

**UNA APROXIMACIÓN A LA SALUD DESDE LA PRACTICA DE BIODANZA:
ESTUDIO ETNOGRÁFICO**

LUISA FERNANDA MONTOYA VALENCIA

DIRECTOR

CARLOS ALBERTO URIBE

**UNIVERSIDAD DE LOS ANDES
FALCULTAD DE CIENCIAS SOCIALES
DEPARTAMENTO DE ANTROPOLOGÍA
BOGOTA, AGOSTO DE 2002**

UNA APROXIMACIÓN A LA SALUD DESDE LA PRACTICA DE BIODANZA: ESTUDIO ETNOGRÁFICO

INTRODUCCIÓN

CAPITULO I:

SISTEMA MEDICO ALTERNATIVO Y COMPLEMENTARIO: UNA OPCION PARA LA ATENCIÓN Y ENTENDIMIENTO DE LA SALUD

1. Sistemas médicos: nociones, creencias y conocimiento
2. ¿Alternativo – complementario?
 - 2.1 Componentes del sistema médico alternativo
 - 2.1.1 El carácter holístico, en busca de la salud integral
 - 2.1.2 La valorada subjetividad
 - 2.1.2.1 Proceso de personalización: canal para la realización personal
 - 2.1.2.2 Desarrollo personal: estructuración de una identidad del Yo
 - 2.1.3. Salud integral. Estado de equilibrio natural
 - 2.1.4. Salud y subjetividad
 - 2.1.5. Lo simbólico y metafórico
3. Adopción de prácticas y creencias en torno a la salud: hacia la construcción de un estilo de vida para la realización personal

CAPITULO II

SISTEMAS EXPERTOS ORIENTADOS HACIA LA REALIZACIÓN PERSONAL: EL CAMINO DE LA EXPERIENCIA CORPORAL

1. Las terapias corporales
 - 1.1. El cuerpo: matriz de las experiencias
2. El movimiento como medio terapéutico innovador
 - 2.1. Biodanza

- 2.1.1. Sobre su origen y desarrollo...
- 2.1.2. La palabra bio, la palabra danza
- 2.1.3. Modelo del inconsciente vital: estructura básica para (personalización) la autoconservación de la salud
- 2.1.4. El factor emocional: en lo colectivo e individual
- 2.1.5. Categorización formal de la experiencia
- 2.1.6. Alcances y beneficios

CAPITULO 3

ESCUELA COLOMBIANA DE BIODANZA. ESPACIO DE LO SIMBOLICO ORIENTADO A LA SALUD Y LA REALIZACION PERSONAL

- 1. La ambientación
- 2. Los participantes
- 3. Los modos y medios de acceso
 - 3.1. La seducción del modelo
 - 3.2. El consumo
- 4. Biodanza y el simbolismo de los actos
 - 4.1. Narración: socialización de la experiencia
 - 4.2. Intersubjetividad de la narración, transformación de las narrativas

CONCLUSIONES

BIBLIOGRAFIA

INTRODUCCIÓN

Esta investigación surgió en mi intento por hacer una aproximación al concepto de salud basada en alguna práctica representativa del sistema alternativo, en una época donde su estudio es de vital importancia debido a la inundación terapéutica y psicologización en que se a visto inmersa la sociedad, situación ligada a las implicaciones sociales que presenta. Desde hace un buen tiempo se vienen desarrollando esfuerzos desde diversas orientaciones de la antropología médica para enfrentar esta nueva situación, siendo la etnomedicina una de ellos, y la cual será utilizada para efectos de este estudio, aportando a su interés por el análisis del conocimiento experto y profano, los sistemas de creencias y los componentes simbólicos e interpersonales de la experiencia sobre la salud.

Se ha tomado al modelo de biodanza, el cual forma parte del tipo de propuestas que encajan en ese mercado de terapias corporales con contenido psicológico, vendidas en un lenguaje incomprensible a los lentes inexpertos frente a los conceptos manejados desde el contexto de la medicina alternativa. En este escrito se persigue el interés por comprender los propósitos de salud y bienestar desde la particularidad de los conceptos y las acciones que componen a la práctica de biodanza en representación del sistema médico alternativo. Conceptos y acciones teñidos por contenidos simbólicos y metafóricos, los cuales son sólo comprensibles desde el marco en el que se encuentran delineados, permitiendo una efectividad en sus maneras de operar. A lo anterior, se suma el interés por denotar el trasfondo social donde se inscribe la práctica de biodanza, transformando los agentes reguladores y estructurantes de la sociedad, afectando así los aspectos económicos – a un nivel de transformación en las formas de consumo-, ideológicos – por la modificación de las creencias personales-, y políticos – respecto a la dirección en que se ejerce el control-.

La biodanza es una práctica impregnada de formas simbólicas configuradas bajo la intención de introducir a las personas en un nuevo sistema de creencias y conocimiento. Un sistema de creencias sobre la salud que gira en torno a la integralidad, la naturalidad, el equilibrio, la autonomía, el conocimiento y control sobre sí mismo como elementos que deben ser tomados en cuenta en el propósito hacia la realización personal, hacia el crecimiento interior. Alcances que solo pueden ser conseguidos a partir de la experiencia personal desde la acción introspectiva, es decir, orientando la mirada hacia el interior de los individuos y sus acciones de manera individualizada.

Sin embargo, como se verá en el trabajo, la búsqueda por alcanzar estados saludables en relación con el crecimiento y realización personal, pese a ser una experiencia individual, se encuentra enmarcada dentro de un mundo social que la carga de sentido y contribuye a trasformarla. Por eso, los conocimientos, creencias y vivencias alrededor de la salud se transforman por acción de las ideologías pertenecientes a la biodanza, generando nuevas formas de vida, nuevas maneras de entender el mundo, y con él, las personas y su salud.

El objetivo de esta investigación consiste en hacer una aproximación a los mecanismos simbólicos presentes en la práctica de biodanza, constituidos como elementos orientados hacia el alcance de la salud, bajo un propósito social que apunta hacia el desarrollo y construcción de identidad del yo, enmascarado por lo que las prácticas alternativas llaman realización y crecimiento personal. Tal análisis puede ser desglosado a partir de la exploración de las narrativas que dan cuenta del sistema de creencias y experiencias personales frente a la salud y sus propósitos, en donde la danza es el mecanismo principal como elemento detonante para alcanzar estados de salud y bienestar con el consecuente logro de realización personal.

