en los estudios de las prácticas corporales. Veamos esto con más detenimiento.

1.1.1.1 La incorporación de lo social con el cuerpo. Mauss, fue el primero en proponer la noción de "técnicas corporales" ¹⁴ al observar que algunas prácticas de movimiento que parecían "naturales" (v.g. caminar, cazar, comer, nadar, etc) eran realmente la corporización

¹³ MAUSS, Marcel. Sociología y Antropología. Madrid: Tecnos, 1979. p. 337

¹⁴ Ibíd, p.342

de un uso del cuerpo de carácter sociocultural e histórico, “acto eficaz y tradicional”¹⁵, aprendido y transmitido como un conocimiento práctico o pre-reflexivo que puede variar en su estilo dentro de un grupo social o de una sociedad a otra. Propone una clasificación por edad, sexo, rendimiento, forma de transmisión y de presencia en la trayectoria biográfica de los individuos.

Mauss explica las técnicas corporales como *habitus*, recuperando la traducción latina del griego “exis” (*hexis*), un concepto fundamental en la filosofía aristotélica (retomado posteriormente por Pierre Bourdieu) que denota las habilidades o disposiciones adquiridas, con el fin de hacer énfasis en que se trata de una forma social de entendimiento y uso práctico del cuerpo y no de la costumbre en sí misma.

He tenido esta noción de la naturaleza social del «*habitus*» por muchos años. Por favor nótese que uso la palabra latina (debería ser comprensible en Francia) *habitus*. Esta palabra traduce infinitamente mejor que «*habitude*» (hábito o costumbre), la «*exis*», la «habilidad adquirida» y la «facultad» en Aristóteles (que era psicólogo). (...). Estos «hábitos» no varían sólo con los individuos y sus imitaciones; varían entre sociedades, educaciones, convenciones, modas y prestigios. En ellos deberíamos ver las técnicas y el trabajo del entendimiento práctico individual y colectivo y no, como se acostumbra, solamente, el alma y sus facultades repetitivas¹⁶.

A la vez, Mauss¹⁷ ve en este objeto de estudio la oportunidad de sobrepasar las divisiones disciplinares propias de su época [*], señalando a las técnicas corporales como un encadenamiento “físio-psico-sociológico” de actos presentes en la historia de una sociedad¹⁸.

Incluso apoya sus reflexiones a partir de observar el cambio de estilos en el tiempo y

¹⁵ *Ibíd.*, p. 343

¹⁶ *Ibíd.*, p. 340

¹⁷ *Ibíd.*, p. 354

[*]La noción de técnicas corporales es desarrollado por Mauss durante los primeros años del siglo XX, hasta entonces, la psicología y la sociología acampaban sobre posiciones opuestas: la primera dedicada exclusivamente al estudio del individuo y la segunda a lo colectivo.

¹⁸ *Ibíd.*, p. 353

contextos, y descifrar su propia experiencia con el alpinismo y la natación desde la cual constata la plasticidad del habitus, accediendo no solo a una conciencia histórica sobre la mutación de las técnicas corporales, sino que al mismo tiempo se da cuenta de la persistencia del hábitus y la posibilidad de modificarlo si la persona reconoce sus sensaciones y emociones en el práctica. Llega incluso a sugerir el estudio de las técnicas corporales taoístas, el yoga y la reflexoterapia que empezaban a emerger en Europa, intuyendo una posible relación entre acciones corporales y los estados místicos emocionales y mentales. Para Mauss, la investigación de este tipo de técnicas podría no solo ayudar a superar la brecha entre las ciencias biológicas, psicológicas y sociológicas, sino además, permitiría que el investigador se involucrara para indagar sobre su supuesta efectividad a varios niveles.

No obstante, aunque Mauss intenta oponerse al pensamiento mecánico dualista sobre el cuerpo y contribuye con su concepto de técnicas corporales a tender puentes entre lo social, lo corporal y lo cognitivo, termina definiendo al cuerpo, como el “primer instrumento del hombre y el más natural”¹⁹, mostrando rasgos aún de una cierta posición de exterioridad del cuerpo al sujeto. Incluso llega a considerar las técnicas corporales como “hechos sociales” denotando la fuerte influencia de Durkheim en su época, para quien lo social se impone al individuo, dejándolo sin margen de libertad²⁰.

Ahora bien, si este es el principal problema que plantea el concepto de Mauss, a la vez revela para el presente trabajo la materialidad cultural del cuerpo permitiéndolo comprender

¹⁹ Ibid., p. 342

²⁰ JULIEN, Marie-Pierre. *Technique du corps*. Dans: ANDRIEU, Bernard y BOETSCH, Gilles. *Dictionnaire du corps*. París: CNRS Editions. 2008, p. 343

las PCR como modos de in-corporación de lo social en la materia del sujeto, que implica tanto la corporización de lo simbólico como también un saber hacer de un agente o conocimiento práctico. Estos elementos son los que retoman la propuesta de Nick Crossley y Ugo Volli.

1.1.1.2 Proyectos corporales-proyectos reflexivos. Crossley²¹, continuando con el trabajo de Mauss de catalogar diferentes técnicas corporales según sus propósitos y atributos, propone el concepto amplio de “Técnicas Corporales Reflexivas” como “aquellas técnicas corporales cuyo principal propósito es trabajar sobre el cuerpo con el fin de modificarlo, mantenerlo o tematizarlo de alguna manera”²². Este autor, profundiza y avanza la tendencia de Mauss de articular lo bio-psico-social, avanzando en lo que Mauss apenas sugirió, al considerar que las técnicas corporales como actos socioculturales que constituyen *habitus* o como actos de aprendizaje voluntarios, al mismo tiempo requieren de estructuras biológicas y de un entendimiento práctico (saber hacer o competencia corporizada) o a veces de un hacer consciente, lo que denota propiedades psicológicas, haciendo de los proyectos corporales “proyectos reflexivos”.

Para ejemplificar esta idea, se refiere a los estilos de caminar que varían de un grupo social a otro, indicando una base social, y a la vez presuponen la bipedestación, es decir, estos estilos tienen prerequisites biológicos; sin mencionar la plasticidad y la inteligencia que le permiten al organismo desarrollar y aprender diferentes formas de caminar, lo que requiere

²¹ CROSSLEY, Nick. Mapping reflexive body techniques: on body modification and maintenance. In: *Body & Society*, 2005, Vol. 11, No. 1a. p. 1-35. Traducción inédita Escuela de Idiomas, Universidad de Antioquia.

²² *Ibid.*, p. 10

no solo de esfuerzo o trabajo del cuerpo sino además de conocimiento corporal, lo que sugiere ciertos modos de reflexividad. Anota que esto no significa que todo movimiento esté guiado por el conocimiento racional, sino más bien que algunas formas de comprensión con el cuerpo no se desligan y constan por completo de formas particulares de competencia corporizada y adquirida, como cuando se camina en “puntas de pie” en una situación que requiere de silencio, o cuando se aprende a caminar en una cuerda floja para lo cual se requiere aprender a ajustar en la propia acción, la postura y el equilibrio.

En resumen, el concepto de “técnicas corporales reflexivas” Crossley me es útil por su aplicación al tipo de prácticas corporales que estudio en este proyecto, aunque él la haya desarrollado principalmente investigando técnicas de mantenimiento (fitness y actividades diarias de cuidado corporal) y de modificación (piercing, tatuajes, cirujías estéticas), pues al entenderlas como proyectos corporales que un agente toma para sí para realizar trabajos del del cuerpo y para el cuerpo, me permite pensar las PCR como proyectos reflexivos en los cuales el practicante mediante su propio “trabajo corporal” puede participar en la elaboración de su experiencia corpórea.

1.1.1.3 Técnicas extracotidianas y personales: Volli²³ partiendo también de Mauss pero dentro del campo de la antropología teatral se distancia de la consideración del cuerpo como objeto técnico para afirmar que es “lugar de intersubjetividad (...) doble presencia, lo social, y lo material, lo subjetivo y lo objetivo, lo interno y lo externo, (...) esta es la razón de la

²³ VOLLI, Ugo. Técnicas del cuerpo. En: ISLAS, Hilda (comp). De la historia del cuerpo y del cuerpo a la danza. México: Centro Nacional de las artes. 2001, p. 76-102

variedad, de la trama de las técnicas que lo organizan y lo transforman, le permiten actuar y convertirse en otro”²⁴ . A esta potencia de las técnicas corporales y al hecho de encontrarse en el ámbito de la experiencia, el autor acredita la diversidad, sobrevivencia y eficacia de las mismas. Desde esta perspectiva, el autor propone una clasificación de técnicas corporales con el fin de servir de marco para la investigación sobre el “estilo de una cultura”, anclado en lo corporal. Se trata de “técnicas cotidianas y técnicas extracotidianas”. Por cotidianas entiende las técnicas del cuerpo consideradas “normales” dentro del proceso de culturalización específico de un grupo social y cuya lógica percibida para quien la práctica es la economía del esfuerzo y de la naturaleza, tales como caminar, dormir, comer, llevar objetos, etc. Por el contrario, las técnicas extracotidianas llevan a una “desviación del uso cotidiano del cuerpo”, una alteración de los ritmos, de las sensaciones, de las posiciones habituales, de la utilización de la energía y el espacio, que pueden implicar a una persona o a un grupo.

Las técnicas extracotidianas a su vez se dividen en “técnicas públicas” cuando se busca la proyección de la presencia por medio de la amplificación de la acción y la comunicación (usados por el actor, orador, jefe, sacerdote, etc), y en “técnicas personales” cuando interesa primordialmente la experiencia subjetiva. Me detendré un poco en las técnicas personales ya que las PCR tienen estas características.

²⁴ *Ibíd.*, p. 93

Volli²⁵ considera a las técnicas personales como actividades extracotidianas relacionadas con la privacidad del agente, pero que a su vez requieren de aprendizaje o transmisión de un saber hacer. Como ejemplo de ellas, se refiere al entrenamiento de un deportista, o de un músico con su instrumento, las meditaciones de un monje, la práctica de un arte o de actividades de tiempo libre, ejercicios sexuales o del sueño, técnicas terapéuticas de desarrollo personal, trabajos sobre la percepción corporal o la introspección, entre muchas otras. Define para ellas tres características: primero, la individualidad con la que se realizan, aunque a veces se desarrolle de forma colectiva o pública; segundo, la experiencia subjetiva que provocan, la cual no es fácil de objetivar por un observador (creación, bienestar, consciencia, saber, etc.), y tercero, la dirección activa del agente. En suma, considera que las técnicas personales son para “ver” en oposición a las técnicas públicas para ser “ser vistas”.

Además, las técnicas personales implican un esfuerzo corporal, en el sentido de que tienen efectos físicos empíricamente registrables a la vez que se producen por una acción casi siempre inusual del propio cuerpo o de la mente (posturas, visualizaciones, cambio de frecuencia respiratoria, gestos específicos, etc.). También tienen un componente cognitivo en cuanto a la memorización dinámica de esquemas de acción y un componente creativo, debido en parte al mismo proceso de experimentación. Al respecto anota que las técnicas corporales al estar basadas en el dominio de la experiencia subjetiva y la elaboración de un conocimiento práctico, pueden no ser fácilmente comunicables por medio del lenguaje ya que éste saber hacer es “en amplia medida no solo interpersonal, sino también transcultural”

²⁵ *Ibíd.*, p. 88-89

por lo cual para acceder a ellas se requieren métodos que asuman la forma de implicación mutua o la “interexperiencia”²⁶.

En conclusión, la perspectiva de Volli, avanza sobre la de Mauss al incluir técnicas corporales que se desarrollan de manera no cotidiana en las culturas; y sobre la propuesta de Crossley, complementa elementos vinculados con la reflexividad desde el cuerpo, poniendo en interacción el esfuerzo corporal no habitual con componentes cognitivos y creativos, los cuales requieren de un aprendizaje corpóreo consciente o transmisión de un saber hacer. Por tanto, permite pensar las PCR incluidas en este estudio como prácticas extracotidianas y personales debido al modo de ejecución, a la necesidad de un proceso de enseñanza-aprendizaje y a la orientación hacia la implicación subjetiva en la experiencia corpórea

1.1.1.4 Interacción conciencia-organismo-entorno: Una vez definidas las PCR como prácticas culturales extracotidianas orientadas a la experiencia subjetiva, puedo aproximar a ellas algunos postulados de la fenomenología de la acción, la neurofisiología, la educación somática y el paradigma del *embodiment*, con el fin de entender más las relaciones entre conciencia, función biológica y entorno que dan forma a nuestra experiencia.

El campo de la educación somática frente a su propósito de alcanzar un uso eficaz de la propia corporalidad y activar la capacidad creadora de sí mismo comparte con las PCR, el mecanismo cinestésico para la apropiación de la interacción conciencia-organismo-

²⁶ *Ibíd.*, p. 90

entorno²⁷. Para iniciar, es necesario partir de la noción de “soma” en el sentido de cuerpo vivo y vivido, medio fundamental e inalienable de la percepción, la acción, la emoción y el pensamiento, descrito por Hanna para diferenciarlo del cuerpo como simple materialidad inerte:

El soma vive, se expande y se contrae, se acomoda y asimila, absorbe energía y expulsa energía. El soma late, fluye, se tensa y se relaja, fluyendo y alternando con miedo, ira, con hambre y con sensualidad (...) somos usted y yo, hermanos de una común envoltura membranosa, un común entorno, una común confusión y de una común oportunidad para descubrir mucho más de lo que jamás hemos sabido de nosotros mismos (...) en este momento y en este lugar (...).²⁸.

Todo organismo vivo o soma, tiene en cualquier grado, la capacidad de ser consciente (sensorium) del entorno, y de actuar intencionalmente (motorium) en él. Lo “somático” se refiere entonces, según Hanna²⁹, a los somas de la especie humana, cuyas capacidades sensorio-motrices escapan relativamente a la determinación por parte de los patrones de comportamiento genéticamente establecidos.

Desde esta perspectiva, la percepción de nosotros mismos y del mundo que poseemos a través del cuerpo propio no está simplemente dada, depende de la experiencia, es el resultado del círculo dinámico de hacer y notar. De tal modo, sentir lo que sucede en el soma es actuar sobre él, es regularlo. Así, la sensación no es receptora de forma pasiva sino que es activamente productora del proceso somático. Por tanto, el centro del proceso somático es la

²⁷ HANNA, Thomas. What is somatics? In: Somatics, Vol. 5, No.4, 1986.p.4-8.

²⁸ HANNA, Thomas. La rebelión de los cuerpos. Barcelona: Plaza & Janes, 1972. p. 45.

²⁹ HANNA, Thomas. The field of Somatics. In: Somatics. Magazine-Journal of the Bodily Arts and Sciences, 1976, Vol.1, No.1, p.30

“relación recíproca e inescindible entre movimiento y sensación, constituyéndose en una unidad continua y propia de autorregulación”³⁰.

Para el enfoque somático, los somas humanos tienen la posibilidad de ser autoconscientes a través de sus receptores sensoriales desde dos puntos de vista: por medio de la información de los exteroceptores que recogen la información procedente del mundo exterior o desde la perspectiva de la primera persona, es decir, desde su sistema propioceptivo, llamado también sentido cinestésico que le proporciona información de y desde adentro en relación con el entorno. Activar la capacidad de discriminar y saber qué ocurre con nuestra corporalidad en movimiento en el mundo, no se refiere a una conciencia representacional sino a la capacidad del ser humano de centrar voluntariamente la atención sobre su proceso somático (posible mediante su sentido cinestésico). Según Gómez³¹, se trata de una “conciencia somática”, definida como “una actitud de escucha hacia sí mismo, de atención interna, que se desarrolla a medida que el individuo participa activamente en la continua interacción entre los procesos orgánicos del cuerpo, el entorno y las intenciones; constituyéndose en un componente esencial de la formación de un sentido cohesivo del yo”. En el mismo sentido, Shusterman³² describe la percepción somática “consciente de ella misma” o auto-reflexiva, como un modo en que afinamos nuestra experiencia y uso del cuerpo vivo o soma.

³⁰ GOLDFARB, Lawrence. Foundations of learning. Understanding Development and Change. (Traducción inédita Escuela de Idiomas, Universidad de Antioquia). California: Feldenkrais Resources, 1994. p. 23 .

³¹ GÓMEZ, Ninoska y BOLSTER, Gurney. Movement, Body and Awareness: Exploring Somatic Processes. (Traducción inédita, Práctica de traducción, Escuela de Idiomas, Universidad de Antioquia). Québec: University of Montreal, Department of Physical Education, 1988. p.13

³² SHUSTERMAN, Richard. Conscience du corps. Pour une soma-esthétique. Traduction inédita Michel Delhome. Paris: Editions de L'éclat, 2007. p.90-95

Esta potencia de la conciencia somática es sustentada en la relación actual entre filosofía de la acción y neurociencia en la cual ya no se parte de un “yo” como referente fijo sino de un “agente práctico” y se reconoce la contribución de la cinestesia a la constitución de sentido del ser de las cosas, del cuerpo propio y del otro. La fenomenología de la acción de Petit³³ ha restablecido para la investigación de la reflexión sobre la acción (orientada primordialmente desde la filosofía analítica y un observador externo) la experiencia directa del agente sobre su propio hacer. Es decir, el sujeto de la acción, en la medida que le ocurre a él, como vivencia propia que no tiene equivalente en un actor externo, mecánico o institucional. Por esto, para Petit,³⁴ lo primero es la acción, en el sentido de que la función principal del cerebro es el acto, y el acto contiene la intencionalidad de acción con el mundo o consigo mismo como parte de ese mundo; el acto es el organizador de la percepción y del mundo percibido. A su vez, este enfoque ha servido como base de interpretación a Berthoz³⁵ para estudios neurofisiológicos sobre la cinestesia en los cuales ya no solo es considerada como un sentido periférico de aferencia propioceptiva muscular y articular, sino, un sistema que integra múltiples receptores y exige que el cerebro reconstruya el movimiento del cuerpo y del entorno de manera coherente. Sobre la construcción de la coherencia como percepción, este autor aclara que el funcionamiento de los receptores sensoriales tiene un carácter predictivo al ser capaz de medir las consecuencias de velocidad, aceleración, cambio de fuerza y de presión de las magnitudes físicas que los activan.

³³ LAGUNA, Mercedes. Capacidad de actuar e interacción. La pertinencia de un estudio disciplinar. Fenomenología y neurofisiología. Alicante: Editorial Club Universitario, 2011.

³⁴ PETIT, Jean-Luc. Projet de recherche: les renouvellements de la philosophie de l’action par les neurosciences [Online], 2008, [Citada: 10 marzo 2010] Disponible <http://www.chez.com/jlpetit>

³⁵ ROUQUET, Odile . Le sens du mouvement. Entretien avec Alain Berthoz, professeur au Collège de France [Online], 2003. [Citada: 10 marzo 2010] Disponible <http://www.rechercheenmouvement.org/spip.php?article10>

De tal manera, la modulación de su sensibilidad, que preselecciona aquellos que son útiles al movimiento que vendrá, le confiere las propiedades más tónicas o dinámicas según la naturaleza de ese movimiento. Esta modulación permite simular el movimiento sin ejecutarlo [*].

La persona no se encuentra frente al mundo de manera pasiva y neutral, sin un compromiso o interés por nada, no habría mundo, ni sujeto, sin el acto de intención, o si el perceptor solo viera aquello que posee previamente. Aquí he aproximado la cuestión de la intencionalidad siguiendo a Petit y Berthoz, citados por Laguna, para quienes la intencionalidad es más que la orientación hacia un objeto, es considerada un acto, es decir, a partir del “poder cinestésico de poner en perspectiva los objetos y de variar a voluntad sus perspectivas”³⁶. Es decir, porque somos capaces de reconocer la identidad de las cosas a través de sus diferentes vistas y perspectivas es que constituimos el objeto contribuyendo a la vez a la constitución del sentido.

Aquí puedo hacer resonar también el concepto “modos somáticos de atención” definido por Csordas dentro de paradigma el embodiment, una vez se pregunta sobre el rol de la atención en la constitución de la subjetividad y la intersubjetividad como fenómenos corporales. Así, los modos somáticos de atención “son modos culturalmente elaborados de prestar atención a, y con, el propio cuerpo (...) en la inmediatez de un entorno intersubjetivo”³⁷. Enfatiza que prestar atención “con” el propio cuerpo es implicar todo el cuerpo, más allá de atender con la mirada y prestar atención “a” el cuerpo, no es hacerlo tomándolo como un objeto aislado, sino prestar

[*] Aquí Berthoz se refiere a experiencias que han demostrado como el simple hecho de representar mentalmente la realización de una acción que se quiere llevar a cabo, sin que se llegue a hacerlo, provoca reacciones musculares y de otros mecanismos fisiológicos relacionados con el esfuerzo de realizar la acción

³⁶ LAGUNA, Op. cit. p. 36.

³⁷ CSORDAS, Thomas. Modos somáticos de atención. En: CITRO, Silvia (comp) Cuerpos plurales. Antropología de y desde los cuerpos. Buenos Aires: Biblos, 2010. p.87

atención a través de la sensación de la situación del cuerpo en el mundo, lo que incluye la atención a la presencia corporizada de los otros. Además, recuerda con Mauss, que aunque nuestro cuerpo está siempre presente e incluso la atención forma parte de la adquisición de toda técnica corporal antes de volverse *habitus*, no siempre prestamos atención con ellos o hacia ellos. Por tanto, plantea la existencia de unos modos más pre-reflexivo y otros, que se cultivan conscientemente, entre los cuales propongo considerar el aprendizaje de PCR.

Es suma, desde la perspectiva interdisciplinar utilizada, se considera la cinestesia más allá de un sistema aferente de sensibilidad como el modo que tenemos para relacionarnos con el mundo, porque es el modo que disponemos para captarlo. De allí que propongo denominar *fuerzas sensible* a los modos de experiencia cinestésica puestos en juego en las PCR que conlleva más allá de la percepción del movimiento, un modo de habitar con el cuerpo en el mundo, lo cual involucra de manera entrelazada las emociones, las sensaciones, los movimientos, las intenciones, y el pensamiento elaborado en actuaciones y relaciones de intersubjetividad. Es así que desde este enfoque, nos constituimos y constituimos el mundo simultáneamente en una relación práctica e intercorporal, surgiendo la idea de un agente práctico o sujeto de la acción que actúa, siente, entiende y decide sobre lo que percibe en medio de entornos culturales para darle *sentido* a su experiencia..

1.1.2 Como *performance*: Lo expuesto hasta el momento a partir de las técnicas corporales permite entender las PCR como formas de materializar, incorporar y reorganizar lo cultural en el cuerpo como experiencia sensomotriz, desde la misma acción consciente (conciencia somática) y/o competencia corporizada (saber hacer o conocimiento práctico). No obstante,

aunque la noción de técnicas corporales con las vertientes expuestas hasta ahora, abarca tanto las acciones individuales y sociales como la interacción entre ambas, no desarrolla lo relativo al proceso y el evento donde acontecen, dejando de lado, otras interacciones que les dan forma, asunto que es mejor tratado desde los Estudios de la *Performance* que a continuación presento.

Para iniciar se hace necesario aclarar el uso y sentido del término *performance* que será utilizado en este trabajo precisamente por las dificultades para su traducción al español y por el amplio espectro de actuaciones que cubre desde el deporte hasta formas administrativas, artísticas, prácticas sociales, entre otras, y las diversos ámbitos donde aparece el académico, político, negocios, arte, etc., desde los años setenta. Para Taylor³⁸ esto deja al descubierto la historia de su intraducibilidad, así como las interconexiones y fricciones entre sistemas diversos de inteligibilidad, lo que hace del término y sus prácticas “un campo inclusivo y culturalmente revelador”.

Una primera aclaración es su problemática traducción al español como acción, representación, ejecución, actuación, desempeño, al ser términos que no logran expresar la amplitud de sus posibilidades en su aspecto epistémico como metodológico. Por tanto, siguiendo a Taylor³⁹ es preferible dejarlo en la forma de la lengua inglesa, *performance* (sustantivo) derivada de *to perform* (verbo). De manera específica, Schechner⁴⁰ al definir *to*

³⁸ TAYLOR, Diana. Introducción. *Performance*, teoría y práctica. En: TAYLOR, Diana, y FUENTES, Marcela (eds.). Estudios avanzados de *performance*. México: FCE, Instituto Hemisférico de Performance y Política, Tisch School of de Artes, New York University, 2011. p. 25

³⁹ *Ibíd.*, p. 26

⁴⁰ SCHECHNER, Richard. Estudios de la representación. Una introducción. México: FCE, 2012, p. 58

perform dentro del ámbito de los estudios de la *performance*, considera que puede entenderse en relación con: a) el “ser”, la existencia misma; b) el “hacer”, la actividad de todo lo que existe; c) “mostrar el hacer”, acción de representar, realizar, desplegar, subrayar; d) “explicar el mostrar haciendo”, reflexionar sobre cómo se muestra el hacer. Es decir, el mundo “de” la *performance* y el mundo “como” *performance*.

En este último aspecto, el autor se refiere a la diferenciación de lo que “es” *performance* y lo que puede estudiarse “como” *performance*”⁴¹. Los estudios de la *performance*, por su carácter abierto, extendieron su interés inicial en las artes escénicas hacia actuaciones por fuera de éste ámbito (vida cotidiana, deportes o actividades de entretenimiento, negocios, tecnología, género, ritos sagrados y seculares, juegos), haciéndose difusa las fronteras entre el arte y la vida. De tal modo, desde la práctica artística y cultural un *performance* tiene límites y “es” lo que la tradición, el hábito y la convención de un determinado contexto estético, sociocultural e histórico dice que lo es. Por su parte, el uso de la categoría “como *performance*” permite aproximarse a sucesos, ejecuciones o comportamientos repetidos fuera del ámbito artístico, entramados con la experiencia y socialmente adecuados como estilos de la vida o modos de hacer abarcando un espectro amplio de comportamientos socio-estéticos, a tal punto que Schechner afirma “en el siglo XXI, la gente vive, como nunca antes, a través de la representación [*performance*]”⁴².

⁴¹ Ibid., p. 74

⁴² Ibid., p. 58

Si bien la anterior definición aportada por Schechner postula que toda acción humana puede ser *performance*, es preciso aclarar que la condición de las actividades humanas consideradas de tal modo poseen una marca distintiva según este mismo autor de “conductas restauradas”⁴³ o “conductas restablecidas siempre por segunda a enésima vez”⁴⁴, acciones aprendidas, entrenadas, ensayadas y practicadas para desempeñar roles de la vida de acuerdo con circunstancias sociales y personales, estas son los “hábitos, rituales y rutinas de la vida cotidiana”.⁴⁵ Schechner, aclara también que las *performances* se construyen de fragmentos de conducta restablecida pero al permanecer en “flujo” constante con final “abierto”, en condiciones de “interactividad” con posibilidades de ser ajustados o re combinados y aconteciendo en contextos de recepción y tiempos distintos hace que cada repetición sea distinta, por tanto, cada *performance* es diferente. “Porque está marcada, enmarcada y demarcada, la conducta restablecida puede ser trabajada, almacenada y vuelta a usar, se puede jugar con ella, se le puede transformar en otra cosa, transmitirla y transformarla”⁴⁶. Aquí se revela su carácter “performático”, es decir, el potencial re-creador de las *performances*. Cabe aclarar en este momento la adjetivación que he usado de “performático”, palabra acuñada por Diana Taylor para referirse “a acciones más que a efectos de discurso”⁴⁷ y diferenciarse del uso de los términos “performativo”, “performatividad” y “realizativo” provenientes de la lingüística, la filosofía y la retórica (Austin, Derrida y Butler).

⁴³ SCHECHNER, Richard. *Performance*. Teoría y prácticas interculturales. Buenos Aires: Libros del Rojas, UBA, 2000. p.13

⁴⁴ SCHECHNER, Estudios de la representación. Una introducción, Op.cit., p.71

⁴⁵ *Ibíd.*, p.68

⁴⁶ *Ibíd.*, p.70

⁴⁷ TAYLOR, Op.cit., p. 24

En relación a la potencia de los eventos performáticos es necesario resaltar la consideración de la conducta restaurada como “conductas vivas” que existen por fuera de los actores que las ejecutan, es decir no tienen autor singular porque el autor es colectivo, al ser la *performance* el resultado de re combinaciones, síntesis o compilaciones de acciones anteriormente practicadas. A la vez, los significados que porta la conducta restaurada deben ser reconocidos o decodificados por quienes están informados o iniciados en ella. Así, la conducta restaurada es simbólica, reflexiva y pone en juego la realidad⁴⁸. Esta mirada es cercana al pensamiento de Turner cuando utiliza la palabra *performance* para dar cuenta de diversos actos simbólicos y reveladores de las culturas gracias a los cuales adquieren conciencia de sí mismas. La reflexividad cultural según Turner ⁴⁹ se puede producir de dos maneras: individual, el sujeto puede expresarse y conocerse mejor a sí mismo a través de la *performance*; o grupal, en la observación y/o participación en *performance* producidas y presentadas por otros grupos de seres humanos.

Sin lugar a dudas, la *performance*, es reveladora, restaurativa y reflexiva, es decir, performática. En palabras de Turner, citado por Schechner: “Una *performance* es una dialéctica de flujo, es decir, movimiento espontáneo en el que la acción y conciencia son uno, y reflexividad, donde los significados, valores y objetivos centrales de una cultura se ven en acción, mientras dan forma y explican la conducta (...)”⁵⁰.

⁴⁸ SCHECHNER, Estudios de la representación. Una introducción, Op.cit., 70

⁴⁹ TURNER, Victor. The Anthropology of Performance. In: Turner, Victor (comp). The Anthropology of Performance. New York: PAJ Publications, 1987.

⁵⁰ SCHECHNER, Performance. Teoría y prácticas interculturales. Op.cit. p.16

Otro aspecto relevante para este trabajo, es la relación de la *performance* con el rito y la posibilidad de la experiencia liminoide como parte de ella. Para Turner, la *performance* forma parte de los dramas sociales y culturales, y éste a su vez es “una irrupción en la superficie de la vida social continua”.⁵¹ Por su parte, Schechner⁵² considera que la *performance* - ya sea en las artes escénicas, en el entretenimiento o en la vida cotidiana - consiste en *performance* ritualizadas. Los rituales más que expresar ideas, las corporizan, es pensamiento actualizándose, lo simbólico como acción. En la *performance* ritualizada las conductas ordinarias se ven “liberadas” de sus funciones originales de acuerdo con mecanismos específicos reconocidos por los ejecutantes, la actuación o partes de ella es exagerada y simplificada, haciéndose repetitiva o/y rítmica, se enfatiza en partes o funciones corporales acompañados de aditamentos, vestimenta no usual, instrumentos, máscaras, etc. Las cualidades descritas del ritual es lo que hace posible procesos creativos y abre paso a nuevas situaciones, identidades y realidades sociales ya que lleva a los implicados en la *performance* a una “segunda realidad”, aparte de la vida ordinaria. “En esta realidad, las personas pueden asumir su propio yo de otras maneras que el yo cotidiano”⁵³. Cuando personifican o modifican sus actuaciones, los ejecutantes pueden resultar transformados ya sea temporal o durablemente. Los rituales que transforman de forma duradera son aquellos que “transportan” a las personas de una fase vital a otra, de un rol a otro o de un estatus a otro – iniciaciones, bodas, funerales -, mientras los rituales que provocan cambios temporales están más asociados a las actividades de entretenimiento y juego.

⁵¹ TURNER, Victor. Antropología del Ritual. En: GEIST, Ingrid (comp). México: Instituto Nacional de Antropología e Historia/Escuela Nacional de Antropología e Historia, 2002, p.129

⁵² SCHECHNER, Estudios de la representación. Una introducción. Op.cit. p. 94-97

⁵³ *Ibíd.*, p. 95

En todos los rituales hay liminaridad. La cuestión liminal fue desarrollada por Turner⁵⁴ a partir de las observaciones de Arnold Van Gennep sobre los “ritos de pasaje” asociados a situaciones de margen o *limen* (umbral). Esta corresponde con un tiempo y lugar, por fuera de los procedimientos normales de la acción social y se experimenta como una “situación de mutación, de crisis y de importantes cambios”⁵⁵. El momento y estado liminar es un intermedio en el sentido que no es “ni esto ni aquello” en cuanto a posiciones sociales o identidades personales. En el *entre*, ocurren transiciones y transformaciones, para lo cual según Schechner,⁵⁶ se cumplen dos cosas: primero, los implicados en el ritual (ejecutantes y audiencia) son llevados a un estado temporal de “vulnerabilidad” en el que están abiertos al cambio, a la vez que son despojados de posiciones identitarias y lugares que ocupaban en el mundo social. Segundo, las personas son inscritas en nuevas identidades o iniciadas en nuevos poderes. Aclara este autor que Turner usó el término “liminoide”⁵⁷ para describir tipos de acción simbólica o actividades de esparcimiento existentes en las sociedades contemporáneas que cumplen una función semejante al ritual en las sociedades tradicionales, con la distinción que las actividades liminoides son voluntarias, mientras las actividades liminares son obligatorias.

En el sentido expuesto, las PCR pueden entenderse “como *performance*” liminoides al ser actuaciones aprendidas y entrenadas dentro de ámbitos sociales (entretenimiento, bienestar,

⁵⁴ TURNER, Víctor. El proceso ritual. Estructura y antiestructura. Madrid: Taurus, 1988

⁵⁵ *Ibíd.* p.58

⁵⁶ SCHECHNER, Estudios de la representación. Una introducción, Op. cit. p.117

⁵⁷ *Ibíd.* p.117

cultural) así como también por la finalidad común que poseen de afectar las acciones y posiciones identitarias o subjetividades de quienes las ejecutan de modo voluntario.

1.1.3 Como prácticas estéticas: Al ser las PCR entendidas como usos culturales del cuerpo y a la vez como *performance*, cuyo propósito principal es afectar proyectos corporales y de subjetivación a partir de la experiencia sensomotriz, se hace necesaria ampliar la comprensión de las posibles relaciones del saber y poder con lo sensible, así como las posibilidades de agencia.

La relación de las PCR con un orden sensible, es aquí entendida siguiendo a Ranciere⁵⁸ quien denomina la “división sensible como ese sistema de evidencias sensibles que pone al descubierto al mismo tiempo la existencia de un común y las delimitaciones que definen sus lugares y partes respectivas. Por lo tanto, una división de lo sensible fija al mismo tiempo un común repartido y unas partes exclusivas. Este reparto de partes y lugares se basa en una división de los espacios, los tiempos y las formas de actividad que determina la manera misma en que un común se presta a participación y unos y otros participan en esa división”. Es decir, que los modos de lo sensible delimitan lo visible e invisible de los tiempos, espacios, formas de actividad, lo que se ve, lo que se puede expresar o sentir, las competencias e incompetencias frente a lo común. Hay, por tanto para este autor, una relación entre la política y la estética que no tiene nada que ver con la estetización que formula Lipovetsky⁵⁹

⁵⁸ RANCIÈRE, Jacques. La división de la sensible. Estética y política. Salamanca: Centro de Arte de Salamanca, 2002. p. 17

⁵⁹ LIPOVESTSKY Gilles. La era del vacío. Ensayos sobre el individualismo contemporáneo. Barcelona: Anagrama, 1994. p.105

como “el fin de divorcio entre los valores de la esfera artística y los de lo cotidiano” que junto a lo placentero y sensorial son rasgos del individualismo contemporáneo. Ranciere lo explica haciendo una analogía, con el sentido kantiano expuesto por Foucault, como el sistema de las formas que a priori determinan lo que se va a experimentar. Hay, por tanto, en la base de la política, una estética que como he mencionado alude más a una delimitación de tiempos y espacios, de lo visible y lo invisible, de las experiencias perceptivas posibles que constituyen el “régimen sensible”.

A partir de esta perspectiva, Ranciere plantea la cuestión de las “prácticas estéticas”, refiriéndose de manera particular a formas de “visibilidad” y de “sensibilidad” y de lo que “hacen” con respecto a lo común. Esta perspectiva de lo sensible es reapropiada por Farina como “política de las formas”⁶⁰, extendiendo lo político a la producción de subjetividad al referirse a maneras de habitar el régimen sensible⁶¹. Es decir, como experiencia estética o en términos de Foucault, a una “estética de la existencia”⁶². Para Farina, el diseño producido por el régimen sensible y consumido en la experiencia estética, individual y colectiva, configura una determinada forma que delinea el territorio subjetivo y común desde la materialidad de las relaciones que la misma forma permite y establece. Esta autora se acompaña de Bourriaud⁶³, para quien la forma no toma su consistencia (y no adquiere una existencia real) hasta que pone en juego interacciones, hasta que se conforma como modo de

⁶⁰ FARINA, Cynthia. Arte, cuerpo y subjetividad. Estética de la formación y la pedagogía de las afecciones, Tesis Doctoral (Doctora en Educación). Barcelona: Universidad de Barcelona, 2005. p.136

⁶¹ FARINA, Cynthia. Formación estética y políticas de lo sensible. En: FARINA, Cynthia y RODRÍGUEZ, Carla. (comp). Cartografías do sensível. Estética e subjetivação na contemporaneidade. Porto Alegre: Evangraf LTDA, 2009. p. 9-23

⁶² FOUCAULT, Michel. Historia de la sexualidad. El uso de los placeres. México: Siglo XXI, 2011. p. 17

⁶³ BOURRIAUD, Nicolás. Estética relacional. Buenos Aires: Adriana Hidalgo, 2006.

relación, concluyendo que la materialidad de la forma es relacional. Al respecto, Farina⁶⁴ avanza, considerando que es en la forma, y como forma, como se encuentran diferentes principios de fuerzas (que desestabilizan o fijan), es como los procesos que están en formación se ponen en relación, y es también como se ponen en juego, como se articulan y se agencian.

La producción de subjetividad para esta autora, se da en medio de fuerzas productoras de visibilidad y de sensibilidad, pero a la vez, esta experiencia estética puede ser también ética, si ofrece parámetros para ver y entender las cosas, imágenes y discursos con los que intervenimos esas mismas formas que se han hecho realidad. No obstante, vale aclarar para terminar que percibir no es una abstracción, percibir es una acción sensible que sucede en la corporalidad, que configura materialmente las maneras de entender las cosas que interpelan al sujeto en su vínculo en-carnado con el entorno. En suma, las PCR, en tanto prácticas estéticas, al mismo tiempo que ordenan una apropiación común de lo sensible, pueden constituir también una acción transformadora de los modos de producción ética y estética del sujeto.

1.1.4 Prácticas corporales reflexivas: Como punto de partida, entiendo para este estudio las *prácticas corporales reflexivas* cuyo principal propósito es la autoconstitución subjetiva desde la reelaboración de la experiencia cinestésica, combinada con recursos verbales y otros estímulos sensoriales (usados en distinta proporción y modo), realizadas en el tiempo libre,

⁶⁴ FARINA Cynthia: Arte, cuerpo y subjetividad. Experiencia estética y pedagógica. En: Educación Física y Ciencia, [online], 2006 [Citado 4 agosto de 2008] Disponible <http://www.efyc.fahce.unlp.edu.ar>

de forma activa y voluntaria. Bajo esta noción se reunieron prácticas corporales de estilos y orígenes diversos desplegadas en los últimos treinta años en la ciudad de Medellín, organizadas así: prácticas orientales (yoga y taichí), prácticas dancísticas personales (danza Samkya®, danza oriental, danza integral), y prácticas somáticas (Antigimnasia®, Método Pilates®, Método Feldenkrais®, Eutonía®).

Cabe ahora aclarar ahora mi preferencia por el uso de la palabra “práctica” a la de “técnica”, pues como expuse al principio de este apartado, el sentido dado por Mauss a las técnicas corporales queda inscrito en una perspectiva dualista e instrumental al contrario de la noción de prácticas corporales que según, Andrieu⁶⁵, hace el tránsito de una visión objetiva de la acción a una visión subjetiva de lo vivido, interesándose en el punto de vista del sujeto en relación con la experiencia perceptiva e intersubjetiva en movimiento. Además, permite integrar la in-corporación social y el lugar de la reflexividad o agencia corporizada.

De otro lado, es importante anotar que todas las PCR elegidas para este estudio, tienen una procedencia extranjera y en su gran mayoría, están vinculadas a una larga tradición cultural como el caso del taichi y el yoga, mientras otras son sistemas de movimiento creados en la primera mitad del siglo XX en Europa como, el Método Feldenkrais®, Método Pilates®, Eutonía® y Antigimnasia®; o fueron desarrollados durante la segunda mitad del siglo XX en Latinoamérica como es el caso de Biodanza- Sistema Rolando Toro® y Danza Samkya®. No obstante su amplia trayectoria, las PCR han ocupado principalmente posiciones

⁶⁵ ANDRIEU, Bernard. Pratiques corporelles. Dans: ANDRIEU, Bernard y BOETSCH Gilles. Dictionnaire du corps. París: CNRS Editions. 2008, p. 257

periféricas frente a las visiones hegemónicas de los campos artísticos, terapéuticos y educacionales en el contexto occidental, llegando a ser consideradas como “prácticas corporales alternativas”⁶⁶. Además, han sido asociadas a la ola del “corporeismo”,⁶⁷ movimiento que desplegó un estilo de vida promotor de la “liberación” del cuerpo de la razón cultivando la sensorialidad, impulsado desde la década del sesenta y que ha contribuido desde entonces a la progresiva visibilidad de algunas de ellas en ámbitos del entretenimiento o tiempo libre, el bienestar, la medicina alternativa y la “nueva era”.

1.1.4.1 Prácticas orientales: Se incluyeron en estos apartados prácticos de movimiento de procedencia oriental como el yoga y el taichí, más cercanos a su dimensión como técnicas de ejercitación psicofísica que como disciplina espiritual o arte marcial.

Sobre el yoga, es de gran discusión sus orígenes pero se sabe que se remiten a unos 5.000 años antes de Cristo, así como se conoce el primer tratado de Yoga, escrito 200 años antes de Cristo por Yogacharya Patanjali en el norte de la India, según Swami Maitreyananda⁶⁸, uno de los Maestros de Yoga ampliamente reconocido a nivel mundial. No obstante, a través de su historia, el yoga ha sido una práctica sincrética y sometida a múltiples transformaciones, producto de la interacción de cosmovisiones de quienes la han promovido y de la adaptación a diversos contextos espacio-temporales en diferentes épocas. De tal

⁶⁶ PEDRAZA, Zandra. De la educación física y el uso de sí: ejercicios estético-políticos de la cultura somática moderna. En: *Movimiento*, mayo/agosto, 2008, Vol. 14, No.2, p. 27

⁶⁷ LE POGAM, Yves. *Corporéisme et individualisme hédoniste*. Dans: *Corps et Culture. Plaisirs du corps, plaisirs du sport* [online] 1997, [Citado 4 agosto de 2009]
Disponible <http://corpsetculture.revues.org/document388.html>

⁶⁸ ESTÉVEZ, Fernando. *Qué es el yoga?* [online] Buenos Aires: Sociedad Internacional de Yoga Integral®, 2008, [citada 9 marzo 2010] Disponible www.yogaintegral.biz/queeselyoga.pdf

manera, es imposible hacer referencia a un único yoga, tal como se evidenciará en la reconstrucción histórica de la misma a nivel local. Para el caso de las tendencias de yoga halladas en Medellín, se pueden ubicar en el llamado “yoga moderno”, el cual, según De Michelis⁶⁹, se refiere a cierto yoga que se desarrolló desde finales del siglo XIX a partir de la interacción entre la India y Occidente, inscribiéndose en esta categoría diversas escuelas que tienen sus raíces Filosóficas en el contexto cultural de la India pero que han sido apropiadas como parte de las culturas urbanas de diferentes países en el mundo. De acuerdo con Singleton⁷⁰, el yoga moderno ha estado profundamente influenciado por el movimiento de cultura física de Occidente desde el siglo XIX y las interpretaciones populares relacionadas con el nacionalismo hindú que han hecho del yoga una expresión atemporal del ejercicio propio de este país. De esta conjunción, en Europa y Estados Unidos la apropiación del yoga moderno se promovió como un conjunto de técnicas psicofísicas-espirituales que integran los tres planos existenciales del ser humano: cuerpo, mente y espíritu. Luego, por intermedio del *Samadhi* (estado de plenitud existencial) integra al ser humano con las fuerzas del universo y su propia concepción del Todo o Ser Superior: Dios, Brahman, Dharma, Tao, lo Absoluto, el Holos. De hecho, la definición que proporciona Swami Maitreyananda revela esta interpretación: “El Yoga es, ante todo, un arte, ciencia y filosofía de vida que integra mente, cuerpo y espíritu del ser humano, desarrollando su educación espiritual”⁷¹.

⁶⁹ DE MICHELIS, Elizabeth. Modern yoga: history and forms. In: BYRNE, Jean y SINGLETON, Mark. Yoga in the modern world: contemporary perspectives. Abingdon: Routledge, 2008.p.17-35.

⁷⁰ SINGLETON, Mark. Yoga body: the origins of modern posture practice. New York:Oxford University Press. 2010

⁷¹ ESTÉVEZ, Op.cit., p.4

Respecto al taichi, su origen, al igual que el yoga suscita controversia, ya que es difícil de establecer con rigurosa exactitud cuándo surge, cuándo empieza a diferenciarse y tomar cuerpo como tal en Occidente, cuándo se empieza a llamar así, etc. Lo que parece cierto es que el taichi es un arte bastante antiguo, gestado dentro del taoísmo y su filosofía. Se puede definir como un arte marcial chino, calificado como arte marcial “interno” en el sentido que busca la armonía del cuerpo, internamente y a la vez con la naturaleza. Tiene estilos diversos ya sea que se trate de su enfoque de arte marcial, de salud o de trascendencia. Se trata de secuencias de movimientos que realizan sus practicantes caracterizadas por la lentitud, flexibilidad, circularidad, continuidad, suavidad y firmeza que buscan transmitir unión de la conciencia y el movimiento corporal bajo un sentimiento de armonía y serenidad⁷². En este estudio se incluyeron los estilos de taichi orientados hacia la salud y el autoconocimiento.

1.1.4.2 Prácticas dancísticas personales: Se integraron a esta categoría prácticas dancísticas cuyos propósitos privilegian más la experiencia subjetiva a través del movimiento danzado que la representación cultural o artística, aunque se realicen en grupo y en algunos casos, se hagan “exhibiciones“, tales como: Danza Samkya®, danza oriental y danza integral.

Danza Samkya®, creada por Amaniksha Solkin, bailarina, Coach y Fisioterapeuta Brasileña, certificada también como terapeuta de Aura-Soma y Ayurveda, quién desde 1994 desarrollo un método, integrando danzas árabes, egipcias e hindúes con técnicas de desarrollo personal.

⁷² ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE TAI CHI XIN YI. El origen del Tai chi. [online]Madrid, [citada abril 15 de 2010] Disponible <http://www.eltaichixinyi.com/Home/presentacion/origenes-del-tai-chi>

Se trata de un método de danza orientado al logro de una mujer multifacética, plena y de éxito, lo que se entiende como el logro de una vida feliz y consciente⁷³.

Danza oriental, en el contexto local se refiere a prácticas de movimiento danzado derivadas de las danzas tradicionales árabes, hindúes o egipcios y reappropriaciones de las mismas en Occidente, incluyendo a propuestas que las fusionan entre ellas o incluso con la danza contemporánea y otros ritmos como el pop, cuya finalidad es acentuar la vivencia de las danzas para facilitar procesos de expresión, reflexividad y transformación personal en sus practicantes.

Danza integral: incluí bajo esta denominación prácticas derivadas de la psicodanza y la danzaterapia que en el medio se han desplegado en diversas propuestas siendo las más influyente Biodanza-Sistema Rolando Toro® por su tradición y estructura organizativa. Biodanza, se conoce con el nombre de su creador Rolando Toro, educador, sicólogo y artista chileno. La Biodanza se propone actuar sobre el desarrollo humano y la renovación existencial combinando gesto, música y emoción lo cual según sus presupuestos, permite la activación del núcleo afectivo, promueve la integración del sentimiento y pensamiento en la acción del individuo. Así, la Biodanza “es la danza de la Vida, es el ejercicio de sentir, pensar y actuar de forma integrada.”⁷⁴.

⁷³ ORGANIZACIÓN CONDOR BLANCO. Quiénes somos. [online] Chile, [citado 5 agosto 2010] Disponible <http://www.kaiwoman.com/>

⁷⁴ TORO, Rolando. Modelo teórico. [online], International Biocentric Foundation: Biodanza Sistema Rolando Toro [citado 8 agosto 2010] Disponible <http://www.biodanza.org/es/biodanza/modelo-teorico-de->

1.1.4.3 Prácticas somáticas: Por esta denominación se reúne el conjunto de prácticas corporales orientadas al aprendizaje de la conciencia del cuerpo sensible en movimiento dentro de su ambiente (cuerpo somático), desde la perspectiva de la primera persona, por lo que también es conocido como “Educación Somática”⁷⁵. El campo de la prácticas de la educación somática es muy amplio y solo se incluyeron para este estudio las que han tenido algún nivel de desarrollo y divulgación en Medellín. Estas son: el Método Feldenkrais® creado por el físico, neurofisiólogo y experto en judo de origen ucraniano Moshe Feldenkrais (1904-1984); la Antigimnasia®, creada por la fisioterapeuta francesa Thérèse Bertherar (1931) y la Eutonía®, creada por la educadora danesa Gerda Alexander (1908 -1994). Todos estos métodos, han desarrollado diferentes estrategias pedagógicas basadas en el descubrimiento guiado a partir del sentido cinestésico, algunos pondrán el acento en el contacto con el entorno, otros en la movilidad del cuerpo en el espacio, otros en las fuerzas sobre el cuerpo y dentro de él, algunos enfatizarán en las cualidades de fluidez y secuencia del movimiento, entre otros aspectos. En general, predomina la orientación de un facilitador que no acude a la demostración sino a el lenguaje basado en su propia experiencia de movimiento, la imaginación, la lentitud, el silencio, la comunicación por el tacto, el diálogo con las sensaciones internas y la expresión emotiva, son características presentes en mayor o menor grado en las diversas práctica somáticas.

⁷⁵ JOLY, Yvan. Educación Somática. Reflexiones sobre la práctica de la conciencia del cuerpo en movimiento. México: Plaza y Valdés. 2008

1.2. SUBJETIVACION CORPORIZADA

En este apartado buscaré aproximarme al problema de la producción de la subjetividad, y por ende de la corporalidad desde la fenomenología cultural y algunas miradas posestructuralistas, componiendo el concepto de *subjetivación corporizada*. Al hacer resonar las perspectivas mencionadas, pretendo alejarme de la idea de un cuerpo y un sujeto escindidos, fijos y determinados, para verlos más en una perspectiva relacional, cómo efecto de las fuerzas que los constituyen, en situación y en devenir. En primer lugar, desarrollo algunos fundamentos de la fenomenología cultural que además de articular epistemologías de la corporeidad y la práctica, me ofrece un punto de vista teórico-metodológico complementario al enfoque discursivo y simbólico para entender la subjetividad también como efecto de la experiencia situada, es decir, resultante de la interacción perceptual y activa con el mundo con capacidad de reactualizarse a sí misma. En segundo lugar, presento algunas nociones de autores posestructuralistas que resuenan con la idea de subjetividad, como efecto de fuerzas estéticas y políticas, en devenir.

1.2.1 Subjetivación situacional: El desarrollo de este eje conceptual lo ubico en la perspectiva de la fenomenología cultural puesto que parte de reconocer la corporalidad y de forma más específica, la actividad práctica como fuente de la experiencia subjetiva y sociocultural. Thomas Csordas,⁷⁶ lo denomina como “paradigma del *embodiment*” [*] ya que

*El término *embodiment* se mantendrá en inglés cuando se haga referencia al enfoque teórico u orientación metodológica y se usará en español términos relacionados con éste, como el verbo corporizar o el adjetivo corporizado(a).

toma la corporalidad no solo como un objeto de estudio sino también como un punto de partida metodológico para analizar la presencia y participación humana en el mundo. Para ello, Csordas sugiere que el cuerpo es necesario para hacerse humano para lo cual debe considerarse “no como un objeto que es "bueno para pensar", sino como un sujeto que es "necesario para ser"⁷⁷. De este modo, la corporalidad deja de ser sólo un objeto sobre el cual se inscribe la cultura o hace las veces de instrumento para el sujeto de la conciencia, y pasa a ser agente de lo socio-cultural y la subjetividad.

Como he mencionado, la fenomenología cultural reconoce a la corporalidad como “sustrato existencial de la cultura”, es decir, punto de partida para entender la experiencia subjetiva e intersubjetiva en el mundo cultural⁷⁸. Para ello, Csordas realiza una síntesis entre el dominio de la experiencia perceptual en relación quiasmática con el mundo, desarrollada por la fenomenología de Merleau-Ponty, y el dominio empírico de la práctica, planteado bajo la noción de *habitus* de Bourdieu. Me detendré en ambas perspectivas ya que me resulta necesario para continuar abordando el paradigma del *embodiment*.

1.2.1.1 Carne y quiasmo. En su afán de superar el dualismo sujeto-objeto frente al problema de la experiencia de constitución del propio cuerpo y buscando dar cuenta de la

⁷⁶ CSORDAS, Thomas. Embodiment as a Paradigm for Anthropology. In: Ethos, 1990, vol. 18, no. 1

⁷⁷ CSORDAS, Thomas. Modos somáticos de atención. En: CITRO, Silvia (comp) Cuerpos plurales. Antropología de y desde los cuerpos. Buenos Aires: Editorial Biblos, 2010. p.83

⁷⁸ CSORDAS, Thomas. Embodiment and Cultural Phenomenology. En WEISS, Gail y FERN HABER, Honi (Eds). Perspectives on Embodiment. The Intersections of Nature and Culture, New York-London: Routledge, 1999. p. 143

intersubjetividad como “intercorporeidad” en la relación cuerpo-mundo, Merleau-Ponty introduce las nociones de *carne* y *quiasmo*.

La *carne* alude a la dimensión sentiente-sentido del “sujeto corporal”⁷⁹. La *carne*, es la textura de la corporalidad, vinculación, y participación con las materialidades del mundo: “La consistencia del cuerpo, lejos de rivalizar con la del mundo, es, por el contrario, el único medio que tengo de ir al corazón de las cosas, haciéndome mundo y haciéndolas carne”.⁸⁰

La *carne* juega en este sentido el rol concreto de intersticio o “tejido conjuntivo” ya que ni la corporalidad ni el mundo puede ser entendido sin que su discurrir se aprehenda como entrecruzamiento, como *quiasmo*. Así, la carne, funciona a modo de *quiasmo* con dos lados convergentes y simultáneos: la *carne* del mundo y *carne* del cuerpo. Merleau-Ponty subraya que la *carne* utiliza el cuerpo sentido (cuerpo objetivo, visible, sensible) como un “medio” para estar incorporada al conjunto de las cosas sensibles, esto es, a la *carne del mundo*. Capta lo sensible porque es poseída por lo sensible en razón de ser un elemento del mundo. Pero es también aquel momento de lo sentido que se invierte en un ver y un tocar mediante los cuales toma posesión de todo lo sensible y lo incorpora dentro de sí, como cuerpo sentiente (cuerpo vivido, vidente), constituyendo el esquema corporal. De este modo los dos órdenes a los que pertenece el cuerpo propio como sentiente-sentido vienen a parar uno en otro gracias a la forma de *quiasmo*. Para Merleau Ponty, en sus últimos escritos, el propio cuerpo no aparece como un objeto de la experiencia, ni tampoco como sujeto experimentando, no hay más sujeto, es decir, un ente especialísimo, reflexivo que, de alguna manera, se escapa del mundo; él está entramado en lo existente, formando un *quiasmo* con todo lo que le rodea.

⁷⁹ MERLEAU-PONTY, Maurice. Fenomenología de la percepción. Buenos Aires: Planeta, 1993. p 90.

⁸⁰ MERLEAU-PONTY, Maurice. Lo visible y lo invisible. Buenos Aires: Nueva Visión. 2010. p 123

Con la idea de *quiasmo* emerge entonces una vía media que busca poner fin a la concepción dualista: sujeto-objeto; interior-exterior; cuerpo objeto - cuerpo vivido. Ramírez lo presenta como “potencia”⁸¹. La potencia del *quiasmo* proporciona algunos elementos de interés este trabajo, relacionada con el modo práctico de constitución del vínculo sujeto-mundo y las posibilidades de libertad o gencia en relación con el mismo.

Un primer elemento surge al considerar que el sujeto corporal al coexistir con el mundo, ha de poner en juego su existencia y acoger lo que le viene propuesto por el mundo, un mundo que “(...) está ya constituido, pero nunca completamente. Bajo la primera relación, somos solicitados, bajo la segunda, estamos abiertos a una infinidad de posibilidades”⁸². De tal forma, al *ser carne-en-el-mundo* recibimos un “estilo” (*habitus*), como incidencia del pasado biográfico e histórico-cultural a partir del cual nuestras acciones y pensamientos estarán en relación, aunque de modo no determinista, pudiendo asumir de diferentes maneras las situaciones en el flujo de la existencia. Esta reflexión sobre la “libertad en situación” es comprendida por Citro⁸³ como potencia de un “ser constituyente” (aunque no siempre la use) de elegir una dirección distinta a la marcada por las condiciones pasadas. Un segundo elemento que deseo destacar se desprende de la noción de esquema corporal. Para Merleau-Ponty⁸⁴ el esquema corporal se pone de manifiesto en el movimiento y en él se revela como

⁸¹ RAMÍREZ, Mario. El pliegue y el quiasmo. Merleau-Ponty y Gilles Deleuze. *En*: Eikasia. Revista de Filosofía, No. 49, 2013. p. 89

⁸² MERLEAU PONTY, Fenomenología de la percepción, Op.cit., p.460

⁸³ CITRO, Silvia. Cuerpos significantes. Travesías de una etnografía dialéctica. Buenos Aires:Biblos, 2009. p.103

⁸⁴ MERLEAU-PONTY, Fenomenología de la percepción, p. 154

un conocimiento “global” en el que están contenidos tanto la integración activa de los miembros y las partes del cuerpo, como las posibilidades posturales y de movimiento, consideradas situacionales del cuerpo en función del espacio, más como un conocimiento práctico, instituido progresivamente mediante “esfuerzos corporales” y no como una imagen mental establecida a priori como principalmente lo ha entendido la psicología⁸⁵.

En suma, respecto a la *subjetivación situacional* desde el pensamiento de Merleau Ponty, habría que decir no hay un sujeto de la percepción sino que él mismo es un *efecto* del acontecer de la percepción, lo que lleva a considerar las condiciones en que se da la experiencia de vinculación y participación de la carne-en-el-mundo, asunto tratado por Pierre Bourdieu.

1.2.1.2 El sentido práctico. Para Bourdieu una clase particular de condiciones de existencia producen “*habitus*”, entendido como sistemas de disposiciones, duraderas y transferibles “colectivamente orquestadas sin ser el producto de la acción de un director de orquesta⁸⁶”. El *habitus* es lo social corporizado (estructuras estructuradas) y principio generador de prácticas y representaciones (estructuras estructurantes) incorporadas por los sujetos en medio de sus interacciones en el mundo, en su papel de “agentes condicionados a reconocerlos”⁸⁷. En este sentido, el *habitus* es recurso y límite dentro unas condiciones de existencia. Disposiciones perdurables (de percepción y acción) a partir de las cual el agente

⁸⁵ BATTÁN, Ariela. La centralidad de la noción de esquema corporal como quiasmo de espacio y movimiento. *En: Investigaciones Fenomenológicas*, No.10, 2013. p.16

⁸⁶ BOURDIEU, Pierre. El sentido práctico. Buenos Aires: Siglo XXI, 2010.p. 86.

⁸⁷ *Ibid*, p. 87

comprende y habita el mundo con un “sentido práctico”, excluyendo la deliberación. Además, el mundo que se constituye con el *habitus*, pasa a ser un “sistema de estructuras cognitivas y motivadoras”⁸⁸, un mundo práctico de instituciones, usos o procedimientos por seguir que tienden a aparecer como preordenadas frente a las motivaciones y necesidades personales o de un grupo. Así el *habitus* es, al mismo tiempo, un esquema singular y sistemático, al establecer por medio de la corporalidad la conjunción entre las condiciones objetivas de la vida con las motivaciones y las prácticas, de tal modo que sean completamente compatibles. De tal modo para Bourdieu, una vez adquirido el *habitus*, éste permite la generación de prácticas que siempre se pueden adaptar a las condiciones en las que se encuentra.

En suma, el *habitus* proporciona un vínculo entre el individuo y lo social: el modo en que llegamos a vivir en nuestros cuerpos está estructurado por nuestra posición social en el mundo, pero estas estructuras son reproducidas únicamente mediante las acciones materializadas de los individuos y dentro del marco que éste permite. La materialización de las disposiciones del comportamiento colectivo por medio del cuerpo vivido es otro eje que retoma Csordas para proponer el paradigma del *embodiment*.

1.2.1.3 El paradigma del *Embodiment*. Esta perspectiva u orientación metodológica es explicada en parte por Csordas realizando una distinción entre cuerpo y *embodiment* a partir de una analogía con la diferencia establecida por Roland Barthes entre obra y texto. Al respecto escribe:

⁸⁸ Ibid., p. 88

Para Barthes, la obra es un fragmento de una sustancia, un objeto material que ocupa un espacio en una librería o en un estante. El texto, por el contrario, es un campo metodológico indeterminado que existe solamente cuando es puesto al día en un discurso, y que es experimentado solamente como actividad y como producción. Paralelamente el cuerpo es una entidad biológica, material, mientras que el *embodiment* puede entenderse como un campo metodológico indeterminado definido por experiencias perceptuales y por el modo de presencia y compromiso con el mundo⁸⁹.

Lo anterior evidencia las tendencias principales con las cuales se ha realizado a lo corporal en las culturas, predominando la mirada lingüística que desde el modelo de texto ha leído o entendido al cuerpo asignándole atributos similares al texto. Por el contrario para el paradigma del *embodiment* no ha significado que las culturas posean la misma estructura que la experiencia corporizada, sino que la corporalidad es el punto de partida para analizar la participación humana en las culturas. No obstante, Csordas propone que el *embodiment* tenga como “compañero dialéctico”⁹⁰ a los abordajes centrados en la textualidad, la representación y el discurso. En sus palabras, se trata de "sintetizar la inmediatez de la experiencia corporal con la multiplicidad de significaciones culturales en las cuales las personas están siempre e inevitablemente inmersas"⁹¹. En efecto, el paradigma del *embodiment* busca ir más allá de la perspectiva textualista del cuerpo, interesándose no sólo por lo que se dice de él (ámbito de la representación y el discurso), sino por lo que él mismo dice (ámbito de lo corporal, las emociones, las sensaciones, el movimiento, etc).

Además, Csordas⁹² complementa su argumentación realizando un análisis de síntesis entre la experiencia perceptual de Merleau-Ponty y el cuerpo socialmente informado de Bourdieu, encontrando un nivel no determinista que permite la comprensión de la capacidad

⁸⁹ CSORDAS, Modos somáticos de atención, Op.cit., p 83

⁹⁰ CSORDAS, Embodiment and Cultural Phenomenology, Op.cit.,147

⁹¹ Ibid., 143

⁹² CSORDAS, Modos somáticos de atención, Op.cit., p.102

constituyente de la corporalidad. Por un lado, considera que hay un principio de “indeterminación existencial” que se vuelve “condición para la trascendencia en la vida social” en la relación perceptiva sujeto-mundo y sujeto-objeto, propuesto por Merleau-Ponty, y por otro lado, en la noción de *habitus* de Bourdieu advierte una “indeterminación lógica” que se vuelve “condición para la improvisación regulada” permitiendo la capacidad interminable de generar *habitus* ajustados a las condiciones particulares en las cuales se han producido. Al fin, es en estas relaciones no deterministas de la relación entre estructura y agencia que se constituye un “sustrato existencial cambiante”⁹³ en el que el *embodiment* propone considerar el carácter activo y transformador de la corporalidad en la vida social.

Al respecto, Citro en su propuesta de “etnografía dialéctica”, hace una reapropiación de la indeterminación planteada en el enfoque del *embodiment* y especialmente de “la libertad en situación” merleupontiana, proponiendo usar el concepto de “hábito” para diferenciarlo del *habitus* de Bourdieu que deja circunscrito las disposiciones al límite impuesto por los procesos de socialización y las condiciones de existencia. Tal aproximación analítica sobre el hábito, la asumo también en esta investigación por lo cual las “(...) predisposiciones a actuar, percibir, sentir y pensar incluyen también la capacidad de traspasarse a sí mismas, a partir del ejercicio continuado de nuevas prácticas en situaciones actuales”⁹⁴. De hecho, etnografías adelantadas por ella y su equipo de trabajo muestran como diversas prácticas corporales al provocar una acción continuada de reflexión, de imaginación y de nuevas experiencias sensomotrices, tienen la capacidad de desafiar hábitos anteriores y crear otros

⁹³ Ibid. p.103

⁹⁴ CITRO. Cuerpos significantes. Travesías de una etnografía dialéctica, Op.cit.,p.103

nuevos, lo que puede ser fuente para promover nuevas significaciones culturales o reformular posiciones identitarias y subjetividades.

Lo anterior, lleva a considerar la inclusión como precursor dentro de la perspectiva del *embodiment* al antropólogo Michel Jackson⁹⁵ quien retoma a Jhon Dewey y Mathias Alexander para reflexionar tanto su práctica de yoga como su práctica etnográfica, explorando el interjuego entre *habitus*, actividades prácticas (ritos y comportamiento cotidianos) y formas de conciencia. Jackson expone en su trabajo, la manera como el principio sobre el “uso de sí” planteado por el educador somático Alexander, le reveló el “carácter corporizado” de la voluntad en la acción, la inescindibilidad entre cuerpo y mente en la experiencia corporal, descrito por Dewey; así como le ayudó a atender reflexivamente su práctica etnográfica del mismo modo que a sus *hábitus*, es decir, enfocándose en “los medios por lo cuales” y no en “la obtención de fines”.

Me interesa resaltar cuatro de las conclusiones de Jackson⁹⁶: primero, cambiar un cuerpo de hábitos, físicos o culturales, no pueden ser cambiados por solo intenciones o deseos, depende de aprender y practicar nuevos usos del cuerpo, es decir, los medios más que el producto. Segundo, la disrupción de las condiciones donde se genera el *habitus*, como la vida en ritos o actividades extra-ordinarias, abre la posibilidad de cambios en las disposiciones corporales y mentales, al incorporar comportamientos que en condiciones ordinarias no se asumirían. Tercero, patrones alterados del uso del cuerpo engendran ideas, cualidades morales y

⁹⁵ JACKSON, Michael. Conocimiento del cuerpo. En: CITRO, Silvia (comp). Cuerpos plurales. Antropología de y desde los cuerpos. Buenos Aires: Biblos, 2010. p 59-60

⁹⁶ *Ibíd.*, p.72-74

cambios perceptivos, cinéticos, emocionales y gestuales, lo que conduce a modificaciones en las relaciones y significaciones socioculturales, ya que es a través de la adaptación e interacción con otros cuerpos que se elabora el *sentido* del mundo.

Respecto a la producción de la subjetividad desde la perspectiva del *embodiment*, cabe recordar que el sentido fenomenológico asume que aunque la percepción finaliza en objetos, empieza en el cuerpo por lo cual resulta relevante para Csordas preguntarse cómo nuestros cuerpos llegan a ser objetivados mediante el proceso de la reflexión⁹⁷. Por ello, considera que el análisis no debe comenzar con el yo (producto) sino con el problema de cómo se convierte en objeto de la conciencia (producción), es decir, con el proceso de orientación y relación en el cual la persona puede objetivarse. Así llega a la siguiente definición: “(...) el *sí mismo* no es ni una sustancia ni una entidad, sino una capacidad indeterminada de volverse orientado en el mundo, caracterizada por el esfuerzo [corporal] y la reflexividad”⁹⁸. En este sentido, la subjetividad resulta de procesos “orientacionales” en donde aspectos del mundo son tematizados para el ámbito personal, con el resultado de que el *sí mismo* es objetivado con una o varias identidades culturales.

En suma, de lo expuesto en este apartado, me sirvo en este trabajo para comprender las pautas culturales de la producción de subjetividad a través de las PCR, en especial, la elaboración intersubjetiva del compromiso sensorial y de la atención sobre el cuerpo en movimiento y sus implicaciones sobre la constitución del *sí mismo*. Además, puedo ir acercándome a una

⁹⁷ CSORDAS, Thomas. *The Sacred Self: a cultural phenomenology of charismatic healing*. Berkeley Berkeley: University of California Press, 1997. p.9

⁹⁸ *Ibid.* p.5

comprensión de la subjetividad más como *subjetivación corporizada* en cuanto no es considerada como ser, sino como *efecto* del acontecer de la percepción y de procesos orientacionales producidos y/o modificados en un campo de actividad práctica y de reflexividad, dentro de entornos socioculturales y materiales.

1.2.2 Subjetivación estética-política. La cuestión de la “indeterminación existencial cambiante” planteado por la fenomenología cultural permite des-cosificar el cuerpo y descentrar al sujeto para colocarlos en relación o *quiasmo*, emergiendo la corporalidad como materialidad y locus de las prácticas sociales y, a la vez, como potencia que contiene la capacidad de traspasarse a sí misma, a partir de la novedad en la actividad reiterativa o en la disrupción de las condiciones de existencia o de socialización. Esta capacidad constitutiva y constituyente de la corporalidad, encuentra resonancia en las posturas posestructuralistas que a continuación delinea al entender la subjetividad como efecto de fuerzas estéticas y políticas.

1.2.2.1 Modos de individuación y potencia de lo sensible: En la filosofía de la diferencia con pensadores como Deleuze y Guatarri, los descentramientos que empezara Merleau Ponty sobre la distinción estructural interno-externo, sujeto-objeto, cuerpo objeto-cuerpo vivido, son profundizados al asumir a fondo el principio de la inmanencia⁹⁹. En este contexto filosófico, me interesa destacar algunos conceptos relacionados con la producción del cuerpo y la subjetividad, así como sobre la lógica de lo sensible, para luego, en el análisis posterior hacerlos resonar través del acontecer sensible de la experiencia del sí mismo en PCR.

⁹⁹ RAMÍREZ, El pliegue y el quiasmo. Merleau-Ponty y Gilles Deleuze, p. 252

Un primer aspecto necesario de enunciar es que en el plano de inmanencia las conexiones e interacciones no siguen una regularidad fijada; corresponde, más bien, a un campo de experimentación o acontecimiento, potencialmente infinito y que se abre por todos lados en el que las formas se crean y deshacen¹⁰⁰. Al interior de esta inmanencia Deleuze se plantea el problema del sujeto y del cuerpo. Desde el pensamiento de Deleuze,¹⁰¹ tanto los cuerpos como las personas no se definen como seres, sino como “modos de individuación” o modalidades de acción de las fuerzas a los que les corresponde un poder de afectar y ser afectados, en devenir. Precisamente porque no hay sujeto, la subjetividad debe ser producida en cada momento. Así, al rechazar la idea de la subjetividad como una mera forma de interioridad propia del sujeto, otorgándole el carácter de modalidad de acción, toma la forma de “pliegue” que no es más que la fuerza plegada sobre sí misma, “el adentro del afuera”¹⁰².

Por su parte, al cuerpo lo entiende como una compleja multiplicidad constitutiva, compuesto tanto de relaciones de fuerza como de afectos de potencia. El cuerpo no preexiste a las fuerzas y potencias que lo constituyen, no se distingue de ellas, de sus composiciones y dinamismos¹⁰³. De lo anterior se deduce que la corporalidad en Deleuze, es una concreción inmediata de una multiplicidad de fuerzas en constante devenir y constitutiva con su afuera. De aquí, la aproximación con la idea de quiasmo de la fenomenología de la *carne* y a la vez, un distanciamiento, en tanto que Deleuze se interesa más en la profundidad intensiva del cuerpo, lo que lo deshace, lo constituye y lo recorre, profundidad diferencial, que rebosa la

¹⁰⁰ DELEUZE, Gilles y GUATTARI, Félix. Mil mesetas. Capitalismo y esquizofrenia. Valencia: Pre-textos, 1994. p.9

¹⁰¹ DELEUZE, Gilles. Conversaciones. Valencia: Pre-textos, 2006., p.184

¹⁰² DELEUZE, Gilles. Foucault. Barcelona: Paidós, 1987. p.128

¹⁰³ DELEUZE, Gilles. Nietzsche y la filosofía. Barcelona: Anagrama, 1994. p. 60

vivencia. A esta profundidad intensiva y diferencial de la corporalidad, la denomina el “cuerpo sin órganos”, CsO, acogiendo el término creado por Artaud.

“La hipótesis fenomenológica es quizá insuficiente, porque solo invoca el cuerpo vivido. Pero el cuerpo vivido es muy poco todavía en comparación con la potencia más profunda y casi no vivible (...) Más allá del organismo, pero también como límite del cuerpo vivido, hay eso que Artaud ha descubierto y nombrado: cuerpo sin órganos. (...) El cuerpo sin órganos se opone menos a los órganos que a esa organización de los órganos que se llama organismo. Es un cuerpo intenso, intensivo”¹⁰⁴

Esta profundidad intensiva también le permite al filósofo definir al cuerpo por su capacidad de afectar y ser afectado, acompañado de la lectura de Spinoza de quien dice: “no se asombra de tener un cuerpo sino de lo que puede un cuerpo. Y es que los cuerpos no se definen por su género o su especie, por sus órganos y funciones, sino por lo que pueden, por los afectos de que son capaces, tanto en pasión como en acción”.¹⁰⁵ El cuerpo para Deleuze, según resume Galván,¹⁰⁶ se compone de multiplicidades extensivas o potencias de ser afectado y multiplicidades intensivas o potencias de afectar. El cuerpo precisa de estos dos niveles: En primer lugar, está compuesto por multiplicidades extensivas, potencias materiales, empíricas, que explican tanto su existencia actual y su capacidad de ser afectado. En términos de lo sensible, podemos estar conscientes de lo que experimentamos, de los elementos materiales

¹⁰⁴ DELEUZE, Gilles. Francis Bacon. Lógica de la sensación. Madrid: Arena Libros, 2009. p.51

¹⁰⁵ DELEUZE, Gilles. Diálogos. Valencia: Pre-textos, 1980.p. 70

¹⁰⁶ GALVÁN, Gustavo. Gilles Deleuze: Ontología, pensamiento y lenguaje. Un logos problemático. Granada: Editorial Universidad de Granada, 2007. p.326

que nos configuran, tener conciencia de “lo que le sucede” a nuestro cuerpo y a nuestro pensamiento, de los “efectos de composiciones y descomposiciones (...) de un cuerpo sobre el nuestro, el efecto de una idea sobre la nuestra”¹⁰⁷. En segundo lugar, están las potencias intensivas que lo recorren, relacionadas con la capacidad de afectar, información inconsciente “puramente transitiva”¹⁰⁸(sensaciones, sentimientos, pensamientos) y virtual, en el sentido de estar en función de otros cuerpos o de otras ideas.

