

Más que un cuerpo propio, un cuerpo sensible en comunidad

Por Marian Villaverde

Investigadora, docente, poeta.

mariangvillaver@gmail.com

A Adriana, Kenia y Maricruz

*El humano está formado
de un espíritu y un cuerpo,
de un corazón que palpita
al son de los sentimientos.*

De cuerpo entero - Violeta Parra

“La historia para ser completa y verdaderamente humana, habrá de descender hasta los lugares más secretos del ser, hasta eso que con tanta belleza se denomina entrañas. Las entrañas son lo menos visible, no sólo por no serlo sino por resistirse a ello.

Y las entrañas son la sede de los sentimientos.”

María Zambrano - Para una historia de la Piedad

Este documento se publica bajo licencia Creative Commons “Reconocimiento-No Comercial Compartir igual” (Creative Commons BY-NC-SA 4.0T), permitiéndose su copia y distribución por cualquier medio siempre que mantenga el reconocimiento de sus autores y no haga uso comercial de la obra y “Compartir Igual”, esto es, si usted altera, transforma, o crea sobre esta obra, sólo podrá distribuir la obra derivada resultante bajo una licencia idéntica a ésta.

<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/legalcode>

La escritora chilena Margarita Pisano haciendo referencia al “Cuarto propio” de Virginia Woolf, y la consigna del feminismo liberal de comienzos del Siglo XX, decía lo siguiente: “más que un cuarto propio, un cuerpo propio”. Históricamente nos negaron nuestra sexualidad, nuestras decisiones sobre nosotras mismas, el derecho al aborto, o a la libertad de la propia decisión de querer tener hijos/as o no, por lo que defender la autonomía del cuerpo se volvió algo central.

Luego, con el auge del neoliberalismo en todo Latinoamérica en los años noventa, esta frase con tanto contenido político se volvió una consigna individual más, aislada de todo contexto. Entonces, el cuerpo podría liberarse “solo”, sin la interdependencia de otros cuerpos, ¿de una red?

Y lo cierto es que también el feminismo cayó en la falacia de las ideologías abstractas, ¿realmente se vive el cuerpo en libertad? Había por un lado mucho discurso teórico y académico, pero en la práctica persistía la reproducción de los mismos esquemas que habíamos cuestionado. ¿Qué hacía que realmente ese cuerpo sea “nuestro”?

Con el tiempo nos dimos cuenta que no es posible liberarnos solas, por el mismo motivo que no estamos solas, siempre hay alguien o algo que nos acompaña. Nacemos junto a una madre, hay un origen, y así también morimos, junto a alguien o algo que nos sostiene.

Pero lo cierto, es que más allá de “saber” (desde el pensar de la razón) que “tenemos” un cuerpo, ¿sabemos sentir ese cuerpo? O como lo llama David Le Breton, ¿sabemos percibir ese *cuerpo sensible*? ¿Qué hace que no podamos salir del cuerpo individualista mecánico y productivista? Si somos realmente cuerpo, como siempre decimos en las clases de biodanza, ¿sabemos distinguir todos los matices, sonoridades, olores, que gustan o no gustan de nuestro cuerpo? ¿Sabemos escuchar y escucharnos? ¿Que hace que podamos salirnos del cuerpo aislado e ir hacia el cuerpo colectivo?

En este escrito pretendo contarles de manera breve y bastante resumida mis experiencias dando talleres de biodanza¹ y educación biocéntrica con mujeres y jóvenes, y la construcción de esa red posible, de esa salida del yo egoico o cuerpo individual, al encuentro de un yo colectivo, un cuerpo red, que acompaña y trasciende, a través del cuerpo sensible. Luego hilaré con teoría para reflexionar sobre estas

¹ Si bien, en la mayoría de los casos siempre colocan la b de biodanza o biocéntrica con mayúscula, he decidido utilizar la b minúscula para ambas.

experiencias, a modo de comprensión como generadora de sentido, en términos de Arendt², de lo que he ido observando en mi caminar político intelectual afectivo y en mi ser siendo como facilitadora de procesos humanos. Quizás en la búsqueda no descubra nada nuevo, nada que antes no se haya pensado o dicho a profundidad. Y quizás también estas reflexiones alienten a la continuidad de un análisis que no acaba ni empieza acá, sino que persiste y encuentra nuevas preguntas, más que respuestas.

Antes de titularme como profesora de biodanza, realicé varios proyectos colectivos y de acción social, que han tenido financiamiento con becas gubernamentales. Sí, en ese momento aún se podía pensar en trabajar con proyectos comunitarios en este país. A estas alturas, ya sabemos los estragos que dejó la pandemia en el cuerpo. El reforzamiento del individualismo y los problemas en la salud mental se profundizan cada vez más en los tiempos que corren.

El primer proyecto social que realicé fue en el contexto de la pandemia, donde trabajamos con Lucrecia Marcelli, facilitadora de biodanza y docente. Fue un trabajo que realizamos de forma virtual. En ese momento yo trabajaba en la escuela secundaria Bilingüe Intercultural “Cacique Pelayo”, dirigida a la comunidad qom de Fontana, y Lucrecia Marcelli era directora de una Escuela Agrícola Rural, donde participa el pueblo qom de la ciudad de General San Martín.