Como se verá, el sociólogo inglés Anthony Giddens nos aproxima al panorama que puede explicar el carácter social de la práctica de biodanza al condensar los rasgos característicos de los sistemas sociales de la modernidad reciente, en donde la vivencia personal desde cualquier medio de acción cobra vital importancia, influenciada por las instituciones de la modernidad. Como consecuencia, la influencia de las instituciones o sistemas relacionados con el campo de la salud conducen a una reformulación de los modos de vida y las crónicas de identidad del individuo que giran alrededor de un propósito por formar personas individualizadas, autónomas y seguras como representación de la salud, inculcado en parte por el sistema alternativo (y en particular la biodanza).

La temática de la salud guarda estrecha relación con el sueño anhelado de épocas anteriores: la autonomía y libertad concretadas en lo que hoy en día Lipovetsky da el nombre de individualidad adquirida a partir de un proceso de personalización. Un proceso que apunta al libre desarrollo de la personalidad por un proyecto de auto-realización y auto-conocimiento, a partir de prácticas configuradas por el alcance de la salud y el bienestar. Es decir, un seguimiento de prácticas orientadas a la experiencia de la salud a partir de una acción individual impresa de responsabilidad y reflexividad para el alcance de la realización personal.

El trabajo parte de la investigación etnográfica sobre un grupo de personas de frecuente asistencia a las sesiones de biodanza en el norte de Bogotá, motivadas por la inquietud de encontrar prácticas que satisfagan sus búsquedas personales, la búsqueda de ejercicios que dirijan la mirada al interior de cada individuo como medio para alcanzar la salud y bienestar. Una búsqueda asociada a la idea de encontrar un camino que conduzca hacia el crecimiento personal caracterizado por la autonomía, conocimiento y control de sí mismo. Así en la empresa por encontrar nuevas formas de alcanzar el bienestar y la

salud se a dado una consecuente revaloración de estos conceptos, en donde la experiencia personal y las explicaciones que desde allí se elaboran toman vital importancia.

Del ejercicio etnográfico se tuvo en cuenta las narrativas como una verbalización de los mecanismos simbólicos, que apuntan al logro de una realización personal y estados de salud y bienestar en los participantes de la práctica de biodanza. Narrativas que fueron transformadas paulatinamente con el correr de las sesiones, tendiendo a una incorporación del lenguaje formal de biodanza como se verá en el tercer capítulo.

Siendo yo misma sujeto y objeto de observación dentro del grupo focal, me siento en el compromiso de reconocer como esta etnografía de cierta manera se convierte en una especie de autobiografía, pero no precisamente por ser un documento que gira en torno a mi, sino por ser un documento que en parte proyecta mi propio impacto frente a la práctica de biodanza, una identificación frente a los demás asistentes respecto a una misma búsqueda, el producto de una indagación por la vida personal. De todas maneras, es preciso decir, que debido al carácter emocional con que se entra a estudiar el fenómeno de biodanza, y la ansiedad de abrirse a un lector externo, dificulta la escritura en pos de llegar a un análisis. Las implicaciones resultantes de este método aunque afirman alcanzar una objetividad por la subjetividad con que se expone la observación etnográfica, puesto que ningún dato y resultado ha partido de suposiciones, pienso de todas maneras que no dejan a un lado aquellas suposiciones en la interpretación de la observación sobre los otros y sobre sí mismo, en especial, por ser una fusión de los otros con el mismo observador, en donde los otros son significativamente mayores en edad. Aunque es un análisis de un grupo representativo de biodanza, es un análisis que está matizado de mi propia experiencia.

Finalmente, pese a que la aproximación al estudio de la salud desde la biodanza ha sido recreada desde la narración individual, es la socialización de la experiencia de los otros en conjunto con la experiencia personal lo que le atribuye un sentido social.

CAPITULO I

SISTEMA MEDICO ALTERNATIVO Y COMPLEMENTARIO: UNA OPCION PARA LA ATENCIÓN Y ENTENDIMIENTO DE LA SALUD

1. Sistemas médicos: nociones, creencias y conocimiento

Los diferentes sistemas¹ médicos forman parte de un conjunto de conocimientos y creencias relativos a las prácticas, hábitos y experiencias culturales y personales frente a la salud o enfermedad (Johnson and Sargent, 1990). Aunque todos persiguen el mismo objetivo, modificar algún aspecto del funcionamiento de las personas tal como aliviar el sufrimiento de los pacientes, mejorar la salud y proteger a la sociedad en general de las enfermedades, su especificidad viene a ser determinada de acuerdo a las diversos principios, supuestos, teorías y concepciones acerca de las causas de enfermedad, los criterios de diagnóstico, opciones de tratamiento, y los aspectos que a ello se asocian como por ejemplo las nociones sobre el cuerpo.

El punto de vista teórico y académico que compone a los sistemas médicos es complementado por los “modelos explicativos”, provenientes de la voz individual de los pacientes y el círculo en el que se desenvuelven, presentados como “nociones” informales ó de “sentido común” sobre la experiencia (percepción y vivencia), hábitos y prácticas personales sobre la salud y enfermedad (Kleinman, 1988; Kleinman en Levinson, 1996). Éstas nociones al socializarse con el conocimiento del profesional en salud, contribuyen a

¹ Para que un sistema médico pueda ser considerado como tal debe cumplir con ciertos requisitos, los cuales no deben presentarse necesariamente todos de manera conjunta, pero si en su mayoría. Entre los componentes necesarios está el poseer algún conocimiento particular (teorías, conceptos, supuestos) sobre el cuerpo y la persona, la salud y la enfermedad; desarrollar un plan educativo, componerse de subsistemas de asistencia médica; desarrollar medios para producir sustancias ó crear tecnologías para el nivel educativo asistencial; la existencia de organizaciones que regulen y promuevan las prácticas; un mandato legal que proporcione un reconocimiento oficial a los practicantes manteniendo unas normas mínimas de calidad y finalmente, aceptación de la comunidad a la cual se aplica el sistema médico. Así, como sistema médico puede hablarse de la biomedicina, la medicina alternativa, la medicina china, los sistemas indígenas tradicionales, entre otros, que cumplen con la mayor parte de éstos requisitos. (Micozzi, 2000)

la elaboración y desarrollo de principios, teorías y conceptos de los sistemas médicos, presentados en un lenguaje médico formal. (Kleinman, 1988; Micozzi, 2000).