Aquí es necesario aclarar que para Deleuze el problema del cuerpo y su relación con el pensamiento, es de paralelismo o “pliegue”¹⁰⁹, como lo es también en Spinoza y Leibniz a quienes ha estudiado profundamente. En este sentido, no reconoce una primacía de uno sobre otro, sino una imbricación. Deleuze intenta siempre poner el pensamiento en relación con el cuerpo en el que se efectúa y del que depende para su profundidad. El cuerpo aparecerá entonces como “aquello en lo cual el pensamiento se sumerge o debe sumergirse, para alcanzar lo impensado (...) No es que el cuerpo piense, sino que, obstinado, terco, él fuerza a pensar”.¹¹⁰ El cuerpo tiene así la potencia de superar el conocimiento que de él se tiene, y el pensamiento supera con la misma equivalencia la conciencia que se tiene de él. Así, la producción de subjetividad desde el pensamiento deleuziano se efectúa desde la potencia del cuerpo de afectar y ser afectado, correspondiendo a una operación de plegado continuo y múltiple de los elementos del afuera, construyendo un adentro que adquiere sentido por su vínculo con el afuera desde el cuerpo, con el cuerpo, más allá del cuerpo.

¹⁰⁷ DELEUZE, Francis Bacon. *Lógica de la sensación* Op.cit., p.29

¹⁰⁸ *Ibíd.*, p. 28-32.

¹⁰⁹ DELEUZE, Gilles. *El pliegue. Leibniz y el Barroco*. Buenos Aires: Paidós, 2008.p.127

¹¹⁰ DELEUZE, Gilles. *La imagen-tiempo: Estudios sobre cine 2*. Barcelona: Paidós, 1986. p.251

En el pensamiento estético de Deleuze, me interesa además destacar algunas ideas relacionadas con la sensación, pues la experiencia en las PCR es marcada por su presencia y capacidad de afección. Para Deleuze, la sensación es lo que hace posible pasar de la experiencia de la *carne* a la experiencia del cuerpo intenso, arrastra a nuestro cuerpo y a los cuerpos, a otro elemento. “Desembaraza los cuerpos de su inercia, de la materialidad de su presencia. Desencarna los cuerpos”¹¹¹. La sensación es lo que trasmite, es lo que pasa de un nivel o dominio a otro, por eso la sensación es “agente de deformaciones del cuerpo”.¹¹² Aclara que hay una “lógica de la sensación” que libera a los órganos de su pertenencia al organismo por la actuación de las sensaciones (intensidades), convirtiéndolos en órganos virtuales (indeterminados, polivalentes, provisionales) haciendo imposible la fijación de una representación. En esta perspectiva, la sensación requiere de la experiencia en la primera persona, no la puedo experimentar como espectador sino accediendo a la unidad de lo sentiente y de lo sentido. Por esto, la sensación tiene una cara vuelta hacia el sujeto y una cara vuelta hacia el objeto, son las dos caras imbricadas entre sí, “(...) es ser-en-el-mundo, como dicen los fenomenólogos: a la vez devengo en la sensación y algo ocurre por la sensación, lo uno por lo otro, lo uno en lo otro. Y, en último término, el cuerpo mismo es quien la da y quien la recibe, quien a la vez es objeto y sujeto”.¹¹³

¹¹¹ DELEUZE, Francis Bacon. *Lógica de la sensación*, p. 60

¹¹² *Ibíd.*, p. 43

¹¹³ *Ibíd.*, p. 42

1.2.2.1.1 Vectores sensibles. En la misma dirección de Deleuze, autores como Guattari y Rolnik,¹¹⁴ insisten en que la producción de subjetividad individuada (o de los individuos) es parte de una producción de subjetividad colectiva que circula en todos los niveles de producción y consumo de la sociedad, es un sistema de identificación modelizante. Esto es una subjetividad “fabricada, modelada, recibida, consumida”, asumida y vivida por los individuos en sus existencias particulares. Es decir, el sujeto se debate en medio de una encrucijada de múltiples componentes de la subjetividad, conscientes o inconscientes, que pueden corresponder al dominio del cuerpo; al dominio de grupos particulares (clan, banda, tribus, etc); al dominio de la producción de poder (normas, instancias de género o de autoridad) y finalmente, al dominio más amplio, el de la producción de “subjetividad capitalística”¹¹⁵.

Según esta perspectiva, el modo en que los sujetos interactúen con los componentes de la subjetividad colectiva, dará lugar a conformaciones múltiples de la subjetividad individuada. Esta puede ser, una subjetividad sujeta en relaciones de opresión y/o alienación al someterse el individuo a lo que recibe, o una “singularización”¹¹⁶, en la que la producción de subjetividad se caracteriza por ser automodeladora¹¹⁷, es decir, implica afinar la capacidad de entender la propia situación para ganar en posibilidad de creación y preservar la autonomía frente a los poderes hegemónicos.

¹¹⁴ GUATTARI, Félix y ROLNIK, Suely. *Micropolítica: Cartografía del deseo*. Buenos Aires; Tinta Limón: traficantes de sueños, 2005.p. 37

¹¹⁵ *Ibid.*, p. 50

¹¹⁶ *Ibid.*, p. 48

¹¹⁷ *Ibid.*, p. 65

En este sentido, para Guattari, se hace necesario activar “la potencia estética del sentir”¹¹⁸, como medio de singularización y de creación de diferencia. En este “paradigma estético” el acento ya no recae sobre la subjetividad individuada, sino sobre prácticas de lo sensible, “vectores de subjetivación”¹¹⁹, que no se refiere a generar representaciones o imágenes pasivas sino fuerzas de confrontación suscitada por la presencia de la potencia de los afectos, en experiencias de lo sensible, no discursivas, provocadoras de conocimiento intensivo. El acontecimiento sensible producido desde prácticas estéticas deviene en una “micropolítica”¹²⁰. Es decir, en una paradigma estético se trata poner a circular socialmente diversidad de nuevas prácticas estéticas (sociales, corporales, artísticas, educativas, terapéuticas, etc.), las cuales adquieren un potencial ético-político al jugar en el plano de la producción de la subjetividad y de lo sensible.

En suma, en el pensamiento estético, la subjetividad individuada resultante dependerá del modo cómo nos relacionamos con los vectores de subjetivación, en este caso, las PCR, como prácticas estéticas puestas en juego en el escenario colectivo, ya sea para reproducir una subjetividad sujeta a lo dado, o para singularizar, disputar o transformar lo ya formado.

1.2.2.2 Forma-sujeto y modos de gobierno. En una línea cercana a la filosofía de la diferencia de Deleuze y Guattari, el pensamiento de Foucault es también una mirada a la deconstrucción del sujeto de la modernidad, conforme a la cual no hay sujeto dado sino

¹¹⁸ GUATTARI, Félix. *Caosmosis*. Buenos Aires: Manantial, 1996. P.125

¹¹⁹ *Ibíd.*, p. 40

¹²⁰ *Ibíd.*, p.130

“modos de subjetivación”¹²¹. Para hacerlo, revisa la producción de modos de ser, saber y hacer del sujeto como producción de una “forma-sujeto” ya sea a través del orden de la sujeción en los dominios del saber y el poder, o por efecto del orden de la invención del sujeto derivado del poder y del saber, pero independiente de ellos, la subjetividad.

El sujeto, en tanto deviene como tal a partir de la subordinación de las fuerzas del saber-poder, exige para su análisis, según Foucault,¹²² la comprensión de las formas que éstas toman, como es la “doble coerción” política relacionada con la individualización y la totalización simultáneas de las estructuras del poder moderno. Es por esto que considera abordar los “procedimientos de gobierno” en los cuales el sujeto se objetiva para sí mismo y para otros. Este concepto de “gobierno”, queda caracterizado como un punto de “contacto”, dinámico y conflictivo, entre las “tecnologías del poder” y las “tecnologías del yo”, al ser las primeras modos de gobierno del individuo que aseguran la coerción del poder y, las segundas, modos de gobierno a través de las cuales el uno mismo es construido y modificado por sí mismo¹²³. Así, la relación entre el poder y la libertad y sus tecnologías, están estrechamente relacionadas. A continuación me detendré en definir más ampliamente las tecnologías de gobierno citadas por su ayuda para entender las trayectorias históricas e institucionales de las PCR como los modos de subjetivación vinculados a ellas.

Las tecnologías políticas se refieren a una forma de poder orientada a la conducción de los sujetos en una dirección continua y permanente, con capacidad para crear un *ethos*, es decir,

¹²¹ FOUCAULT, Michel. Estética, ética, hermenéutica. Barcelona: Paidós, 1999. p. 364

¹²² FOUCAULT, Michel. Tecnologías del yo y otros textos afines. Barcelona: Paidós, 1990. P.140

¹²³ *Ibíd.* p. 48-49

condiciones en donde los sujetos se experimentan libres, aunque los objetivos de su conducta sean definidas por otros.¹²⁴ En este sentido, las tecnologías políticas no se refieren a un poder para dominar a otros por la fuerza, se trata de dirigir de manera eficaz su conducta para el logro de ciertos fines por medio de estrategias elegidas y aplicadas razonadamente para lograr que las personas se comporten de acuerdo a esos objetivos.¹²⁵ La base de esta forma de racionalidad del poder o “arte de gobernar” que presupone necesariamente la libertad de aquellos que deben ser gobernados es analizada por Foucault a través de una genealogía sobre las formas de gobernar, atravesando los temas del rey-pastor, del pueblo-rebaño, el nacimiento de la forma Estado hasta llegar a las versiones contemporáneas del liberalismo, a saber, el ordoliberalismo alemán y el neoliberalismo norteamericano.

De manera particular, el “arte de gobernar liberal”, articulado con un “régimen de verdad”, pudieron hacer que las formas histórico-políticas adoptaran e impusieran la racionalidad de la gubernamentalidad liberal, al poner en funcionamiento un poder que interviene sobre las acciones, las conductas, aunque no de modo directo sobre los individuos, sino sobre el campo posible del accionar. De este modo, el “poder sobre la vida” o biopoder configurado en las sociedades monárquicas y pastorales se va intensificando con el programa de racionalización de la sociedad por parte del liberalismo a modo de una “política de la vida” o biopolítica¹²⁶. El desarrollo de la biopolítica como razón gubernamental, tiene como correlato la generalización de la “forma empresa”, es decir, lleva el esquema económico del Estado al

¹²⁴ FOUCAULT, Michel. Nacimiento de la biopolítica: curso en el Collège de France (1978-1979). México: Fondo de Cultura Económica, 2007.

¹²⁵ CASTRO-GÓMEZ, Santiago. Historia de la gubernamentalidad. Razón de Estado, liberalismo y neoliberalismo en Michel Foucault. Bogotá: Siglo del Hombre Editores, 2010. p.13

¹²⁶ FOUCAULT, Michel. Seguridad, territorio, población: curso en el Collège de France (1977-1978). México: Fondo de Cultura Económica, 2006.

ámbito individual y social, se convierte en “toda una manera de ser y pensar”¹²⁷. Se trata en esencia de que el ciudadano mismo se convierta en un actor económico, en un “empresario de sí mismo”¹²⁸. En consecuencia, esta racionalidad no elimina al Estado sino que lo convierte en instrumento para crear las condiciones de competencia que los sujetos necesitan para el autogobierno. Es de este modo como la regulación de la conducta deja de ser un asunto estatal para pasar a ser un tema de “autorregulación” a partir del cual los individuos deberán establecer consigo mismos una relación de autogobierno, aprendiendo a potenciar y gestionar sus propias competencias, en tanto agentes de su propia existencia.

Respecto a las tecnologías del yo, estas se encuentran vinculadas a la cuestión del sujeto moral que Foucault indaga en distintos momentos de la filosofía clásica, griega y romana, y las prácticas del cristianismo, encontrando que toda acción moral no solo implica una relación con la realidad en la que se desarrolla, una relación con la regla de conducta y con la conducta que se realiza, sino fundamentalmente una relación consigo mismo. Esta constitución del sujeto de la ética, el sujeto que cada uno somos, se refiere a: “una constitución de sí como sujeto moral, en la que el individuo circunscribe la parte de sí mismo que constituye el objeto de esa práctica moral, define su posición en relación con el precepto que sigue, se fija un determinado modo de ser que valdrá como cumplimiento moral de sí mismo, y para ello actúa sobre sí mismo, busca conocerse, se controla, se prueba, se perfecciona, se transforma”¹²⁹. Al respecto Díaz,¹³⁰ aclara que la conducta del sujeto moral

¹²⁷ FOUCAULT, Nacimiento de la biopolítica: curso en el Collège de France (1978-1979), Op.cit., p. 252-253

¹²⁸ *Ibíd.*, p. 264

¹²⁹ FOUCAULT, Michel. Historia de la sexualidad. El uso de los placeres. México: Siglo XXI, 2011. p. 34

¹³⁰ DÍAZ, Esther. La filosofía de Michel Foucault. Buenos Aires: Biblos, 2005. p.157

no es una elección arbitraria de cada individuo respecto al precepto (de obedecer o no al precepto) sino una modalidad individual de la manera de adoptar el precepto, de actualizarlo, de ajustar sus acciones. El sujeto se hace moral en la serie de sus actos, en su conducta y así se subjetiviza.

De acuerdo con lo anterior, Foucault identifica que la “relación con uno mismo”, se da como un modo de subjetivación moral que antes que limitarse a una conciencia de sí es fundamentalmente una “práctica de sí”¹³¹. De este modo, llega a considerar la cuestión de la subjetividad indisociable de formas de actividad sobre sí que están destinadas a asegurarla, cuya razón práctica es “que permiten a los individuos efectuar, por cuenta propia o con la ayuda de otros, cierto número de operaciones sobre su cuerpo y su alma, pensamientos, conducta, o cualquier forma de ser, obteniendo así una transformación de sí mismos con el fin de alcanzar cierto estado de felicidad, pureza, sabiduría o inmortalidad”¹³².

La cuestión de la “ética” y la “ascética” quedan vinculadas a partir del corpus de las tecnologías del yo que definen una manera de ser, una actitud, formas de reflexión y nuevas experiencias que constituyen la subjetividad misma. Además, la “práctica de sí” estará cada vez más relacionada con una actitud límite que compromete lo corporal e implica la crítica sobre la contingencia que nos hace ser lo que somos, y una apertura desde la cual reelaborar

¹³¹ FOUCAULT, Historia de la sexualidad. El uso de los placeres, Op.cit., 2011. p.35

¹³² FOUCAULT, Tecnologías del yo y otros textos afines, Op.cit.,p.48

la cuestión del sujeto con una actitud experimental que posibilita construir aquello que quisiéramos ser,¹³³

Ahora bien, la relación práctica consigo mismo es problematizada por Foucault a partir de las generalizaciones que la afectan en dos dimensiones: la primera, se inicia con el principio del “cuidado de sí” consagrado por Sócrates a partir del cual se funda la inquietud de su necesidad y que la filosofía ulterior terminó por hacerlo coextensivo a todas las dimensiones de la vida, llegando a ser considerado “arte de la existencia” o “estética de la existencia” por su propósito de “hacer de la vida una obra de arte que presenta ciertos valores estéticos y responde a ciertos criterios de estilo”.¹³⁴ Por tanto, las *tecnologías del yo* pasan de ser prácticas reflexivas sobre reglas de conducta a ser modos de singularizar todo el estilo de existencia o estilo de vida. La segunda, se relaciona con la separación de las *tecnologías del yo* de sus significaciones filosóficas adquiriendo diversas dimensiones y formas, llegando a circular entre doctrinas diferentes, por medio de diversas prácticas, procedimientos y actitudes que se enseñan, se ejecutan, se remodelan, constituyendo así “una práctica social, dando lugar a relaciones interindividuales, a intercambios y comunicaciones y a veces incluso a instituciones; ha dado lugar finalmente a cierto modo de conocimiento y a la elaboración de un saber”¹³⁵. Por tanto, las *tecnologías del yo*, no es algo que el individuo invente sino que trata de esquemas que le son propuestos, sugeridos o impuestos al individuo por la sociedad en que vive. De allí que suscite interés por identificar y comprender los discursos y las

¹³³ JAY, Martin. Cantos de experiencia. Variaciones modernas sobre un tema universal. Buenos Aires: Paidós, 2009. p.450

¹³⁴ FOUCAULT, Historia de la sexualidad. El uso de los placeres. Op.cit., p.17

¹³⁵ FOUCAULT, Michel. Historia de la sexualidad. La inquietud de sí. México: Siglo XXI, 2007. p. 43

prácticas de las PCR en las últimas décadas en la ciudad de Medellín, así como las subjetividades que producen al ser apropiadas por los sujetos para realizar una actividad sobre sí mismos.

En conclusión, respecto el modo estético-político en la producción de subjetividad del pensamiento de Foucault, se contempla tecnologías de autogobierno, tanto biopolíticas como éticas. En este sentido, la subjetividad se construye en condiciones paradójicas, ya que el autogobierno que las tecnologías producen como experiencia puede servir tanto a un modo de sujeción de la racionalidad política como a un modo ético de dominio de sí, e incluso darse simultáneamente. Lo anterior sobre modos de subjetivación por medio de tecnologías de autogobierno permite en esta tesis preguntarse por las posibilidades de sujeción/subjetivación o control/agencia que los practicantes de PCR pueden llevar a cabo, como por las instituciones que elaboran un saber sobre las mismas y lo despliegan en discursos y prácticas sociales.

1.2.3.5 La corporalidad como potencia: Recapitulando, los aportes desde la fenomenología cultural y desde el posestructuralismo me permiten plantear a la corporalidad como potencia que materializa la experiencia socio-cultural y, a la vez, contiene la capacidad de traspasarse a sí misma a partir de la novedad en la actividad reiterativa del discurso y/o del hábito, producido desde un acontecimiento sensible, liminoide o extra-ordinario que altera la percepción, provocando otras significaciones, sensibilidades y actuaciones; todo lo cual permite elaborar subjetividades, múltiples y en devenir.

A partir de lo anterior, al no existir un sujeto-cuerpo previo a la experiencia de la relación con el mundo y consigo mismo, entiendo la subjetividad más desde el ángulo de su producción, situada y cruzada por vectores estéticos-políticos, como *subjetivación corporizada*. Así, la subjetividad es un efecto de la práctica de formas discursivas y de formas sensibles (perceptivas y prácticas), elaborada por el sujeto bajo una dinámica de poder, de tal manera que resultan indisociables de los modos que gobiernan su significación y materialización. En este sentido, la *subjetivación corporizada* es siempre un hacer, aunque no un hacer por parte de un sujeto y un cuerpo escindidos o que puedan considerarse preexistentes a la acción, sino que se constituyen en ella, en condiciones ambivalentes y procesuales. Por lo anterior, la corporalidad y el sujeto, producidos al mismo tiempo, se definen en términos principalmente políticos y por tanto, no tienen una posición ontológica diferente de los diversos actos que constituyen su realidad. Así, más que como forma dada, el sujeto-cuerpo se produce en el entrecruzamiento de fuerzas con límites variables y ambivalentes, efecto de la puesta en acción de prácticas y discursos que pasan por la percepción y el sentido dentro de un campo socio-cultural.

Con el fin de concluir sobre las relaciones conceptuales construidas para el análisis en esta tesis, considero importante empezar a precisar el modo en que los discursos sociales y sus significantes, intervienen en la misma constitución de los sujetos y en la materialidad de sus cuerpos, asunto abordado por las perspectivas posestructuralistas evocadas en este capítulo, y que puede entenderse como contradictoria con la perspectiva de la fenomenología cultural también citada, que tiende a enfatizar en el sustrato senso-perceptivo (pre-reflexivo) de toda experiencia.

Al respecto, cabe recordar la advertencia de Judith Butler,¹³⁶ cuando aclara que "afirmar que el discurso es formativo no equivale a decir que origina, causa o compone exhaustivamente aquello que concede; antes bien, significa que no hay ninguna referencia a un cuerpo puro que no sea al mismo tiempo una formación adicional de ese cuerpo". Como apropiación de estos planteamientos, Citro¹³⁷ en su "etnografía dialéctica", propone rastrear "matrices simbólico-identitarias (...) es decir, matrices de significantes que, en un determinado momento histórico, organizan los discursos y prácticas en torno a las posiciones identitarias, y que son el resultado del entrelazamiento de prácticas, discursos y luchas sociales sedimentadas a lo largo del tiempo". La misma autora destaca, que estas matrices de significantes operan como "identificaciones parciales", que nunca llegan a significar totalmente una identidad, y es precisamente a partir de esa incompletud que reside la idea misma de la identidad y del hecho de que en su reiteración en la vida social, los significantes pueden ser disputados y subvertidos, abriéndose la posibilidad de emergencia de nuevos discursos y prácticas corporales identitarias. En consecuencia, para entender en este proyecto el efecto formativo pero no necesariamente determinante del lenguaje en el proceso de *subjetivación corporizada* a través de PCR, las perspectivas posestructuralistas me permiten develar la matriz de significantes hegemónicos que organiza los *sentidos* con los cuales se ha adelantado la experiencia de sí y la experiencia corporal durante el proceso socio-histórico de reapropiación de las PCR en Medellín. Además, no solo me permite la posibilidad de establecer redes de significación entre las distintas PCR para configurar un modo de sujeto-

¹³⁶ BUTLER, Judith. *Cuerpos que importan. Sobre los límites materiales y discursivos del «sexo»*. Buenos Aires: Paidós, 2002.p.31

¹³⁷ CITRO, Silvia. *Cuerpos significantes. Travesía de una etnografía dialéctica*, Op.cit., p.107

cuerpo, sino también descifrar las tecnologías puestas en funcionamiento en prácticas y discursos por las personas e instituciones promotoras de las PCR para operar dicha forma.

De otro lado, las perspectivas de la fenomenología cultural y el pensamiento estético, reconocen que si bien existe una producción discursiva del sujeto-cuerpo sostienen que también se re-constituye en “procesos orientacionales” o “modalidades de acción” que emergen del cuerpo, es decir, desde la experiencia práctica y perceptiva en el mundo, que entiendo como forma sensible. Por tanto, busco indagar también el *modus operandi* compartido por las PCR para adelantar la *subjetivación corporizada*, en tanto, *performance* y prácticas estéticas, lo cual me permite aproximarse a la forma sensible puesta en escena complementando con la constitución subjetiva e intersubjetiva de significaciones a través de la experiencia.

1.3. EL MOVIMIENTO TEÓRICO DE LAS CIENCIAS SOCIALES HACIA LA CORPORALIDAD

El cuerpo inscrito en el problema naturaleza-cultura como dicotomía fundante del conocimiento moderno en la cual se asocia a la mente con la capacidad de simbolizar y con la cultura, y al cuerpo con la materia y con la naturaleza terminó conduciendo a las ciencias sociales durante mucho tiempo a descuidar o silenciar al cuerpo, constatación realizada por Turner¹³⁸, entre otros. No obstante a partir de mediados del siglo XX, este mismo autor

¹³⁸ TURNER, Bryan. Los avances recientes en la Teoría del cuerpo. *Reis: Revista Española de Investigaciones Sociológicas* [online]1994, Octubre-diciembre, N.o.68, [Citada 6 mayo 2010] <http://www.jstor.org/stable/40183756>

expresa un surgimiento del interés por el estudio del cuerpo caracterizando ese contexto como un momento de grandes cambios sociales que lo hicieron prominente. Algunos de estos cambios fueron transformaciones macrosociales relacionadas entre sí, tales como el post-industrialismo, el crecimiento de la cultura de consumo que marcó una tensión con el ascético valor del trabajo, predominante hasta el momento, unido al despliegue de valores y prácticas hedonistas y de cuidados de sí. Además, el avance del postmodernismo en las artes trajo consigo múltiples imágenes del cuerpo y el desarrollo del movimiento feminista, que al atender a las relaciones entre sexo, género y sexualidad, renovó el interés por el debate naturaleza- cultura, y por cuestiones que abarcan el *status* analítico y político del cuerpo humano. Y por último, los cambios demográficos producidos en las sociedades industriales vinculados con avances científicos, tecnológicos y médicos, todo esto revivió tradicionales intereses filosóficos sobre la relación entre cuerpo, consciencia, existencia e identidad.

Por su parte, Pedraza,¹³⁹ destaca como el desarrollo de los campos de estudios sobre el cuerpo especialmente, desde la década de 1980, se asientan en la orientación epistemológica producida por la modernidad reciente que cuestionó el carácter natural de muchas de las nociones establecidas en la modernidad. Entre ellas surgió la noción de corporalidad más que cuerpo con el fin de diferenciarlo del carácter exclusivamente orgánico e inerte que se le había asignado para señalarlo como dimensión constitutiva de toda organización material, práctica, simbólica y política del mundo social y del sujeto mismo; centralidad de la cual Pedraza considera que la corporalidad deriva su potencial explicativo. Agrega la autora, que

¹³⁹ PEDRAZA, Zandra. Cuerpo e investigación en teoría social. En: Semana de la alteridad (9: 2003: Manizales) Disponible: <http://antropologia.uniandes.edu.co/zpedraza/zp1.pdf>

esta concepción de la corporalidad hizo posible el concepto de estilo de vida, ya que en este último se conjuga la experiencia estética y su materialización en lo corporal, en la vida misma, haciéndose visible en la vida diaria de la persona como una vivencia estética en la cual se imprime un sello particular a su identidad.

Agregaría a las anteriores consideraciones que es precisamente durante la década de 1980 cuando según Ritzer¹⁴⁰ se observa un consenso de que la preocupación central para las ciencias sociales debe ser la relación dialéctica entre acción/estructura lo cual vincula la preocupación por las relaciones micro-macro, voluntarismo-determinismo y subjetivismo-objetivismo con el interés de explicar la participación de ambos niveles en la realidad social y modular el exceso de las teorías que las conforman. En medio del surgimiento de perspectivas teóricas que hicieron eco de estas reflexiones se, advierte sobre la necesidad de reelaborar concepciones sobre el ser y el hacer de las personas, sobre la reproducción social y la transformación social.

El nuevo interés por la corporalidad No obstante, en muchos de los trabajos más recientes, los cuerpos ya no son tratados solamente como “objetos” de estos estudios específicos, sino que la corporalidad es entendida como dimensión constitutiva de toda práctica sociocultural, y su análisis se integra así al estudio de diversas problemáticas. Es especialmente esta última tendencia, la que se propone profundizar en este coloquio, abordando los diferentes desarrollos de las teorías de la “corporalidad/corporización/embodiment” fundó un terreno

¹⁴⁰ RITZER, George. Teoría sociológica contemporánea. Madrid: Mc.Graw-Hill, 1993

propio en la teoría social que se ha desplegado de forma significativa desde la década de 1970 sobre el cual se han hecho desarrollos específicos, al punto que se encuentran agendas de investigación consolidadas como sociología del cuerpo, antropología el cuerpo, historia del cuerpo, educación del cuerpo y sobre los cuales sería imposible e innecesario detenerme en estos momentos. Me interesa más bien mostrar los acentos dados al estudio de lo corporal en la teoría social, y a las posibilidades de las prácticas corporales como mediación para indagar la conjunción entre lo social y el sujeto.

Como aproximación al panorama de los estudios socio-antropológicos sobre la corporalidad se desarrollaron marcos de trabajo entre los décadas de 1970 y 1980 sintetizados por las antropólogas Scheper- Hughes y Lock¹⁴¹ quienes examinado las perspectivas disponibles acerca del cuerpo para ese momento, encontraron tres niveles separados y a la vez, tres enfoques teóricos y epistemológicos diferentes: el primero, corresponde al “cuerpo individual”, entendido en el sentido fenomenológico del “ser cuerpo”, perspectiva generalmente centrada en la reconstrucción de la experiencia subjetiva; el segundo, el “cuerpo social”, referido a los usos representacionales del cuerpo como símbolo natural a través del cual pensar la naturaleza, la sociedad y la cultura asumido por el estructuralismo y simbolismo; el tercero, el “cuerpo político”, entendido como artefacto del control social y político, vinculado con el enfoque del postestructuralismo interesado en las formas de regulación, vigilancia y control de los cuerpos (individuales y colectivos). Estas autoras, sugieren además, la necesidad de pensar una nueva epistemología que integre las fuentes

¹⁴¹ SCHEPER-HUGHES, Nancy y LOCK, Margaret. The Mindful Body: A Prolegomenon to Future Work in Medical Anthropology. In: Medical Anthropology Quarterly, 1987, No.1. p. 6-41

emocionales, sociales y políticas, y consideran al cuerpo individual como el terreno más inmediato en el que son puesta en juego las verdades y contradicciones sociales.

Para Mora¹⁴², lo significativo del desplazamiento epistemológico e investigativo que empieza a desarrollarse en estos momentos es que permite que el cuerpo sea desprendido del terreno de lo natural y pase a ser comprendido como construcción socio-cultural. El aporte que hacen los enfoques fenomenológicos, estructuralistas y postestructuralistas, reside en ver que el cuerpo es mucho más que un dato de la naturaleza, y que tanto su vivencia individual como en su significación social, está constituido simbólicamente, por formaciones discursivas y por el lenguaje en un contexto social e histórico. El inconveniente con estas aproximaciones es que por reconocer el carácter socio-cultural del cuerpo, y en la búsqueda de distinguirse de la concepción que de él tienen las ciencias biológicas es invisibiliza su materialidad y su capacidad productora del sujeto y la sociedad. Así, de nuevo el cuerpo vuelve a ser un objeto ahora de la semiótica y la hermenéutica, en el cual es posible leer las descripciones de la vivencia, las representaciones simbólicas, las formaciones discursivas que se construyen sobre él, las cuales si bien son un aspecto importante del modo en que el cuerpo es vivido, imaginado y representado en relación a una práctica determinada, se olvidan en menor o mayor medida el hecho de que el cuerpo, es el terreno y la materia prima donde se construyen las experiencias, e incluso también ciertas representaciones.

¹⁴² MORA, Ana Sabrina. El cuerpo en la danza desde la antropología. Prácticas, representaciones y experiencias durante la formación en danzas clásicas, danza contemporánea y expresión corporal. Tesis de Doctorado (Doctora en Ciencias Naturales-orientación Antropología). La Plata: Universidad Nacional de la Plata. Facultad de Ciencias Naturales y Museo, 2010., p.80

Precisamente, a finales de la década de 1970 se renueva el interés por explicar las prácticas, usos y experiencias del cuerpo en relación con la cultura y la subjetividad al punto de desbordar su valor discursivo y esgrimirlo como mediador e integrador del subjetivismo y el objetivismo, la acción y la estructura, las funciones y los significados. A partir de esta década se desarrollaron trabajos que son un hito para el desarrollo teórico y metodológico sobre la capacidad constituyente del cuerpo en la experiencia social e individual, iniciando con el planteamiento de Bourdieu sobre el cuerpo como locus de la práctica social, junto con su concepto de *habitus*, el trabajo etnográfico de Jackson¹⁴³ donde explora el interjuego dialéctico entre “lo dado y lo elegido” en lo que se refiere a la actividad práctica, la conciencia y la cultura; además del planteamiento del “paradigma del *embodiment*” de Csordas¹⁴⁴. Estos trabajos, inspiraron posteriores avances dentro de los cuales me interesa señalar la “sociología carnal” de Wacquan¹⁴⁵ y Crossley¹⁴⁶ quienes parten de la crítica a la sociología del cuerpo al destacar como generalmente se enfoca en “lo que se le hace al cuerpo”, observándolo predominantemente desde el punto de vista de su constitución como objeto significativo por discursos y como sujeto de prácticas de regulación o transformación. Frente a lo cual, proponen sumar un enfoque que se ocupe de comprender “qué es lo que el cuerpo hace”, otorgándole a éste un rol activo en la vida social, y teniendo en cuenta las bases incorporadas (*embodiment*), es decir, internalizadas en y producidas por el cuerpo.

¹⁴³ JACKSON, Conocimiento del cuerpo, Op.cit., p. 59-82

¹⁴⁴ CSORDAS, Embodiment as a Paradigm for Anthropology, Op.cit. p. 5-47.

¹⁴⁵ WACQUANT, Loïc. Entre las cuerdas. Cuadernos de un aprendiz de boxeador. Buenos Aires, Siglo XXI, 2006. 251p

¹⁴⁶ CROSSLEY, Nick. Merleau-Ponty, the Elusive Body and Carnal Sociology. In: Body & Society, 1995, Vol. 1, No.1.

En nuestro ámbito hemisférico la propuesta de Citro¹⁴⁷ de una “etnografía dialéctica” sobre una “antropología de y desde los cuerpos”, quien propone producir conocimiento desde el arraigo encarnado de la existencia humana y la potencia generativa del movimiento, aproximándose a Nietzsche y Merleau-Ponty para vincular los modos de existencia que estos autores exponen¹⁴⁸. Desde esta perspectiva la autora articula la mirada dialéctica de Ricoeur sobre “hermenéuticas de la escucha” y las “hermenéuticas de la sospecha”, junto con otros autores para el análisis de lo corporal. Su “etnografía dialéctica” implica¹⁴⁹: de un lado, un acercamiento a la capacidad constituyente de la corporalidad por medio de una descripción fenomenológica de la experiencia práctica y perceptiva del cuerpo en la vida social, junto a la comprensión hermenéutica de lo que los sujetos revelan en sus discursos sobre la experiencia; y por el otro, busca distanciarse para develar la condición constituida de la corporalidad en los hábitos, el orden simbólico y las formaciones discursivas que estructuradas históricamente organizan la misma materialidad del cuerpo y su experiencia práctica en un contexto particular.

En suma, desde 1980 empezó a inquietar la corporalidad ya no sólo como expresión simbólica sino como instancia relevante para repensar diversos problemas como las dinámicas de poder, las subjetividades, el cambio social, las técnicas corporales, la conformación y regulación de disposiciones y sensibilidades en la vida individual y de los

¹⁴⁷ CITRO. Cuerpos significantes. Travesías de una etnografía dialéctica, 351p.

¹⁴⁸ CITRO, Silvia. Variaciones sobre el cuerpo: Nietzsche, Merleau-Ponty y los cuerpos de la Etnografía. En: MATOSO, Elina (comp). El cuerpo in-cierto. Corporeidad, arte y sociedad. Buenos Aires: Universidad de Buenos Aires - Letra Viva, 2006. p.94

¹⁴⁹ CITRO, Cuerpos significantes. Travesías de una etnografía dialéctica, Op. cit., p. 83-115

Estados nacionales, etc. Al respecto Citro¹⁵⁰ ha afirmado que a partir de esta década pueden diferenciarse dos grandes grupos de perspectivas: por un lado, los abordajes estructuralistas y posestructuralistas que consideran al cuerpo como objeto constituido por representaciones simbólicas, formaciones discursivas y prácticas disciplinares. Por otro lado, las vías de aproximación que enfatizan la capacidad constituyente de la corporalidad en la vida social ya sea retomando la fenomenología, el *embodiment*, la teoría de la práctica o destacan el papel de la corporalidad en las prácticas de oposición, resistencia y creatividad cultural.

En el contexto latinoamericano, la evidencia de esta movilidad de la ciencias sociales hacia la corporalidad se puede hallar en trabajos realizados principalmente en México, Brasil, Argentina, Perú y Colombia, algunos de los cuales han sido compilados por: Pedraza en “Políticas y estéticas del cuerpo en América Latina”¹⁵¹, Farina y Rodríguez en “Cartografías do sensível. Estética e subjetivação na contemporaneidade”¹⁵², Aisenstein en “Cuerpo y cultura. Prácticas corporales y diversidad”¹⁵³, Muñiz en “Disciplinas y prácticas corporales. Una mirada a las sociedades contemporáneas”¹⁵⁴, Citro en “Cuerpos plurales. Antropología de y desde los cuerpos”¹⁵⁵; Citro y Aschierien *Cuerpos en movimiento. Antropología de y*

¹⁵⁰ CITRO, Silvia. La antropología del cuerpo y los cuerpos en-el-mundo. Indicios para una genealogía (in)disciplinar. En: CITRO, Silvia (comp) *Cuerpos plurales. Antropología de y desde los cuerpos*. Buenos Aires: Biblos, 2010. p.17-58

¹⁵¹ PEDRAZA Zandra (comp). *Políticas y estéticas del cuerpo en América Latina*. Bogotá: CESO, Ediciones Uniandes, 2007 422 p

¹⁵² FARINA Cynthia y RODRÍGUEZ, Carla. *Cartografías do sensível. Estética e subjetivação na contemporaneidade*, Op. cit., 2009, 250 p

¹⁵³ AISENSTEIN, Angela (comp) *Cuerpo y cultura. Prácticas corporales y diversidad*. Buenos Aires: Libros del Rojas, 2006, 328 p.

¹⁵⁴ MUÑIZ, Elsa (Comp.) *Disciplinas y prácticas corporales. Una mirada a las sociedades contemporáneas* México: Antropos, 2010. 223 p.

¹⁵⁵ CITRO, Silvia (comp) *Cuerpos plurales. Antropología de y desde los cuerpos*. Buenos Aires: Biblos, 2010, p. 347

desde las danzas”¹⁵⁶; Parrini en “Los contornos del alma, los límites del cuerpo: género, corporalidad y subjetivación”¹⁵⁷; Moreno y Pulido en “Educación, cuerpo y ciudad. El cuerpo en las interacciones e instituciones sociales”¹⁵⁸, y García en “Hermenéutica de la Educación corporal”¹⁵⁹. Otras producciones que exploran ya sea la capacidad constitutiva y constituyente de la corporalidad, o ambos se han hecho visibles en la región gracias a eventos periódicos como el Congreso internacional de ciencias, artes y humanidades, “El cuerpo descifrado”¹⁶⁰ y los encuentros internacionales y nacionales de la Red de investigadores sobre cuerpo y corporalidades en las culturas,¹⁶¹ entre otros eventos. En Colombia se evidencian estudios desarrollados especialmente en escenarios universitarios en los cuales se pueden identificar líneas de investigación que se han ocupado de las relaciones entre cuerpo y género, cuerpo y educación, cuerpo y subjetividades, cuerpo y vida cotidiana, cuerpo y violencia, cuerpo y comunicación, cuerpo y danza, cuerpo y sensibilidades, cuerpo y literatura, entre otros asuntos¹⁶². También en los últimos años, se empiezan a encontrar trabajos que atienden de manera particular la relación entre prácticas corporales y subjetividades, incluidos estudios sobre algunas PCR (Biodanza, danza oriental, yoga, y técnicas de consciencia corporal), ya mencionados en la introducción de esta investigación, en los cuales predomina una aproximación hermenéutica y fenomenológica sobre los discursos y narraciones de los

¹⁵⁶ CITRO, Silvia y ASCHIERI, Patricia (comps) *Cuerpos en movimiento. Antropología de y desde las danzas*. Buenos Aires: Biblos, 2012. 344 p.

¹⁵⁷ PARRINI Rodrigo (comp). *Los contornos del alma, los límites del cuerpo: género, corporalidad y subjetivación*. México: Universidad Nacional Autónoma de México-PUEG. 2007, 287 p.

¹⁵⁸ MORENO, William, y PULIDO, Sandra (eds). *Educación, cuerpo y ciudad. El cuerpo en las interacciones e instituciones sociales*. Medellín: Funámbulos editores, 2007. 256 p.

¹⁵⁹ GARCÍA, Carmen. *Hermenéutica de la Educación Corporal*. Medellín: Funámbulos editores, 2001. 159 p.

¹⁶⁰ EL CUERPO DESCIFRADO. Disponible <http://congreso.cuerpodescifrado.com/>

¹⁶¹ RED DE INVESTIGADORES SOBRE CUERPO Y CORPORALIDADES EN LAS CULTURAS. Disponible <http://red.antropologiadelcuerpo.com/>

¹⁶² PRIMER ENCUENTRO NACIONAL DE ESTUDIOS SOBRE EL CUERPO “El Giro Corporal”, 2013. Disponible

[http://fasab.udistrital.edu.co:8080/Primer encuentro nacional de estudios sobre el cuerpo](http://fasab.udistrital.edu.co:8080/Primer_encuentro_nacional_de_estudios_sobre_el_cuerpo)

sujetos practicantes, y una escasa o nula relación con procesos intersubjetivos en el evento mismo donde acontecen la práctica o con contextos sociales e históricos más amplios.

En síntesis, es necesario resaltar como el producto general de las investigaciones y las propuestas teóricas enunciadas anteriormente, se muestra que las corporalidades son productoras de experiencias perceptivas, significaciones y conocimiento, y no sólo objetos sobre el que se imprime pasivamente lo social o se desarrolla la existencia, reconociéndose también que las corporalidades emergen de un saber-poder constituido, a la vez que pueden contribuir a re-formar ese mismo orden estético-político, actualizar hábitos o participar activamente en la re-configuración de la experiencia subjetiva y la experiencia intersubjetiva e intercultural.

1.3.1 Enfoques metodológicos para el estudio de corporalidades en movimiento:

Situándome de manera específica en propuestas teórico-metodológicas especialmente desarrolladas en los campos de la antropología del cuerpo y de la danza, la historia de la danza, los estudios de la performances y la educación corporal, se aprecia no sólo un desplazamiento de las categorías “prácticas corporales” y “técnicas corporales” hacia las categorías de “movimiento”, “performance” o “corporal” como una manera de ampliar su aplicabilidad a diversas formas de actuación de las corporalidades en movimiento sino también para tratar

simultáneamente sus aspectos sociales, políticos, culturales y estéticos, asunto evidenciado entre otros por Reed¹⁶³Citro¹⁶⁴ y Gallo¹⁶⁵.

Citro¹⁶⁶, en un ejercicio genealógico sobre modelos teóricos-metodológicos para el estudio antropológico de la danza y otros “cuerpos en movimiento” distingue tres formas de acercamiento: aquellas relacionadas con la descripción de las formas y sentidos que adquieren las prácticas de corporalidades en movimiento en un contexto, evento o *performance*; otras que indagan la historia de los géneros dancísticos y géneros performativos, la genealogía de los movimientos o sus vínculos con prácticas cotidianas u otros estilos culturales; y por último, las que focalizan en las funciones y efectos de las prácticas de corporalidades en movimiento sobre la subjetividad, las posiciones identitarias o procesos sociales más amplios. Además, Citro aclara que si bien hay autores que se enfocan en una dimensión más que otra hay algunas propuestas que han buscado una síntesis entre las dimensiones señaladas. Reed por su parte, identifica la emergencia y recorridos de los estudios antropológicos de la danza desde la década de 1960 hasta finales de la década de 1990, señala con ello el desarrollo de una “política y poética de la danza” al observar como los análisis e la comunidad académica se ocupaba de relaciones entre “cultura, cuerpo y movimiento”.

¹⁶³ REED, Susan. La política y la poética de la danza. En: CITRO, Silvia y ASCHIERI, Patricia (comps) *Cuerpos en movimiento. Antropología de y desde las danzas*. Buenos Aires: Biblos, 2012, p.75-92

¹⁶⁴ CITRO, Silvia. Repensar los movimientos, remover los pensamientos: teorías y métodos en la antropología de la danza. En: CITRO, Silvia y ASCHIERI, Patricia (comps) *Cuerpos en movimiento. Antropología de y desde las danzas*. Buenos Aires: Biblos, 2012, p. 48-61

¹⁶⁵ GALLO, Luz Elena. Los discursos de la educación física contemporánea. Bogotá: editorial Kinesis, 2010. p. 311

Por el enfoque y propósitos de este estudio voy a resaltar algunas propuestas que buscan una integración entre las dimensiones socio-históricas y la subjetividad, y la articulación entre la capacidad constituida y constituyente de las corporalidades en movimiento. Uno de ellas es la de Kaeppler¹⁶⁷ quien considera que para “entender (más que apreciar) una estética, o las formas culturales de una sociedad, es esencial captar los principios sobre los cuales esa estética está basada, tal como es percibida por la gente que la sostiene). Esta organización subyacente es más importante para entender la acción humana (comportamiento más intención) que un análisis del contenido del hecho mismo”. Por su parte, Novack¹⁶⁸, en sus investigaciones abordó una amplia gama de cuerpos en movimiento (danza teatral, bailes de rock, teatro experimental, contact-improvisación, yoga y terapias corporales como la Técnica de Alexander, entre otras) resaltando la sensibilidad y función central del cuerpo y los modos en que la cultura lo forma y es formada por él, considerando necesario investigar la interacción entre diferentes aspectos, tales como: a) las estructuras y estilos o técnicas de movimiento; v) las instituciones en las que se practican y realizan, y c) los que participan en ellas como practicantes, productores, espectadores o críticos.

En el contexto latinoamericano, Islas bajo su concepto de “tecnología corporales” propone un modelo hermenéutico del “adentro y del afuera” con el propósito de comprender el “juego de fuerzas entre los diversos procesos técnicos-corporales y sus relaciones de poder (grados de determinación externa y grados de producción subjetiva del movimiento)”, para lo cual, Islas¹⁶⁹

¹⁶⁷ KAEPLER, Adrienne. Una introducción a la estética de la danza. En: CITRO, Silvia y ASCHIERI, Patricia (comps). Cuerpos en movimiento. Antropología de y desde las danzas. Buenos Aires: Biblos, 2012. p.67

¹⁶⁸ NOVACK, Cynthia. Sharing the dance. Contact Improvisation and American Culture, 1990. Citada por , La política y la poética de la danza, Op. cit., p. 94

¹⁶⁹ *Ibíd.*, 565-572

considera necesario responder a los siguientes interrogantes en la investigación sobre una técnica corporal: a) “¿Cómo se mueven?” , o el análisis del estilo de una técnica corporal o movimiento (incluye las partes del cuerpo usadas, formas y cualidades del movimiento, usos del espacio y del tiempo) dentro del estilo general de una cultura (implica localizar la unidad y diferencia con otros usos corporales cotidianos y extracotidianos) b) “¿por qué se mueven así?”, es decir, establecer las relaciones o la “normatividad “entre el entrenamiento y el producto logrado o esperado, los procesos organizativos que movilizan las formas del entrenamiento y la oferta del producto, las “tácticas” distributivas, organizativas y de consumo que permiten la “implantación del entrenamiento y el producto; y finalmente, c) “¿qué relación entre individuo y movimiento suscita el tipo de entrenamiento y las formas de implantación social?”, esto es “el adentro” (analiza los modos de codificación del movimiento (como abiertos y cerrados), los modos en que se lo implanta (ritmo individual o colectivo, automatismo motriz o plasticidad del movimiento) y las márgenes de participación y creatividad.

Otra propuesta igualmente orientadora para esta investigación es el desarrollo de la “etnografía dialéctica “de Citro y su Equipo de Antropología del Cuerpo como de su asociado Grupo de Estudio sobre Cuerpo, quienes en un principio se enfocaron en describir “géneros performáticos” vinculados a rituales étnicos, folclóricos o populares y sus efectos en las posiciones identitarias y sociales, para luego ir incluyendo la indagación de otras técnicas corporales y performances en escenarios urbanos (escuelas de danza, centros culturales y artísticos, prácticas de modificación corporal, instituciones policiales, industria automotriz, programas de salud, entre otros), sumando a su interés la inquietud por los aspectos subjetivos

de los participantes y los modos de entrenamiento y difusión en contextos institucionales y sociales específicos. La propuesta de base elaborada por Citro¹⁷⁰, trata de un modelo que como su autora explica se estructuró en relación con la “metáfora procesual” al enfocarse en movimientos analíticos contrastantes y una síntesis dialéctica. Así, el primer movimiento consiste en un “acercamiento-participación” para describir los “géneros performáticos” en cuanto a su estilo, estructuración, postura y apariencia corporal, sensaciones, emociones y significantes asociados, así como también la relación con otros lenguajes estéticos ligados al estilo del género o el evento donde se desarrolla. Luego, un segundo movimiento de “distanciamiento-observación” se orienta a un análisis genealógico de los géneros, es decir a las transformaciones a partir de las relaciones con otros géneros por hibridación o legitimación, relaciones con otras prácticas, y discursos socioculturales, influencia de posiciones identitarias de los practicantes y sus hábitos; formas de enseñanza-aprendizaje y de distribución y/o consumo. Posteriormente, en un “movimiento de síntesis” se busca develar los efectos de la práctica recurrente de un género en las posiciones identitarias y estrategias sociales del grupo donde se desarrolla y las subjetividades de los practicantes.

Finalmente, cabe destacar también la propuesta de Schechner¹⁷¹ para el estudio de los procesos de todo tipo de *performance* (artes escénicas, deportes, rituales, juegos, actividades de la vida diaria y actividades de entretenimiento), quien considera que pueden estudiarse desde el punto de vista de las acciones, de los espacios, de la estructura temporal, de los sucesos que rodean y siguen a la *performance*, desde las interacciones entre los involucrados (creadores, productores,

¹⁷⁰ CITRO, Repensar los movimientos, remover los pensamientos: teorías y métodos en la antropología de la danza, Op. cit., p.5.

¹⁷¹ SCHECHNER, Estudios de la representación. Una introducción, Op.cit. p. 354

intérpretes y espectadores o público), y también lo que enfatiza y lo que omite para comprender tanto el proceso de performance como el mundo social que contiene¹⁷². Cada *performance* debe ser analizada en el contexto social más amplio en el cual se desarrolla, tomando en consideración entre otros, la *performance* pasada y las posteriores. Los límites de su contextualización se corresponderían con los intereses específicos del investigador. En general a este enfoque no le interesa la “lectura” o el estudio de un objeto en sí, sino sus modos de narración, de presentación, su nomadismo (cómo su significado y su forma cambia a través del tiempo o en otros contextos), procesos de realización, procesos de recepción, modos de experiencia y de comunicación estético o poética. Además, está asociado con una manera alternativa de saber y de comunicar.¹⁷³

Para concluir este apartado puedo decir que las propuestas metodológicas hasta aquí resumidas advierten la importancia de incluir y articular en el análisis de las prácticas corporales la estructura y cualidades del sistema de movimiento que las caracterizan, los antecedentes estéticos y socioculturales que las han constituido como tradición y/ hábitos, sus procesos de transformación e implantación particulares y en relación con otras prácticas y discursos socioculturales; así como las consecuencias en la vida social y/ los efectos en la experiencia subjetiva y corporizada de quienes participan en ellas.

2.

3.

¹⁷² *Ibíd.*, p. 357

¹⁷³ PRIETO, Antonio y MUÑOZ, Yolanda. *El teatro como vehículo de comunicación*, México:Trillas, 1992.

4. LO RELACIONAL

OPCIÓN METODOLÓGICA POR EL INTER-MEDIO

El pensamiento no es serio sino gracias al cuerpo. Es la aparición del cuerpo la que le da su peso, su fuerza, sus consecuencias y sus efectos definitivos: "el alma" sin cuerpo no haría más que juegos de palabras y teorías. ¿Qué reemplazaría las lágrimas para un alma sin ojos, y de dónde sacaría un suspiro y un esfuerzo? Paul Valéry¹⁷⁴

Lo relacional en cuanto a lo metodológico, es un modo de ver, sentir y pensar en la relación como tal, lo que hay *entre*: el-sujeto- y- lo- social, la-corporalidad-y-el-conocimiento, la experiencia corporizada-y-el-sentido. El interesarme por el intermedio, la conjunción, el entrelazo, me lleva enfocarme en lo que sucede y hay en medio. Es decir, no se trata de entender por separado cada uno de los componentes anteriormente enunciados, sino atravesar el medio, interesándome más en el modo en que se dan forma mutuamente y el *médium* corpóreo que hace las veces de interfaz activa de la relación, en este caso, las PCR. En este sentido, lo corporal no solo es parte del problema elegido para el estudio sino también “herramienta” de conocimiento. Cabe anotar, que la idea de la corporalidad como instrumento y medio, se halla, según Shusterman¹⁷⁵, en la base somática de términos como “órgano” y “organismo” las cuales provienen de la palabra griega “*organon*” que significa “herramienta”, entendida etimológicamente como un “*médium*”, es decir, un medio que obra como mediación y para evitar caer en dicotomías de nuevo, habría que decir que el medio aquí, no separa, es por el contrario entrecruzamiento, quiasmo. Pero como este mismo autor

¹⁷⁴VALÉRY, Paul. Soma et Cem. Dans: Cahiers I, 1905-1906, sans Titre. Paris: Gallimard, 1973. P.120

¹⁷⁵SHUSTERMAN, Op.cit., p. 15

explica, la tendencia de la filosofía griega que defendía fines ideales y despreciaba los medios materiales como simples necesidades serviles conllevó, en Platón y en los idealistas ulteriores, a una condena más que a una celebración del cuerpo como *médium*, beneficiándose de su instrumentalidad al mismo tiempo que la excluían del campo de lo que, en el ser humano, es dotado de valor.

De este modo, expondré a continuación algunos movimientos preparatorios para el tratamiento de lo relacional con mediación corporal en el presente estudio, tales como, la reflexividad “de y desde” el cuerpo, la posición de frontera trasdisciplinar, el lugar de la corporalidad de la investigadora y la puesta en movimiento de los *sentidos* en la construcción del conocimiento sobre el mundo de la práctica, y la complementariedad entre lo investigación lingüística y la corporal sobre la experiencia corporizada. Además, describo el planteamiento y desarrollo metodológico adelantado en el presente trabajo.

2.1 REFLEXIVIDAD “DE Y DESDE” EL CUERPO

La ciencia moderna ha dado relevancia central a la afinación de métodos de producción del conocimiento que se alejan lo más posible de valoraciones subjetivas y de la inmediatez de la vida y la experiencia corporal, entre otros aspectos, conduciendo el ejercicio de producción de conocimiento científico a una actividad predominantemente mental, explicativa-interpretativa, de modo que los problemas de significado, la homogenización de la percepción y la afinación de métodos intelectuales para lograr ese conocimiento, adquirieron

una relevancia central en el desarrollo de la ciencia¹⁷⁶. En otras palabras, ha prevalecido en gran parte la idea de que para hacer ciencia se debe excluir el conocimiento producido a partir de la materialidad, sensibilidad y experiencia del cuerpo. De la mano de esta problemática, se ha buscado incansablemente una definición universal del cuerpo y su reducción a “objeto de estudio”, hallándose tanto en el escenario epistemológico y teórico de las ciencias una “dispersión del cuerpo”¹⁷⁷, estudiándose conceptos, ideas y representaciones del cuerpo, independientemente de la experiencia, usos y prácticas corporales.

Al respecto, Bagú¹⁷⁸, tempranamente reconoció que conocer es un proceso de la materia viva donde toda la corporalidad participa activamente, articulando procesos conscientes e inconscientes, al incorporar y recomponer datos que captamos por los sentidos, articulando procesos sensoriales y motores; gnosia y praxia. Posteriormente, el pragmatismo con Dewey¹⁷⁹ resaltó cómo la capacidad de experimentar objetos, eventos y procesos naturales o incluso artificiales en términos estéticos (de lo sensible) podía ser valiosa para el proceso de conocimiento y el aprendizaje. Recientemente, tanto en el campo de las ciencias de la vida, en especial, de las ciencias cognitivas como en el campo de las ciencias sociales con la perspectiva del *embodiment*, los estudios de la *performance* y la antropología *de y desde* el cuerpo, cuyos exponentes han sido mencionados en la primera parte de este trabajo, se ha cuestionado el intento de reducir la acción, el mundo de la actividad práctica y en general el conocimiento de la experiencia humana a la representación mental, destacando a un sujeto

¹⁷⁶SCRIVEN, Michael. Filosofía de las ciencias. En: Ensayos científicos. México: CONACYT. p.87-116

¹⁷⁷ANDRIEU, Bernard. ¿Quelle épistémologie du corps ?. Corps, [online] 2006, No, 1, Disponible www.cairn.info/revue-corps-dilecta-2006-1-page-13.htm.

¹⁷⁸BAGÚ, Sergio. Tiempo, realidad social y conocimiento. México: Nuestro tiempo, 1975.

¹⁷⁹DEWEY, Jhon. Experiencia y Educación. Buenos Aires: Losada, 1967.

agente que se re-constituye al re-constituir el mundo por la capacidad perceptiva, cinestésica y reiterativa de su actuación, es decir, de modo corporizado, en medio de un entorno, que, además, es intersubjetivo.

De manera específica sobre el problema de la relación cuerpo-mente, Varela, Thompson y Rosch¹⁸⁰ desde las ciencias cognitivas, consideran que no debe asumirse como una relación ontológica al margen de la experiencia de alguien, sino en las relaciones entre cuerpo y mente en la experiencia real— presencia alerta y corporizada— y en cómo se desarrollan esas relaciones y que formas puede cobrar. Para estos autores, el problema cuerpo-mente más que una reflexión abstracta es originalmente una experiencia práctica y vivida en la que concurren cuerpo y mente, y la comprensión solo un reflejo de la experiencia vivida, que se vive y experimenta dentro de un dominio de “acción consensual”, histórica y cultural. Esta forma de pensamiento es denominada por ellos como “enacción”¹⁸¹o “cognición corporizada”, término sobre el cual aclaran es derivado de “*enact*”, en el sentido de desempeñar un papel, actuar. Ella nos permite dar sentido a nuestro mundo o mejor “hace emerger” un mundo, en el cual más que producir significados fijos por fuera de la corporización o encerrados en la tradición como garantía de objetividad, corresponde más con una serie de acontecimientos significativamente consensuados, corporizados y situados donde emerge nuestro mundo. A partir de una perspectiva fenomenológica consideran que existe una circularidad en la reflexividad del científico ya que al reflexionar sobre un mundo que no está dado sino “hallado” (al no estar el mundo separado de nosotros) también es nuestra estructura la que

¹⁸⁰VARELA, Francisco, THOMPSON, Evan y ROSCH, Eleanor. De cuerpo presente. Las ciencias cognitivas y la experiencia humana. Barcelona: Gedisa, 1977. p. 55.

¹⁸¹Ibíd. p. 33

nos capacita para reflexionar acerca de este mundo. El reconocimiento de éste círculo lleva a la conclusión de una relación de codependencia entre el conocedor y lo conocido, la mente y el mundo, la experiencia y la reflexión.

Así mismo, Lambeck¹⁸² desde las ciencias sociales plantea que mente y cuerpo no son categorías contrarias ni opuestas, sino inconmensurables; es decir, esas categorías no pueden ser medidas desde un criterio común, ni existe entre ellas una posición intermedia, ni se excluyen la una a la otra, ni cada una es la ausencia de la otra, ni son suficientes cada una por su lado para describir la experiencia humana; mente y cuerpo están implicados uno en el otro, no hay uno sin el otro. Esta inconmensurabilidad entre mente y cuerpo sugiere que la experiencia humana tiene algo genuinamente dual. Podemos “atender al cuerpo y la mente en el cuerpo (*embodiment*) y también al cuerpo y a la mente en la mente (imaginación)”. Como sea que estas proposiciones se den, el argumento principal de este autor es que el dualismo mente-cuerpo es trascendido en la práctica pero, aun así, está presente de una u otra forma en el pensamiento. De hecho, toma el conocimiento socio-antropológico que muestra como la social es corporizado (*embodiment*) e inversamente que las actividades humanas están mediadas culturalmente y, así embebidas con la “mente” (representaciones simbólicas). Finalmente, manifiesta de una manera más amplia que incluso lo que llamamos el problema cuerpo/mente “podría ser sólo una expresión histórica de los cuestionamientos existenciales universales arraigados en la capacidad humana para la autorreflexión”.¹⁸³

¹⁸²LAMBEK, Michael. Cuerpo y mente en la mente, cuerpo y mente en el cuerpo. Algunas intervenciones antropológicas en una larga conversación. En: CITRO, Silvia. Cuerpos plurales. Antropología de y desde los cuerpos. Buenos Aires: Biblos, 2010, p. 107

¹⁸³ Ibid., p. 109

Más allá de que sea posible y necesario convertir el cuerpo en objeto epistemológico, la vivacidad del mismo se nos presenta como una entidad obvia. El trasfondo de la encrucijada es que somos y tenemos cuerpo. Yo, estoy aquí y ahora, pensando y escribiendo con el cuerpo y sobre el cuerpo en este informe. En este sentido, autores diversos, advierten que la problemática planteada sobrepasa la dificultad de la cuestión nominal y disciplinar pues está en juego el reconocimiento de que el cuerpo pueda requerir, por sus características, una forma de aproximación particular. En palabras de Andrieu: “el cuerpo no es un objeto teórico, es material y sensible, interactivo, mortal, sexual, encarnado, enfermo (...) y su epistemología es responsable por las prácticas sobre y en él de los discursos, de las representaciones y de las técnicas”¹⁸⁴.

En conclusión, más que partir de un cuerpo intento un giro corporal, un modo de abordaje que, antes de buscar la inmovilidad de un objeto definido y exhaustivo, sea un eje para *moverse*, y entender las PCR y su participación en la configuración de corporalidades y subjetividades. Por tanto, lo relacional acá es dado por la perspectiva corporizada (*embodiment*), y a su vez, reflexiva y transdisciplinaria para esta investigación.

Esta opción implica, en primer lugar, atender reflexivamente a mi propia experiencia corporizada en tanto soy practicante de PCR e investigadora, es decir, al participar en la

¹⁸⁴ ANDRIEU, Bernard. Le corps humain. Une anthropologie bioculturelle. [Online] París : Faculté du Sport de l'Université de Nancy [Citado 27 mayo 2009] Disponible www.lesiteducorps.com

actividades que se derivan de este doble rol prestar atención a lo que hago, pienso y siento como un medio de descubrimiento acerca del naturaleza cambiante de la experiencia vivida y observada y como una manera de reflexividad abierta y pragmática, de saber y de comunicar. Además, requiere reconocer a los “informantes” más bien como sujetos corporizados y agentes que en su acción o *performance*, revelan, producen y transforman su participación en el mundo social y cultural.

En segundo lugar, siguiendo a Pedraza, implica abordar el asunto de la corporalidad a partir de sus recursos, necesidades e imposiciones, y de la interpretación e importancia que se les ha reconocido para disponer la sociedad y sus sistemas de representación, significa “entender el cuerpo como se lo entiende y vive, a sabiendas de que tal comprensión y vivencia está también constituida por conocimientos científicos y académicos, por saberes populares y tradicionales y por la particular actitud y forma con la que local, grupal y personalmente se vive”¹⁸⁵. Y, en tercer lugar, el giro corporal me permite movilizarme dentro de una frontera transdisciplinaria al impedir la circunscripción del problema dentro de una orientación académica específica, evitando reproducir dualidades del tipo naturaleza-cultura, objetivismo-subjetivismo, empirismo-racionalismo, internalismo-externalismo.

2.2 INVESTIGANDO CON TODOS LOS *SENTIDOS*

En la perspectiva relacional que propongo es ineludible la participación corporal del investigador en la construcción del conocimiento más aún cuando el estudio está vinculado

¹⁸⁵PEDRAZA, Zandra. Cuerpo e investigación en teoría social. Op.cit., p.15

al mundo de la práctica, pues esta acción trae consigo un modo de entendimiento, de auto-reflexividad corporizada.

Ya en el campo de la educación somática, investigadores como Joly¹⁸⁶ han insistido en un proceso investigativo que además de la verbalización de los sujetos de indagación se incluya la vivencia somática del propio investigador participando en la práctica corporal que está estudiando. En palabras de Joly, al referirse a la investigación sobre la práctica del método Feldenkrais menciona “la necesidad de una investigación que incluya el estado de conciencia del investigador y por ello quiero decir, que incluya su subjetividad en movimiento”. Precisamente, en este campo, la formación de los educadores somáticos conlleva un desarrollo de la conciencia del propio cuerpo y del sentido cinestésico con el propósito no solo de afinar la reflexión en la práctica y sobre ella después de realizarla para poder comunicarla con palabras o por el tacto a los practicantes sino sobre todo sentir la vivencia del otro y la suya propia en interacción. Por tanto, la habilidad de poder investigar y comunicar la realidad elusiva de la experiencia corporizada descansa sobre la profundidad de la inmersión que se haga en ella.

De otro lado, en el campo de la antropología, el mismo Mauss, citado por Andrieu, realiza para la construcción del concepto de técnicas corporales una “auto-reflexividad” de su práctica como alpinista y nadador, lo que le permitió notar la persistencia del habitus como condicionamiento histórico y cultural e incluso la posibilidad de plasticidad del aprendizaje,

¹⁸⁶ JOLY, Yvan. La recherche et la pratique du corps vécu: un point de vue, par la méthode Feldenkrais® d'éducation somatique. Dans: Revue Association Pour La Recherche Qualitative, Vol. 12, 1995. p. 89.

aun cuando esta conciencia no le fue suficiente para deshacerse de su habitus. Por ejemplo, frente a la evolución del nado mariposa o el estilo libre en Francia, comenta: "(...) hemos perdido el hábito de tragar el agua y escupirla (...) los nadadores se consideraban, en mi época, como especies de barcos de vapor. Era una estupidez, y bueno, sigo haciendo este gesto, no puedo librarme de mi técnica"¹⁸⁷. Esta anécdota de participación auto-reflexiva, permite también según Leveratto¹⁸⁸, interrogar las interpretaciones de las técnicas corporales que reducen el cuerpo a un indicador cultural, un lugar de memoria o un medio de comunicación, sin que se tome en consideración la situación en la que participa el ejecutante. Muestra además, la necesidad de volver a introducir, como lo quería el mismo Mauss, al observador dentro de la observación e interrogar los instrumentos de observación de los que se vale y a los contextos que pertenecen tanto el cuerpo que observa como el cuerpo observado.

Por su parte Jackson, hizo énfasis en la necesidad de un análisis etnográfico que esté en consonancia con el entendimiento propio de la actividad práctica que se está analizando, antes que interpretarlos en ideas o decires. Al respecto, este autor anota en sus reflexiones del trabajo de campo con los Kuranko: “participar corporalmente en las tareas prácticas cotidianas fue una técnica creativa que a menudo me ayudó a captar el *sentido* [cursiva del autor] de una actividad al usar mi cuerpo como lo hacían los otros. Esta técnica también me fue útil para quebrar mi hábito de buscar la verdad en el nivel de los conceptos incorpóreos

¹⁸⁷ BERNARD, Andrieu. Hétéro-réflexivité des techniques du corps. Le Portique [online], 2006, No.17, [citada 6 agosto 2011] Disponible <http://leportique.revues.org/index779.html>

¹⁸⁸ LEVERATTO, Jean-Marc. Lire Mauss. Le portique [online], 2006, No, 17 [citada 6 agosto 2011] Disponible <http://leportique.revues.org/index778.html>

y los dichos descontextualizados”¹⁸⁹. Al respecto, Rosaldo¹⁹⁰ ha promovido y puesto en práctica el abordaje auto-etnográfico como una forma de conocer el grupo social sobre el que se está investigando, y especialmente sus experiencias, emociones y motivaciones, para lo cual sugiere partir del *insight* personal para entender el afuera y a los otros, con la emoción como vehículo para vincularse tanto con los sujetos a los que estudia como con los lectores a los que dirige su producción científica. En el ámbito latinoamericano, Citro¹⁹¹ no solo ha propuesto una etnografía “de y desde los cuerpos” sino que junto a Del Marmol, Mora, Saéz¹⁹², Aschieri y Puglisi¹⁹³, entre otros, han discutido la herramienta clásica de la etnografía, la observación, los modelos de comunicación y formación de lo corporal en el ámbito académico, con el fin de integrar la experiencia corporal, personal e histórica del investigador en la construcción del conocimiento.

Sobre lo expuesto, Mora¹⁹⁴ resalta de este tipo de propuestas etnográficas cierta continuidad de los enfoques interpretativistas que reconocieron la pluralidad de voces que confluyen en la escritura etnográfica al darle importancia a las narraciones incluyendo los relatos en primera persona de quien realiza la investigación, e incluso pueden contribuir a resolver el problema de la subjetividad y la reflexividad capitalizándolas positivamente sin caer en el

¹⁸⁹ JACKSON, Conocimiento del cuerpo, Op. cit., p. 82.

¹⁹⁰ ROSALDO, Renato. Cultura y Verdad. La reconstrucción del análisis social. Quito: Ediciones ABYAYALA, 2000.

¹⁹¹ CITRO, Cuerpos significantes. Travesías de una etnografía dialéctica Op. cit., p. 83.

¹⁹² DEL MARMOL, Mariana, MORA, Ana Sabrina y SÁEZ, Mariana. Conjunciones metodológicas para el estudio del cuerpo en la danza. En: CITRO, Silvia y ASCHIERI, Patricia (comps) Cuerpos en movimiento. Antropología de y desde las danzas. Buenos Aires: Biblos, 2012.p.101-117.

¹⁹³ ASCHIERI, Patricia y PUGLISI, Rodolfo. Cuerpo y producción de conocimiento en el trabajo de campo. Una aproximación desde la fenomenología, las ciencias cognitivas y las prácticas corporales orientales. En: CITRO, Silvia. Cuerpos plurales. Antropología de y desde los cuerpos. Buenos Aires: Biblos, 2010, p.127-148

¹⁹⁴ MORA, El cuerpo en la danza desde la antropología, Op.cit., p.143

exceso de autorreferencialidad. Marcus y Fischer¹⁹⁵, por su parte, consideran que hay un desplazamiento actual de la antropología interpretativa hacia una antropología comprensiva y a una consciencia autocrítica, conduciendo a la vez a un momento experimental de los medios para representar las diferencias de los sujetos culturales y articular la subjetividad cultural a cuestiones más globales para lo cual se acude a la experiencia y a la exploración de otros lenguajes y territorios teóricos como la estética, la psicología intercultural, la epistemología, la economía, las ciencias políticas, etc.

De otro lado, Wacquant¹⁹⁶ propone que la sociología debe restituir la dimensión carnal de la existencia, en el plano teórico, metodológico y retórico cuando busca ser consecuente con el hecho de que el agente social, es, ante todo, un ser de “carne y sentidos” (en el doble sentido de sensitivo y significado). De hecho propone una modalidad de técnica de observación y análisis que consiste en una “inmersión iniciática en un cosmos, e incluso la *conversión moral* y *sensual* [cursiva del autor], a condición de que tenga una armadura teórica que permita al sociólogo apropiarse en y por la práctica de los esquemas cognitivos, éticos, estéticos y conativos que emprenden diariamente aquellos que la habitan”. Se trata entonces más allá de la técnica convencional de la etnografía conocida como observación participante de una *observación carnal*, en el sentido de que también se capta y comprende con el cuerpo lo que interesa del mundo social.

¹⁹⁵MARCUS, George y FISCHER, Michael. La antropología como crítica cultural. Buenos Aires: Amorrortu editores, 2000, p. 50.

¹⁹⁶WACQUANT, Op. cit., p.16.

En consonancia con todo lo anterior, opté como mencioné anteriormente por un modo de investigar “de y desde” lo corporal, reconociendo y reflexionando sobre la implicación de mis identidades (practicante de algunas PCR, investigadora en educación corporal y en ciencias sociales, fisioterapeuta), lo que me ha permitido no solo construir y problematizar el objeto de estudio desde diversas dimensiones, usar el recurso de escribir en primera persona algunos pasajes al acceder reflexivamente a mi experiencia inmediata y a los relatos directos de los practicantes en los contextos de realización, lo que significa para mí, actuar y sentir para entender lo que los otros practicantes de PCR dicen y hacen de su experiencia corporizada, ligado al entorno social y material específico donde se desarrolla la *performance*. Es así como pude, por ejemplo, percibir en mi experiencia corporizada “los efectos del grupo” del que hablaban algunos practicantes y facilitadores en un taller de biodanza; el estado corporal de “receptividad y relajación” descrito por practicantes de yoga cuando se encontraban acostados en posición de *savasana* (posición boca arriba en decontracción total y con la atención activa) dentro un ambiente cálido, con olor a sándalo, luz de velas, sonido de la naturaleza y de mantras; o la emergencia de emociones, imágenes mentales y de un cierto carácter de determinación relatados por mujeres al bailar danza oriental usando el *fajín* (cinturón de tela adornados con pedrería, lentejuelas, monedas, flecos, etc). Además, la participación personal y práctica junto a otros que vivían la misma *performance*, puso mi “subjetividad en movimiento” tanto por el propósito mismo de las PCR que me revelaron o disolvieron dimensiones de mi misma como por las interacciones con otros que hacían lo mismo, *con-moviéndonos* mutuamente.

Con la claridad de que la objetividad en ciencias sociales se vincula más con la explicitación del contexto de producción del conocimiento que con una mirada aséptica y distante del fenómeno estudiado, lo que implica una reflexividad o ejercicio de desconstrucción de la participación personal en el campo, relataré a continuación la implicación de mis identidades que me llevaron a construir el objeto de estudio y acceder e interactuar en el campo de investigación, a modo de un primer extrañamiento:

Ser fisioterapeuta, profesora del Instituto de Educación Física de la Universidad de Antioquia, investigadora en educación corporal, doctoranda en ciencias sociales, facilitadora certificada en el método somarritmos y practicante de taichí y del Método Feldenkrais fue una de las tantas identidades que se jugaron en el campo, para acceder a los sujetos, práctica y saberes circulantes en PCR. El primer acercamiento que realicé a las PCR sucedió hace veinticuatro años en la ciudad de Bogotá mientras era profesora de una facultad de fisioterapia ya que es propio de esta profesión el “uso” de técnicas de movimiento y del aprendizaje sensorio-motriz para la rehabilitación física. Sin embargo, aunque la fisioterapia cuenta con un gran acervo de técnicas y modalidades terapéuticas, se encuentran principalmente ancladas en un paradigma dualista y mecanicista del cuerpo en movimiento, lo cual generaba en mí una inquietud constante ya que mi experiencia corporal y en el proceso real de rehabilitación se involucraba la subjetividad y la experiencia integral del “paciente” y sobretodo era indivisible la relación cuerpo-mente-emoción. Esta inquietud me llevó a experimentar en el ámbito personal otras prácticas corporales (hasta ese momento había practicado natación, tenis de campo, danza contemporánea y teatro), iniciándome primero en el *hatha* yoga y poco tiempo después en el taichí, así como a circular en talleres de otras

prácticas con una perspectiva holista y personal. Junto a mi introducción en las PCR empecé a estudiar bibliografía que correspondiera con este enfoque y a permear con ese saber y percepción, ahora reapropiados, mis contenidos de enseñanza, mi práctica profesional y mi estilo de vida. Para ese época me trasladé a vivir a Medellín, en donde vivo hace veinte años, y llegué también a enseñar en facultades de fisioterapia y Educación física, continúe con la práctica de taichí con el maestro Jim Bao, inicié la práctica del Método Feldenkrais® con la profesora Marta Uribe, me certifiqué en el método de Somaritmos® con su creadora Ninoska Gómez en Costa Rica y he circulado hasta el día de hoy para sitios y performances del ámbito de las PCR, he participado como “vendedora” y “consumidora” del mercado de lo corporal (al “vender” servicios profesionales relacionadas con ellas y “comprar” talleres, cursos, objetos, etc) al punto que hoy soy identificada por quienes se movilizan en este campo como facilitadora, practicante y también como “experta” (he realizado artículos, ponencias, talleres y propuestas curriculares que integra saberes y prácticas vinculadas con las PCR).

Todo lo anterior, me permitió ampliar la perspectiva de la corporalidad, alejándome de la mirada dualista y mecanicista del movimiento y aproximándome a una mirada estética, pedagógica y sociocultural, además me ha permitido ser testigo y de algún modo protagonista de la deriva de estas prácticas corporales en la ciudad. Ahora bien, aunque porto una identidad de “autoridad” respecto a estas prácticas antes que cualquier presentación profesional la que me acreditó a concertar entrevistas, establecer conversaciones informales, entrar a los ámbitos de las PCR, observar y aprehender los *sentidos* de ellas y sus actores, fue mi participación corporizada en el sentido que mi “estado del cuerpo” expresaba hábitos que

me permitían no parecer extraña e identificar significantes verbales y no verbales en las relaciones intersubjetivas acontecidas.