Nos presentamos al Fondo Solidario de Cultura de la Provincia del Chaco para hacer un trabajo virtual y obtuvimos la beca para realizarlo. Sumamos al proyecto a Ariel Canteros, también facilitador de biodanza, para que realice toda la parte digital. Nos relacionamos con los y las estudiantes a través de rondas virtuales, cada una invitaba a crear algo a partir de un elemento de la naturaleza: tierra, fuego, aire y agua.³



Raíces danzantes

Lañaxalaxa na nañolaxac

Convocatoria a las diferentes rondas:
Queremos conocer tu música, poesía, dibujos o palabras
sobre los temas que te proponemos a continuación

 Tierra Del 31/10 al 07/11	 Fuego Del 07/11 al 14/11	 Aire Del 14/11 al 21/11	 Agua Del 21/11 al 30/11
---	--	---	---

Podés ver las producciones en www.raicesdanzantes.com

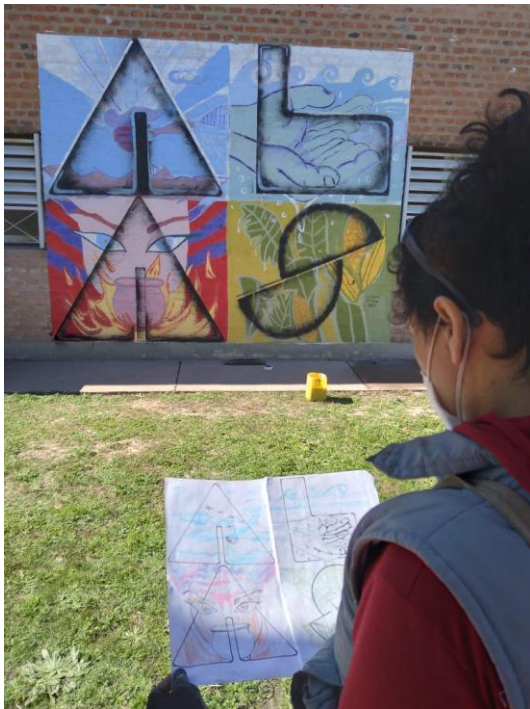
  

Este proyecto se desarrolla a partir del programa Regional sobre la cultura de Chaco. Fondo Solidario n.º 30/11. Cuenta de la cultura puede ser consultada cualquier día.

² Para mayor profundización, recomiendo el siguiente artículo: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-00632016000200061

³ Para más información del proyecto visitar: https://www.youtube.com/watch?v=fMd5_m2NDvs

La invitación que hicimos fue que cuando se sientan convocados/as con alguno de



los cuatro elementos y su palabra, pudieran realizar alguna expresión artística, como pintura, danza, canto, foto o poesía.

Ruth Calvacante y César Wagner, en el libro *Educación Biocéntrica*, comentan que “se colocan palabras generadoras dentro del círculo para que todos puedan leer y escoger aquella con la cual desean trabajar, o verbalizar o se identifican (...) Luego, hablan sobre el significado que tienen éstas en su vida (...) colocándolas al centro de la ronda.” (2015, 226).

Invitamos a hacerlo también en lengua qom, y con los aportes los/as jóvenes y de los/las

profesoras se iba integrando el canto, las danzas y los saberes de la cultura qom. A través de las pinturas expresaban sus sentimientos, propios de su cosmovisión como también del contexto pandémico que estábamos atravesando.

El arte nos permitió el encuentro con jóvenes a la distancia y que no nos conocían. Como también permitió la sensibilidad necesaria para el trabajo en red, más allá de no contar con las presencias físicas.

Otro de los proyectos fue la creación de la *Trama que cuida* con Adriana Pellegrini, también facilitadora de biodanza. Obtuvimos una beca del Ministerio de Cultura de la Nación para trabajar en la cárcel de mujeres del Barrio Don Santiago, de Resistencia. Esta vez, como era presencial el proyecto, utilizamos fotos que imprimimos relacionadas a los cuatro elementos e invitamos a las mujeres que comenten que les producía ver las imágenes.

La educación biocéntrica propone como parte de sus dinámicas el trabajo con las imágenes generadoras. Dicen Ruth Calvacante y Cesar Wagner que “la imagen sustituye a la palabra. Puede ser usada tanto en grupos comunitarios que no dominan la lectura como en cualquier tipo de grupo. Cada participante escoge una imagen expuestas en el centro de la ronda relacionadas a un tema generador y se habla sobre eso, relacionándolo con las propias vidas. La síntesis será hecha en ronda en

conexión con todas las figuras colocadas en el centro para ser percibidas en su totalidad.” (2015, 229)

En el mural, que realizamos junto a las mujeres de la cárcel, más la coordinación de la muralista Rocío Gomez Díaz, se integró todo lo trabajado con los cuatro elementos. Después de dialogar sobre las imágenes, las invitamos a que pintaran algo relacionado a uno o varios elementos. De esas bellas pinturas, la muralista confeccionó una pintura que se convirtió en el mural que pintamos comunitariamente entre todas.