Así, este lenguaje médico proviene de un plano tanto individual, -alude a la mirada que la experiencia imprime en cada sujeto en juego con sus creencias y relaciones personales- como colectivo – referente a la conjunción de varios modelos explicativos individuales-. Es decir, las creencias y experiencias individuales y colectivas contribuyen a componer la estructura de conocimiento constitutivo de cada sistema médico, resaltando la importancia de tener en cuenta la narración de cada individuo respecto a su experiencia. (Kleinman, 1988). Es de aclarar que en algunos casos, el correlato del paciente no es anotado con la subjetividad que es expresado, sino que más bien, es transformado en un lenguaje médico particular, objetivado². Luego, en la interacción paciente – especialista en salud, los modelos explicativos individuales pasan de nociones individuales de “sentido común” para transformarse ó traducirse en definiciones generalizadas sobre la salud y la enfermedad de acuerdo al sistema médico que se tenga por referencia. (Kleinman en Johnson and Sargent, 1990).

La conjunción de estas dos partes, es decir, de la experiencia(s) particular(es) con la mirada de aquellos representantes “especializados” en materia de salud (médicos, terapeutas, psicólogos, chamanes, entre otros) permite pensar el asunto en términos de estructura, en donde las partes al integrarse logran afectarse mutuamente. Así, lo subjetivo de la experiencia particular produce efectos en la mirada teórica y viceversa, actuando en pro de una situación total. Esta interrelación conlleva varias situaciones: por un lado, permite que exista una complementariedad entre las nociones subjetivas y la teoría para el entendimiento y tratamiento de la salud y la enfermedad dentro de un

² Como crítica a ésta posición, algunos autores como Perdiguero y Rivera, atribuyen la objetivación de la experiencia particular como una falta de humanización, puesto que es vista como una manera de generalizar la vivencia particular, una masificación de la experiencia olvidando la individualidad y particularidad de cada caso, centrando la atención más en la enfermedad que en el individuo.

grupo particular; segundo, se da un proceso de rectificación de la eficacia y legitimación sobre las creencias y conocimientos que sobre salud se tienen; por último, como se dijo en párrafos anteriores, se presenta un proceso de objetivación de lo subjetivo, lo cual significa que la experiencia personal es traducida, comprendida, aprobada y tratada dentro de un sistema particular. (Levi Strauss, 1958). En términos de Kleinman, consiste en una aprobación y comprensión de los marcos teóricos del sistema médico del cual forma parte el individuo, y de los modelos explicativos personales frente a los estados de salud y enfermedad.

De acuerdo a Lévi Strauss, la verificación y legitimación de la eficacia, para este caso de los sistemas médicos, se debe en primer lugar a que se comparte una misma creencia sobre algo dentro de la estructura paciente (s) - especialista. Al compartir una misma creencia, el modelo explicativo propio de cada individuo (paciente) y el marco teórico y conceptual de cada sistema médico (especialista como su representante) presenta una concordancia, legitimando cualquier explicación y tratamiento como real sobre todo aquello relacionado con los estados de salud y enfermedad, por tanto, es tomado como verdadero y eficaz. De ello se desprende que el análisis de la estructura para determinar la eficacia que lleva implícita en la manera de curar o tratar, ha de hacerse bajo una misma lógica interna y no respecto a los conceptos e ideas de otros sistemas médicos tomados como referencia para comprobar su eficacia. Un segundo punto es la incorporación de ciertos esquemas –concepciones sobre salud y enfermedad- desde el sistema médico hacia el paciente o la colectividad. Estos esquemas del sistema médico, son la base estructural para la explicación de ciertas experiencias personales que pueden tomar el carácter de objetivas y reales al ser sustentadas bajo el esquema que ha sido tomado como modelo teórico y conceptual sobre el cual se esté trabajando, induciendo una transformación en el individuo sobre su sistema de creencias frente a los estados de salud y enfermedad. Tercero, la confianza que tiene la colectividad sobre las creencias

permite que los sistemas sean legitimados otorgándole un componente de realidad a todo sistema médico dentro de su contexto particular. Cuarto, la existencia de un sistema de interpretación en donde la “invención” personal o todo lo subjetivo juega un papel fundamental, ordenando los diferentes estados de salud y enfermedad, desde el diagnóstico hasta la cura. Por último, la interpretación y transformación del individuo se hace a partir de desentrañar la simbología existente en las prácticas relativas a los sistemas médicos. Esto conduce a la construcción de un lenguaje particular que permite que los símbolos presentes en una práctica sean comprensibles y transmisibles no sólo a quien los padece, sino a la colectividad que lo rodea, lográndose así una comunicación paciente – especialista, paciente – colectividad, especialista – colectividad, mediante ritos, operaciones y símbolos. Luego, es hablar en términos de “eficacia simbólica” lo que hace válidos los mecanismos curativos de un sistema médico, puesto que induce transformaciones en los estados de salud y enfermedad de un individuo. (Levi Strauss, 1958).

La práctica y el lenguaje, dotados de una simbología que es compartida por toda una misma estructura, son comprensibles en la explicación de síntomas y aplicación terapéutica sólo si se es parte de tal estructura, un grupo particular o un sistema de relaciones específico en juego con un sistema de creencias. De lo contrario, tanto su comprensión como la validez de su eficacia curativa están en una posición incongruente puesto que no pueden ser explicados mediante su referencia a otro objeto o sistema. (Levi Strauss, 1958; Cassirer, 1973).

Hasta el momento se ha venido haciendo alusión al concepto de “sistema médico” de manera generalizada, con una breve descripción de los supuestos que ha de cumplir para que sea considerado como tal, la manera en que se compone desde su aporte individual y colectivo, y lo necesario para que sea válida su eficacia. Sin embargo, para los efectos

de éste trabajo, es preciso comenzar a ahondar de manera directa sobre el sistema medico alternativo, ya que es el sistema donde se ubica a la práctica de biodanza, eje de ésta investigación.