La reflexividad como investigadora social también requiere intentar “actos de democratización” en el trabajo de campo, que según lo propuesto por Citro¹⁹⁷ se relaciona con opciones epistemológicas y metodológicas orientadas a un descentramiento de las asimetrías reflexivas. La adhesión a esta propuesta, se evidencia en buscar en la interacción con los practicantes durante el trabajo de campo la expresión mutua de las reflexiones e intereses sobre lo que estábamos realizando. De este modo, pude experimentar una apertura en la manera de entender y habitar la “realidad” de las prácticas corporales que indagábamos y actuábamos, cada uno con su propósito. Por ejemplo, algunas personas con las que interactué en la *performance* sabían de mi rol como investigadora y pude incluso compartirles mis análisis (de manera verbal y escrita) y establecer diálogos reflexivos sobre ellos e incluso expresarnos los efectos de este intercambio para el modo de experimentar y comprender la práctica. También compartí, como una practicante más, las experiencias personales al salir de los talleres, permitiéndonos visibilizar las formas múltiples que adquiere la experiencia práctica y reflexiva en cada uno, las aplicaciones o efectos de acuerdo a los propósitos de cada uno y reconocer e incorporar hábitos particulares del grupo.

Finalmente, deseo resaltar la importancia dada a los *sentidos* en esta investigación, y me refiero ahora al campo de los sentidos corporales, en especial del sentido cinestésico a través del cual se partió para la adelantar la reflexividad y también a la activación de los otros

¹⁹⁷CITRO, Cuerpos plurales. Antropología de y desde los cuerpos, Op. cit., p. 72

medios sensoriales (audición, olfato, gusto, táctil, visual) para realizar la inmersión en los *sentidos* propios de las performances de PCR, siendo un modo de descentrarse de la sobrevaloración dada a las representaciones mentales y a los sentidos de la vista y la audición en la etnografía, así como un intento de comprender desde los recursos propios del campo de análisis y no según mis preferencias. Así, este modo relacional de participar y entender sobre la propia experiencia y sobre la experiencia de otras corporalidades me reveló también todos los *sentidos* (hasta donde es posible, como veremos a continuación).

2.3. EL GIRO TOTAL, ENTRE LO CORPORAL Y LO LINGÜÍSTICO

Para iniciar enuncio algunas premisas de la semántica general, propuestas por el iniciador de la misma, Korsybski, citado por Caro¹⁹⁸: Un mapa, no es el territorio (las palabras no son las cosas que representan); un mapa no cubre todo el territorio (las palabras no pueden cubrir todo lo que ellas representan). Tempranamente (hacia 1928) este autor destacó que tanto conocer como el lenguaje son una abstracción e interpretación de los hechos que dejan de lado siempre otras características o niveles verbales y no verbales de la realidad, porque no tenemos nunca un contacto directo con ella sino a través de estructuras que tienen límites, como el propio sistema nervioso o son constantemente variables como los hechos mismos. No obstante, el posterior desarrollo de la semiótica que incluyó a la semántica dentro del estudio de lo simbólico y el predominio de las perspectivas representacionales y discursivas, terminaron planteando que la realidad es lo que decimos o su consecuencia.

¹⁹⁸ CARO GABALDA, Isabel. Enlazando en el tiempo la Semántica General y la Psicoterapia Cognitiva. En: Apuntes de Psicología, 2008, Vol. 26, No. 2, p. 177-191.

A partir de lo mencionado hasta ahora y ubicándome dentro de la experiencia del sujeto, especialmente en la relación entre lenguaje y cuerpo vivido, puedo entender porque Joly escoge la metáfora del iceberg para explicar los niveles de la experiencia durante la realización de las prácticas somáticas y lo que pueden decir las palabras con relación a la experiencia vivida: “La mayor parte del iceberg de la experiencia está debajo de la línea de flotación. Después hay una parte del iceberg que uno puede ver o mejor sentir y sobre la punta del iceberg hay un pequeño símbolo para la comunicación y la identificación”¹⁹⁹.

La perspectiva de la educación somática por su interés práctico y terapéutico le importa más lo que el practicante hace en la interacción corporizada consigo mismo y su entorno que lo que puede o quiere decir verbalmente de su experiencia. No obstante, los métodos de educación somática presentan a la investigación sobre las PCR algunas luces sobre el modo de conocer y sumergirse en la experiencia corporizada. En este método como en el conjunto de las PCR existe una interacción entre facilitador y practicante al ser enseñada y entrenada con el fin de mejorar la conciencia somática que sirve de base para procesos de autorregulación y autoconocimiento. Es en este ámbito que para Joly existen durante la práctica distintos “modos de experimentarla”: lo que piensa hacer el facilitador en general, con su presencia, entonación vocal, su elección en el vocabulario, su modo de tocar, etc., Después está lo que el practicante vive y aprende durante la experiencia corporizada. También está lo que el practicante piensa vivir y aprender, que es, por lo tanto, lo que él o

¹⁹⁹JOLY, La recherche et la pratique du corps vécu: un point de vue, par la méthode Feldenkrais® d'éducation somatique traducción inédita Michel Delhome, Op.cit., p.89

ella tienen como un propósito consciente. Finalmente, está lo que el practicante dice verbalmente de su experiencia.

A lo anterior hay que señalar que cuando se habla de experiencia en el campo de la educación somática se está haciendo referencia a la complejidad de la experiencia humana descrita por Feldenkrais²⁰⁰ quien plantea que toda experiencia humana está compuesta por sensación, pensamiento, sentimiento y movimiento. El aporte de cada uno de ellos a una acción particular varía, tal como varían las personas que las ejecutan, pero en cualquier acción estarán presentes. En el enfoque la educación somática, según Gómez²⁰¹, se entrena la capacidad para hacer distinciones y relaciones entre los componentes de la experiencia, apoyado sobre un estado de absorción dentro del proceso somático y el sentido cinestésico de tal modo que puede diferenciarse entre sentir el movimiento (sensación), la emoción ligada al movimiento (sentimiento) y saber cómo se está sintiendo el movimiento (pensamiento, conciencia somática), aunque después, no se requiera o se pueda describir en palabras toda este campo de la experiencia

De lo anterior se desprende que los sucesos experienciales en PCR requieren atender los distintos modos de comprenderlos, el lingüístico y el corporal. Joly²⁰² va aún más allá al evidenciar la paradoja de intentar hacer una investigación verbal sobre el cuerpo no verbal, razón por la cual aboga para que el investigador se someta, él mismo, a la experiencia de la

²⁰⁰ FELDENKRAIS, Moshe. Autoconsciencia por el movimiento. México: Paidós, 1991. p.60

²⁰¹ GÓMEZ y BOLSTER, Op., cit., p. 15

²⁰² JOLY, La recherche et la pratique du corps vécu: un point de vue, par la méthode Feldenkrais® d'éducation somatique traducción inédita Michel Delhome, Op., cit. 88

toma de conciencia de su cuerpo y “desde ahí, quizás nosotros podamos inventar metodologías cualitativas que incluyan la vivencia respiratoria, y toda la vivencia neurovegetativa, la vivencia sensorial cutánea y muscular, la vivencia postural y toda la vivencia cinestésica, es decir, todas las dimensiones de la conciencia del cuerpo en el espacio, que son la base misma de nuestra experiencias como sujetos”. Es claro, pues, que el área de la somática se refiere a datos distintos cuando diferencia entre la corporalidad percibida desde dentro, desde el punto de vista de la primera persona, por oposición al de la tercera, caso en el cual se observa la corporalidad desde fuera. La observación de primera persona es factual de modo inmediato. La de tercera persona, por el contrario, sólo puede tornarse factual gracias a la mediación de una serie de principios interpretativos. No obstante, se considera que estas dos formas de conocimiento son irreductibles; ninguna de ellas es menos efectiva o inferior a la otra: son análogas.

Por su parte, quienes han explorado formas de investigar con la danza destacan que si bien los sistemas estéticos de movimiento pueden descifrarse semióticamente al estar compuestos por signos relacionados con la cultura o el arte, en su función y práctica pueden operar y significar de manera variada en cada contexto, tanto para el que danza y como para el observador²⁰³. Además, puede acontecer algo distinto en medio de la experiencia de la danza cuando los sentidos se encuentren exaltados, que el pensamiento y la palabra no pueden captar o expresar. Al respecto Gil²⁰⁴ sobre las posibles significaciones del gesto en la danza considera que el cuerpo danza la gramática del sentido porque es el lugar donde los signos

²⁰³ REED, La política y la poética de la danza, Op. cit. p.75- 100

²⁰⁴ GIL. José. Movimento total. O corpo e a Danca. Lisboa: Relógio D'Água Editores. 2001. p.120

se tornan sentido, y de manera reciproca el movimiento danzado tiene en particular el hecho de absorber los signos corporales, de disolverlos e, insertándose en el movimiento que les dio origen, transformarlos. Por ejemplo, el gesto de apuntar con el dedo es un signo: se indica así un pájaro, allí. Es un signo indicativo. En la danza, este mismo gesto entra en un *continuum* de movimiento que lo transporta a partir de los movimientos múltiples que lo engendran: movimientos de la visión, del pensamiento, da la emoción particular de ver un pájaro, de quererlo mostrar a otros, etc. Todos estos movimientos se funden y se insertan en el movimiento danzado, de tal modo que el gesto danzado de indicar contiene en él los movimientos de la emoción, del pensamiento, de la visión, etc. Ahora es todo el cuerpo en acción que es el sentido del signo: el cuerpo no significa el gesto de apuntar el dedo para un pájaro que vuela, “es el movimiento del sentido”.

Me interesa apuntar además que los estudios de la *performance* consideran fundamental repensar los modos de producción y expresión de las actividades humanas desde un emplazamiento diferente al de la palabra escrita o verbal. No obstante, al incorporar el campo entero de la actividad humana (desde un acto de habla en la vida cotidiana a la puesta en escena en un teatro o ritual) esta perspectiva reconoce que la *performance* implica formas simbólicas y “cuerpo vivos” por lo cual brindan la posibilidad de construir sentidos de manera equivalente entre lo representaciones y la *performance*, a nivel individual como cultural²⁰⁵.

²⁰⁵ SCHECHNER. Estudios de la representación. Una introducción, Op., cit., p.50

De otro lado, la crítica a los enfoques semióticos y representacionales para explicar lo relativo a la experiencia corporizada, al mundo de la actividad práctica y la *performance* cultural, es planteada inicialmente en el ámbito de la antropología por Jackson²⁰⁶ quien considera que la praxis corporal puede revelar al investigador un entendimiento de la realidad que no se alcanza con las palabras. Para este autor los principales problemas de las perspectivas semióticas serían los siguientes: en primer lugar, que consideran a la praxis corporal como secundaria en relación a la praxis verbal. Esto sería empíricamente insostenible, debido a que tanto desde el punto de vista filogenético como ontogenético, el pensamiento y la comunicación a través del cuerpo precede a la comunicación semántica, y en gran medida siempre permanece. Por otro lado, los significados no deberían reducirse a un signo ya que quedaría en un plano separado fuera del inmediato dominio del acto (por ejemplo, en una caída no solo vivimos una pérdida de la posición en términos físicos sino que la pérdida del balance ocurre simultáneamente a nivel mental y se refieren a una estructura ontológica básica de nuestro ser-en-el-mundo). En este punto Jackson concluye que “el significado de la praxis corporal no siempre es reductible a operaciones cognitivas o semánticas (...) así el entendimiento de un movimiento corporal no depende invariablemente de una elucidación de lo que ese movimiento quiere decir”.²⁰⁷ En segundo lugar, la separación cartesiana entre sujeto y cuerpo y la consiguiente reificación del sujeto cognoscente, no solo ha separado el cuerpo del sujeto conocedor y hablante sino también lo ha reducido a signo, entendiéndolo como medio de expresión o comunicación, convirtiéndolo en un objeto “inerte” sobre el que se inscriben los patrones sociales. Al respecto, el autor advierte que esta mirada no solo entra

²⁰⁶ JACKSON. Conocimiento del cuerpo, Op. cit. p. 66

²⁰⁷ Ibid., p.64

en contradicción con nuestra experiencia del cuerpo como realidad vivida. En este asunto, convoca a la necesidad de estudios sobre el “cuerpo-como-sujeto”, la experiencia corporizada y las interacciones que suceden dentro del entorno de la existencia corporal. En tercer lugar y como consecuencia de lo anterior, Jackson apoyándose en Bourdieu considera que, el entendimiento práctico puede hacerse sin conceptos y que las palabras sin importar la variedad de connotaciones que tengan, restringe las relaciones que la praxis corporal sugiere. En este sentido la praxis corporal al no ser posible reducirla a una interpretación; “no son, en sí mismas, interpretaciones de nada²⁰⁸”.

En suma, lo que Jackson propone concretamente es partir del cómo se producen las actividades prácticas hacia el qué significan y por qué ocurren, sin referencias a un orden simbólico previo, con una mirada de campo que considera las interacciones y movimientos de los actores en su entorno social y material. Recomienda tomar los comentarios de los actores literalmente aceptando que no necesariamente cuando se actúa se tiene un significado o se realiza para representar un significado, sino que, para los actores, las acciones tienen sentido al nivel de la experiencia directa. Para esto sugiere realizar descripciones detalladas de cómo las personas experimentan de modo inmediato el espacio, el tiempo y el mundo en el que viven.

Otro aspecto necesario a considerar como obstáculo epistemológico en la investigación sobre el cuerpo en las ciencias sociales es el efecto cuestionado por Berthelot en el ámbito de las ciencias sociales por el cual se la ha asignado la tarea de operador lingüístico, de lexema, en

²⁰⁸ Ibid., P. 80

un registro discursivo que permite acceder a algo que puede ser leído a través de él, pero no a él mismo, donde lo que importa es el significado y la eficacia de lo que se dice por medio del cuerpo. Por tanto, no se logra establecer el cuerpo como productor de conocimientos sino que se transforma en “instrumento para construir un discurso, que lo deja incrustado en un régimen discursivo que la antecede”²⁰⁹. Alude al predominio del “giro lingüístico”²¹⁰ en la ciencias sociales desarrollado desde los años 70 en el cual se reconoce el papel constitutivo del lenguaje en nuestra relación con el mundo, imponiendo sus límites y determinando en cierta manera, tanto al pensamiento como a la realidad misma. De este modo queda el lenguaje y lo textual convertido en un medio de validación y recurso en el que se objetiva o expresa lo que realmente interesa del mundo de la vida y el orden social.

Como alternativa y al mismo tiempo como complemento al enfoque representacional y semiótico para abordar la corporalidad en las culturas, se encuentra el paradigma fenomenológico del *embodiment*. Para Csordas²¹¹, esta perspectiva conduce tanto a conclusiones sobre la inmediatez de la experiencia corporizada como a conclusiones sobre la constitución intersubjetiva de significaciones a través de la experiencia.

Si bien en las perspectivas señaladas se restablece el entendimiento del cuerpo, vivo, vivido y actuante, permitiendo entender que la experiencia en la *performance* de PCR hace más y más ambiguamente que lo que lo que podemos decir de ellas, también se reitera la necesidad

²⁰⁹ BERTHELOT, J.M. The Body as a Discursive Operator: Or the Aporias of a Sociology of the Body. In: *Body & Society*, Vol.1, 1995. p. 13-23

²¹⁰ IBAÑEZ, Gracia. El giro lingüístico. En: IÑIQUEZ, L. (Ed). *Análisis del Discurso. Manual para las ciencias sociales*. Barcelona: Editorial UOC, 2003. p. 23-45.

²¹¹ CSORDAS, Modos somáticos de atención, Op.,cit., p.95

de comprender las corporalidades en movimiento como signo y práctica discursiva. Se trata de una frontera que al mismo tiempo diferencia y une, en un sentido de complementariedad entre lo verbal y lo no verbal de la experiencia corporizada y el mundo de la práctica. Al respecto, Martin Alcoff considera que si bien hay una inscripción de las estructuras discursivas en los sujetos y sus cuerpos, la experiencia no está producida solamente por la interacción entre los sujetos y los discursos. De hecho, no experimentamos al propio cuerpo como una construcción de estructuras, sino que muchas veces la experiencia corporizada excede al lenguaje, aunque luego lo interprete desde él; así, se pueden entender la experiencia y el discurso como “imperfectamente alineados, con zonas de dislocación”²¹², y a la experiencia como el lugar donde se desarrolla el discurso, no su resultado.

En conclusión, al hallarme frente a la frontera entre lo lingüístico y lo corporal, más que detenerme en algunos de estos terrenos, me advierte que es necesario acercarme a la experiencia, moverme intersubjetivamente e intercorporalmente entre sus componentes, caminar entre el aquí, de lo corporal y el allá, de lo verbal, tratando de fluir entre los *sentidos* que la atraviesan para intentar entender y decir lo que pasa ahí, desde las siguientes disposiciones:

a) Permanecer abierta a lo que pasa en la experiencia de conocer con el cuerpo a lo que otros están sintiendo para llegar a las ideas simbólicas incrustadas en los movimientos que no están disponibles a través del lenguaje o la observación sola, para también moverse en

²¹²MARTIN ALCOFF, Linda. Merleau-Ponty y la teoría feminista de la experiencia. En: Revista Mora, n° 5, 1999. p. 127

palabras, reflexionar y poder exponerlo. Es decir, aunque la experiencia del cuerpo vivo, vivido y actuante no es reducible al discurso, en algún grado, cuando la inmediatez de la experiencia se convierte en objeto de reflexión como sucede intencionalmente en las PCR, puede ser entendida con el cuerpo y comunicada en algún grado por medio del lenguaje tanto por el propio practicante como para el investigador que también la ejecuta y además intenta comprenderla.

b) Aproximarme a la complejidad de los *sentidos* (sensaciones, sentimientos, significados, orientaciones) de las corporalidades en movimiento en PCR, recuperando la experiencia de su materialidad, más cerca al significante y su modelación como contenido e imagen más próxima al significado, de forma histórica, situada e intersubjetiva.

c) Considerar lo lingüístico (representaciones, discursos, saberes) y lo corporal (cuerpo vivo, vivido y actuante) como complementarios y no excluyentes para entender los modos de ver, decir, hacer y pensar en las PCR.

2.4 LAS PRÁCTICAS CORPORALES REFLEXIVAS COMO INTERFAZ: DESARROLLO METODOLÓGICO

Una vez asumida en este trabajo la perspectiva relacional con interfaz o mediación corporal para abordar el *entre* de la constitución imbricada entre el sujeto y lo sociocultural así como la experiencia corporizada y el sentido, me centraré en el desarrollo metodológico es decir, la construcción y abordaje del campo, los ejes de análisis, las técnicas de recolección de datos, el procesamiento de la información, su análisis y su validación. Antes de describir los procedimientos, considero importante recordar el alcance de la investigación ya mencionado

en la introducción. La condición de “nativa” del campo, me llevó a “sospechar” de la existencia de redes de significación y de actuación (experiencia perceptiva y práctica) entre las PCR durante su proceso histórico de “implantación” social, razón por la que opté por buscar las matrices que articulan el conjunto de las PCR, tanto en sus discursos como en la *performance*, reconociendo que el objetivo de buscar la similitud, deja de lado las diferencias y trayectorias singulares, tanto de las PCR como de los diversos sujetos implicados. Además, el interés de situarme en el *entre*, me condujo a trasladar el problema del *qué* al *cómo*, lo cual significa que reconozco la fuerza de las estructuras pero también que éstas no están por encima de los sujetos, sino que se desenvuelven en la interacción con los sujetos de modo reiterativo en la vida social, de tal modo que existen normas vinculantes pero ellas pueden ser ambivalentes y elásticas. Frente a los anteriores propósitos he delimitado dos dimensiones de indagación, tomando herramientas de la genealogía, la etnografía, la hermenéutica y la fenomenología cultural o la perspectiva del *embodiment*. Un primer foco, abarca un espacio-tiempo amplio (1980-2012) correspondiente al proceso de introducción, despliegue y consumo de las PCR en Medellín, y las consecuencias directas o indirectas de la interacción con actores, contextos e instituciones involucradas. Un segundo foco, comprende un espacio-tiempo más reducido, la *performance* clase-taller, evento común en el conjunto de las PCR.

En el primer foco, busco develar la forma estética-política que subyace al conjunto de las PCR a partir de identificar la matriz de significantes que estructurados históricamente han organizado los *sentidos* con los cuales se ha adelantado la producción de subjetividades a

través de las PCR. Además, indago las tecnologías puestas en funcionamiento en prácticas y discursos por las personas e instituciones promotoras de las PCR para operar dicha forma.

Para la recolección de información, utilizo un formato digital de ficha de contenido (ver anexo A) donde consigno la revisión documental realizada con diversas fuentes, tales como: el periódico El colombiano y sus separatas en el periodo 1980-2011 ubicados en la Hemeroteca de la biblioteca de la Universidad de Antioquia, páginas de internet y blogs, carteles pegados en las paredes y paneles dentro de los lugares observados; documentos y folletos publicitarios del circuito del mercado de PCR con mayor tradición o difusión en Medellín. Además, adelanto un trabajo de campo que más adelante detallaré pero que por ahora diré que incluyó observación de los escenarios promotores directo o indirectos de las PCR (instituciones o centros prestadores de servicios de bienestar, culturales, recreativos, de salud, de deporte y actividad física, parques, centros comerciales, plazoletas públicas, universidades públicas, parques bibliotecas) y las *performances* de PCR que allí acontecen, se identificaron los actores pioneros y emprendedores de las PCR, así como los practicantes regulares con quienes se realizaron entrevistas y grupos focales para recuperar los sentidos y modos en que las prácticas fueron recepcionadas, reapropiadas y desplegadas en la ciudad. Se tuvieron en cuenta los siguientes ejes de análisis para este momento: a) contenidos discursivos sobre las PCR; b) significados expresados por los actores sobre las PCR (pioneros, practicantes y emprendedores); c) modos de sensibilidad y visibilidad en el estilo de las PCR; d) relación entre las PCR con otras prácticas y discursos socioculturales; e) rol de actores e intermediarios vinculados con la introducción y distribución social de las PCR; f) estrategias

para el fomento, legitimación y consumo de las PCR, g) estructura y funcionamiento de las organizaciones que las promueven y ofertan.

Cabe aclarar, desde la perspectiva de Foucault²¹³, que el proceder genealógico no trató de ubicar el origen de cada una de las prácticas corporales seleccionadas sino de reconocer que son el producto de una historia, que tenían una procedencia, la cual delimitó un mapa sobre las maneras de concebirlas, actuarlas y percibirlas, como efectos y formas diversas en los procesos de apropiación. Con esto, aclaro además que la intención del análisis histórico no fue evaluar los cambios en las PCR como distorsiones de sus estilos originales sino más bien comprender la trama que los ha hecho irrumpir en la forma que poseen y define la inteligibilidad de las mismos, así como también las apropiaciones que actores significativos e instituciones promotoras han realizado con consecuencias directas e indirectas.

El segundo foco de indagación se orienta a describir el modo común de experiencia práctica y perceptiva puesta en escena en la *performance* clase-taller, evento común en la que operan las PCR para elaborar la subjetivación corporizada, junto a la comprensión hermenéutica de lo que los practicantes revelan en sus discursos sobre la experiencia, incluyendo el entendimiento que como investigadora y practicante alcancé al ser participante activa en ellas. De hecho, algunos ejes de análisis descritos a continuación surgieron del saber práctico que tenía sobre algunas PCR y de la reflexividad corporizada durante la inmersión en el

²¹³ FOUCAULT, Estética, ética y hermenéutica, Op. Cit. p.363

trabajo de campo. Los ejes de análisis considerados para este momento fueron: a) fuerzas sensibles (sensaciones, movimientos, emociones, intención); b) organización temporo-espacial; c) significantes asociados; d) recursos escenográficos; e) roles de los participantes; f) apariencia corporal (física, vestimenta, accesorios); d) modo de atención o reflexividad; g) efectos sobre el proyecto corporal y subjetivo; h) proceso de enseñanza-aprendizaje. Este segundo foco de indagación se aborda principalmente desde el paradigma del *embodiment* por ser un modo de aproximación que toma la corporalidad no solo como un objeto de estudio sino también como un punto de partida metodológico. El interés de este enfoque por la experiencia, aclara Citro²¹⁴, no implica esencializar al cuerpo, ni a la experiencia misma, ni tampoco ubicar el análisis al nivel del individuo, sino recuperar la experiencia perceptiva y practica del cuerpo en la vida social, junto con la comprensión de la constitución intersubjetiva de significaciones a través de la experiencia.

El trabajo de campo denso se realizó entre mediados del 2010 y 2012 periodo en el cual además de adelantarse la revisión documental se realizó el abordaje etnográfico de las siguientes modalidades de las PCR escogidas con sus respectivos estilos de movimiento: a) prácticas orientales, yoga y taichi; b) prácticas dancísticas personales, Danza Samkya®, danza oriental y danza integral; y c) prácticas somáticas, Antigimnasia®, Método Pilates®, Método Feldenkrais® y Eutonía®. Los criterios utilizados para la elección de las tres modalidades prácticas y nueve estilos fueron: en primer lugar, tener un grado de difusión que las hiciera “visibles” socialmente durante el periodo indagado y; en segundo lugar, tener como finalidad la producción de la experiencia de sí (lo que cuenta como autoconocimiento,

²¹⁴ CITRO. Cuerpos significantes. Travesías de una etnografía dialéctica, Op. Cit. p. 50

autoconciencia, o autorreflexión). Las técnicas de recolección de datos fueron, la observación, la entrevista, el grupo focal, narración corporizada, y revisión documental.

Sobre el trabajo de campo y la observación, dado las características y la amplitud del referente empírico elegido, es necesario exponer algunas consideraciones. Cuando se investiga en la propia “casa” o sobre las mismas prácticas, roles y posición social, como fue el caso de esta investigación, resulta más evidente que el objeto como el campo son una construcción teórico-metodológica y no un lugar al cual uno se desplaza para observar a “otros”, tal como lo ha planteado la antropología nativa y la antropología experimental desde los años 80²¹⁵. Provenza de fuera o dentro de la sociedad que estudia, el investigador social no es nunca un sujeto sin origen, sin género, sin clase, que pueda ser ideológicamente neutral y científicamente objetivo, y por lo tanto, está inmerso en procesos de negociación constante de identidades imbricadas en redes de relaciones sociales, económicas y políticas que lo conducen a realizar elecciones y a tener presencia en ciertos escenarios²¹⁶. En este sentido, la identidad del sujeto de investigación y del investigador social debe ser considerada múltiple y dinámica, obligándonos a un juego constante entre participación plena y objetivación de lo observado. En consecuencia, esta investigación es multi-situada, no solo porque el desplazamiento dentro del campo construido abarca distintos espacios geográficos sino también porque implica trasladarse entre múltiples focos para observar los procesos que se producen tanto en el interior y como el exterior, es decir, fuerzas subjetivas, estéticas, políticas e históricas.

²¹⁵ MARCUS y FISCHER, *La antropología como crítica cultural*, Op. Cit., 20

²¹⁶ GEERTZ, Clifford. *La interpretación de las culturas*. Barcelona: Gedisa, 1999, 375 p

El campo fue construido por un conjunto de treinta ocho escenarios, promotores directos o indirectos de PCR (eventos, parques, instituciones), con mayor visibilidad o tradición en la ciudad (ver Anexo B), realizándose en ellos observaciones que fueron apoyadas en un guía de observación (ver Anexo C). La observación más que una estancia prolongada en el tiempo y en un solo lugar consiste en una “frecuentación profunda” con “participación observante” al realizar una inmersión en la *performance* y la experiencia en PCR. La dinámica de la participación observante se desarrolló bajo las siguientes modalidades: a) concurrendo a la *performance* de algunas PCR que la mayor parte de los grupos sostienen como su actividad rutinaria principal, *performance* que pueden tener una duración entre una hora o una hora y media, tras lo cual puede haber un momento de sociabilidad informal. Asistí durante el periodo del trabajo de campo al menos una vez por semana a sesiones de yoga en la Academia Anaisa y/o al Jardín Botánico, a clases de taichi en el parque de Pilarica y a clases del Método Feldenkrais® en la residencia de Marta Uribe. También, participé una vez mínimo de alguna clase en los otros espacios y PCR seleccionadas para el trabajo de campo. b) participando en talleres de práctica de mínimo dos horas y hasta de un día en los cuales hay una mayor relación interpersonal y donde hay una apreciación más amplia del conjunto de participantes, de las *performance* rituales vinculados, de las significaciones asociadas, de la organización social del grupo, de los componentes y estructura de la *performance*. Este modo de participación observante se logró inscribiéndome a talleres específicos de las PCR elegidas realizados en parques, eventos de ciudad o talleres promocionados por las organizaciones promotoras o centros comerciales.

De otro lado, la etnografía en “casa” obliga a un juego constante entre participación y objetivación de lo observado que requiere de un “extrañamiento” para poder ver la propia forma de vida (las interacciones con otros y con nosotros mismos) con otros ojos, por lo cual el movimiento que se realiza es cognitivo más que físico. Al respecto, D’Angelo,²¹⁷ advierte que cuando se trata de la experiencia corporal, “el campo puede aparecer donde menos se espera y saber aprovecharlo requiere flexibilidad para pasar de un rol al otro, es decir del plano de la experiencia a su análisis, o aún más, del plano de la corporalidad a la racionalidad”. En esta dirección es relevante reconocer que cuando la corporalidad y la subjetividad de la investigadora se encuentran implicadas como herramientas heurísticas, es decir como parte de la construcción del problema y del mismo conocimiento, plantea a vez ventajas y limitaciones al conocimiento antropológico. En la práctica etnográfica esta situación presentó dos consecuencias metodológicas. De un lado, facilitó el acceso a ciertos ámbitos, conversaciones y experiencias frente a quien no tiene una participación en la performance de las PCR e incluso, los primeros “informantes” devinieron de los espacios de práctica usuales y a relaciones previas a esta investigación; y de otro lado, traía consigo el riesgo de naturalizar la experiencia de campo por el hecho de resultar demasiado familiar, por lo que en el momento de análisis de datos se mantuvo una constante reflexividad y discusión con otros pares académicos, la directora de la tesis e incluso algunos performer para desnaturalizar las prácticas y el entorno social propio.

²¹⁷ D’ANGELO, Ana. Cuando formamos parte del nosotros de la investigación: subjetividades y corporalidades implicadas. En: X Congreso Argentino de Antropología Social, (1:2011: Buenos Aires). Memorias X Congreso Argentino de Antropología Social. Buenos Aires: UBA, 2001. p. 13

Como parte de las interacciones dadas en el trabajo de campo se realizaron cuarenta entrevistas (ver Anexo D). Bajo la modalidad de entrevistas se ejecutaron veintiuna a pioneros y facilitadores o instructores (ver Anexo E), es decir, actores relacionados con la introducción y despliegue de las PCR en Medellín, y diez a practicantes frecuentes (ver Anexo F). Cinco más fueron entrevistas a profundidad a practicantes regulares (ver Anexo G) y las cuatro restantes consistieron en entrevistas a grupos focales, dos grupos de danza oriental, uno comunitario y otro institucional, un grupo del Método de Feldenkrais® y un grupo de yoga, con el fin de lograr una recolección de información a profundidad sobre las percepciones y la experiencia compartida entre quienes participan voluntariamente de *la performance* de PCR y se identifican alrededor de ellas (ver Anexo H). Cabe advertir que la selección de los grupos fue por conveniencia en cuanto a que los seleccionados eran grupos “naturales” o ya existentes al reconocerse como tal y llevar un tiempo significativo de práctica conjunta. En el trabajo de campo fueron consideradas también las conversaciones informales mantenidas en presencia de la investigadora, anotaciones que se realizaron en el diario de campo. Sobre la entrevista a profundidad es necesario aclarar que sirvió para obtener *narrativas corporizadas* teniendo como eje la práctica y la experiencia corporal. Respecto a esta intención, se ubica dentro del enfoque hermenéutico de la llamada investigación biográfica-narrativa, la cual permite conjuntamente dar significado y comprender las dimensiones cognitivas, afectivas y de acción.²¹⁸ Esta modalidad, es usualmente estimulada por una conversación entrelazada entre preguntas y respuestas para que la persona acceda a los aspectos significativos de realidades que forman parte del ámbito

²¹⁸ BOLIVAR, Antonio; DOMINGO, Jesús, FERNÁNDEZ, Manuel. La investigación biográfica- narrativa en educación. Enfoque y metodología. Madrid: La Muralla, 2001

de las propias experiencias²¹⁹, incluso intenta comprender el sentido singular en la narración sobre “aquello que ha quedado inscrito en el cuerpo” para lo cual Gallo y Castañeda, han propuesto el término de “narrativa corporal”.²²⁰No obstante, el lugar dado en esta investigación a la experiencia corporizada, esta propuesta no alcanza a ser adecuada ya que acude solo al relato verbal y a la lógica de argumentación, olvidando que no toda la experiencia vivida es discursiva por lo que la comprensión de los *sentidos* requiere además por parte del hermenauta, una inmersión en la misma práctica corporal del entrevistado, al ser ambos productores de significantes y significados, no solo verbales sino también corporales. De este modo, la narrativa lograda revelará el vínculo entre el discurso, la práctica y la experiencia, dado que las historias son vividas antes de ser contadas, variante que fue la finalmente utilizada en esta investigación.

Los registros producidos en las técnicas descritas se llevaron a texto escrito y en un principio con la ayuda del programa Atlas Ti, versión 5.1, se organizaron por categorías a partir de las cuales se originaron relatos descriptivos e interpretativos que se analizaron y validaron de manera activa, interactiva y sostenida en cada uno de los momentos de la investigación entre la investigadora, la directora de tesis, lectores externos y algunos practicantes, sujetos de la investigación.

²¹⁹ LUNA, María Teresa. La intimidad y la experiencia en lo público. Manizales, 2006, Tesis Doctoral (Doctora en ciencias sociales. Niñez y juventud), Centro de Estudios Avanzados en niñez y juventud. Universidad de Manizales – CINDE.

²²⁰ CASTAÑEDA, Goria y GALLO, Luz Elena. Narrativa Corporal: una experiencia vivida a través de la danza. En: Lúdica pedagógica, 2008, Vol. 1, No. 13, p. 74

5. LAS PRÁCTICAS CORPORALES REFLEXIVAS EN MEDELLÍN

1980-2012

El neoliberalismo nos obliga a una reflexión muy amplia. No nos impone solamente la crítica de un sistema económico inicuo, o la comprensión de mecanismos de destrucción de instancias colectivas y de "ser con los otros", sino también, una reflexión renovada sobre el individuo, el "ser uno mismo". Dany-Robert Dufour²²¹

En este capítulo presento el orden estético-político que subyace al conjunto de las PCR durante su proceso de introducción, distribución y consumo en la ciudad de Medellín en el periodo 1980-2012. Esto es, la *matriz de significantes hegemónica* que ha orientado la producción de *subjetividades sensibles* en el conjunto de las PCR y las *tecnologías de autogobierno paradójico* desplegadas por las personas e instituciones promotoras de estas prácticas para operar dicha identificación en el mercado de lo corporal en la ciudad, develando un *régimen empresarial de lo sensible*. El análisis lo realicé desde los discursos, las sensibilidades, la visibilidad y las apropiaciones de las PCR en su trama histórica, incluyendo las consecuencias directas o indirectas de actores e instituciones significativos que han sido precursores o actuado como promotores de estas prácticas en Medellín. Lo anterior, me permite responder a preguntas tales como: ¿cuáles han sido los *sentidos* (sensaciones, emociones, significados, orientaciones) de las PCR para componer subjetividades durante su trayectoria en Medellín?, ¿quiénes fueron los pioneros de las PCR a nivel local?, ¿cuáles fueron las consecuencias de la apropiación de los pioneros individuales

²²¹ DUFOUR, Dany-Robert, Los desconciertos del individuo sujeto. En: Le Monde Diplomatique. Buenos Aires: Edición Cono Sur, 2001. p. 5.

e institucionales en la visibilidad de las PCR? ¿Cuándo se hacen visibles las PCR?, ¿qué sensibilidades se han puesto en escena?, ¿Cómo ha operado la oferta y consumo de subjetividades sensibles a través de las PCR?, ¿cuál es el modo de funcionamiento de las instituciones que han elaborado un saber y mercado sobre las PCR? Todas ellas, me permiten develar la red de significantes elaborada entre las PCR para definir una forma hegemónica de cuerpo-sujeto como identificación a alcanzar, así como los mecanismos ambivalentes, sensibles y empresariales, implantados en estrategias institucionales y de mercadeo por parte de las personas o movimientos promotores de estas prácticas corporales en el contexto de los procesos socio-económicos vividos en Medellín en los últimos treinta años.



Imagen 1: Práctica de yoga. Jardín Botánico

3.1. LA SUBJETIVIDAD SENSIBLE

En Medellín en las últimas tres décadas emergen las PCR ofreciendo una matriz de significantes hegemónica o “matriz simbólica-identitaria” que define una *subjetividad sensible*, la cual concertan modos de singularización o de reflexividad del yo con modos de

control o de gobierno de la vida, haciendo *carne* discursos que conduce a la *autorrealización con y en el cuerpo, la auto-salud corporal, la gestión corporizada del sí mismo y el bienestar urbano corporizado*. Esta red de significantes emerge a partir de los discursos, las sensibilidades puestas en escena, la visibilidad o modos de introducción de las PCR en la ciudad y las formas de reapropiación en el mercado de lo corporal. Cabe aclarar que si bien hay una matriz de significantes para cada estilo de PCR que ordena su forma particular de subjetividad (lo que se espera sea un practicante de yoga, por ejemplo), lo que evidencia esta investigación es la existencia de una red de significantes hegemónica entre las PCR que define los rasgos comunes de una identidad o subjetividad sensible. Con ello, de nuevo es importante advertir que mi interés atiende a la similitud de *sentidos* puestos en circulación por las PCR en las últimas décadas en Medellín, sin detenerme en las diferencias entre los estilos, ni la particularidad de las apropiaciones según género, edad, clase o etnia.

La tabla 1, sintetiza la matriz de significantes para producir una *subjetividad sensible* a través de las PCR en Medellín durante el periodo 1980-2012. La *subjetividad sensible* producida se compone de cuerpos-sujetos que afinan la experiencia perceptiva y práctica del cuerpo para la autodirección. Autogobierno elaborado bajo fuerzas ambivalentes de poder con un efecto tanto de control como de agencia. Inicialmente, las practicas corporales surgieron en el ambito de la intimidad vinculadas con propósitos de autorrealización en resonancia con movimientos de la “nueva era” y progresivamente se fueron articulando con discursos de salud, el *wellness-fitness*, el desarrollo personal y el urbanismo social, ampliando los *sentidos* de apreciación y conducción de sí mismo hacia el autocuidado, la autoliberación, la autoayuda, la autoconsciencia y la autogestión. En la trayectoria de las PCR se observa

también como se va articulando proyectos corpóreos-subjetivos personales con proyectos corpóreos-subjetivos colectivos, no solo por las consecuencias directas e indirectas del modo de apropiación de actores e instituciones que introdujeron y han promovido a las PCR, sino también, porque la forma sensible, práctica y reflexiva de éstas prácticas corporales ha permitido materializar en la experiencia personal, signos sociales movilizados en Medellín en las últimas décadas relacionados con proyectos gubernamentales y cívicos orientados a la paz, la convivencia, la conservación del medio ambiente, el estilo de vida saludable, entre otros.

Respecto a la visibilidad y sedimentación de las PCR en su trayectoria histórica, se identifica un tránsito entre un inicio que vincula el saber y las prácticas a maestros extranjeros y a movimientos transnacionales limitando su conocimiento a grupos reducidos, mayoritariamente de estratos socioeconómicos altos, hacia una “democratización” del saber y de accesibilidad a grupos más amplios de la población, al empezar a ser enseñadas y acreditadas, algunos estilos de PCR, por profesionales o facilitadores locales, manteniéndose una preferencia de consumo y diversificación mayor de la oferta, en las clases media y alta. Esto a su vez trajo consigo el hecho de que progresivamente las PCR se fueron alejando de sus cosmovisiones de procedencia al ser mezcladas con otros discursos y sensibilidades en su proceso de reapropiación, llegando incluso a la fusión de estilos de PCR, componiendo así otras imágenes, sensibilidades, discursos. A continuación veremos esto con más detenimiento tejiendo la matriz con los *sentidos* emergentes de los datos genealógicos y etnográficos.

Tabla 1. Matriz de significantes para una *subjetividad sensible*, periodo 1980-2012

PERIODO	1980-1985	1985-2005	1995-2010	2005-2011
Sentidos	Autorrealización con y en el cuerpo	Autosalud Corporal	Gestión corporizada del sí mismo	Bienestar urbano corporizado
Contenidos	Espiritualidad Conciencia Cuerpo-mente-espíritu Bienestar	Salud Belleza Energía Armonía Rendimiento	Autoayuda Liberación Felicidad Placer Liderazgo	Bienestar Armonía Civilidad Paz Autenticidad
Sensibilidades	Conciencia de la respiración y el tono muscular. Canalización de la energía vibracional del sonido, aromas y gestos corporales. Oír/hacer más que ver/hacer. Ejecución individual aislada o en grupo, dirigido por maestros. Realizado en ambientes espirituales.	Entrenamiento para el tono muscular, la flexibilidad, la coordinación y balance postural. Atención al balance, la respiración, la fluidez y energía del movimiento. Ejecución individual en grupo dirigido por maestros y/o instructores. Realizado en ambientes recreo-deportivos.	Afinamiento de la cinestesia. Atención a las sensaciones vinculadas con pensamientos, emociones y movimientos. Relación movimiento-vivencia-proyecto de vida. Ejecución individual y grupal dirigida por maestros y/o instructores. Realizado en ambientes “alternativos”.	Experiencias armónicas y placenteras del cuerpo en movimiento. Vinculación conciencia-organismo-entorno (físico y social). Ejecución individual o grupal dirigido por instructores. Realizada a la vista de todos.
Introducción PCR (visibilidad)	Residentes extranjeros, viajeros y maestros de organizaciones transnacionales. Novedad, experiencias personales Yoga	Instructores acreditados, por organizaciones transnacionales o maestros extranjeros residentes. Taichi, Pilates	Profesionales en artes, deporte, salud y educación, acreditados por organizaciones transnacionales o maestros extranjeros visitantes Biodanza, danza Samkya, danzas orientales, M. Feldenkrais, Eutonía, Antiginmasia	Instructores acreditados por organizaciones locales y transnacionales Maestros residentes o visitantes. Fusión de estilos
Consumo PCR (apropiación)	Asociado al movimiento de la Nueva Era. Grupos pequeños (Agnósticos, intelectuales, universitarios). Estratos socioeconómicos medio y alto.	Asociado a la salud y el <i>fitness</i> . Expansión a cajas de través de Cajas de Compensación, INDER y centros especializados Todos los estratos Socio-económicos.	Asociada a la medicina alternativa y al desarrollo personal. Expansión a través de centros especializados y Cajas de Compensación. Estratos socioeconómicos medio y alto	Asociado al bienestar y al urbanismo social. Expansión a espacios públicos, centros comerciales y eventos de Ciudad.

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación genealógica y etnográfica.

3.1.1 El surgimiento de las PCR como prácticas alternativas: La modernidad se ha desarrollado en y mediante el cuerpo. Para Pedraza²²², la particularidad de este proceso en el contexto colombiano ha implicado un esfuerzo permanente por dotar al cuerpo de experiencias y representaciones a través de las cuales se ha buscado la constitución moral, productiva, espiritual y cognoscitiva de los individuos, de la sociedad y la nación. En Medellín como en el resto del país el proyecto de modernidad, desde la primera mitad del siglo XX, se ha enfocado en alterar las condiciones sociales e individuales, hurgando en las condiciones físicas, fisiológicas y sensoriales del cuerpo a través de la adquisición del canon de la urbanidad y de normas higiénicas²²³, de la medicalización de la sociedad²²⁴, de la civilidad urbana²²⁵ y de la educación escolar²²⁶. De forma particular, se ha buscado educar el cuerpo²²⁷ mediante prácticas como la gimnasia, el deporte, la educación física y la actividad física, buscando garantizar la salud, constituir un modo de ser moral y formar el carácter y la personalidad²²⁸. A estas tareas, se suma desde mediados del siglo XX, al auge del *fitness* desarrollado en gimnasios y centros de acondicionamiento físico, como técnicas corporales individualizadas, revestidas con argumentos científicos provenientes del conocimiento

²²² PEDRAZA, En cuerpo y alma: visiones del progreso y la felicidad, Op.cit., 339 p.

²²³ LONDOÑO, Alicia. El cuerpo limpio. Higiene corporal en Medellín, 1880-1959. Medellín: Universidad de Antioquia, 2008. 222 p.

²²⁴ MÁRQUEZ, Jorge y GARCÍA, Victor (eds). Poder y saber en la historia de la salud en Colombia. Universidad Nacional de Colombia, Medellín, 2006.

²²⁵ ESPINAL, Cruz Elena. El cuerpo civil, controles y regulaciones: Medellín 1950. Medellín: Fondo Editorial Universidad EAFIT, 2006. 148 p.

²²⁶ PEDRAZA Op. Cit, Z (1999)

²²⁷ GARCÍA, Carmen et al. Influencia de las ideas modernas en la educación del cuerpo en el ámbito escolar de los discursos de la educación física del siglo XX en Medellín. En: Revista Universidad de Medellín, 2003, No.76, p. 61-73.

²²⁸ CASTRO Julia. ¿Cuáles son los significados y manifestaciones asignadas a la educación física??. En: BENJUMEA, Margarita *et al.* Sentidos de la motricidad en el escenario escolar. Un inicio de rupturas paradigmáticas desde los actores de la Educación Física en Colombia. Medellín: Instituto de Educación Física. Grupo de Investigación Estudios de Educación Corporal, 2005. P.103-115

biomédico y de ideologías neohigienistas, orientadas a potenciar el rendimiento corporal, buscar un ideal estético y aumentar la longevidad²²⁹.

De otro lado, se reconoce que en Colombia desde los años 80, la globalización de la economía y la influencia del mercado ha hecho posible la homogeneización de referentes simbólicos para relacionarse con la sociedad y consigo mismo. En este proceso socio-histórico de modernización, Medellín se ha caracterizado frente al resto del país por construir una representación social del cuerpo a partir de imágenes que gozan de valor comercial (modelos, artistas de cine, televisión, música),²³⁰ amplificando la tendencia actual de “culto al cuerpo” manifestado en la exacerbada atención e inversión en la presentación y representación del yo y en la intensificación de los deseos de personalizar la materia.

En la segunda mitad del siglo XX, al tiempo que la modernización se desplegaba en Colombia, instrumentalizando el cuerpo, en ámbitos europeos y norteamericanos emergieron prácticas corporales donde el cuerpo devino en medio para la intervención subjetiva y la obtención de bienestar mediante la depuración y refinamiento de la sensibilidad, reivindicando el derecho a la expresión y a disponer del cuerpo propio al liberarse de estereotipos y formas disciplinarias.²³¹ El cuerpo sensible aparece como tabla de salvación del cuerpo instrumentalizado de la modernidad, al convertirse en el valor cardinal alrededor del cual se cristalizan todas las esperanzas de liberación y reconquista del placer en las

²²⁹ CASTRO, Julia. El cuerpo en la promoción de la actividad física: espacio de producción cultural e ideológica. En: Peña, Eder (ed). Sedentarismo. Implicaciones para la vida. Manizales: Editorial Universidad de Caldas, 2010. p. 161-175.

²³⁰ VÉLEZ, Beatriz. Cuerpo y sociedad urbana: el caso de la ciudad de Medellín. En: Revista Educación Física y Deporte, 1997, Vol 19, No. 1, p.115-139

²³¹ LE POGAM, Corporéisme et individualisme hédoniste, Op. cit. p. 11

sociedades contemporáneas. Como he mencionado anteriormente, en el conjunto de esta ola del “corporeismo” se crearon o visibilizaron las PCR, incluidas en este estudio. En el contexto colombiano, este movimiento de lo corporal fue apropiado bajo el sentido de “prácticas corporales alternativas”,²³² en las cuales terminaron confluyendo géneros estilísticos diversos vinculados a enfoques holísticos e incluso esotéricos que atribuyen al pensamiento dualista, a la ciencia racionalista o al cristianismo dogmático, el impedimento para que el ser humano se conciba y vivencie como un todo integrado. En Colombia, algunas de estas prácticas corporales alternativas, especialmente el yoga, empezaron a ser recepcionadas desde mediados del siglo XX, tal como lo evidencian Pedraza²³³ y Ramírez²³⁴.

En Medellín, según los datos de este estudio, las prácticas corporales alternativas fueron introducidas hacia mediados de la década de 1960 por personas pertenecientes a los estratos altos de la ciudad quienes lo hacían como formas de disciplina psicofísica practicadas en fraternidades como la Masonería o el Rosacruzismo, mientras otros, habían conocido algunas de las prácticas (en especial técnicas respiratorias del yoga y meditación), durante sus vacaciones fuera del país o mientras obtenían su formación académica, especialmente en Europa, Estados Unidos y el Cercano Oriente (Turquía, Egipto). Nombres de personajes ilustres de Medellín como Julio Cesar Arroyabe Calle, Diego Echavarría Misas y Fernando Estrada Estrada, tenían mucha admiración por la cultura oriental que los conducía a conocer algunas de estas prácticas corporales, así como también empezaba a estudiarse temas como

²³² PEDRAZA, De la educación física y el uso de sí: ejercicios estético-políticos de la cultura somática moderna, Op. cit., p. 21

²³³ PEDRAZA, En cuerpo y alma. Visiones del progreso y la felicidad, Op.cit., p. 360

²³⁴ RAMIREZ, Subjetividades contemporáneas: el yoga como práctica de sí, Op. cit., 39-50

la meditación en círculos médicos vinculados al departamento de siquiatría del Hospital San Vicente de Paul (Entrevista 39).

Por este mismo periodo, hacia mediados de la década de 1960 se abrió en el centro de la ciudad, Barrio El Prado, una sede de la Gran Fraternidad Universal (GFU), Fundación Dr. Serge Raynaud de la Ferriere²³⁵ dirigida por David Ferriz Olivares, quien ya había fundado en Bogotá el Instituto de Yoga Acuaris, en el año de 1956. Esta fundación orientada a difundir el legado del Maestro Serge Raynaud de la Ferriere, ha ofrecido desde sus inicios clase gratuitas de yoga al público, entendiéndola “como una cultura psicofísica que promueve el perfeccionamiento espiritual” (Entrevista 1), extendiéndose en ese momento la práctica del yoga a personas de clase media y estudiantes universitarios. El legado del que se habla es la convicción del Maestro Serge Raynaud de la Ferriere como “Iluminador universal de la Nueva Era de Acuario”, condición establecida por él mismo según sus estudios astrológicos y descrita en su primer ensayo, titulado (refiriéndose a sí mismo): “Primer mensaje: La venida del Gran Instructor del Mundo en América”. Posteriormente, constituyó la “Misión de la Orden del Aquarius” para el despertar de la conciencia universal, objetivo primordial de esta organización. Su saber consiste en una “síntesis” de corrientes del esoterismo occidental (Teosofía, Rosacruzismo, Masonería y Gnosticismo) y conocimientos de tradiciones milenarias como el Hinduismo y Budismo”²³⁶.

El modo inicial de aparición del yoga en Medellín explica por qué desde un principio el yoga ha estado vinculado con el esoterismo e incluso hasta llegar a ser “oculta”, según relata uno

²³⁵ GRAN FRATERNIDAD UNIVERSAL- GFU. Fundación Dr. Serge Raynaud de la Ferriere. Historia, [Citado 11 febrero 2011] Disponible <http://gfumedellin.blogspot.com>

²³⁶ Idem

de los practicantes de ésta época: “Los que practicábamos yoga éramos considerada raros, pues en una sociedad tan católica como la nuestra, todo lo que sonaba y se veía distinto era mal visto. Uno se sentía rebelde, pero lo que uno quería en ese momento era conectarse con el conocimiento universal y aprender muchas otras cosas de tradiciones milenarias para la expansión de la conciencia individual y del mundo” (Entrevista 22).

En estos momentos empieza a resonar la idea de “autorrealización” pregonada por el yoga entre las cofradías de los agnósticos que la entienden como libertad interior o emancipación espiritual. Esta práctica corporal en esos momentos, busca drenar el subconsciente, resolver sus condicionamientos, amplificar la conciencia al esclarecer la percepción y así ganar la supraconciencia o mente iluminada, lo que posibilita conectar al individuo con la realidad trascendente²³⁷. Cuando se logra este nivel de conciencia, se alcanza la autorrealización, como quiera que a ésta se le designe: “Samadhi”, “Nirvana”, “Iluminación”, “Verdad Absoluta”.

No obstante, aunque en un primer momento las PCR, se desarrollaron como parte del “cultivo de sí”²³⁸ y en la privacidad de hogares o cofradías, hacia finales de los años 60 empieza a desplegarse como una “gimnasia psicofísica”, llegando a un público mayor. El interés de algunas de las élites por lo exótico, el auge del orientalismo impulsado por el movimiento de la “contracultura” y la llegada a la ciudad de extranjeros que ya conocían estas prácticas, en especial el yoga, permitió que se ampliara poco a poco su oferta al público. Es por esta época

²³⁷ RAYNAUD DE LA FERRIERE, Serge. Cultura psicofísica y judo. Caracas: Ediciones Gran Fraternidad Universal. 2008

²³⁸ FOUCAULT, Historia de la sexualidad. La Inquietud de sí, Op. Cit., p.38

que una mujer extranjera llamada Elizabeth de Gales empezó a ofrecer en el barrio Prado clases de yoga como una “forma de gimnasia para el cuerpo y la mente” (Entrevista 24), siendo ampliamente conocida entre los habitantes de esa zona de la ciudad. También Elisa Fernández Restrepo a su retorno de residencia en París, abre el primer SPA en el Municipio de Envigado donde además de ofrecer tratamientos y productos naturales de belleza, enseña algunos ejercicios de yoga, “como una forma de cuidar la belleza del alma”, teniendo entre sus clientes, principalmente mujeres de estratos socioeconómicos altos” (Entrevista 39).

En el momento de la emergencia de las PCR en Medellín, los vínculos con las tendencias del agnosticismo presentes en ese momento en la ciudad y el momento socio-histórico caracterizado por la valoración de la individualidad y los derechos individuales, puede decirse que las PCR empiezan a funcionar como *tecnologías del yo* en el sentido dado por Foucault como formas en las que el individuo se toma a sí mismo “como objeto de conocimiento y campo de acción, a fin de transformarse, de corregirse, de purificarse, de construir la propia salvación”.²³⁹ Hasta principios de los 80 las prácticas corporales alternativas, contenían dos modos de corporizar la autorrealización y la relación con la trascendente. De un lado, se buscaba controlar el cuerpo con posturas, gimnasia psicofísica, técnicas respiratorias y meditación para liberarse de la materia, cultivar el autoconocimiento y así alcanzar la trascendencia. De otro lado, la búsqueda de la autorrealización se orientaba al bienestar integral que se entendía como el equilibrio físico-mental-espiritual, propósito que se alcanzaba mediante el cuerpo. En este primer momento, también empieza a notarse una

²³⁹ FOUCAULT, Historia de la sexualidad. La inquietud de sí, Op. cit., p.41

mayor participación de mujeres en la veta vinculada con la orientación de las PCR hacia el bienestar y la belleza, mientras los hombres que se apropiaron de estas prácticas las mantenían más cerca de la tendencia que conducía al conocimiento y la trascendencia, según se evidencia en las entrevistas realizadas, como efecto también de los roles sociales de género ejercidos en la época. Cabe anotar que las décadas de 1960 y 1979 corresponden con una generación de transición en el rol de las mujeres en los ámbitos políticos y sociales, trayendo consigo cambios en la percepción del cuerpo, el amor, el tono de las relaciones hombre-mujer y en el modo de desarrollar sus proyectos de vida²⁴⁰.

En adelante, la forma de relacionamiento con lo trascendente y consigo mismo ya no se hará controlando el cuerpo sino *con* y *en* el cuerpo, para lo cual las formas sensibles de las PCR se convierten en actividades para construirse una experiencia espiritual individual o un modo de individuación.

3.1.2 La autorrealización *con* y *en* el cuerpo: Durante la década de 1980 en la ciudad de Medellín, en las PCR vigentes como el yoga, se fortalece la tendencia orientada a la búsqueda de la trascendencia y la autorrealización con la llegada de comunidades espirituales transnacionales vinculadas con la llamada “nueva era”. Es de anotar que la “nueva era” es un fenómeno amorfo y ecléctico que tiene origen en la contracultura de la década del sesenta y tuvo como inspiración fuentes diversas de la tradición judeo-cristiana, técnicas para el desarrollo del “potencial humano” y prácticas de sanación ancestrales. Para algunos

²⁴⁰ VELÁSQUEZ, Magdala (comp). Las mujeres en la historia de Colombia. Mujeres, Historia y política. Tomo I, Bogotá: Editorial Norma, 1995, p. 246

investigadores es una subcultura que resulta de las nuevas sociabilidades en la modernidad tardía y significa tanto un nuevo tipo de individualismo, como un nuevo tipo de religión-espiritualidad.²⁴¹ En el transcurso de los años 80 y principios de los 90, emergieron en Medellín dos subgrupos vinculados a tradiciones espirituales, representadas y orientadas bajo la figura de un *gurú* o maestro espiritual. De un lado, se encuentra un grupo con un carácter devocional y de otro lado, un grupo que desarrolla una forma de vida que incluye la dimensión espiritual.

3.1.2.1 La corporalidad como medio para la experiencia trascendental: La introducción en Medellín de esta tendencia del yoga se dio a partir de la llegada de *gurús* pertenecientes a algunas tradiciones espirituales provenientes de la India, principalmente de la cultura védica y del Bhakty Yoga, que buscan la autorrealización como “la unión del alma individual con Dios”.²⁴² El Bhakty Yoga es considerado entre los practicantes como una forma devocional para alcanzar la unidad con lo divino. Como movimiento místico, el Bhakti yoga tiene por objetivo servir a Sri Krishna (“Señor Supremo”, “Refugio Trascendental”, “el Absoluto”). Para esto sus seguidores frecuentan templos o conviven en *áshram* (lugar de meditación y enseñanza en el que convive un maestro espiritual junto a sus discípulos), hacen peregrinajes a sitios religiosos, asisten a retiros espirituales y a festivales en los cuales “se experimenta la liberación al vivir en el amor puro al servicio de Sri Krishna en donde uno se siente pleno y ya no se tiene que seguir buscando” (Entrevista 23).

²⁴¹ LEWIS, James. Approaches to the Study of the New Age Movement. In: LEWIS, James y MELTON, Jerome (comp). Perspectives on the New Age, Albany: SUNY Press, 1992, p. 7

²⁴² CENTRO CULTURAL GOVINDA'S. ¿Qué es el Bhakty Yoga?, [Citdo 3 febrero 2010] Disponible <http://centrocultural-govindas.blogspot.com>

La *performance* vaisnava incluye el Bhakty Yoga, la recitación del nombre de Dios (en forma de mantra), el canto de himnos y oraciones, la utilización de mándalas y la realización de fórmulas de consagración y expiación dirigidas a desarrollar la “Conciencia de Krishna”. El mensaje de la “Conciencia de Krishna” fue expandido por el movimiento Hare Krishna, conocido como la International Society for Krishna Consciousness (ISKCON), fundada en 1966 en la ciudad de Nueva York por Srila Bhakti Sri Bhaktivendata Swami Prabhupada (1886-1977) quien difundió entre los jóvenes “hippies” una forma de vida cuyo motivo central es la adoración y la devoción absolutas a Krishna como realidad suprema, única y personal.²⁴³ De acuerdo con la cosmovisión védica en la cultura occidental las personas tratamos de comprender la verdad mediante la observación personal o la percepción directa de nuestros sentidos o por medio de teorías basadas en la evidencia. Pero, de acuerdo con los vedas, este proceso no puede tener éxito porque nuestros sentidos son limitados e imperfectos, y además, no pueden dar cuenta de lo que se encuentra más allá del límite de la percepción. Así es que los vedas declaran que los objetos que están más allá de la naturaleza material no pueden ser conocidos experimentalmente. Por tanto, tales objetos solo pueden ser conocidos por el proceso de oír el conocimiento védico de fuentes autorizadas de tal modo que no se necesitará comprobar o averiguar algo independientemente, sino simplemente, escuchar sumisamente a un maestro espiritual y realizar o actuar lo oído. En la cultura védica el conocimiento se transmite solamente a través de sus propios agentes, por sucesión discipular, proceso llamado “Parampara”.

²⁴³ VALLVERDÚ, Jaume. El poder sobre el cuerpo y el poder del cuerpo religioso: dos casos para la comparación. En: Revista de Dialectología y Tradiciones Populares, 2012, Vol. 47, No.1, p. 219

Se puede decir que la sensibilidad de la cultura védica es predominantemente sonora, no sólo por el lugar que los discípulos conceden a lo que oyen de su maestro sino también al sonido y las vibraciones que emanan de instrumentos utilizados en las prácticas como cuencos de cuarzo, diapasones, *tampura* (instrumento de cuerda) *kartalas* (címbalos de mano), o de mantras (sílabas, palabras, fonemas o grupos de palabras) los cuales se cree tienen efectos en la materia energética-corporal, a la cual se le denomina *chakras*. Estos efectos son percibidos por los practicantes como alteraciones en patrones mentales, emocionales y musculares, tal como se observa en estas expresiones: “...siento un equilibrio en todo mi ser, mi mente se vacía en conexión con el Absoluto, y como que no pienso, solo estoy ahí en medio del sonido (Entrevista 23), o “(...) las preocupaciones o tensiones del cuerpo pasan a un segundo plano, desaparecen, uno vibra con el Señor Supremo” (Entrevista 15). Para asegurar la eficacia de estos efectos, en la *performance* se utiliza además, la forma a través de *mandalas* (dibujos que representan aspectos del mundo sutil o espiritual dentro de círculos), *mudras* (gestos sagrados con las manos, ojos u otra parte del cuerpo) y *asanas* (posturas corporales) como también la cualidad vibracional del color, todos ellos, recursos útiles para los practicantes ya que les ayuda a esclarecer los aspectos internos de la vida personal que deben ser ordenados tanto al nivel de sus centros de energía sutil o *chakras*, como de su vida material, psicológica, emocional, vocacional y espiritual.

La primera tradición vaishnava que llega a Medellín promoviendo un estilo de yoga es la establecida por el *gurú* Srila Bhakti Aloka Parmadvaiti Swami, conocido entre sus seguidores como Gurú Maharaj. Nacido en Alemania en 1953, desde los 18 años es iniciado en el

sistema filosófico del Vaisnavismo y el Bhakti Yoga. Es el primer maestro no occidental que creó un *áshram* en la India, fundador de numerosos centros espirituales en 25 países y organizaciones como el Instituto Superior de Estudios Védicos en Bogotá (ISEV) y del Instituto Vrindana para la difusión de la cultura y los estudios Vaishnavasen en la India²⁴⁴. En efecto, este maestro espiritual consagrado a promover mundialmente la cultura y los estudios vaisnavas, había fundado en Bogotá en 1977 el Instituto Superior de Estudios Védicos (ISEV) junto con Srila Bhakti Bhimala Harijan Swami Maharaj, primer maestro espiritual de Colombia, con el fin de extender hacia Latinoamérica los preceptos del Bhakty Yoga. Desde el ISEV se empezó a traducir y a difundir, primero en español y después a otros idiomas, muchas obras védicas y textos que promovían el vegetarianismo. Además, se preparó el primer “Curso de Yoga por correspondencia”²⁴⁵ de esta tradición en Latinoamérica. El curso de yoga, según un alumno del mismo, tenía una duración de un año con entregas quincenales, que además del conocimiento del yoga, traía recetas vegetarianas, horóscopo y exámenes con preguntas cerradas que los estudiantes debían remitir a Bogotá para posteriormente ser certificados como “preiniciados” y también poder acceder a los variados servicios que el ISEV ofrecía, tales como: envío de publicaciones, asistencia a festivales y retiros espirituales en el *áshram* creado a las afueras de Bogotá y facilidades para realizar viajes de meditación a la India (Entrevista 2).

²⁴⁴VRINDA. Biografía Srila B.A. Paramadvaiti Swami, [Citado 5 febrero 2010] Disponible en <http://www.youtube.com/watch?v=HSIGVEbV89A>

²⁴⁵VRINDA, Manual de Preiniciación, [citado 5 febrero 2010] Disponible http://gurumaharaj.net/vani/manual_de_preiniciacion.html

Realizar el curso de yoga se consideraba un requisito necesario para educarse en la filosofía de todos los yogas y de las escuelas de la autorrealización. Además, le permitía al “preiniciado” abrir un ISEV local, si alcanzaba los grados iniciáticos requeridos y mantenía un vínculo directo con el maestro espiritual. Ser “preiniciado” en esta tradición, es aceptar a un *gurú* como primer paso en el camino de la autorrealización, quien lo conducirá a una vida pura y amorosa por medio del Bhakty Yoga. Sin embargo, en términos de la espiritualidad más genuina y mística de esta tradición, lo que se busca es la vivencia íntima y personal de Dios, rasgo esencial de la “conciencia de Krishna”. Por tanto, para los devotos, “la práctica del yoga enseña a establecer una relación directa, amorosa e incondicional con el Supremo, lo que conduce a la perfección espiritual y a la felicidad eterna”²⁴⁶. En este sentido, los *gurús* están presentes más en un rol carismático y ejerciendo liderazgo y control, a manera de intermediarios institucionales, con el fin de garantizar la autorrealización que cada quien debe lograr con disciplina y esfuerzo.

Por la gran difusión de las publicaciones que realizó el ISEV por esta época, especialmente sobre yoga y vegetarianismo, algunas personas en Medellín tuvieron contacto con esta información y se organizaron en grupos para aprender yoga siguiendo las entregas del curso por correspondencia. Incluso, los que alcanzaron el nivel de “preiniciados” llegaron a crear centros espirituales o “templos” como el creado por Siamal (nombre espiritual) el cual estuvo localizado en distintos lugares de la ciudad como El Poblado (en el sector de Patio Bonito), La Pilarica y Laureles y la actual Academia Vaisnava Ganges (Entrevista 2)

²⁴⁶ Ídem

La confluencia entre las disposiciones personales y las señales simbólicas de este movimiento, facilitaron su introducción y despliegue entre personas de diferentes condiciones socioeconómicas de la ciudad. Se trataba de encontrar alternativas personales a las formas sociales tradicionales basadas en el catolicismo, como también al “miedo” provocado por los trastornos éticos y sociales experimentados con la espiral de violencia que empezaba a desarrollarse en Medellín desde principios de los ochenta. Dicha espiral, ha sido descrita por investigadores como la conjunción de diversos factores agravantes que aunque constantes, varían su importancia de ciclo a ciclo. Por ejemplo, han sido agravantes generadores de miedo, el carácter eminentemente ilegal del proceso de urbanización, la irrupción e imbricación social del narcotráfico, la segregación socioeconómica y espacial, la lucha contrainsurgente, entre otros²⁴⁷. Lo anterior emerge de testimonios de practicantes tales como los siguientes:

(...) no se si yo encuentre el yoga o el yoga me encontró a mí, porque por esa época estaba por un mal camino (...) los jóvenes de barrios pobres no teníamos oportunidades y había mucha violencia. (Entrevista 23).

(...) por esa época los jóvenes estábamos buscando algo nuevo (...) había mucho consumo de droga (...) entonces cuando andaba un poco en eso, me encontré con una gente que hablaba de amor, liberación, respeto por los animales y traía conocimientos milenarios, y para mí eso fue algo que hizo eco en mi búsqueda personal como salida en ese momento, aunque no haya seguido como devoto” (Entrevista 22)

De otro lado, para quienes asumieron una actitud devota, la inquietud personal por hallar respuestas trascendentales a la propia existencia o la necesidad de encontrar alternativa a la tradición católica, las PCR fueron una oportunidad, tal como se expresa en el siguiente testimonio:

²⁴⁷ Véase sobre la relación miedo, violencia y territorio VILLA, Marta Inés; SÁNCHEZ, Luz Amparo; JARAMILLO, Ana María. Mitologías urbanas: la construcción social del miedo. El caso de Medellín. Medellín: Corporación Región-Colciencias, 2002 s.p.

Yo era de un pueblo, de una familia católica que además por tradición han sido carniceros y cuando estaba joven empecé a buscar respuestas a preguntas sobre cuál era mi misión en este mundo, respuestas que no encontraba en la iglesia, ni en los conocimientos que a uno le daba el colegio(...) en lo familiar no quedaba sino seguir de carnicero pero yo quería otra cosa(...)un día mi papá al verme inquieto con esto, me regaló un folleto que le habían dado sobre vegetarianismo, yoga, conocimientos milenarios y a mí eso me atrajo mucho(...) (Entrevista 2).

Debido a la acogida que tuvo el curso de yoga en la ciudad, hacia 1987 el propio Gurú Maharaj apoyó la iniciativa de Srila Bhakti Bhimala Harijan Swami Maharaj de fundar el Centro Cultural Govinda's en Medellín. Este centro fue el primero en crear un restaurante vegetariano en la ciudad y también en introducir la enseñanza del yoga a precios muy accesibles para todos. Además, fue el pionero en ofrecer información a la población (por medio de conferencias y folletos, gratuitos o a bajo costo) sobre el desarrollo agrícola sostenible, protección medioambiental, defensa de los animales y formas de consumo consciente y saludable²⁴⁸.

En la actualidad, el Centro Cultural Govinda's se mantiene en el centro de la ciudad (Plaza Botero), además, posee varias fincas ecológicas y ha diversificado sus servicios por lo cual se puede encontrar en su sede desde planes de viaje a la India hasta servicios de venta de artículos hindúes, tienda naturista, retiros ecológicos, cursos de yoga, clases de danza árabe, cocina vegetariana, panadería, actividades de voluntariado como Fundación Casa de la Sabiduría (ayuda a enfermos terminales y restaurante comunitario), reunión de activistas de grupos que promueven el veganismo o vegetarianismo estricto como “Carnívoros anónimos” o la “Revolución de la Cuchara”, asesoría astrológica, construcciones con base en el Vastu

²⁴⁸ CENTRO CULTURAL GOVINDA'S, Historia, [citado 8 febrero 2010] Disponible en <http://centroculturalgovindasvideos.blogspot.com>

Sastra (Feng Sui), seminarios y conferencias sobre filosofía, entre otros productos (Diario de campo, 7 mayo 2010).



Imagen 2. Visita Gurú Maharaj



Imagen 3. Practicantes Centro Cultural Govinda's

Algunos de los discípulos iniciados a través del curso por correspondencia también dieron origen a otros restaurantes vegetarianos y academias de yoga en la ciudad, entre las cuales sobresale por su permanencia en el tiempo la Academia Vaisnava Ganges creada en 1996. Esta academia inició con un restaurante vegetariano y cursos de yoga, introduciendo en la ciudad el estilo de Yoga Inbound®,²⁴⁹ certificado como marca comercial por su creador Gurú Maharaj como un yoga adaptado “para satisfacer las más variadas necesidades de las personas, desde aquellos que aspiran tener un cuerpo sano y bello, hasta quienes buscan responder preguntas que provienen de una esfera más profunda de nuestro ser” (Entrevista 2). Hoy cuenta con varias sedes en la ciudad y también ha ampliado la oferta de sus servicios

²⁴⁹ ACADEMIA VAISNAVA GANGES. Yoga Inbound, [citado 25 marzo 2010] Disponible en <http://www.ganges.com.co/academia/>

incluyendo clases de taichi, danza árabe, cocina vegetariana, Turismo Inbound y boutiques de productos decorativos y ropa de la India. Además, realizan festivales y rituales propios del camino del Bhakty Yoga. Con todo ello, las PCR van configurando unas condiciones paradójicas de producción subjetividad en las cuales actúan como vectores sensibles tanto de sujeción a los cánones de salud y belleza como al ejercicio del autonocimiento para singularizar modos estéticos de existencia.

3.1.2.2 La corporización espiritual como estilo de vida: El linaje espiritual representado por el gurú Srila Swami Satyanada Saraswati (1923-2009) es también una de las primeras tendencias de yoga que llega en la década de 1980 a la ciudad. De origen hindú y descendiente de una familia Zamindar (rama secundaria de las familias reales), tempranamente se hace discípulo de Swami Sivananda y junto con su maestro espiritual, se convirtieron en los primeros en difundir la filosofía y la forma de vida yogui en occidente. Fundó varias organizaciones entre las cuales está la International Yoga Fellowship en 1956 y en 1964 la Bihar School of Yoga con sede en Munger, India²⁵⁰. Swami Satyananda había visitado Bogotá en el año de 1971 por invitación de un discípulo colombiano que en ese entonces tenía cargo consular en Francia y como resultado de este encuentro en el año de 1973 se creó inicialmente en Bogotá un *áshram* que posteriormente en el año de 1995 le daría vida a la Academia Satyananda Yoga, aún existente y reconocida ampliamente por su tradición.²⁵¹

²⁵⁰ ACADEMIA DE YOGA SATYANANDA. Los inspiradores, [citado 27 marzo 2010] Disponible <http://www.satyananda-yoga.net/secciones/inspiradores.php>

²⁵¹ RAMÍREZ, Subjetividades contemporáneas: el yoga como práctica de sí, Op.cit. p. 50

La introducción de esta tradición a Medellín se dio a través de personas de estratos altos que habían conocido el *áshram* creado en Bogotá, vinculado con su organización. Empezaron a difundir esta tradición propiciando encuentros en casas y fincas campestres cercanas a la ciudad “bajo la orientación de Swami Anritananda Saraswati, la más cercana discípula del maestro encargada del *áshram* de Bogotá. (...) asistíamos pequeños grupos, algunos buscábamos alternativas para nuestro desarrollo espiritual y otros, asistían atraídos por la novedad” (Entrevista 3)

Esta tradición se enfoca en promover un estilo de vida yogui, no solamente para renunciantes o devotos sino para todos aquellos que deseen desarrollar su espiritualidad en la cotidianidad. A diferencia de la doctrina dualista del Bhakty yoga que supone una existencia separada entre el creyente y la deidad, en la doctrina que transmite Srila Swami Satyanada se habla de unidad pues considera que la divinidad no es algo lejano e inaccesible, sino que se encuentra dentro del ser humano, “es la divinidad interior”. De este modo, ya no hay alma y Dios, sino que el alma es Dios. En la unión entre el sujeto que percibe y lo percibido, el yoga corporiza la experiencia de la trascendencia ya no solo *con* el cuerpo sino *en* el cuerpo.

Sri Swami Satyananda es uno de los *gurús* más conocidos dentro de lo que se ha llamado “yoga moderno”²⁵². Esta perspectiva del yoga se refiere a los estilos que se desarrollaron a partir de la interacción entre disciplinas que tienen sus raíces filosóficas en el contexto cultural de la India y el movimiento de la cultura física de occidente desarrollado desde

²⁵² DE MICHELIS, Elizabeth. “A Preliminary Study of Modern Yoga Studies”, Asian Medicine. 2007, No.3, p 1-19

finales del XIX y comienzos del XX. Así, Sri Swami Satyananda llega a considerar que la necesidad espiritual inmediata de las personas no era el conocimiento de los textos antiguos y la experiencia mística, sino el de un yoga sencillo y práctico que respondiera a las necesidades de la vida moderna.