“Los elementos son entidades cósmicas, recuperar el ser integrado, no como yo quisiera, sino en sí mismo, como un ser onto cosmológico, misterioso y único fue siempre el objetivo de Rolando y fue también su destino.” (2013,19).

Otro de los proyectos de acción social, que realizamos con la *Trama de cuida*, en el último



tramo de mi formación de escuela, fue el de facilitar biodanza en el Centro de Atención a Víctimas de Violencia (CAVV), con mujeres que asistían a ese espacio, por estar o haber estado en un situación de violencia. El CAVV⁴ contaba con un espacio para dar talleres. Se daba yoga, cerámica, huerta, y actividades comunitarias de todo tipo. Con las políticas del gobierno actual en Argentina ha desaparecido todo.

Para mí fue muy significativo estar ahí. Trabajé dos años en la línea 137, dando asistencia legal con un equipo interdisciplinario de trabajadoras. Estos espacios son necesarios para el tratamiento de la violencia estructural que existe sobre el cuerpo y la vida de las mujeres. El problema, desde mi punto de vista, es que se quedaron sólo en la violencia y la demanda a cosas que el sistema debe resolver. Lo cual es necesario. Pero no se generan espacios realmente de prevención y menos aún de salida a otras posibilidades de mejor vida para las mujeres. Considero que si existieran más espacios donde podamos sentir el cuerpo, percibir lo que queremos, a

⁴ Para más información del proyecto de Biodanza en el CAVV, mirar este video: <https://youtu.be/TF6ETd48QpY>

la violencia la podríamos prevenir más a tiempo, y no llegar a espacios de asistencia para su tratamiento.

Estuvimos con ese grupo desde mayo hasta octubre, danzando de manera quincenal. Vinieron muchas mujeres, algunas iban y no volvían más, y otras tantas si se sostuvieron en el proceso. También danzaron con nosotras las trabajadoras sociales y psicólogas del equipo de trabajo del CAVV. Primero iban con la intención de acompañar, luego se quedaban porque reconocían querer ser acompañadas.

En las clases de biodanza, desde el encuadre profesional, sostenemos que la persona que facilita solo acompaña un proceso, no “interviene” ni ve a las personas como “pacientes” o “clientes”. Se tuvo que trabajar en salir de la lógica vertical terapeuta - paciente, para que ambas pudieran dejarse acompañar en su propio espacio, y generar otra sensibilidad de encuentro.

Por lo general, los espacios terapéuticos no tienen contacto físico, ni tampoco una relación de afinidad. En biodanza si intentamos reforzar la horizontalidad en los roles, más allá de las diferencias. Finalmente, se logró un buen trabajo comunitario juntas. El sentido de pertenencia al espacio, y al entorno se reforzó en todas, como también la inquietud de seguir trabajando desde su corporalidad.

Posteriormente, luego de acompañar procesos semanales de grupos en biodanza, comencé a dar talleres con mujeres desde el espacio que fundé en 2023: *Taller Multívocas*.

A finales de 2024, viajé a Ciudad de México, y di mis talleres junto a mujeres. Uno de ellos fue “*Biodanza para mujeres que acompañan otras mujeres*”. Y el otro: “*Ciclear*”, sobre biodanza y ciclicidad de mujeres.⁵ Después de la experiencia que tuve en el territorio, comprendí que las talleristas, terapeutas, trabajadoras sociales, por lo general no tienen espacios ni tiempos para ellas mismas. Estamos en este sistema capitalista productivista desbordadas, atendiendo casos y al servicio de los demás, que nuestras existencias con nosotras mismas se desdibuja en la urgencia o es de menos valor. Vivimos, por esta macrocultura, insertadas en la lógica del sacrificio del dar a otras y otros como algo “natural”. Frente a eso, los talleres resultaron ser un espacio necesario para todas. La mayoría de ellas, trabajaba activamente en grupos sociales con mujeres y niñas y niños. Eran terapeutas corporales, o talleristas que

⁵ Realicé la formación de Sanación Matriz, sobre Biodanza y ciclicidad femenina, de la mano de la facilitadora Maja Correa Pousa.

también buscaban su propio espacio de contención. Aunque algunas sólo buscaban vivenciar la biodanza, o estar en contacto grupal con otras mujeres.

Ambos contextos donde trabajé están fuertemente influenciados por la colonización española. Chaco, en la periferia y en la resistencia de Argentina, y México, que aunque sea una ciudad metrópoli, está fuertemente arraigada a la matriz colonial. La colonización española y su religión



se dio de diferentes maneras, a mayor escala, dada la resistencia de los pueblos guerreros mexicas e indígenas del norte argentino. Por lo tanto, están más influenciados, por su historia de invasiones y por la lógica cristiana del sacrificio, el castigo, la culpa y el sometimiento.⁶

Bajo estos modos de accionar, muchas mujeres no cultivan sus propios espacios, o lugares donde se sientan acompañadas. En gran parte, por el valor económico, y por otro lado, por no permitirse tener un espacio solo para ellas. Hay un tema que está muy ligado a la falta de sensibilidad y relación con el cuerpo, y también muy soterrado en la cultura: el **placer**, el derecho a permitirnos vivir con mayor placer.