2. ¿Alternativo – Complementario?

El término alternativo presenta diversas connotaciones de acuerdo a la perspectiva desde donde se mire. En el sentido general de la palabra, autores como Perdiguero y Cassidy atribuyen el término alternativo a las diversas posibilidades que la persona puede contemplar para la atención de la salud y enfermedad. (Perdiguero, 2000; Cassidy, 2000). Así, todas las formas de curar, tratar, y entender al individuo en tales estados son tomadas por alternativas, desde las que le dan mayor peso a la subjetividad por la autocuración y autocontrol de acuerdo a habilidades desarrolladas por el propio individuo como por ejemplo la escucha interior (sensaciones, sentimientos, pensamientos), con “efectivos” resultados por lo que algunos llaman el efecto placebo, dando cuenta del poder de la mente; hasta aquellas completamente opuestas que someten al individuo a factores externos como los aparatos tecnológicos y productos de ingestión de naturaleza sintética. (Cassidy, 2000; Ferguson, 1985).

Aunque la anterior concepción del término alternativo -en el pleno sentido de la palabra - es completamente aceptable, de aquí en adelante será tomado desde un punto de vista más restringido en aras de facilitar su caracterización. El término alternativo es atribuido a todo sistema médico que se conserva al margen respecto al modelo hegemónico³ (Kleinman en Levinson, 1996, Sepilli, 2000), donde las prácticas de la medicina alternativa son definidas como un aporte de variada procedencia: *“Se trata de formas muy diversas y de muy diverso origen y de diverso grosor cultural...”* (Sepilli,

³ El sistema médico hegemónico alude a la biomedicina. También ha sido llamada medicina alopática, científica, racionalista, occidental y en algunos casos tradicional debido a que hay quienes le atribuyen el ser la más antigua. (Micozzi, 2000; Perdiguero, 2001; Ferguson, 1985).

2000). Estas provienen de una variedad de prácticas, creencias y conocimientos frente a la salud y enfermedad de tradiciones de oriente u occidente, ó de aquellas híbridas propuestas de naturaleza ecléctica. (Minsalud – OPS, s.f; OMS – PAHO, 1999; Haro, 2000).

Estas prácticas médicas alternativas son entonces de carácter tradicional en oriente como la medicina ayurvédica, la medicina china, la acupuntura o el shiat –su. En contexto occidental, están las de carácter tradicional indígena como el curanderismo, el parterismo, viejas tradiciones herbolarias o chamanismo, modificadas en algunos casos por contacto cultural. O como el resultado ecléctico visto en algunas terapias corporales que entre sus diversas técnicas se encuentran combinaciones entre lo tradicional, moderno, oriental y occidental. Respecto a este último, de manera superficial puesto que más adelante se trabajará con mayor detalle en el tema, se presenta el caso de la danza terapia donde toma elementos de danzas tradicionales, ciertos mitos y símbolos (conmemorando, rememorando y representando la creación de la vida, la sexualidad, fertilidad, la muerte y la mujer entre otros temas) en conjunto con modernas teorías fisiológicas, psicológicas y sociológicas; o la mezcla de prácticas meditativas orientales (Yoga, taichi, meditación budista) fusionado con técnicas de la danza moderna y contemporánea. Con esta variedad de posibilidades y combinaciones se exhibe un amplio abanico de prácticas y técnicas médicas que quizás sería inagotable e innecesaria anotarlas aquí.

Por último, el término alternativo se debe a que no ocupa una relevante posición dentro del “Sistema Nacional de Cuidado de la Salud” (OMS – PAHO, 1999), debido a su falta de universalidad y rigurosidad científica como aspectos que certifican su veracidad y confianza, además de razones ideológicas y políticas de acuerdo a cada estado nacional regulando que tipo de prácticas pueden ser implementadas de manera legitima dentro de

una “cultura médica nacional”.⁴ (Johnson and Sargent, 1990). Pese a la existencia de una burocrática legitimación, ésta no es necesariamente indispensable para considerar un sistema médico determinado impregnado de veracidad pues el aval que los pacientes le otorgan con su asistencia y recurrencia determina, aunque de manera informal en gran porcentaje de casos, su gran aceptación y consideración como legítimo en la atención de la salud. Una muestra de ello se da en los últimos tiempos, donde la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización Panamericana de la Salud (PAHO) han considerado la situación de la amplia aceptación de las prácticas alternativas por parte de la sociedad para incorporarlas dentro de sus marcos institucionales, proporcionándoles un mayor valor de profesionalización y legitimación al estar mundialmente reconocidas por estas organizaciones. (OMS – PAHO, 1999). En el caso colombiano, desde 1990 el uso de plantas medicinales se ha considerado como una práctica completamente legal. Dentro de la legislación del “sistema médico nacional” también está el caso de la medicina osteopática como aquella que manipula los huesos, músculos y articulación dentro del tratamiento; homeopática referente al tratamiento de las enfermedades mediante la administración de sustancias provenientes de plantas; ó la quiropraxia quien entiende la salud y enfermedad en términos de comunicación entre el cerebro y los órganos del cuerpo, donde la acomodación de vértebras juega un papel fundamental pues es la que permite que fluya o se interfiera el flujo de energía que se transmite de un lugar a otro (Minsalud – OPS, s.f). En la actualidad, el número de prácticas aceptadas legalmente sobrepasa en número significativo a las anteriores, lo cual implica una reacomodación en el sistema de creencias tendientes a una flexibilidad sobre las propuestas alternativas que se salen de la estructura de conocimiento a la cual se estaba acostumbrado a recurrir en cuestiones de asistencia salubre. Es decir, se ve

⁴ De acuerdo a Johnson y Sargent, por “Cultura médica Nacional” se entiende en primer lugar, como el área nacional donde compiten los diversos sistemas médicos de acuerdo a su nivel de profesionalización (de acuerdo a su validez universal, reconocimiento, estatus); segundo, es tomado como el producto de las diferentes formas en que la gente expresa la salud y sus soluciones; por último, se organiza de acuerdo a una política nacional ó un Sistema Nacional del Cuidado de la Salud.

como ha incrementado la acogida sobre las prácticas que trabajan de acuerdo a nociones de integralidad del ser humano (planos energético, emocional, físico, mental y espiritual), regreso a lo natural y énfasis en lo subjetivo (temas que serán trabajados más adelante), sobreponiéndose en algunos casos sobre la visión cientifista, universalista y objetivada de la biomedicina. Sin embargo, el hecho que sea reconocido de manera institucional – OMS – PAHO – y por parte de la sociedad que las acoge, no implica que estén contempladas dentro de un sistema de seguridad social, de ahí que aquellos quienes asisten a cualquier práctica alternativa para el cuidado de la salud, deban costearlo sin ayuda del estado.