Yo solamente he enseñado un yoga, el yoga que conduce a la libertad. El concepto y la dirección actual deben cambiar; el yoga se debe unificar, se debe liberar de ideales individuales y de conceptos cerrados acerca de los logros espirituales. Para que pueda surgir una nueva visión acerca del yoga, el yoga de la unidad, la actitud tiene que cambiar y las barreras deben desaparecer. Como órganos y partes de un mismo cuerpo, debemos trabajar unidos en un esfuerzo conectado y concertado para servir a la humanidad, para compartir nuestro conocimiento, nuestros talentos y nuestras capacidades en busca del bien común, para un mundo mejor.²⁵³

El estilo de yoga pregonado por este *gurú*, conocido hoy como Sistema Satyananda Yoga®, incorpora prácticas tradicionales y modernas del yoga como *asanas* (posturas para el equilibrio del cuerpo y la mente), *pranayamas* (prácticas de respiración para el aumento de la energía), *yoga nidra* (técnica de relajación para eliminar la tensión mental) y la *meditación* (para enfocar la mente). Tiene por objetivo, “integrar de manera práctica, la filosofía con un estilo de vida proporcionando herramientas para llevar una vida más productiva, equilibrada y consciente, mejorar la salud física, mental y emocional, aumentar la creatividad y la eficiencia en el trabajo o en cualquier otra actividad y desarrollar todas las potencialidades de la persona humana”²⁵⁴.

²⁵³ ACADEMIA DE YOGA SATYANANDA, Los inspiradores, [citado 27 marzo 2010] Disponible <http://www.satyananda-yoga.net>

²⁵⁴ ACADEMIA DE YOGA SATYANANDA. ¿Qué es el Satyananda Yoga®?[citado 27 marzo 2010] Disponible en http://www.satyananda-yoga.net/secciones/que_es_satyananda.php

Los partidarios de este enfoque, desean experimentar la espiritualidad como parte de su estilo de vida, de manera que puedan sentirla, más que pensar en ella. Esta elección implica la disposición estética a experimentar estados especiales de “liberación”, “armonía”, “paz” que se constatan en el cuerpo como sensaciones de “relajación muscular”, “equilibrio total”, “vitalidad”, “conciencia corporal”, “facilidad en los movimientos”, “aumento de la atención” y “mente tranquila para tomar decisiones” (Diario de campo, conversaciones informales, clase de yoga Anaisa, año 2011). Además, los practicantes adheridos este sistema de yoga desean tener cierto control sobre su experiencia, más que hacerlo a través de un intermediario externo o *gurú*. Este cambio a un sentimiento de control sobre la propia experiencia encarnada y espiritual también refleja un modo de subjetivación que se va a ir fortaleciendo en la trayectoria de las PCR, en el cual se considera que el bienestar y la felicidad solo dependen de la responsabilidad personal.

Los grupos creados en Medellín a mediados de los años 80 para difundir el yoga bajo la dirección directa de Swami Satyananda no se mantuvieron consolidados por mucho tiempo, al parecer por “las pretensiones más económicas que espirituales de algunos de sus miembros que veían en el interés de las personas por estas propuestas una oportunidad de negocio”(Entrevista 3). No obstante, abrió las puertas para que a finales de la década de 1990 y la primera década del siglo XXI, llegaran otras organizaciones internacionales representantes de diversas tradiciones espirituales que promueven al yoga como parte del estilo de vida actual. Entre las escuelas que llegaron posteriormente vinculadas a linajes con enfoques similares, se destacan por su acogida y permanencia en la ciudad las escuelas de Atman Yoga (enseña el estilo Rishikesh de la tradición de Swami Sivananda), la Asociación

Colombiana de Yoga (enseña el estilo Purna Yoga de la tradición de Swami Aurobindo), Happy Yoga (enseña el estilo de Kundalini Yoga de la tradición del Swami Yogi Bhajan).

Con la emergencia y difusión de esta visión del yoga, los seguidores del movimiento de Hare Krishna y del Bakthy Yoga, empezaron a ser identificados en el escenario social de Medellín como “religiosos” y entre los practicantes de las PCR, como “tradicionales” o “devotos”. Por su parte, los practicantes de estilos de yoga derivados de esta tendencia se reconocen como “espirituales”. También desde este momento, la práctica del yoga junto con otras PCR que empezaron a emerger en la ciudad, se difundieron ampliamente, en muchos casos, desmarcándose de las tradiciones de origen o de las organizaciones matrices para articularse con diversos discursos como el de la medicina alternativa, los estilos de vida saludables y el desarrollo personal. Un ejemplo, lo constituye la trayectoria del Centro de Yoga Anaisa y su directora Luz Fanny Vargas Gómez, trabajadora social, quien vive una “crisis” en su vida profesional y personal al sentir que le faltaba una “experiencia unificadora” que no encontraba en las instituciones religiosas y sociales de su entorno, por lo cual decide iniciarse en el yoga con la tradición Satyananda para posteriormente viajar por cinco años a un *áshram* en la India para hacerse yogui con la dirección de swamis y monjes. A su regreso en el año de 1987 crea el Centro de Yoga ANAISA y restaurantes de comida vegetariana para posteriormente viajar a zonas arqueológicas de Colombia y Perú con el fin de “conectar la tradición ancestral de nuestros indígenas con las tradiciones orientales”, complementando sus estudios con terapias bioenergéticas y programación neurolingüística, creando una “propuesta alternativa integral de desarrollo personal que se ajusta a la necesidades y carencias del hombre moderno mejorando su calidad de vida” (Entrevista 3).

De todo lo anterior, se empieza a revelar algunos mecanismos iniciales para operar el orden estético-político, relacionados con la alineación entre la experiencia perceptiva y la significación, así como la posibilidad de elaborar por sí mismo y constatar en el cuerpo propio signos de autorrealización y de valores sociales. Además, en este primer momento de desenvolvimiento de la trayectoria de las PCR en Medellín, la búsqueda de la trascendencia fuera del cuerpo se orienta hacia el bienestar *en* el cuerpo y a una autorrealización corporizada.

3.1.3 Autosalud corporal: En la medida en que la búsqueda de la trascendencia se fue instalando en el cuerpo y la autorrealización se asoció con un estilo de vida productivo, saludable y consciente, tanto el yoga como el método Pilates, entre otras prácticas inrtoducidas para fines de los 80 y principios de los 90 en Medellín, terminaron vinculándose con el orden discursivo y perceptivo de la salud preventiva y la medicina alternativa vigente, enfocado más en el cuidado del cuerpo y la responsabilidad individual que en el “cuidado de sí” y la acción colectiva. Dicha forma sensible emergente se inscribe dentro de la tendencia para esa época vigente en Medellín como en América Latina de redireccionar los procesos individuales, sociales y económicos en el marco de las transformaciones neoliberales que empiezan a exigir mayor productividad a las personas,²⁵⁵ a los cuerpos.

²⁵⁵ RESTREPO SANTAMARÍA, Nicanor. Empresariado antioqueño y sociedad, 1940-2004. Influencia de las élites patronales de Antioquia en las políticas socioeconómicas colombianas. Medellín: Universidad de Antioquia, 2011.

Lo anterior condujo a una progresiva desconexión de las PCR de los maestros espirituales de las tradiciones y de los fundamentos teóricos que le dieron origen, para centrarse en la realización de la actividad misma. Es decir, se toma de las prácticas corporales solo sus formas y métodos haciendo énfasis en sus efectos físicos, orgánicos y mentales, dejando a un lado los sistemas filosóficos que les dieron origen. Es así como las PCR en Medellín se convirtieron en un modo de *autosalud corporal* vinculándose al estilo de vida como parte de las elecciones de cada persona y de su responsabilidad individual de alcanzar el anhelado bienestar integral.

La *autosalud* es un modo antiguo de ser “médico de sí mismo” vinculado al principio del “cuidado de sí” en la cultura grecorromana, entendido como la facultad y deber de volverse hacia uno mismo como objeto de toda aplicación, a partir del cual se desarrolló una correlación estrecha entre el pensamiento y la salud, estableciéndose una guía común para la medicina del cuerpo y la terapéutica del alma²⁵⁶. En el desarrollo histórico del arte de vivir bajo el “cuidado de sí” y el paralelo aumento de medicalización de la sociedad, se ha terminado traduciendo este principio en una cierta forma, particular e intensa, de cuidado del cuerpo. El sentido originario del “cuidado de sí” fue posteriormente interpretado por el enfoque biomédico de la salud como autocuidado de las funciones para preservar la vida y cuidados terapéuticos para curar todo aquello que obstaculizaba la vida. Se considera que algunos cuidados son aprendidos en el proceso de socialización del individuo y otros son proporcionados por personal de la salud pero que deben ser asumidos por cada persona a

²⁵⁶ FOUCAULT, Historia de la sexualidad. La inquietud de sí, Op. cit.,p. 38

medida que adquiriera mayores niveles de autonomía frente a la vida²⁵⁷ . Los postulados actuales del autocuidado en la salud se basan predominantemente en la conducta individual, al ser la persona la responsable de estar plenamente informada y actuar adecuadamente frente a sus factores de riesgo, buscar soluciones alternativas para mantener o conseguir su salud, entre la cuales se encuentra la realización de prácticas corporales, la consulta a múltiples especialistas, la experiencia con medicina alternativa, etc.²⁵⁸

Es en este horizonte de representaciones y prácticas es que las PCR se convierten en medios para que la persona pueda *equilibrar su energía y gestionar su cuerpo*.

3.1.3.1 Equilibrar la energía: La energía o *Qi* en términos chinos, tienen connotaciones de puente, conexión, vapor, aliento y es fundamental en las prácticas corporales de tradición taoísta como el taichí. Uno de los objetivos principales del taichi es aprender a canalizar la energía para aprehender la forma holística del Tao. El Tao es flujo de *Qi*. El símbolo del Tao, llamado *taijitu*, está constituido por el *yin* y el *yang* confluyendo en un círculo. “El Tao simboliza el flujo en el universo. El tao fluye lentamente, pero nunca para y es increíblemente poderoso, manteniendo las cosas del universo en orden y equilibrio. Se manifiesta a través de cambios de estaciones, ciclos vitales o mutaciones de poder u orden. El tao es la ley de todo. El que sigue al Tao se hace uno con el Tao”.²⁵⁹

²⁵⁷ URIBE, Tulia María. El autocuidado y su papel en la promoción de la salud. En: Investigación y Educación en Enfermería. Medellín, Vol 17, No.2,1999, p.110

²⁵⁸ CASTRO, Julia. Los paradigmas sobre el proceso salud-enfermedad y sus consecuencias en la educación para la salud. En: CEVALLOS, Diana. y MOLINA, Nery (eds). Educación corporal y salud: Gestación, infancia y adolescencia. Medellín: Funámbulos Editores, 2007. p.25

²⁵⁹ GOROSTIDI, Juan. Levantar la mirada. Taichi chuan. Fundamentos para una práctica contemporánea. Madrid: La liebre de marzo, 1987

El taichi es conocido por las secuencias de movimientos que realizan sus practicantes quienes durante la *performance* desarrollan una sensibilidad a cuestiones de la estructura corporal, la respiración, la dinámica y el ánimo. Su interpretación y entrenamiento es preciso: la energía en lo alto de la cabeza debe ser ligera, hombros hundidos, codos en semiflexión, dedos extendidos, la articulación de la muñeca en posición neutra, pecho relajado, espalda erguida, la cadera libre, se redondea el coxis, se centra la atención en el *chi* y la intención en el *Dan tian* (zona inmediatamente debajo del ombligo, centro), se agita el *chi* en *tantien* (respiración baja o abdominal), la intención guía el *chi*, el *chi* produce el movimiento (se usa el sentido cinestésico y no la fuerza muscular), cuando una parte se mueve todo se mueve, se distingue entre lo "lleno" y lo "vacío" (posiciones de apoyo y posiciones de movimiento), fluidez del movimiento (continuidad sin interrupción), relación arriba-abajo, interior-exterior, mente en calma (Diario de campo, practica taichí, Parque de la Pilarica, año 2010).

El taichi en occidente se conoció a través del aprendizaje de las artes marciales chinas y de las películas de Bruce Lee, ampliamente difundidas en la década de 1970. Algunos deportistas y practicantes de estas artes marciales en Medellín, especialmente del Kung fu, empezaron a inquietarse por el taichi aprendiendo algunos pasos con libros y videos que conseguían o mandaban a traer de China. El actual director de la Corporación Twei Long Hung, Sifu Victor Diaz, lo relata:

En los 70 había personas que estaban muy interesadas en las artes marciales chinas y como aquí no había con quien aprenderlas algunos salieron fuera el país como Jhon Jairo Lopera que viajó a Venezuela donde había unos maestros chinos que tenían academias conformadas y después lo seguimos otros. También conseguíamos libros y películas o aprovechábamos a maestros chinos cuando pasaban por acá, la dificultad era el idioma. Precisamente, por eso me propuse aprender mandarín. (Entrevista 5).

Ya sobre los años 80, el taichi en Medellín continua siendo considerado parte del aprendizaje de las artes marciales chinas pero además empezó a desplegarse como práctica corporal para la salud al ser practicado con este sentido por miembros de familias chinas residentes en Medellín (entre ellos mujeres y adultos mayores).²⁶⁰ Se sabe que en 1970 había más de 6.000 chinos que vivían ya en Colombia producto de la diáspora producida en la primera mitad del siglo XX por los cambios políticos vividos en china y por las políticas antiinmigración, principalmente de Estados Unidos en los años 60. Por los años 80, llegaron a vivir temporalmente en Medellín los maestros Hou Jia Mei y Jin Bao Jin, este último también conecedor de algunas prácticas de la medicina tradicional china. El maestro Hou Jia Mei, estimulado por sus alumnos creó en 1990 la Corporación Twei Long Hung para enseñar artes marciales chinas y difundir la cultura oriental en Medellín. Desde hace quince años, la escuela está bajo la dirección del Sifu Víctor Díaz. Por su parte, el maestro Jin Bao Jin enseñó en centros culturales como la Academia Cultural “Yurupary” y la “Escuela los cinco elementos”, dejando algunos discípulos formados en taichí como al maestro Omar Granados, director y fundador de esta escuela de artes marciales y terapias alternativas (Entrevista 6).

²⁶⁰ FLEISCHER, Friederike. La diáspora china: un acercamiento a la migración china en Colombia. En: Revista de Estudios Sociales, 2012, No. 42, p.71-79.



Imagen 4. Maestro Hou Jia Mei



Imagen 5. Taller taichi con el Sifu Victor Díaz

De esta manera, el taichí empezó a difundirse no solo entre los deportistas de distintas artes marciales sino también entre la audiencia vinculada con las tendencias alternativas de salud, a tal punto que en el año de 1991 se convocó al primer encuentro de simpatizantes de taichi en el Jardín Botánico de Medellín Joaquín Antonio Uribe, de la siguiente forma: “Taichi: meditación en movimiento. Encuentro para la renovación corporal, mental y espiritual”.²⁶¹

Desde ese momento, el taichi no solo se enseña como parte de las artes marciales chinas tal en algunas academias o en la misma Liga de Kun Fu Taichi Chuan sino que empieza a ser incluso más conocido en la ciudad como una “meditación en movimiento”,²⁶² una experiencia para equilibrar la energía y ganar fluidez a través de una acción lenta y sin esfuerzo, en contraste con la celeridad y estrés de la vida urbana. Un practicante lo describe de la siguiente

²⁶¹ EL COLOMBIANO. [s.n]. Taichi: meditación en movimiento, 15, septiembre, 1991, p.11C. Hemeroteca, Universidad de Antioquia.

²⁶² COMFENALCO. Oferta de cursos. [citado 7 febrero 2011] Disponible <http://www.comfenalcoantioquia.com/Esparcimiento/ProgramasDeportivos/TaiChi.aspx>.

manera: “El taichi es como una danza lenta de movimientos circulares y continuos que te hace estar muy atento al movimiento, la respiración y el peso del cuerpo y en la medida que vas ganando conciencia ya no te detienes en cada gesto sino que fluyes y te sentís conectado con todo” (Entrevista 27). Además, se asume como una forma de “ejercicio suave”(Entrevista 27) para mantenerse saludable y equilibrar el cuerpo y la mente, propósitos que facilitaron su inserción en los programas de bienestar y de promoción de la salud en las Cajas de Compensación Familiar como Comfama y Comfenalco, centros de medicina alternativa y el Instituto Municipal de Recreación y Deporte (INDER). Un instructor de esta técnica en Comfenalco lo explica: “El taichi es una forma de ejercicio que aporta armonía mental y física que exige también tono muscular, equilibrio, coordinación y fuerza por lo que le gusta a las personas mayores y a personas que quieren hacer actividad física suave”(Entrevista 17).

Es así como desde la cosmovisión de la cultura oriental se empieza a introducir *sentidos* y relacionados con la energía, unidad, armonía y equilibrio en las significantes dados a las PCR. En adelante, ya no solo el cuerpo servirá a los practicantes para constatar la condición humana de existencia material sino también su interdependencia con el cosmos y la naturaleza. La fluidez de la energía denotará la armonía o desarmonía del ser como parte de la totalidad del universo.

3.1.3.2 Gestión corporal: El derecho a disponer del propio cuerpo, el deber de procurarse un autocuidado para alcanzar la optimización de sí mismo en respuesta a las demandas generadas en el marco de las transformaciones del patrón de acumulación vividas en Medellín con mayor fuerza desde fines de los 80 constituyeron el terreno fértil para la creación de una

economía del cuidado corporal. Se trata de una gestión prudente de los propios recursos vitales y de una modelación de una corporalidad que permita la autoconstitución subjetiva, para lo cual se han generado tecnologías de gestión corporal entre las cuales están el *fitness* y el *wellness*. Como parte del repertorio de estas tecnologías se encuentran inscritas algunos sistemas de yoga y el Método Pilates®.

Para mediado de los años 80, en la sección “A las damas” de los clasificados en el diario El Colombiano se encontraba la siguiente publicidad:²⁶³ “Promoción de vacaciones para adelgazar. Gimnasia aeróbica, gimnasia-yoga. Calle 57 # 40 -12, tel. 2548419. Atendemos de 8 a 8. Crédito”. De este modo, el yoga empieza a transformar sus propósitos espirituales basados en la búsqueda autorrealización y trascendencia, prevaleciente en su primer momento de surgimiento en Medellín para responder a las exigencias de los nuevos tiempos, inscribiéndose en el *fitness* como una forma de gimnasia moldeadora del cuerpo. De hecho era la época de surgimiento de los gimnasios y del movimiento “aerobic” ampliamente divulgado por Jane Fonda. Esta conocida actriz, con amplia popularidad en ese momento adaptó métodos de acondicionamiento físico utilizados en entrenamiento militar para el público general, agregándole pasos de coreografía y música. En 1979 estableció el primer “Workoutstudio” y en 1982 publicó “Workout book and videotape” traducido a 19 idiomas, especialmente dirigido a las mujeres²⁶⁴. Como un registro mayor de esta tendencia a nivel local que tiene su auge en los años 90 puede ser constatada en múltiples números de la separata de El Colombiano llamada, “Salud y belleza. Tu propia imagen”, en donde hay una

²⁶³ EL COLOMBIANO. A las Damas, 10, enero, 1985, p.8b. Hemeroteca Universidad de Antioquia.

²⁶⁴ KAGAN, E.; MORSE,R. The Body Electronic: Aerobic Exercise on Video: Women's Search for Empowerment and Self-Transformation. In: TDR, 1988, Vol. 32, No. 4, p.164-180.

clara orientación al público femenino a quienes se les instruye en ejercicios aeróbicos y de trabajo de fuerza y flexibilidad, además de advertirse que ya no es suficiente mantener la forma física, sino también “armonizar la mente y el espíritu”.²⁶⁵

El *fitness* es una tecnología corporal orientada a mejorar o mantener el cuerpo en óptimas condiciones y moldear su forma²⁶⁶. Le interesa las condiciones físicas medibles como:



Imagen 6. El Colombiano. Salud y belleza.

Aumente el control, la fuerza y la flexibilidad de su cuerpo
PILATES en la Regional MEDELLÍN

El método Pilates es un conjunto de ejercicios cuya finalidad es la de ejercitar el cuerpo y la mente, mediante su práctica, además de mejorar la condición física se aumenta la capacidad de control y concentración. En ellos se trabajan ángulos anatómicos y palancas fisiológicas concretas, y se han de realizar siempre al compás de la respiración, estando totalmente concentrado en los movimientos que se realizan.

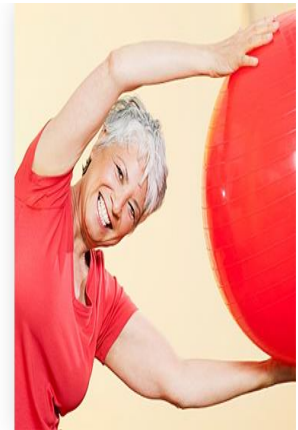


Imagen 7: Vida en plenitud Coomeva

fuerza, resistencia, flexibilidad, velocidad, potencia, coordinación, así como los índices de masa corporal y la medición de pliegues. Aunque estos objetivos aún tienen mucha aceptación entre la población asistente a los gimnasios, hoy llamados Centros de acondicionamiento y Preparación física (CAPF), los efectos colaterales del ejercicio (lesiones, estrés osteomuscular, uso de drogas para aliviar el dolor o aumentar el rendimiento,

²⁶⁵ EL COLOMBIANO. Salud y belleza. Tu propia imagen, 16, mayo, 1995, separata 12, p. 13. Hemeroteca, Universidad de Antioquia

²⁶⁶ MARTIN, Maria. *Aeróbic y fitness*. Fundamentos y principios básicos. Madrid: Librería Deportiva Esteban Sanz, 1999, p. 25

muerte súbita), así como el objetivo de ampliar la oferta a un público que no le gusta el “entrenamiento” pero sí desea realizar actividad física, derivó hacia la década del 2000 en el *wellness*²⁶⁷. El *wellness* significa bienestar y es considerado una evolución del concepto del *fitness*, ya que si éste pretende básicamente la obtención de una buena condición física, el *wellness* desea, además, el bienestar mental, emocional y espiritual de los individuos mediante técnicas para combatir el estrés y la ansiedad de la vida moderna, incrementando la consciencia corporal, la relajación, la flexibilidad y la autorregulación de las emociones y de la mente.

En el *wellness* la vivencia placentera y la relación con el cuerpo propio prevalecen sobre el esfuerzo y el cuerpo objetivado característico del *fitness*. Por tanto, en el régimen para “estar en forma” o *fitness* se cultiva un cuerpo esforzado y disciplinado desde afuera mientras en el régimen del bienestar o *wellness* se cultiva un cuerpo sensitivo y disciplinado desde adentro. La forma de alcanzar los objetivos dependerá de lo que cada quien busca. Para el propósito de *gestión corporal* se ha ido creando variaciones y adoptando múltiples prácticas corporales, encontrándose una gran variedad en el mercado corporal, especialmente a partir del nuevo milenio.

La posibilidad de ejercitar el cuerpo mientras se armoniza el espíritu se ofrece también a través de formas de yoga como por ejemplo el Power Yoga, Hatha Flow, Energy Vinyasa yoga, Acroyoga, entre otras. Se anuncian como prácticas que “están al alcance de cualquier

²⁶⁷ ISIDRIO, F., HEREDIA, J., PINSACH, P., RAMÓN COSTA, M. Manual del entrenador personal. Del *fitness* al *wellness*. Barcelona: Paidotribo, 2007, p.55

persona especialmente de aquellas personas que viven en el agitado mundo real, pero que desean transformar sus cuerpos y sus mentes”.²⁶⁸ En ellas los practicantes vivencian una combinación de “esfuerzo”, “armonía”, “desintoxicación”, “vigor”, “plenitud”, “fluidez”, “paz mental”, “relajación”, “balance”, “resistencia”, “concentración” y “ritmo” (Diario de campo, sede108 yoga, mayo 20 de 2011). Además, se oferta la posibilidad de *gestionar el cuerpo* a la medida del deseo individual y sin necesidad vincularse a prácticas religiosas: “Para practicar Power Yoga no necesitas: Adoptar nuevas creencias. Ser físicamente flexible o atlético. Vestirse de una manera especial. Cantar mantras raros o repetir cosas que no entiendes. Ser vegetariano. Dejar de fumar. Bañarse con agua fría. No tener lesiones físicas o emocionales. Ser una persona tranquila o libre de estrés. Para practicar Power Yoga necesitas: desearlo, permitirte conocerte a ti mismo”.²⁶⁹

Además, las PCR aunque son orientadas a mejorar la experiencia se sí, no necesariamente son individualizadas, de hecho cada vez más se promueven retiros, seminarios, talleres, vacaciones, actividades en las cuales el encuentro con el “otro” es importante para experimentar un bienestar integral o ampliar el camino de autorrealización, lo que ha conducido a la re-creación de las mismas, realizándose también en pareja o en grupo. Un ejemplo es el Acroyoga, practicado cada vez más en parques públicos como el de Ciudad del Rio y academias, el cual permite varias aplicaciones: “Aunque se ve difícil, no lo es y cuando uno se atreve, se vive una sensación muy agradable. Existen dos tipos de vuelo: uno terapéutico y uno acrobático. En el primero la persona de arriba no tiene que saber nada, no

²⁶⁸ 108 YOGA. Así pensamos. [citado 5 febrero 2011] Disponible en <http://www.108yoga.com.co>

²⁶⁹ 108 YOGA. Clases para adultos. [citado 5 febrero 2011] Disponible <http://www.108yoga.com.co/web/index.php/clases/adultos/>

tiene que tener un conocimiento previo de yoga. Simplemente confía, se entrega, se relaja y obtiene una serie de beneficios muy relacionados con el yoga.”²⁷⁰.

Por su parte, el Método Pilates®, ha tenido una gran expansión en la última década tanto a nivel internacional como local, debido a su articulación con la industria del *fitness* y el *wellness*. Se presente al público así: “Usa tu mente, controla tu cuerpo y encuentra el equilibrio perfecto”²⁷¹. En efecto, se trata de una manera de entrenar cuerpo y mente²⁷² consistente en una serie de ejercicios controlados de estiramiento y fortalecimiento con participación consciente de la respiración y del sentido cinestésico, semejantes a otros estilos de ejercicios de la gimnasia, la fisioterapia y el yoga, unido al uso de equipos e implementos novedosos, ha facilitado su apropiación. Además, es una práctica corporal preferida por aquellas personas que han tenido alguna lesión músculo-esquelética previa o no les gusta la actividad física con excesiva intensidad y sudor, que implican otras técnicas, tal como lo describe una practicante: “se hace ejercicio sin dejar de hacer esfuerzo, más consciente y menos mecánico, en un ambiente más tranquilo, sin terminar juagado de sudor. Se aprende a manejar la respiración y los beneficios se sienten muy rápido” (Entrevista 26). También, entre quienes tienen trayectoria en trabajo corporal es un método elegido porque “afina los gestos y la precisión en la ejecución de los movimientos, mejorando la conciencia del cuerpo y disminuyendo la aparición de lesiones” (Entrevista 25).

²⁷⁰ EL COLOMBIANO. Dos ideas para no quedarse en casa. [citado 2 octubre 2012] Tomado de: <http://m.elcolombiano.com/article/83466>

²⁷¹ KINAN. Qué es KINNAN, [citado 11 septiembre 2012], Disponible <http://www.kinan.co/Default.aspx#>

²⁷² APARICIO, Esperanza, PÉREZ, Javier. El auténtico método Pilates. El arte del control. Barcelona: Ediciones Martínez Roca, 2005. P.30

En Medellín, hace su aparición hacia el año 2001 cuando Marcolina Hidrón crea la Academia Antares para la enseñanza de la danza y una oferta novedosa de técnicas corporales para el acondicionamiento físico, entre ellas el Método Pilates® en el cual se había certificado como instructora en Estados Unidos a donde había viajado en años anteriores para mejorar su desempeño y conocimientos como bailarina (Entrevista 12). Era también la época en que este método se hizo popular por la declaración de varias actrices famosas como Julia Roberts, Demi Moore, Nicole Kidman y Madonna quienes manifestaron su adhesión al mismo. Posteriormente, las cajas de compensación familiar y los centros de acondicionamiento físico empezaron a incluirlo dentro de sus programas, como también llegaron algunos profesionales de la fisioterapia y otras personas certificadas en el exterior que crearon centros especializados. En la actualidad, hay una amplia oferta al igual que la creación de variaciones del método como Yogapilates, Pilates Mat, Pilates con balón, Pilates con banda elástica, Pilates Reformer, entre otros.

De acuerdo a lo mencionado, las PCR han contribuido a construir el llamado “culto al cuerpo” a partir de la combinación de un cuerpo ideal y un cuerpo saludable. La *gestión corporal* se realiza de acuerdo con lo que cada quien pueda y quiera, al procurar *sentidos* de bienestar, longevidad, vitalidad y belleza.

En suma, la *autosalud corporal* hace de la experiencia corporizada una posibilidad de interacción armónica entre las dimensiones físicas y energéticas del cuerpo, y ofrece la opción de moldear el cuerpo y la experiencia a la medida de los gustos y necesidades de cada uno. A la vez, busca reducir los riesgos que puedan conducir a enfermedades que afecten la

productividad y la economía de los sistemas de salud, empezando en este momento a enlazarse las PCR con políticas económicas.

3.1.4 Gestión corporizada del sí mismo: “Desarrollar el ser”, “renovar la existencia personal”, “favorecer la autoestima”, “desarrollar el propio potencial” a partir de los indicios llegados del cuerpo propio o vivido, son propósitos que promueven unas PCR más que otras como la Danza Samkya®, danzas orientales y la danza integral que empezaron a emerger en Medellín desde mediados de los años 90, como continuación de la mirada holística en la experiencia corporal y como respuesta a la búsqueda del bienestar, esta vez, yendo hacia el núcleo generativo de sí mismo. El modo de corporizar se hace más introspectivo correspondiendo con la apertura del mercado desarrollada con mayor fuerza en la década de 1990 en Medellín que exige “subjetividades flexibles” con capacidad de responder ágilmente a las variaciones del mercado del capital pero con cierta reflexividad que conduzca a un proyecto coherente del yo. El yo liberado de los preceptos y prácticas establecidas “debe ser explorado y re-construido como parte de un proceso reflejo para vincular el cambio social y personal”²⁷³.

La reflexividad del yo es una reflexividad corporizada. El reconocimiento del sí mismo con el cuerpo propio y el cuerpo social, implica una sensibilidad y atención constante a los modos de ser y parecer. La *gestión corporizada del sí mismo* se torna en el medio performático para el devenir del sujeto sensible que la transformación del modelo neoliberal requiere. Su sino es el movimiento continuo para reconfigurarse en relación a los deseos y necesidades que

²⁷³ GIDDNES, Modernidad e identidad del yo, Op. Cit., p. 49

marca el mercado. No obstante en ese movimiento permanente la búsqueda de la felicidad y del sentido de la vida se hace imperioso, “la necesidad de transformación personal” a la que aluden los practicantes, parece expresar la necesidad del sujeto de encontrar sentido a sus deseos infinitos alimentados por el sistema de capitales, aunque esta vez, no discursivamente sino por medio de la corporalidad en movimiento junto a otros que también hacen lo propio.

3.1.4.1 Autoayuda a través del movimiento danzado: La invención de sí mismo, consiste no solo en descubrir en la vivencia corporal el modo de relación consigo mismo y con los otros sino en moldear las condiciones materiales de la existencia corporal para liberar bloqueos musculares y emocionales, volver sobre la biografía personal y escribir *en y con* el cuerpo nuevas narrativas, en un intento de auto-diagnóstico y de autoayuda.

La Biodanza y las danzas integrales ofrecen a quienes las experimentan la posibilidad de hacer de la danza un acontecimiento para el autoconocimiento, la autosanación y la autoliberación, al provocar vivencias significativas que emergen al entrelazar “movimiento natural danzado” y música, experimentadas de forma grupal en medio de un ambiente de acogida. Es decir, durante la *performance* de estas PCR la música se transforma en movimiento, emociones y estados mentales alterados mediante una metodología experiencial que le permite a la persona encarnar los efectos propuestos y “ahondar en dimensiones de la vivencia como la vitalidad, sexualidad, creatividad, afectividad y trascendencia” (Entrevista 8). Según el creador de la Biodanza®-Sistema Rolando Toro, se acude a la combinación movimiento-música-vivencia por sus efectos en la homeostasis de las funciones orgánicas, los sistemas neurovegetativos e inmunológico, por la regulación del sistema integrador

límbico-hipotalámico demostrado tanto en las investigaciones sobre rituales culturales en la antropología como en múltiples investigaciones de psicología musical, neurofisiología, neurociencia y musicoterapia. También se adopta “el concepto original de danza en su más vasta acepción, como movimiento natural pleno de significado y con un poder inusitado de inducir transformaciones en la existencia. Por otra parte, el prefijo Bio deriva del término Bios que significa vida. La palabra *danza* en la acepción francesa significa movimiento integrado pleno de sentido. La metáfora está formulada: *Biodanza, danza de la vida*”.²⁷⁴

La sensibilidad puesta en escena en la *performance* de las prácticas dancísticas personales se usa el “poder” del movimiento danzado, la corporización de la música, el contacto con conexión afectiva (en pareja o colectiva), actividades afectivos-motoras en una situación de margen o límite que alteran la percepción. Se atiende a lo que el instante ofrece sin análisis, estimulados por frases como “hábitenos el aquí y ahora”, “estar presentes, es la posibilidad de ser” con el fin de poner en juego *sentidos* construidos en la historia personal y social de cada uno con el fin de activar el poder de resolución de los conflictos y de reconfiguración personal *en* el cuerpo (Diario de campo. Sesiones de Indance en Dansana, agosto 3 de 2010 y Biodanza, Jardín Botánico, 23 abril 2011). Se puede decir entonces que las PCR, en especial las prácticas dancísticas personales acuden a la proximidad de la vivencia que provee la corporalidad sensible en movimiento y a la liminalidad en la que transcurren, para que cada quien elabore la transformación corporizada de sí. El siguiente relato de una practicante, expone los efectos:

²⁷⁴ FUNDACIÓN ESCUELA COLOMBIANA DE BIODANZA. Centro de Desarrollo humano. Que es biodanza. [citado 7 marzo 2010] Disponible <http://www.biodanzacolombia.com/web/>

En una sesión, el cuerpo, el movimiento y lo que se vive en el grupo, te dan una radiografía de todo lo que te está pasando adentro y cuando tenemos la información de ello se pueden generar grandes cambios en uno mismo, al punto de que surge casi un auto-observatorio en donde se puede cambiar aspectos personales y formas de relacionarse con los otros. Desde lo corporal y lo emocional hay una transformación, parecería que el mismo cuerpo trata de buscar su equilibrio. (Entrevista 28).

Otro rasgo común en la *performance* de las PCR tratadas en este apartado, es su preferencia a ejecutarlas en grupo con mayor o menor interacción entre los practicantes. El grupo es sustancial a la experiencia performática y liminoide con las prácticas dancísticas personales, ya que tiene la función de generar un estado sensible de apertura en las interacciones vivenciadas y de representar un “útero afectivo, proporcionando las condiciones de protección, aceptación, autoestima y permisividad necesarias para que la persona se exprese en su totalidad”. Los espacios suelen ser locales amplios o en contacto con la naturaleza, con un ambiente cálido, acogedor y cómodo para cuando hay que ir al piso. Quien entra a algunas de estas PCR entra en un proceso al que puede ir con cierta periodicidad (semanal o mensual) siendo importante la continuidad y los intervalos de los encuentros para que cada practicante incorpore las nuevas experiencias a su vida cotidiana, complementando su proceso con “maratones” o cursos de dos o tres días que brindan oportunidades de convivencia y profundización de las vivencias consigo mismo, con ellos otros y con la naturaleza (Entrevista 8).

De nuevo la aparición de estas prácticas corporales en Medellín está conectada con la historia de vida de sus iniciadores y con circunstancias contextuales. En el caso de la Biodanza y la modalidad de danzaterapia, denominada Indance, fueron introducidas por Ludis Agudelo y Maria Victoria Lotero, educadoras vinculadas a la danza, una como profesora y la otra como estudiante en la Escuela Popular de Arte de Medellín quienes desde principios de la década

de 1990 exploraron enfoques de trabajo corporal que recuperaran la unidad del cuerpo y la interioridad del bailarín como base para la educación y expresión artística, en oposición a la tendencia predominante en ese momento, de atender al cuerpo solo en su dimensión física y a la danza en sus gestos técnicos. Ambas, tenían experiencias personales que hacía que buscaran en la danza un sentido pedagógico y terapéutico más allá del espectáculo. Una de ellas, Ludis Agudelo con amplia trayectoria en el enfoque de expresión corporal para la danza y la educación infantil, interesada siempre por explorar el movimiento orgánico y la unidad cuerpo-mente, conoce Biodanza®-Sistema Rolando Toro difundida en Colombia y la Fundación Escuela Colombiana de Biodanza creada en Bogotá a finales de los años 90, la cual en sus inicios desarrolló cursos descentralizados de formación tanto en Medellín como en Armenia.²⁷⁵ En este enfoque encuentra una respuesta a la búsqueda personal y profesional al “concebir la relación de la danza con la vida integrando el actuar, el sentir y el pensar” (Entrevista 8). Como ella hay otras personas que han continuado esta misma formación, participando en la formación de “biodanzastes” en la ciudad, además de ofrecer talleres orientados al crecimiento personal en centros educativos o alternativos de salud, así como también cursos a nivel empresarial para el crecimiento personal.

Por su parte, Maria Victoria Lotero, formada en danza y educación artística, había crecido en un entorno familiar de profesionales de la salud que le hacía inclinarse por la relación danza-salud. Incursiona en el ámbito de la salud, formándose en algunos aspectos de las terapias bioenergéticas que durante los años 90 empezaron a desarrollarse en Medellín con la

²⁷⁵ FUNDACIÓN ESCUELA COLOMBIANA DE BIODANZA, Trayectoria, Op. cit.
<http://www.biodanzacolombia.com/>²⁷⁵

Asociación de Médicos e Investigadores en Bioenergética (Amibio). Viaja a España en 1996 donde conoce y empieza a formarse con organizaciones que vinculan la danza y la terapia como Danza Movimiento Terapia® (Dance Therapy) promovido por la Asociación Americana de Danza Movimiento Terapia (ADTA). Al regresar a Colombia, se integra inicialmente a la Fundación Escuela Colombiana de Biodanza que estaba funcionando en Bogotá. Así da a conocer esta corriente en Medellín para posteriormente independizarse y seguir viajando al exterior para continuar su formación. Finalmente crea su propia escuela de formación llamada “Danzana” basada en su propio método al cual llamó “Indace”, producto de su experiencia con la danza, la educación y el enfoque bioenergético, definido por ella como “danza integral o método que busca la unidad e integralidad del ser humano desde su esfera física, emocional, mental y espiritual a través de la danza y el movimiento consciente con base en la psicología transpersonal y humanista” (Entrevista 7).

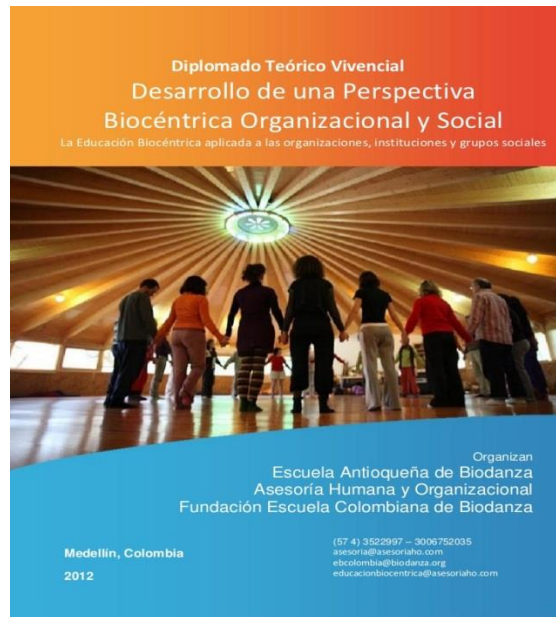


Escuela Antioqueña de Biodanza
Primer ciclo de Talleres

Danzando las diosas Facilita: Mónica Llano 19 y 20 de julio	Movimiento pleno de sentido Facilita: Lizbeth Guerra 23 y 24 de agosto
Biodanza y ancestralidad Facilita: Ma. Teresa Rojas 28 y 29 de septiembre	Valor por taller: \$250.000 Enero 2015 INICIO DE CLASES DE FORMACIÓN
Descuento en la formación por asistencia al ciclo Consignación cuenta de ahorros Colpatria # 207204505-3 a nombre de Myriam Sofía	Lugar: LA MONTAÑA MÁGICA-MEDELLÍN Informes e inscripciones: Celular: 312 827 6928 3007613276

Correo e-: biadozaantioquia@gmail.com
Facebook: ESCUELA ANTIOQUEÑA DE BIODANZA

Imagen 8. Afiche Taller Biodanza



Diplomado Teórico Vivencial
Desarrollo de una Perspectiva
Biocéntrica Organizacional y Social
La Educación Biocéntrica aplicada a las organizaciones, instituciones y grupos sociales

Organizan
Escuela Antioqueña de Biodanza
Asesoría Humana y Organizacional
Fundación Escuela Colombiana de Biodanza

Medellín, Colombia
2012

(57 4) 3522997 – 3006752035
asesoria@asesoriaho.com
escolombiana@biodanza.org
educacionbiocentrica@asesoriaho.com

Imagen 9. Afiche Diplomado Biodanza

Las prácticas corporales indagadas en este apartado se apropiaron en Medellín especialmente vinculadas al discurso y práctica de la medicina alternativa vigente desde la década de 1990 en Medellín y desplegado progresivamente, lo cual se hace evidente en la oferta de los planes de salud de algunas cooperativas e instituciones prestadoras de salud; en la formación de posgrado de facultades de medicina, en la existencia de publicaciones especializadas y de asociaciones profesionales. La perspectiva holística de la medicina alternativa coincide con la visión de las PCR de tal modo que su fusión se hace posible. La medicina alternativa parte del principio de que todo cuanto existe es conciencia o energía en diversas manifestaciones. Considera al ser humano como una unidad de conciencia producto de la interacción de diferentes campos energéticos en los niveles físico, emocional, mental y espiritual, y concibe la enfermedad como consecuencia de la fricción entre estos diferentes niveles de conciencia. Su propósito es eliminar estas fricciones y permitir el libre flujo de energía en el todo²⁷⁶.

Los promotores de las PCR, prefieren hablar de ellas como sistemas pedagógicos más que terapéuticos al considerar que corresponden con un enfoque de salud y de desarrollo personal, no basado en los síntomas orgánicos, ni en la intervención externa a la persona sino en el potencial de cada uno de restaurarse y de activar la experiencia subjetiva como forma útil de autoconocimiento. Esta mirada pedagógica, les ha permitido en el nuevo milenio ir desplazando sus propuestas hacia el escenario educativo y empresarial ofreciéndolas a los departamentos encargados del capital humano como formas de desarrollo de “competencias del ser”, facilitadoras del pensamiento flexible y el potencial creativo, así como herramientas

²⁷⁶ MINISTERIO DE LA PROTECCIÓN SOCIAL. SERVICIO NACIONAL DE APRENDIZAJE. SENA. Caracterización ocupacional Medicina Alternativa y Terapias Complementarias. Bogotá: SENA, 2006. P.23

actitudinales para liderar cambios en las organizaciones y enfrentar efectivamente la incertidumbre en un mundo permanentemente en transformación. Según Argüelles²⁷⁷, la perspectiva del “capital humano” desarrollada desde mediados del siglo XX concibe la información y conocimiento en las organizaciones como un bien de consumo y un activo equiparable a los recursos tecnológicos y financieros, por lo cual las personas deben tener libertad para pensar, razonar y utilizar su inteligencia, al servicio de la empresa. En esta visión sobre las organizaciones las personas deben añadir valor al producto, mejorar la calidad de lo que hacen y servir al cliente, a cambio de tener una percepción mayor de satisfacción y placer al trabajar. Tanto es así que lo que se conocía en un principio como “recurso humano” ha cambiado de nombre por “gestión de talento humano”, o “gestión del capital humano”.

De este modo, las PCR van integrando objetivos psicológicos y económicos relacionados con la gestión del capital humano adaptándose a las necesidades de las empresas actuales, prometiendo líderes capaces de gestionar su propia autorrealización, también en el medio laboral.

3.1.4.2 El poder femenino danzado: El ensamblaje material y simbólico que ofrece la Danza Samkya® y algunos enfoques de enseñanza de las danzas orientales (árabes, hindúes y egipcias) para la constitución subjetiva y la actualización corporal de las mujeres a los

²⁷⁷ ARGÜELLES, Denise. Un modelo para la formación del talento humano en la organización en el siglo XXI. En: Revista Escuela de Administración de Negocios, 2011, no.71, p. 148

signos sociales contemporáneos, facilitó su emergencia a principios del nuevo milenio en la ciudad de Medellín.

La historia del cuerpo en Colombia y en Medellín, tanto en lo relativo a los contenidos como a los usos que le han sido impuestos, han develado una marcada influencia de la ideología judeocristiana que ha impugnado el placer de los sentidos y de la carne, orientando el control particularmente sobre el cuerpo de la mujer. Al respecto Vélez ²⁷⁸ recuerda que entre 1960 y 1970 se recortaban las escenas de amor físico en las proyecciones de cine en barrios de la ciudad, y en investigaciones realizadas sobre los años 90, esta misma autora evidencia actitudes restrictivas y moralistas de los hombres de la familia (el esposo, el padre, el hermano, el tío, el hijo) sobre la práctica de la actividad física de las mujeres quienes consideran “indecente” que expongan el cuerpo a las miradas deseosas de otros hombres al hacer deporte con ropas apretadas, en parques y zonas públicas, razones que son percibidas como obstáculos para la realización de la actividad física por parte de las mujeres, aún en los inicios del nuevo milenio como lo demuestran también Gallo et al.²⁷⁹

Las reglas constrictivas sobre los movimientos corporales de las mujeres traían consigo las ideas higienistas de finales del siglo XIX y principios del siglo XX que tejieron una imagen idealizada de la mujer, portadora de la salud moral y física de la familia y por ende de la sociedad, sentenciándola al matrimonio y a la reproducción, como condiciones esenciales

²⁷⁸ VÉLEZ, Beatriz, *Cuerpo y sociedad urbana: el caso de la ciudad de Medellín* Op.cit. p. 137

²⁷⁹ GALLO, Luz Elena et al. *Mujer y Deporte en Medellín y Área Metropolitana*. En: *Des-Encuentros*, 2002 Vol 1, No.5. p. 7-19

para convalidar su pureza y dignidad²⁸⁰. A la vez, el cuerpo de las mujeres en el imaginario de las sociedades burguesas, afirma y exhibe el capital simbólico del grupo al cual pertenecen, otorgándoles el rol de la seducción mediante un trabajo cosmético que las conduce a estar orientadas a la apariencia y constituirse como un “ser percibido”²⁸¹. Esta hipervaloración de la mujer ha contribuido en Medellín a la instalación de un ideal de belleza amplificado por el auge del narcotráfico en los años 80 y la implantación de una “narcoestética”²⁸² que arraigó fuertemente la idea de que para ser alguien en la vida era necesario aparentar, acumular o tener lo más ostentoso, asunto que amplificado por los medios de comunicación, terminó concretándose en el cuerpo de las mujeres, incrementando las alteraciones alimentarias y el afán de ellas por corresponder a los moldes establecido a través de tratamientos cosméticos, cirugías plásticas o prácticas de modelamiento corporal como el *fitness* o las mismas danzas orientales²⁸³. Es sobre este cuerpo femenino vigilado y controlado en su intimidad y expresión que se yerguen las promesas de liberación en algunos enfoques de danzas orientales enseñadas en Medellín, tal como se devela en el siguiente relato de una practicante de 23 años de danza oriental:

Al principio me hacía en el rincón del salón. Lo que pasa es que era muy acomplejada, me sentía un poco gorda y no sabía moverme bonito. Yo ingresé porque no me gustaba mi cuerpo y me servía para mejorar la figura, pero aquí aprendí a bailar desde mi interior. La profe nos alienta a bailar desde una actitud interior, a amarse y valorarse porque todas las mujeres somos diferentes, todas tenemos la posibilidad de experimentar el cuerpo, de experimentar la sensualidad de cada una. Entonces me di la oportunidad y ahora soy la primera en el salón. Hay muchas personas que también entran y se van porque no encuentran lo que estaban buscando, pero para mí, esta danza es de aceptación, de reconciliación conmigo misma” (Entrevista 32):

²⁸⁰ PEDRAZA, En cuerpo y alma. Visiones del progreso y la Felicidad, p.186

²⁸¹ BORDIEU, Pierre. La dominación masculina. Barcelona: Anagrama, 2000. P.. 159

²⁸² RINCÓN, Omar. Narco.estética y narco.cultura en narc.olombia. En: Nueva Sociedad, 2009, No. 222, p. 147-163

²⁸³ URIBE, José Fernando. Anorexia: los factores socioculturales de riesgo. Medellín: Universidad de Antioquia, 2007, 254 p.

Un testimonio similar es común encontrarlo en muchas de las practicantes de estas danzas, aun cuando tengan diversas condiciones corporales y diferentes edades. En estos cursos, especialmente los que se ofrecen orientados a “la danza árabe como fuente de alegría y salud para las mujeres” (Entrevista 9) o “medio para rescatar la feminidad, incrementar el amor a sí mismas” (Entrevista 10), se encuentran varias historias de mujeres con sobrepeso, con enfermedades terminales o que están en un momento de crisis emocional que hacen de la danza un instrumento terapéutico para aumentar la autoestima y sentirse liberadas, aunque sea subjetivamente, de los estereotipos sociales impuestos.

En las aplicaciones personales que se buscan obtener mediante la práctica de Danza Samkya® y danzas orientales, se encuentran propósitos tales como “mejorar la feminidad”, “disfrutar” o “equilibrio emocional”, estableciéndose la certeza de que en el cuerpo y por medio de la danza, es posible influir no sólo el espíritu sino también producir vínculos con el pensamiento y las emociones. De este modo, la sensibilidad explorada durante la *performance* de estas danzas proveen a las practicantes de experiencias corporizadas de actuar, ver, sentir, gustar, oír, oler y significar lo femenino que deben contactar y desarrollar para alcanzar los propósitos individuales.

En la *performance* de danza oriental o danza Samkya®, se elabora un refinamiento cinestésico, expresa en gestos que traen consigo un estado corporal, que es a la vez, físico, mental y emotivo. Los significados que reciben como sus significantes varían con el estilo

de la danza y con cada profesor pero aun así es posible reconocer algunas coincidencias²⁸⁴. Los movimientos de cadera (subir, bajar, lateral, anteversión y retroversión) estimulan la comunicación, el compartir y el instinto; los movimientos ondulantes de cadera producen una energía íntima de sensualidad y de recogimiento; los círculos completos de la cadera fomentan la iluminación, la intuición y la imaginación creativa; los movimientos ondulantes del pecho y pelvis reflejan la prudencia y sabiduría; los movimientos de cabeza aumentan el libre albedrío; la vibración de las caderas o del pecho celebran la vida; los movimientos de hombros activan la seducción y la complicidad; los movimientos de brazos mueven la energía de expansión, elevación y superación personal; los movimientos de las manos y los ojos, muestran el estado de ánimo y del pensamiento.

Se observa, además, diferentes formas de uso de los otros sentidos corporales tales como: el olfato, por medio de inciensos y aceites para facilitar la conexión con el “yo interior” y activar los centros energéticos; la audición, a través de variados ritmos musicales de origen oriental o fusiones con ritmos occidentales que recrea estados de ánimo; la visión, se estimula con los mismos movimientos y los colores utilizados; el tacto, está presente como medio de comunicación con otras personas durante la clase y con el uso de accesorios como velos; el gusto, en algunas ocasiones, está involucrado también en un rito al final de la sesión cuando las bailarinas comparten alimentos (dulces, amargos, ácidos, agridulces, salados) que han sido escogidos de acuerdo al efecto deseado sobre los estados corpóreo-afectivos (Diario de campo, conversaciones informales con participantes. Clase danza Samkya®, Universidad de Antioquia, 2 mayo 2010 y Clase danza árabe, Comfenalco 7 octubre 2010).

²⁸⁴ Idem

Cargar el cuerpo de sensorialidad, así como emparejar la esencia y la apariencia, corresponde con el ejercicio estético contemporáneo de las hiperestésias o liberación somática por medio del cual se aloja la verdad en el cuerpo, verdad que en otras épocas se hallaba en el alma o la razón.²⁸⁵ De este modo, las PCR permite a los practicantes materializar y expresar su singularidad, configurando *sentidos* en su vida. De otro lado, la tarea de autoconstitución en lo personal y lo social como un asunto que “las mujeres debemos emprender”, lleva consigo la exclusiva responsabilidad del fracaso o éxito de su empoderamiento individual y social, asunto expresado explícitamente en las ofertas de estas danzas como se observa en la presentación de danza Samkya® que se encuentra en uno de los folletos que la promociona:

Samkya es danza, arte, terapia y belleza para la mujer, Samkya incorpora en ti una nueva conciencia integrando tu cuerpo, mente, corazón y espíritu, recuperando el poder de la energía femenina para responder a los retos del mundo moderno que exige a la mujer de hoy que sea muy ejecutiva y a la vez que no pierda su magia y su belleza²⁸⁶.

Es frecuente también encontrar entre los testimonios de participantes que llegan a estas prácticas corporales, la necesidad de “recuperar su lado femenino” (Entrevista 29) que parece estar inhibido al asumir los roles modernos de la mujer, en una ciudad como Medellín que muestra que la disimetría según el género está aún muy presente en el escenario social y cultural, aunque existan algunos avances y el discurso de la equidad sea un lenguaje común²⁸⁷.

²⁸⁵ PEDRAZA, En cuerpo y alma. Visiones del progreso y la felicidad, Op. cit., p. 357-362

²⁸⁶ Folleto, Danza Samkya. Organización Condo Blanco.

²⁸⁷ MUNICIPIO DE MEDELLÍN. Balance de la Secretaría de las Mujeres del Municipio de Medellín 2008-2011. Plan de Desarrollo Municipal 2008-2011. Medellín es Solidaria y Competitiva. Disponible <http://www.medellin.gov.co>

Durante el aprendizaje de la práctica corporal se ofrece a las practicantes un conjunto de recursos simbólicos y materiales de lo femenino como un prisma de posibilidades para encarnar propiedades femeninas. Los movimientos y gestos están relacionados con estados emocionales y mentales (alegría, confianza, honestidad, humildad, iluminación, firmeza, etc); se evocan sensaciones vinculadas con cualidades de la naturaleza (agua, fuego, tierra y aire), se ofrecen metáforas de mujeres posibles de ser encarnadas (tántrica, chamana, guerrera, amante, artista, visionaria, misteriosa) y se usan accesorios, maquillaje y vestidos que ayudan a caracterizar la mujer que se desea ser (Diario de campo. Clases de danza árabe, Danzalma, 5 febrero 2010, Clase danza árabe, Comfenalco, 7, octubre, 2010).

De forma paradójica el poder de la libre disposición de sí pregonada en estas PCR trae consigo una actualización de la identidad de lo femenino pero esta vez producida ya no solo por un determinismo histórico bajo formas disciplinarias sino por la concordancia entre las

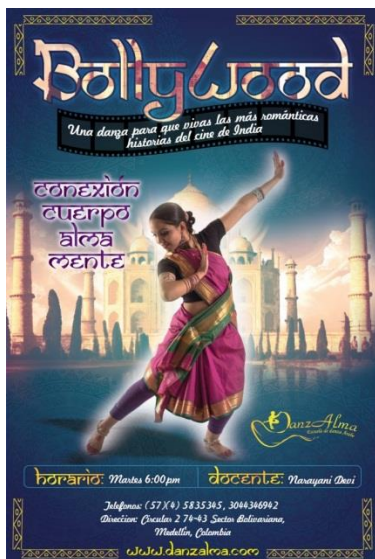


Imagen 10. Afiche curso Bollywood



Imagen 11. Presentación "RenaSer". Danzalma.

fuerzas hegemónicas del poder con los referentes actuales de autonomía individual realizados bajo las formas sensibles. Es decir, en las prácticas dancísticas orientales lo femenino está vinculado con lo bello, suave, sensual y misterioso como poderes o cualidades propias que las mujeres necesitamos poseer para ser libres, felices y exitosas; experiencias-significaciones que ya no son suministradas imperativamente por el orden social y “natural”, sino que deben ser construidas en procesos corporizados guiados por la autonomía subjetiva.

La introducción y apropiación de estas técnicas según Tena Medialdea,²⁸⁸ no dejan de enmarcarse dentro del denominado “orientalismo” producido por occidente desde finales del siglo XVIII durante el dominio colonial europeo que derivó en una moda por lo oriental asociado a lo misterioso, lo exótico y lo erótico, según había sido interpretado por los viajeros europeos. A comienzos del siglo XX, las representaciones de Salomé en obras literarias, teatro, cines y cabarets desencadenó la “salomanía”, moda que popularizó las representaciones exóticas y eróticas de la danza oriental en occidente. Posteriormente, en algunas capitales de Medio Oriente, aún bajo el dominio colonial, se desarrolló el campo que hoy se conoce como danza oriental, adaptando las manifestaciones tradicionales de la danza con aquéllas que previamente habían inspirado las fantasías orientales de europeos y americanos. En estas circunstancias las danzas que originariamente formaban parte de rituales y ceremonias religiosas, como vía de exaltación de la parte femenina de los dioses, relacionada con la belleza, la intuición, la fecundidad y la concepción pasaron a ser danzas exóticas presentadas como espectáculos de entretenimiento o medios terapéuticos.

²⁸⁸ TENA, María. Salomanía: la construcción imaginaria de la danza oriental. Extravío. Revista electrónica de literatura comparada [online], 2008, No.3, [citada 15 junio 2011] Disponible <http://www.uv.es/extravio>

Particularmente, la emergencia de las prácticas dancísticas orientales a principios de la década del 2000 en Medellín, estuvo vinculada con la exitosa difusión de la música y los videos de Shakira que en el año de 1998 estrenó la canción "Ojos Así", siendo ésta, la primera interpretación vocal en mezclar ritmos árabes con el pop-rock latino y donde la artista baila *Bellydance* o danza del vientre. Además, en ese momento también inicia una creciente recepción en América Latina y en el contexto local de la industria cinematográfica del *Bollywood*, en la cual las películas suelen incluir escenas musicales con coreografías que mezclan danzas tradicionales de la India con ritmos contemporáneos occidentales. Aún en la actualidad, en el canal de televisión Teleantioquia, se presentan películas de esta industria. Todo lo anterior, incidió en la apertura de academias de danza oriental en la ciudad y en la ampliación de las ofertas de bailes en las ya existentes, así como su introducción en las cajas de compensación familiar de la ciudad. Claudia Cano, una de las profesoras con mayor trayectoria de estas danzas en la ciudad y pionera de la apertura de cursos en Comfama y Comfenalco, relata lo sucedido:

Cuando llegó la moda de la danza árabe con Shakira que empezó a bailar en sus videos, muchas de las profesoras de baile de salón y ritmos tropicales que llevamos una trayectoria de más de 15 años nos vimos obligadas a capacitarnos con algunas personas que ya había estado estudiando estas danzas por medio de videos y películas. Por esa época también Maria Isabel Angel abrió su academia y empezó a realizar eventos, trayendo profesores extranjeros, lo que ha permitido que las que no hemos podido viajar fuera del país, podamos capacitarnos (Entrevista 9).

Desde el primer momento las prácticas dancísticas orientales se han ofrecido como parte de la oferta de bailes, explotando su vinculación con la expresión de la sensualidad de la mujer y como un ejercicio físico de bajo impacto para mantenerse en forma, además de liberar las

tensiones del día a día²⁸⁹. No obstante, poco a poco, algunas propuestas se fueron resignificando hacia el autoconocimiento a partir de experiencias personales de algunas de sus pioneras y de la articulación que han realizados las instructoras con otras disciplinas y prácticas provenientes de la psicología, la medicina alternativa o la nueva era. Un ejemplo de ello es el mismo testimonio de Claudia Cano:

Cuando tuve que empezar a capacitarme en danza oriental, tenía 25 kilos de más porque acababa de tener a mi hija. Yo era la bailarina super delgada, super tallada y verme así, fue un bloqueo y además el profesor era muy duro conmigo. Un día me dijo que no sabía qué hacía yo ahí por mi sobrepeso y me ofendí mucho porque yo llevaba 11 años como profesora de ritmos tropicales y de salón...yo no quería volver, mi esposo me animó y me prometí trabajar con las mujeres que se sentían como yo en ese momento. Entonces cuando yo identifico una alumna con las mismas características de baja autoestima o que necesita profundizar más en si misma, me le dedico en el acompañamiento para que dance desde el alma y para sí misma. (Entrevista 9)

El testimonio de Marisol Alvarez, pionera de de Danza Samkya®, licenciada en traducción y practicante desde joven de danza folklórica y contemporánea, también parte de una difícil experiencia emocional, encontrando en la danza un medio de apoyo terapéutico y de desarrollo personal. Decide formarse en Danza Samkya®, inicialmente en Bogotá donde ya había llegado esta formación desde finales de los años 90 y después viajó a Chile a certificarse en la sede principal de la Organización Cóndor Blanco, centro originario de certificación y difusión de la misma. Su testimonio, da cuenta de este proceso:

Yo tuve una desilusión amorosa que me dio muy duro y de pronto un día, encontré en la universidad un cartel que decía: *Sánate con Danza Samkya®* y entonces como a mí siempre me gustaba todo lo que era con danza, llamé, pregunté y me dijeron que se trataba justamente de una sanación a través del movimiento corporal. Me fui a Bogotá, realmente sané y descubrí muchos aspectos de mi misma. Hoy después de diez años soy facilitadora de este proceso de transformación en otras mujeres, me dediqué a esto por completo. He tonado varios cursos complementarios de crecimiento personal para tener más herramientas porque es maravilloso ver, cómo danzando y celebrando la propia naturaleza femenina, cambia la vida de tantas mujeres, aprendemos a ser felices y sobretodo, ser nosotras mismas, ¡eso lo vale todo!” (Entrevista10)

²⁸⁹ ACADEMIA DE DANZA MARIA ISABEL ANGEL. Oferta de cursos [citada 2 mayo 2010] Disponible www.mariaisabelangel.com.co

Por otro lado, hay algunas de las danzantes ya convertidas en facilitadoras o instructoras que articularon su historia de vida con acciones comunitarias viendo la oportunidad de reivindicar a través de la danza el derecho de las mujeres al goce y al ocio, o hacer de estas prácticas medios de formación de ciudadanía y de aprovechamiento sano del tiempo libre. Incluso se han conformado algunos grupos de proyección que a diferencia de los espectáculos de danza árabe con mujeres, jóvenes, hermosas y elegantes, ataviadas con trajes importados de oriente, se han conformado con mujeres y hombres, de diferentes edades, condición social y forma física. Algunos de estos grupos se han articulado a redes culturales, educativas y juveniles o han sido impulsados como grupos artísticos por Cajas de Compensación Familiar o por presupuesto participativo de la Alcaldía de Medellín. Entre ellos se encuentran el Grupo Yeira, perteneciente a Comfenalco, dirigido por Claudia Cano y conformado por usuarias de los cursos de danza árabe, Semillero de Danza Oriental Diosas Agher, conformado por niñas y adolescentes del barrio Calatrava, dirigido por Sandra Marcela Garzón, estudiante de la Facultad de Ciencias Económicas de la Universidad de Antioquia o el Grupo Luna Llena, conformado por adolescentes del barrio El Cucaracho, dirigido por Luisa Fernanda Mejía, estudiante de Licenciatura de Danza de la Universidad de Antioquia. Estas experiencias han logrado no solo visibilizar este tipo de PCR en diferentes sectores sociales de la ciudad como prácticas culturales y de bienestar social, sino además logran crear entre sus participantes comunidades emocionales donde se vivencia cierta hermandad, como lo describe una practicante del grupo Yeira: “yo creo que todas vemos a Yeira como una familia. Lo que pasa es que las sensaciones que se viven cuando se danza con otros, son muy fuertes y entonces nos queremos, nos entendemos sin palabras, compartimos lo que nos pasa, la complicidad de los gustos... son vínculos muy bonitos y sabemos que siempre estamos ahí, así no nos

veamos todos los días” (Entrevista 32). También, hay casos donde adolescentes hombres empiezan a integrarse a los grupos y el sentido social dado al proceso vivido ha permitido que sea posible su inclusión, como lo describe el siguiente relato de uno de los integrantes del Grupo Luna Llena:

Yo le escuchaba a mi compañera del curso que estaba en clases de danza árabe y me gustó la idea porque yo era muy tieso pero al mismo tiempo pensaba que iba a ser el único hombre, y era difícil atreverme...pero el proceso de formación que tiene el grupo y el hecho que a todos nos gusta danzar, cuando lo hacemos no se siente la diferencia, nos divertimos...a veces yo soy el más intenso cuando tenemos una presentación, para ensayar y tener todo listo(...) (Entrevista 33).

Es así como las prácticas dancísticas personales son hoy en Medellín un vector estésico y lúdico para la exigencia de inventarse a uno mismo y de expresión de la diversidad y autonomía individual en el escenario social, al mismo tiempo que actualiza de modo corporizado los significantes sociales hegemónicos asignados a la corporalidad femenina. También han servido para crear comunidades afectivas y de pertenencia a un grupo como una forma de interacción e identificación social.


3.1.4.3 Afinamiento del cuerpo sensible: La exigencia cada vez mayor de la constitución y autorregulación subjetiva, requiere afinar la corporalidad sensible para “escuchar” las sensaciones y referencias internas. Este viaje hacia el interior, se logra realizando una exploración personal por la geografía y funcionamiento corporal, mediante el sentido cinestésico para “perfeccionar la capacidad humana”²⁹⁰, “habitar el cuerpo”,²⁹¹ o “desarrollar

²⁹⁰ FELDENKRAIS, Moshe. El poder del yo. La autotransformación a través de la espontaneidad. Barcelona: Paidós, 1995. p.23

²⁹¹ BERTHERAT, Thérèse y BERNSTEIN, Carol. El cuerpo tiene sus razones. Autocura y Antigimnasia. Barcelona: Editorial Paidós, 1990. p.11

una experiencia total”,²⁹² según establecen las practicas somáticas como el Método Feldenkrais®, la Antigimnasia® y la Eutonía®.

CLASE DE EUTONÍA
“Un Abordaje Corporal Hacia el Encuentro Con Tu Ser”
APERTURA Y MOVIMIENTO
UN DESCANSO PARA TU ESPALDA



¿ Eres realmente consciente de tu espalda y de su relación con el resto de tu cuerpo?
¿ Desearías darle un descanso a tu espalda?
¿ Te gustaría aprender a disminuir los dolores en tu espalda?

Docentes
Eutonistas formadas en AALE
Asociación Argentina y Latinoamericana de Eutonía
Luz Restrepo Y Myriam Gallego

Lugar: Envigado, Loma del Esmeraldal.
Fecha: Jueves 23 de Enero.
Horario: 6:30 pm - 8:30 pm.
Valor: 25.000 pesos.

Inscripciones: Previa consignación en Bancolombia.
Informes: eutoniacolombia@gmail.com.
Teléfono: 300 717 4431 / 311 410 2409.
Sugerencias: Asistir con ropa cómoda, preferiblemente de algodón traer libreta de notas.



Imagen12. Afiche Taller Eufonía

Imagen 13. Taller Método Feldenkrais. Brazada

El campo de las prácticas somáticas acude a los adelantos científicos de la neurociencia, la física, la fisiología, la psicología y el psicoanálisis sobre la relación entre cerebro-movimiento-conducta, así como al conocimiento basado en la experiencia corporal de los creadores de estas técnicas, quienes además de ser practicantes de alguna disciplina corporal se enfrentaron con un problema de movimiento que los llevó a atender la manera de utilizarse a sí mismo. Moshe Feldenkrais, creador del método con su nombre, fue físico y Doctor en Ciencias, cinturón negro en judo, tuvo un problema en la rodilla y buscó la manera de reorganizarlo con base en el movimiento consciente. Gerda Alexander, creadora de la Eutonía®, fue bailarina, música y profesora de rítmica, padeció un problema cardiaco y

²⁹² ALEXANDER, Gerda. La Eutonía. Un camino hacia la experiencia total del cuerpo. Barcelona: Paidós. 1979. p. 8

reumático que la condujo a explorar la manera de usar su cuerpo de forma óptima, sin sobrecargas osteomusculares. Therese Bertherat, creadora de la Antigimnasia® con estudios en terapias corporales y psicoanálisis, descubre a partir del fallecimiento trágico de su esposo la manera como el cuerpo aloja en los músculos la historia personal, explorando en si misma esta relación. Es también por estas circunstancias que los pioneros y facilitadores de estas prácticas las conciben más educativas que terapéuticas, por lo que prefiere hablar de “alumnos” en vez de “pacientes”, aún si las personas presentan problemas de salud ,buscando activar “la capacidad de todo ser humano de aprender a aprender”, según Feldenkrais.²⁹³

La “vuelta al cuerpo” que pregonan las técnicas somáticas es un modo de materializar la experiencia humana. Las observaciones de estas técnicas se centran en apreciar la manera como el paso de la intención a la acción, el deseo, la emoción y la relación con el espacio y los otros se actualizan sobre el soporte físico, la corporalidad en movimiento. Por tanto, si se desea mejorar una función, modificar un comportamiento, restablecer un equilibrio afectivo-motor o ser eficaz en el modo de alcanzar las metas, el soporte físico debe ser libre, funcional y diferenciado. Para tales efectos se apoya en la capacidad de auto-organización del sistema nervioso y en la condición del ser humano como organismo vivo o soma de participar activamente en la continua interacción entre los procesos orgánicos, el entorno y sus intenciones gracias a la relación recíproca entre movimiento y sensación. En las prácticas somáticas se habla de una “conciencia somática” que se encuentra en la base de los contenidos simbólicos y afectivos, considerados como la expresión de lo que esa consciencia permite con relación a cómo se experimenta la realidad. El rango de ésta consciencia depende

²⁹³ FELDENKRAIS, Moshe. La dificultad de ver lo obvio. Barcelona: Paidós, 1981. p. 24

del refinamiento de la función sensoriomotriz, afectando tanto la manera de actuar, como el pensamiento y las emociones. Precisamente, la promesa de las prácticas somáticas es afinar este tipo de consciencia por medio del sentido cinestésico para “despertar y ser dueños de nosotros mismos al actuar con una mayor eficacia, sin esfuerzo, con placer y con una auténtica expresión”(Entrevista 11), o como lo testimonia una practicante del Método Feldenkrais®:

En este tiempo de práctica me siento más integrada, me doy cuenta de cómo estoy haciendo las cosas y de lo que pasa en mi cuerpo con ciertos estados de ánimo, pensamientos, actitudes. En la medida que soy más consciente de mi cuerpo, me siento mejor conmigo misma, con más claridad de lo que verdaderamente requiero y esto me hace sentir bien (Entrevista 35).

Se trata entonces de un modo de conocimiento práctico de sí mismo. Cada una de las prácticas elabora un trabajo inédito sobre la geografía corporal y tiene sus propias estrategias didácticas para sumergirse en las profundidades de la experiencia sensorial. Percibir el contorno de los huesos y su relación con la función, reconocer el continente de la piel y las maneras de tocar, activar el contenido orgánico y la respiración como soporte del movimiento, atender a la interacción de fuerzas dentro del cuerpo y sobre él, dialogar internamente con el tono muscular, distinguir e integrar la tridimensionalidad del cuerpo, diferenciar las sensaciones de los diferentes sistemas corporales, sentir el estado del tejido oste-articular y el alineamiento y/o desviación de los ejes óseos; percibir el punto de inicio, la secuencia y dirección del movimiento; atender a la densidad del sentimiento íntimo al moverse o al adoptar una postura, son entre muchos otros, mecanismos que conducen a la certeza de que el bienestar se consigue en gran parte refinando el sentido cinestésico (Diario de campo. Sesiones del Método Feldenkrais®, residencia Marta Uribe, año 2012; taller de Eutonía®, Parque de la Vida, octubre 2012 y Taller Antigimnasia®, abril 2011).

El cuerpo en movimiento revela más allá de él mismo. Es necesario habitarlo, abrirlo, trascender lo anatómico y lo funcional hacia lo simbólico y lo relacional del individuo. El cuerpo se vuelve el interlocutor. En la Eutonía® como en la Antigimnasia® más que en el Método Feldenkrais®, la conciencia profunda del cuerpo revela los conflictos y las resistencias internas creadas en la historia individual, a la vez que es la vía para su liberación.

¿Quién soy? ¿Cómo es mi cuerpo? ¿Qué hay en mi cabeza? ¿Por qué algunos días me siento tan mal dentro de mi propia piel? Éste es el tipo de preguntas que todo el mundo acaba planteándose un día u otro, sobre todo cuando el cuerpo en cuestión empieza a protestar y nos sugiere que también a él, como a nosotros, le gustaría ser de otra manera²⁹⁴.

La producción de subjetividad consiste en descubrir el sí mismo, en la propia corporalidad, en los estreñimientos externos, los hábitos y los deseos no resueltos que lo han de-formado, raptado la conducción consciente del mismo. Una vez se silencia la palabra, se escuchan las “razones” hechas *carne* en el tono muscular, en la estructura ósea o en la cualidad del movimiento, es posible devolverle al cuerpo su voluntad y restaurar los signos de los desequilibrios y disfunciones. El cuerpo ya no es un obstáculo en la curación sino que participa activamente en el diagnóstico y tratamiento. Durante una sesión se alargan y realiza pequeños movimientos, mientras se hace consciente las partes del cuerpo y las emociones relacionadas con ellas. De este modo, la relación de la persona consigo misma, su materialidad, su biografía y sus deseos en su vida cotidiana, es ahora indagada y producida conscientemente, cinéستicamente.

²⁹⁴ BERTHERAT, Thérèse y BERNSTEIN, Carol Correo del cuerpo. Nuevas vías de la Antigimnasia® Thérèse Bertherat. Barcelona: Paidós, 1981. p. 8

La emergencia de las prácticas somáticas en Medellín desde finales de los años tuvo inicialmente recepción entre profesionales de áreas como la danza, el teatro, la psicología y la fisioterapia. Un factor que ayudó a su introducción fue la publicación en español en la década de 1980 de la serie Técnicas Corporales de la Editorial Paidós y la creación en Buenos Aires de la Revista Kine, especializada en el tema y existente desde 1992. Ambas, son referencias bibliográficas comunes entre los pioneros de estas PCR. Después de conocer las primeras publicaciones, algunos profesionales de las áreas mencionadas que buscaban una comprensión y vivencia del cuerpo en movimiento más “integradora”, “profunda” e “interiorizada”, se aproximaron a estas prácticas viajando al exterior para formarse y alcanzar la certificación.

En el caso del Método Feldenkrais®, Sara Villa, bailarina y Marta Uribe, psicóloga, tuvieron conocimiento de él mientras profundizaban en sus áreas profesionales en Londres y Estados Unidos respectivamente, realizando en este último país la formación en el método, Sara desde el año de 1987 y Marta desde 1989, siendo certificadas por Feldenkrais Guild of North América. Durante su proceso de formación empezaron a ofrecer clases grupales y talleres en Envigado y Medellín para el público general. Posteriormente, Sara Villa fija su residencia fuera del país y Marta Uribe continúa ofreciendo talleres, atención individualizada y clases grupales en algunos centros de salud y organizaciones sociales de atención a niños en situación de discapacidad y a población infantil vulnerable, además de continuar hasta el día de hoy dando clases en su residencia (Entrevista 11).