Si bien, como bien sostiene W. Reich, en los estados fascistas el placer desaparece, y aumentan las corazas caracterológicas, considero que hay culturas donde la represión cobra unas dimensiones más profundas.

En contextos conservadores, se permite muy poco el contacto corporal desde la afectividad, como así también vivir las vidas con mayor disfrute, y menos sacrificio. Importante tener en cuenta las condiciones estructurales y materiales de existencia, en las cuales las mujeres son las que tienen cargas horarias más elevadas, con varias jornadas laborales, y el trabajo no pago, o “eso que llaman amor”: cuidado gratuito a otros y otras. En los entornos actuales, las corazas van en aumento, la desconfianza aumenta y los lazos sociales de toda la comunidad se tornan frágiles y escasos.

⁶ En México, las personas comúnmente dicen: “mande”, cuando comienzan a hablar con alguien.

Según Rolando Toro: “La vertiente Judeocristiana logró producir, durante siglos, la castración de los instintos. La violencia del Antiguo Testamento, la intolerancia de esta línea cultural frente a la posibilidad de placer y del goce, logró desenvolver magnos programas de frustración humana. Podríamos simbolizar esta rigidez en la figura de Abraham. La amenaza de un Dios terrible, se cernía sobre los pueblos que pudieran desplegar la belleza del instinto. La carga de culpabilidad fue transmitida a través de los siglos.” (2009, 6).

Esta relación del Judeo Cristianismo con la castración de los instintos resulta significativa, y no menor. Si miramos la historia de las religiones, todas están cargadas de miradas culpógenas y castigadoras al cuerpo “salvaje”⁷ e instintivo.

Wilhelm Reich en su libro “La función del orgasmo” (1955), habla de las corazas caracterológicas que marcan el carácter de la persona. Dice al respecto: “Cada uno de esos estratos de la estructura del carácter es un trozo de historia viva que está conservado en otra forma y continúa activo. Se demostró que aflojando esos estratos, los viejos conflictos podían —más o menos fácilmente— ser reavivados. Si los estratos eran muy numerosos y funcionaban automáticamente, si formaban una unidad compacta en la cual era difícil penetrar, semejaban una "coraza" rodeando al organismo vivo. Esa coraza podía ser superficial o profunda, blanda como una esponja o dura como el acero. En cada caso su función era proteger contra el displacer.” (1955, 142).

En contraposición a esto, existen las personas con mayor autonomía y salud, que son las personas que cuentan con mayor **potencia orgástica**. Dice Reich: “La potencia orgástica es la capacidad de abandonarse al fluir de la energía biológica sin ninguna inhibición, la capacidad para descargar completamente toda la excitación sexual contenida, mediante contracciones placenteras involuntarias del cuerpo. Ningún individuo neurótico posee potencia orgástica; el corolario de ese hecho es que la vasta mayoría de los humanos sufre una neurosis del carácter.” (1995, 100).

Cuando Reich hace referencia a la sexualidad humana, aclara que no solamente tiene que ver con la genitalidad. Esto es algo que siempre aclaramos en las clases de biodanza. Ya que es necesario asumir la sexualidad y nuestra relación con el goce de

⁷ Coloco comillas a la palabra salvaje, ya que su definición se da en relación al proceso “civilizatorio colonial”. Por lo que existen quienes son civilizados y quienes son “salvajes o bárbaros/as.”

manera integral y afectiva. Nuestras maneras de vincularnos están íntimamente ligadas a nuestro modo de experimentar el deseo y el erotismo.

Susan Sontag en un lúcido ensayo relaciona el cine fascista con la prácticas sado masoquistas. Une arte con política, estética con ética. Y hace un crítica tajante a las prácticas sexuales en nuestros cuerpos que generó la Alemania nazi y toda su producción cultural a la largo del tiempo. Los efectos de una política no se ven en lo inmediato ni se perciben en la inmediatez de los días. Mucho menos se perciben fácilmente en nuestros cuerpos.

Sontag aclara: “El sadomasoquismo siempre ha sido el punto más extremo de la experiencia sexual: cuando el sexo se vuelve más puramente sexual, es decir, apartado de las personas, de las relaciones, del amor. (...) Entre sadomasoquismo y fascismo hay un vínculo natural. «El fascismo es teatro», como dijo Genet. Como lo es la sexualidad sadomasoquista: participar en sadomasoquismo es tomar parte en un teatro sexual, una representación de sexualidad. Los habituados al sexo sadomasoquista son consumidores y coreógrafos expertos, así como representantes, en una obra que es tanto más excitante cuanto que está prohibida a la gente ordinaria.”

Las políticas neo liberales de ultraderecha que gobiernan toda América en estos tiempos fomentan también la lógica del odio y el desprecio hacia lo diferente como también hacia el propio individuo. El aislamiento y la frustración es la mejor arma de anestesia, y de pérdida absoluta de sensibilidad. Y así nos volvemos actores y actrices de nuestras propias tragedias. Se refuerzan las máscaras⁸ del teatro que llamamos vida.