Por lo anterior, de manera inherente se alude una reacomodación sobre los modelos explicativos respecto a las experiencias individuales sobre salud y enfermedad, agregando algunas veces, causas emocionales y energéticas a los casos en donde sólo se pensaba en términos fisiológicos y mentales. Así, las prácticas, hábitos y el lenguaje a su vez se ven modificados para entrar en concordancia con las nuevas concepciones o teorías que se ha optado por incorporar dentro del sistema de creencias personal, y la atención de la salud entra a efectuarse bajo un énfasis de lo subjetivo, desde un plano simbólico como legado de aquellos sistemas tradicionales de oriente y occidente que operan bajo esta lógica.

2.1 Componentes del Sistema Médico Alternativo

La complejidad de cada sistema médico reúne diferentes puntos de vista, subespecialidades y diversos tipos de práctica. Pese a su complejidad cada sistema médico enfatiza en determinados aspectos, con lo cual, es evidente que no abarca la totalidad del conocimiento. Por ejemplo, la biomedicina ha logrado grandes éxitos y profundas explicaciones, sin embargo, ha sido criticada por su falta de humanidad al dejar a un lado aspectos socio culturales y emocionales en su abordaje. Aunque resulta

ser una opinión bastante radical puesto que dentro del sistema biomédico existen áreas concernientes a la atención de éstas supuestas falencias, es principalmente bajo éste comentario que se ha postulado el sistema alternativo y sus diversas sub-especialidades y técnicas como un modelo opcional de atención que promueve ver al ser humano en su totalidad (sin escindir cuerpo y mente), en conjunción con su medio ambiente y cultura. Sin embargo, no por ver al ser humano en su totalidad, da por hecho que es capaz de solucionar todo tipo de síntoma, malestar o enfermedad que concierne al individuo.

Los marcos que determinan a los sistemas médicos marcan su especificidad en ciertos puntos fundamentales estrechamente relacionados con la concepción que se tiene sobre la enfermedad, la salud, el cuerpo y los sujetos. Por un lado, en algunos sistemas médicos como el biomédico, las causas de la enfermedad tienen predominancia sobre factores externos al individuo como lo son los agentes patógenos provenientes del medio ambiente o de la relación con las demás personas, sin dejar a un lado con ello el componente interno marcado en lo fisiológico y mental de algunas enfermedades como por ejemplo, aquellas de carácter psiquiátrico activadas por alguna deficiencia a nivel neurológico. En otros sistemas médicos como el alternativo, las causas de la enfermedad son atribuidas en mayor medida a causas internas como factores emocionales ó un desequilibrio a nivel energético, además de las causas fisiológicas y mentales, las cuales repercuten sobre la totalidad del individuo, ya que él es entendido como ser integral en donde todos los planos que lo componen se hallan interrelacionados. En el caso de atribuirse a causas externas, se refiere a la interrelación con las demás personas generando desajustes emocionales en primera instancia y afectando así los demás planos que integran al individuo. Tal es el caso del rompimiento de una relación amorosa con efectos depresivos, físicos y mentales sobre alguna de las dos partes. Otras veces, las causas de la enfermedad pueden ser atribuidas a un carácter de hechicería encontrando solución solo por los mismos mecanismos de brujería. En cuanto a la forma de intervención, algunas

prácticas son considerados de carácter invasivo introduciéndose en el cuerpo por medio de implantes, ingesta o inyecciones de sustancias, mientras que la propuesta del sistema médico alternativo se ocupa de la salud, evitando este tipo de acciones, contemplando más bien una manipulación en el plano emocional y energético, considerado por sus practicantes como más profundo y efectivo debido a que se ataca la “fuente” del problema, o simplemente porque a través de la atención en estos planos, la enfermedad se asume de manera distinta en los casos donde no existe cura desde ningún sistema médico. Su intervención utiliza medios “naturales” como esencias, gotas homeopáticas, productos naturales; manipulaciones donde trabaja el cuerpo sobre el mismo cuerpo (automanipulación) u otro cuerpo, y el énfasis sobre los contenidos simbólicos y metafóricos tanto en las acciones como en las narraciones. (Ferguson, 1985; Micozzi, 2000; Kleinman en Haro, 2000)

Luego, partiendo del hecho que cada sistema de asistencia médica se delinea de acuerdo a ciertas nociones, concepciones y principios particulares, el sistema médico alternativo se especifica por un conjunto de características, el cual se encuentra en la generalidad de las prácticas que componen el sistema en cuestión, presentadas con mayor detalle a continuación de acuerdo a la siguiente categorización: el carácter holístico, la valorada subjetividad, su matriz socio cultural, el regreso a lo natural, la noción de equilibrio y su carácter simbólico y metafórico como aspectos claves para el entendimiento, tratamiento y explicación de los estados de salud y enfermedad (Kleinman en Haro, 2000, Ferguson, 1985).