Por su parte, Ana Beatriz Vásquez, historiadora y actriz de teatro, conoció la Antigimnasia® cuando le llegó a su mano el libro de la editorial Paidós llamado “El cuerpo tiene sus razones”, la primera obra traducida al español de su creadora, la francesa Thérèse Bertherat. Este acontecimiento coincidió con un momento de reflexión sobre su vida personal y profesional y la presencia de un dolor de espalda que la había llevado al punto de decir “no sé qué hacer con mi cuerpo, con mi vida “encontrando en éste la oportunidad para reconocer y remontar las limitaciones físicas y emocionales a través del mismo cuerpo. Viajó a Buenos Aires donde se iniciaba la primera formación profesional en este método a nivel de Latinoamérica ofertado por la Federación Internacional de Anti-Gimnasia® Thérèse Bertherat. Una vez se gradúa en el 2006 abre un centro de anti-gimnasia abierto al público general en el Barrio Conquistadores (Entrevista 13).

La Eutonía® es introducida en Medellín por Luz Restrepo, bailarina, quien motivada por ampliar su formación profesional viaja y vive un tiempo en Argentina formándose en terapias complementarias de la Medicina Tradicional China, Danzaterapia y finalmente en Eutonía, esta última bajo la certificación de la Asociación Argentina y Latinoamericana de Eutonía (A.A.L.E). Ha ofrecido desde el año de 2008, talleres y atención especializada en centros educativos y de desarrollo personal como también en academias de baile (Entrevista 14).

Las prácticas somáticas a diferencia de las otras prácticas incluidas en este estudio aún no logran una expansión en el ámbito local, en parte porque han sido apropiadas más como medios terapéuticos o por especialistas del movimiento con el fin de optimizar sus

desempeños particulares y de otra parte porque el estilo de estas técnicas se caracteriza por movimientos sutiles y lentos, realizados casi siempre acostados y con los ojos cerrados para atender mejor a las sensaciones internas lo que las lleva a ser asociadas más con técnicas de relajación que como una práctica de movimiento. Esto devela, en parte, que en Medellín llama todavía más la atención los estilos que exponen la destreza motriz y moldean la forma corporal. No obstante, aunque su introducción ha tenido un ritmo pausado, ha ido en aumento y hoy no son desconocidas dentro del mercado de lo corporal en la ciudad.

Con la llegada de las prácticas somáticas a Medellín, la relación de la persona con sus emociones, pensamientos y funcionamiento vital se realiza “desde adentro” guiada por una experiencia consciente más que por reacciones habituales. La autorregulación, activada por la experiencia cinestésica, se convierte en una manera disponible en el mercado de lo corporal de para operar la gestión de sí mismo las veces que sea necesario.

3.1.5 Bienestar urbano corporizado: En la medida que se incrementa las formas sensibles disponibles en la ciudad y la capacidad del sujeto de gestionar su experiencia corporizada para alcanzar el bienestar y la subjetividad que desea, se van delineando entornos urbanos y formas de vida que conmueven lo sensible, facilitando la coherencia entre los proyectos corpóreo-subjetivos personales y proyectos corpóreos-subjetivos colectivos para la paz, el urbanismo social y los estilos de vida saludables. En este escenario, las PCR en Medellín participan constituyendo formas de sensibilidad y percepción que facilitan la permeabilidad de la corporalidad al entorno social y físico, como a las políticas sobre ella. Esta relación

íntima entre la corporalidad y la ciudad recuerda a Sennett²⁹⁵ cuando plantea que “los espacios urbanos cobran forma en buena medida a partir de la manera en que las personas experimentan su cuerpo”. Para este autor, el predominio del “movimiento individualizado” en la formación de las ciudades del siglo XIX, unido al desarrollo de la cultura secular, capitalista y urbana del siglo XX, condujo a una reducción de los lugares de encuentro comunitario al privilegiar más las vías de comunicación que los espacios de encuentro social.²⁹⁶ En consecuencia, el espacio urbano puede entenderse como un escenario socialmente construido e históricamente determinado por las relaciones sociales de dominación y de intercambio. Si bien la tesis de Sennet es confirmada cotidianamente en el territorio de Medellín, también es cierto que los individuos en la modernidad reciente no nos hemos quedado aislados los unos de otros, sino que nos agrupamos y nos relacionamos de forma distinta. Hemos desarrollado, según De Certeau²⁹⁷ “estrategias y tácticas” que funcionan creativamente en medio de la cotidianidad y las estructuras espaciales panópticas. En un sentido similar, Giddens²⁹⁸ considera que si bien la alta movilidad y la privacidad caracterizan a la vida urbana moderna, también existe un desarrollo de la vida pública, en el sentido más amplio, vinculado con la posibilidad de los individuos y de colectivos de participar eficazmente en ella. No intento dedicarme a este debate, que por demás está por fuera de los objetivos de esta investigación, me interesa resaltar que los individuos con mediación de las PCR reapropian políticas sobre el cuerpo como también activan la reflexividad social sobre los espacios urbanos.

²⁹⁵ SENNETT, Richard. Carne y piedra. El cuerpo y la ciudad en la civilización occidental. Madrid: Alianza editorial, 1997. p.394

²⁹⁶ *Ibíd.*, p.26

²⁹⁷ DE CERTEAU, Michel. La invención de lo cotidiano1. Artes de hacer. México: Universidad Iberoamericana, 1996, p. 40.

²⁹⁸ GIDDENS, Modernidad e identidad del yo, *Op.cit.*, p. 35

Particularmente en Medellín desde finales de los 80 y especialmente en el nuevo milenio, se da la aparición de algunas iniciativas ciudadanas y la apertura de espacios públicos para la comunidad que ha permitido a las PCR como prácticas estéticas, provocar modos de actuación y de percepción de personas y grupos interesadas en experimentar la interacción entre su corporalidad y la ciudad de un modo más “armónico”, “placentero”, “saludable”, “responsable”, “pausada” en ambientes naturales o acogedores y en compañía de otros, en contraste con la experiencia “agitada”, “desequilibrada”, “acelerada”, “ruidosa” y de “soledad” que suele tenerse (Diario de campo. Conversaciones informales en prácticas de yoga y taichí en el Jardín Botánico, Parque la Presidenta, Parque Biblioteca España - Santo Domingo, año 2011). Así, algunas PCR empiezan a ser consideradas por las instituciones y los ciudadanos en la ciudad de Medellín como elementos constructores de la paz, la convivencia, el amor y estilos de vida saludables.

3.1.5.1 Respirar paz y naturaleza: Para la Hacia 1988 el Centro Cultural Govinda's se convirtió en el primer restaurante vegetariano de Medellín, y también en el primero en ofertar la enseñanza del yoga como un estilo de vida. Su fundador eligió el corazón del centro de Medellín (Calle 51 # 52-17), hoy Parque de las Escultura o Plaza Botero, con el objetivo de aportar desde este lugar a la paz de la ciudad y al desarrollo espiritual.²⁹⁹ Es bien sabido que en la década del 80 y hasta mediados de los 90 Medellín vivió una de las épocas más violentas debido a la ofensiva narcoterrorista y la estrategia de urbanización de la guerra por parte de

²⁹⁹ CENTRO CULTURAL GOVINDA'S. Historia. [citado 8 marzo 2010] Disponible <http://centrocultural-govindas.blogspot.com/p/historia.html>

las guerrillas y las autodefensas, lo que creo las condiciones, entre otros aspectos, para la llegada de una comunidad espiritual como la Vaisnava fuera percibida por algunos jóvenes como una oportunidad para remontar los riesgos en el ámbito social y personal, según se expresa en el siguiente testimonio:

Yo creo que Govinda's ha sido siempre una luz para los habitantes de Medellín y un oasis para los transeúntes del centro en su vida diaria. En su momento de creación fue una salida para muchos jóvenes que nos habíamos visto involucrados en la guerra porque estábamos solos o no habíamos encontrado el amor, ni habíamos despertado en la conciencia de Krishna y solo anhelábamos cosas materiales. (Entrevista 23).

Además, la creencia existente en el yoga como en las otras PCR incluidas en este estudio de que la transformación de la conciencia individual traerá consecuencias tanto en la vida personal como en la sociedad, puede conllevar tanto a una alienación del sujeto a las estructuras hegemónicas como a una resistencia frente a ellas al hacer más consciente de ciertas problemáticas sociales, políticas y ambientales, aunque interpretadas en el espacio personal. De este modo, las PCR conectan las acciones del individuo con acciones sociales más extensas. Los alcances de este entrecruzamiento se observa claramente en la misión del Centro Cultural Govinda's:

Presentar a la ciudad de Medellín la alimentación vegetariana como pilar de la salud humana, la protección del medio ambiente y el respeto a todos los animales y así brindar al planeta un alivio notable, donde todos sean beneficiados por un bienestar integral, en un ambiente de convivencia y libertad, ofreciendo simultáneamente la enseñanza del yoga y su filosofía como pilar en el desarrollo del ser humano³⁰⁰.

Otras organizaciones y centros de enseñanza del yoga como Happy yoga y 108 yoga junto a proveedores y tiendas de comida vegetariana han promovido eventos articulados a propuestas internacionales como el Global Yoga Mala Project. Se trata de un proyecto creado por la

³⁰⁰ CENTRO CULTURAL GOVINDA'S. Misión. [citado 8 marzo 2010] Disponible <http://centrocultural-govindas.blogspot.com>

yogui Shiva Rea desde el 2009, como una manera en la cual la comunidad yogui participa en el Día Internacional de la Paz de las Naciones Unidas, realizando una práctica colectiva de 108 “Saludos al Sol”, a la vez que recogen fondos para apoyar la enseñanza del yoga en zonas de conflicto y a poblaciones vulnerables. Este evento en 2012 se llevó a cabo en más de 50 países alrededor del mundo. En Colombia se ha realizado desde el año 2010 en las ciudades de Bogotá, Cali, Medellín y el Parque Tayrona³⁰¹. La *performance* de estos 108 “saludos al sol” consiste en realizar simultáneamente una serie de gestos para “formar una cadena o *Mala* [rosario sagrado usado por Hindúes y Tibetanos como guía de meditación] alrededor de la tierra para elevar la conciencia acerca de los difíciles hechos que enfrenta hoy el ser humano y porque queremos ser artificios de la transformación espiritual de la ciudad y actores del cambio para la paz del Mundo” (Entrevista 4). También se han creado eventos locales como el “Día por la Paz”³⁰² convocado por Atman Yoga desde el 2008 siguiendo el precepto yogui que reza lo siguiente: “alrededor de alguien que está en paz se acaban los conflictos”. Cristina Mejía y Volker Dieze, directores de Atman Yoga explican el sentido de esta frase en su libro “Yoga. Un camino para la paz” dirigido al público general:

El factor principal para alcanzar la paz no es el sistema de gobierno o la política que se tenga sino que cada persona sienta paz en su interior. La paz no existe en las Constituciones, ni se puede negociar. No se puede firmar en un papel: se siembra en el corazón y se multiplica en los demás³⁰³.

Con estas acciones, las PCR empobrecen el ejercicio cívico colectivo al traducir las actuaciones por la paz y la convivencia en acciones personalizadas y cómo búsqueda de autorrealización. No obstante, en el camino para alcanzar éste propósito, los practicantes se

³⁰¹ VIVIR EN EL POBLADO. Yoga al parque, Medellín, 20, 9, 2012. Disponible <http://www.vivirenelpoblado.com/cronica-rosa/eventos/8996-yoga-por-la-paz>

³⁰² EL COLOMBIANO. Un día para hacer algo por la paz. Medellín, 8, mayo, 2008. Disponible http://www.elcolombiano.com/BancoConocimiento/U/un_dia_para_hacer_algo_por_la_paz.asp

³⁰³ MEJIA, Cristina y VOLKER, Dieze. Yoga. Un camino para la paz. Medellín: Atman Yoga, 2008. p. 12

ven inclinados a “practicar el servicio social para transformar el amor condicional por el amor incondicional” (Entrevista 34) encontrándose mucho de estos testimonios de personas que sólo desde su participación en las PCR se han dado cuenta de las condiciones de otras personas porque , “soy más sensible al dolor del otro y a compartir el conocimiento que he recibido”(Entrevista 34) o se han comprometido con proyectos sociales de poblaciones vulnerables desde la enseñanza de alguna de las PCR. Como ejemplos puedo citar el servicio voluntario de los miembros de Atman yoga en cárceles, asilos, albergues para habitantes de la calle, centros de rehabilitación de personas con adicción, entre otros lugares, o la creación de grupos de danza árabe como Luna Llena con adolescentes y jóvenes en zonas de conflicto social de la zona noroccidental.

Considero que la anterior forma de personalización de las problemáticas sociales conpagna con el contención y aplazamiento de situaciones conflictivas lograda a través de la forma de pedagogía ciudadana desplegada en Medellín, principalmente desde el año 2004. En este sentido, estoy de acuerdo con María Teresa Uribe quién describe los modos de pedagogía ciudadana desplegados por la democracia participativa emanada de la Constitución de 1991 como una forma de “despolitización de la democracia” al despolitizar a los ciudadanos, “convirtiendo el ser y el hacer de éstos en una suerte de campo neutro, aséptico, geométrico y plano, donde las viejas contradicciones sociales, las diferencias ideológicas y las múltiples fracturas de la sociedad [...] no se mencionan”³⁰⁴

³⁰⁴ URIBE, María Teresa. Las promesas incumplidas de la democracia participativa. En: 1991-2001 Diez años de la constitución colombiana. Seminario de evaluación. Bogotá: Universidad Nacional de Colombia– ILSA, 2001b. p. 104.

En el mismo sentido, la creencia de las PCR de la interconexión entre el cosmos, la naturaleza y todos los seres humanos ha llevado también a que prácticas como yoga y taichi estén presentes en espacios y programas orientados a la educación ambiental o encuentros cívicos-recreativos realizados en espacios públicos como el Jardín Botánico, el Parque lineal La Presidenta, el Parque Cultural MAMM Ciudad Del Río, el Cerro el Volador o estar incluidos en la programación de eventos de ciudad como los “Días verdes” en el Canal Parque Teledellín³⁰⁵ o el programa “Días del Aire” del Área Metropolitana del Valle de Aburrá³⁰⁶. “Días verdes” es el nombre del programa con el que Teledellín convoca a la comunidad todos los domingos entre las 10 a.m. y 11 a.m. para realizar yoga, pilates, taichí, stretching o rumba con un instructor profesional de Comfenalco en su sede actual, anteriormente Finca Montecasino en El Poblado. Este programa es parte de las estrategias del Canal para “que la gente venga y realice actividad física distinta, de una manera más armónica con el ambiente natural y tranquilo de este lugar, para cambiar la historia del lugar después de haber pertenecido a los paramilitares, dejando historias violentas” (Entrevista 17). Por su parte, “Días del aire” es una iniciativa ciudadana que fue acogida por el Área Metropolitana del Valle de Aburrá desde el 2009, cuyo objetivo está vinculado con la educación ambiental y el fomento de la recreación y la cultura en espacios públicos.

³⁰⁵ TELEMEDELLIN. Días Verdes. [26 abril 2010] Disponible <http://www.teledellin.tv>.

³⁰⁶ MOVIMIENTO RESPIRA PROFUNDO. [26 agosto 2011] Disponible www.respiraprofundo.net.



Imagen 14. Evento “Días del Aire”



Imagen 15. Global Yoga Mala Project

En estos eventos y espacios públicos las PCR aportan facilitando la experiencia corporizada del entorno y la naturaleza, entrelazando las necesidades personales con necesidades ambientales de la ciudad y planetarias. Es decir, cuanto más somos consciente del proceso de subjetivación, más se resalta la preocupación por los efectos de la interacción personal con el entorno natural y social, y se busca coherencia entre la forma singular elegida y el estilo de vida. Una participante de yoga en “Días del Aire” en el Parque Cultural MAMM Ciudad Del Río, expresa su proceso así:

Para mi participar en estos eventos significa una manera de tomar consciencia sobre la protección del medio ambiente y contactarme con la naturaleza y otras personas que también están haciendo lo mismo...Darme cuenta de cómo y qué respiro me lleva a preocuparme por la naturaleza o la Pacha Mama, como dicen los indígenas. Si no aprendemos a respetar el propio cuerpo y los seres vivos tampoco vamos a respetar al otro (Entrevista 39).

3.1.5.2 Sentir la armonía de la convivencia: Por otro lado, el espacio urbano como escenario tanto de producción, circulación y consumo como de gobierno, se configura en un

ámbito específico de regulación, donde se establecen fines, trayectorias y estrategias para garantizar la acumulación y reproducir las relaciones de dominación³⁰⁷. El discurso del urbanismo social desplegado en las propuestas de los gobiernos municipales desde el año 2004 en Medellín proveen de imágenes, discursos y sensibilidades relacionadas con plenitud y bienestar, haciendo invisible a su vez, los conflictos sociales, revelando con ello una estrategia para la gobernabilidad de los individuos. El discurso sobre el urbanismo social en Medellín, aparece asociado con la transformación urbana y política de la ciudad para lo que se resaltan ideas como el pago de la deuda social, la organización del espacio público y su dignificación como lugar de encuentro ciudadano, la protección del medio ambiente como signo de desarrollo, la creación de una nueva cultura de la civilidad y de revaloración de lo público, la convivencia, la seguridad, entre otros contenidos, los cuales no sólo han servido como una forma de gobernar sino que han inspirado la transformación a los territorios³⁰⁸.

De acuerdo a lo mencionado, pareciera entonces que con el urbanismo social desarrollado en la ciudad desde el año 2004 se intenta consolidar más que en una propuesta de intervención urbana, en una propuesta política sobre los cuerpos, articulando la identificación de la *subjetividad sensible* a un orden estético-político de lo urbano que se visibiliza armónico y desprovisto de tensiones sociales. Es por esto que coincido con planteamientos de investigadores del tema urbanístico como Quinchia³⁰⁹ para quien la significación del

³⁰⁷ CASTELLS, Manuel. La cuestión urbana. Madrid: Siglo XXI, 1979. p. 283.

³⁰⁸ MUNICIPIO DE MEDELLÍN. Plan de Desarrollo “Medellín compromiso de toda la ciudadanía”, 2004-2007 [Consultado 3 noviembre 2009] Disponible en: <http://www.medellin.gov.co>

³⁰⁹ QUINCHÍA, Suly. Discurso, ideología y poder en la producción de ciudad: un acercamiento a la práctica discursiva del urbanismo social en la ciudad de Medellín, 2004-2011. Trabajo de grado (Magister en Estudios Urbanos Regionales) Facultad de Arquitectura. Universidad Nacional de Colombia. Medellín, 2011

urbanismo social está relacionada con la presencia del Estado en territorios configurados por fuera de su lógica y su presencia. Los atributos de los territorios, existentes o deseables, y los resultados esperados, sugieren la creación de condiciones necesarias para el ejercicio de la gobernabilidad en ellos. En este sentido, puede decirse que la incorporación progresiva de las PCR en los programas recreativos y culturales de la ciudad, especialmente en las zonas de mayor intervención urbana, es parte de la estrategia política para el alcance de la gobernabilidad. De hecho, la sensibilidad que las PCR promueven en los espacios urbanos intervenidos en las últimas décadas, tiene como guía una estética de fluidez, comodidad, equilibrio, lentitud y contemplación. Una evidencia de lo mencionado se aprecia en la siguiente presentación del Parque la Presidenta publicada en la guía turística oficial de la ciudad realizada por la Fundación VíztaZ en alianza con la Alcaldía de Medellín. Es pertinente antes aclarar que desde el 2008 cuando se abre al público, la organización Atmam Yoga ofrece allí clases gratuitas, iniciativa que después fue acogida y complementada por el INDER los días domingos. Además, es un lugar donde suelen ubicarse habitantes de la calle y grupos de jóvenes consumidores de droga, desalojados con frecuencia por la policía. El texto de la guía turística lo describe así:

En esta zona sin par, el visitante podrá disfrutar de actividades de carácter comercial, cultural y lúdico, al caminar confortablemente por nuevos y mejorados espacios públicos, con amplias zonas verdes y paraderos de buses bien equipados, con semáforos y cruces peatonales que ofrecen seguridad a los transeúntes y ordenan la circulación vehicular. El área financiera y de negocios a lo largo de la avenida El Poblado y el Parque Lleras están ligados por el parque lineal La Presidenta, una zona de verde naturaleza en el corazón de la urbe. Caminar por sus senderos, cruzar sus puentes peatonales, maravillarse con sus jardines o divisar desde alguno de sus miradores de madera son sólo algunas de las actividades que invitan a compartir en familia en los más de 700 m² de áreas verdes, que, junto con la quebrada La Presidenta, componen este lugar, propicio para el descanso y la contemplación.³¹⁰

³¹⁰ FUNDACIÓN VÍZTAZ y ALCALDÍA DE MEDELLÍN. Guía Turística Medellín. [4/11/2012] Disponible <http://www.guiaturisticademedellin.com/index.php/es/atractivos/el-poblado-top/48-parque-lineal-la-presidenta>

Lo que se advierte en lo descrito, es la manera como la experiencia corporizada de las PCR contribuyen a un entrecruzamiento de *sentidos* entre la conducta corporal personal y las formas espaciales urbanas constituyéndose las prácticas corporales en un componente simbólico-material del poder, que en el caso de Medellín, se hace necesario para aparecer y sentir la ciudad como las “más educada”. En palabras del ex alcalde Sergio Fajardo “la idea es cambiarle la piel a Medellín”.³¹¹ Las prácticas de PCR son revestidas de una estética de armonía entre las personas y los espacios, invisibilizando factores socio-políticos y económicos contradictorios en los cuales están inmersas las colectividades.

Al mismo tiempo que se ejerce esta política sobre los cuerpos se ha dado una apropiación de los espacios públicos a tal punto que se han desarrollado organizaciones y acciones ciudadanas para conservar, reclamar o “habitar” de forma inédita los espacios públicos. Algunos ejemplos de experiencias son las masivas clases de yoga en el Jardín Botánico donde se mezclan personas de todos los estratos sociales y experticias motrices; la acción conjunta de vecinos y de la Mesa Ambiental del Poblado frente al municipio para el mantenimiento del parque La Presidenta por el descuido que en algunos momentos ha tenido el lugar y que ha impedido la realización de algunas actividades de la comunidad, entre ellas, la práctica de yoga³¹² y la reapropiación cívica del Parque Astorga como el Parque de la Bailarina con practicas corporales y tomas artísticas que se desataron a partir del feminicidio de Isabel Cristina Restrepo Cárdenas en este lugar en el año 2008³¹³. Al respecto, Simmel

³¹¹ RONDEROS, Maria Teresa. Entrevista Alcalde de Medellín Sergio Fajardo Valderrama. [23 de julio de 2009] Disponible <http://www.mx.terra.com/terramagazine/interna/0,,OI1778567-EI9841,00.html>

³¹² VIVIR EN EL POBLADO. La presidenta ya tiene quien la cuide. [citado 21 junio de 2012] Disponible <http://www.vivirenelpoblado.com/es/periodico/notas-antteriores/4933-la-presidenta-ya-tiene-quien-la-cuide>

³¹³ Corporación artística y cultural Alas de mariposa [citado 1 julio 2012] Disponible <http://www.alasdemariposa.com/>

propone que existe una dimensión sensible del espacio en el escenario social a partir de la manera en que las personas reúnen por efectos sensoriales aspectos que en si no poseen lazo alguno, de tal forma que la proximidad o la distancia, la densidad y la diseminación, la agrupación y la dispersión, la permanencia o la movilidad producidos por estos efectos dan lugar a diferentes formas sociales³¹⁴. Por tanto, no es el espacio físico de la ciudad el que causa los modos de relación, es el propio individuo el que con sus actuaciones frente a los atributos espaciales de la ciudad, reacciona de una forma determinada.

En el sentido expuesto, los atributos de los espacios públicos en conjunción con los atributos de las PCR producen interacciones ambivalentes en la relación de los ciudadanos entre sí y con el espacio urbano. De un lado, las PCR refuerzan la individualización de la experiencia con el espacio al caracterizarse por ser actividades donde suele haber falta de tensión o contacto físico con otras personas durante la misma *performance*, ya que “se trata de que cada uno viva su experiencia, al ritmo de cada quien”, (Entrevista 18) y de otro lado, se experimenta una empatía y pertenencia al espacio físico y al grupo sin importar las diferencias de edad, clase o género porque “uno ve que viene gente muy diferente pero como lo que nos trae acá es sentirnos bien o para algunos, su espiritualidad, como cada quien la tome, pues como que esa diferencias no importan. Uno se encuentra cada domingo y disfruta de estos espacios que tenemos” (Entrevista 30).

³¹⁴ SIMMEL, George. Sociología: Estudio sobre las formas de socialización, Madrid, Revista de Occidente. 1924. Citado por: LEAL MALDONADO, Jesús. Política y Sociedad, Madrid, 1997, No.25, pp. 21-36.

3.1.5.3 Activarse para rendir. Aunque en la modernidad se ha otorgado un tratamiento privilegiado al cuerpo, las formas de vida y trabajo actuales exigen menos demanda de sus condiciones físicas hasta el punto de afectarse su funcionamiento y rendimiento, por lo cual el sedentarismo es considerado como una de las problemáticas más importante en la salud pública con efectos adversos en la economía. Al respecto, la Organización Mundial para la Salud (OMS) ha identificado que al menos un 60% de la población mundial no realiza la actividad física necesaria para obtener beneficios para la salud y reducir sus efectos en los sistemas económicos.³¹⁵ En el caso de Medellín, solo una de cada cinco personas (21,2%) realiza suficiente actividad física. El sedentarismo es mayor en las mujeres, y aumenta con un bajo nivel socioeconómico y educativo.³¹⁶

Estas son algunas de las razones por las cuales en Medellín, desde la década del 2000, se ha implementado una política de estilos de vida activos, promovida por el INDER y la Dirección Local de Salud, integrado la práctica del yoga y el taichí desde el 2009 al conjunto de prácticas corporales que se ofrecen a la comunidad en los programas liderados por estas entidades en todas las comunas de la ciudad. Las PCR, aunque de forma más tardía, son en la actualidad consideradas como “medios para combatir el sedentarismo y el stress que trae la vida urbana” (Entrevista 19), produciéndose un despliegue progresivo de las mismas en los equipamientos recreativos y deportivos de la ciudad, parques públicos, plazas de centros

³¹⁵ ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD: OMS Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud. <http://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/es/index.html>

³¹⁶ MARTÍNEZ, Elkin, SALDARRIAGA, Juan Fernando. Actividad Física y Estilo de Vida en Medellín. Un desafío para la Promoción de la Salud. Rev Fac Nac Salud Pública. 2008, Vol. 26, No, 2, p.117-123.

comerciales (El Tesoro, San Fernando Plaza) y espacios culturales como el Museo de Arte Moderno de Medellín y Parques Bibliotecas.



Imagen 16. Yoga. San Fernando Plaza



Imagen 17. Tai chi. Canal Parque Telemédellín

En el caso de San Fernando Plaza la promoción de las clases abiertas de yoga se realiza así:

La invitación es para todos aquellos que quieran tener una vida más tranquila y saludable, además obtener bienestar físico y mental. Durante las clases los participantes podrán estar más conscientes del cuerpo, las emociones y los pensamientos, aprender a relajarse, controlar la respiración, activar la circulación, desarrollar la flexibilidad del cuerpo y la mente, equilibrar el sistema nervioso y contar con muchos más beneficios que sólo el Yoga ofrece. Este espacio abierto a la comunidad, se podrá hacer, gracias al apoyo de The Grocery Deli Market, Happy Yoga y el C.I San Fernando Plaza. Todos los domingos de 9:30 a.m. 10:30 am, en la plazoleta bancaria.³¹⁷

La intención de que las PCR tomen parte en el conjuro contra el problema del sedentarismo en Medellín y sus consecuencias en la salud física y mental, corresponde con un neohigienismo basado en el modelo multicausal del proceso salud-enfermedad predominante en el siglo XX el cual depende de la identificación de factores de riesgo en la conducta individual, contrario al modelo higienista predominante en el siglo XIX, que había

³¹⁷ SAN FERNANDO PLAZA. Programación. [16 marzo 2011] Disponible <http://www.sanfernandoplazamedellin.com>

privilegiado el papel de los factores colectivos, y especialmente de las condiciones sociales³¹⁸. En la medida de que la salud tiene que ver con la responsabilidad de cada uno y se aceleran las problemáticas vinculadas a los cambios macro-demográficos mundiales como el envejecimiento a la vez que se amplían las condiciones de inequidad y exclusión social trayendo altos costos para los sistemas de salud y afectando la productividad de las empresas, se hace considerado necesario regular los estilos de vida por medio de estrategias de educación y acción, orientadas a informar o prohibir sobre conductas de riesgo³¹⁹. Es así que desde los años 80 hasta la actualidad se han producido recomendaciones sobre la prescripción de actividad física para diferentes poblaciones desarrollada por centros especializados y difundidas por la Organización Mundial de la salud transitando desde programas de acondicionamiento físico de alta intensidad rigurosamente prescritos y vigilados por especialistas hacia una inclusión de la actividad física de intensidad moderada y leve en las actividades de la vida diaria y de tiempo libre, abriéndose recientemente la puerta a las PCR por sus beneficios en la salud física y mental.

Así, las intervenciones corporizadas, pierden el sentido más colectivo y público de otros tiempos y asumen, deliberadamente privilegios fundamentales con lo individual y lo privado, creándose una simbiosis con diversos sectores productivos, mediáticos y de mercado, a la vez que se promueve implícitamente, determinadas formas ideales de cuerpo disponibles para

³¹⁸ BAGRICHEVSKY, M, ESTEVÃO, A, VASCONCELLOS, S, CASTIEL, L. Estilo de vida saludable y sedentarismo en investigación epidemiológica: cuestiones a ser discutidas. En: Salud Pública de México [online] 2007, Vol 49, No.006 [citado 28 agosto2009]. Disponible <http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=10649601>

³¹⁹ CASTRO, Julia. El cuerpo en la promoción de la actividad física: espacio de producción cultural e ideológica. En: PEÑA, Eder (ed). Sedentarismo. Implicaciones para la vida. Manizales: Editorial Universidad de Caldas. 2010. p. 161-175

la producción y se despliegan rituales medicalizados del movimiento humano en los espacios de ocio. Además, la progresiva difusión e insistencia por la práctica de actividades físicas, entre ellas las PCR, representan una manera de acomodación de las tensiones sociales y disipación paliativa de las fuertes contradicciones de los procesos productivos reflejados en los desgastes físicos y psíquicos de las personas, así como una personalización de la conquista la salud ya que esta se transforma en un acto únicamente individual de satisfacción de necesidades o dentro del poder adquisitivo de cada uno.

En suma, los *sentidos* vinculado con la experiencia urbana de la *subjetividad sensible* producidos en la trayectoria de las PCR en Medellín, han construido una identificación de cuerpo-sujeto armónico, fluido, neutro, holístico, contribuyendo con ello a personalizar las problemáticas sociales, ambientales y aquellas derivadas del sistema productivo de acumulación, despolitizando la acción ciudadana, disipando las tensiones sociales y sus efectos en los estados del cuerpo.

3. 2. RÉGIMEN EMPRESARIAL SENSIBLE

Una mirada más detallada a los modos de funcionamiento de los movimientos, organizaciones y centros vinculados con las PCR, así como a los procesos de mercadeo y consumo que desarrollan, revela los rasgos de un orden que he llamado *régimen empresarial sensible* el cual mediante mecanismos corporizados y sensibles implantados en estrategias institucionales y de mercadeo, conectan de forma paradójica tecnologías de autogobierno

tanto de control como de agencia. Es decir, el *régimen empresarial sensible* se constituye en el modo de operar la *subjetividad sensible* a través de la articulación simultánea de mecanismos de la racionalidad económica neoliberal y los mecanismos de reflexividad del yo, puestos en juego por las personas y organizaciones durante los procesos de distribución y consumo de las PCR en Medellín.

Las condiciones para el desenvolvimiento del régimen han dependido principalmente de la mercantilización de la experiencia subjetiva para alcanzar la autodirección, la confluencia de propósitos de movimientos transnacionales con búsquedas personales, así como la articulación de mecanismos ambivalentes para la producción de subjetividad. Todas estas condiciones coinciden con el viraje de un patrón fordista de acumulación a uno post-fordista desplegado en Colombia y especialmente en Medellín desde los años setenta pero con mayor énfasis en los noventa, periodo en el cual se experimentó el tránsito de un Estado intervencionista, articulado al modelo de industrialización substitutiva de importaciones, a un Estado en proceso de ajuste neoliberal que opera estrategias de liberalización, desregulación y privatización, en el marco de la internacionalización de la economía.³²⁰

En el *régimen empresarial de lo sensible*, las formas organizacionales, las relaciones y procesos de las entidades promotoras de PCR proporcionan los códigos necesarios de acceso a determinados saber sobre usos de la percepción y del cuerpo, y sus juegos de valoración en la escala social. El saber, además, tiene que ver no solo con la asimilación de una provisión

³²⁰ FRANCO RESTREPO, Vilma. Poder regional y proyecto hegemónico: el caso de la ciudad metropolitana de Medellín y su entorno regional 1970-2000. Medellín: Instituto Popular de Capacitación, IPC, 2006. P.144

de instrucciones de uso y apreciación corporal sino también con la legitimación de las personas que las enseñan y las instituciones que las ofertan en el mercado de lo corporal. No obstante, también en dicho régimen, los sujetos como agentes, no se comportan pasivamente ante el mismo, sino que se ven abocados a reflejarse reflexivamente en él, haciendo elecciones sobre la oferta y consumo, realizando con ello articulaciones paradójicas, reproduciendo la identidad hegemónica que le ofrece las instituciones promotoras de PCR y a la vez, ajustándolo a su singularidad y circunstancias particulares.³²¹

De manera general, se advierte que los modos de operar la *subjetividad sensible* por parte de los que ostentan y distribuyen el saber de las PCR son altamente mercantilizados a pesar de la intención de convertirse en “alternativas” a las formas hegemónicas de intervención/tematización de lo corporal en la modernidad. En este contexto y en la lógica de configuración descrita se puede identificar tres instancias fundamentales para delinear los contornos del *régimen empresarial sensible*: a) la lógica de gestión que permite tecnologías de autogobierno paradójico, b) la puesta en funcionamiento de las tecnologías de autogobierno paradójico con el fin de aumentar el propio capital humano y el de las empresas comercializadoras de las PCR; y c) el mercado corporal de lo sensible que contienen modos estésicos de ofertar, distribuir y comunicar los bienes materiales e inmateriales producidos con las PCR.

3.2.1 La lógica de gestión: La lógica de gestión del *régimen empresarial sensible* en Medellín debe entenderse en el marco de los cambios económicos mencionados,

³²¹ GARCÍA CANCLINI, Nestor. El consumo sirve para pensar. Diálogos de la Comunicación. En: Revista Federación Latinoamericana de Asociaciones de Facultades de Comunicación Social, 1991, No.30, p. 6 - 9

caracterizado por una transformación del aparato de Estado en relación con su papel en el aseguramiento de la regulación y reproducción ampliada del capital y, en particular, en la valorización del capital humano. En este escenario, se ha pretendido desarrollar en los individuos la capacidad de manejar el propio destino, tanto de las propias condiciones de vida como de su autorrealización personal, así como también a incentivado el desarrollo de nuevas formas empresariales y transformaciones en la manera de relacionarse con el cuerpo propio, con uno mismo y con los demás.

3.2.1.1 Autogobierno paradójico: Las PCR pueden ser consideradas como vectores de subjetividad a través de los cuales la corporalidad y el yo, actualizan sus competencias para asegurar su inserción en la racionalidad capitalista, a la vez que pueden ser formas sensibles para constituirse criterios de referencia éticos para la propia existencia. La racionalidad económica del neoliberalismo extiende la “forma-empresa” hacia todos los ámbitos de la vida individual y social, el sujeto se comporta como “empresario de sí mismo”, dispuesto a producir los medios para su propia satisfacción, gestionando sus propios riesgos y realizando inversiones en sí mismo con el fin de aumentar su capital humano. Se trata de una biopolítica orientada al autogobierno que genera en los sujetos la preocupación por lograr extraer de sí los máximos rendimientos.³²² Por esto, las acciones del sujeto sobre sí mismo como las realizadas con PCR son vistas más como inversión que como gasto. Las PCR en este sentido, pueden ser mecanismos efectivos de singularización y a la vez acoplarse bien con demandas del mercado de optimización del capital humano. Por ello, no sorprende que estas prácticas formen hoy parte del mercado que prometen potenciar las capacidades de la persona para

³²² FOUCAULT, Nacimiento de la Biopolítica: curso en el Collège de France (1978-1979), Op. cit., p. 265

hacerla “competente”, “flexible” y “eficiente” en sus roles familiares, sociales, laborales, de pareja, etc.

Se trata de la optimización de sí mismo a través de las PCR para lo cual se lleva la mirada hacia el interior, potenciando el “autoconocimiento” y la “capacidad de cambio” para aumentar las posibilidades de éxito y de autorrealización en una sociedad globalizada y competitiva: “el camino del éxito está en la transformación interior”,³²³ “alcance sus metas mejorando su bienestar y la armonía con lo que lo rodea”,³²⁴ “despierte la sabiduría del cuerpo para hacer lo que quiera con el mínimo de esfuerzo y el máxima de eficacia”.³²⁵ Estos propósitos se logran prestando atención con el cuerpo a lo que se piensa, se hace y se siente. De igual modo, la “espiritualidad”, relacionada en el ámbito de las PCR con la autorrealización y el bienestar, es una disposición corporal que se entrena, se ejercita, se experimenta, tal como lo describe una profesora de yoga: “la espiritualidad no es algo que esté por fuera de uno sino que está en nosotros; la espiritualidad es que tan consiente estoy de lo que estoy haciendo y cómo lo estoy haciendo” (Entrevista 4).

En estas expresiones se advierte que gobernarse en el *régimen empresarial sensible* es sobretudo un proyecto corporizado de subjetivación que se desarrolla en condiciones paradójicas con el poder que se ejerce sobre el cuerpo y con el poder del cuerpo. Es decir, practicar alguna de las PCR no solo sirve para el modelamiento social sino que en ella el practicante también puede potenciar la capacidad de revelarse a sí mismo, para sí mismo.

³²³ 108 YOGA. Blog. [citado 5 febrero 2011] Disponible en <http://www.108yoga.com.co>

³²⁴ Folleto publicitario de clases de taichí, Brazada. Centro Deportivo Pablo Restrepo.

³²⁵ Folleto Taller “El despertar” con el Método Feldenkrais dirigido por Marta Uribe, abril 2012.

Este proyecto corpóreo-subjetivo, como lo señalan todas las PCR, no se puede enseñar y sólo se puede alcanzar por medio de la práctica o trabajo corporal. El cuerpo es susceptible de ser “trabajado” tanto para la gestión de sí mismo como para hacer singular el proceso de subjetivación lo que trae consigo una necesaria reflexividad por medio de la cual se enlaza el cuerpo propio y el cuerpo social en circunstancias de interdependencia global. El practicante de PCR ha de incorporar de forma coherente a su crónica del yo y estilo de vida, experiencias e información de un entorno global, lo cual consigue por medio de la libertad de elección y de desarrollar una cierta “autenticidad”. El siguiente texto tomado de un folleto con la oferta sobre la formación en Kundalini Yoga, ilustra como las PCR actúan como mediadoras para estos procesos:

No necesitamos nuevas opciones, estamos inundadas de ellas. Necesitamos una elevada capacidad de tomar decisiones. No necesitamos más información. Necesitamos la sabiduría para usar toda la información. No necesitamos otra religión. Necesitamos la experiencia de una expansión de la conciencia que crea la aptitud espiritual para actuar creíble sobre nuestras creencias³²⁶.

En este caso, se acude claramente a potenciar en el practicante su capacidad de elección o el estilo que se aplica a la propia vida para conseguir la autenticidad necesaria que garantiza su bienestar y autorrealización, cualidades propias de la identificación hegemónica de una *subjetividad sensible*.

De este modo las PCR son tecnologías potentes y prácticas que conducen tanto a la posibilidad de la producción de un cuerpo-sujeto dócil como de un cuerpo-sujeto agente, e incluso de la coexistencia de ambos, como también orienta la atención a la interconexión

³²⁶ HAPPYYOGA. Formaciones de profesores [citado 2 junio de 2012] Disponible <http://colombia.happyyoga.com/Formacion-profesores-hatha-yoga.html>

entre los proyectos corporales reflexivos y las disposiciones corporales o hábitos, requeridos para el nuevo sistema de productividad económica implantado en Medellín desde principio de los 80.

3.2.1.2 El practicante emprendedor: Una mirada atenta a los modos de funcionamiento de los centros que han impulsado el despliegue de las PCR en Medellín como a los testimonios de los pioneros, devela un modo de pensar y actuar ligado al emprendimiento personal y la existencia del autoempleo como estrategia predominante de actividad laboral. Entre los centros indagados, ya sea en su estructura (empresas, actividades comerciales, organizaciones sin ánimo de lucro, prestación de servicio) en las maneras de ofertarse o en los propósitos que persigue, muestran su inscripción a la lógica empresarial post-fordista y a la cultura emprendedora desarrollada en Medellín en las últimas décadas del siglo XX.

Para continuar exponiendo los rasgos de la lógica de gestión del *régimen empresarial sensible* es necesario situarse en la forma general de la lógica empresarial post-fordista y cómo se anidó en Medellín. El sistema post-fordista trajo cambios en la organización de la producción poniendo en funcionamiento la “especialización flexible”,³²⁷ relacionada con una elevada diferenciación de los productos, fuerza de trabajo cualificada y polivalente, y series productivas breves; además, se implementa la segmentación de los mercados, la política de calidad, la aceleración del ritmo de lanzamientos de nuevos productos, la producción clientelizada e informalizada y la preeminencia del marketing, entre otras estrategias que

³²⁷ PIORE, Michael y SABEL, Charles. La Segunda Ruptura Industrial. Madrid: Alianza, 1990. p. 202

suponen un nuevo modelo diferente al desarrollado por el fordismo.³²⁸El mecanismo de intervención, según Deleuze, ya no es el panóptico sino por controles, al recaer sobre las motivaciones de los sujetos quienes se ven abocados a ser flexibles, adquiriendo competencias de forma continuada.³²⁹

Es precisamente bajo esta forma, donde las PCR participan generando disposiciones corporales que habilitan al individuo para gestionar y habitar su cuerpo y la propia vida, las veces que sea necesario. Aspectos tales como autonomía, autogestión, autorregulación, liderazgo, autoayuda y creatividad constituyen hoy parámetros por excelencia del régimen empresarial y de las empresas flexibles, identificaciones que también contienen la matriz de significantes hegemónica de las PCR, descrita en el apartado anterior como *subjetividad sensible* y que los centros promotores de las mismas, diseminan. Una vez que la disposición corporal requerida en el capitalismo industrial se muestra obsoleta para desenvolverse en el actual paradigma del régimen empresarial se hace necesario su actualización realizando una corporización continua de competencias comunicativas, afectivas y emocionales, útiles para la autoconducción empresarial tanto de proyectos productivos como del proyecto de vida. En el capitalismo flexible, estar desempleado no es entendido como consecuencia de la incompetencia y corrupción del Estado o como efecto de las contradicciones del capitalismo, es sobretodo falta de aptitudes autogerenciales. En este sentido, hay que devenir empleable, y para ello es necesario en el nivel personal invertir en el capital humano con el fin de

³²⁸ HIRSCH, J. "Fordismo y Posfordismo, la crisis social actual y sus consecuencias". En: Hirsch, J. et al. Los estudios sobre el Estado y la reestructuración capitalista. Fichas temáticas de Cuadernos del Sur, Buenos Aires:Tierra del Fuego, 1992, p. 111

³²⁹ DELEUZE, Conversaciones, op. cit., 279

aumentar las competencias y a nivel del Estado, establecer políticas de desarrollo que conduzca al emprendimiento y la competitividad.

Para el caso de Medellín, según Franco Restrepo,³³⁰ en el marco del nuevo modo de regulación, los trabajadores que quedaron por fuera de la sociedad salarial fueron excluidos o integrados al modelo de producción flexible, donde prevalece la descontractualización de la relación laboral. Esa forma de integración de la fuerza de trabajo a dicho modelo soportó el proceso de reconfiguración territorial –iniciado con la desconcentración industrial-, consistente en el tránsito de un escenario de alta concentración de la gran industria a un escenario de localización difusa. Esta nueva forma de organización del espacio de producción se ha desarrollado basada en pequeñas unidades productivas (famiempresa o la microempresa de producción a terceros y la maquila) que, no obstante, son controladas por el gran capital y se articulan a una cadena vertical que se apoya en la reducción de costos y sobreexplotación de la mano de obra. Es decir, la irrupción de la ciudad post-fordista vino acompañada de un cambio en la estructura del empleo, consistente en el incremento de participación de la población económicamente activa en labores diferentes a las asalariadas, como trabajadores por cuenta propia, sin remuneración, subcontratistas, etc. Esto, que constituye la expulsión de la sociedad salarial y la pérdida del anclaje ofrecido por el trabajo, trajo consigo un mayor menoscabo en los ingresos simples de precios provenientes del salario y condujo a la obtención de ingresos residuales por concepto del propio trabajo en actividades cuenta propia (comercio por menor informal, producción manufacturera propia, etc.). Para el

³³⁰ FRANCO RESTREPO, Vilma. Poder regional y proyecto hegemónico: el caso de la ciudad metropolitana de Medellín y su entorno regional 1970-2000, Op. cit., p.301

fortalecimiento de esta perspectiva entre otras estrategias, se dio origen a programas de emprendimiento empresarial como el programa Cultura E y el programa Fondo Emprender. Estos programas se basan en: 1) la formulación y ejecución de cursos de formación y sensibilización, 2) la construcción de nodos y redes de emprendimiento; y 3) el desarrollo del marco normativo para el emprendimiento, Ley 1014 de 2006.³³¹

En este contexto, se reapropiaron y diseminaron las PCR en Medellín y aunque como he mencionado anteriormente, nacieron al margen de las ofertas existentes como “alternativas” a las formas de experimentar la corporalidad en movimiento en la modernidad, en sus trayectorias demuestran que de todas maneras no escaparon del todo a algunos de los aspectos de las lógicas empresariales actuales y que incluso, parte de su “eficacia” y su rápida expansión, se debe a la articulación con estas lógicas. Esta articulación ha permitido a algunos pioneros lograr una ampliación de la mirada de la corporalidad en ámbitos de la salud y la recreación, aunque también en el engranaje con el sistema de mercado, terminó comprometiendo parte de lo que se rechazaba. Los pioneros de las PCR en Medellín, han puesto sus conocimientos como activos, se han expuesto al riesgo del mercado y han potencializado sus capacidades de liderazgo para crear, dirigir y gestionar propuestas, actuando como *practicantes emprendedores*.

Uní mi experiencia como bailarina, el conocimiento que tenía de mi formación en danza y lo aprendido en Estados Unidos y me decidí a abrir este espacio [Academia Antares] arriesgándome a que no resultara porque era quería traer este enfoque nuevo para ese momento en la ciudad pues aunque estaban de moda los gimnasios, había mucha gente que quería hacer ejercicio pero de otra manera”. (Entrevista12)

³³¹ CULTURA E. Quiero emprender [citado 7 agosto de 2013] Disponible <http://www.culturaemedellin.gov.co/sites/CulturaE/quiero-emprender/Paginas/default.aspx>

En consecuencia, el *practicante emprendedor* en PCR actualizó su mirada y la forma sensible del estilo, interesado en pregonar y difundir en el mercado de lo corporal. Cabe aclarar que ser emprendedor no significa necesariamente ser empresario, aunque todo empresario debe ser emprendedor. Esto es porque un emprendedor es sobre todo una persona lo suficientemente flexible como para adaptar ideas y posee la creatividad necesaria para transformar cada acontecimiento en una oportunidad. Ser emprendedor es ser capaz de crear algo nuevo o de dar uso diferente a algo ya existente y de esa manera generar un impacto en su propia vida y en la comunidad en la que habita.³³² El siguiente testimonio ilustra este comportamiento en la PCR:

Durante los años que llevo trabajando y explorando las danzas, especialmente las danzas orientales, he ido encontrando una ruta que me ha llevado a crear y adaptar propuestas que puedan llegar a todas las mujeres (...) aunque no haya hecho plata [risas]. La danza me ha permitido ampliar mi autoconocimiento y a la vez, contribuyo para que las mujeres se encuentren nuevamente consigo mismas por medio del cuerpo, eso es lo importante” (Entrevista 9).

Por su parte, el mecanismo organizacional de los movimientos o centros promotores de las PCR, tanto a nivel internacional como local, conceden un nivel alto de autonomía a los miembros certificados por ellos para la enseñanza de la técnica, de modo tal que cada quien pueda avanzar de acuerdo a la motivación y la responsabilidad para llevar adelante con éxito su propia iniciativa laboral, asumiendo a la vez la responsabilidad legal de su actuación. Por tanto, varias de estas organizaciones ofrecen dentro de su portafolio, formación y actualización permanente, claves de mercadeo o cursos de liderazgo gerencial para mejorar la competencia empresarial de sus miembros certificados.

³³² CARDONA, Marleny, VERA, Luz y TAVARES, Juliana. Las dimensiones del emprendimiento empresarial: La experiencia de los programas Cultura E y Fondo Emprender en Medellín. Medellín: Editorial Universidad de Eafit. 2008. p.25

En los procesos de formación de las distintas PCR, la formación continua para alcanzar un mayor grado de autorrealización está unida a la obtención de un mayor grado de competencias para ampliar su capital humano y su oferta laboral. En el siguiente relato de una *practicante emprendedora* se aprecia este mecanismo:

Desde que comencé mi proceso personal con la Antigimnasia® he querido ir profundizando en la formación para ampliar mi autoconocimiento y también poder ofrecer a las personas más herramientas. El problema es que todavía sale costoso porque aquí hay pocas posibilidades de formación o hay que viajar. Yo tuve que viajar al exterior, aún lo hago cuando puedo (Entrevista 13).

De hecho, en Medellín solo desde el año 2010, hay formación certificada y avalada por organismos internacionales en algunos estilos de yoga como el realizado por Atma Yoga, Happy Yoga y Yoga Inboud, y en Biodanza® Sistema Rolando Toro. En el Método Indance®, su creadora María Victoria Lotero desde el año 2010 ofrece formación. En el caso de las danzas orientales y el taichí la formación se ha realizado desde sus inicios a través de estadias cortas de profesores internacionales que han traído algunas academias, mientras que aún no se cuenta con formación local en Eutonía®, el Método Feldenkrais®, y la Método de Pilates®.

También entre los *practicantes emprendedores* se encuentra la percepción de que han llegado al nivel de ofrecer un servicio o enseñar a otros porque han hecho un esfuerzo, han transitado por un recorrido difícil, muchas veces en contra de la corriente. Para ellos, los resultados son logrados por medio del esfuerzo sostenido, saben que siempre hay un riesgo de pérdida inherente en el proceso de cumplir sus metas pero tienen la confianza necesaria para tomar riesgos y así llegar a sus metas:

Esta propuesta del Método Indance® surgió más como un trabajo de investigación y búsqueda personal pues no es un modelo de ninguna escuela de afuera, sino que es el resultado de todos mis estudios y experiencias que he tenido con la danza y muchos otros enfoques en salud, artes y humanidades. He tenido épocas muy difíciles y también otras mejores...pero sigo luchando por mis sueños, por eso desarrollé esta propuesta de formación para que otros la continúen...Para hacer esto se necesita mucho conocimiento, responsabilidad, madurez, se necesita entrega, dedicación, vocación. (Entrevista 7)

El mecanismo de motivación puesto en juego en el *régimen empresarial sensible* es efectivo en cuanto el *practicante emprendedor* cree que el éxito depende exclusivamente de tener confianza en sí mismo, en sus competencias personales, en su perseverancia y quizás obstinación.

De otro lado, los emprendedores son personas que toman decisiones, las llevan a la acción, y controlan su desempeño. Frecuentemente están motivados por un espíritu de independencia la cual los lleva a hacer del autoempleo una de las estrategia de vida laboral. El autoempleo es la modalidad laboral más usual entre quienes hacen de la enseñanza de las PCR su forma de trabajo. Bajo la etiqueta de autoempleo suele incluirse un trabajador autónomo, contratado por honorarios, por la naturaleza de su labor o por su nivel de especialización (ejemplo: profesiones libres, *freelance*, comisionista). Frecuentemente se incluye también como autoempleo la creación de nuevas empresas como fuentes de trabajo para sus accionistas, especialmente en el caso de Pymes, franquicias y modelos experimentales como *start-ups*.³³³ El autoempleo es una alternativa al mercado laboral cuando quien necesitando empleo crea su propio puesto de trabajo, utilizando su ingenio, su capital y su

³³³ VALENCIA, Germán. Autoempleo y emprendimiento. Una hipótesis de trabajo para explicar una de las estrategias adoptadas por los gobiernos para hacer frente al progreso del mercado. *En*: Semestre Económico, 2012, No. 15, p.103-127.

esfuerzo para generar oferta de trabajo, convirtiéndose en un emprendedor y posiblemente también en empresario. Como modalidad laboral el autoempleo ha sido una alternativa para la mayoría de los *practicantes emprendedores*, permitiéndoles articular tanto sus propósitos individuales como sociales y laborales, tal como se deduce de estos testimonios: “A la vez que es mi fuente de trabajo, yo crezco como persona y sirvo a los demás”(Entrevista 4) o, “(...) no podría trabajar de otra manera, en esto siento que puedo ser yo misma, soy mi propio jefe, en cambio en una empresa muchas veces hay que seguir ideas con la que no se está de acuerdo” (Entrevista 12).

En medio del proceso de instalación del *régimen empresarial sensible* y del modo de apropiación por parte de los *practicantes emprendedores*, algunos aprovechan los espacios abiertos entre las fuerzas que se encuentran en conflicto para suscitar cambios individuales, institucionales o grupales, aunque posteriormente se prolonguen en nuevos poderes. Es así como los practicantes, impulsados por su espíritu emprendedor también eluden los saberes hegemónicos sobre el cuerpo (dualismo cuerpo-mente, cuerpo-cosa y cuerpo del rendimiento o la forma) al luchar por abrir espacios a otros saberes y estilos de experiencias de la corporalidad en movimiento (holismo, cuerpo vivido, cuerpo sensible y consciente); generando propuestas y escenarios que aunque han articulado la actual lógica empresarial, en su momento de emergencia o en los efectos de la apropiación por parte de los practicantes, han resignificado el proyecto corporal de personas que experimentaron maneras inéditas de moverse y sentir e hicieron visibles otros modos en la oferta del mercado del bienestar.

Existen *practicantes emprendedores* aún en medio de su vinculación como empleados en instituciones, de forma perseverante, no solo han transformaron sus propios discursos y didácticas sino que han contribuido a cambios en algunos imaginarios sobre las mismas PCR y las corporalidades, introduciendo sus propuestas con el fin de ofrecer a sus alumnos o usuarios formas distintas de experiencia corporal. Como ejemplo se puede citar el caso de Jaime Zuluaga o Claudia Cano, ambos profesores que introdujeron el yoga y la danza oriental con sus respectivas innovaciones en entidades que inicialmente no eran receptivas a este tipo de prácticas corporales, como el Inder, Comfama y Comfenalco. A manera de ejemplo, este relato de Claudia Cano:

Desde el principio no fue fácil, acá se enseñaba básicamente los ritmos tradicionales y yo además quería hacer algo diferente, sin ser pretenciosa pero mi propio estilo. Desde el principio abrí las puertas para que cualquier mujer pudiera danzar, sin importar que no fuera la *barbi* (...) al principio, las personas pasaban por el salón y decían que era la clase de las gordas...eso era muy duro, pero insistí en seguir y ahora es un curso muy solicitado, la gente y las directivas cambiaron su forma de verlo (Entrevista 9).

Así, esta *practicante emprendedora* crea su “propio estilo” en medio de las fuerzas de poder institucionales y de imágenes dominantes del cuerpo de la danza. De nuevo, la manera paradójica en que se presenta el *régimen empresarial sensible* sugiere fuerzas en tensión y en flujo entre la oferta de un modo estético de existencia y la modelación flexible que exige la lógica actual de la economía.

3.2.2 Empresas de lo sensible: Aunque el propósito, las prácticas y el discurso que circula en las instituciones que han promovido la apertura y el desarrollo de las PCR en Medellín se presentan como alternativas que cuestionan los regímenes hegemónicos de lo corporal e incluso pueden generar experiencias transformadoras, esto no quiere decir que se escapen completamente de las lógicas empresariales, especialmente a las impuestas por el mercado.

Las entidades locales vinculadas con las PCR, tienen, mayoritariamente la figura jurídica de organizaciones sin ánimo de lucro, personas naturales con actividad mercantil o empresas comerciales prestadoras de servicios culturales, educativos o de bienestar.³³⁴ El análisis de la trayectoria y propósitos de estas organizaciones, sus modos de funcionamiento y sus estrategias de expansión muestran su inscripción al régimen mediante la articulación de mecanismos sensibles y empresariales, tales como: la fidelidad a la tradición o misión espiritual, las comunidades sentimentales, el uso de la marca como forma de prestigio y legitimidad social, estrategias de *management* holísticas y la búsqueda de la autenticidad.

3.2.2.1 Organización cultural-empresarial: La organización sin ánimo de lucro en sus distintas figuras jurídicas (asociación, fundación, corporación) es una de las formas organizativas utilizada por los centros que han servido de promotores de las PCR en Medellín y además tienen el propósito de servir como centros culturales para la difusión de las cosmovisiones y prácticas, especialmente de China y la India.³³⁵

Es necesario anotar que los centros culturales constituidos como organizaciones sin ánimo de lucro, se inscriben en el llamado “tercer sector o “economía social”, el cual suele ser constituido por iniciativas socio-económicas de la sociedad civil organizada, colectivos excluidos del mercado de trabajo, o motivados por la fuerza de sus convicciones que frente a una demanda insatisfecha o para el logro de ciertos objetivos, crean una estructura no

³³⁴ CÁMARA DE COMERCIO DE MEDELLÍN PARA ANTIOQUIA. Consultas.[citado 8 marzo 2012]
Disponible <http://www.camaramedellin.com.co>

³³⁵ CÁMARA DE COMERCIO DE MEDELLÍN PARA ANTIOQUIA. CONSULTAS.[citado 8 marzo 2012]
Disponible <http://www.camaramedellin.com.co/site/> Aquí se encuentran el Centro Cultural Govinda's, Gran Fraternidad Universal, Asociación Colombiana de Yoga, Academia Vaisnava Ganges, Corporación Tueilonghung y Asociación Brahma Kumaris.

lucrativa para desarrollar la actividad que ha de satisfacerla. También está asociado al modelo de externalización de la provisión de servicios sociales por medio de la contratación utilizado en el desarrollo del Estado del Bienestar.³³⁶

No obstante, aunque las organizaciones promotoras de PCR con este tipo de organización expresan no tener como fin la rentabilidad económica poseen en la actualidad una estructura muy similar a una empresa comercial al participar en la producción continua de bienes y servicios. Los productos y servicios ofertados durante las trayectorias de estos centros se han ido diversificados y hoy cubren campos como educación no formal, salud, bienestar, crecimiento personal, turismo, medio ambiente, a través de la producción y comercialización de servicios alimenticios, prácticas corporales, asesorías personalizadas y empresariales, restaurantes, almacenes de objetos decorativos y vestuario, entre otros. Esta tendencia tanto a nivel local como global, ha sido advertida por expertos en este campo quienes consideran que progresivamente las organizaciones sin ánimo de lucro están cada vez más orientadas al mercado, tanto público como privado³³⁷. En la actualidad, se caracterizan por tener un nivel significativo de riesgo, combinan recursos monetarios con trabajo voluntario, orientan su actividad al mercado para obtener ingresos a la vez que valoran el sentido cooperativo, pueden tener compromisos con la colectividad social en la cual se insertan y tienen una distribución limitada de los beneficios.

³³⁶ CATAN, Antonio (comp). *La Otra Economía*. Buenos Aires: Editorial Altamira. 2004, p. 35

³³⁷ VIDAL, Isabel y CLAVER, Núria. Las empresas sociales en el ámbito de la integración por el trabajo CIRIEC-España. *Revista de Economía Pública, Social y Cooperativa* [online] 2003 [citada 1 de marzo de 2012] Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=17404602>

De forma particular, la consideración de la cultura como parte fundamental del desarrollo económico en los últimos treinta años, se evidencia en las declaraciones de organismos internacionales como la UNESCO, BID, Banco Mundial y CEPAL. En Colombia desde la apertura al libre mercado a finales de los años 80, el vínculo entre economía y cultura es cada vez más estrecho, a tal punto que términos como “economía de la cultura”, “gestión cultural” o “empresas culturales” son cada vez más comunes.³³⁸ Precisamente en la Constitución Política de Colombia de 1991 así como en la Ley General de Cultura, Ley 397 de 1997, se establece lo cultural como un “sector” donde los gestores y los creadores culturales se desempeñan como actores sociales generando, distribuyendo y propiciando productos y servicios culturales específicos.³³⁹

La relación entre el desarrollo económico y el ámbito cultural para el caso de Medellín se consolida en el Plan de Desarrollo Cultural de Medellín de 1990³⁴⁰ cuya intención fue consolidar la acción cultural como factor estructural y prioritario del orden económico y social de la ciudad, en respuesta al momento crítico que se expresaba en permanentes y diferentes violencias, al reconocimiento de la complejidad y diversidad cultural, los procesos de globalización y el acelerado crecimiento urbano y demográfico. El Plan de Desarrollo Cultural de Medellín de 1990 posicionó en su momento la ciudad como pionera en la

³³⁸ ARDILA, Diana. Las industrias culturales y creativas en la relación Universidad – Empresa – Estado. En: Primer *Diálogo e* con expertos sobre la industria cultural y creativa (8: 2012: Medellín). Memorias. Medellín: Centro de Pensamiento *Ciudad e*, 2012. p.11

³³⁹ MINISTERIO DE CULTURA DE LA REPÚBLICA DE COLOMBIA <http://www.mincultura.gov.co/>

³⁴⁰ ALCALDÍA DE MEDELLÍN, SECRETARÍA DE CULTURA CIUDADANA Y SUBSECRETARÍA DE METROCULTURA. Lineamientos político-culturales para la formulación del Plan de Desarrollo Cultural de Medellín 2009-2020. Medellín: Fondo Editorial Ateneo Porfirio Barba Jacob, 2008. 171 p.

reflexión y la planeación cultural en la región, el país y en América Latina, no solo porque fue el primero en construirse sino porque su metodología articuló varios sectores y fue participativa. En este proceso fue fundamental la alianza academia, sector privado, sector cultural y sector público.

Sin embargo, el vínculo termina siendo más estrecho entre desarrollo cultural y empresarial en el paso al nuevo milenio al articularse con el lenguaje y la cultura del emprendimiento que por ésta época se empezaba a plasmar en los planes de desarrollo de los gobiernos locales. De hecho, Medellín fue escenario del Primer Seminario-Taller de Sistemas de Seguimiento y Evaluación del Desarrollo Cultural en Colombia realizado en diciembre de 1999 en el cual se buscaba que las organizaciones educativas-culturales “crearan su propio conjunto de indicadores organizacionales que reflejaran la eficacia (grado de cumplimiento) y la eficiencia (grado de utilización del recurso), los cuales combinados dan cuenta de la efectividad de dichas organizaciones en el cumplimiento de su misión como prestadoras de servicios culturales y/o de productores de bienes culturales”.³⁴¹

Ya en la década del 2000, los gobiernos locales en asociación con otras instituciones académicas, de planeación regional y de cooperación internacional desarrollaron iniciativas para que las organizaciones sociales y culturales sin ánimo de lucro pasaran a convertirse en empresas sociales o empresas culturales como una estrategia para incrementar su

³⁴¹ QUINTERO, Víctor. Indicadores de gestión cultural. II Encuentro Nacional Indicadores de Gestión Cultural [online] 2001 [citado 11 marzo 2012] Disponible <http://www.culturarecreacionydeporte.gov.co/portal/sites/default/files/6.%20Indicadores%20de%20gestion%20cultural.pdf>

organización, productividad y competitividad. Es el caso del Programa de Creación y Acompañamiento a empresas culturales y creativas, desarrollada en el 2003 por la Facultad de Artes de la Universidad Antioquia con el apoyo de la Agencia Española de Cooperación para el Desarrollo (AECID), la Fundación Interarts de Barcelona y el Ministerio de Cultura con el propósito de orientar a la iniciativas artísticas y culturales hacia la cultura del emprendimiento.³⁴² Otro caso, es el Programa de Proyectos de Empresarismo Social³⁴³ creado en el año 2004 como parte del Programa Cultura E del Municipio de Medellín en asocio con la Corporación Antioquia Presente, Corporación Región, IDEA, Planea, Federación Antioqueña de ONG, Universidad EAFIT y el Consorcio Gino Matarelli, el cual apuntaba a solucionar dos problemáticas de las organizaciones sin ánimo de lucro: la primera, que la mayoría de estas organizaciones que tenían un alto beneficio social no eran sostenibles económicamente y por tal razón su permanencia era incierta y dependiente de la voluntad de otros; y la segundo, que los empresarios no le estaban apostando a iniciativas que generaran desarrollo local más allá de la generación de empleo. Los programas citados y sus indicadores se conformaron en un imperativo para las organizaciones culturales o artísticas frente al propósito de su inserción real dentro de la dinámica económica. En consecuencia, se empieza a exigir a las organizaciones sin ánimo de lucro y organizaciones no gubernamentales que profesionalicen su gobierno y su gestión. Se les solicita que desarrollen sus planes estratégicos, su rendición de cuentas y sus modelos de gestión.

³⁴² PROGRAMA DE CREACIÓN Y ACOMPAÑAMIENTO DE EMPRESAS CULTURALES Y CREATIVAS. Quienes somos [citado 29 marzo 2012] Medellín. Disponible www.empresasculturales.com

³⁴³ PACHECO, Catalina. Empresarismo social en el Municipio de Medellín ¿La empresa privada como medio y no como fin? En: Mercater, 2007, No. 43, p. 68

Dentro del circuito de organizaciones promotoras de PCR existentes al inicio del nuevo milenio empieza a producirse cambios en sus procesos organizacionales y administrativos, producto de las exigencias gubernamentales mencionadas anteriormente como también de transformaciones al interior de las propias organizaciones que en el ánimo de mantenerse vigentes y aumentar su expansión, actualizan sus formas y contenidos organizativos. De hecho, la misión y la visión institucional en la mayoría de los centros de PCR en Medellín pueden ser consultadas hoy por medio de videos institucionales, páginas web, blogs, entre otros medios creados desde principios de la década del 2000. La siguiente descripción de la visión institucional es un ejemplo de ello: “El Centro Cultural Govinda's es reconocido en Medellín como un sinónimo de cultura y valores humanos; este hecho se da gracias a la formación integral y constante de los individuos y por ser un ejemplo de Armonía y esfuerzo por la excelencia”.³⁴⁴

De acuerdo a lo anterior, ya no es suficiente para los centros oferentes de PCR ser un escenario para facilitar el acceso a las enseñanzas de un maestro espiritual o la divulgación cultural de filosofías y prácticas, sino que ahora deben funcionar como una organización moderna con una misión y visión institucional que ofrece servicios y/o produce bienes materiales e inmateriales, valorados por su calidad y eficiencia.

3.2.2.1.1 Fidelidad a la tradición y autonomía empresarial: En el caso de las organizaciones sin ánimo de lucro presididas por un *gurú* o maestro espiritual, como las

³⁴⁴ CENTRO CULTURAL GOVINDA'S. Presentación. [citado 23 marzo 2012] Disponible <http://centrocultural-govindas.blogspot.com/p/quienes-somos.html> consultado 26/7/2011

prácticas orientales, yoga y taichi, el sentido de la organización es la de servir de medio para la conservación de una tradición o linaje a través de los discípulos elegidos por los maestros en el caso del taichí o dentro de una cadena de sucesión o “parampara” para el caso del yoga. Por tanto su estructura de gobierno es más centralizada y jerárquica, contiene unas normas de comportamiento muy definidas descritas por el *gurú* como las formas adecuadas según los preceptos espirituales que siguen. En este apartado describiré principalmente aspectos organizacionales de instituciones de yoga que conservan una relación directa con un *gurú* o están inscritos en una tradición específica y no me referiré al taichí ya que en Medellín esta práctica corporal ha derivado más en una práctica para la salud o como parte de la actividad deportiva en artes marciales, dejando de lado en gran parte sus preceptos taoístas y por lo tanto la vinculación directa con los maestros encargados de transmitir la filosofía espiritual propia de cada linaje.

En los centros de yoga fieles a una tradición espiritual se realizan actividades como la vida en comunidad, la practica colectiva de ritos o festivales, el servicio voluntario en causas sociales y educativas, el estudio y la difusión por todos los medios de la filosofía del yoga, obedeciendo a la creencia de que se tiene una “misión espiritual” transmitida por un *gurú*, la cual debe cumplirse para alcanzarla liberación espiritual, la sabiduría del Ser Supremo y contribuir al logro de la armonía universal. Para el cumplimiento de la misión, los iniciados o discípulos elegidos conservan y difunden la tradición fundando organizaciones según las formas jurídicas particulares de cada lugar con el aval del *gurú* o de la organización internacional constituidas por éstos, que los compromete a mantener los preceptos y prácticas propias del linaje, a la vez que les otorga autonomía para desenvolverse en los medios locales.

El funcionamiento de esta alianza es explicada por el director de la Academia Vaisnava

Ganges:

En mi tradición cada uno se hace responsable de sí mismo, es decir, mi maestro aprobó la Fundación de este centro, ha venido, tengo una carta de él, pero es a mi nombre el que está en la inscripción a la Cámara de Comercio, porque si yo hago algo mal no hundo a toda la comunidad. Como él ha sido muy activo y ha predicado por todo el mundo, ha creado muchos sitios y estrategias para que todos participemos en el crecimiento de nuestra comunidad y supervisemos que todo se haga según nuestra tradición (Entrevista 2).

Las instituciones conformadas con este propósito, suelen tener la figura jurídica de organizaciones sin ánimo de lucro como persona natural y cuentan para el cumplimiento de sus programas, con la participación voluntaria de sus miembros, donaciones, alianzas estratégicas y oferta de servicios. En estas organizaciones aunque los productos y servicios son definidos principalmente por los discípulos locales y también son ellos los representantes legales ante las entidades reguladoras del Estado, es el *gurú* o la organización internacional quien define el conjunto de las actividades que se pueden realizar y dirige el sentido de la conducta de los discípulos emprendedores. El siguiente apartado de un manual desarrollado por el *gurú* de la tradición Vaisnava, Sri.Swami B.A. Paramadvaiti, sobre aspectos administrativos que debe considerar el director de un centro vinculado con su movimiento, da cuenta de esto:

Los vaisnavas no tenemos ánimo de lucro de corazón porque toda la utilidad va para Krisna, y Krisna no se lleva nada con él. Cada centavo que Krisna tiene es invertido en este mundo para beneficio de otros. Aun así, como no hay comprensión sobre la verdadera cultura brahmínica en este mundo en el momento, los vaisnavas tienen que probar su integridad siguiendo las normas de las instituciones sin ánimo de lucro, cultural, educacional y de caridad, establecidas por el gobierno local. Por consiguiente debe existir una contabilidad precisa con todas las entradas y los gastos. Es un hecho que muchas donaciones que recibimos vienen de donantes individuales, dineros que han sido generados por pequeños negocios quienes no siempre desean que aparezcan como donantes debido a su situación propia referente a impuestos. Por lo tanto es necesario mantener un reporte diario interno para estar claros en lo referente a la situación financiera de la comunidad.³⁴⁵

³⁴⁵ VRINDA. Manual de iniciación. [citado 2 abril 2012] Disponible http://www.gurumaharaj.net/vani/presidente_de_templo.html

Para el caso de la escuela Atman Yoga de la tradición Sivananda, su misión es “servir como intermediarios para transmitir el conocimiento antiguo del yoga y sus ciencias gemelas”,³⁴⁶ siguiendo las directrices de la organización International Sivananda Yoga Vedanta Centres que actualmente representa más de 80 Centros y *áshrams* en todo el mundo, descrita por ellos como comunidades espirituales en donde la gente vive y enseña el estilo de vida yogui.

La estrategia de adhesión utilizada por estas organizaciones es muy amplia ya que además de abrir sus puertas a quienes han decidido dedicar su vida enteramente al camino espiritual yogui o servir a Sri Krishna trabajando para la organización de forma altruista y voluntaria, se puede también ser solo “amigo”, “socio” o “aliado de la causa” aportando algún servicio y/o dando una donación. En el caso de las organizaciones vaisnavas como miembro activo podrá recibir algunos servicios como:

Un libro impreso de la filosofía védica, un DVD con video conferencias de la Sabiduría Védica, el kit de la meditación para practicar la meditación en casa, semillas para que siembre Vrindadevi en su casa [planta divina que concede el amor puro], boletín de noticias por correo electrónico con informaciones de las actividades de la misión, certificado de miembro, banderola de Sri Vrindadevi para siempre recordar a Vrinda y a Vrindavan, 20% de descuento para los cursos y publicaciones de Vrinda como también en nuestros centros de hospedaje internacional.³⁴⁷

Además, en esta organización una vez se hace miembro y se ha avanzado en la formación y comprensión de la cultura Vaisnava, puede organizar reuniones, ayudar a establecer programas y actividades que contribuyan a la misión y ofertar servicios que le permitan sufragar los gastos.

³⁴⁶ MEJIA, Cristina y VOLKER, Dieze. Yoga un camino para la paz. Op. cit. 11

³⁴⁷ VRINDA. Mimbros. [citado 12 marzo 2012] Disponible Tomado de <http://www.vrindavan.org/vrinda/index.htm>

De un modo similar, en el ejemplo de organizaciones como Atman Yoga, pueden integrarse al *staff* de cada centro principiantes en el camino yóguico o graduados del Curso de Profesores de Yoga Sivananda o personas que han tenido algún tipo de contacto previo con esta tradición. De todos modos, su participación en la organización es voluntaria ya que se busca la práctica de Karma Yoga (servicio desinteresado), tal como lo relata uno de los instructores:

Dar clases de yoga en los sitios donde defina la organización es parte integral de la experiencia en el camino yóguico y es una contribución a la misión que tenemos. Ninguno está aquí para obtener algún beneficio material o cualquier otro tipo de ventaja egoísta. Karma Yoga es un medio para la purificación interna y el crecimiento espiritual, además de contribuir a la paz de todos los que nos rodean. (Entrevista 16).

El programa de formación para iniciarse en cualquiera de estas tradiciones es amplio en ofertas que van desde una dedicación total al servicio del *gurú* o la organización hasta retiros espirituales de fines de semana o cursos para formación de profesores de yoga con duración de un mes. Para lograr el máximo de implicación del aprendiz a los preceptos y la disciplina cotidiana que exige estas tradiciones, se sigue un antiguo sistema de enseñanza utilizado en la India llamado *gurukula*, que busca vincular al *gurú* con las necesidades del discípulo y la completa confianza de éste para con el maestro. “El requisito principal para que se de esta experiencia es la aceptación de un *gurú*, una vez que el aprendiz tiene una comprensión absoluta de su ignorancia y el reconocimiento de la necesidad de un verdadero y experimentado guía” (Entrevista 16).