Esto lo podemos observar más claramente en la película “La virgen roja”, dirigida por Paula Ortiz, basada en un caso real, narra cómo una mujer madre de otra mujer va reforzando sus armaduras, a medida que se vuelve más rígida e intolerante con las elecciones de vida de su propia hija. Su fascismo (en un contexto de derecha en España, frente a la izquierda que ella decía defender) va aumentando, hasta el punto de matar a su propia hija. En determinadas secuencias, podemos observar claramente cómo su cuerpo se acoraza y a la vez se desmembra. Se ven en imágenes los efectos materiales del fascismo en nuestros cuerpos: el odio que genera la disociación.

⁸ La palabra máscara que se usa en teatro viene de carácter.

Una de las estrategias del fascismo es hacernos seres dependientes al sistema, pero sin apego. Es decir, como dice Bowlby, el apego como una condición necesaria para la confianza con las personas y con una/o mismo (152). Generar lazos significativos de interdependencia, de seguridad, nos refuerza el autoestima, nos da bases sólidas para vivir y amar mejor, en honesta libertad. Nos libera un poco del engaño del odio como posibilidad frente a la violencia.

Dice Reich al respecto: “Pasaron años antes de que pudiera ver claro: la destructividad fijada en el carácter no es nada más que cólera por la frustración en general y la falta de gratificación sexual en particular. Cuando el análisis penetraba a suficiente profundidad, cada tendencia destructiva cedía el lugar a una sexual. Las tendencias destructivas demostraron no ser otra cosa que reacciones, reacciones frente a la desilusión o a la pérdida de amor. Si el deseo de amor o la satisfacción de la necesidad sexual tropiezan con obstáculos insuperables, uno comienza a odiar” (1995, 144).

Y si algo existe como humanidad en estos tiempos es el odio deliberado, y como contracara el miedo al amor y al placer. El miedo a dejarnos contener por esa sensación marcada en nuestras pieles de qué se puede vivir de otra manera, que las sociedades orgiásticas matrifocales regresan cíclicamente, que ese *paraíso perdido* está más cerca que lejos, y que la linealidad patriarcal es sólo la imposición y destrucción frente a lo que siempre persiste: la vida, y su impulso.

Según el terapeuta bioenergético John Lowen que “tanto el dolor como el placer son reacciones naturales del cuerpo a su entorno. Cuando la relación del organismo con su entorno es armoniosa y positiva, la tonalidad emocional es placentera. Cualquier amenaza o interrupción de esa armonía es dolorosa. En la naturaleza no hay un estado neutral, y no existe ningún estado natural del organismo que se corresponda con la ausencia del placer y el dolor. Desde este punto de vista, una ausencia de sensación o la sensación de vacío son patológicas. Esta afección que aqueja a tantos indica que han suprimido las emociones. Se han vuelto rígidos, y por tanto han eliminado todo movimiento y toda sensación. Puede afirmarse que la rigidez o la tensión muscular crónica se ha creado para suprimir las sensaciones dolorosas. Obviamente nadie querría deshacerse de las sensaciones agradables. Cuando en el curso de la terapia bioenergética se disuelven estas tensiones, puede esperarse que los recuerdos y los efectos dolorosos afloren a la conciencia. La capacidad de un paciente para aceptar y tolerar estas sensaciones dolorosas determinará su

capacidad de experimentar sensaciones agradables. En estos casos se puede aplicar el dicho: «No hay rosa sin espinas».” (2005, 57)

Esta metáfora de la rosa nos puede servir para comprender el miedo a sentir: tanto lo que nos gusta como también lo que nos duele. Las corazas nos protegen de toda sensibilidad. Al no sentir el propio dolor, tampoco podemos percibir el de las otras personas. Al no sentir mi cuerpo, lleno de señales y potencialidades, no me siento ni a mí misma ni a mi entorno. La famosa frase de Audre Lorde: “siento, luego existo”, cobra mayor sentido. Existimos en la *relación sentida*⁹ tanto con las demás personas, como en la relación que tengamos con nuestra propia corporalidad.

En el sistema de biodanza, un eje central es la noción de *vivencia*. Patricia Ghisio y Natalio Pagés, ambos facilitadores de biodanza, hacen hincapié en la importancia de las vivencias integradoras como horizonte político, para el cambio tanto individual como colectivo. Y sostienen que las mismas (vivencias integradoras) funcionan como una forma de oposición a la fragmentación corporal y el desgarró social de la vida moderna.

Sostienen que: “La cultura masiva del capitalismo tardío nos ha hecho a imagen y semejanza de los dualismos cartesianos: un reservorio vacío esperando ser llenado por una cultura agónica que, cada vez más, sella su propio destino apocalíptico. Pero, como decía Toro (1991: 54), el *apocalipsis no es una profecía*: está presente hoy en nuestros gestos fríos e insensibles, en las caras adormecidas, en la música robótica y mecánica, en la pobreza y la indigencia, en la desigualdad social, en la mercantilización de nuestros deseos y nuestras pasiones. Creemos necesario un proceso profundo de re-subjetivación, una forma de escapar a los entramados culturales que nos aprisionan y nos limitan a un mundo injusto y a una vida sin placer ni felicidad.”¹⁰

Victoria Sendón de León, en su libro “Más allá de Ítaca” (1988), explora en las sociedades pre patriarcales (neolítico y paleolítico europeo), y sostiene que eran de culto espiritual principalmente femenino, y que el principio regulador de estas era el placer, a diferencia de las sociedades patriarcales donde lo que prevalece es la guerra y la rigidez.