2.1.1 El carácter holístico, en busca de la salud integral.

El postulado principal contenido dentro del panorama de la medicina alternativa ha trascendido el marco mecanicista que entiende al ser humano fragmentado en partes y dentro de ello su funcionamiento como sano o enfermo en analogía a una maquinaria

descompuesta. En contraposición se constituye como una opción para el cuidado de la salud desde una perspectiva “holística” abarcando los planos físico, mental, psíquico, espiritual, emocional y energético, existentes en constante interacción e interdependencia y considerados los pilares básicos sobre los que se edifica el lema “salud integral”. (Ferguson, 1985; Micozzi, 2000; Kleinman en Haro, 2000). Esta concepción holística de la salud puede ser explicada desde el pensamiento sistémico⁵ ó ecológico⁶, surgido en la primera mitad del siglo XX, marcado a su vez por cierta influencia orientalista⁷. Ambas corrientes, tanto la ideología oriental como el conocimiento occidental del pensamiento en desarrollo, han entendido el mundo como un todo “integrado” más que como la suma discontinua de partes difícilmente comprendidas de manera escindida. Sin embargo, cuando se habla de sistémico o ecológico alude a un sentido más amplio donde el individuo de manera integral está inmerso en un entorno natural y social. (Capra 1996). Podría decirse que el pensamiento sistémico se presenta como la explicación occidentalizada sobre lo holístico, la noción de equilibrio y autoorganización, emergentes de diversas disciplinas que luego dieron paso a la teoría sistémica. Entre ellas está la biología quien observó a los organismos vivos como totalidades integradas en perfecta armonía y equilibrio dentro de la naturaleza, existentes por la autoorganización como por ejemplo la multiplicación celular y su agrupación en organizaciones cada vez más complejas: órganos, tejidos, sistemas y entorno social; o la psicología de la gestalt entendiendo el todo como integración de partes interrelacionadas, siendo el todo más que suma de las partes, es decir, las experiencias personales agrupadas en conjuntos significativos.

⁵ La palabra sistémico proviene de sistemas entendido como un todo integrado que mantiene relaciones interdependientes entre sus partes.

⁶ Asociado con un movimiento llamado “ecología profunda” que ve de manera integrada a los seres humanos con la naturaleza desde una concepción espiritual, es decir, un modo de conciencia que desarrolla el individuo el cual consiste en un sentimiento de pertenencia y conexión con el cosmos como una totalidad. (Capra, 1996)

⁷ Varios pensadores de la época de diversas disciplinas, desarrollaron investigaciones a la luz de tradiciones místicas de oriente. Como por ejemplo esta Frijol Capra, físico; Ken Wilber y Eric Fromm en la psicología, y así sucesivamente en el área de la medicina, la política, entre otras, representadas por los personajes que buscaron (y lo siguen haciendo) entender el mundo desde unos lentes integracionistas y “espirituales”. La influencia de lo oriental también se presenta de manera directa hacia el sistema alternativo.

En la medida que los planos o partes se disocian en elementos aislados, conducen a una ruptura del equilibrio dentro de un sistema o totalidad, similar a lo que ocurre con la naturaleza la cual permanece en armonía por la interrelación e interdependencia de sus partes, en donde la alteración de un elemento (agresión a la capa de ozono) puede afectar la totalidad. (Capra, 1996). De esta manera, por la funcionalidad de los planos de manera relacional tanto en un carácter de causa de la enfermedad como de factor contribuyente al alivio de la misma, la alteración en uno o algunos de ellos conlleva a un “desequilibrio” en el individuo, o por el contrario, a estados de salud y bienestar:

“Esta concepción del mundo considera que todas las cosas están conectadas por una red de relaciones, e interpreta la forma en que las personas, las cosas y la energía interactúan y la manera en que estas interacciones pueden mejorar el conjunto”. (Micozzi, 2001:37).

Como ejemplo están los malestares atribuidos a factores emocionales que a su vez son causados por razones externas al individuo tal como el producto de una relación amorosa. La manifestación del malestar se puede evidenciar en un plano físico con alteraciones por ejemplo sobre el aparato digestivo como descontrol alimenticio y funcional; sobre el plano energético produciendo un desnivel sobre algún centro energético o “chakra” como lo llaman en la literatura especializada sobre el tema. Y en lo mental, contribuyendo quizás al auto-concepto de persona, o en la influencia que presenta sobre la irregularidad digestiva. De la misma manera, la atención a alguno de los planos en mención, conducirá al individuo a una regulación en su conjunto. Es preciso resaltar que la medicina alternativa promueve este tipo de atenciones desde la subjetividad, acarreando una modificación tanto dentro de la misma persona como en sus relaciones con los demás, controlando así, estados de malestar y enfermedad.

Luego, se ve como el principio holístico involucra no solo una comprensión integral dentro de la persona sino respecto a su contexto en general, en donde el individuo dentro de

una “matriz socio cultural”, es afectado, analizado y comprendido, mas no curado, puesto que es un trabajo delegado a la responsabilidad y capacidad de cada uno. De ahí, la importancia que cobran los temas sobre las relaciones sociales, la relación del individuo con su medio ambiente, y el mismo individuo como relevantes dentro de la concepción alternativa de la salud, bajo la condición de sentar la mirada sobre el sujeto como elemento central, luego sus relaciones y el medio que lo rodea. Como dice Kleinman, *“el mundo social está en permanente conexión con la propia experiencia (...) la estructura social es una parte integral de la propia experiencia y las fantasías y emociones son parte integral del mundo social”*, (Kleinman, 1988:40), por lo tanto, no se puede entender al individuo desligado de su contexto, puesto que la experiencia de cada quien está inscrita en una matriz socio cultural que la forma y le otorga sentido. Es por eso que el conocimiento que se tiene del cuerpo, la salud, la enfermedad, la acciones desatadas por las relaciones con los otros, los hábitos y las mismas creencias dependen de categorías sociales como las religiosas, políticas, económicas, morales, ideológicas (como por ejemplo la influencia de prácticas alternativas) entre otras; a la vez que éstas se determinan por las mismas experiencias personales en la medida que contribuyen a la construcción de un discurso, que para el caso es de carácter médico.

Por lo anterior, aunque se asigne a la matriz socio cultural gran influencia sobre el individuo, en el contexto contemporáneo, a partir de diversidad de prácticas como las alternativas, se hace evidente el énfasis puesto sobre el individuo. Estando en una época de “individualismo” y “personalización” como lo llama Lipovetsky, se marca la importancia que se le da a las experiencias del individuo, dirigiendo la mirada hacia el cuerpo y sus sensaciones, emociones y sentimientos. En resumen, es una orientación hacia el ámbito íntimo bajo el propósito de encontrar la felicidad, la salud y el bienestar por el desarrollo personal promovido desde la subjetividad y el abandono de los asuntos colectivos. (Béjar,

1993). Sin embargo, aunque hay un énfasis sobre los asuntos individuales, lo social se encuentra determinados por las acciones, cambios y desarrollo individual.