En la actualidad se obtiene esta experiencia en algunos *áshrams* que poseen estas organizaciones en distintos lugares del mundo, viviendo en ellos de forma transitoria o permanente, y también por medio de cursos que ofrecen “aprendizajes personalizados”

avalados por las organizaciones, al final de los cuales se recibe una certificación o diploma internacional, con un costo significativo, generalmente no inferior a 2.500 dólares. De hecho en Medellín, la tradición vaishnava tiene un *áshram* reconocido internacionalmente así como cursos y retiros de formación de instructores de Yoga Inbound (Teacher Training)³⁴⁸ y Atman Yoga de la tradición Sivananda en alianza con otros centros de Suramérica, realizan cursos de formación de profesores de yoga (Teachers Training Course) y otras actividades conducentes a la actualización o profundización de los principios que predicán.³⁴⁹

De otro lado, las estrategias de expansión utilizada en los movimientos creados por maestros espirituales hasta la aparición del internet, consistía en viajar por todo el mundo para fundar *áshrams* o centros culturales con el apoyo de discípulos locales que ayudaban a financiar las comunidades conformadas. Actualmente, el “iniciado” puede comunicarse directamente con el *gurú* por correo electrónico, realizar cursos *online*, obtener la “iniciación espiritual de modo virtual”, vincularse a redes y servicios ofrecidos por los diversos centros a través de internet y de redes sociales, blogs, páginas web, entre otros.

De acuerdo a lo anterior, la utilización de estrategias de mercadeo por parte de las organizaciones de PCR, tanto para la adhesión y formación de sus miembros como para la expansión del movimiento, revela la lógica empresarial imperante a la vez que usa como mecanismo sensible la fidelidad a la tradición espiritual y a la organización misma,

³⁴⁸ CENTRO CULTURAL GOVINDA'S. Capacitación [citado 23 marzo 2012] Disponible <http://centrocultural-govindas.blogspot.com/p/quienes-somos.html>

³⁴⁹ ATMAN-YOGA. Cursos para Formación de Profesores de Yoga Sivananda [citado 23 marzo 2012] Disponible <http://www.atman-yoga.org/>

implicando a sus seguidores en un total compromiso que consideran indispensable para obtener la autorrealización. Aquí es necesario anotar que aunque el funcionamiento organizacional se revelan como tecnología de autogobierno eficaz para dirigir la conducta de los miembros hacia los fines establecidos por los maestros, esta es percibida por los practicantes como un comportamiento voluntario y parte de su proceso de autorrealización, situación que es complementada por la negación de roles de autoridad, control y juicio por parte de los *gurús* quienes se presentan más como guías o facilitadores del proceso de transformación experimentado por los practicantes, condición que se hace efectiva también en el lenguaje con el uso del prefijo “auto” (autodeterminación, autorregulación, autogestión, autonomía, etc) en los objetivos propuestos en talleres, retiros o seminarios.

Además, en la medida que estas organizaciones espirituales ofrecen medios virtuales o seminarios abiertos y de diversa duración, sin que se demande permanecer o formar parte de la comunidad, le otorga un nuevo significado a la autogestión que pasa a ser identificada más con la libre selección de los recursos que se requieren para el proceso de transformación individual y menos con la adhesión ortodoxa a sus prácticas y creencias. De este modo, las organizaciones de PCR vinculadas con tradiciones espirituales, modifican la representación de la experiencia de socialmente dirigida a autodirigida, en quienes la practican como en aquellos que actúan como facilitadores o promotores.

3.2.2.2 La empresa global está en cada uno: Con el desarrollo del internet y de los medios tecnológicos que han dinamizado los mecanismos de desenclave de la modernidad reciente, es común encontrar en el conjunto de las PCR el desarrollo de comunidades virtuales

articuladas a una empresa global, “cumpliendo la misión institucional”, vinculando proyectos de vida individuales con proyectos o misiones globales, conduciendo a asumir al interior de estas organizaciones transnacionales, responsabilidades ocupacionales de modo voluntario, en cuanto al reconocimiento económico.

De un lado, las posibilidades que ofrece el internet para disociar las interacciones sociales de las particularidades locales han sido aprovechadas por las organizaciones de PCR para constituir en cada uno el sentido de pertenencia a una empresa global a través de las cual se transmitan sentidos personales y “conocimiento experto”, éste último, reapropiado en cada estilo y transmitido por el *gurú*, discípulos elegidos o profesores certificados. En la siguiente presentación de la página Asociación Brahma Kumaris, conocida en la ciudad por su enseñanza de Raja Yoga como miembro de una red de organizaciones cuya sede principal está en la India, puede apreciarse este mecanismo:

BKCOLOMBIA.COM surgió como una alternativa con el fin de promover una actitud positiva hacia la vida y el progreso espiritual equilibrado. Su visión es clara: crear una red de hispano-parlantes, individuos visionarios cuya percepción de la vida sea la de cambiarla y que estén interesados en transformarse. Esta red servirá de apoyo a todas estas personas, de forma que puedan proseguir con sus labores y su vida diaria. Los fundamentos espirituales y los conocimientos puestos al servicio de BKCOLOMBIA.COM son los mismos de la Universidad Espiritual Mundial Brahma Kumaris (Brahma Kumaris World Spiritual University)³⁵⁰

La empresa global en cada uno, asegurada por la irreductible fe de sus miembros en su comunidad, ya no necesitan conocer al *gurú* o líderes que presiden las organizaciones para seguir sus orientaciones porque su sola pertenencia a la comunidad le ofrece una seguridad afectiva que garantiza su adhesión y el seguimiento acrítico del “conocimiento experto”³⁵¹

³⁵⁰ ASOCIACIÓN BRAHMA KUMARIS. Presentación [citado 25 marzo 2012] Disponible www.bkcolombia.com

³⁵¹ GIDDENS, Modernidad e identidad del yo, Op.cit.,p.29

que estas organizaciones divulgan. Este “conocimiento experto” en las organizaciones de PCR esta investido por la autoridad otorgada a quienes han realizando “con un alto grado de sacrificio y servicio humano” el desempeño de la misión altruista de conseguir un mundo saludable, espiritual, feliz y en paz. Además, los medios virtuales usados actualmente por estas organizaciones, logran el efecto de personalizar la comunicación a la vez que crean un modo de interacción en el que las personas sienten que comparten y pertenecen a un grupo con quienes se identifican, tal como se observa en el siguiente testimonio de un miembro de Comunidad Vrinda de la tradición vaisnava:

Ahora es muy difícil que los maestros puedan llegar a todos los sitios donde hay discípulos o a uno le queda difícil viajar a donde están ellos, así que me parece muy bien que exista el *blog*, grupos en *Facebook*, *twitter* y la página *web* de la Comunidad Vrinda porque así puedo comunicarme personalmente, conocer de primera mano las orientaciones espirituales de mi maestro y además, tengo amigos y hermanos en muchos países (Entrevista 23).

De otro lado, el sentido humanitario que acompaña el discurso y las acciones de las organizaciones de PCR junto a la constatación en la corporalidad de los efectos de la práctica, facilita la expansión de esta modalidad empresarial, ya que en ellas se invita a compartir con otros la experiencia y transformación personal alcanzada con el círculo social más cercano al practicante y participando de programas sociales y educativos sin importar religión o dogma, sexo o raza, tal como se observa el siguiente texto:

Con la práctica del yoga he cambiado mi vida, y prácticamente la vida de algunas personas a mi alrededor. Trato de avanzar en mi crecimiento personal y de enseñarle algo de esta experiencia a mi familia, amigos y compañeros de trabajo. También participo en los servicios sociales de la comunidad, de eso se trata esta misión. Para eso tenemos muchos materiales y actividades que permiten llegar a cada persona de acuerdo al nivel en el que esté y como uno ya ha sentido el proceso pues puede comunicarlo mejor (Entrevista 16).

Organizaciones internacionales, sin ánimo de lucro, con permanencia en el tiempo en la ciudad de Medellín como la Gran Fraternidad Universal (GFU), la Asociación Brahma

Kumaris y el Centro Cultural Govinda's, desde sus inicios han buscado desarrollar su misión articulándose con otras organizaciones y programas que coincidan con sus fines y objetivos. Para su financiamiento cuenta con la participación voluntaria de sus miembros, así como las donaciones de personas y organizaciones privadas. Parte de la estrategia de expansión ha consistido también en establecer acuerdos de colaboración con otras organizaciones de la sociedad civil, universidades, entidades internacionales y de los gobiernos locales de los distintos países donde tienen sede, en programas culturales a favor de la paz, la conservación de la naturaleza, la promoción de la salud, asistencia social y educación. Existe también organizaciones sin ánimo de lucro que partieron de ser más centralizadas y cerradas, y en la actualidad en ausencia de sus inspiradores y fundadores, han girado hacia estructuras más abiertas, descentralizadas y con formas de gobierno colegiadas, como es el caso de la Gran Fraternidad Universal (GFU) y su RedGFU que aglutina gran parte de estas organizaciones en el mundo. La RedGFU es un corporativo de más de 100 asociaciones y sociedades distribuidas en 26 países, cada una con plena autonomía de gobierno interno, la cual se describe como “un movimiento cultural para la conciencia y la salud”.³⁵²

3.2.2.3 La marca. Existen también organizaciones que se han conformado en torno a la protección y promoción de la marca derivada de la creación de una PCR, tales como el Método Feldenkrais®, el Método Pilates®, Antigimnasia®, Biodanza® Sistema Rolando Toro, Yoga Inbound®, entre otras. El propósito de estas organizaciones es de un lado, mantener la ortodoxia en los principios teóricos y metodológicos de la práctica corporal y del

³⁵² REDGFU PARA LA FRATERNIDAD HUMANA. Quienes somos [citado 8 marzo 2012] Disponible <http://www.redgfu.org.ar/quienesomos.php>

otro posicionar la marca como signo distintivo de la misma en el mercado. A su vez, el *practicante emprendedor* o aquel que ostenta la certificación dada por estas organizaciones, lo capitaliza como un modo de prestigio y legitimidad social en el mercado corporal de la ciudad.

Para cumplir con este propósito, las organizaciones de las PCR mencionadas, establecen estándares de calidad tanto para la actuación profesional como la formación, desarrollan programas de formación permanente, publican revistas y boletines por los diversos medios físicos y virtuales, apoyan la investigación científica, proporcionan seminarios, conferencias y publicaciones. Tal como se evidencia en la siguiente presentación de la Federación Feldenkrais Internacional (IFF):

(...) La IFF es una organización que coordina la mayoría de las Asociaciones y otro tipo de organizaciones profesionales de Feldenkrais en el mundo. El objetivo de la Federación Internacional Feldenkrais es el desarrollo de la comunidad Internacional Feldenkrais, a través de la promoción de publicaciones e investigaciones sobre el Método Feldenkrais, la adopción de estándares de práctica y el entrenamiento para capacitarse como un Practicante del Método Feldenkrais.³⁵³

La forma de gobierno en estas organizaciones generalmente se compone de una junta directiva o asamblea de socios conformada generalmente por familiares o discípulos que tienen porcentajes sobre los derechos de propiedad intelectual de quien creó el método o poseen al menos una cuota societaria significativa de la organización. También cuentan con una asamblea consultiva constituida por los directores de las escuelas de formación de los diferentes lugares donde haya sedes.

³⁵³ Federación Feldenkrais Internacional (IFF). Traducción mía. IFF [citado 8 marzo 2012]
Disponible <http://feldenkrais-method.org>

Para estas entidades los miembros o socios deben haber sido certificados por las escuelas de formación de la organización, deben pagar anualmente una cuota de asociado para mantener su membresía, recibir información, anunciar sus propuestas y productos en la web principal de la organización y obtener beneficios de descuento en las actividades de actualización. En estas organizaciones los practicantes certificados por ellos son considerados autónomos, empresarios de sí mismos, responsables del éxito o fracaso de la iniciativa empresarial que emprenda aunque la organización principal se beneficia del registro de la marca y mantiene la exclusividad del modelo teórico-metodológico. En el siguiente ejemplo de la organización central de la marca Biodanza® Sistema Rolando Toro, se observa también esta lógica de gestión: “Este es un modelo que concede una máxima autonomía a los profesores y a los directores, en modo tal que cada miembro pueda tener la motivación y la responsabilidad para llevar adelante con éxito su propia profesión”.³⁵⁴ Cabe aclarar de nuevo que aunque a los profesores y directores certificados se les concede autonomía económica no incluye la autonomía metodológica, lo que conduce a mantener una dependencia de las organizaciones para la formación continuada que incluso, en algunas organizaciones, tiene el carácter de obligatoria, tal como se observa en el siguiente texto de la página oficial de Antigimnasia®:

Al término del segundo ciclo de formación, si sus formadores juzgan que el profesional en prácticas ha alcanzado el nivel adecuado, este último se convierte en profesional Certificado de Antigimnasia®. Recibe su certificado de Licencia de Marca Antigimnasia® y firma su contrato de Licencia de Marca Antigimnasia®. Durante el año siguiente de haber finalizado su formación, el profesional certificado debe participar en un primer curso intensivo de actualización profesional, que se realizará, a partir de entonces, cada tres años.³⁵⁵

³⁵⁴ FUNDACIÓN ESCUELA COLOMBIANA DE BIODANZA. Formación [2 abril 2012] Disponible <http://www.biodanzacolombia.com/web/formacion/programa-de-formacion>

³⁵⁵ ANTIGIMNASIA. Convertirse en profesional certificado [citado marzo 10 de 2012] Disponible <http://www.antigymnastique.com/media/ui/img/page/devenir/es-formacion-antigym.pdf>

Para formalizar la condición de pertenencia a estas organizaciones, crear escuelas de formación o abrir centros de atención bajo el nombre del método, casi siempre media un contrato o una cuota anual por el derecho de royalties o regalías que se deben pagar a las sedes principales. La cuota, según estas organizaciones sin ánimo de lucro, está destinada para cubrir los gastos administrativos (sitio de Internet, diplomas, asistencia de profesionales externos, cumplimientos fiscales, funciones de secretaría, etc.) y para los gastos derivados del registro y defensa de la marca.

Como mencioné al principio de este apartado, los *practicantes emprendedores* buscan capitalizar el esfuerzo económico e intelectual que ha implicado su proceso de formación, buscando tanto la compensación económica como el prestigio y la legitimación social de su labor. El prestigio, inseparablemente definido como capacidad técnica y como poder social por Bourdieu, se considera “el monopolio de la competencia científica que es socialmente reconocida a un agente determinado, entendido en el sentido de capacidad de hablar e intervenir legítimamente, es decir, de manera autorizada y con autoridad (...)”.³⁵⁶

De este modo, los *practicantes emprendedores* usan estrategias como la exhibición de la marca en la publicidad para la promoción de centros y servicios profesionales, ofrecen talleres y conferencias en centros académicos reconocidos y adoptan un valor de sus honorarios generalmente más alto que las otras propuestas existentes ofrecidas por personas no certificadas de las mismas PCR. Esta situación de la falta de regulación del mercado de

³⁵⁶ BOURDIEU, Pierre. Los usos sociales de la ciencia. Buenos Aires: Nueva visión, 2008. p. 13.

lo corporal más la falta de información del consumidor, no siempre ha traído resultados satisfactorios para los practicantes emprendedores, tal como lo relata una de ellas:

No ha sido fácil mantener la academia siendo fiel a la formación que he tenido, sobretodo porque hay tanta oferta en todos lados y a cualquier cosa lo llaman Pilates, la gente termina buscando lo más barato. Yo he invertido mucho en mi formación y tampoco puedo regalar mi trabajo, así que prefiero tener poca gente y uno ve con el tiempo que la gente va identificando la diferencia con otras propuestas. Además, he ido adaptando algunos procedimientos del método para que responda a lo que la gente busca. (Entrevista 12).

Si bien no es lo más frecuente, la marca al ser algo inmaterial e invisible que identifica y califica,³⁵⁷ empieza a ser poco a poco asumida por el consumidor del mercado de lo corporal como garantía de idoneidad del profesor o del centro y también como parte de su diferenciación social o estatus. Esto se evidencia en algunos testimonios de practicantes que frecuentan centros certificados por lo tanto tienen un costo mayor, accesible principalmente a estratos medio y alto:

Cuando decidí hacer Pilates busqué quien tenía certificación porque hay muchos charlatanes por ahí que creen que con un cursito ya pueden ofrecer este método en cualquier lado y por lo que me he dado cuenta es una formación de años y muy completa. Incluso estoy pensando que si sacan un curso de formación me voy a meter porque no es lo mismo uno salir certificado de aquí que de otro lado. También por ese es más costoso. (Entrevista 26).

Finalmente, estas organizaciones se comportan como cadenas transnacionales que proponen saberes expertos desanclados de los espacios locales, amparados en la marca, lo que significa que los centros ubicados en cualquier lugar del mundo, presentan casi siempre formatos y lenguajes similares e incluso las mismas estrategias de marketing, ya que forman parte de su común formación aunque como hemos visto antes, tenderán a ser reapropiados por los practicantes de distintas maneras de acuerdo a las experiencias personales y del mercado.

³⁵⁷ BASSAT, Luis. El libro rojo de las marcas. Como construir marcas de éxito. Barcelona :Debolsillo, 2006. 226p

3.2.2.4 El negocio del amor: Existe un grupo de organizaciones, vinculadas con las PCR, constituidas como empresas o actividades comerciales vinculadas al sector servicios, es decir, que no producen bienes materiales de forma directa, sino servicios que se ofrecen para satisfacer las necesidades de la población, participando de la actividad económica por medio de la distribución y consumo. Algunas de estas empresas son organizaciones internacionales que en Colombia actúan por medio de alianzas estratégicas o franquicias, mientras otras son locales. Todas, usan mecanismos sensibles que implican holísticamente a los *practicantes emprendedores* a tal punto que los lleva a “darse en cuerpo y alma” a la empresa.

Un ejemplo, es el caso de la Organización Cóndor Blanco S.A, promotora de Danza Samkya®. Con una trayectoria de 20 años esta organización ha logrado posicionarse en el mercado internacional de los servicios vinculados con el desarrollo personal. Fundada en la década de 1990 por Suryavan Solar, chileno, artista y escritor, experto en Liderazgo Consciente y Naturismo, que se define como un investigador de culturas ancestrales de Occidente y Oriente a partir de lo cual creó su escuela de desarrollo personal y junto a su hija, Sol Nyma, dio forma a la organización que hoy, ambos dirigen. Como organización ofrece servicios relacionados con la producción de eventos de liderazgo, coaching y desarrollo humano en distintas modalidades, duración y costos para los diferentes públicos y organizaciones. Forma líderes, consultores, *coachs*, facilitadores e instructores que expanden velozmente su sistema por el mundo y además, tiene una editorial de música y libros de crecimiento personal con lo que garantizan los medios para mantener su visibilidad y la forma

de sus enunciados. Su sede central está en Chile en medio de una reserva natural en los Andes con más de 300 hectáreas donde ofrece *outdoor trainings*.³⁵⁸

Otra estrategia de expansión de esta organización, es la realización de alianzas estratégicas con organizaciones similares como las empresas brasileras Líder Coaching, Maksuri Consultoría, la empresa mexicana Leader College y la empresa colombiana Cóndor King Ltda, alianzas realizadas con el fin de disponer, a nivel internacional, de líderes y colaboradores, conferencias, seminarios, *outdoor trainings*, libros de autores especializados y otros productos relacionados con el desarrollo personal. Actualmente, esta empresa se encuentra hoy en países como Chile, Brasil, Estados Unidos, Colombia, Argentina, Venezuela, Panamá, Costa Rica, México, Alemania, España y Francia.

Su estructura de gobierno y funcionamiento corresponde con las características de lo en la actualidad destaca a las empresas exitosas. Para Suarez,³⁵⁹ estas empresas le apuestan al capital humano, consideran a las personas como el principal activo haciendo de este factor la principal fuente de ventaja competitiva. Se trata que “los trabajadores de la empresa están realmente motivados y sienten el negocio como algo propio. De tal modo, sus prácticas laborales tienen la suficiente flexibilidad, vitalidad y creatividad para conservar y acrecentar su competitividad”. En Condor Blanco S.A. la dirección es exclusiva de su fundador y su hija pero su funcionamiento organizacional se percibe de modo horizontal al generar una

³⁵⁸ ORGANIZACIÓN CONDOR BLANCO. Quienes somos. [citado marzo 10 de 2012] Disponible <http://www.condorblanco.com/condor-blanco-2/>

³⁵⁹ SUAREZ, Fernando. La competitividad de las empresas evolución, imperativos estratégicos y características de la organización exitosa de hoy. *En*: Estudios públicos, 1994, No.54, p.151

atmósfera informal y participativa entre quienes participan de ella, que en este modelo empresarial más que empleados son “colaboradores” o “discípulos”. Esta organización invierte claramente en el entrenamiento de sus miembros y es flexible al delegar poder de decisión a las personas en los niveles inferiores de la empresa. El testimonio de una facilitadora de Danza Samkya en Medellín, vinculada con esta organización da cuenta de esto:

Con Condor Blanco he logrado cosas que yo misma no pensaba que iba a alcanzar, Survayan dice ¡mira que es lo que quieres, cómo lo quieres y hazlo! Todo depende de uno, de su propio liderazgo. Muchas personas me preguntan cómo hago para viajar cada año a Chile y quedarme dos o cuatro meses, sabiendo que yo provengo de una familia de escasos recursos, pero a mí todo se me da, porque de verdad me entrego y me esfuerzo, además, cuando la organización ve esta actitud lo apoya y lo va formando, cuando se va a la sede se aporta trabajo voluntario o yo presto mis servicios como traductora, por ejemplo a la comunidad. Ahora, represento a la organización acá, pero también soy autónoma para proyectar a Samkya de acuerdo con la condiciones del medio (Entrevista 10).

En el video institucional que promueve la organización así como en los testimonios de las personas encargadas de los servicios que se ofertan, se encuentra reiteradamente la noción de “ser líder de sí mismo” como propósito principal de la organización, ya que consideran que de ésta condición depende exclusivamente alcanzar la felicidad y las metas profesionales, además de ser la herramienta más poderosa para garantizar la mayor competitividad en la empresa. Las siguientes son palabras del fundador para promocionar un curso para la formación de consultores personales y equipos empresariales: “El verdadero líder es un gran inspirador en momentos tranquilos y un gran motivador en momentos difíciles. Es un solucionador de problemas, un confrontador de incompetencias, un entrenador de nuevas competencias y actitudes, generando un equipo de alto desempeño y resultados. Alguien con suficiente determinación, persistencia, entusiasmo y capacidad para entrar en acción. Alguien

que sabe elaborar grandes metas y tiene la capacidad de inspirar tu equipo a lograr estas grandes metas." ³⁶⁰

De esta manera, este tipo de organizaciones crea una fuerza de trabajo flexible, motivada y con un compromiso integral subjetivo con la empresa, sintiéndose a la vez empresarios y líderes de sí mismos. Siguiendo a Landa y Marengo,³⁶¹ en la emergente lógica de producción empresarial se produce un compromiso integral subjetivo del trabajador y una instrumentalización integral del cuerpo en la cual la empresa compra, ante todo, a la persona y su devoción. Es decir, en la forma clásica de producción fordiana, los trabajadores no “perteneían” a la empresa, el vínculo radicaba en un modelo de trabajo definido como acción meramente instrumental (coaccionado, reglado y vertical) en el que los trabajadores “prestaban su cuerpo” al cumplimiento de tareas cuyo fin era hacer y no era crear. El principio de funcionamiento de las actuales “prácticas de *management*” ya no decanta en el externalización de un objeto o mercancía, sino más bien, como se observa en el caso de las organizaciones de PCRs, recae en la corporización de la empresa que logra el trabajador al llegar a percibirla como un vínculo holístico, autónomo y de relaciones horizontales o hermanadas

Otro caso donde se pone en funcionamiento el mecanismo sensible de implicación emocional y subjetiva del *practicante emprendedor* con la empresa es el de la organización de Happy

³⁶⁰ CENTRO CONDOR BLANCO BOGOTA. Módulo Dos. Consultor de Proyectos Personales y de Equipos. [Citado 3 abril 2012] Disponible <http://condorblancobogota.blogspot.com/>

³⁶¹ LANDA, María Inés y MARENGO, Leonardo. El cuerpo del trabajo en el capitalismo flexible: lógicas empresariales de gestión de energías y emociones. *En*: Cuadernos de Relaciones Laborales, 2012, Vol. 29, No. 1, p. 177-199

Yoga, existente en Medellín desde el año 2008 y cuya casa matriz está en Barcelona, España. La relación con la empresa ya no es como alianza sino bajo la forma de franquicia. La figura de la franquicia se da cuando una empresa cede el uso de una marca, producto o servicio. Según Silva,³⁶² para un empresario exitoso es más rentable permitir el uso de su conocimiento explícito mediante el formato de negocio de su firma y recibir regalías sobre las ventas brutas que invertir en la apertura de un nuevo punto de venta. Además, otras ventajas para el franquiciador son la diversificación del riesgo, mantenimiento de la imagen comercial y la ausencia de relaciones laborales. Igualmente, para un nuevo emprendedor ser franquiciatario tiene ventajas porque empieza con un negocio ya probado, utiliza una imagen posicionada, recibe apoyo técnico y comercial permanente a la vez que tiene independencia.

Happy Yoga en sus inicios era un centro cultural ubicado en Barcelona con una proyección local creado por tres mujeres, Jagat Kaur, Jessica Walker e Isabel Solana con formación y experiencia en yoga, danza, teatro, terapias alternativas y psicoterapia espiritual. Además, una de ellas, fue durante 20 años directora creativa de publicidad en su propia agencia y en multinacionales. La confluencia de sus intereses profesionales y personales, además de la apropiación de los discursos y prácticas del linaje creado por su Maestro Yogi Bhajan las llevaron a la creación de esta empresa, según se interpreta de la siguiente explicación de una de sus fundadoras: “Con mis socias Jagat Kaur y Jessica Walker nos entretenemos gastando nuestra vida en laboratorios y un día nos preguntamos: ¿se podrán hacer negocios de amor?, ¿escuelas de yoga y teatro de amor?, para respondernos, hemos creado Happy Yoga, una

³⁶² SILVA, Jorge. FRANQUICIAS. UNA ALTERNATIVA PARA EMPRENDEDORES. Revista Escuela de Administración de Negocios [online] 2003 [1 abril 2012] Disponible: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=20604709>

marca que impulsa centros de yoga en distintos lugares del mundo.”³⁶³Es de anotar que su maestro espiritual Yogi Bhajan, es considerado en el circuito internacional del yoga, el principal gurú del Kundalini Yoga para occidente e inspirador de muchos centros de yoga. No era el estereotipo de un yogui ascético, aislado y receptor de donaciones. Tenía estudios avanzados en economía y psicología y era un controvertido líder espiritual, y empresario, fundador de la organización no gubernamental 3HO (Healthy, Happy, Holy Organization)³⁶⁴.

La idea de negocio gestada por las fundadoras de Happy Yoga, logró la financiación de una entidad bancaria orientada a fortalecer iniciativas de emprendimiento del “tercer sector” llamada Triodos Bank que se presenta como una banca ética y sostenible cuya misión es que el dinero trabaje para promover un cambio social positivo. Para ello, financian empresas, entidades y proyectos que trabajan en los ámbitos social, medioambiental y cultural³⁶⁵. Es así como Happy yoga se transforma de ser una organización cultural local a una empresa cultural internacional, enganchándose con un sector económico en pleno desarrollo. Lo que comenzó en el año 2000 como un pequeño centro para dar clases de yoga, masaje y teatro experimental es hoy una marca bajo la que se acogen ya múltiples franquicias en Cataluña, Baleares, Colombia, Argentina e India.

³⁶³ HAPPY YOGA. Folleto publicitario. Formación de profesores de Kunalini Yoga. Escuela de vida yóguica. Barcelona: Happy Yoga, 2011.p. 11

³⁶⁴ 3HO. Healthy, Happy, Holy Organization. [citado 4 abril 2012] Disponible <http://www.3ho.org/yogi-bhajan/non-profit-organizations-founded-yogi-bhajan>

³⁶⁵ TRIODOS BANK. Nuestra misión. [citado 4 abril 2012] Disponible <http://www.triodos.es/es/conozca-triodos-bank/historias-de-la-banca-transparente/resultados/?projectId=100498>

En cada uno de los centros actuales que tienen franquicias se puede encontrar una oferta amplia de servicios relacionados con el bienestar y el desarrollo personal de acuerdo con las competencias de sus miembros y las necesidades de sus públicos. Mantienen en común el método Kundalini Yoga y una estrategia de mercadeo que se “adapta a la medida del cliente”. Es así como en Medellín el centro de Happy Yoga ofrece Kundalini Yoga, Power Yoga, Yogaterapia, Yoga Embarazo, Yoga para Niños, Yoga para parejas, formación de profesores, formación en Reiki, sesiones de Reiki, masajes, Pilates, comida saludable para empresas y grupos. Ofrecen también clases en diferentes sitios de la ciudad (Envigado, Laureles, Poblado, Sector Estadio) y una clase gratuita cada domingo en la plazoleta Bancaria de San Fernando Plaza.³⁶⁶

Para una de las *practicantes emprendedoras* de esta franquicia en Medellín, la empresa ha sido una oportunidad para su vida personal y profesional.

Antes que una empresa es una familia unida por el amor. Como yo apenas estoy iniciando me han dejado pagar por cuotas la franquicia, incluso me ha dejado que yo pueda ofrecer becas, que los estudiantes paguen por cuotas y ellas me apoyan por ahora, mientras que me organizo más...ellas han sido mis maestras y confían en mí, porque somos como una familia basada en el amor (Entrevista 4).

El mecanismo sensible de considerar la empresa como una familia unida por el amor, hace exitosa la empresa junto con principios de autogestión, cooperación, eficiencia. Este mecanismo genera como efecto un compromiso emocional entre los miembros que los lleva a esforzarse y buscar un óptimo desempeño, ya que de todos modos, antes que socios o empleados son hermanos, maestros, discípulos, etc.

³⁶⁶ HAPPY YOGA. Actividades permanentes. [citado 4 abril 2012] Disponible <http://colombia.happyyoga.com/Happy-yoga-.medellin.html>

La concreción del esquema de docilidad política del colectivo trabajador y la maximización de su rendimiento, en contextos de automodulación y renovación continua demanda dispositivos de control flexibles y algún tipo de continente identitario hacia adentro del espacio productivo que sirve de soporte a las relaciones de interacción y correspondencia entre empleados y empresa otorgando continuidad y unidad al vínculo tal como se ha evidenciado en los ejemplos descritos de Condor Blanco S.A y Happy Yoga. En el marco del *régimen empresarial sensible*, independientemente de la desigualdad y la explotación que en efecto puedan prevalecer en cada caso, la comunidad se concibe siempre como un compañerismo profundo, solidario y horizontal. Puede decirse que la corporización que acompaña la actuación laboral en el circuito de PCR de los practicantes emprendedores, activa el autogobierno paradójico no solo en relación a la gestión del sí corporal sino a una corporización del sistema simbólico empresarial.

3.2.2.5 Corporizando-nos: Bajo el manto de las organizaciones empresariales con discursos sobre estilos de vida espirituales y saludables asumidos individualmente en medio de comunidades doctrinales y sistemas expertos, escenario predominante de las PCR, quedan camufladas las singularidades de organizaciones que describo como colaborativas y sociales, la cuales tienen escasa presencia y visibilidad en el escenario de la ciudad.

Se trata de organizaciones conformadas por colectivos que se estructuran en base al intercambio de experiencias personales entre practicantes o articulados a procesos sociales de empoderamiento de poblaciones vulnerables como adolescentes y mujeres. También se encuentran algunos espacios abiertos por personas con formación en alguna PCR cuyo

objetivo es el de compartir a otros su conocimiento, sin mediar necesariamente una estructura empresarial o de mercadeo expansiva, aunque también termina sirviendo de autoempleo. Para ilustrar esta forma organizativa se puede destacar los colectivos de danza oriental, Luna Llena y Diosas Agher, vinculados con grupos de base comunitarios y programas de desarrollo social del municipio, los cuales he citado anteriormente. El objetivo de las directoras de estos grupos es la construcción de una ética del cuerpo y de empoderar a las mujeres por medio de la danza, por lo cual puede decirse que hay tanto una activación de la reflexividad social como personal mediada por la experiencia corporizada.

Aunque las PCR están orientadas en función de la experiencia de sí esto no implica que se disocie de las circunstancias sociales, al contrario, para poder realizar la gestión de sí mismo de forma coherente debe producirse una reflexividad refleja de lo social que ha sido corporizado. Por esta razón, las propuestas de estos colectivos se centran en procesos de subjetivación a la vez que problematizan los poderes sobre el cuerpo de forma performática, al realizar una actuación de los derechos más que reclamarlos. El testimonio de uno de los integrantes del grupo Luna Llena da cuenta de este mecanismo:

Cuando ingresé al grupo, yo vivía como la mayoría de las niñas de por acá, en mucha rumba, sin un objetivo claro, con malas compañías, mejor dicho (...) pero a medida que fui metiéndome y también por la profe y los compañeros, como que fui cambiando porque esta danza exige mucho entrenamiento, estar concentrada y también me ha servido para madurar un poco, como que ya soy más consciente de quien soy y de lo que quiero cambiar o mejorar. Por eso ahora también estoy empezando a enseñarles a otras niñas para que no se dejen meter en problemas y vean que uno en estos barrios si tiene otras opciones (Entrevista 33).

También se puede ilustrar esta forma organizacional con la experiencia de un grupo conformado por mujeres, la cual pertenezco, con edad promedio de 45 años que hemos creado un espacio de encuentro semanal con una estructura colaborativa. Es decir, cada

semana logramos generar un espacio-tiempo extra-cotidiano en el cual cada una desde su experiencia-conocimiento en alguna PCR, danza o teatro, experimentamos formas de movimiento que terminan teniendo un carácter performático al contribuir a la transformación personal, laboral y de grupo.

Aquí de nuevo, el proceso de afinamiento de la conciencia corporal, conduce a que los practicantes nos preguntemos por nuestra forma- sujeto, el modo de hacer(nos), y los recursos sensibles que tenemos para darnos cuenta de ello, entenderlo y transformarlo. De esta manera, las organizaciones que he llamado colaborativas y sociales contribuyen al empoderamiento de sus practicantes y a la construcción de modos de existencia éticos en la medida que una vez puesta en marcha la *subjetividad corporizada*, habrá que elegir y singularizar para el planteamiento provisional del estilo de vida y del yo, entre los vectores sensibles puestos en juego en el mercado de las ofertas de las PCR.

3.2.3 El mercado corporal de lo sensible: Construirse una corporalidad sensible y un estilo de existencia coherente requiere de elecciones y automodulación continua, sobretodo una vez que a través de las PCR se “toma consciencia corporal”, “se emprende el programa de “autorrealización” o se decide “vivir plena, saludable y espiritualmente”. De este modo, la mercantilización de la experiencia propia influye tanto en la constitución de subjetividad como de la implementación de estilos de vida.

La *subjetividad sensible* como autonomía individual, definición propia, vida auténtica o perfeccionamiento de la persona, dependen de la presencia de un mercado efectivo que a su

vez, asegura las condiciones de tal forma de presencia. Los practicantes de PCR, estos se ven necesitados de consumir bienes (materiales e inmateriales) ofrecidos por el mercado de lo sensible en forma de de cursos, seminarios, vacaciones, encuentros, entrenamientos, publicaciones, retiros, peregrinaciones, festivales, restaurantes, almacenes de ropa y de decoración, etc.



Imagen 18. Libro de Atman Yoga

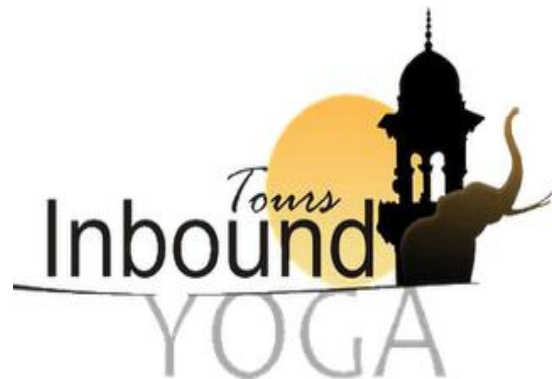


Imagen 19: Turismo Inbound

El *régimen empresarial sensible* no opera a largo plazo como sucedía en las sociedades disciplinarias, sino a corto plazo, dinámica dada por la rotación y variación rápida de los bienes ofertados (productos o servicios) para responder a las necesidades performáticas y de reflexividad del sujeto contemporáneo. Es así como algunas propuestas se ofertan con un modelo exprés: “En Cóndor Blanco nos enfocamos en el aprendizaje acelerado, con el objetivo de impulsar a las personas a enfrentar los desafíos modernos, a ser prósperas y

felices”.³⁶⁷Otras, han ido adecuando su significados y contenidos a las necesidades del mercado. Una de las facilitadoras de Método Feldenkrais® comenta al respecto:

El método siempre habla en positivo, del potencial en cada uno a partir de la sabiduría del cuerpo en movimiento pero a la mayoría de las personas les motiva más cuando se presenta como un medio para resolver una dificultad física o emocional que afecta su desempeño diario o profesional, por eso, con el tiempo fui incluyendo este lenguaje y realizando talleres específico para estas poblaciones (Entrevista 11)

Persiguiendo el mismo propósito de ser pertinentes para la demanda del mercado, algunos centros han ido ampliando sus ofertas, según las necesidades de las personas.

Este lugar empezó enseñando yoga y divulgando literatura sobre el vegetarianismo, pero se ha ido ampliando porque la gente lo pedía. Como se va creando un estilo de vida, la gente necesita ropa, comercio, restaurante, vacaciones y fincas a donde ir a hacer yoga... también ingresamos taichi, kun fu, danza árabe, cursos de cocina, planes turísticos, bueno, muchas actividades (Entrevista 2).

De hecho, a partir de la adecuación de las PCR al mercado espiritual y del bienestar como también por la apropiación diversa que los practicantes hacen de las mismas, han surgido propuestas ue fusionan estilos y saberes, combinando objetivo pedagógicos, artísticos, místicos, chamánicos, científicos, entre las cuales se puede encontrar en Medellín: YoguiPilates, Laboratorio del Cuerpo, Arte Con-tacto, Indace, Consciencia corporal, entre otras.

El *régimen empresarial sensible* participa activamente en la producción continua e ilimitada de estilos de vida. Por tanto, las organizaciones acuden a las estrategias del marketing para adecuarse “a las necesidades y requerimientos de cada uno”. Por esto hay énfasis distintos ya sea en el balance, en la fluidez, en la lentitud, en las secuencias activas, en la expresión, en la trascendencia, en el virtuosismo, la acrobacia, la cooperación o fraternidad del grupo etc.

³⁶⁷ORGANIZACIÓN CONDOR BLANCO. Liderazgo CB.[consultado 3 marzo 2012]Disponible <http://www.condorblanco.com/liderazgo-cb/>

También se ha diversificado las formas de interacción entre los maestros (hoy son más facilitadores o instructores) y los discípulos (alumnos, clientes) las cuales se ofertan como atención personalizada, semipersonalizada, grupal o corporativa. Aún en el caso de las prácticas corporales donde la condición grupal es importante la metodología “puede adaptarse para una persona, la pareja, pequeños grupos laborales (...)” (Entrevista 8). La adecuación se expresa en modalidades de servicios y planes con costos diferenciados, como en el caso del Centro Balanced Core que ofrece:

Yogui pilates - Pilates fitness en planes flotantes, para personas que no disponen de horarios fijos y manejan poco tiempo o planes fijos. Para quienes solo puede asistir en horarios y días específicos. Planes personalizados o para grupos (...) Planes balance de cuerpo-mente. Gana tono muscular. Flexibilidad a prueba de todo. Quema grasa. Reduce medidas. Estiliza tu vida. Rejuvenece tu cuerpo³⁶⁸.

Las PCR han realizado una segmentación de potenciales clientes, orientando la oferta según las características de los grupos y los atributos socialmente valorados. Por tanto, en los últimos años, se encuentran cursos dirigidos a niños, niñas, mujeres gestantes, ejecutivas, tercera edad, entre otros, justificados así:

Muchos niños afrontan dificultades en sus actividades sociales relacionadas con miedos, estrés, agresividad, cansancio, ansiedad y falta de concentración que afectan su diario vivir. Yogaplanet le brinda a los pequeños una oportunidad para que canalicen sus energías a través del yoga, evitando malos hábitos de vida... además de ejercitar su cuerpo, entenderán desde temprana edad como respirar adecuadamente y tener una energía balanceada y apacible para enfrentar problemas.³⁶⁹

³⁶⁸ BALANCED CORE. Planes. [citado abril 30 2012] Disponible <http://www.balancedcore.com.co/planes/>

³⁶⁹ 108 YOGA. Yogaplanet. [citado 14 marzo 2012] Disponible <http://www.108yoga.com.co/web/index.php/clases/ninos/>



Imagen 20. Clase yoga niños



Imagen 21. Clase Método Pilates® embarazadas

No solo los imperativos de una vida equilibrada, saludable y consciente se imprimen en el cuerpo desde temprana edad sino que a la vez se ofrecen productos complementarios que sirven como herramientas para la autoconfiguración de cuerpos sensibles, tales como: reiki, numerología, medicina bionérgica, medicina tradicional china, masaje terapéutico, antiestrés y reductor, lectura de tarot, terapias de sanación, “kits espirituales”, meditación en grupo, libros, cds, videos, productos alimenticios naturales, productos homeopáticos, festivales, planes turísticos, ropa de tejidos naturales, incienso, aceites para masaje y para aromaterapia, spa naturistas, objetos exóticos, astrología, entre otros. De otro lado, en los tiempos actuales donde los sistemas virtuales y de telecomunicación permiten una amplia difusión e interconexión, los productos y servicios de las PCR ya no solo son ofertados por medios publicitarios físicos sino también en páginas *web*, *blogs*, mensajes de texto, entre otros, y los practicantes pueden identificarse, comunicarse o mantenerse informados de las nuevas ofertas a través de *Twitter*, *Facebook*, entre otras redes. Incluso algunas organizaciones tienen sus propias editoriales, productoras musicales y programas *on-line* con traducciones a varios idiomas que les permiten una difusión en el mercado global.

El mercado corporal de lo sensible se acompasa con las necesidades actuales de un consumidor que ya no solo desea el bienestar material sino sobre todo demanda confort sensitivo y plenitud subjetiva.³⁷⁰ Así el consumo de las PCR en Medellín, se organiza progresivamente en función de los objetivos, gustos y características del consumidor. No obstante, el mercado de lo sensible de las PCR se revela como algo más complejo que la relación entre medios manipuladores y audiencias dóciles. En los siguientes testimonios se observa apropiaciones personales, ya sea orientadas hacia la vivencia del proceso o hacia los efectos esperados: “En el momento hay mucha oferta para hacer yoga, aunque yo podría pagar algún sitio donde dan clases me gusta venir al Jardín Botánico, me gusta el ambiente que se genera en el grupo, me gusta más estar al aire libre”(Entrevista 30); “(...) puede que haya otros sitios donde hacer Pilates pero yo prefiero donde estoy segura que hay personal idóneo...porque para mí venir a estas clases además de quitarme el dolor de espalda es un momento que me regalo a misma y no estoy en función del trabajo, la familia, los amigos” (Entrevista 25). Consumir PCR más allá de contribuir a afinar y expandir el capital humano requerido en el actual sistema económico imperante en la ciudad de Medellín, puede servir también a desarrollar procesos de reflexividad del yo, haciendo más inteligible el mundo actual y facilitando procesos de recomposición subjetiva.

3.2.3.1 Los bienes de lo sensible: Al *régimen empresarial sensible* le interesan los bienes materiales e inmateriales relacionados con: “bienestar”, “armonía”, “balance”, “transformación”, “felicidad”, “autenticidad”, “libertad”, “paz interior”, etc. También integra necesidades establecidas para mejorar el capital humano como “salud”, “liderazgo”,

³⁷⁰ LIPOVESTKY, La felicidad paradójica, Op.cit., p.36

“flexibilidad” “creatividad” y “energía”, “productividad”, principalmente. Los medios que se ofrecen para obtener los bienes inmateriales mencionados prometen ser opuestos a los que ofrece el mercado de lo corporal para estar “en forma” caracterizado por el esfuerzo, la segmentación y mecanización del trabajo corporal, el sudor y el rendimiento. En el nuevo régimen los logros se alcanzan con suavidad, la integración cuerpo-mente, la fluidez en los movimientos, la apertura sensitiva, el control sin esfuerzo, la vuelta a los movimientos orgánicos, el predominio de la calma y el disfrute. De hecho en el siguiente texto de publicidad de uno de estos centros, se alude directamente a ésta diferencia:

En Balanced Core no vas a encontrar un ambiente atiborrado de gimnasio, ni verás el afán de ciertos alumnos por lucir cuerpos y modas, ni mucho menos sentirás que se te satura ni se lleva al límite tu capacidad de resistencia física con extenuantes jornadas que te ahuyentan de tu propósito y te hacen desistir del objetivo de sacar el máximo provecho de tu estructura corporal y obtener el balance entre cuerpo y mente.³⁷¹

El nuevo mercado de corporalidades sensibles incluso ha inspirado a marcas productoras de bienes materiales a imprimirle a sus productos algunas de las cualidades de éste nuevo régimen con el fin de llegar y a la vez producir un tipo de consumidores dispuestos a experimentar con todos los sentidos y autogobernarse. La variedad de productos disponibles es muy amplia, se encuentran productos de belleza, higiene corporal y de ambiente, alimentos, vestimenta, accesorios decorativos, música, libros, etc. En el ámbito local de Medellín, el caso de Punto Blanco es bastante ilustrativo. Han creado una línea de productos y textiles orientados a un público que busca “sentirse bien en su interior” y por tanto necesitan sentir fluidez, placer, confort, apertura, flexibilidad, cualidades usadas para describirlos. La “política de la intimidad” toma forma material en este ejemplo, se observa claramente en uno

³⁷¹ BALANCED CORE. En Balance. [citado 20 marzo 2012] Disponible <http://www.balancedcore.com.co/>

de los lemas de esta marca de ropa: “el movimiento, el sonido, la respiración vibran en ti”. De esta manera, las palabras se hace carne en las personas que las usan, imágenes en las posturas de los modelos y maniqués que exhiben la ropa y experiencia cuando se entra a algunas tiendas (Centro Comerciales El Tesoro, Santafé y Oviedo) donde es posible recibir instrucciones para hacer yoga, tomarse un té, escuchar mantras y música relajante, comprar una orquídea y oler a incienso. Además, Punto blanco ha realizados alianzas con Atman Yoga y el Museo de Arte Moderno de Medellín- MAMM, como “aliados de la causa para hacer del yoga un camino para la paz.”³⁷²



Imagen 22. Ropa interior Punto Blanco



Imagen 23. Yogaa en el MAMM.

El testimonio de una practicante asistente a una sesión de yoga en el Museo de Arte Moderno MAMM, enuncia esta relación “A mí me gusta usar la ropa interior de Punto Blanco porque es natural y ayuda a que la energía no se disperse...me parece muy bien que tanto una empresa como el museo se unan para aportarle a la convivencia en la ciudad” (Entrevista 40).

³⁷² MEJIA, Cristina y VOLKER, Dieze. Yoga. Un camino para la paz. p.12

De acuerdo con lo expuesto, el *régimen empresarial sensible* en Medellín posee un mercado de bienes materiales e inmateriales que se hace efectivo al vincularse a través de estrategias de marketing con las necesidades de bienestar, salud, convivencia, experiencia sensitiva y desarrollo personal que cada quien consume de acuerdo a sus necesidades.

3.2.3.2 La inversión en uno mismo: Si bien en la ciudad de Medellín desde finales de los años 90 han existido movimientos y centros que han enseñado a bajo costos algunas de las PCR, principalmente yoga y taichí, como parte de su acción misional para expandir la conciencia, lo que se observa con mayor fuerza desde mediados de la década del 2000 no solo es una transformación de estas organizaciones hacia un sentido empresarial y comercial sino también una proliferación de negocios en sectores de clase media y alta que ofertan a variados costos los servicios y productos relacionados con PCR.

En el mercado corporal de lo sensible, los bienes materiales e inmateriales son inversiones que los sujetos hacen en sí mismos, para aumentar su propio capital humano, re-configurar su subjetividad y re-elaborar su estilo de vida. De hecho, los practicantes de PCR perciben las inversiones que realizan como elecciones voluntarias y necesarias, mas no como consumo, como se observa en el siguiente texto:

A mí el costo de la mensualidad no me parece alto para los beneficios que tiene. Además, esto hace parte de mi estilo de vida. Uno empieza a ir a danza árabe entonces vas cambiando tu modo de alimentarte, de vestirte, de pasar el tiempo libre, vas tomando talleres y trabando aspectos que necesitas cambiar, y aquí uno va encontrando la herramientas y las cosas que te van a ayudar en la vida, en el trabajo (Entrevista 29).

La inversión es uno mismo tiene un valor económico distinto dependiendo del propósito que la persona tenga con la práctica corporal elegida. Hay inversiones en formación para llegar a ser profesor (facilitador -instructor) y hay inversiones para tomar clases, cursos o talleres como parte del estilo de vida que se lleva, para lo cual se ofrecen varias formas de pago dependiendo de la intensidad que se desee. Aquí es necesario anotar que no todas las personas que se forman como profesores o facilitadores lo hacen para obtener una ocupación laboral. Una parte de los entrevistados expresaban que hacían la inversión para su desarrollo personal o como complemento de otras actividades profesionales. Es así que una formación impartida en Colombia para ser profesor o facilitador de algunas de las PCR elegidas en este estudio se encontraba en el año 2011 entre \$4.000.000 y \$26.000.000. El costo depende del nivel de formación y la duración. Hay formaciones intensivas desde cuatro semanas y formaciones completas hasta de cuatro años para obtener una certificación. En cuanto a los precios de las clases, la clase individual se encontraba en el año 2011 entre \$10.000 y \$70.000 y las mensualidades, correspondientes a la práctica más recurrente (8 o 12 clases), se encontraban entre \$150.000 y \$300.000. Se ofrecen descuentos si se realizan pagos trimestrales (10%), semestrales (20%) o anuales (30%), la inversión anual de alguien que tenga una práctica regular puede llegar a ser de \$3.000.000. Actividades adicionales, por ejemplo, un taller de 2 a 4 horas para la vivencia o perfeccionamiento de algunas de las técnicas tiene un precio que puede oscilar entre \$60.000 y \$200.000. Si se trata de retiros de mínimo dos días para entrenamiento específico de la técnica con hospedaje y alimentación en ambientes campestres tienen un precio entre \$250.000 y \$400.000.

En las organizaciones que realizan clases en espacios públicos no se habla de inversión sino de aporte voluntario. Un ejemplo es el caso de Atman Yoga, organización que en los últimos cinco años ha difundido el yoga en la ciudad sobretodo en espacios públicos con “La filosofía del aporte voluntario”. El siguiente texto forma parte de un folleto que se entrega a los asistentes o se puede consultar en su página *web*:

Hola, gracias por asistir a nuestras clases. Atman yoga es una organización de yoguis sin ánimo de lucro cuya visión es la paz en la ciudad y en el mundo entero. Nuestra estrategia es enseñar y transmitir yoga al mayor número de personas. El mejor aporte voluntario que los alumnos nos pueden hacer es hacer yoga regularmente. Lo segundo mejor es que nos ayuden con la divulgación de este conocimiento reenviando el boletín mensual a sus amigos, empresas y contactos. Y lo tercero es el aporte voluntario. El monto sugerido por clase es de \$15.000. Para poder cumplir con esta estrategia y porque sentimos que esta enseñanza del yoga es tan valiosa que no podemos ponerle un valor fijo, todas nuestras clases y actividades se financian con el aporte que cada estudiante nos da desde su corazón y entendimiento.³⁷³

Las tarifas descritas evidencian las condiciones económicas necesarias para el acceso regular y variado a la práctica de PCR en la ciudad de Medellín. En Colombia, el salario mínimo a 2011 es de \$ 535.600, una persona con ingresos correspondientes a este salario difícilmente tiene la posibilidad de acceder a las PCRs en horarios, intensidades y estilos que desea. Por tanto, los sujetos que acceden a estas prácticas “a la carta” son generalmente personas que provienen de los estratos socioeconómicos medios y altos de la ciudad. Los centros mismos, se ubican mayoritariamente en sectores correspondientes a los estratos mencionados como Laureles, Poblado, Estadio, Aguacatala, Belén, La Floresta. No obstante, personas de estos mismos estratos junto con otras provenientes de estratos inferiores y otras zonas de la ciudad acceden también a las “clases abiertas” en parques públicos o centros comerciales que ofrecen algunos centros o a las clases y eventos del Inder.

³⁷³ ATMAN_YOGA. Filosofía del aporte voluntario [citado 4 marzo 2011] Disponible <http://www.atmanyoga.co/es/wp-content/uploads/2013/06/LA-FILOSOF%C3%8DA-DEL-APORTE-VOLUNTARIO-2012.pdf>

En cuanto al rango de edad de los practicantes, en cada una de las PCR se encuentran variaciones dependiendo de las condiciones físicas requeridas para realizarlas, las motivaciones personales, el poder adquisitivo, la legitimidad social que ostente la práctica corporal y sus instructores, la dimensión de la experiencia que se desea afectar (emoción, pensamiento, movimiento, sensación), la disposición hacia el proceso o resultado de la práctica, la preferencia a su ejecución individual o grupal, entre otros asuntos. No obstante, las PCR se anuncian como útiles para cualquier rango de edad no solo por la segmentación del mercado descrita anteriormente sino porque también sus características por los cual se catalogan como practicas “suaves” o “internas” “facilitan su realización a cualquier persona. De todos modos, se puede observar un predominio de personas en el rango de 20 a 40 años hacia el Método Pilates®, Danza oriental y algunos estilos de yoga que incluyen posturas y movimientos con cierto grado de complejidad. En los estilos de yoga más clásicos, el Método Feldenkrais®, Antigimansia®, Biodanza® y taichi predomina el rango entre 40 y 60 años.

Las mujeres son mayoritarias en todas las PCR. Respecto a esta tendencia, puede entenderse al observar que los *sentidos* de éstas prácticas articulan representaciones y actuaciones atribuidas históricamente a lo femenino a nuevas imágenes y realizaciones de empoderamiento individual. Esto demuestra la capacidad performática de las PCR al funcionar como vectores de subjetivación, ya sea para adelantar un proceso de singularización o de reproducción de la indentificación sujeta al poder, e incluso hacerlas coincidir.

En suma, el *mercado corporal de lo sensible*, provee contenidos, percepciones y usos del cuerpo por medio de la variabilidad de los estilos de las PCR, de tal modo que se identifiquen con la satisfacción de las necesidades de autorrealización o/y optimización de sí mismo en el escenario socio-económico actual de Medellín. No obstante, a pesar de la tendencia a la mercantilización de la experiencia corporizada y a su fuerza de tipificación existe un impulso a la reflexividad de lo social que no anula las elecciones individuales, aunque reciba su influencia. Los practicantes de PCR al elegir algún estilo dentro del mercado de lo corporal e integrarlo a su estilo de vida, dedicándole tiempo y recursos para su realización, atribuyéndole funciones en la relación consigo mismo, los otros y el entorno, convierte a las PCR también en un vector para singularizarse. De acuerdo a lo evidenciado, puedo decir que un sistema de mercado, genera casi por definición la necesidad de “pensar” y realizar elecciones para el consumo de bienes y servicios,³⁷⁴ por lo que la respuesta a la experiencia corporizada a través del consumo de PCR no puede evaluarse solamente en función del contenido que disemina sin tener en cuenta que los individuos realizan activamente procesos de singularización o agenciamiento, discriminan entre la múltiple información que les llega, eligen, interpretan desde su punto de vista y realizan apropiaciones de acuerdo a sus circunstancias o actitudes singulares.

³⁷⁴ GARCÍA Canclini, Nestor. .El consumo sirve para pensar. Consumidores y ciudadanos. Conflictos multiculturales de la globalización. México, Grijalbo, 1995, pp. 41-55.

6. PROCESO PERFORMATICO PARA CORPORIZAR EL SÍ MISMO

“(…) aquel que, diestro en el arte de los ofidios, sabe que crear un mundo nuevo implica la difícil tarea de mudar de piel. Pero es falso que las viejas pieles sean inservibles: primero son huellas, luego son materia para nuevos universos metafóricos”
Chantal Maillard³⁷⁵.

En este capítulo presento los hallazgos relativos a un *modus operandi común* en que acontece la corporización el sí mismo en el conjunto de las PCR focalizándome en el evento en que usualmente se aprenden y ensayan, la clase-taller. Existe una serie de elementos comunes en la estructuración y significantes asociados que permiten analizar este evento en el conjunto de las PCR, a pesar de las variaciones en cada estilo.

En la primera parte, como producto del análisis de las similitudes entre la *performance* clase-taller de las PCR, describo con ello, un *proceso performativo común* (de uso del cuerpo, de manera de sentir, de modo de atención) y de significantes socializados durante su realización. En la segunda parte, planteo algunos aspectos diferenciadores entre subjetividades sensibles, elaboradas durante la *performance* clase-taller, tomando ejemplos de estilos de PCR y planteo algunas consideraciones al respecto. Todo ello, integra datos que emergieron de mi posición como observadora carnal, entrevistas abiertas y narrativas corporizadas de algunos practicantes.

³⁷⁵ MAILLARD, Chantal. La razón estética. Barcelona: Editorial Laertes, 1998. P.252.

4.1 MODO PROCESUAL COMÚN DE LAS PCR

Para iniciar, cabe recordar que en la primera parte de este trabajo caractericé las PCR “como *performance*” liminoides, al ser enseñadas y entrenadas en ámbitos extra-cotidianos y de bienestar, con participación voluntaria y activa del practicante, basadas principalmente en sistemas de movimiento consciente, combinados con otras experiencias sensoriales, verbales y lenguajes estéticos (usados en distinta proporción y modo). De manera específica, en este apartado, analizo las similitudes de la *performance* común en la que operan las PCR, la clase-taller, describiendo el *modus operandi* compartido para adelantar el proceso de *subjetivación corporizada*. Específicamente, presento lo que concierne a la organización de la *performance* clase-taller como espacio-tiempo ritual, las *fuerzas sensibles* (relacionadas con sensación-movimiento-intención-emoción) provocadas y el modo de atención o *reflexividad somático-estética* aprendido, todos ellos en relación con el proceso de afección en los *estados corpóreos-subjetivos*.

Me interesa definir de antemano, el “modo somático de atención” (Csordas, 2010) que ha surgido de los datos al analizar el proceso de enseñanza-aprendizaje en la *performance* clase-taller de PCR, ya que adelantar la coprorización de sí mismo, supone, una acción experimental y reflexiva de la experiencia y uso de sí. Se trata de un modo de atención elaborado performáticamente en medio de relaciones intersubjetivas de enseñanza-aprendizaje que denomino *reflexividad somático-estética*, desarrollado por el practicante a medida que experimenta conscientemente la interacción entre las *fuerzas sensibles* y la afección subjetiva propiciada en la *performance* clase-taller.

Los modos de *reflexividad somático-estética* que describo en el proceso performático de la clase-taller de PCR, integra un nivel de percepción consciente del cuerpo con un nivel de autoconciencia somática y subjetiva. Esto es, un primer nivel identificable con el que Merleau-Ponty define como objeto o conciencia tética, en el cual captamos y percibimos explícitamente los estímulos externos sobre nuestro cuerpo y nuestras sensaciones somáticas. Por ejemplo, cuando algún practicante identifica la posición de su cuerpo al estar acostado o distingue el flujo de su respiración a través de las fosas nasales, o cuando incluso, puede identificar su estado emocional o mental. Un segundo nivel perceptivo, implica no sólo estar consciente de lo que se percibe como un objeto explícito de apropiación, sino que puede ser igualmente consciente de la conciencia focalizada y sus efectos en la experiencia somática y subjetiva, mientras que controla la apropiación del objeto. En este nivel, ya no sólo reconoce el hecho de respirar o la manera misma en que respira (de forma rápida o superficial, desde el tórax o la nariz, etc), sino también entiende cómo al atender la manera de respirar influencia el curso mismo de la respiración y las emociones, pensamientos e intenciones asociados a ella, es decir, el modo de conducirse, haciendo posible la reelaboración de su proyecto corpóreo-subjetivo.

A continuación transcribo tres relatos de la *performance* clase – taller, los cuales servirán como punto de partida para el análisis:

Clase-taller yoga: Me encuentro entre un grupo de unas veinte personas vestidas con sudadera o ropa cómoda, tenis o sandalias, llevando consigo un mat o colchoneta, mostrando una disposición relajada, notable en los cuerpos y rostros a medida que nos acercábamos al Orquideorama (Jardín Botánico) un domingo a las 10 a.m para iniciar una sesión de yoga dirigida a principiantes. Se identifican personas de diferentes edades, sexo y a juzgar por la apariencia, también de distintas condiciones económicas. Cada uno escogemos libremente el lugar donde estar extender nuestra colchoneta, algunos saludan a los vecinos, otros en silencio nos quitamos los zapatos y nos vamos preparando para la experiencia, la cual va a ser dirigida por una mujer de mediana edad, vestida de pantalón blanco, camiseta amarilla, sin maquillaje que se presenta con su nombre espiritual (antes he

notado que su vestimenta es uniforme con otros facilitadores que también se encuentran en este espacio con otros grupos). Poco a poco va ganando el silencio y la facilitadora pide acostarnos con piernas extendidas, brazos a los lados del cuerpo, manos hacia arriba, ojos suavemente cerrados y propone respirar profundo y lento por la nariz, llama a esta postura, Shava-Asana y pide dirigir la atención “aquí y ahora”. Se mantiene durante un tiempo corto la postura, mientras ella recuerda que el aire es el “*prana*, elemento, dispensador de salud y paz”, pide que lo imaginemos “como si se fuera nuestra energía vital” llevándolo a través de la respiración por todo el cuerpo, empezando en la parte superior de la cabeza y siguiendo hasta los pies, hasta alcanzar un estado de “conexión” entre cuerpo y mente, junto con lo que nos rodea. Explica que al principio puede costarnos estar concentrados por lo que puede servir enfocar la atención en cada parte del cuerpo o en el contacto con el piso. A continuación empieza a pronunciar el mantra *Om*, y de inmediato es acompañada por todos produciéndose en el entorno, una sensación y rumor vibrante. Después sentados usando mudras o gestos de las manos, realizamos otros dos ejercicios básicos de respiración, Anulomaviloma o respiración alterna entre las dos fosas nasales y Kapalabhati, respiración de fuego donde se inhala y se exhala contrayendo con rapidez y fuerza el abdomen contra la columna, los cuales son indicados por la facilitadora y realizados simultáneamente por cada persona a su ritmo. En este momento, se percibe un aumento de la atención a la experiencia de la respiración por parte de los practicantes, haciendo los ajustes que vamos necesitando. Continúa la clase con la realización de la serie “saludo al sol”, repetida cinco veces y posteriormente, se van ejecutando otras asanas o posturas que la facilitadora va describiendo en sensaciones y acciones, que los participantes vamos realizando, guiados principalmente por lo que vamos entendiendo y sintiendo, ya que no hay demostración, aunque algunos ven lo que hacen otras personas a su lado. La facilitadora va explicando en cada postura sus efectos en la apertura de canales energéticos o chakras, describe efectos sobre órganos y aspectos síquicos, así como recalca el incremento de flexibilidad en la columna, la resistencia ósea, la circulación y el sistema inmune que se notaron en la salud y estado mental en la vida diaria. Se finaliza, volviendo a la posición acostada inicial y se recita en grupo un mantra. Se recuerda que el aporte es voluntario. Cada uno recogemos nuestras pertenencias. Hay intercambio de miradas, sonrisas y palabras de despedida entre varios participantes (Diario de campo, mayo 3 de 2010)

Clase-taller Danza oriental. Un jueves seis de la tarde, en un salón amplio de piso de madera, revestido con telas de colores, espejos en una pared, afiches de bailarinas de danza árabe, olor a esencias y música oriental, me encuentro con un grupo de mujeres de edades entre los 25 y 45, todas con faldas de colores, algunas diseñadas para esta danza (con brillos, lentejuelas, metales, flecos, abiertas a un lado o al frente) y otras solo han agregado a la falda un caderín (pañuelo con metales que suenan), usan también blusas cortas, aretes y pulseras, también el cabello suelto y maquillaje intenso. La facilitadora vestida de manera similar, se ubica frente a nosotras, pidiendo que cerremos los ojos, recordando que estamos “aquí y ahora” para dejar las preocupaciones por fuera de este espacio y “regalarnos” este momento para cada una, “sentirnos más felices con nosotras mismas, aceptándonos y aumentando nuestro poder femenino”, activando además, conexiones energéticas y mejorando la condición física. Enseguida pide sonreír mientras se realizan movimientos suaves y disociados (adelante-atrás-inclinación-rotación) de cabeza, hombros, caderas, rodillas, cuello de pie y muñecas para preparar las articulaciones y músculos. Cambia de música y nos pide acostarnos, cerrar los ojos, llevando las manos al vientre, “probando como invitarlo a moverse y no obligarlo”, reconociéndolo sin juzgarlo como lo hace la sociedad al “hacernos sentir gordas” y porque es el lugar donde “alojamos el miedo”, así que cuando se logra mover esta zona se logra activar chakras, se movilizan “las aguas internas”. Pasamos en la misma posición a un apoyo en los antebrazos y ensayamos un movimiento ondulatorio entre abdomen y tórax, sintiendo la sensación de secuencia del movimiento y la emoción de confianza que produce la sensación de fluidez y totalidad. A continuación, vamos a la posición de sentadas en rodillas para trabajar movimientos de “pecho” colocando un dedo en el chakra del centro del tórax, para empezar a realizar movimientos de esta zona en todas las direcciones y combinaciones guiados por la punta del esternón, “desbloqueando la

energía para que el movimiento gane espacio, es decir, liberamos tristeza, ganamos luz, movimiento”. Después nos muestra movimientos de brazos y manos, explicando que son “movimientos de aire”, zonas auxiliares del chakra el corazón para ayudar a fluir la energía, desbloqueando los chakras del aire, ubicados en la zona alta del tórax y el cuello, hacemos los movimientos guiadas con imágenes hechas sensaciones y figuras de movimiento “sutiles” con los brazos como si fueran “alas” “cobras” o de las manos como “águila, cocodrilo, tigre”. Posteriormente, nos ponemos de pie para generar el movimiento de cadera, “desbloqueando el fuego interno”, el chakra inferior que “nos conecta con la tierra, la prosperidad” se activa con movimientos solares que son más cortos y secos (en relación con la percusión) y los movimientos lunares que son más continuos y ondulantes. Al final, se nos invita a un círculo entre practicantes y la facilitadora donde se comparte una frase alusiva al amor propio y a la “fuerza de lo femenino”, invitándonos a incorporar lo aprendido a la “danza diaria de la vida”.

Clase-taller Método Feldenkrais. Martes 12:15 meridiano, salón con alfombra, ambiente cálido, y silencioso, cojines de diferentes tamaños. Me encuentro en un grupo de cinco mujeres, en edades entre los 45 y 65, vestidas con sudadera o ropa cómoda, y la facilitadora que se sienta en un banco frente a nosotras y pide acostarnos con las piernas y brazos extendidos, ojos cerrados, para empezar a “chequear” los apoyos de todo el cuerpo sobre la colchoneta en esta posición. A continuación, nos indicó girar la cabeza desde la sensación ósea del cráneo y “notar” hasta dónde llegábamos y cómo nos sentíamos. Después se nos pidió empezar a realizarlo de nuevo esta vez de forma “progresiva, lenta y suave, notando las cualidades del movimiento” que iban siendo orientadas por la facilitadora: el grado de esfuerzo, la secuencia del movimiento en el resto del cuerpo (hombros, caja torácica, espalda, pelvis), la sensación de continuidad o fluidez del movimiento, la dirección del movimiento de los ojos, los apoyos de la pelvis y los pies. Posteriormente, se nos pidió flexionar las rodillas, apoyar los pies en el piso y empezar a presionar el pie derecho contra el piso de tal forma que pasara el peso al lado izquierdo, chequeando la transmisión del movimiento, y regresar. Se nos pide repetir el movimiento varias veces, cada uno a su ritmo, sin precisar la cantidad. A medida que cada quien ensayaba, la facilitadora pronunciaba frases, tales como: “busque iniciar el movimiento de la cadera desde otro lado, desde el pie” o “revise si puede hacerlo de una forma más fácil y cómodo”; “note que pasa con su tronco y cabeza”, “si hay molestia o esfuerzo cambie a un modo de hacerlo placentero y eficaz, más corto, más suave”. A continuación, se nos pidió llevar las piernas al lado izquierdo y notar que hacía la cabeza y la columna para permitir la realización del movimiento. Si la cabeza se quedaba quieta o acompañaba la dirección de la pierna, o se dirigía al lado contrario. Se nos pide “hacerlo de “varias maneras” y “comparar” cual es más fácil, también ensayar dejando la cabeza quieta, notando que “efecto” tiene en el movimiento. Enseguida, la facilitadora nos pidió que “visualizáramos una cuerda que conectaba la nariz y las rodillas” para realizar el movimiento nuevamente, lo que contribuyó, a que clarificáramos aún más la intencionalidad de la acción. Finalmente, volvimos de nuevo a la posición inicial de la clase para chequear de nuevo que había cambiado. Enseguida se nos pidió “visualizar lo hecho y lo sentido con el lado izquierdo”, primero mentalmente y después con el movimiento, “guiándose por la sensación de comodidad, suavidad y secuencialidad” del gesto solicitado. Volvimos a la posición inicial y chequeamos de nuevo los apoyos y la sensación general que teníamos. También meditar sobre cómo la manera de moverse se relaciona con la forma de comportarnos en todas las dimensiones de nuestra vida. (Diario de campo, agosto 11 de 2010)

Como se puede apreciar en las descripciones anteriores, la *performance* clase-taller de PCR, contiene un *modo procesual* que permite al practicante *hacer experiencia en y con el cuerpo*,

modificándolo en tanto objeto, y modificándose en tanto sujeto, a través de la alteración en la percepción y uso de sí, y el aprendizaje de una *reflexividad somática-estética* desarrolladas activamente (participación voluntaria y en movimiento), en medio de relaciones intersubjetivas (enseñanza-aprendizaje) y el acontecimiento liminoide y reiterativo de la *performance*. El *estado corpóreo-subjetivo* en cada parte del proceso de la *performance*, expresa un momento de *corporización del sí mismo*, es decir, de subjetivación corporizada que en este caso, es *performática*, al poner en juego la forma-sujeto y hábitos preestablecidos, de modo activo y reflexivo.

La tabla 2, sintetiza el *proceso performático común* en la clase-taller de las PCR. No sobra aclarar que la decisión de descomponer en momentos la *performance* y los *estados corpóreo-subjetivos* que produce, se aleja de entenderlos como acontecimientos lineales o previsibles, y más bien se realizan con intenciones analíticas. Por tanto, como “conductas vivas” y experiencias corporizadas, pueden mezclarse fecundamente e incluso, no excluyen otras producciones diferenciadas que aquí no alcanzo a hacer visibles. Además, es necesario reconocer que cada estilo de PCR tiene énfasis en los componentes de la experiencia que desea afectar, en la técnica o fuerzas sensibles que pone en juego para hacerlo como en la cualidad de la reflexividad ensayada. No obstante, es posible identificar rasgos comunes en medio de ellas, que es lo que el cuadro sintetiza.

Tabla 2: Proceso performático común. Clase-taller de PCR

PROCESO CLASE-TALLER	FUERZAS SENSIBLES (sensaciones, movimientos, intenciones-emociones)	REFLEXIVIDAD SOMÁTICA-ESTÉTICA	ESTADO CORPÓREO-SUBJETIVO
Iniciación: Disposición a informarse de nuevos <i>sentidos</i>	Fuerzas de abertura: Experiencia vibrátil (sensaciones inusuales) Redistribución y amplificación sensible (sinestesia) Atención enfocada y activa (Sentir-se en movimiento y sentir con el cuerpo).	Modo potencial: Abertura Permeabilidad Presencia	Cuerpo poroso: Presencia viva
Transición: Re-elaboración de <i>sentidos</i>	Fuerza creativas: Forma subjuntiva (como si) Creación cinética (experimentación con mecanismos cinestésicos) Repetibilidad (fijación y variación en la repetición)	Modo experiencial: composición-recomposición (lo dado-lo elegido-lo virtual) Recreación, simulación y/o adecuación	Cuerpo experimental: Re-hacerse
Reintegración: Ensayo y representación de los nuevo sentidos	Fuerzas de integración: Autorregulación práctica Experiencia estética vital (sentirse, sentirse bien y sentir el entorno) Representación singularizada	Modo de poso: Actualización Sedimentación	Cuerpo actualizado: Re-presentarse

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación etnográfica

4.1.1 La clase-taller como espacio-tiempo ritual. La *performance* clase-taller en PCR desde sus inicio se configura como un espacio-tiempo con atributos de lo liminoide y lo sensible. Su particularidad radica en introducir discontinuidades en la percepción simbólica y sensible de la corporalidad, tal y como los rituales introducen discontinuidades en la estructura del tiempo y el espacio. De manera general, me interesa resaltar como la *performance* clase-taller en PCR contiene los polos contrapuestos de interacción social que se ponen en juego en los contextos rituales, según Turner³⁷⁶. Por un lado, un sistema

³⁷⁶ Op., cit., TURNER. El proceso ritual. Estructura y antiestructura.

estructurado y jerárquico que inscribe la conducta de los practicantes en el polo simbólico, racional y político de la cosmovisión propia de cada estilo de PCR, y por otro lado, un sistema anti-estructural caracterizado por la ausencia de jerarquías y la indiferenciación (en cuanto interesa es la experiencia personal) ligado a la idea de una comunidad abierta y al polo sensorio-emotivo de la conducta de los practicantes.

Lo anterior se puede empezar a apreciar en la organización de un horario específico para la clase-taller, “la práctica”, o el “trabajo corporal”, como suele ser llamado entre sus participantes, por fuera de actividades cotidianas o dentro del llamado tiempo libre, marcada por la estructura de tiempo en la clase-taller que contiene claramente momentos de inicio, desarrollo y cierre, como por su realización preferentemente en sitios distintos a los espacios laborales y familiares (jardín botánico, escuela de danza, residencia-taller), a la cuales se asiste de modo voluntario para vivir una experiencia no habitual dentro de las acciones cotidianas y la oferta hegemónica de prácticas corporales orientadas al fitness: la de un cuerpo sensible, atento a lo que siente, autorregulado en su esfuerzo energético y dentro de una vivencia holística. Además, en las descripciones citadas de clase-taller, se aprecian también apariencias y tratamientos corporales usualmente no usados en espacios públicos que aumentan el efecto de vivir una situación extra-ordinaria, como el estar descalzos, vestirse con ropa blanca en el caso de yoga o los usos de maquillaje llamativo, accesorios coloridos en danza oriental.

Pudo decir hasta ahora, que el “intersticio” abierto en la vida cotidiana por la clase-taller de PCR permite a los participantes de la *performance* (facilitadores y practicantes) empezar a reelaborar significados y disposiciones sobre la experiencia y uso de sí, condensando el polo simbólico y el polo sensorial por medio de metáforas o significantes rituales, facilitado por el estado de indiferenciación propio de la “liminaridad”.