⁹ Cuando expreso *relación sentida* hago referencia a un entrar en relación y dejarme afectar por ese vínculo.

¹⁰ Consultado en: <https://biodanzahoy.cl/revista/bio04.pdf>

En las mujeres, por el avance y profundización del sistema patriarcal, hay acorazamientos que son más específicos. Casilda Rodríguez Bustos exploró en las corazas del útero, tomando la teoría reichiana. Llegó a la conclusión de que el miedo, que mantiene activo el sistema simpático, impide la relajación y la distensión de los músculos circulares de la boca del útero, produciendo el movimiento espástico o espasmódico del útero, lo que considera una disfunción de la fisiología natural y normal del parto (1988, 18).

En su libro "Pariremos con Placer" retoma la investigación de Serrano Vicens para cuestionar los modelos heterosexistas de la cultura que nos dicen como las mujeres deberíamos vivir el placer, cuando en verdad nuestra capacidad sexual orgástica es mucho mayor que lo que normalmente se admite, y además dista mucho de ser exclusivamente falocéntrica; en la práctica esa capacidad se desarrolla en una alta proporción al margen del coito, lo que supone todo un varapalo a la institución de la pareja heterosexual estable: aparece antes de la pubertad, no está vinculada a la reproducción, y es muy variada y diversa (utiliza la idea de que es tan única como las huellas dactilares). La importancia de la investigación de Serrano Vicens es que nos da una idea de lo que sería la sexualidad femenina en una sociedad no patriarcal, ya que también dejó constancia de la diversidad de las modalidades en las que la sexualidad de las mujeres se desarrollaba, y en las que el autoerotismo y la homosexualidad aparecían de manera muy importante, tanto cuantitativa como cualitativamente, por la intensidad del placer orgásmico. (1998, 19)

La falta de sensibilidad y de placer en nuestros cuerpos es histórica y política. Una de las consecuencias principales en el cuerpo de las mujeres es la pérdida de autonomía. En relación a esto, la escritora chilena Margarita Pisano en una entrevista que le realicé comenta lo siguiente: *"Este mismo cuerpo, este aparato sensible que tienes, te va a ir diciendo que si piensas tienes una cierta sabiduría porque la vas a conectar con tu cuerpo, y con esas cosas te pasan (...) Todo este interaccionar, que termina siendo ideas, que termina siendo lo que hablamos, lo que sentimos, que terminamos siendo como humanidad. Yo estoy bien decepcionada de lo que somos como humanidad. Eso no me cabe duda. Creo que estamos mal intervenidas realmente con nuestro cuerpo. Se nos ha quitado este instrumento maravilloso, y los pocos vestigios que nos quedan, nos llegan siempre un poco pasados por el cedazo."*

Si bien no comparto la noción de cuerpo como instrumento, sí es cierto que precisamos afinarlo, y todas sus señales sutiles, sus músculos sin sentir, la piel sin

explorar, para hacerlo sonar de muchas otras maneras posibles. O mejor dicho aún, para afinar nuestra resonancia afectiva.

Pisano nos invita a reflexionar fuera de las lógicas mecanicistas de la modernidad. En cambio, si a pensar como fuimos perdiendo nuestra sensibilidad con el tiempo, y cada vez las mujeres estamos más intervenidas por la macrocultura. Por lo tanto, nuestras ideas y pensamiento, los cuales son materia sensible, también lo están. Pensamos a través de esa falta de sensibilidad y rigidez. y al no tener cuerpos autónomos y sensibles, tampoco podemos tener ideas autónomas a la cultura imperante.

David Le Breton explora en ese *cuerpo sensible*: “La existencia del hombre¹¹ implica un ejercicio sensorial, gestual, postural, mímico, etc.- socialmente codificado y virtualmente inteligible, en todas las circunstancias de la vida colectiva, en el seno de un mismo grupo. La comprensión del mundo es en sí misma asunto del cuerpo, a través de la mediación de signos interiorizados, decodificados y puestos en juego por el actor. El cuerpo es un vector de comprensión de la relación del hombre con el mundo. A través de él, el sujeto se apropia de la sustancia de su existencia, según su condición social y cultural, su edad, su sexo, su persona, y la reformula al dirigirse a otros” (2010, 18).

Al entrar en relación íntima y sensible con mi cuerpo puede sentir-pensar el mundo desde un lugar diferente, más conectado al propio deseo vital. Algo que las comunidades indígenas nos vienen avisando hace siglos, y que muy poco se *escucha*. Con ese cuerpo sensible me puedo percibir a mí misma, en relación a la otra/o. Puedo percibir lo que necesito, lo que siento, lo que preciso, tanto para mí como para el mejor vivir de mi comunidad. No soy sólo yo, soy mi cuerpo con mi mundo y todo lo que habita. Hay siempre una otra/otro mundo que me invita a sentir. Quizás de eso se trata el cuerpo-territorio que nos hablan las feministas comunitarias: practicar el sentir colectivo.

