



4° Encuentro Nacional de Semilleros de Investigación en Educación Física y áreas afines 2° Encuentro Nacional e Internacional de estudiantes investigadores.

“LAS HUELLAS NO FÍSICAS DEL CUERPO”

Por: María Cecilia Renati

GEEC (Grupo de Estudios en Educación Corporal)
Universidad Nacional de La Plata.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El trabajo que aquí presento es el adelanto o los primeros pasos en lo que acabaría siendo mi Tesis de graduación en la carrera de Licenciatura en Educación Física de la Universidad Nacional de la Plata, por lo tanto cabe aclarar que todavía la idea no está terminada y que aquí sólo presento algunos de las cuestiones que me llevaron a elegir este tema y no otro.

Durante todo el tránsito por nuestra carrera hablamos y sentimos hablar del cuerpo a veces un cuerpo biológico tendencia mas fuerte en la Educación Física y otras veces un cuerpo mas sociológico pero siempre me quedaba una duda: ¿qué pasa con todo aquello que está en el cuerpo, que nos hace cuerpo y no tiene una marca física?. A partir de esta pregunta inicial y de algunas experiencias personales las sensaciones y percepciones, lo sentido y lo percibo empezaron a estar en el centro de la escena.

OBJETIVOS DEL PROYECTO:

Partiendo del conocimiento conciente, rescatando las potencialidades y limitaciones del cuerpo se intentará construir aquel cuerpo acorde para cada uno, cuerpo que no sigue ningún tipo de ley impuesta y tomada como natural, sino solo las sensaciones y percepciones individuales. El hombre debe ser capaz de llegar a su propia esencia, oculta por los hábitos y las exigencias del medio, que actúe pisando su propio suelo y a partir de éste.

MARCO TEÓRICO

El cuerpo se construye, pertenece a la realidad, realidad que según Freud, se construye, es decir, no se nace con un cuerpo. No hay dudas de que existe un organismo, pero ese organismo pertenece a lo real (según Freud) siendo lo real lo que queda afuera de la acción constructiva del sujeto humano. El cuerpo entonces como realidad construida, aparece como un cuerpo social, donde cada cuerpo individual es un cuerpo particularmente construido, lleno de significados privados y sociales; familiares y culturales, etc. Lo que nos permite decir “Yo tengo un cuerpo” es que como sujetos podemos prescindir de él, así el cuerpo está separado del sujeto.

Efectivamente el cuerpo tiene una historia. Su concepción, su lugar en la sociedad, su presencia en el imaginario y en la realidad, en la vida cotidiana y en los momentos excepcionales han cambiado a lo largo de la historia de las sociedades e historias individuales.

El cuerpo es el espacio de las técnicas corporales que lo han humanizado, y allí están todos los sentidos guardando sus tesoros: imágenes, olores, sabores, sonidos, símbolos que se inscriben en algún lugar donde la identidad logra unificarlos.

La observación de nuestra conducta corporal se nutre de la observación de la conducta en el cuerpo de otros. Ambas están influidas por el estado de la sensibilidad, que es la receptividad que cada persona posee para darse cuenta de sus sensaciones. Sensaciones que despiertan emociones, pensamientos, acciones hacia el cuerpo y desde el cuerpo

La observación de la conducta transforma a cada uno en un investigador de sí mismo, en un curioso de los comportamientos y sus consecuencias, dando la posibilidad de ejercer y desarrollar una vida mas libre de hábitos inútiles, de comportamientos estereotipados, construyendo nuestra manera de ser y de estar.

Por tal razón, distintos métodos hablan del desarrollo y educación de lo sensorial (sentidos diversos) en la construcción de la imagen corporal y su percepción para trascender en el gesto como movimiento.

La capacidad sensorio-perceptiva es inherente al ser humano, le permite conectarse, interiorizar e interactuar con el mundo externo, el propio cuerpo y el cuerpo de los demás.

El entrenamiento de la capacidad de observación sensorial orientado al propio cuerpo, nos permite tenerlo presente en todo momento, reconociendo su presencia. A través de esas prácticas se va realizando un registro del cuerpo y de las huellas que ha dejado su historia, aprendemos el camino de toma de conciencia, de conocimiento tanto del mundo que nos rodea como del propio cuerpo y la búsqueda está en mantener estas vías de comunicación abiertas entre lo interno y lo externo.

La sensorio-percepción se define como la forma superior de conocimiento por el que aprehendemos el medio circundante y nuestra propia corporalidad, la base de esta práctica y punto de partida se encuentra la Eutonía.

Eutonía es una palabra derivada de los vocablos griegos: eu = bien, correcto, armonioso, y tonos = tensión. Así la Eutonía es una tensión armoniosa, un equilibrio de las distintas tensiones

que coexisten en el cuerpo: un método para experimentar la unidad psicofísica del hombre, siendo uno de sus principales objetivos que el hombre llegue a su propia esencia, oculta por los hábitos y las exigencias del medio.