Continuando con significantes rituales, no necesariamente lingüísticos puestos en escena de la *performance* para incrementar los efectos extra-ordinarios de la experiencia corporizada y re-elaborar los *sentidos* (sensaciones, emociones, intenciones, significados), se encuentra por ejemplo, el uso de espacios y medios naturales en el caso de la práctica del yoga, la elección de un salón cálido y silencioso con cojines para el ajuste cómodo del cuerpo en el piso, en el caso del Método Feldenkrais o un salón vibrante en sonidos, colorido y aromas para la danza oriental. En otras observaciones realizadas, puedo genéricamente mencionar otros recursos rituales: uso de luces tenues y espacios aislados para evitar distracciones; uso sutil de instrumentos musicales o música que fomenta la concentración; empleo de sahumerios y velas encendidas que provocan un ambiente íntimo; uso de colores preferentemente blanco, azul, morado y verde que se consideran armonizadores; presencia de imágenes de paisajes, deidades o personas en estados de paz, meditación o gozo, usados como referentes o ideales; *mandalas* o dibujos que representan aspectos del mundo sutil o espiritual dentro de círculos, y la realización de *mudras* (gestos corporales) que representan, imprimen y transmiten estados simbólicos y corpóreos-subjetivos.



Imagen 24. Salón de práctica. Antigym



Imagen 25. Salón yoga. Anaisa

En cuanto a significantes lingüísticos, el llamado “aquí y ahora” que resuena en toda *performance* de PCR, como surgió en los anteriores relatos de yoga y danza oriental, anuncia el espacio-tiempo presente y la potencia de actuar en la vivencia actual para articular la “conexión” entre subjetividad y corporalidad, o experimentar la “armonía”, “integración”, “el desbloqueo de la energía”, “la fuerza interior”, “la fluidez”, entre otros estados que prometen estas prácticas. Suele escucharse también, expresiones de los facilitadores tales como, “sentir lo que siente”, “sentir la emoción en el propio cuerpo”, “sentir que pasa al moverse cuando se imagina”, “notar el efecto cuando se mueve”, “darse cuenta”, entre otras expresiones. En este sentido, otro aspecto a tener en cuenta en lo narrativo, está ligado a los aspectos paralingüísticos, ya que los facilitadores usan variaciones en la intensidad y volumen de la voz; en la velocidad de la emisión de los enunciados o en la entonación lo que produce un efecto de introspección en las mismas prácticas. Incluso para incrementar el hecho ritual, en algunos sitios destinados a clase-taller se encuentran letreros que invitan a tener una disposición abierta y atenta a la experiencia, como los siguientes textos que encontré a la entrada de un salón

para la práctica de yoga: “Asegúrese de dejar aquí no solo sus zapatos”. Además, o “Estoy abierto a la sabiduría de mi interior y estoy en paz. Yo soy mi propia medida”.

En suma, en la *performance* clase-taller de PCR, se ponen en escena significantes narrativos, corporales y escénicos vinculados con lo sensible buscando enfocar, direccionar la atención sobre lo sentido, percibido, actuado, dicho y pensado, según los proyectos corpóreo-subjetivos singulares y las cosmovisiones propias de cada práctica. Aquí, es necesario concluir también que aunque se privilegie la experiencia personal ella se sostiene y elabora de modo intersubjetivo.

4.1.2. Elaboración intersubjetiva de *sentidos*: En lo anteriormente descrito de la *performance* clase-taller en PCR se destaca como el proceso desplegado de *subjetivación corporizada* es elaborado de modo intersubjetivo, en el cual la corporalidad es objeto de afección por medio de recursos cinéticos, escénicos y también narrativos los cuales indican a los practicantes hacia dónde dirigir la atención, qué tipo de información discriminar; cómo comprenderla, alterarla o afinarla. Además, ello puede ser comunicado mediante imágenes auditivas, cinéticas, visuales, contactos corporales o ser descrita mediante palabras. En este sentido, también puede profundizarse sobre la relación intersubjetiva entre facilitador y practicantes durante el proceso enseñanza-aprendizaje que se da en la clase-taller de PCR.

La intersubjetividad en la *performance* clase-taller de PCR puede entenderse más como “interexperiencia” resultante de un modo corporizado de proceder, comunicar, apropiar y monitorear los *sentidos* de la práctica que se está entrenando. En las prácticas orientales (yoga

y Taichi) y algunas prácticas dancísticas personales, la palabra casi no interviene en el entrenamiento, más bien se trata de una atención corporizada a la experiencia del otro, (el facilitador o practicante) ya que se propone un aprendizaje cinestésico, por lo que se busca sentir la cualidad de lo que está actuando el otro, comprensión que se da “tratando de hacer y sentir lo que el profe hace” o “sintonizándose con lo que hacen los otros” mientras se ejecuta la *performance*, aunque algunas veces el facilitador también acuda a una mirada de aprobación o desaprobación, al “toque” en alguna parte del cuerpo del practicante para indicar un cambio o direccionar la atención. Por su parte en la clase- taller de las prácticas somáticas, los facilitadores no ejecutan movimientos o demostraciones sino que usan la palabra para comunicar y monitorear la experiencia en términos de sensaciones y cualidades de movimiento, traducida desde su propia experiencia corporal, razón por la cual en todos las PCR, pero especialmente en estas prácticas, la certificación para ser facilitador tiene como condición haber pasado por el mismo tipo de aprendizaje durante un tiempo determinado.

En este punto, es preciso resaltar el aspecto performativo de la narración, en tanto las palabras “hacen cosas”, según Austin³⁷⁷ y tienen una eficacia material sobre lo corporal, efecto que Lévi-Strauss³⁷⁸ identificó como eficaz simbólicamente. Es decir, las narraciones que son utilizadas por los facilitadores durante la *performance* clase-taller en PCR no solo reorganizan y materializan lo simbólico-sensible en los cuerpos, sino además, al provocarse una experiencia corporizada que implica a todos sus componentes (sensación, sentimiento, pensamiento, movimiento) se asegura la eficacia ritual, lográndose tanto el efecto

³⁷⁷ AUSTIN, John. *Cómo hacer cosas con palabras*. Buenos Aires: Paidós, 1971

³⁷⁸ LÉVI-STRAUSS, Claude. *Antropología Estructural*. Barcelona: Editorial Paidós, 1987

performativo del discurso *en los cuerpos* como el efecto performático de la acción *con el cuerpo*.

En suma, la interexperiencia en la *performance* clase-taller de PCR, es posible porque se basa en la experiencia y comunicación con el propio cuerpo, *con-moviéndose* entre cuerpos, es decir: enseñando y monitoreando lo que sabe desde adentro hacia afuera por parte de los facilitadores y los practicantes; incorporando y comunicando con el cuerpo lo verbalizado o no por el facilitador; convirtiendo lo observable, dicho y sentido en índices de atención, presencia y evaluación para ambos. Quisiera anotar además sobre la interexperiencia que autores tan diversos como Bardet³⁷⁹, Feldenkrais³⁸⁰, Jackson³⁸¹ y Csordas³⁸², basados en saberes como la danza, la educación somática y la etnografía han develado que una vez sitúo mi relación con el otro en el terreno de lo corporal (observándolo, tocándolo, usando el cuerpo del mismo modo), quedo impregnado de un entendimiento que luego puede ser comprendido según el entorno o la experiencia de cada uno pero que siempre permanece arraigado en un campo de actividad práctica. Es así como la categoría de “intuición sensorial” propuesta por Csordas³⁸³ me es útil para seguir comprendiendo la experiencia de intercorporalidad en PCR, especialmente, para interpretar la adquisición acumulada de saber corporal de quienes hemos trabajado con el propio cuerpo y el cuerpo de otros (fisioterapeutas, médicos, educadores físicos, profesores de danza, músicos, etc) que nos permite lograr una comprensión más inmediata de lo que puede estarse

³⁷⁹ BARDET, Pensar con mover. Un Encuentro entre danza y filosofía, Op. cit., p.229

³⁸⁰ FELDENKRAIS, La dificultad de ver lo obvio, Op. cit., 119

³⁸¹ JACKSON, Conocimiento del cuerpo, Op. cit., 82

³⁸² CSORDAS, Modos somáticos de atención, Op. cit., p.97

³⁸³ CSORDAS, Modos somáticos de atención, Op. cit., p.97

sintiendo o sucediendo durante una acción, más aún, cuando además compartimos el mismo *habitus*.

Puedo decir entonces que en el proceso de enseñanza-aprendizaje propio de la *performance* clase-taller en PCR se presenta un modo de *interexperiencia sensible* a través de la cual el cuerpo del facilitador comprende y afecta al cuerpo del practicante, mediado por sus modos somáticos de reflexividad. La corporalidad del facilitador, más allá de transmitir un saber particular, vincula su propia vivencia sobre la vivencia del otro, afectando y dejándose afectar según lo propio de cada PCR. Esto devela, no solo nuestra relación de quiasmo con el mundo en donde coexistimos con otros, sino también el potencial de (trans) formarnos con el cuerpo.

Finalmente el hecho de que la *performance* clase-taller de PCR implique también un cultivo de la atención al encuentro con otras corporalidades con las que entramos en relación modificándonos y modificándolas, y la preferencia por practicarse en grupo aunque se realice de manera individualizada (en algunas prácticas dancísticas personales se llega a interactuar más en grupo); indica que no se trata de un fenómeno privado, sino de un ritual colectivo e intercorporal, al mismo tiempo, singular y plural. La *interexperiencia sensible* facilita un entendimiento empático entre quienes participan de una misma experiencia donde además la praxis corporal es objeto y sujeto a la vez. De tal forma que, en la clase-taller como en las actividades complementarias se forma un ambiente de acogida, “donde uno siente que puede dejarse ir” (Entrevista 33) y “nadie está por encima de nadie porque lo que importa es lo que se está viviendo en ese momento” (entrevista 32) a tal punto que aunque no se conozca al otro, a veces ni el nombre, se establece un vínculo de comunión emocional, de sensación de pertenencia

a un grupo que comparte sensaciones y propósitos similares. En el caso de una practicante de danza oriental se vivencia así:

Para mí el grupo de danza se volvió como mi segunda familia, así no compartamos mucho por fuera de este espacio y seamos todas muy diferentes por edad, por las actividades ocupacionales e incluso por clase social pero siento que es un encuentro sincero y amoroso, y la profesora, aunque es la que sabe y dirige, pues la sentimos como una de nosotras porque en lugar de ordenar o de hacer juicios, respeta el proceso de cada una, no nos hace sentir incómodas. Y cuando tenemos una presentación, todas asumimos responsabilidades y lo más importante, nos prestamos cosas para que todas estemos bonitas y seguras sin egoísmos. (Entrevista 38).

De acuerdo a esas dinámicas de unificación general en torno a un consenso simbólico, corporal y emocional, cabría hablar de un tipo de “communitas” planteada por Turner³⁸⁴ como una modalidad de interacción social opuesta a la de estructura, en su temporalidad y transitoriedad, en la que se suspenden las jerarquías y se establecen relaciones igualitarias, generalmente, espontáneas, que se sostiene a través de prácticas rituales. A través de los *sentidos* compartidos en la *performance* clase-taller y las actividades complementarias por fuera de ellas (retiros, cursos, celebraciones, etc), se unen momentáneamente las re-presentaciones singulares y se evoca la re-presentación colectiva. Otro ejemplo, se observa en la experiencia de una practicante de yoga al participar en la convocatoria realizada por algunos centros de yoga de la ciudad para la celebración del Día de la paz en el Jardín Botánico:

Es muy bonito estar tantas personas realizando yoga y mantras, se crea una atmósfera muy especial, eso es muy transformador para uno y para Medellín, por ejemplo. Si uno está bien consigo mismo, tiene herramientas para hacerlo y puede compartirlas con otros, a mí me parece que eso tiene mucho poder y es un aporte para que el mundo sea más equilibradito. (Entrevista 37).

4.1.3 Performance I-Iniciación: He mencionado hasta ahora que la *performance* clase-taller propicia una vivencia no habitual en los aspectos visibles del cuerpo como en el modo de uso

³⁸⁴ TURNER, El proceso ritual. Estructura y antiestructura, Op.cit.,p.88

y experiencia de sí. Todos ellos, se elaboran dentro de la *performance* clase-taller con la puesta en escena de *fuerzas sensibles* y el aprendizaje de modos de *reflexividad somático-estético*. En la primera parte de la *performance*, se activa una reflexividad somática-estética para una *presencia viva*, es decir, se dispone la corporalidad y subjetividad de los practicantes a un *estado poroso* que quiebra la forma sensible (de percepción y uso) que se tenía, haciéndose *presente y permeable*, es decir, abriéndose como cuerpo-sujeto para informarse de nuevos *sentidos*. La eficacia de este proceso está marcada principalmente por el uso de *fuerzas de abertura* y el aprendizaje de un *modo potencial* de reflexividad.

4.1.3.1 Fuerzas de abertura y modo potencial de reflexividad. *Las fuerzas de abertura* que en esta fase de iniciación contribuyen a la eficacia ritual por tener como propósito no solo alterar el uso habitual del cuerpo sino también disponerlo para in-formarlo de nuevos *sentidos*, son: experiencias *vibrátiles*, *atención enfocada y activa*, *redistribución y amplificación sensible*. Estos trazos se aprecian en los relatos de la *performance* clase-taller descritos anteriormente como en el siguiente testimonio:

En el proceso de hacerme danzante he notado aspectos de mi cuerpo, mente y emociones que antes no sentía claramente, también la presencia de mis compañeras e incluso sensaciones que me llegan del salón de clase y también noto que se relacionan con el hecho de haber ido aprendiendo a mejorar mi atención a lo que siento cuando danzo y aun cuando no lo hago (...). Durante la práctica de la danza: es difícil describir lo que se siente, uno se siente envuelto en la sensación, el cuerpo ya no es solo físico (...) danzo una emoción, o, soy agua, por ejemplo (...) antes de esta experiencia, tenía una sensación muy limitada de mi cuerpo, ahora, siento hasta el movimiento de mis ojos, de los dedos de las manos, las partes laterales (...) descubrí movimientos que nunca había realizado, en círculos, ondas, en ochos... además aunque haya pasos fijos, la experiencia es siempre distinta. (Entrevista 38).

La *experiencia vibrátil* en los relatos de la clase-taller se observa, por ejemplo, al invitar a sentir fuerzas orgánicas como el paso del aire en la inhalación y exhalación en la clase de yoga; sentir la forma ósea del cráneo en relación con la cualidad del movimiento al rotar la

cabeza en la clase del Método Feldenkrais; o sentir la sensación de coordinación entre la respiración y el movimiento ondulatorio de abdomen y tórax en danza oriental. También produce *experiencia vibrátil*, las fuerzas intensivas como la sensación de desvanecimiento de la separación entre el cuerpo- mente-entorno en la clase de yoga mientras se ensaya la respiración; la sensación de confianza y poder en sí mismo experimentada al coordinar el movimiento ondulatorio del tronco con la respiración en la danza oriental, y la sensación de capacidad de acción al moverse sin esfuerzo desde la claridad del soporte óseo, descubierta en el Método Feldenkrais. De igual modo, en el testimonio de la practicante de danza oriental se refiere a sensaciones novedosas en su registro sensorio-emotivo, tanto como indicador de aprendizaje como de evaluación del proyecto corporal y subjetivo alcanzado. En este sentido, la *experiencia vibrátil* es entonces aquella disposición sensible elaborada en la *performance* clase-taller en la que se atiende a las sensaciones de modo no habitual, como fuerzas que nos afectan, fuerzas percibidas bajo la forma de sensaciones, ya sean extensivas (fuerzas orgánicas) o intensivas (fuerzas que van más allá del organismo pero que emergen de éste en forma de pensamientos, emociones, percepciones), manteniéndose como base continua del proceso de corporización en PCR.

Enfocar y activar la atención es el aprendizaje más ensayado en la *performance* clase-taller. El movimiento de la atención puede ser adentro-afuera, parte-todo, o dirigirse a discriminar y relacionar los componentes de la experiencia (sensación, emoción, movimiento, pensamiento). Por ejemplo, en la clase-taller de yoga se observa el movimiento de atención al enfocarse primero en el ritmo respiratorio del tórax y después progresivamente en el resto del cuerpo, orientando la atención por momentos en lo que se siente dentro del cuerpo y en otras, lo que se

escucha del ambiente, además, se atiende a la sensación emotiva de “paz” y “conexión” que siente cada uno y en el ambiente grupal. En general, implica *sentir-se en movimiento* y *sentir con el cuerpo*. De un lado, *sentir-se en movimiento* es “habitar el cuerpo”, sentir la materialidad del cuerpo (sistemas muscular, nervioso, esquelético y vegetativo), y los factores de la acción³⁸⁵ o las cualidades del movimiento³⁸⁶ como peso, espacio, tiempo, flujo, esfuerzo, inicio de movimiento, secuencia, reciprocidad forma y función, relación entre puntos de apoyo y dinámica del movimiento, etc., como se observa en mi descripción de la percepción de la fuerza de gravedad durante la ejecución en taichi. De otro lado, *sentir-con el cuerpo*, es atender o corporizar emociones, imágenes, la relación con los otros y el entorno, como en el relato de la practicante de danza oriental cuando dice “danzar una emoción o el agua”, para corporizar un sentimiento o lograr un movimiento fluido; la imagen de un hilo invisible que ayuda a corporizar la relación del movimiento entre cabeza y pelvis en el Método Feldenkrais, la sensación de contacto con el piso, un objeto o con otro cuerpo apoyando la sensación de conexión con el entorno que se provoca en el yoga o las prácticas somáticas, entre otras.

Respecto a lo que denomino *redistribución sensible* corresponde con el hecho que durante la *performance* clase-taller de PCR, se realiza una repartición distinta a la habitual de los lugares que hacen y se perciben a través de todo el cuerpo. Se observa en el relato de la clase de yoga cuando los ejercicios respiratorios involucran la percepción del abdomen y la espalda;

³⁸⁵ LABAN, Rudolf. Danza educativa Moderna. México: Paidós, 1989. p. 103

³⁸⁶ GOLDFARB, Lawrence. Foundations of learning. Understanding Development and Change. Traducción inédita. Práctica de traducción de Idiomas, Universidad de Antioquia. E.E.U.U : Feldenkrais resources, 1994. p. 33

en danza oriental cuando se atiende a la sensación que produce el movimiento ondulatorio de tronco o el movimiento de los ojos y de los dedos; o se percibe las sensación del movimiento de la pelvis en el Método Feldenkrais.

Respecto a la *amplificación sensible*, corresponde a la experiencia sinestésica descrita difícilmente con palabras por los practicantes, como un “sentirse envuelto en la sensación”, “sentirse fundido con el piso”, un momento donde “ya no siento el cuerpo, soy el agua”, etc. Esta modalidad de experiencia de lo sensible es planteada por Deleuze³⁸⁷, partiendo de la fenomenología, como una “figura multisensible”, donde los dominios sensibles relacionados con los diferentes órganos de los sentidos, tienen entre ellos una comunicación existencial, independiente del objeto común representado, constituyendo un momento “páthico”. La *performance* clase-taller en PCR hace que esto suceda cuando se intensifica la atención a los que se siente, ya sea vinculada a sensaciones orgánicas, emocionales o a las interacciones que están aconteciendo durante la realización del movimiento, atravesándolos, tal como aparece en las narraciones. En un sentido similar, la eficacia de las técnicas corporales ha sido descrita por Jackson³⁸⁸ al considerar que “(...) los movimientos corporales pueden hacer más que lo que las palabras pueden decir (...)”, comparando las técnicas corporales con técnicas musicales, enfatizando que ambas transportan a quienes las vivencias del mundo cotidiano donde predominan lo discursivo y las separaciones categóricas, “(...) a un mundo donde los límites se desdibujan y la experiencia se transforma(...), haciendo posible un sentido de

³⁸⁷ DELEUZE, Francis Bacon. *Lógica de la sensación*, 2009. p.48

³⁸⁸ JACKSON, *Conocimiento del cuerpo*, Op. cit., p.78

apertura tanto en el cuerpo como en la mente, y un entendimiento empático con los otros que las formas verbales y cognitivas, generalmente inhiben”.

Con las fuerzas *fuerzas sensibles de abertura* descritas, se hace posible empezar a identificar los hábitos y la imagen corporal vigente, a la vez que empieza a modificarlos al hacer más permeable y presente al cuerpo. Al respecto, los hallazgos de este trabajo sobre el modo performático de la imagen corporal y su relación con la experiencia subjetiva, muestra que ésta se actualiza constantemente porque la experiencia en el mundo se renueva constantemente y nos *re-forma* con ella. Cada presencia de sí registrada y alterada de modo sensible y reflexivo, forma parte del proceso de *subjetivación corporizada*. De esta manera, no solo el flujo intensivo de nuestras acciones, sensaciones, sentimientos, pensamientos es móvil sino también la percepción y expresión de sí mismo sufre una modificación constante.

Esta concepción de una percepción dinámica de sí mismos, conformada por un flujo siempre cambiante de sensaciones, encuentra apoyo en las neurociencias actuales. El neurólogo Damasio ³⁸⁹explica que las sensaciones contribuyen a una representación continua de nuestro cuerpo por parte del cerebro, el cual bajo una continua vigilancia de lo que el cuerpo está haciendo modula los pensamientos relativos a los contenidos específicos o las emociones. No obstante, al lado de la “corriente” de sensaciones siempre dinámica del cuerpo, hay también “mapas” más estables de la estructura general del cuerpo o de las tendencias que él manifiesta, que

³⁸⁹ DAMASIO, Antonio, El error de Descartes. La emoción, la razón el cerebro humano. Barcelona: Crítica, 2006. 344p.

contribuyen a la representación de una imagen cambiante del cuerpo. Además, establece una relación positiva entre la emoción y el proceso de razonamiento (la creencia común en la ciencia ha sido lo contrario) planteando la hipótesis de “marcadores somáticos” que constituyen un tipo especial de sentimientos, adquiridos mediante la experiencia, que ayudan a deliberar resaltando algunas opciones más que otras.

Surge entonces la inquietud ¿hasta qué punto aparece mi cuerpo?, precisamente algunas practicantes al describir lo que les pasó cuando empezaron a practicar con regularidad PCR expresan lo siguiente: “Recuerdo que pensé que yo creía conocer mi cuerpo por las actividades que había tenido y la educación, pero apenas comencé a practicar el Método Feldenkrais me di cuenta que realmente me conocía de una manera muy limitada” (Entrevista 36). O este otro testimonio, “(...) antes de practica esta danza, mejor dicho como que me desconocía, empezando por mi propio cuerpo, me guiaba más por lo que veía o lo que se esperaba de mí. Pienso que es una manera que nos han enseñado a ser (...)” (Entrevista 38)

Aunque el cuerpo se nos da en parte de inmediato por medio de la sensación no puede decirse que el cuerpo aparezca totalmente. El propio cuerpo no es ajeno al aparecer porque la percepción que tenemos es generalmente parcial y distorsionada, conformada de cuerpos pasados o de aquel cuerpo que veo frente al espejo, de los cuerpos del mundo con los que he interactuado, es un cuerpo vivido y social a la vez³⁹⁰. Es también un cuerpo que para educarse

³⁹⁰ ANDRIEU, Bernard, Quelle épistémologie du corps ?, *Corps* 1 [online] 2006, No. 1 [citado mayo 2 de 1010] Disponible www.cairn.info/revue-corps-dilecta-2006-1-page-13.htm

tuvo que ser deformado o corregido³⁹¹, para ser conocido tuvo que fragmentarse y para responder a los estereotipos sociales tuvo que modificarse³⁹². La percepción sensorial y cinestésica de sí mismo no es fiable o es defectuosa, según lo pudieron establecer educadores somáticos como Alexander³⁹³, Feldenkrais³⁹⁴ y Hanna³⁹⁵, para lo cual es necesario un nivel de reflexividad somática-estética, como el que aquí he presentado a la par de la descripción de las *fuerzas sensibles*, en la que en un primer momento se aprende a estar en *modo potencial*, lo que significa, realizar un extrañamiento de lo que estamos constituidos o una desacomodación de la conducta y percepción que poseíamos, ampliando y abriendo el estado sensorio-perceptivo para posteriormente, re-formarnos de nuevo.

4.1.3.2 Cuerpo poroso: En el sentido expuesto hasta ahora, las fuerzas sensibles y la reflexividad somática-estética sobre ellas en la primera fase de la *performance* clase-taller, han ido produciendo un *cuerpo poroso*. El *cuerpo poroso* es entonces un estado corpóreo-subjetivo de *permeabilidad*, condición para desfigurar la experiencia de sí y hábitos pre-establecidos. En las narraciones citadas se observa que el estado de *permeabilidad* a la que aludo en esta primera fase, no es una permeabilidad lisa, sino una disposición tensada por el riesgo de ser alterada o desplazada por las fuerzas del mundo, del otro y que no deja indemne el modelo de la acción y de la percepción de uno mismo, como cuando en los testimonios citados se expresan sensaciones como estar “envuelta en una sensación(...)” que la conduce

³⁹¹ VIGARELLO, George. Corregir el cuerpo. Historia de un poder pedagógico. Buenos Aires: Nueva visión, 2005.

³⁹² LE BRETON, David. *Antropología del cuerpo y Modernidad*. Buenos Aires: Nueva Visión, 2002.

³⁹³ ALEXANDER, Frederick Matthias. El uso de sí mismo. La obra fundamental del creador de la Técnica Alexander. Barcelona: Urano, 1995.

³⁹⁴ FELDENKRAIS, Moshe. La dificultad de ver lo obvio. Buenos Aires: Paidós. 1996,

³⁹⁵ HANNA, Somática, Op. cit., p.13

a “descubrir” movimientos, emociones y hasta su fisicalidad. La permeabilidad que se devela en los datos, puede entenderse también como “vulnerabilidad” en el sentido propuesto por Rolnik³⁹⁶ de una condición de presencia que permite al yo, al otro y al contexto dejar de ser imágenes preestablecidas y pueda devenir una “subjetividad flexible”.

En síntesis, en estos primeros momentos de la *performance* clase-taller en PCR se va logrando un estado de porosidad estética y ética del cuerpo-sujeto, como presencias vivas, significado de manera singular por cada practicante y por cada una de las PCR. Algunas como las prácticas somáticas definen esta experiencia inicial como un “despertar de la sabiduría del cuerpo”, las prácticas orientales la relacionan con experiencias de “armonización de la energía” que tienen correlato con fuerzas internas y externas, mientras las prácticas dancísticas personales resaltan más la referencia a la dimensión emotiva que se experimenta como “vivencias integradoras” durante el movimiento danzado. No obstante la diferencias que se presentan entre las PCR y las vivencias personales, la *performance* clase-taller permite desde el primer momento que los practicantes sean socializados en una manera de *presencia viva* como los que suele vivenciarse en los rituales, de tal manera que puedan experimentar estados corpóreo-subjetivos no habituales y disponerse a informarse de nuevos *sentidos*.

4.1.4 Performance II- Transición. Este momento de la *performance* clase-taller de PCR corresponde con el momento en el cual se *re-elaboran sentidos* inscritos en nuestra corporalidad en forma de percepción sensorio-emotiva, hábitos y significantes. Para ello, en

³⁹⁶ GUATTARI, Félix y ROLNIK, Suely, *Micropolítica: Cartografía del deseo*, Op. cit., p. 479

esta fase la *performance* de PCR usa *fuerzas creativas* y dirige el aprendizaje a una reflexividad somática-estética en *modo experimental* que le permite al practicante *rehacer(se)*.

4.1.4.1 Fuerzas creativas y modo experimental de reflexividad: Para componer-descomponer *sentidos* y facilitar el proceso de *rehacer(se)*, la *performance* clase-taller de PCR en esta fase usa *fuerzas creativas*, tales como: *la forma subjuntiva, la creación cinética y la repetibilidad*. En las descripciones realizadas anteriormente de la clase-taller y los siguientes relatos de una practicante del Método Feldenkrais y de danza oriental, respectivamente, evidencian rasgos de lo enunciado:

Al principio, todo mi esfuerzo estaba en poder mantener la atención en el cuerpo, en sentir los movimientos, en no distraerme, en realizar los movimientos lentos... Después que he ido logrando estar más concentrada en la clase, he empezado a usar los elementos que Marta nos indica para ensayar otras maneras de moverme o de reaccionar ante cosas de la vida. Por ejemplo, cuando tenía mi empresa de diseño, yo misma hacía los moldes y estaba acostumbrada a hacer todo rápido y eficiente, siempre concentrada en el objetivo aun cuando sintiera mucho esfuerzo yo lo hacía, además como vivía en Estados Unidos allá se dice que el tiempo es oro!(...)entonces cuando en las clases nos dicen: “realice al movimiento lento, sienta como puede hacerlo más fácil y placentero”, fue para mí algo nuevo, yo intentaba hacer lo que me pedían y al hacerlo despacio me sentía torpe, pesada...y poco a poco empecé a darme cuenta de cómo realmente usaba mi cuerpo, pude empezar a sentir el grado del esfuerzo innecesario, cuando fluye y cuando no, como se podía relacionar una parte del cuerpo con otra para hacer más fácil el movimiento(...) mejor dicho, siento que con el tiempo soy capaz de darme cuenta de mis hábitos, tener más control sobre mi misma, que puedo hacer ajustes, ensayar otras maneras de sentirme (...)no digo que siempre lo logre, a veces me sorprende haciendo lo mismo, pero a la vez, tengo otras opciones a la mano (Entrevista 36).

Primero danzaba como siempre lo había hecho, se me venían a la mente imágenes de videos, buscaba imitar a la profe... pero cuando uno empieza a concentrarse más en las sensaciones, en realizar los movimientos conscientemente pues descubres otras cosas y ya puedes empezar a notar las diferencia entre lo que hacías y los nuevos movimientos(...) empiezas a descubrir otros modos de hacerlo, a expresarte más desde tu propio ser (Entrevista 38).

La forma subjuntiva se identifica cuando los facilitadores nos llevan a los practicantes a sentir-haciendo de otro modo, como forma para trasportarnos de lo habitual a lo virtual y

como medio para explorar el material físico, las emociones, las relaciones, los entendimientos que después se elegirán y fijarán como una nueva conducta. En los relatos anteriores de la clase-taller se identifica este proceder cuando en yoga, por ejemplo, el facilitador dice “imagine como si la respiración fuera nuestra energía vital”, o en la danza oriental se propone explorar un movimiento del abdomen “probando como invitarlo a moverse y no obligarlo”. De hecho, los facilitadores más que demostraciones sobre un movimiento, usan instrucciones tales como: “pruebe sus posibilidades”, “como sí”, “explore”, “ensaye si hay otro modo”, “observe qué cambió”; “¿cómo se siente al hacerlo distinto?”, “hágalo a su ritmo, a su manera”. Este modo de proceder con la experiencia activa la función performática del ritual de la *performance* clase-taller, ya que es el medio de operación para desarrollar “alternativas virtuales”, convirtiendo posibilidades en acciones. Según Schechner, el modo subjuntivo es también el medio compartido entre la *performance* artística y el ritual en el cual “nacen mundos enteros que de otro modo no existirían”³⁹⁷.

La *creación cinética*, en la *performance* de PCR se halla cuando los facilitadores no colocan el énfasis en el movimiento o el acto mismo sino en la forma como el practicante se dirige así mismo, haciendo perceptibles cinéticamente los componentes de la experiencia. Es un aprendizaje cinético que lleva a adquirir un saber corporal sobre los *sentidos que se poseen* y *los sentidos posibles* dentro del contexto de la acción que se está realizando y el entorno intersubjetivo. En las descripciones de la clase-taller citadas, se observa cuando los facilitadores nos conducen a los practicantes a ser agentes de nuestra propia acción, elaborando distinciones cinéticas contrastando los efectos de lo realizado en lo físico, emocional y el pensamiento,

³⁹⁷ SCHECHNER, Restauración de la conducta, Op.cit.,p.37

usando este saber corporal para la creación de otros modos de hacer(se). También se evidencia en la narración corporizada de la practicante del Método Fedenkrais cuando describe cómo ha ido explorando y entendiendo durante la clase-taller, formas de conducirse de un modo más eficiente y placentero a través de fuerzas perceptibles cinéticamente. Según esto, el mundo que dinámicamente se explora es inseparable del mundo que dinámicamente se crea. Al respecto, Sheets-Johnstone³⁹⁸precisa que el pensamiento es inseparable de su expresión en el movimiento; los pensamientos o imágenes no interrumpen la fluidez del movimiento. No exploro la posibilidad de movimientos y enseguida ejecuto uno elegido, sino que integro estas facetas en un movimiento continuo.

En el conjunto de las PCR y de acuerdo a las características metodológicas de cada estilo, se aprende a usar fuerzas cinestésicamente perceptibles capaces de afectar la experiencia material-simbólica con la que nos constituimos y nuestra potencia de actuar, tales como distinción, variación, contrastación, correlación, inhibición, visualización. Las ejecuciones durante la clase –taller con las cuales se ensaya las *fuerzas creativas* son diversas como los estilos pero en general involucra posiciones corporales, gestos del rostro o de las manos (mudras); contacto con objetos, personas o el propio cuerpo; movimientos con estilos y cualidades energéticas específicas (lentos, vibratorios, circulares, rítmicos, ondulantes, etc); series coreográficas de movimientos o realización de patrones de movimiento en diferentes niveles (superior, medio e inferior), planos (sagital, frontal, horizontal) y esquemas corporales (simétricos, asimétricos, homalaterales, contralaterales), entre otros.

³⁹⁸ SHEETS-JOHNSTONE, Maxine. *The Primacy of Movement*. Amsterdam: John Benjamin, 1999

La *repetibilidad* en PCR corresponde con una característica propia de toda *performance* al ser “conducta restaurada”, acciones que han sido trabajadas, almacenadas y vuelta a usar afectadas en cada actuación por la reapropiación del estilo para diversos contextos socio-geográficos, por los adecuaciones personales realizadas por los facilitadores o *performers* emprendedores, o, por las particularidades de recepción en cada sujeto. Esto se evidencia cuando en cada clase-taller se puede apreciar variaciones en las acciones enseñadas, aún en las posturas codificadas como en el yoga, secuencias de movimientos o “lecciones” en el Método Feldenkrais o coreografías en la danzas orientales, las cuales se repiten aunque de forma reapropiada, al “ritmo y modo de cada uno “en cada ejecución. También en los testimonios de practicantes se expresa cuando dicen “yo lo practico hace tiempo pero nunca es igual”; “aunque sea un esquema uno lo hace a su manera”.

La *fuerza de repetibilidad* en la performance de PCR si bien permite que el orden estético-político se asiente, configurando hábitos o modos de sentir-pensar en cada repetición, al mismo tiempo, la potencialidad de la reiteración es el devenir otra cosa. Al respecto, Butler ha advertido que el sujeto puesto en práctica, es habilitado por el mismo funcionamiento del poder, pero no está completamente limitado por él ³⁹⁹. Esta misma autora, en cuanto a la relación entre materialidad y significación considera que es dada por “citationalidad”, entendida como capacidad de ser citada al infinito, y luego la iterabilidad, repetibilidad que conlleva desplazamiento en cada reiteración⁴⁰⁰. Esta perspectiva en el contexto de la *performance clase-taller* de PCR, contribuye a explicar tanto su concisión constitutiva como constituyente ya que

³⁹⁹ BUTLER, Judith. Mecanismos psíquicos del poder. Teorías sobre la sujeción. Madrid: Cátedra, 2001. P. 26

⁴⁰⁰ BUTLER, Judith. Cuerpos que importan. Sobre los límites materiales y discursivos del «sexo». Buenos Aires: Paidós, 2010

aún cuando son formas sensibles, enseñadas y habilitadas por un orden estético-político al tener como mecanismo la repetibilidad simbólica, práctica y reflexiva, hace que en cada ejecución de la *performance* como en la vivencia del practicante, la repetición no sea lo mismo.

En esta fase de la *performance* se acciona un *modo experimental* de reflexividad somático-estética, el cual permite al practicante moverse intencionalmente en el entramado de sus límites actuales y virtuales para, de un lado, singularizar los regímenes de hábitos en los que ha trascendido su experiencia y se han asentado procedimientos de control, y de otro lado, singularizar formas nuevas de actuación y percepción. Es decir, se logra una reflexividad que elabora distinciones entre lo dado (hábitos), lo elegido (voluntad) y lo virtual (potencia), produciendo en un primer movimiento reflexivo, una pérdida de sentido de aquello a lo que reaccionábamos, quedando a la vista nuestros hábitos, nuestras maneras aprendidas de *componernos*, para simultáneamente, en un segundo movimiento, *recomponernos* al elaborar voluntariamente variaciones, contrastaciones, diferenciaciones o inhibiciones, lo que deja ver otros modos potenciales o virtuales con los cuales podemos rehacernos y *re-elaborar sentidos*. Siguiendo a Farina en su reflexión sobre procesos estéticos de formación, “producir sentido tiene que ver con producir conocimiento con la realidad y no sobre ella. Puede ser un tipo de conocimiento que se alíe o resista a las intensidades que presionan un mundo”.⁴⁰¹ Precisamente, en la narración de las practicantes se muestra un tipo de saber corporal, de resonancias sensibles o intensidades que confrontan y reúnen, incitándola en algunos casos a traspasar los límites de lo habitual y en otros, manteniéndola dentro del él. Con esto se evidencia que en la

⁴⁰¹ FARINA, Cynthia. La formación del territorio. Saber del abandono y creación de un mundo. En: MORENO, William, y PULIDO, Sandra (eds). Educación, cuerpo y ciudad. El cuerpo en las interacciones e instituciones sociales, Medellín: Funámbulos editores, 2007, p. 121

producción de subjetividad corporizada a través de PCR, más que una invención individual, es un modo de singularizar lo que nos constituye (poder-saber-percibir).

4.1.4.2 Cuerpo experiencial: Este estado corpóreo-subjetivo es la resultante de una relación de afección consigo mismo, elaborada intersubjetivamente con mediación cinestésica. El *cuerpo experiencial*, descrito en la narración corporizada, citada anteriormente, de la practicante del Método Feldenkrais como, “ensayar otras maneras de moverme o de reaccionar ante cosas de la vida” devela un estado corpóreo-subjetivo en el cual nos hemos habilitado en una forma de habitar los hábitos que nos habitan, una forma de *re-hacer(se)*. De este modo, aparece tanto un cuerpo habitual supuesta la similitud con la realidad o lo formado y un cuerpo virtual supuesta la diferencia con la misma realidad, con lo no formado, con lo que puede llegar a ser, la potencia. Mientras el cuerpo habitual está definido por la convergencia con la realidad, el cuerpo virtual lo estará por la divergencia. Ahora bien, esto no supone dos cuerpos distintos, ni que lo virtual se plasma en lo habitual. Hay necesidad de una diferenciación, una iterabilidad por lo que la diferenciación aparece como algo “avanza difiriendo”⁴⁰². Así, el cuerpo experiencial, se alía a lo formado para desfamiliarizarlo, para tornarlo visible, al mismo tiempo que le ofrece un soporte para diferenciarse, deshaciendo la identificación con un estado de cosas mediante intensidades cinestésicas perceptibles que le permiten al practicante una experiencia virtual respecto de sí mismo.

En este momento del proceso de corporización de sí, el *cuerpo experiencial* interpela a nuestra realidad corpóreo-subjetiva para saber quiénes somos, cuales son nuestros hábitos, lo cual no solo nos lleva a descubrirnos sino a tomar distancia por medio de la *reflexividad somática-*

⁴⁰² DELEUZE , El pliegue. Leibniz y el Barroco, OP. cit., p. 100

estética para crear una diferencia con la cual podamos conducirnos de otro modo, ya sea traspasando los límites del régimen de significación y de percepción que nos ha constituido, o, solo moviéndonos dentro de él. En suma, el *cuerpo experiencial*, alude al proceso de subjetividad corporizada como un *re-hacer(se)* con la experiencia material e intensiva puesta en escena en las PCR. Al mismo tiempo, revela la potencia del movimiento de creación, simulación y adecuación al mundo.

4.1.5 Performance III- Reintegración: Corresponde con el momento de la *performance* clase-taller cuando se ratifica de modo práctico los *sentidos reelaborados* y singularizados hasta llegar a escenificarlos en la vida cotidiana como parte del estilo de vida, para lo cual se activan *fuerzas de integración* y una reflexividad en *modo poso*.

4.1.5.1 Fuerzas de integración y reflexividad en modo poso: Para fraguar el cuerpo-sujeto que se ha vivido y elaborado intersubjetivamente en el proceso de la *performance*, se activan *fuerzas de integración* como la *autorregulación práctica*, la *experiencia estética vital* y la *representación singularizada*, acompañado de un *modo poso* de reflexividad que sedimenta y entreteje la subjetividad corporizada resultante a un modo de existencia o estilo de vida.

Una vez la acción sobre los *sentidos* que sostenía nuestra forma-sujeto y hábitos, se han dislocado, hemos experimentado con *sentidos* nuevos y elegido, se activa un modo de control de la propia forma configurada que he denominado, *autorregulación práctica*. Se relaciona entonces con el aprendizaje de afinar la atención a lo que (nos) pasa con el cuerpo, reconocer las sensaciones de uso de sí que nos han constituido, experimentar alternativas, actualizar los

hábitos y modos de conducirnos. En la *performance* clase-taller se evidencia este mecanismo cuando en la continuidad del proceso el facilitador acude a evocar en los practicantes, de modo verbal o no (tocándolo, haciendo la acción, gestos) las sensaciones “trabajadas” que sirve como guía para la conducción corpórea-subjetiva, inscribiéndose en cada uno de modo singular según la profundidad y frecuencia de los ensayos, lo cual se distingue en las disposiciones de los cuerpos participantes.

En el mismo sentido, el aprendizaje alcanzado en PCR no es fácil de advertir en las situaciones cotidianas, debido a que por la familiaridad misma se disponen los patrones sensorio-motrices habituales, pero basta una decisión consciente o una situación nueva para darse cuenta del aprendizaje adquirido. Personalmente, he podido experimentar en múltiples ocasiones la *autorregulación práctica* aprendida en mis prácticas de taichí y el Método Feldenkrais. Una de ellas, recientemente, comparándome con una amiga que como yo, por razones de estudio, permanece largos periodos escribiendo en computador. Ella ha desarrollado dolores musculares en la espalda, cuello y manos, junto con un estado de ansiedad, pero cuando le indago sobre cómo está realizando esta actividad y que pueden hacer para modificarla, no lo sabe. Le he preguntado si se han dado cuenta de: ¿Cómo apoya los pies cuando están sentada?, ¿cuál de sus caderas soporta más peso?, ¿cómo está respirando cuando escribe?, ¿cómo siente corporalmente sus emociones?, ¿qué pasa con su atención? Esto no indica que estoy todo el tiempo atendiendo a las señales sensibles de mi cuerpo cuando estoy escribiendo, pero puedo distinguir sensaciones cinestésicas y sensorio-emotivas que reportan mi estado y cuando es necesario, actúo afinando más mi atención, realizando cambios cinéticos, registrando y controlando sus efectos.

De acuerdo a lo anterior, podemos aumentar la coherencia entre lo que se ha hecho hábitos y la acción voluntaria, si activamos los modos de reflexividad somático-estética aprendidos y ensayados durante la *performance* clase-taller de PCR. La singularidad del nuevo cuerpo-sujeto que estamos creando depende en parte de cómo usamos los vectores sensibles, simbólicos y perceptivos dispuestos en la *performance*. Mi amiga, aumenta su ansiedad y la lordosis lumbar contra su voluntad, constriñendo su respiración y alterando la tensión muscular en la musculatura extensora de su espalda y hombros mientras escribe, al dejar actuar los hábitos, sin inhibición consciente. Ella podría modificar esta experiencia si pasara de soportarse en una forma sensible (estructura perceptiva y de uso), que busca hacer perenne sus propias formas y saberes, hacia una regulación que sólo puede suceder como elección personal, concediendo mayor atención a sus sensaciones, intenciones, emociones y movimientos. Finalmente, lo que se construye en las *performance* clase-taller de PCR, son otras opciones para subjetivarnos, entrelazadas por la experiencia personal e intersubjetiva en el marco de las cosmovisiones de cada estilo.

La *autorregulación práctica* se evidencia también en una practicante del Método Feldenkrais cuando me relató en una de nuestras conversaciones que cuando tiene dificultades para conciliar el sueño por algún estado emocional, recuerda lo aprendido en la clase-taller logrando sentir la tensión de algunos músculos y relajarlos a voluntad con apoyo de la respiración, aprendizaje que adjudica a su práctica con el Método Feldenkrais (Entrevista 36). Al respecto Shusterman, destaca el papel de lo que él denomina “la disciplina somaestética” más allá del control del movimiento, en cuanto al hecho de que la atención en

las sensaciones somáticas no solo nos da a conocer nuestros estados emocionales, sino que nos ofrece también, por medio de este conocimiento, la posibilidad de asumirlas mejor, en sus palabras, “las emociones están, por lo menos empíricamente, íntimamente unidas a ciertos estados y sensaciones somáticas, el ejercicio de un control somático consciente puede permitirnos cambiar nuestras sensaciones e influir indirectamente en nuestras emociones ⁴⁰³.

La validez del mecanismo de *autorregulación práctica*, tanto para el facilitador y el practicante, se asocia con el mejoramiento general del estado corporal y por el bienestar que se siente, así como por la consiguiente disposición para enfrentar problemas físicos y emocionales de forma novedosa, y el fortalecimiento personal que se alcanza cuando se adquiere un conocimiento cuya base es el propio cuerpo. La legitimación de este conocimiento heurístico se evidencia en expresiones de facilitadores como las siguientes: “el conocimiento de cómo nos movemos brinda información esencial para actuar en el mundo” (Entrevista 11), “mirar hacia adentro es importante para vivir bien” (Entrevista 13) o “sabes si alguien está realmente pleno cuando sus acciones demuestran sabiduría” (Entrevista 19).

En el sentido expuesto, la *autorregulación practica* se puede vincular también con la idea pragmática de la experiencia planteada por Dewey, para quien la persona “tiene que *ver** por su propia cuenta y a su propio modo las relaciones que existen entre los medios y métodos empleados y los resultados obtenidos”. Se trata de una *experiencia corporizada* ya que considera que “nadie más puede *ver* por él, y él no puede *ver* simplemente por lo que le dicen”, aunque, no desconoce que si la comunicación es adecuada, puede servir de guía para

⁴⁰³ SHUSTERMAN, Conscience du corps. Pour une soma-esthétique. Op.cit., p.20

la observación y, por tanto, ayudar a quien vive la experiencia a que “vea lo que necesita ver”⁴⁰⁴.

Otra *fuerza integradora* de este momento de la *performance* clase-taller es el que he denominado *experiencia estética vital*. Su modo de operación consiste en articular los aprendizajes resultantes de la vivencia con las fuerzas sensibles y los modos de reflexividad con el entorno físico-cultural para que el cuerpo-sujeto actualizado, se garantice un bienestar. Al parecer, la aprehensión de una fuerza sensible como ésta, configuró una experiencia corporizada en una practicante del Método Feldenkrais cuando se recuperaba de una mastectomía radical por cáncer mamario:

Yo realmente me recuperé muy bien. He conocido a varias personas que han pasado por lo mismo y para algunas fue muy difícil estar en su cuerpo de nuevo, sus vidas...yo creo que a mí el hecho de haber practicado Feldenkrais me ayudó a tener una mayor claridad sobre mí misma...tener más claridad sobre lo que sentía al moverme y sobre mis emociones me sirvió mucho para volver a mis actividades. Lo que pasa es que las personas no conocen su cuerpo, solo le prestan atención cuando les duele algo. Para mí, más por haber pasado por lo que pasé, el cuerpo para mí es la vida, trato de comprenderlo, cuidarlo y disfrutarlo porque soy yo misma, cuando hago las actividades diarias de la casa, cuando pinto que permanezco mucho en una sola posición...también siento que con el tiempo me he vuelto más sensible a todo...como que percibo más la naturaleza, las personas (...). (Entrevista 36)

En la *experiencia estética vital*, la sensación de sentirse, sentirse bien y sentir la presencia viva de su entorno se relaciona con la consciencia de llegar a ser uno mismo. Cuando la corporalidad ha incorporado al ser y al mundo como resultado de prácticas estéticas, la vida deja de ser trascendental para volverse inmanente; los practicantes de PCR se saben dependiente de esas relaciones, a la vez que se constituyen por ellas. Esta búsqueda de

* Cursiva del autor

⁴⁰⁴ DEWEY, Jhon. Selección y traducción Diego Antonio Pineda Rivera. Medellín: Universidad de Antioquia, 2011, p. 107

bienestar puede entenderse también como una experiencia vital, ya que al enfocar la atención hacia adentro de uno mismo, se recobra la autoridad de los sentidos, lo que corresponde según Green a un estado de sarscalidad: “la conciencia sarscal provee una guía poderosa: toda sensación y acción, las dos actividades primarias que el cuerpo registra, son evaluadas en términos de confort. Cuando somos conscientes de ellas tenemos una fuente profunda de guía y dirección en la vida diaria”⁴⁰⁵. La percepción ampliada, estética y vital, es sentida y relatada por otra practicante de yoga:

(...) pienso que es el trabajo con la respiración, la meditación y el trabajo energético con las *kriyas** principalmente, lo que hace que me sienta conectada con todo, no solo es que yo me sienta integrada interiormente sino que percibo más las cosas, las personas, los alimentos, la naturaleza, la energía creadora, la manera como me influyen y yo a ellas, es una relación consciente, compasiva, amorosa que se aprende a tener con uno y con todo y que hace que la propia realidad, la de uno, también cambie (Entrevista 37)

El sí mismo que se constituye por las relaciones que mantiene consigo mismo y su entorno a través de sus actuaciones, recuerda nuevamente a Dewey⁴⁰⁶ para quien nuestra corporalidad como nuestra identidad está en interacción: “vivimos en procesos que se producen tanto a través de nuestra piel como en el interior de nuestra piel”. La perspectiva “transaccional” sobre la experiencia humana que plantea Dewey, incluye los comportamientos, la producción de conocimiento, y en general los procesos en la situación total del organismo-entorno. En la experiencia de la practicante de danza oriental, sucede así:

Siento que ahora soy más consciente del cuerpo de mis reacciones, puedo expresar más lo que yo quiero que sea en cada momento, no es solo lo físico...es todo. En mi trabajo siento que siendo objetiva soy más sensible a las personas, soy conciliadora pero también siento que puedo sacar fuerza cuando me toca ser autoridad -coordino un equipo de 40 personas-, entonces puedo encontrar en mí, la fuente para eso,

⁴⁰⁵ GREEN, Debra. Assumptions of Somatics. En: Somatics. 1997, Vol 11, No.2, 1997.p. 29.

⁴⁰⁶ DEWEY, Jhon. Later Works. Carbondale: Southern Illinois Press, 1982. Citado por SHUSTERMAN, Richard. Conscience du corps. Pour une soma-esthétique. Paris: Editions de L`éclat, 2007, p. 288

* Nombre que se da a series de ejercicios respiratorios y posturales orientados al control de la energía vital o pranayama

uso mi respiración para disminuir el estrés y mantenerme centrada cuando hay situaciones difíciles...yo intento aplicarlo a todo (Entrevista 38).

Esta fuerza de *experiencia estética vital*, permite como practicantes de PCR aprehender con una mayor agudeza e intensidad la relación entre el modo de funcionamiento orgánico, la reflexividad y el entorno, a la vez que aumenta la capacidad de experimentar placer. Además, puede servir como fuente de conocimiento heurístico al ensayar a discernir criterios sensibles que ayudan a conducirse a través del diario vivir. En este sentido, las PCR pueden aportar al aprendizaje de un mejor vivir, de una estética de la existencia transaccional. No obstante, estas posibilidades se constriñen debido a la exaltación del cuerpo y de lo sensible en la modernidad reciente, pues más allá de la experiencia individual, está claramente en juego un régimen corporizado y empresarial de lo sensible, que puede constatarse en los discursos, formas de distribución, apropiación y consumo de las PCR, tal como he mostrado en los capítulos anteriores en este trabajo. Por tanto, el proceso de producción de subjetividad que en este momento de la *performance* se completa, está lejos de ser una experiencia de pura individualidad. Más bien se trata de una actualización de modos de sentir-pensar-actuar a través de PCR, en tanto son prácticas estéticas o vectores de subjetividad portadores de una forma estética-política.

La experiencia común en los practicantes que han elegido mantenerse adheridos a la práctica de alguna PCR, asisten regularmente a clase-taller o la integran a su vida cotidiana como mecanismo de mantenimiento de su proyecto corpóreo-subjetivo. De este modo, surge la fuerza que he denominado *re-presentación singularizada*. El cuerpo-sujeto construido desde la *performance* clase-taller de PCR requiere no solo actuar ese “otro” o de “otra manera” sino creer

en el papel que se está actuando, tal como se evidencia en el siguiente relato del encuentro con Sara, una practicante asidua de yoga.

Me encuentro con Sara en su apartamento. Me recibe en la sala donde noto en una esquina un comedor con dos sillas y predomina en el espacio una alfombra, cojines, velas, algunas telas con mándalas y un aroma a incienso. En una esquina hay un pequeño altar con la imagen de Yogui Bhajan, difusor del estilo de Kundalini yoga en occidente, a quien ella considera su maestro. También está la figura de “Tara”, deidad budista con aspecto femenino, considerada buda de compasión y de acción. Sara me explica que estas imágenes son para realizar diariamente la práctica espiritual de meditación, “más que un altar o algo religioso es un medio de ver el sentido de la experiencia, recordarte que la divinidad está en ti, es también agradecimiento por la gran sabiduría que te ha llegado, es como un canal, en sí mismo no es nada. Me inspiran, yo les tengo mucho amor porque gracias a ellos he podido experimentar lo que he experimentado, entonces yo los tengo como muy presentes”. Me ofrece una aromática y como parte de la conversación que tenemos me relata algunos cambios que ha realizado en su estilo de vida durante el proceso con la práctica del yoga: “(...) por ejemplo, en mi alimentación he ido aprendiendo a ser vegetariana y buscar sobretodo alimentos orgánicos(...) uso ropa más de algodón y clara para canalizar mejor la energía(...) me alejo de lugares ruidosos o la rumba, me gusta más los lugares calmados y en contacto con la naturaleza porque recarga mi vitalidad...hago ayuno algunas veces y me gusta ir a las practicas grupales y a retiros donde puedo profundizar más en la experiencia, desintoxicarme y compartir con las personas, guiada por el amor, la compasión, el deseo de sanación interior(...).Le pregunto sobre si se siente distinta antes y después de haberse iniciado en la práctica de kundalini yoga y me dice” yo soy otra, no solo porque hago otras cosas, o de otra manera, sino porque también me he sentido diferente(...) mi familia y amigos también lo ven. Empezando desde identificarme con un nombre espiritual, esto ya te transforma porque ya he accedido a otra parte de mí ser que no conocía, es otro aspecto de mí ser que no tiene palabras para explicarlo, que me llena y que me permite que yo pueda transmitir, no sé si suene muy cursi, pero luz, proyectar eso que yo siento a mi alrededor y de esa manera yo también doy mi granito de arena a que el mundo sea diferente (Diario de campo, septiembre 12, 2011).

Crear en el papel que se actúa, no solo lleva a ratificar la *experiencia corporizada* (modo de sentir, pensar y actuar) restaurada en la *performance* sino también, aumenta la confianza en el yo creado, lo cual es resultado del poder de su propia re-presentación a la vez que dota al practicante de una sensación de capacidad de afectar a otros. De hecho, todos los facilitadores entrevistados, relatan haber vivido algún grado de experiencia (trans) formadora mediada por la práctica de un estilo de PCR. Al respecto, Goffman⁴⁰⁷ observó que la autocreencia ofrece un

⁴⁰⁷ GOFFMAN, Erving. La presentación de la persona en la vida cotidiana. Buenos Aires: Amorrortu, 1993

continuum con la tendencia de aceptarnos a nosotros mismos representando socialmente un papel que hemos creado. Aunque los practicantes de PCR no actúan como lo haría un actor escénico, si están convirtiendo el proyecto corpóreo-subjetivo construido en la *performance* clase-taller, en una re-presentación de sí, en un estilo de vida. Esta re-presentación es sostenida en la *performance* clase-taller ofreciendo un abanico amplio de sentidos y recursos, a la medida de cada uno, como complemento o mantenimiento del nuevo yo o cuerpo-sujeto creado. Tales recursos incluyen accesorios personales, objetos de decoración, libros, música, instrumentos musicales, etc.; actividades complementarias como conferencias, retiros, talleres, formaciones certificadas, acciones solidarias, vacaciones, etc.; y participación en comunidades, presenciales o virtuales, que comparten el mismo estilo de vida, llegando incluso a concertar acciones como festivales, celebraciones o conmemoraciones (día de la paz, del medio ambiente, eventos de ciudad, etc.).

En suma, la *performance* clase-taller de PCR permite una experiencia personal de *re-presentación de sentidos*, sostenida colectivamente, que nos hace a los practicantes creíbles ante nosotros mismos y ante los demás, por lo cual, la *performance* clase-taller, cumple su función como ritual al poner en juego matrices simbólicas y sensibles que son reproducidas, disputadas o transformadas en la misma práctica.

4.1.5.2 Cuerpo actualizado: Se refiere al estado corpóreo-subjetivo de *re-presentación* singularizada que se ha experimentado como efecto de la participación en la *performance* clase-taller. El proceso de *corporización de sí* como el que he descrito, contiene además de *fuerzas de abertura* y *fuerzas creativas*, un vector de la forma que trabaja para *actualizar*, para

generar un nuevo equilibrio, singularizar un territorio donde existir, aunque sea provisionalmente. Es decir, con la percepción y el saber corporizado que hemos actualizado, elegimos las coordenadas de una nueva estética de existencia, de un nuevo estilo de vida. Cabe aclarar que lo nuevo en el campo estético general no es lo novedoso sino la re-configuración de la percepción que proporciona nuevas formas de espacio vital, que se compone de realidad, conocimiento y sensibilidad⁴⁰⁸. Finalmente, este momento del proceso de *subjetivación corporizada* deja ver que la subjetividad no es algo que inventamos o vivamos de manera aislada en nuestra interioridad o encerrados dentro de nuestros cuerpos, sino que se trata de la puesta en práctica de *sentidos*, propuestos o impuestos por la sociedad en que vivimos, como en este caso elaborados a través de las PCR, con las cuales nos relacionamos para reproducirlos o singularizarlos.

4.2 TRAZOS DE DIFERENCIA EN LA SUBJETIVIDAD SENSIBLE

Como yo venía de la gimnasia y el ballet, ambas actividades muy competitivas tenía un modo de moverme muy marcado, y yo también era algo rígida (...) vivía muy orientada a la forma que lo ven los otros, la búsqueda del reconocimiento y la felicidad de tener (...) sentí la necesidad de un cambio en lo personal y en la actividad corporal (...). A medida que he ido practicando kundalini yoga, he cambiado completamente, soy más consciente o sea, más integrada y con más vitalidad, porque la energía está más equilibrada, en conexión con una esencia creadora más grande...y así suene raro una va encontrando bienestar dentro de uno y llenándose de luz para compartir a otros y el planeta. (Sara, mujer de 45 años, divorciada, habitante de estrato 4, profesional de la danza, en su niñez y adolescencia fue gimnasta y formada en ballet clásico. Practicante y facilitadora de Kundalini yoga, entrevista 37).

Al entrar a las clases de danza yo venía a aprender un baile que me hiciera sentir más femenina que por mi trabajo y las relaciones que tengo como que eso se va perdiendo, pero al estar en proceso y sobretodo con la forma que tiene de dar la clase la profesora, las charlas y las otras actividades que hacemos como grupo, empecé a sentir la necesidad de hacer cambios en mi vida...he hecho cambios en mis postura, modos de expresarme, de vestirme, siento que el poder de lo femenino me hace más sensual, pero no en el sentido vulgar, sino sutil, intuitiva(...)cuando bailo no lo hago tanto para que me vean sino más para mí, así lo haga a veces en público, tiene que ver con la confianza hacia mí

⁴⁰⁸ FARINA, Arte, cuerpo y subjetividad. Estética de la formación y la pedagogía de las afecciones, Op.cit p.

misma y cuando uso trajes, velos y adornos, me encanta!, es un momento para mí único! (Claudia, mujer de 49 años, vive en unión libre, estrato 5, abogada, practicante de danzas orientales, entrevista 38).

A mí me cambió la vida cuando vine donde Marta y empecé Feldenkrais mientras estaba en el proceso de cáncer de seno (...) he aprendido mucho de mi cuerpo, de mis movimientos, de mí (...) ahora ya no trabajo pero cuando hago las labores diarias estoy más consiente de mi cuerpo, si siento algún dolorcito me acuesto en el suelo y empiezo a sentir como nos han enseñado y me doy cuenta de tensiones, esfuerzos innecesarios, emociones, de mi estado mental, hasta que encuentro un modo de hacerlo distinto, más fácil, con una actitud distinta (...). (Beatriz, mujer de 65 años, diseñadora de moda, estrato 6. Practicante asidua del Método Feldenkrais, entrevista 36).

Una vez descrito en el apartado anterior el proceso común de la *performance* clase-taller de PCR y el patrón de experiencia corporizada que promueve, me interesa ahora señalar trazos de diferencias entre algunos estilos de PCR según el tipo de subjetividades resultantes del proyecto corpóreo-subjetivo emprendido en la práctica, lo cual me permitirá finalizar señalando aspectos vinculados a la producción de la experiencia performática a través de estas prácticas corporales.

Como he mencionado, el modo procesual de la *performance* clase-taller de PCR permite la elaboración intersubjetiva de un proyecto corpóreo-subjetivo activando una reflexividad somática-estética desde la cual el practicante puede objetivarse y constituirse según los *sentidos* puestos en escena. Es así como cada estilo de PCR promueve un tipo de reflexividad que busca garantizar un cuerpo-sujeto enmarcado en su cosmovisión. En el testimonio de Sara puede observarse la tendencia de construir en la práctica de yoga una *subjetividad místico-holística* al vincular su experiencia expansiva e integradora de sentidos con una “esencia creadora más grande”. Por su lado, Claudia muestra para las danzas orientales una forma de *subjetividad afectivo-relacional*, al fraguar su experiencia expresiva con la autoconfianza descubierta de su “poder femenino” y finalmente, Beatriz elabora en la

práctica del Método Feldenkrais una *subjetividad analítico-pragmática* que lleva a asociar la experiencia de sí misma a la capacidad de ser “consciente” del cuerpo propio.

Del modo descrito, las PCR son prácticas de subjetividad, revelando con ello también una “micropolítica”. Es decir, las subjetividades o *re-presentaciones* elaboradas en la *performance* clase-taller son la resultante de fuerzas de autogobierno que producen su materialización y significación. Ahora bien, es necesario aclarar que, la dimensión micropolítica, que he nombrado como *autogobierno paradójico*, implica tanto aspectos de control como de agencia de los sujetos, lo que conduce a encontrar en las experiencias de los practicantes tendencias hacia la sujeción a identidades hegemónicas de lo sensible o hacia su singularización, como a la existencia paradójica de ambas formas.

La capacidad de las PCR de reflejar y/o transformar el orden estético-político haciendo posible un modo de *autogobierno paradójico* puede leerse, por ejemplo, en la narración de Sara cuando experimenta con la práctica del yoga una fuerza de auto-transformación que a su vez entra en resonancia con el siguiente pensamiento de Yogi Bhanan, maestro espiritual de Happy yoga, movimiento en el cual ella realiza su práctica: “En esta Era en la que entramos, el lema es sentir para ser. Acepta tu integridad y tu conexión a una existencia creativa más grande, y exprésalas con cada acción comprometida. El valor real vendrá de la verdad incorporada en acciones prácticas y en el calibre y las cualidades internas de tu mente y tu corazón”⁴⁰⁹. Además, se puede apreciar cómo la práctica del yoga provee a Sara de *sentidos*

⁴⁰⁹ HAPPY YOGA. Folleto publicitario. Formación de profesores de Kundalini Yoga. Escuela de vida yóguica. Op.cit., p.2

para resignificar su proyecto corpóreo-subjetivo, desde un tener para ser feliz hacia un bienestar consigo misma, lo cual puede considerarse como agencia práctica o realización subjetiva, pero a la vez es un proceso de control enmarcado dentro de los postulados de la nueva era y las ideologías neohigienistas e individualistas de la modernidad reciente que promueven las PCR, asunto que en la tercera parte de esta trabajo ya analizamos. Por su parte, en el relato de Claudia se encuentra no sólo una relación con *sentidos* de lo femenino que mueven las prácticas dancísticas personales sino también una percepción de dominio de sí misma. Aquí se da de nuevo una producción de subjetividad paradójica al singularizarse aspectos del sistema prescriptivo que está explícita o implícitamente dado sobre el comportamiento corporal de la mujer, adecuándose a un sentido femenino de lo “sutil” y a la vez, resistiéndose al estereotipo social de danzar para ser objeto de deseo para otro, y por el contrario, danzar para sí. Para Beatriz, el Método Feldenkrais la provee de la capacidad cinestésica para actuar como agente sobre sí misma, al implicar una tematización o trabajo mental sobre la experiencia corporal, que sin embargo es sostenida por la cosmovisión de “lo corporal “en el cual se asume que la forma de actuar, pensar y sentir, depende de cómo se organice el proceso somático.”⁴¹⁰

Por otra parte, la potencia performática de las PCR dependerá de la función que el practicante le asigne. Las PCR “*como performance*” liminoides son simultáneamente actuaciones recreativas y rituales. Que la experiencia a través de un estilo de PCR sea más recreativa (entretenimiento) o ritual (eficaz en la instauración de forma y contenido simbólico), implica

⁴¹⁰ CASTRO, Julia y URIBE, Marta. La Educación Somática: un medio para desarrollar el potencial humano. Revista *En: Educación Física Y Deporte*, Medellín, enero-junio, Vol. 20, No.1, 1998. p. 32

la función que se le asigne. En una misma clase-taller, puede estar coexistiendo participantes con ambos propósitos, tal como es explicado por un facilitador de yoga: “Es un practica abierta al público y se respetan los propósitos individuales, cada quien está en lo suyo. Unas personas son más constantes porque lo han asumido de manera más profunda, otros lo toma como una actividad de tiempo libre o para sentirse bien por un rato, esos pueden ser más inconstantes “(Entrevista 16).

Cabe aclarar también, que si bien se puede observar un aumento generalizado de adhesión en Medellín a las PCR, encontrándose personas “constantes” que logran apropiarse los discursos y formas de un estilo percibiendo transformaciones personales, también hay deserciones y movilidad entre las prácticas, encontrándose expresiones tales como: “estuve practicando un tiempo a taichí porque me parecía chévere y dicen que es saludable, pero me aburrí de los movimientos tan lentos (...)”; contrariamente, el siguiente testimonio muestra otra vivencia: “yo encuentro en el yoga un modo de hacer ejercicio físico y espiritual que me gusta mucho, y que prefiero a los gimnasios porque siento que me ha cambiado no solo en lo físico sino lo espiritual, en todo mi ser(...)me da paz total, esto en mi vida ahora, es más importante ” (Entrevista 27). Esta también este otro caso, de una practicante del Método Feldenkrais: “Antes estaba en yoga pero me salí porque avanzar en la técnica me llevaba a tomar cursos que se mezclaban con un ambiente muy místico para mí, aunque me considero una persona espiritual. Vengo a Feldenkrais porque me recomendaron este método para relajarme y por mi problema de columna, aquí uno trabaja el cuerpo, pero distinto” (Entrevista 36).

De acuerdo con lo planteado para existir una experiencia ritual en la clase-taller de PCR en el sentido de poseer una eficacia performática, depende no solo de lo que instaure en forma sensible y contenido simbólico, sino también debe constituirse para el practicante en una oportunidad extra-ordinaria para experimentar tensiones de valor no habituales, o asumirse con una voluntad de cambio hacia una acción transformadora más que en una motivación recreativa. Esto es, la necesidad de una decisión consciente de buscar la resolución a conflictos personales, o permitirse una vivencia que le permita inquietarse para sustentar la práctica a largo plazo o con mayor profundidad. Se trata de una búsqueda individual, aunque se sostenga colectivamente, de lo contrario el paso por la *performance* clase-taller es temporal y no logra el propósito de corporizar el sí mismo.

Considero además que una condición para que la experiencia performática sea posible en las PCR, implica no solo ejecutarla y percibir el efecto en la propia corporalidad sino también y sobre todo, *re-presentar* una realidad perceptivo-subjetiva que antes de su ejecución era inexistente, la cual se hace visible como un modo estético de existencia o estilo de vida. Luego, las mismas subjetividades elaboradas, vigilan y controlan la *re-presentación*, respecto a sí mismas y observando a los demás, lo cual suele evidenciarse en las rutinas personales cotidianas como en expresiones de algunos practicantes, tales como “(...) algunos viene acá a relajarse un poco pero se nota que no están en un camino espiritual” (Entrevista 30), o “(...) en lo que proyecta, su modo de moverse, se nota si ha interiorizado o no el sentido de danzar lo femenino” (entrevista 23)”. A lo anterior, se suma el hecho que las estructuras organizativas de los movimientos que promueven las PCR y el mercado de lo corporal en el

que circulan, analizados en el tercer capítulo, contribuyen a legitimar y a hacer inteligibles las subjetividades sensibles elaboradas.

Finalmente, la construcción diferenciada de subjetividades sensibles en las PCR, resulta del cruce entre el gobierno de la experiencia singularizada y el gobierno del patrón de experiencia corporizada elaborada en cada estilo de PCR a través del modo procesual de la *performance* clase-taller. Además, incide la implicación subjetiva del practicante en la experiencia corporizada, tal como he relatado y se vislumbran otros factores que aquí no desarrollo como el nivel de entrenamiento alcanzado, la experiencia corporal previa, el género, la edad y la clase social. Quiero decir con esto, que si bien hay un *modus operandi* común entre las PCR, existen formas personales y socialmente diferenciadas de apropiarlas, ya sea reproduciendo el orden-estético-político que contiene, disputándolo o haciéndolo coincidir.

EPILOGO

(...)Después de la muerte de Dios y la de Marx, seguidas por los ídolos más pequeños, cada cual queda ante su cuerpo como al comienzo. ¿Cómo definirlo, cómo aprehender sus modalidades, comprenderlo, entrenarlo, domesticarlo, domarlo? ¿De qué manera esculpirlo? ¿Qué se puede, qué se debe esperar de él? Michel Onfray⁴¹¹

En este momento final, encuentro que el punto de partida para emprender el viaje de la tesis se ha convertido de cierta manera en las coordenadas del punto de llegada, por supuesto con una mirada renovada y aun inquieta por el camino recorrido. Me refiero a mi doble relación con las PCR en tanto además de ser practicante de algunas de ellas, me he constituido en etnógrafa de las mismas, circunstancia que sin duda, incidió de manera significativa no solo en elección del problema de investigación sino en el lugar que jugó mi compromiso corporal en la producción de conocimiento y en el alcance de sus hallazgos. Es así como los supuestos iniciales derivados de mi conocimiento sobre el campo de práctica de las PCR y la condición de ser “nativa” del Método Feldenkrais y Taichi, me indicaban la potencia de estas prácticas corporales para la reelaboración de hábitos y de la experiencia de sí, a la vez, que me hacía “sospechar” sobre los *sentidos* que las PCR hacían visibles en quienes las practicamos, y en su trayectoria de reapropiación en Medellín desde 1980. La cuestión me orientó a distanciarme, no solo en el sentido de objetivar mi pertenencia al campo sino del deseo inicial de hacer una etnografía y hermenéutica particular sobre una sola práctica corporal, vertiente investigativa que predomina actualmente. Pienso ahora, que cuando se ejerce la

⁴¹¹ ONFRAY. Michel, La potencia de existir. Manifiesto hedonista, Ediciones de la Flor, Buenos Aires, 2007.

“participación observante” se hace necesario ejercer un extrañamiento de aquello que se ha hecho cuerpo en nosotros, por lo cual opté en develar la procedencia de las PCR en Medellín, su vinculación al orden estético-político actual (principalmente en sus modos de apropiación y consumo), así como las similitudes entre los diversos estilos de PCR tanto en sus formas discursivas como sensibles (práctica y perceptiva).

Lo anterior condujo a los principales hallazgos de este trabajo, en primer lugar, la identificación en la trayectoria histórica de las PCR de una matriz de significantes que da sostén a un modo hegemónico de *subjetividad sensible*, la cual es operada bajo un *régimen empresarial de lo sensible* constituido por las personas y organizaciones que han promovido y ofertado las PCR en el mercado corporal de Medellín. En segundo lugar, *un modus operandi común* en la performance *clase-taller de las PCR*, caracterizado por ser liminoide, intercorporal, procesual y reflexivo, eficaz para corporizar el sí mismo.

Con todo ello, puedo decir que la formación de un sujeto-cuerpo sensible como también del rol de ciudadanos, emprendedores y consumidores en Medellín en las últimas tres décadas, ha pasado por el modo de visibilidad, percepción y uso de corporalidades en movimiento como las PCR. No obstante, hay que advertir que no se puede tomar lo anterior como una fuerza determinista, sino que las PCR como vectores sensibles tienen que ver con lo que se torna visible, perceptible y significativo en el tránsito por la forma. Por eso, aludir a la producción de subjetividad ya sea en las formas discursivas y empresariales que le dan expresión a las PCR en el mercado corporal de los servicios recreativos, culturales y de bienestar en Medellín, o a la producción de subjetividad en la *performance* clase-taller, como

forma sensible, perceptiva y práctico, no significa necesariamente un moldeamiento, sino, se constituye en campo de fuerzas en tensión y flujo, contenedor de *sentidos* (sensaciones, emociones, significaciones, intenciones) para la configuración de corporalidades y subjetividades sensibles.

Hecha esta introducción, a continuación recorro algunas nociones y relaciones que surgieron en el proceso de investigación, planteando con ellas, las principales conclusiones sobre el campo problemático, así como sus alcances, limitaciones y convergencias con vetas de estudios similares.

En un primer momento, se construyó el campo de las PCR organizando de manera intencional un grupo de prácticas corporales con propósitos y actuaciones similares para lo cual se hizo necesario construir una noción que dislocara el significado instrumental asignado a las prácticas corporales en el campo de los estudios corporales y de las ciencias sociales, a partir de entenderlas “como performance”, técnicas corporales y prácticas estéticas. Además, no encontraba una categoría que incluyera los estilos diversos de movimiento elegidos, ya que algunos también se pueden encontrar ubicados como danzas, terapias corporales, gimnasias suaves, artes marciales o técnicas de actividad física, evidenciando con ello, la dispersión en este campo. De otro lado, se trataba de escudriñar conceptualmente la potencia que contienen las prácticas corporales que tienen por base la experiencia somática, intersubjetiva y performática de la acción. Compuse entonces el concepto *de prácticas corporales reflexivas, PCR*, como aquellas cuyo principal propósito es la autoconstitución subjetiva desde la reelaboración de la experiencia cinestésica, combinada con recursos verbales y otros

estímulos sensoriales (usados en distinta proporción y modo), realizadas en el tiempo libre, de forma activa y voluntaria.

Con relación a lo que iba a entenderse como subjetividad en el trabajo, de nuevo fue necesario acudir a una formación reticular, sin centro fijo, con conexiones entre nociones provenientes de la fenomenología cultural o paradigma del *embodiment* y algunos enfoques posestructuralistas que hicieron posible entenderla en entrelazo con la corporalidad y abrirla de su comprensión como mismidad o identidad fija o dada, para asumirla como efecto de fuerzas discursivas y sensibles, en constante devenir y en medio de relaciones intercorporales y socio-políticamente situadas, lo cual he llamado *subjetivación corporizada*.