La escritora francesa Simone De Beauvoir en su texto *¿Para qué la acción?*, haciendo referencia a la relación que las personas tenemos con el mundo, dice lo siguiente: “Mis relaciones con las cosas no están dadas, no son fijas; las creo minuto a minuto, algunas mueren, algunas nacen y otras resucitan. Sin cesar cambian. Cada nueva superación me da, de nuevo, la cosa superada, y es por eso que las técnicas son modos de apropiación del mundo: el cielo es para quien sabe volar, el mar para quien

¹¹ Podemos comprender al hombre como categoría universal, es decir, la humanidad.

sabe nadar y navegar. (...) Así nuestra relación con el mundo no está decidida de antemano; somos nosotros los que decidimos. Pero no decidimos arbitrariamente no importa qué. Lo que supero, es siempre mi pasado, y el objeto tal como existe en el seno de ese pasado; mi porvenir envuelve ese pasado, no puede construirse sin él.” (2000, 12)

Y luego profundiza aún más: esa apropiación con el mundo se da a través de las sensaciones, tanto del dolor como del placer. A diferencia de la mirada estoica que nos dice que hay que liberarse de toda sensación corporal para llegar a la sabiduría. Los y las existenciales son muy precisos en aclarar que son nuestras decisiones las que nos dan plenitud y libertad. Podemos decir como sentir, qué sentir y de qué manera vivirlo, para entrar en relación más íntima con nuestro ser. En el acto de despojarnos de toda sensación no hay libertad, porque me niego a mí misma, y me niego mi propia trascendencia.

Con respecto a esa relación con el placer, De Beauvoir sostiene lo siguiente: “Pero, en verdad, el goce no es un dato fijo en la estrecha senda del instante. Cada placer, nos dice Gide, envuelve el mundo entero, el instante implica la eternidad, Dios está presente en la sensación. El goce no es una separación con el mundo, supone mi existencia en el mundo. Y, en primer término, supone el pasado del mundo, mi pasado. Un placer es tanto más precioso cuanto más nuevo, cuando se destaca con mayor intensidad sobre el fondo uniforme de las horas; pero el instante limitado a él mismo no es nuevo, no es nuevo sino en relación con el pasado. (...) Y no es tan sólo contemplación; gozar de un bien es usarlo, es arrojarse con él hacia el porvenir.” (2000, 18)

Un punto de partida

“¿Para qué se nos ha dado un cuerpo, si hemos de mantenerlo encerrado en un estuche como si fuera algún valioso Stradivarius?”, se pregunta Berta, la protagonista del cuento *Felicidad* de Katherine Mansfield.

En el comienzo del escrito me preguntaba qué hace que nuestro cuerpo pueda ser sensible, a la propia subjetividad y a lo colectivo. Creo que esta pregunta la hacemos todas las personas que queremos transformar algo en nuestro entorno, en las miradas de extrema crueldad egoica que hoy abundan. De a poco vamos perdiendo sensibilidad motora y cenestésica en nuestras vidas y se nos va dificultando más el sentir propio. Al perder la propia sensibilidad, perdemos la autonomía.

Esta autonomía no significa no entrar en relación con otras personas y ser un ser autosuficiente, sino que significa que puedo elegir libremente con quién relacionarme y de qué modos, pactar acuerdos, y asumir la interdependencia de afectos recíprocos. Por lo tanto, implica entrar *en relación* conmigo y con el mundo. Esta es una decisión existencial. Podemos también elegir no estar en relación, y simplemente ver al otro/a como un objeto más, como algo extraño a mí. Podemos como “El extranjero” de Camus vernos alejados del mundo, por fuera de los demás y de nosotros mismos.

Llevando este tema a nuestra profesión, también podemos elegir de qué manera afrontar el rol de facilitadores/as de biodanza. Podemos elegir entrar en relación sensible con un grupo o personas, o podemos elegir un Kit de instrucciones cómo el "kit de la identidad", de Suely Rolnik. Un kit colonial y capitalista que apunta a que seamos sujetas/os del merchandising¹². Es decir, promocionar el sistema de biodanza en base a tips de consejos para que la persona esté mejor en su vida, con el riesgo de que se vuelvan un nuevo deber ser los “modos de liberación” del individuo en una sociedad que constantemente lo reduce a objeto.

Y sobre todo, es preciso cuestionar como facilitadores/as la lógica clientelista de ver a las personas que llegan como objetos consumibles con tendencia a la satisfacción inmediata del placer, y no personas que consuman su disfrute a través de un proceso lento y no dado, sino que se rehace constantemente, como bien nos recuerda Carlos García Varela.¹³ Estos modos nos pueden llevar a lugares comunes y anestésicos. Precisamos más poética y no tantas palabras mecánicas que se vuelven parte de la normatividad.

Si bien, cada trabajo con grupo depende mucho de los contextos socio políticos determinados, la realidad material de muchas mujeres y jóvenes, especialmente, sigue siendo vivir aún la rigidez de sus cuerpos, a falta de potencia orgástica y placer en sus vidas, lo cual responde a la macro cultura en la cual fuimos educadas/os. Tanto la pandemia con su encierro y control, como el avance del fascismo y la ultra derecha en Latinoamérica, y gran parte del mundo, hace que el cuerpo colectivo se desmembre fácilmente, y que el cuerpo individual triunfe, lleno de corazas, armaduras y falta de sensibilidad a una otra/o. Y a falta de potencia, como decía Rolando Toro,

¹² Cita tomada de una charla brindada por la facilitadora Patricia Ghisio, organizada por la Asociación de Facilitadores de Argentina.