2.1.2 La valorada subjetividad

La realización del individuo a partir de considerarlo foco de atención se ha constituido como un nuevo mecanismo de organización y control de la sociedad, sacando a los individuos de los marcos modernistas disciplinarios, democráticos, universalistas e inflexibles para pasar a unos nuevos donde el control y ordenamiento de la sociedad se promueve desde el individualismo (propósito dibujado desde la época moderna pero que no había sido realizado de forma totalizada) y el consecuente reconocimiento de la subjetividad. Aunque se mantengan ciertos rasgos de la modernidad como la disciplina y control, esto se ejerce desde la propia subjetividad y no mediante reguladores externos al individuo como la iglesia o el estado. Luego, él se ha convertido en el centro decisorio para la regulación de la vida personal y como consecuencia de ello, de la esfera social. (Lipovetsky, 1986; Béjar, 1993).

El cultivo de la individualidad y subjetividad ha tenido como una de sus estrategias la permanente “psicologización” de la vida cotidiana, que por medio de multiplicidad de prácticas psicoterapéuticas y corporales con fondo terapéutico inculcan en los individuos el interés por la búsqueda de crecimiento interno basado en la auto-aceptación, auto-conocimiento y auto-desarrollo desde la constante auto-observación. (Lipovetsky, 1986; Béjar, 1993). Es así como la finalidad de las prácticas psicoterapéuticas se ha modificado pasando de una limitada población con características patológicas, para abarcar la totalidad de la sociedad o por lo menos a aquella fracción que posee las condiciones materiales para tener acceso a ellas. Por ello, ya no solamente se limita al tratamiento de patologías de la personalidad ó cualquier situación clasificada bajo parámetros de anormalidad, sino que ha ampliado sus horizontes interesándose en

mayor medida sobre lo más sano del individuo, bajo el propósito de contribuir al desarrollo y realización personal, a la vez que a una planificación de la propia vida a partir de la reevaluación de su herencia psicológica del pasado. (Giddens, 1994).

Con el cambio en los propósitos de la terapia, los significados sobre la salud y enfermedad son revalorados. Por un lado, en algunos casos, éstos son determinados de acuerdo a la experiencia vivida por cada individuo; por el otro, se entienden a la salud y bienestar representados por el éxito, el amor, la ausencia de ansiedad y el desarrollo de los “autos”. Estados ideales conducentes a la realización personal. (Béjar, 1993).

La visión de centrarse en el individuo lo encadena a hacerse responsable de su propia salud. -Es de aclarar que no es algo que suceda únicamente en el contexto de la medicina alternativa, sino también compete a la biomedicina.- Desde aquí se entiende la enfermedad como *“un estado de anormalidad al que no se llegaría si se tuviesen hábitos razonables y se ejercitasen las virtudes de la salud: disciplina, temperancia, contención, regularidad, moderación.”* (Pedraza, 1999:181). Luego, el sujeto posee el control y la decisión sobre cómo orientar sus prácticas, hábitos y la adhesión a creencias en pro de su salud.

Siendo el foco de atención, se considera la esponja de todos los males sociales y es a partir de él que se puede llegar a una solución (Ferguson, 1994), bajo la premisa de observarlo (se) sin necesidad de escindirlo en sus partes, sin desligarlo de su contexto, y con una consecuente toma de conciencia⁸ tanto de sí mismo como del medio en el que habita.

⁸ Cuando se habla sobre toma de conciencia, se alude al pleno conocimiento y responsabilidad que el sujeto empieza a tener por los propios actos que lo influyen tanto a él como al medio que lo rodea.

El telón de fondo que explica el trabajo hacia una realización personal en pro del bienestar puede ser explicado a partir de dos componentes estrechamente relacionados con la subjetividad: la individualidad lograda a partir de un proceso de personalización y la construcción de una identidad del yo.

2.1.2.1 Proceso de personalización: canal para la realización personal

La “inundación terapéutica” a la que se ha visto expuesto el individuo como producto de la psicologización de la sociedad, apunta al desarrollo de la individualidad, en donde el valor de la responsabilidad y la autonomía cobran vital importancia. Se cultiva en ella un interés por el cuidado conciente del propio cuerpo a partir de la selección de alimentos, eliminando aquellos perjudiciales para la salud (comida no orgánica, carnes rojas, agua sin tratar), práctica de ejercicios, eliminación de hábitos perjudiciales para la salud (alcohol en exceso, cigarrillo, drogas), la asistencia a prácticas que despierten y desarrollen la espiritualidad y la estimulación para potenciar el trabajo sobre diversos “autos” como el incremento de la autoestima, autocuración, auto observación.

El seguimiento de tales prácticas le aseguran al individuo un estado de salud y bienestar, que en el caso de incumplirlas, la responsabilidad está puesta solo en él.

Las opciones presentes para la realización personal son reflejo de una nueva etapa de individualidad y autonomía del sujeto que Lipovetsky va a atribuir a un “proceso de personalización”. Este es tomado como un cambio en los modos de vida, las creencias y los roles que apuntan hacia el desarrollo personal y la conformación de una nueva personalidad por el libre despliegue de los deseos y el placer. En aras de facilitar tal propósito, como un camino, se presenta un amplio abanico de posibilidades pertenecientes a las diversas manifestaciones del movimiento alternativo en salud, desarrollando nuevos valores como el hedonismo, la sinceridad, la libre expresión y el psicologismo que

se alimenta de una permanente expurgación del yo, trabajando en pro de encontrar la propia identidad, y no aquella que universaliza y asocia para motivar acciones sociales e individuales. El valor cardinal es entonces: el individuo libre y su derecho a la realización personal en donde lo importante es ser uno mismo bajo la afirmación de la propia identidad. (Lipovetsky, 1986).

Este autor le va a dar el nombre de “narcisismo” al individualismo que contempla como totalizante, puesto que lo ve como la sobre-valoración de las cuestiones subjetivas a las cuales se pone mayor carga emocional, en función de la realización personal, marcando así una indiferencia hacia las formas colectivas. (Lipovetsky, 1996). De acuerdo a Lash, la razón por la cual se da la focalización hacia el sujeto se debe a una pérdida de fe en el intento de controlar el entorno social, marcado por un carácter apocalíptico y en crisis. Por ello, las personas se repliegan sobre sí mismas en una acción que llama de supervivencia, bajo el propósito de atender las cuestiones puramente personales como la mejora del cuerpo y el psiquismo, debido a que lo social se ha salido de las manos. (Lash citado en Giddens, 1991; Lash citado en Lipovetsky, 1996).