El cuerpo-sujeto en tanto deviene como tal a partir de la experiencia y su relación con el poder, exige para su análisis, la comprensión de las formas que éste toma y las condiciones que lo hacen posible. Es por esto que para comprender la subjetividad producida a través de las PCR, me dirigí a develar la red de *sentidos* constituida desde la emergencia y despliegue de estas prácticas en la ciudad de Medellín, tomándose el periodo 1980-2012. Configuré la matriz de significantes que organiza el modo de identificación hegemónica para el conjunto de las PCR, emergiendo la *subjetividad sensible*, es decir, un cuerpo-sujeto con capacidad de autorrealización, autogestión, autorregulación, autocuidado, autoconstitución. Ello revelo además, la capacidad de las PCR de provocar un *autogobierno paradójico*, en tanto articula experiencia-significación, tanto de control como de agencia. No obstante, como vectores sensibles para la producción de subjetividad, más que un modelamiento, lo que las PCR hacen es poner en juego *sentidos* en el espacio visible de lo colectivo y la experiencia

corporizada. “Sentir” a través de la práctica de las PCR, puede considerarse entonces en un cumplimiento de lo asignado a una *subjetividad sensible* (auténtico, armónico, feliz, sano, productivo) o en una vía de creación procesual y desestabilizadora del cuerpo-sujeto prefijado. Con todo ello, puedo decir que las PCR forman parte de las prácticas de subjetividad disponibles en la ciudad de Medellín, las cuales conciertan formas de *autogobierno paradójico* (autorrealización y optimización de sí mismo) al articularse con el escenario socio-económico vivido en Medellín en los últimos treinta años.

Una mirada más focalizada sobre los modos de funcionamiento de las organizaciones vinculados con las PCR, así como a los procesos de mercadeo y consumo, develó un *régimen empresarial de lo sensible*. Los procesos de gestión, emprendimiento, formación, mercadeo y consumo en torno a las PCR funcionan también en condiciones paradójicas, en cuanto usan tecnologías de autogobierno que pueden contribuir tanto a la autogestión, emprendimiento y flexibilidad requerida para la optimización de sí mismo, competencia promovida por la racionalidad económica neoliberal, o, servir para la autorrealización. Todo ello en consonancia con la transformación del sistema económico, vivido en Colombia y particularmente en Medellín desde los años 80 hacia la ruta neoliberal trazada por la globalización, el cual trajo cambios del aparato de Estado en relación con su papel en el aseguramiento de la regulación y reproducción ampliada del capital y, en particular, en la valorización del capital humano. En síntesis, las PCR ponen en juego fuerzas ambivalentes que los actores (practicantes, pioneros y emprendedores) e instituciones propiciaron en sus intentos de legitimarlas o reapropiarlas en el periodo 1980-2012, contribuyendo a individualizar la responsabilidad del bienestar, la felicidad, el autoconocimiento, la

convivencia y la supervivencia misma, a la vez que tensionaban e incluso transformaban usos, concepciones y modos de sentir predominantes en Medellín hasta ese momento. Por otra parte, las PCR resultan “alternativas” dentro de las maneras de trabajo corporal hegemónicas circulantes en Medellín pero cuando asimilan lógicas de gestión empresariales, en sus formas y mecanismo organizacionales, tienden a comercializar la experiencia subjetiva y actualizar formas de oferta-consumo inscritas en la biopolítica del emprendimiento, desplegada en el contexto local desde las últimas décadas del siglo XX.

De otro lado, la focalización sobre las similitudes de la *performance* clase-taller en la que operan las PCR, me permitió describir el *modus operandi común* para adelantar el proceso de subjetivación corporizada. La *performance* clase-taller de PCR contiene un *modo procesual* que permite al practicante *hacer experiencia en y con el cuerpo*, modificándolo en tanto objeto, y modificándose en tanto sujeto a través de la acción de *fuerzas sensibles* y una *reflexividad somática-estética*, elaboradas en interexperiencia (enseñanza-aprendizaje) y en medio del acontecimiento liminoide de la *performance*. El efecto sobre el estado corpóreo-subjetivo revela entonces un proceso performático, al poner en juego la forma-sujeto y hábitos preestablecidos, de modo activo y reflexivo, ya sea para actualizarlos en la matriz hegemónica de *sentidos* para la *subjetividad sensible*, disputarlos en procesos de singularización o hacerlos coincidir para la autorrealización. En definitiva, en el proceso de *corporización de sí mismo* a través de la *performance* clase-taller se da tanto una reflexividad social como una reflexividad individual, como si la primera, incluso, debiera ser la condición de posibilidad del ejercicio de la segunda. De hecho, se puede decir que la *performance* clase-taller singulariza y hace perceptible lo social en el cuerpo. Además, en ella, el proceso de

subjetivación es elaborado de modo intersubjetivo lo cual conlleva un saber corporal, enseñable, organizado en técnicas, procesos de formación y entrenamiento e instituciones representantes

Respecto al enfoque relacional dado a esta investigación, construido no solo por la aproximación interdisciplinaria adoptada sino por situarme en la frontera entre lo lingüístico y lo corporal, me permitió acercarme a la experiencia de conocer el cuerpo y con el cuerpo, moviéndome intersubjetivamente e intercorporalmente, caminando entre el aquí, de lo corporal y el allá, de lo verbal, tratando de fluir entre los *sentidos* (sensaciones, emociones, significados, orientaciones) que atraviesan y componen las PCR. Deseo resaltar la especial atención que se fue configurando en el proceso investigativo hacia la experiencia e interexperiencia corporizada, derivada del doble rol de etnógrafa y practicante, atención autoreflexiva y pragmática que me permitió decifrar el saber que contienen y poder comunicarlo. Con lo anterior, espero contribuir a hacer más nítida el papel de la experiencia de la corporalidad en la constitución de lo social y de la subjetividad como del saber científico, al mostrar que la producción de todo conocimiento depende de estar en el mundo inseparable de nuestros *sentidos* y nuestra historia social, así como de los modos de representarnos.

Finalmente, en este trabajo se devela cómo los *sentidos* vinculados con el conjunto de las PCR durante su trayectoria en la ciudad de Medellín en el periodo 1980-2012, se hacen disponibles en el mercado corporal asociado al bienestar, la cultura y el desarrollo personal, ofreciendo la posibilidad de construirse un cuerpo-sujeto sensible, en condiciones

paradójicas, mediadas por formas empresariales y performáticas. Con ello, se abre una veta para continuar profundizando en la producción y apropiación de *sentidos* diferenciados en cada estilo de PCR y los múltiples modos de subjetivación según identificaciones de género, etnia, clase, trayectorias corporales, entre otros, los cuales no fueron objeto de indagación en este trabajo. En suma, los resultados del estudio se acompasan con trabajos realizados en la última década en latinoamérica sobre prácticas corporales similares en contextos urbanos lo que sugiere la posibilidad de hacer estudios comparativos. Además, aporta a esta vertiente, el uso del paradigma del *embodiment* para hallar patrones de experiencia comunes entre prácticas corporales similares, pues este enfoque ha sido utilizado más para particularizar la experiencia de una práctica o género performativo, lo que puede ayudar a descifrar la relación entre políticas y estéticas de las corporalidades en la región. Además, complementa las investigaciones que sobre el cuerpo se han realizado en la ciudad de Medellín orientadas principalmente a indagar sobre sus representaciones y formaciones discursivas en ámbitos de la salud, la educación, la constitución de ciudadanía y de género, atendiendo esta vez, la producción de subjetividad desde el cuerpo, o PCR, que articulan *sentidos* orientadores para la construcción de subjetividades y corporalidades sensibles.

BIBLIOGRAFÍA

AGUIAR, Mónica. Reflexionar para moverse, sentir para conocerse. Sobre la producción de verdad en las técnicas corporales reflexivas. Trabajo de grado (Antropóloga). Bogotá D. C: Pontificia universidad Javeriana. Facultad de Ciencias Sociales, 2011.

AISENSTEIN, Angela (comp.) Cuerpo y cultura. Prácticas corporales y diversidad. Buenos Aires: Libros del Rojas, 2006.

ALCALDÍA DE MEDELLÍN. SECRETARÍA DE CULTURA CIUDADANA Y SUBSECRETARÍA DE METROCULTURA. Lineamientos político-culturales para la formulación del Plan de Desarrollo Cultural de Medellín 2009-2020. Medellín: Fondo Editorial Ateneo Porfirio Barba Jacob, 2008.

ALEXANDER, Gerda. La Eutonía. Un camino hacia la experiencia total del cuerpo. Barcelona: Paidós, 1979.

ALEXANDER, Frederick Matthias. El uso de sí mismo. La obra fundamental del creador de la Técnica Alexander. Barcelona: Urano, 1995.

ANDRIEU, Bernard. Les Cultes du corps. Éthique et sciences. Paris : L'harmattan, 1994.

_____¿Quelle épistémologie du corps ? *Corps* 1, [online] 2006, No. 1, [citado mayo 2 de 2010] Disponible www.cairn.info/revue-corps-dilecta-2006-1-page-13.htm

_____Pratiques corporelles. Dans: ANDRIEU, Bernard y BOETSCH Gilles. Dictionnaire du corps. Paris: CNRS Editions, 2008.

_____Le corps humain. Une anthropologie bioculturelle [online]2007, No. 1 [Citado 27 mayo 2009] Disponible <http://www.cairn.info/disc-sport-et-societe.htm>

_____Hétéro-réflexivité des techniques du corps. Le Portique [online], 2006, No.17, [citada 6 agosto 2011] Disponible <http://leportique.revues.org/index779.html>

APARICIO, Esperanza, PÉREZ, Javier. El auténtico método Pilates. El arte del control. Barcelona: Ediciones Martínez Roca, 2005.

ARGÜELLES, Denise. Un modelo para la formación del talento humano en la organización en el siglo XXI. En: Revista Escuela de Administración de Negocios, 2011, No. 71.

ARDILA, Diana. Las industrias culturales y creativas en la relación Universidad – Empresa – Estado. En: Primer *Diálogo e* con expertos sobre la industria cultural y creativa (8: 2012: Medellín). Memorias. Medellín: Centro de Pensamiento *Ciudad e*, 2012.

ASCHIERI, Patricia y PUGLISI, Rodolfo. Cuerpo y producción de conocimiento en el trabajo de campo. Una aproximación desde la fenomenología, las ciencias cognitivas y las prácticas corporales orientales. En: CITRO, Silvia. Cuerpos plurales. Antropología de y desde los cuerpos. Buenos Aires: Biblos, 2010.

AUSTIN, John. Cómo hacer cosas con palabras. Buenos Aires: Paidós, 1971.

BAGRICHEVSKY, Marcos *et alt.* Estilo de vida saludable y sedentarismo en investigación epidemiológica: cuestiones a ser discutidas. En: Salud Pública de México [online] 2007, Vol 49, No.006 [citado 28 agosto 2009] Disponible <http://redalyc.uaemex.mx/redalyc/src/inicio/ArtPdfRed.jsp?iCve=10649601>

BAGÚ, Sergio. Tiempo, realidad social y conocimiento. México: Nuestro tiempo, 1975.

BARBARAS, Renaud. De la phénoménologie du corps à l'ontologie de la chair. Traducción inédita Michel Delhome. Dans: GODDARD, Jean Christophe (comp). Le corps. Paris: Librairie Philosophique, 2005.

BARDET, Marie. Pensar con mover. Un Encuentro entre danza y filosofía. Buenos Aires: Cactus, 2012.

BARROSO, Moisés. Inmanencia, virtualidad y devenir en Gilles Deleuze [online] España: Universidad de La Laguna, 2005. [citado mayo 5 de 2010] Disponible <ftp://tesis.bbt.ull.es/ccsyhum/cs224.pdf>

BASSAT, Luis. El libro rojo de las marcas. Como construir marcas de éxito. Barcelona: Debolsillo, 2006.

BATTÁN, Ariela. La centralidad de la noción de esquema corporal como quiasmo de espacio y movimiento. En: Investigaciones Fenomenológicas, No.10, 2013.

BERTHELOT, Jean-Michel. The Body as a Discursive Operator: Or the Aporias of a Sociology of the Body. In: Body & Society, 1995, vol.1.

BERTHERAT, Thérèse y BERNSTEIN, Carol. Correo del cuerpo. Nuevas vías de la Antiginasia® Thérèse Bertherat. Barcelona: Paidós, 1981.

_____ El cuerpo tiene sus razones. Autocura y Antiginasia. Barcelona: Paidós, 1990.

BHABHA, Homi. El lugar de la Cultura. Buenos Aires: Manantial, 2002.

BIZERRIL, José. Religión y modos de subjetivación en el mundo globalizado [Online]. 2103, No. 39. [Citada 28 noviembre 2013] Disponible

http://www.ucentral.edu.co/images/editorial/nomadas/docs/39_12b_religion_y_modos_de_subjetivacion.pdf

BOLIVAR, Antonio; DOMINGO, Jesús, FERNÁNDEZ, Manuel. La investigación biográfica-narrativa en educación. Enfoque y metodología. Madrid: La Muralla, 2001.

BORDIEU, Pierre. La dominación masculina. Barcelona: Anagrama, 2000.

_____ Los usos sociales de la ciencia. Buenos Aires: Nueva visión, 2008.

_____ El sentido práctico. Buenos Aires: Siglo XXI, 2010.

BOURRIAUD, Nicolás. Estética relacional. Buenos Aires: Adriana Hidalgo, 2006.

BUTLER, Judith. Mecanismos psíquicos del poder. Teorías sobre la sujeción. Madrid: Cátedra, 2001.

_____ Cuerpos que importan. Sobre los límites materiales y discursivos del «sexo». Buenos Aires: Paidós, 2002.

COLOMBIA. MINISTERIO DE LA PROTECCIÓN SOCIAL. Servicio Nacional de Aprendizaje. SENA. Caracterización ocupacional Medicina Alternativa y Terapias Complementarias. Bogotá: SENA, 2006.

CARDONA, Marleny, VERA, Luz y TAVARES, Juliana. Las dimensiones del emprendimiento empresarial: La experiencia de los programas Cultura E y Fondo Emprender en Medellín. Medellín: Editorial Universidad de Eafit. 2008.

CARO, Isabel. Enlazando en el tiempo la Semántica General y la Psicoterapia Cognitiva. En: Apuntes de Psicología, 2008, Vol. 26, No. 2.

CAROZZI, María Julia. La autonomía como religión: La nueva era. Alteridades [online] 1999 [citada 2 marzo 2012] Disponible: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=74791803>

CASTAÑEDA, Gloria. Vivencia de prácticas corporales artísticas: allegar-se al cuerpo vivido desde las expresiones dancísticas. Trabajo de grado (Magíster en Motricidad y Desarrollo Humano). Medellín: Universidad de Antioquia. Instituto Universitario de Educación Física, 2009.

CASTAÑEDA, Gloria y GALLO, Luz Elena. Narrativa Corporal: una experiencia vivida a través de la danza. En: Lúdica pedagógica, 2008, Vol. 1, No. 13.

CASTELLS, Manuel. La cuestión urbana. Madrid: Siglo XXI, 1979. p. 283.

CASTRO-GÓMEZ, Santiago. Historia de la gubernamentalidad. Razón de Estado, liberalismo y neoliberalismo en Michel Foucault. Bogotá: Siglo del Hombre Editores, 2010.

CASTRO Julia. ¿Cuáles son los significados y manifestaciones asignadas a la educación física?”. En: BENJUMEA, Margarita *et al.* Sentidos de la motricidad en el escenario escolar. Un inicio de rupturas paradigmáticas desde los actores de la Educación Física en Colombia. Medellín: Instituto de Educación Física. Grupo de Investigación Estudios de Educación Corporal, 2005.

_____ Los paradigmas sobre el proceso salud-enfermedad y sus consecuencias en la educación para la salud. En: CEVALLOS, Diana y MOLINA, Nery (eds). Educación corporal y salud: Gestación, infancia y adolescencia. Medellín: Funámbulos Editores, 2007.

_____ El cuerpo en la promoción de la actividad física: espacio de producción cultural e ideológica. En: Peña, Eder (ed). Sedentarismo. Implicaciones para la vida. Manizales: Editorial Universidad de Caldas, 2010.

CASTRO, Julia y URIBE, Marta. La Educación Somática: un medio para desarrollar el potencial humano. Revista En: Educación Física Y Deporte, Medellín, 1998, Vol. 20, No.1.

CATAN, Antonio (comp). La Otra Economía. Buenos Aires: Editorial Altamira. 2004.

CITRO, Silvia. Variaciones sobre el cuerpo: Nietzsche, Merleau-Ponty y los cuerpos de la Etnografía. En: MATOSO, Elina (comp). El cuerpo in-cierto. Corporeidad, arte y sociedad. Buenos Aires: Universidad de Buenos Aires - Letra Viva, 2006.

_____Cuerpos significantes. Travesías de una etnografía dialéctica. Buenos Aires: Biblos, 2009.

_____La antropología del cuerpo y los cuerpos en-el-mundo. Indicios para una genealogía (in)disciplinar. En: CITRO, Silvia (comp) Cuerpos plurales. Antropología de y desde los cuerpos. Buenos Aires: Biblos, 2010.

_____Repensar los movimientos, remover los pensamientos: teorías y métodos en la antropología de la danza. En: CITRO, Silvia y ASCHIERI, Patricia (comps.) Cuerpos en movimiento. Antropología de y desde las danzas. Buenos Aires: Biblos, 2012, p. 48-61

CITRO, Silvia *et al.* Cuerpos plurales: performances orientales, afro y amerindias en los circuitos culturales públicos y privados de Buenos Aires y Rosario En: REUNIÓN DE ANTROPOLOGÍA DEL MERCOSUR (8: 2009: Buenos Aires). Anales. Buenos Aires: Universidad San Martín, 2009. 1. CD.

CITRO, Silvia y ASCHIERI, Patricia (comps.) Cuerpos en movimiento. Antropología de y desde las danzas. Buenos Aires: Biblos, 2012.

CROSSLEY, Nick. Merleau-Ponty, the Elusive Body and Carnal Sociology. In: Body & Society, 1995, Vol. 1, No.1.

CROSSLEY, Nick. Mapping reflexive body techniques: on body modification and maintenance. In: *Body & Society*, 2005, Vol. 11, No. 1a.

CSORDAS, Thomas. Embodiment as a Paradigm for Anthropology. In: *Ethos*, 1990, vol. 18, no. 1.

CSORDAS, Thomas. *The Sacred Self: a cultural phenomenology of charismatic healing*. Berkeley Berkeley: University of California Press, 1997.

CSORDAS, Thomas. Embodiment and Cultural Phenomenology. En: WEISS, Gail y FERN HABER, Honi (eds). *Perspectives of Embodiment. The Intersections of Nature and Culture*, New York: Routledge, 1999.

CSORDAS, Thomas. Modos somáticos de atención. En: CITRO, Silvia (comp) *Cuerpos plurales. Antropología de y desde los cuerpos*. Buenos Aires: Biblos, 2010.

DAMASIO, Antonio, *El error de Descartes. La emoción, la razón el cerebro humano*. Barcelona: Crítica, 2006.

D'ANGELO, Ana. Cuando formamos parte del nosotros de la investigación: subjetividades y corporalidades implicadas. En: X Congreso Argentino de Antropología Social, (1:2011: Buenos Aires). *Memorias X Congreso Argentino de Antropología Social*. Buenos Aires: UBA, 2001.

DE CERTEAU, Michel. La invención de lo cotidiano1. Artes de hacer. México: Universidad Iberoamericana, 1996.

DELEUZE, Gilles. Diálogos. Valencia: Pre-textos, 1980.

DELEUZE, Guilles. La imagen-tiempo: Estudios sobre cine 2. Barcelona: Paidós, 1986.

_____ Foucault. Barcelona: Paidós, 1987.

_____ Nietzsche y la filosofía. Barcelona: Anagrama, 1994.

_____ Conversaciones. Valencia: Pre-textos, 2006.

_____ El pliegue. Leibniz y el Barroco. Buenos Aires: Paidós, 2008.

_____ Francis Bacon. Lógica de la sensación. Madrid: Arena Libros, 2009.

DELEUZE, Gilles y GUATTARI, Félix. Mil mesetas. Capitalismo y esquizofrenia. Valencia: Pre-textos, 1994.

DEL MARMOL, Mariana, MORA, Ana Sabrina y SÁEZ, Mariana. Conjunciones metodológicas para el estudio del cuerpo en la danza. En: CITRO, Silvia y ASCHIERI, Patricia (comps) Cuerpos en movimiento. Antropología de y desde las danzas. Buenos Aires: Biblos, 2012.

DE MICHELIS, Elizabeth. A Preliminary Study of Modern Yoga Studies. In:Asian Medicine. 2007, No.3.

_____ Modern yoga: history and forms.In: BYRNE, Jean y SINGLETON, Mark. Yoga in the modern world: contemporary perspectives. Abingdon: Routledge, 2008.

DEWEY, Jhon. Experiencia y Educación. Buenos Aires: Losada, 1967.

_____ Later Works. Carbondale: Southern Illinois Press, 1982.

_____ Jhon Dewry. Selección de Textos. Selección y traducción Diego Antonio Pineda Rivera. Medellín: Universidad de Antioquia, 2011.

DÍAZ, Esther. La filosofía de Michel Foucault. Buenos Aires: Biblos, 2005.

DUFOUR, Dany-Robert, Los desconciertos del individuo sujeto. En: Le Monde Diplomatique. Buenos Aires: .Edición Cono Sur, 2001. p. 5.

EL COLOMBIANO. Taichi: meditación en movimiento. Hemeroteca, Universidad de Antioquia 15, septiembre, 1991, p.11C.

EL COLOMBIANO. A las Damas. Hemeroteca Universidad de Antioquia 10, enero, 1985, p.8b.

EL COLOMBIANO. Salud y belleza. Tu propia imagen. Hemeroteca, Universidad de Antioquia, 16, mayo, 1995, separata 12, p. 13.

EL COLOMBIANO. Dos ideas para no quedarse en casa [citado 2 octubre 2012] Disponible <http://m.elcolombiano.com/article/83466>

ESCRIBANO, Xavier. Sujeto encarnado y expresión creadora. Aproximación al pensamiento de Maurice Merleau -Ponty. Barcelona: Phohom Ediciones, 2004.

ESPINAL, Cruz Elena. El cuerpo civil, controles y regulaciones: Medellín 1950. Medellín: Fondo Editorial Universidad EAFIT, 2006.

FARINA, Cynthia. Arte, cuerpo y subjetividad. Estética de la formación y la pedagogía de las afecciones, Tesis Doctoral (Doctora en Educación). Barcelona: Universidad de Barcelona, 2005.

_____ Arte, cuerpo y subjetividad. Experiencia estética y pedagógica. En: Educación Física y Ciencia, [online], 2006 [Citado 4 agosto de 2008] Disponible <http://www.efyc.fahce.unlp.edu.ar>

_____ La formación del territorio. Saber del abandono y creación de un mundo. En: MORENO, William, y PULIDO, Sandra (eds). Educación, cuerpo y ciudad. El cuerpo en las interacciones e instituciones sociales, Medellín: Funámbulos editores, 2007.

_____ Formación estética y políticas de lo sensible. En: FARINA, Cynthia y RODRÍGUEZ, Carla. (comp). Cartografías do sensível. Estética e subjetivação na contemporaneidade. Porto Alegre: Evangraf LTDA, 2009.

FELDENKRAIS, Moshe. El poder del yo. La autotransformación a través de la espontaneidad. Barcelona: Paidós, 1995.

_____ La dificultad de ver lo obvio. Buenos Aires: Paidós. 1996.

FLEISCHER, Friederike. La diáspora china: un acercamiento a la migración china en Colombia. En: Revista de Estudios Sociales, 2012, No. 42.

FOUCAULT, Michel. Poderes y Estrategias. En: Un diálogo sobre el poder y otras conversaciones. Madrid: Alianza, 1985.

FOUCAULT, Michel. Tecnologías del yo y otros textos afines. Barcelona: Paidós, 1990.

_____ Estética, ética, hermenéutica. Barcelona: Paidós, 1999.

_____ Seguridad, territorio, población: curso en el Collège de France (1977-1978). México: Fondo de Cultura Económica, 2006.

_____ Nacimiento de la biopolítica: curso en el Collège de France (1978-1979). México: Fondo de Cultura Económica, 2007.

_____ Historia de la sexualidad. La inquietud de sí. México: Siglo XXI, 2007.

_____ Historia de la sexualidad. El uso de los placeres. México: Siglo XXI, 2011.

FRANCO RESTREPO, Vilma. Poder regional y proyecto hegemónico: el caso de la ciudad metropolitana de Medellín y su entorno regional 1970-2000. Medellín: Instituto Popular de Capacitación, IPC, 2006.

GALVÁN, Gustavo. Gilles Deleuze: Ontología, pensamiento y lenguaje. Un logos problemático. Granada: Editorial Universidad de Granada, 2007.

GALLO, Luz Elena *et al.* Mujer y Deporte en Medellín y Área Metropolitana. En: *Des-Encuentros*, 2002 Vol 1, No.5.

GALLO, Luz Elena. Los discursos de la educación física contemporánea. Bogotá: editorial Kinesis, 2010.

GARCÍA, Carmen (ed). *Hermenéutica de la Educación Corporal*. Medellín: Funámbulos editores, 2001.

GARCÍA, Carmen *et al.* Influencia de las ideas modernas en la educación del cuerpo en el ámbito escolar de los discursos de la educación física del siglo XX en Medellín. En: *Revista Universidad de Medellín*, 2003, No.76.

GARCÍA CANCLINI, Nestor. El consumo sirve para pensar. Diálogos de la Comunicación. En: Revista Federación Latinoamericana de Asociaciones de Facultades de Comunicación Social, 1991, No.30.

GEERTZ, Clifford. La interpretación de las culturas. Barcelona: Gedisa, 1999.

GIDDENS, Anthony. Modernidad e identidad del yo. El yo y la sociedad en la época contemporánea. Barcelona: Península, 1995.

GIL. José. Movimento total. O corpo e a Danca. Lisboa: Relógio D'Água Editores. 2001.

GOFFMAN, Erving. La presentación de la persona en la vida cotidiana. Buenos Aires: Amorrortu, 1993.

GOLDFARB, Lawrence. Foundations of learning. Understanding Developement and Change. (Traducción inédita Escuela de Idiomas, Universidad de Antioquia). California: Feldenkrais Ressources, 1994.

GÓMEZ, Ninoska. Cerrar los ojos para sentir y moverse mejor. Cuatro momentos de una exploración. Documento de trabajo. Costa Rica: Estudio Los Almendros, Artes y Ciencias del movimiento.2014, [citado octubre 7 de 2014] disponible <http://www.studiolosalmendros.com>

GÓMEZ, Ninoska y BOLSTER, Gurney. Movement, Body and Awareness: Exploring Somatic Processes. Traducción inédita Escuela de Idiomas, Universidad de Antioquia. Québec: University of Montreal, Department of Physical Education, 1988.

GOROSTIDI, Juan. Levantar la mirada. Taichi chuan. Fundamentos para una práctica contemporánea. Madrid: La liebre de marzo, 1987.

GREEN, Debra. Assumptions of Somatics. En: Somatics. 1997, Vol 11, No.2, 1997.

GUATTARI, Felix. Caosmosis. Buenos Aires: Manantial, 1996.

GUATTARI, Félix y ROLNIK, Suely. Micropolítica: Cartografía del deseo. Buenos Aires; Tinta Limón: traficantes de sueños, 2005.

HANNA, Thomas. La rebelión de los cuerpos. Barcelona: Plaza & Janes, 1972.

_____ The field of Somatics. In: Somatics. 1976, Vol.1, No.1.

_____ What is somatics?. In: Somatics, Vol. 5, No.4, 1986.

_____ Somática. Recuperar el control de la mente sobre el movimiento, la flexibilidad y la salud. México: Yug, 1994.

JACKSON, Michael. Conocimiento del cuerpo. En: CITRO, Silvia (comp.). Cuerpos plurales. Antropología de y desde los cuerpos. Buenos Aires: Biblos, 2010.

HAPPY YOGA. Folleto publicitario. Formación de profesores de Kundalini Yoga. Escuela de vida yóguica. Barcelona: Happy Yoga, 2011.

HIRSCH, Joachim. Fordismo y Posfordismo, la crisis social actual y sus consecuencias. In: Hirsch, Joachim et al. Los estudios sobre el Estado y la reestructuración capitalista. Fichas temáticas de Cuadernos del Sur, Buenos Aires:Tierra del Fuego, 1992.

IBAÑEZ, Gracia. El giro lingüístico. En: IÑIQUEZ, L. (ed). Análisis del Discurso. Manual para las ciencias sociales. Barcelona: Editorial UOC, 2003.

ISIDRIO, Felipe *et alt*. Manual del entrenador personal. Del fitness al wellness. Barcelona: Paidotribo, 2007.

ISLAS, Hilda. De la historia al cuerpo y del cuerpo a la danza. Elementos metodológicos para la investigación histórica de la danza (comp), México: Centro Nacional de las Artes, 2001.

_____ De la integración de aspectos sociales y subjetivos de las técnicas dancísticas medianet el concepto de tecnologías coprorales. En: ISLAS, Hilda (comp). De la historia del cuerpo y del cuerpo a la danza. México: Consejo Nacional para la cultura y las artes, 2001.

JAY, Martin. Cantos de experiencia. Variaciones modernas sobre un tema universal. Buenos Aires: Paidós, 2009.

JOLY, Yvan. L'éducation somatique: au-delà du discours des méthodes. Dans: COMBEAU, François. Développement Somatique. Paris: Temps Présent, 1994.

_____ La recherche et la pratique du corps vécu: un point de vue, par la méthode Feldenkrais® d'éducation somatique. Dans: Revue Association Pour La Recherche Qualitative, Vol. 12, 1995.

_____ Educación Somática. Reflexiones sobre la práctica de la conciencia del cuerpo en movimiento. México: Plaza y Valdés. 2008.

JULIEN, Marie-Pierre. Technique du corps. Dans: ANDRIEU, Bernard y BOETSCH, Gilles. Dictionnaire du corps. Paris: CNRS Editions. 2008.

KAEPLER, Adrienne. Una introducción a la estética de la danza. En: CITRO, Silvia y ASCHIERI, Patricia (comps). Cuerpos en movimiento. Antropología de y desde las danzas. Buenos Aires: Biblos, 2012.

KAGAN, E.; MORSE, R. The Body Electronic: Aerobic Exercise on Video: Women's Search for Empowerment and Self-Transformation. In: TDR, 1988, Vol. 32, No. 4.

LABAN, Rudolf. Danza educativa Moderna. México: Paidós, 1989.

LAGUNA, Mercedes. Capacidad de actuar e interacción. La pertinencia de un estudio disciplinar. Fenomenología y neurofisiología. Alicante: Editorial Club Universitario, 2011.

LAMBEK, Michael. Cuerpo y mente en la mente, cuerpo y mente en el cuerpo. Algunas intervenciones antropológicas en una larga conversación. En: CITRO, Silvia. Cuerpos plurales. Antropología de y desde los cuerpos. Buenos Aires: Biblos, 2010.

LANDA, María Inés y MARENGO, Leonardo. El cuerpo del trabajo en el capitalismo flexible: lógicas empresariales de gestión de energías y emociones. En: Cuadernos de Relaciones Laborales, 2012, Vol. 29, No. 1.

LE BRETON, David. Antropología del cuerpo y Modernidad. Buenos Aires: Nueva Visión, 2002.

LE POGAM, Yves. Corporéisme et individualisme hédoniste. Dans: Corps et Culture. Plaisirs du corps, plaisirs du sport [online] 1997, [Citado 4 agosto de 2009] Disponible <http://corpsetculture.revues.org/document388.html>

LEVERATTO, Jean-Marc. Lire Mauss. Le portique [online], 2006, No, 17 [citada 6 agosto 2011] Disponible <http://leportique.revues.org/index778.html>

LEVI, Giovanni. Un problema de escala. En: Revista Relaciones. Estudios de historia y sociedad, Vol. 24, No.95, 2003.

LÉVI-STRAUSS, Claude. Antropología Estructural. Barcelona: Editorial Paidós, 1987.

LIPOVESTSKY, Gilles. La era del vacío. Ensayos sobre el individualismo contemporáneo. Barcelona: Anagrama, 1994.

LONDOÑO, Alicia. El cuerpo limpio. Higiene corporal en Medellín, 1880-1959. Medellín: Universidad de Antioquia, 2008.

LÓPEZ, María del Carmen. De la sensibilidad a la inteligibilidad. Rehabilitación del sentir en Merleau-Ponty. En: Investigaciones Fenomenológicas, No. 6, 2008.

LUNA, María Teresa. La intimidad y la experiencia en lo público. Manizales, 2006, Tesis Doctoral (Doctora en ciencias sociales. Niñez y juventud), Centro de Estudios Avanzados en niñez y juventud. Universidad de Manizales – CINDE.

MAFFESOLI, Michel. En el crisol de las apariencias. Para una ética de la estética. México: Siglo XXI, 2007.

MAILLARD, Chantal. La razón estética. Barcelona: Editorial Laertes, 1998.

MANDOKI, Katya. Estética cotidiana y juegos de la cultura. Prosaica I. México: Siglo XXI, 2006.

MARCUS, George y FISCHER, Michael. La antropología como crítica cultural. Buenos Aires: Amorrortu editores, 2000.

MÁRQUEZ, Jorge y GARCÍA, Victor (comps). Poder y saber en la historia de la salud en Colombia. Universidad Nacional de Colombia, Medellín, 2006.

MARTIN ALCOFF, Linda. Merleau-Ponty y la teoría feminista de la experiencia. En: Revista Mora, nº 5, 1999.

MARTÍNEZ, Elkin, SALDARRIAGA, Juan Fernando. Actividad Física y Estilo de Vida en Medellín. Un desafío para la Promoción de la Salud. En: Revista Facultad Nacional de Salud Pública. 2008, Vol. 26, No, 2.

MAUSS, Marcel. Sociología y Antropología. Madrid: Tecnos, 1979.

MEJIA, Cristina y VOLKER, Dieze. Yoga. Un camino para la paz. Medellín: Atman Yoga, 2008.

MERLEAU-PONTY, Maurice. Fenomenología de la percepción. Buenos Aires: Planeta, 1993.

_____ Lo visible y lo invisible. Buenos Aires: Nueva Visión. 2010.

MORENO, William, y PULIDO, Sandra (eds). Educación, cuerpo y ciudad. El cuerpo en las interacciones e instituciones sociales. Medellín: Funámbulos editores, 2007.

MOLINA, Nery. El movimiento experienciado: una forma de habitar el cuerpo y de relacionarse con los otros. En: GARCÍA, Carmen (ed.). Hermenéutica de la Educación Corporal). Medellín: Funámbulos, 2001.

MORA, Ana Sabrina. El cuerpo en la danza desde la antropología. Prácticas, representaciones y experiencias durante la formación en danzas clásicas, danza contemporánea y expresión corporal. Tesis de Doctorado (Doctora en Ciencias Naturales-orientación Antropología). La Plata: Universidad Nacional de la Plata. Facultad de Ciencias Naturales y Museo, 2010.

MUNICIPIO DE MEDELLÍN. Balance de la Secretaría de las Mujeres del Municipio de Medellín 2008-2011. Plan de Desarrollo Municipal 2008-2011. Medellín es Solidaria y Competitiva. Disponible <http://www.medellin.gov.co>

_____ Plan de Desarrollo. Medellín compromiso de toda la ciudadanía, 2004-2007 [Consultado 3 noviembre 2009] Disponible en: <http://www.medellin.gov.co>

MUÑIZ, Elsa (comp.) Disciplinas y prácticas corporales. Una mirada a las sociedades contemporáneas. México: Antropos, 2010.

MURAKAMI, Haruki. De qué hablo cuando hablo de correr. Barcelona:Tusquets, 2010.

NANCY, Jean-Lucy. Corpus. Madris: Arena Libros, 2003. p.31

ONFRAY. Michel, La potencia de existir. Manifiesto hedonista, Ediciones de la Flor, Buenos Aires, 2007.

PARRINI Rodrigo (comp.). Los contornos del alma, los límites del cuerpo: género, corporalidad y subjetivación. México: Universidad Nacional Autónoma de México-PUEG. 2007.

PEDRAZA, Zandra. En cuerpo y alma. Visiones del progreso y de la felicidad. Bogotá, D. C.: Universidad de los Andes, 1999.

_____ Las hiperestesias: principio del cuerpo moderno y fundamento de la diferencia social. En: VIVEROS, Mara, y GARAY, Gloria (comp). Cuerpo, diferencias y desigualdades. Bogotá: Centro de Estudios Sociales-CES. Universidad Nacional de Colombia, 1999.

_____ Cuerpo e investigación en teoría social. En: Semana de la alteridad (9: 2003: Manizales) Disponible: <http://antropologia.uniandes.edu.co/zpedraza/zp1.pdf>

_____ El régimen biopolítico en América Latina. Cuerpo y pensamiento social. En: Iberoamericana. América Latina-España-Portugal, 2004, no. 15.

_____ Políticas y estéticas del cuerpo en América Latina. Bogotá: CESO, Ediciones Uniandes, 2007.

_____ De la educación física y el uso de sí: ejercicios estético-políticos de la cultura somática moderna. En: Movimiento, 2008, Vol. 14, No.2.

PIORE, Michael y SABEL, Charles. La Segunda Ruptura Industrial. Madrid: Alianza, 1990.

PORTER, Roy. Historia del cuerpo revisada. En: Burke, Peter (ed). Formas de hacer historia. Madrid: Alianza editorial. 2003.

PRIETO, Antonio y MUÑOZ, Yolanda. El teatro como vehículo de comunicación, México: Trillas, 1992.

QUINCHÍA, Suly. Discurso, ideología y poder en la producción de ciudad: un acercamiento a la práctica discursiva del urbanismo social en la ciudad de Medellín, 2004-2011. Trabajo de grado (Magister en Estudios Urbano Regionales) Facultad de Arquitectura. Universidad Nacional de Colombia. Medellín, 2011.

QUINTERO, Victor. Indicadores de gestión cultural. II Encuentro Nacional Indicadores de Gestión Cultural [online] 2001 [citado 11 marzo 2012] Disponible <http://www.culturarecreacionydeporte.gov.co/portal/sites/default/files/6.%20Indicadores%20de%20gestion%20cultural.pdf>

RAMÍREZ, Yenny. Subjetividades contemporáneas: el yoga como práctica de sí [Online]. Bogotá D.C. Trabajo de grado (Magister en Sociología). Universidad Nacional de Colombia. Facultad de Ciencias Humanas. 2011. Disponible <http://www.bdigital.unal.edu.co/4445/>

RAMIREZ, Mario. El Quiasmo. México: Universidad Michoacana de San Nicolás de Hidalgo, Editorial Universitaria, 1994.

_____ El pliegue y el quiasmo. Merleau-Ponty y Gilles Deleuze. En: Eikasia. Revista de Filosofía, No. 49, 2013.

RANCIÈRE, Jacques. La división de lo sensible. Estética y política. Salamanca: Centro de Arte de Salamanca, 2002.

RAYNAUD DE LA FERRIERE, Serge. Cultura psicofísica y judo. Caracas: Ediciones Gran Fraternidad Universal. 2008.

REED, Susan. La política y la poética de la danza. En: CITRO, Silvia y ASCHIERI, Patricia (comps) Cuerpos en movimiento. Antropología de y desde las danzas. Buenos Aires: Biblos, 2012.

RESTREPO SANTAMARÍA, Nicanor. Empresariado antioqueño y sociedad, 1940-2004. Influencia de las élites patronales de Antioquia en las políticas socioeconómicas colombianas. Medellín: Universidad de Antioquia, 2011.

RINCÓN, Omar. Narco.estética y narco.cultura en narc.olombia. En: Nueva Sociedad, 2009, No. 222.

RITZER, George. Teoría sociológica contemporánea. Madrid: Mc.Graw-Hill, 1993.

RODRÍGUEZ, Manuela. Danzando lo múltiple. Acerca de cómo espejar la reapropiación religiosa y artística de una tradición de matriz africana. En: CITRO, Silvia y ASCHIERI, Patricia (comps) Cuerpos en movimiento. Antropología de y desde las danzas. Buenos Aires: Biblos, 2012.

ROSALDO, Renato. Cultura y Verdad. La reconstrucción del análisis social. Quito: Ediciones ABYA-YALA, 2000.

ROSE, Nikolas. Terapia y poder: techné y ethos. En: Archipiélago. Cuadernos de crítica de la cultura, No. 76, Barcelona, 2007.

SIMMEL, George. Sociología: Estudio sobre las formas de socialización, Madrid, Revista de Occidente. 1924. Citado por: LEAL MALDONADO, Jesús. Política y Sociedad, Madrid, 1997, No.25.

SCHECHNER, Richard. Performance. Teoría y prácticas interculturales. Buenos Aires: Libros del Rojas, 2000.

_____ Restauración de la conducta. En: TAYLOR, Diana, y FUENTES, Marcela (eds.). Estudios avanzados de performance. México: FCE, Instituto Hemisférico de Performance y Política, Tisch School of de Artes, New York University, 2011.

_____ Estudios de la representación. Una introducción. México: FCE, 2012.

SCHEPER-HUGHES, Nancy y LOCK, Margaret. The Mindful Body: A Prolegomenon to Future Work in Medical Anthropology. In: Medical Anthropology Quarterly, 1987, No.1.

SCHMIDT, Richard. Motor Control and Learning: A Behavioral Emphasis. Champaign: Human Kinetics, 1988.

SCRIVEN, Michael. Filosofía de las ciencias. En: Ensayos científicos. México: CONACYT, 1987.

SENNETT, Richard. Carne y piedra. El cuerpo y la ciudad en la civilización occidental. Madrid: Alianza editorial, 1997.

SHEETS-JOHNSTONE, Maxine. *The Primacy of Movement*. Amsterdam: John Benjamin, 1999.

SHUSTERMAN, Richard. *Conscience du corps. Pour une soma-esthétique*. Paris: Editions de L`éclat, 2007.

SINGLETON, Mark. *Yoga body: the origins of modern posture practice*. New York: Oxford University Press, 2010.

SILVA, Jorge. FRANQUICIAS. UNA ALTERNATIVA PARA EMPRENDEDORES. *Revista Escuela de Administración de Negocios* [online] 2003 [1 abril 2012] Disponible: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=20604709>

SUAREZ, Fernando. La competitividad de las empresas evolución, imperativos estratégicos y características de la organización exitosa de hoy. En: *Estudios públicos*, 1994, No.54.

TAYLOR, Diana. Introducción. *Performance, teoría y práctica*. En: TAYLOR, Diana, y FUENTES, Marcela (eds.). *Estudios avanzados de performance*. México: FCE, Instituto Hemisférico de Performance y Política, Tisch School of de Artes, New York University, 2011.

TURNER, Victor. *The Anthropology of Performance*. In: Victor Turner (comp.). *The Anthropology of Performance*. New York: PAJ Publications, 1987.

_____ El proceso ritual. Estructura y antiestructura. Madrid: Taurus, 1988.

_____ Antropología del Ritual. En: GEIST, Ingrid (comp). México: Instituto Nacional de Antropología e Historia/Escuela Nacional de Antropología e Historia, 2002.

TURNER, Bryan. Los avances recientes en la Teoría del cuerpo. En: Reis [online]1994, No.68, [Citada 6 mayo 2010] Disponible <http://www.jstor.org/stable/40183756>

URIBE, María Teresa. Las promesas incumplidas de la democracia participativa. En: 1991-2001 Diez años de la constitución colombiana. Seminario de evaluación. Bogotá: Universidad Nacional de Colombia– ILSA, 2001b. p. 104.

URIBE, Tulia María. El autocuidado y su papel en la promoción de la salud. En: Investigación y Educación en Enfermería. Medellín, Vol 17, No.2, 1999.

URIBE, José Fernando. Anorexia: los factores socioculturales de riesgo. Medellín: Universidad de Antioquia, 2007.

VALÉRY, Paul. Soma et Cem. Dans: Cahiers I, 1905-1906, sans Titre. Paris: Gallimard, 1973.

VALENCIA, Germán. Autoempleo y emprendimiento. Una hipótesis de trabajo para explicar una de las estrategias adoptadas por los gobiernos para hacer frente al progreso del mercado. En: Semestre Económico, 2012.

VALLVERDÚ, Jaume. El poder sobre el cuerpo y el poder del cuerpo religioso: dos casos para la comparación. En: Revista de Dialectología y Tradiciones Populares, 2012, Vol. 47, No.1.

VARELA, Francisco, THOMPSON, Evan y ROSCH, Eleanor. De cuerpo presente. Las ciencias cognitivas y la experiencia humana. Barcelona: Gedisa, 1977.

VELÁSQUEZ, Magdala (comp). Las mujeres en la historia de Colombia. Mujeres, Historia y política. Tomo I, Bogotá: Editorial Norma, 1995.

VÉLEZ, Beatriz. Cuerpo y sociedad urbana: el caso de la ciudad de Medellín. En: Revista Educación Física y Deporte, 1997, Vol 19, No. 1.

VIDAL, Isabel y CLAVER, Núria. Las empresas sociales en el ámbito de la integración por el trabajo CIRIEC-España. Revista de Economía Pública, Social y Cooperativa [online] 2003 [citada 1 de marzo de 2012] Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=17404602>

VIGARELLO, George. Corregir el cuerpo. Historia de un poder pedagógico. Buenos Aires: Nueva visión, 2005.

VILLA, Marta Inés; SÁNCHEZ, Luz Amparo; JARAMILLO, Ana María. Mitologías urbanas: la construcción social del miedo. El caso de Medellín. Medellín: Corporación Región-Colciencias, 2002 s.p.

VOLLI, Ugo. Técnicas del cuerpo. En: Islas, Hilda (comp). De la historia del cuerpo y del cuerpo a la danza. México: Centro Nacional de las artes. 2001.

WACQUANT, Loïc. Entre las cuerdas. Cuadernos de un aprendiz de boxeador. Buenos Aires, Siglo XXI, 2006.

WALDENFELS, Bernhard. De Husserl a Derrida. Introducción a la fenomenología. Barcelona: Paidós. 1997.

Fuentes primarias en páginas web

ACADEMIA DE DANZA MARIA ISABEL ANGEL. Disponible www.mriaisabelangel.com.co

ACADEMIA DE YOGA SATYANANDA. Disponible <http://www.satyananda-yoga.net>

ACADEMIA VAISNAVA GANGES. Disponible <http://www.ganges.com.co/academia/>

ASOCIACIÓN BRAHMA KUMARIS. Disponible www.bkcolombia.com

ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE TAI CHI XIN YI. Disponible

<http://www.eltaichixinyi.com/Home/presentacion/origenes-del-tai-chi>

ANTIGIMNASIA. Disponible <http://www.antigymnastique.com/>

ATMAN-YOGA. Disponible <http://www.atman-yoga.org/>

BALANCED CORE. Disponible <http://www.balancedcore.com.co/>

CÁMARA DE COMERCIO DE MEDELLÍN PARA ANTIOQUIA. Disponible

<http://www.camaramedellin.com.co>

CENTRO CONDOR BLANCO BOGOTA.

Disponible <http://condorblancobogota.blogspot.com/>

CENTRO CULTURAL GOVINDA'S. Disponible [http://centrocultural-](http://centrocultural-govindas.blogspot.com)

[govindas.blogspot.com](http://centrocultural-govindas.blogspot.com)

108 YOGA. Disponible <http://www.108yoga.com.co/web/>

COMFENALCO. Oferta de cursos. Disponible

<http://www.comfenalcoantioquia.com/Esparcimiento/ProgramasDeportivos/TaiChi.aspx>.

CORPORACIÓN ARTÍSTICA Y CULTURAL ALAS DE MARIPOSA. Disponible <http://www.alasdemariposa.com/>

EL CUERPO DESCIFRADO. Disponible <http://congreso.cuerpodescifrado.com/>

ESTÉVEZ, Fernando. Disponible www.yogaintegral.biz/queeselyoga.pdf

FUNDACIÓN VÍZTAZ. Guía Turística Medellín. Disponible

<http://www.guiaturisticademedellin.com/index.php/es/atractivos/el-poblado-top/48-parque-lineal-la-presidenta>

FUNDACIÓN ESCUELA COLOMBIANA DE BIODANZA. Centro de Desarrollo humano, Disponible <http://www.biodanzacolombia.com/web/>

GRAN FRATERNIDAD UNIVERSAL- GFU. Fundación Dr. Serge Raynaud de la Ferriere. Disponible <http://gfumedellin.blogspot.com>

INDER. Estilo de vida saludable. Programas. Disponible <http://www.inder.gov.co/index.php/Estilos-de-Vida-Saludable/Nocturnos-y-Madrugadores-Saludables/>

KINAN. . Disponible <http://www.kinan.co/>

ORGANIZACIÓN CONDOR BLANCO. Disponible

<http://www.condorblanco.com/condor-blanco-2/>

ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. OMS. Disponible

<http://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/es/index.html>

REDGFU PARA LA FRATERNIDAD HUMANA. Disponible

<http://www.redgfu.org.ar/quienesomos.php>

RESPIRA PROFUNDO. Disponible www.respiraprofundo.net.

RED DE INVESTIGADORES SOBRE CUERPO Y CORPORALIDADES EN LAS CULTURAS. Disponible <http://red.antropologiadelcuerpo.com/>

COLOMBIA.MINISTERIO DE CULTURA. Disponible <http://www.mincultura.gov.co/>

HAPPYYOGA. Disponible. <http://colombia.happyyoga.com/>

RONDEROS, Maria Teresa. Entrevista Alcalde de Medellín Sergio Fajardo Valderrama. [23 de julio de 2009] Disponible

<http://www.mx.terra.com/terramagazine/interna/0,,OI1778567-EI9841,00.html>

SAN FERNANDO PLAZA. Disponible <http://www.sanfernandoplazamedellin.com>

TORO, Rolando. Modelo teórico. [online], International Biocentric Foundation: Biodanza Sistema Rolando Toro [citado 8 agosto 2010] Disponible <http://www.biodanza.org/es/biodanza/modelo-teorico-de->

TELEMEDELLIN. Días Verdes. Disponible <http://www.telemedellin.tv>.

3HO Healthy, Happy, Holy Organization. Disponible <http://www.3ho.org/yogi-bhajan/non-profit-organizations-founded-yogi-bhajan>

TRIODOS BANK. Nuestra misión. Disponible <http://www.triodos.es/es/conozca-triodos-bank/historias-de-la-banca-transparente/resultados/?projectId=100498>

UNIVERSIDAD DISTRITAL. Primer encuentro nacional de estudios sobre el cuerpo “El Giro Corporal”,2013. Disponible [http://fasab.udistrital.edu.co:8080/Primer encuentro nacional de estudios sobre el cuerpo](http://fasab.udistrital.edu.co:8080/Primer%20encuentro%20nacional%20de%20estudios%20sobre%20el%20cuerpo)

VIVIR EN EL POBLADO. La presidenta ya tiene quien la cuide. [citado 21 junio de 2012] Disponible <http://www.vivirenelpoblado.com/es/periodico/notas-antteriores/4933-la-presidenta-ya-tiene-quien-la-cuide>

VRINDA. Disponible <http://gurumaharaj.net/>

LISTA DE TABLAS

	Pág
Tabla 1. Matriz de significantes para una <i>subjetividad sensible</i> a través PCR, Medellín 1980-2012	125
Tabla 2. Proceso performático común. Clase-taller de PCR	261

LISTADO DE IMÁGENES

	Pág
Imagen 1: Practica de yoga. Jardín Botánico. Tomada de: http://www.atman-yoga.org/imgProgramacion/2013/Img-Nov08.jpg	150
Imagen 2. Afiche Visita Gurú Maharaj. Centro Cultural Govinda's. Tomada de: http://centrocultural-govindas.blogspot.com	166
Imagen 3. Practicantes Centro Cultural Govinda's. Autora: Julia Castro	166
Imagen 4. Maestro Hou Jia Mei haciendo taichí. Tomada de http://dragondefuego1.wix.com/kung-fu-en-medellin	176
Imagen 5. Taller taichí con el Sifu Victor Díaz, Eafit, Tomada de : http://dragondefuego1.wix.com/kung-fu-en-medellin	176
Imagen 6. EL COLOMBIANO. Salud y belleza. Tu propia imagen, 16, mayo, 1995, separata 12, p. 13. Hemeroteca, Universidad de Antioquia	180
Imagen 7. Programa vida en plenitud Coomeva. Pilates. Tomada de: http://www.coomeva.com.co/publicaciones.php?id=42864	180
Imagen 8. Afiche taller Biodanza®Sistema Rolando Toro. Tomada de http://www.biodanzacolombia.com/web/images/biodanza/medellin/pieza%20antioquia.jpg	190
Imagen 9. Afiche diplomado Biodanza®Sistema Rolando Toro. Tomada de: http://image.slidesharecdn.com/brochurediplomado-120327124043-phpapp02/95/diplomado-educacin-biocentrica-medelln-1-728.jpg?cb=1333546975	190

	Pág
Imagen 10. Afiche curso Bollywood. Academia Danzalma. Tomado de: de : http://www.danzalma.com/wp-content/uploads/2014/01/Bollywood1-662x1024.jpg	199
Imagen 11. Presentación “RenaSer”. Danzalma. Tomada de: http://danzalma.com/galeria/plog-content/thumbs/2011/renaser-de-entrevelos-en-la-luz/large/1127-img_3828-small.jpg	199
Imagen 12. Afiche Taller Eutonía. Tomada de: https://www.facebook.com/pages/Euton%C3%ADa-Luz-Restrepo-marquez/493070374091467?fref=nf	205
Imagen 13. Taller Método Feldenkrais®. Autora: María del Pilar Naranjo	205
Imagen 14. Evento “Días del Aire”. Organización Respira Profundo. Tomado de : www.respiraprofundo.net	218
Imagen 15. Global Yoga Mala Project. Tomado de: http://www.108yoga.com.co/web/index.php/blog/yoga-al-parque-108-saludos-al-sol-por-la-paz/	218
Imagen 16. Yoga en plazoleta de San Fernando Plaza. Autora: Julia Castro	225
Imagen 17. Clase de Tai chi por Comfenalco. Canal Parque Telem Medellín. Autora: Julia Castro.	225
Imagen 18: Libro publicado por Atma Yoga. Pensamiento Positivo y jardinería Kármica. Tomado de: http://www.atmanyoga.co/es/publicaciones/publicaciones-atmanyoga/libros/	275

	Pág
Imagen 19: Turismo Inbound. Tomado	
http://inboundtours.com/wp-content/uploads/2013/03/logo-tours-inbound-2.jpg	275
Imagen 20. Clase yoga niños en sede de Laureles de Atman Yoga.	278
Autora: Julia Castro	
Imagen 21. Clase para embarazadas Método Pilates®, Academia Antares.	278
Autora: Julia Castro	
Imagen 22. Publicidad Ropa interior Punto Blanco. Tomado:	
http://www.puntoblanco.com.co	282
Imagen 23. Clase de yoga con Atman Yoga en el Museo de Arte Moderno.	282
Tomado de : http://www.elmamm.org	
Imagen 24. Salón de práctica. Antigym. Autora Julia Castro	310
Imagen 25. Salón yoga. Anaisa. Autora: Julia Castro	310

LISTA DE ANEXOS

- Anexo A Escenarios de observación
- Anexo B. Guía de observación
- Anexo C. Listado de entrevistas
- Anexo D. Guía de Entrevistas a pioneros y facilitadores
- Anexo E. Guía de entrevista a practicantes
- Anexo F. Guía de entrevista a profundidad
- Anexo G. Guía de entrevista a grupos focales

ANEXO A

FORMATO FICHA REVISIÓN DOCUMENTAL

Archivo: Identificación fuente:	Entidad o lugar:
Lugar y fecha de elaboración:	
Categoría:	
Texto:	
Comentario:	

ANEXO B ESCENARIOS DE OBSERVACIÓN

1. Asociación Colombiana de Yoga. Transversal 39 No. 76 – 16
2. Centro Centro Cultural Govinda's. Calle 51 No. 52-17
3. Centro de Yoga ANAISA. Carrera 25 B No. 20 S-32
4. Instituto de Yoga Gran Fraternidad Universal. Calle 58 No. 50A 36
5. Academia Vasinava Ganges Calle 49 B No. 74-22
6. 108 yoga. Calle 5 Sur No. 30-72.
7. Club Médico Deportivo BodyTech Robledo. Cra 80 No. 64 – 61
8. Academia Antares. Cr 48a No.10s-09
9. Antigym. Calle 42 # 69-43 Tercer piso
- 10 Residencia de Marta Uribe. Clases del Método Feldenkrais.
11. Parque de la Loma de Pilarica. Transversal 74 con carrera 78
12. Jardín Botánico. Calle 73 No 51
13. Museo de Arte Moderno de Medellín- MAMM-. Carrera 44 No.19A-100
14. Parque Cultural MAMM Ciudad Del Río. Carrera 44 con calle 18
15. Parque lineal La Presidenta. Calle 7D con carrera 39
13. Sede Canal Parque Telemédellín. Carrera 43A No. 17Sur- 30
14. Unidad Deportiva Atanasio Girardot. Plazoleta de Banderas y Coliseo de Combate.
15. Universidad de Antioquia. Coliseo. Ciudadela de Robledo.
16. Universidad de Antioquia. Zona deportiva. Calle 67 No. 53 - 108
17. Unidad Deportiva de Belén. Calle 48 No.73- 10
18. Parque Biblioteca Tomas Carrasquilla - La Quintana. Carrera 80 No.82- 60
19. Parque Biblioteca España - Santo Domingo. Carrera 33b No.107- 100
20. Escuela Los 5 Elementos. Carrera 40 No.52-91 P-3
21. Comfama. Edificio Vásquez. Carrera 52 con calle 44 -31
22. Comfenalco. Calle 51 Av. La Playa No.45-37.
23. Parque del Edificio Suramericana. Calle 49A con carrera 63
24. Danzalma. Circular, 2 No. 74-43
25. Punto Blanco. Centro Comercial el Tesoro
26. Plazoleta. San Fernando Plaza.
27. Residencia de Luisa Fernanda Mejía. Barrio El Cucaracho.Clases de danza oriental
28. Salón comunal. Barrio Calatrava
29. Parque de la vida. Carrera 51D No. 62-42
30. Universidad Nacional de Colombia. Coliseo.
31. Balanced Core. Acondicionamiento físico y mental. Carrera 32 No. 1Sur-13
32. Atma yoga. Sede Laureles. Transversal 37 # 72-84
33. Residencia de Myriam Gallego. Clase de Eutonía®
34. Dansana. Calle 16 No. 72- 20
35. Brazada. Centro Deportivo Pablo Restrepo. Calle 18 S No. 24-44
36. Happy Yoga. Carrera 43D # 10-84 Medellín, El Poblado
37. Sede Condor Blanco, Danza Samkya. Carrera 83a # 35-84
38. Kinnan. Pilates. Calle 9 sur #32-269

ANEXO C GUÍA PARA OBSERVACIÓN*

1. De la apariencia predominante de las corporalidades

- Propiedades físicas de los cuerpos: sexo, contextura, color de piel, tratamiento y modificaciones corporales.
- Vestimenta y accesorios
- Olores

Sonoridad: sonidos corporales enfatizados o invisibilizados.

2. De la forma y cualidad de la experiencia cinestésica

- Partes del cuerpo utilizadas
- Inicio del movimiento
- Dirección del movimiento: rectilíneos o curvos, centrífugos o centrípetos, simétricos o asimétricos, espirales, diagonales
- Tono: grados de tensión muscular
- Fundación: distribución del peso y descargas
- Velocidad: lento – rápido
- Direcciones espaciales: planos frontal, horizontal, sagital, combinado
- Fluidez y continuidad: despliegue de la energía a través del movimiento, carácter ligado-entrecortado, retención-expansión
- Postura (s)
- Gestos del rostro
- Respiración
- Cualidad del contacto con personas, objetos u otros recursos físicos
- Codificación de la acción (abierta – cerrada)

3. Recursos de la *performance*

- Prácticos: uso de los sentidos corporales, mecanismos de entrenamiento
- Escénicos: tipo y características físicas de los espacios (abierto, cerrado, división en zonas, materialidad física), utilería, decoración, cualidades del ambiente (sensitivo y social).
- Narrativos: Contenidos discursivos (lingüísticos) y paralingüísticos (volumen, intensidad, ritmo y timbre del habla).

4. Estructura de la *performance*

- Articulación temporal: vínculo entre tiempo individual y colectivo (duración, fases y secuencias)
- Articulación espacial: distribución de los cuerpos y distancia interpersonal
- Articulaciones cuerpo-objeto y cuerpo-cuerpo
- Articulaciones cuerpo y discurso verbal (relaciones de neutralidad, reforzamiento mutuo, contradicción, resignificación).
- Roles de los participantes, practicantes y facilitador

ANEXO D LISTADO ENTREVISTAS

Entrevistas pioneros y facilitadores

Entrevista 1. Graciela Bernal, Miembro Comité Directivo de la Gran Fraternidad Universal, facilitadora de yoga, grabación digital. Medellín, Gran Fraternidad Universal, sede Medellín, octubre 10 de 2010.

Entrevista 2. Ranchor (nombre espiritual), fundador Academia Vasinava Ganges, discípulo de Swami Paramadvaitiy, grabación digital. Medellín, Academia Vasinava Ganges, agosto 25 de 2010.

Entrevista 3. Luz Fanny Vargas, fundadora Centro de Yoga ANAISA, antigua practicante de Satyananda Yoga y facilitadora actual de yoga, grabación digital. Medellín, Centro de Yoga ANAISA, abril 23 de 2010.

Entrevista 4. Johana Izquierdo. Directora Happy yoga y facilitadora de kundalini yoga, registro digital. Medellín, Centro de Happy yoga, marzo 13 de 2011.

Entrevista 5. Víctor Díaz, fundador y director de la Corporación Twei Long Hung, facilitador de taichí, grabación digital. Medellín, Unidad Deportiva Atanasio Girardot, coliseo de combate, mayo 23 de 2011.

Entrevista 6. Omar Granados, fundador y director Academia Los 5 elementos, facilitador de taichí, registro escrito en diario de campo. Medellín, Sede Academia Los 5 elementos, noviembre 2 de 2010.

Entrevista 7. Maria Victoria Lotero Muñeton, pionera biodanza, creadora y facilitadora del Método Indance® y fundadora de Dansana, registro digital. Medellín, Dansana, agosto 3 de 2011.

Entrevista 8. Ludis Agudelo, pionera Biodanza y facilitadora de Biodanza-Sistema Rolando Toro®, registro digital. Medellín, Cafetería Centro Comercial Unicentro, agosto 25 de 2011.

Entrevista 9. Claudia Cano, fundadora y facilitadora de los cursos de danza árabe ofrecidos en Comfama y Comfenalco, registro digital. Medellín, Sede Comfenalco La playa, septiembre 7 del 2010.

Entrevista 10. Marisol Alvarez García, coordinadora Sede Medellín, Organización Condor Blanco Internacional, pionera y facilitadora de Danza Samkya, grabación digital. Medellín, Sede Organización Condor Blanco Internacional, noviembre 5 de 2010.

Entrevista 11. Marta Uribe Rodríguez, pionera y facilitadora del Método Feldenkrais®, residencia de la entrevistada, grabación digital. Medellín, mayo 4 de 2011.

Entrevista 12. Marcolina Hidrón, pionera y facilitadora del Método Pilates® y fundadora de Academia Antares, grabación digital. Medellín, Sede Academia Antares, julio 15 de 2011.

Entrevista 13. Ana Beatriz Vásquez, pionera y facilitadora de Antigimnasia® y fundadora de Antigym, registro escrito. Medellín, Sede Antigym, agosto 8 de 2011.

Entrevista 14. Luz Restrepo. Pionera y facilitadora de Eutonía, registro digital. Parque de la vida, octubre de 2012.

Entrevista 15. Facilitador de yoga, devoto de Krisna. Centro Cultural Govinda's, grabación digital. Medellín, Centro Cultural Govinda's, mayo 7 de 2011.

Entrevista 16. Facilitador de yoga, sistema Sivananda, grabación digital. Medellín, Atma yoga, sede Laureles, 20, septiembre de 2011.

Entrevista 17. Facilitador taichí y yoga de programas de Comfenalco, registro digital. Medellín, sede Telemedellín, 5, agosto de 2011.

Entrevista 18. Facilitador de Taichi parque de Pilarica y Universidad Nacional, registro digital. Medellín, parque de Pilarica, diciembre 7 de 2010.

Entrevista 19. Facilitador de yoga, programas del Inder, registro digital. Medellín, Unidad Deportiva Atanasio Girardot, marzo 15 de 2011.

Entrevista 20. Facilitador de Método Pilates. Sede Club Médico Deportivo BodyTech Robledo, grabación digital. Medellín, septiembre 20 de 2011.

Entrevista 21. Facilitadora de danza oriental, Grupo Luna Llena, registro digital. Medellín, residencia de Luisa Fernanda Mejía, barrio El Cucaracho, noviembre 7 de 2012.

Entrevistas practicantes

Entrevista 22. Antiguo practicante de yoga de la Gran Fraternidad Universal., grabación digital. Medellín, Cafetería Universidad de Antioquia, agosto 3 de 2011.

Entrevista 23. Practicante de yoga, devoto de Krisna. Centro Cultural Govinda's, grabación digital. Medellín, mayo 7 de 2011.

Entrevista 24. Antigua habitante del Barrio Prado y practicante del grupo de yoga de Elizabeth de Gales en la década del sesenta, grabación digital. Medellín, residencia de Marta Uribe, mayo 25 de 2012.

Entrevista 25. Practicante del Método Pilates®, grabación digital. Medellín, Sede Club Médico Deportivo BodyTech Robledo, septiembre 20 de 2012.

Entrevista 26. Practicante del Método Pilates®, grabación digital. Medellín, Sede Academia Antares, julio 6 de 2010.

Entrevista 27. Practicante taichi, registro digital. Medellín, Parque Pilarica, septiembre 20 de 2012.

Entrevista 28. Practicante de Indance, registro digital. Medellín, Dansana, abril 4 de 2011.

Entrevista 29. Practicante de danza oriental, registro digital. Medellín, Escuela de Danza Danzalma, octubre 10 de 2012.

Entrevista 30. Practicante yoga, registro digital. Medellín, Jardín Botánico, agosto 9 de 2010.

Entrevista 31. Practicante Eufonía®, registro digital. Parque de la vida. Medellín, noviembre 2012.

Entrevistas Grupos focales

Entrevista 32. Cuatro mujeres, entre los 18 y 25 años de edad, estudiantes y empleadas, practicantes de danza oriental, registro digital. Medellín, Sede Comfenalco La playa, clase de danza oriental, septiembre 7 del 2011.

Entrevista 33. Cinco mujeres y un hombre, entre los 15 y 18 años de edad, estudiantes. Grupo de danza oriental Luna llena, registro digital. Medellín, residencia de Luisa Fernanda Mejía. Barrio El Cucaracho, noviembre 7 de 2012.

Entrevista 34. Cuatro mujeres, entre los 35 y 50 años de edad, empleadas. Grupo de yoga en jardín botánico, registro digital. Medellín, octubre 10 de 2012.

Entrevista 35. Cuatro mujeres, entre los 45 y 65 años de edad, una empleada y tres amas de casa. Clase del Método Feldenkrais®, registro digital. Medellín, septiembre 4 de 2012.

Entrevistas a profundidad

Entrevista 36. Mujer de 65 años, practicante Método Feldenkrais®, grabación digital. Medellín, residencia de la entrevistada, septiembre 11 de 2011.

Entrevista 37. Mujer de 40 años, practicante de yoga, grabación digital. Medellín, jardín botánico, agosto 2 de 2011.

Entrevista 38. Mujer de 47 años, practicante de danzas integrales (Método Indance, Samkya® y Biodanza®), registro digital. Medellín, Café de la Piloto, agosto 13 de 2011.

Entrevista 39. Hombre 50 años. Participante de taller de yoga, “Días del Aire,” grabación digital. Medellín, Parque Cultural MAMM Ciudad Del Río, septiembre 25 de 2011.

Entrevista 40. Mujer 45 años. Participante clase de yoga, grabación digital. Museo de Arte Moderno MAMM, mayo 5 de 2010

ANEXO E

GUÍA DE ENTREVISTA A PIONEROS Y FACILITADORES

1. Sobre su vinculación y trayectoria con las PCRs

¿Cómo empezaste a vincularte a las prácticas corporales? ¿Por qué? (aspectos personales y profesionales)

¿Qué conocías sobre las PCRs?

¿Cuándo empezaste a practicarla? ¿Dónde? ¿Cómo era? ¿Con quién?

¿Qué formación y cualificación has tenido sobre esta práctica?

¿Cómo ha sido tu trayectoria para difundir y enseñar esta práctica? ¿Dificultades? ¿Oportunidades?

¿Qué adaptaciones has realizado en las prácticas para facilitar su apropiación en el medio local?

¿Qué adaptaciones has realizado sobre el modo de promocionar la práctica para facilitar su recepción en el medio local?

2. Sobre su experiencia como facilitador(a)

¿Cómo describes la práctica corporal que enseñas?

¿Qué te propones enseñar a través de esta práctica corporal?

¿Qué puede enseñarse y qué no puede enseñarse?

¿Cómo se aprende esta práctica corporal?

¿Cómo evalúas tus objetivos de enseñanza?

¿Conoces otros modos de enseñar esta práctica?

¿Hacia qué aspectos corporales diriges tu atención en los practicantes?

¿Cómo es la relación entre los participantes? y ¿con el facilitador?

¿Podrías relatarme un caso donde hayas observado cambios significativos en las personas a partir de la experiencia en la práctica que enseñas?

3. Sobre su visión de las PCRs en el medio local

¿Conoces cómo llega esta práctica corporal a Medellín?

¿Conoces otros instructores o grupos que la enseñen? hacen algo semejante o hay tendencias distintas?

¿Qué relaciones de semejanza o diferencia encuentras entre esta práctica y otras prácticas corporales?

¿Qué influencias o cambios has notado que haya tenido esta práctica corporal durante su difusión en Medellín?

¿Cuáles son las motivaciones para aprender esta práctica corporal en las personas que se unen a tu grupo?

¿Consideras que hay cambios en la adhesión de personas a esta práctica? ¿Por qué?

¿Encuentras alguna relación de las preferencias de las personas por esta práctica de acuerdo a su género, clase social, tipo de ocupación, lugar de residencia, edad, etc.?

ANEXO F

GUÍA DE ENTREVISTA A PRACTICANTES

1. Sobre antecedentes y propósitos

- ¿Cómo ha sido en tu vida la vinculación con las prácticas corporales?
- ¿Por qué llegas a elegir esta práctica corporal? ¿cuándo? ¿dónde? ¿con quién?
- ¿Hace cuánto tiempo la practicas?
- ¿Has cambiado de lugar de práctica? ¿por qué?
- ¿Con que regularidad la practicas?
- ¿Qué propósitos tienes al realizar esta práctica corporal? ¿Ha cambiado en el tiempo? ¿Por qué?
- ¿Qué otras prácticas (corporales o no) realizabas o realizas para el desarrollo personal?

2. Sobre la experiencia en PCRs

- ¿Cómo ha sido tu proceso en el aprendizaje de esta práctica corporal?
- ¿Qué dificultades experimentas al practicarla?
- ¿Hacia cuáles aspectos diriges principalmente tu atención durante la práctica corporal? (preferencias por ciertas sensaciones que te retroalimentan o guían)
- ¿Cómo te sirven para guiar tus propósitos?
- ¿Cómo afecta tu experiencia en la práctica el facilitador?
- ¿Cómo afecta tu experiencia en la práctica la presencia de otros compañeros?
- ¿Cómo afecta tu experiencia en la práctica el ambiente y el espacio físico donde se desarrolla la clase?

3. Efectos de la práctica regular

- ¿Qué experimentas con esta práctica corporal que te mantiene adherido a ella en el tiempo?
- ¿Asocias los aprendizajes corporales a otros aspectos de tu vida personal?
- ¿Sientes que la experiencia con esta práctica corporal ha modificado tu modo de ser? ¿Cómo?
- ¿Sientes que la experiencia con esta práctica corporal ha modificado tu manera de actuar en la vida cotidiana? ¿Cómo?
- ¿Sientes que la experiencia con esta práctica corporal ha modificado tu manera de relacionarte con otros? ¿cómo?

ANEXO G

GUÍA DE ENTREVISTA A PROFUNDIDAD

1. Sobre antecedentes y propósitos

- ¿Cómo ha sido en tu vida la vinculación con las prácticas corporales?
- ¿Por qué llegas a elegir esta práctica corporal? ¿cuándo? ¿dónde? ¿con quién?
- ¿Hace cuánto tiempo la practicas?
- ¿Has cambiado de lugar de práctica? ¿por qué?
- ¿Con que regularidad practicas?
- ¿Qué otras prácticas (corporales o no) realizabas o realizas para el desarrollo personal?

2. Sobre el antes de la experiencia en movimiento a través de PCR

- ¿Cómo te sentías antes elegir esta práctica corporal? personales, sociales, laborales
- ¿Qué aspectos físicos, emotivos y del entorno eras consciente que notaba?
- ¿Qué pensamientos sobre usted mismo (a) y su manera de actuar tenía antes de iniciar la práctica?

3. Sobre el durante la experiencia en movimiento a través de PCR

- ¿Hacia que aspectos dirige su atención durante la práctica?, ¿de qué manera lo afectan para sus propósitos?
- ¿Qué percepción del movimiento experimenta? (Inicio, dirección, esfuerzo, fundación, fluidez, velocidad, relación-centro-extremidades, relación de fuerzas sobre el cuerpo y dentro de él, reciprocidad entre la forma y función, relaciones entre los puntos de apoyo y la dinámica del movimiento, relación contenido- órganos internos- y continente -estructura músculo-esquelética-, cualidad del contacto, gestos del rostro, respiración, grados de improvisación.
- ¿Qué emociones experimentas al participar en la práctica corporal?
- ¿Qué pensamientos experimentas en la práctica corporal?
- ¿Cómo afecta tu experiencia el facilitador?
- ¿Cómo afecta tu experiencia la presencia de otros compañeros?
- ¿Cómo afecta tu experiencia el ambiente y el espacio físico donde se desarrolla la clase?

4. Sobre el después de la experiencia en movimiento a través de PCR

- ¿Qué experimentas con esta práctica corporal que te mantiene adherido a ella?
- ¿Sientes que la experiencia con esta práctica corporal ha modificado tu modo de ser? ¿Cómo?
- ¿Sientes que la experiencia con esta práctica corporal ha modificado tu vida cotidiana? ¿Cómo?
- ¿Sientes que la experiencia con esta práctica corporal ha modificado tu manera de moverte? ¿Cómo?
- ¿Sientes que la experiencia con esta práctica corporal ha modificado tu manera de relacionarte con otros? ¿Cómo?
- ¿Sientes cambios en la sensibilidad en algunas partes del cuerpo o en su totalidad?
- ¿Sientes cambios en la sensación y control de aspectos propios de tu funcionamiento interno?

¿Sientes cambios en tu capacidad para reconocer hábitos de movimiento y posturas poco eficaces y susceptibles de producir malestar en tu cuerpo?

¿Sientes cambios en tu capacidad de realizar movimientos nuevos o de ajustarlos de acuerdo a lo que necesites?

¿Qué aspectos de tu estilo de vida han cambiado a partir de tu experiencia en la práctica corporal?, ¿Cómo explicas esto?