¹³ Ver en: [El erotismo en Biodanza: entre el goce transformador y el happytalismo](#)

solo nos relacionamos a través del poder. Estamos ansiosas de poder de unos/as sobre otros/as.¹⁴

El fascismo ha permeado nuestro cuerpo-territorio, a grados profundos que muchas veces son difíciles de reconocer, en una y en otras personas. La falta del cuerpo sensible se debe al aumento de prácticas sado-masoquistas que no tienen que ver solamente con lo sexual, sino, y principalmente con lo afectivo. El rechazo a nuestros cuerpos, la falta de contacto con una misma, y con una otra/o, con el entorno que nos rodea, con la trama vincular colectiva, y el poco sentido de trascendencia que le damos a la vida, hace que el *cuerpo sensible* pueda parecer más una utopía que una realidad. Por lo que considero que una política sin afectividad y cuerpo vivencial, es sólo ideología que reproduce las prácticas rígidas y patriarcales de la heterosexualidad obligatoria¹⁵, por más que se promueva como transformadora de la realidad, y una afectividad sin ideas y contenido político se vuelve vacío neoliberal y robo de la memoria popular.

El sistema de biodanza, desde una lógica no mercantil, y el principio biocéntrico, como también toda práctica que realicemos para percibir nuestro cuerpo sensible, nos permite poder ir *más allá* de uno/a misma, y entrar en relación con la vida y con una otra persona, desde la escucha a todo lo vivo, *en común-unidad*. Una nueva percepción de una misma, y del propio hacer, una mirada estética y mística del arte. Nuestro cuerpo es un caldo de cultivo en potencia, no sólo hacia una dirección, sino múltiples. Nuestro cuerpo deseante lleno de gozo y vida nos pide vivir, no estar en estado vegetativo. Nos pide sentir lo que hacemos, sentir lo que pensamos y volver a pasar por el cuerpo nuestro sentir.

No es una meta, no es una maratón de llegada, sino el punto desde donde partir para caminar. O quizás, mejor dicho, para arrojarnos al porvenir. ¿Lo recorreremos?

¹⁴ Cita de una charla brindada por Myrthes Gonzalez, sobre Biodanza y Patriarcado, de modalidad online.

¹⁵ Término utilizado por Adrienne Rich para analizar la heterosexualidad como un sistema que se nos impone culturalmente, y se vuelve parte de las instituciones: familia, estado, religión, etc.

Bibliografía utilizada:

Bowlby, John, *Vínculos Afectivos - Formación, desarrollo y pérdida*. Ed. Morata, 1986, consultado en:

https://www.academia.edu/37089039/Bowlby_J_1986_Vi_nculos_Afectivos_Forma_cio_n_desarrollo_y_pe_rdida_Ed_Mor

Calvacante, Ruth, César Wagner de Lima Góis y colaboradoras, *Educación Biocéntrica. Ciencia, Arte, Mística, Amor y Transformación*, Ediciones CDH, Brasil, 2015.

De Beauvoir, Simone, *¿Para qué la acción?*, Ediciones El Aleph, 2000.

Ghisio, Patricia y Natalio Pagés, *La vivencia integradora como horizonte político. Hacia una ascesis afectiva*, Revista de Biodanza N° 4, 2014, consultado en: [bio04.pdf](#)

Le Breton, David, *Cuerpo sensible*, Ediciones Metales Pesados, Santiago de Chile, 2010.

Lowen, La voz del cuerpo. El papel del cuerpo en psicoterapia, 2005, consultado en <http://datelobueno.com/wp-content/uploads/2014/05/La-voz-del-cuerpo.pdf>

Reich, Wilhelm, *La función del orgasmo*, 1955, consultado en: <https://fundacionmenteclara.org.ar/biblioteca/LaFuncionDelOrgasmo.pdf>

Rodrigañez Bustos, Casilda, *Pariremos con placer*, Ediciones Crimentales S.L., 2010.

Sendón de León, Victoria, *Más allá de Ítaca. Sobre complicidad y conjuras*, Ediciones Icaria, Barcelona, 1988.

Sontag, Susan, *Fascinante fascismo*, artículo web consultado en: <https://nochedelmundo.wordpress.com/2017/01/14/fascinante-fascismo-por-susan-sontag/>

Toro, Rolando, *Biodanza y Acción Social, Curso de Formación Docente*, 2009.

Toro, Rolando, *Biodanza y los 4 elementos*, Editorial Cuarto Propio, Santiago de Chile, 2013.

Otras fuentes:

Entrevista realizada a Margarita Pisano, Santiago de Chile, octubre de 2013.

Charla brindada por la facilitadora Patricia Ghisio, organizada por la Asociación de Facilitadores de Argentina, mayo 2024.

Charla brindada por Myrthes Gonzalez, sobre Biodanza y Patriarcado, de modalidad online, en el ciclo “La visión transdisciplinar de Biodanza”, marzo de 2025.