La sensopercepción tiene dos componentes, el sensorial y el perceptivo:

SENSACION: La sensación es lo que sentimos como respuesta a la información que nos llega a través de los órganos sensoriales. Es la experiencia básica de la estimulación proveniente de los sentidos: vista, oído, olfato, gusto y tacto.

PERCEPCION: es la interpretación que hacemos de esa sensación. La organización, análisis e interpretación de los estímulos implica la actividad de nuestros sentidos y también de nuestro cerebro. Es la manera como el cerebro organiza las sensaciones para darles sentido.

Se debería poder lograr una unidad psicofísica con una actuación conciente entre nuestras tensiones musculares y nerviosas. La conciencia tiene la cualidad de ser objeto de la propia observación y vive los cambios que ésta produce en todo el organismo. La conciencia del espacio corporal, abarca los músculos, los órganos y la estructura ósea, conciencia que aumenta nuestra presencia en el espacio tridimensional que nos rodea, abarcando también el espacio corporal de quien nos rodea.

La distorsión en la imagen corporal remite a una serie de problemas, entre ellos la imposibilidad de reconocerse uno mismo, de relacionarse con uno y con el resto, y fundamentalmente la imposibilidad de saber cuál es el cuerpo que se tiene.

Actualmente nos caracterizamos por vivir en una sociedad de consumo, donde el mercado ofrece innumerables productos, el cuerpo ha pasado a ser uno más de esos productos de intercambio, cuerpo estandarizado, no construido individualmente, ni personalizado.

Pero no es cualquier cuerpo el que se vende, es un cuerpo estereotipado, determinado por la propia sociedad, sociedad que crea una imagen, imagen que se compra para poder seguir perteneciendo a ella. El auge de los gimnasios, del mercado del fitness y de la medicina estética siguen alimentando un cuerpo perfecto y posible de comprar o conseguir, desprovisto de sensaciones, vivencias y huellas.

Las sensaciones y percepciones corporales nunca tuvieron el lugar que se merecen en lo que al cuerpo respecta, es necesario que ellas aparezcan, estén presentes en distintos momentos de la vida de una persona, sólo si podemos identificar lo que el cuerpo nos pide, nos dice en todo momento, el bienestar se logrará, y no hará falta pertenecer a otro cuerpo que no sea el propio para seguir funcionando en este sistema que exige y demanda de las personas cada vez más.



METODOLOGÍA:

El estudio se abordará en principio como una investigación de tipo teórico reuniendo bibliografía proveniente de distintos campos relacionados con la sensorpercepción y la Eutonía con la intención de abordar el cuerpo en su más amplia y clara definición desde las sensaciones, tratando de definir qué concepción se tiene de él y hacia donde orienta sus prácticas

La elaboración de categorías de análisis y la triangulación de las distintas fuentes serán también una decisión metodológica y se evaluará la posibilidad de recurrir al campo práctico en caso de ser necesario.

BIBLIOGRAFÍA

Alexander, Gerda: “La Eutonía. Un camino hacia la experiencia total del cuerpo” Editorial Paidós. 3° edición, 1998.

Carmen Soares (org.). “Corpo e História”. 2° Edição 2004. Brasil.

Crisorio, Ricardo: “Constructivismo, cuerpo y lenguaje”. Revista Educación Física y Ciencia, octubre de 1998.

Colette, soler: “El Cuerpo en la enseñanza de Jacques Lacan”

Dietrich Schwanitz. LA CULTURA. Todo lo que hay que saber. Santillán Ediciones Generales, S.L. Abril 2006, Punto de Lectura, S.L.

Feldenkrais, Moshe: “La dificultad de ver lo obvio” Editorial Paidós.

Hemsey de Gainza, Violeta. “Conversaciones con Gerda Alexander (creadora de la Eutonía). Nueva Edición ampliada con apostillas de Susana Kesselman. Grupo Editorial Lumen. Buenos Aires-México. 2007.

Guyton-Hall: “Tratado de fisiología médica” 9ª edición.

Jacques le Goff y Nicolás Truong: “Una historia del cuerpo en la Edad Media”. Editorial Paidós. 1º edición 1995.

kesselman, Susana: “El pensamiento corporal” Editorial Lumen 2005.

Le Breton, David: “Antropología del cuerpo y la modernidad”. Ediciones Nueva Visión. Buenos Aires, 1995.



4° Encuentro Nacional de Semilleros de Investigación en Educación Física y áreas afines 2° Encuentro Nacional e Internacional de estudiantes investigadores.

Rouviere, H. “Compendio de anatomía y disección”. Editorial Masson, S.A. Barcelona, 1996.

Stokoe, Patricia y Schächter, Alex: “La expresión Corporal”. Editorial Paidós.

Strazzacappa, Marcial. Cáp. 2 “Dançando na chuva... e no chao do cimientó”