Sumado a lo escrito en el párrafo anterior, el narcisismo al cual hace mención Lipovetsky se alimenta entonces de estrategias que prometen la salud física y psicológica, puestas a la orden para conformar una identidad donde el sujeto se preocupa y reconoce a sí mismo más que sobre los otros. Algunas de las estrategias para tal fin son guiadas por encuentros psicoterapéuticos que en razón de su carácter personalista refuerza en el individuo el carácter narcisista debido a que en esos espacios cada individuo es considerado el centro de atención. (Lash citado en Giddens, 1991)

Sin embargo, una reinterpretación del mito original donde Narciso no tiene mayor contemplación y referencia que él mismo, ó lo que es igual, a su imagen reflejada sobre un

lago, muestra una aparente asociación e identificación con lo colectivo. En realidad existe cierta reafirmación de sí mismo no solo desde el propio sujeto, sino en referencia a unos iguales a él quienes son el reflejo de la imagen que “narciso” quiere para él. Este reflejo han de ser personas afines a él, ubicados en colectivos de intereses similares, lo cual conduce a Narciso a integrarse o pertenecer a un grupo en donde encuentra personas con sus mismas inquietudes, vacíos, angustias y necesidades. Pese a esto, no se entiende como una identidad hacia un grupo de intereses similares, sino más bien, un interés hacia la construcción de una identidad personal mediante el establecimiento de un “narcisismo colectivo”, en donde el sujeto se ve reflejado sobre aquellos otros que hacen las veces de espejo para alimentar, confirmar y halagar al propio yo. (Lipovetsky 1996).

En estos espacios de asociación de similares narciso se siente en la intimidad de su yo con el reflejo de quienes reproducen su imagen. Espacios que le dan confianza y permiten la liberación mediante la expresión de su experiencia a través de un lenguaje que puede ser verbal y no verbal (como el contacto, las caricias, el llanto). Lo colectivo se constituye en *“un espacio para solucionar sus problemas mas íntimos desde la posibilidad de manifestar un discurso en primera persona”* (Lipovetsky, 1986:15), el de su propia experiencia. Pero según éste autor, tanta expresión subjetiva conduce a un vacío que se queda en el decir por el decir, pues nadie mas en el fondo esta interesado por la colectividad y sus contenidos narrativos sino por el diálogo de si mismo que se ve reconfirmado en el diálogo de un grupo. Es el *“...derecho y el placer narcisista a expresarse para nada, para sí mismo, pero con un registrado amplificado por un médium...”* (Lipovetsky 1996: 15).

2.1.2.2 Estructuración de una Identidad del Yo

El segundo componente que forma parte del trabajo de realización personal ó del “salir adelante” desde la subjetividad, apunta hacia el desarrollo de una identidad del yo, -el cual tiene como elemento detonador a la angustia existencial- caracterizada por un afán de encontrar una manera de conocerse, comprenderse, tener un control sobre todas las situaciones, y el desarrollo de una fe y confianza para ser y estar en el mundo –como propósitos de la salud alternativa-. Durante el proyecto de realización personal, el individuo pasa por una serie de “crisis” a lo largo de su trayecto de vida que lo conducen por dos caminos completamente opuestos pero complementarios al mismo tiempo: el daño de su seguridad y bienestar por un lado, y el posterior desarrollo personal y la felicidad por el otro apuntando a un encuentro consigo mismo para el desarrollo de la personalidad, y forjando así, un nuevo sentido de identidad del yo, en cierta medida, desde la atención a cuestiones relacionadas con la salud y enfermedad –prácticas, hábitos, nociones-. Luego, se presentan una serie de elementos que parten del trabajo individual (con algún aporte institucional como se verá más adelante) conduciendo al individuo a cierta seguridad para ser y estar en el mundo de manera independiente encaminándolo a *“una comprensión ontológica de la realidad exterior y de la identidad personal”*. (Giddens, 1991:67). El individuo entra en un proceso de desarrollo personal que apunta al conocimiento, control y seguridad de sí mismo y del medio en el que habita, alcanzando así estados de salud y bienestar.

La angustia que circunda al individuo está categorizada en cuatro tipos de “cuestiones existenciales” de acuerdo a como lo anota Giddens. El primer tipo alude a la existencia misma del individuo frente a una lucha constante del ser contra el no ser, cuestión que encuentra salida a partir de las actividades que lleva a cabo de manera cotidiana, mediante los hábitos, prácticas y el contacto con los otros, que en la medida que se convierten en rutinas otorgan control y seguridad al individuo dejando a un lado la

angustia pues se establece cierta estabilidad personal y social al organizar la vida misma y el entorno, distinguiendo su ser de su no ser. Un segundo tipo se refiere a la finitud de la vida humana siendo determinante el aspecto temporal que opone la duración de la vida humana a la infinitud temporal o eternidad, lo cual conduce al individuo a entrar en conflicto en la medida que es conciente de su mortalidad, de su existencia de no ser. Un claro ejemplo de ello es la muerte. La tercera cuestión se refiere a la existencia de los otros manteniendo una relación con el yo de carácter constructivo. Aquí, el aprendizaje e interpretación de las cualidades y acciones de los otros está ligado a la exploración del sí mismo por el conocimiento de las emociones y experiencias dadas en las primeras etapas de vida durante la interacción con los demás, conducentes a posteriores sentimientos de identidad y conciencia del yo. Luego la subjetividad deriva de la intersubjetividad. Se constituye en un problema de tipo existencial en la medida que la relación con los otros y el conocimiento sobre ellos involucra un componente de confianza, permitiendo una seguridad para la experiencia del mundo externo en donde se entra en un proceso activo de organizar una interacción social predecible, y el logro de un sentido de identidad del yo. Por último está la cuestión existencial referente a la identidad del yo entendida como aquella biografía recopilada a lo largo de una trayectoria de vida en relación con los marcos institucionales de la modernidad (como ejemplo está el matrimonio). A través de tal trayectoria, el individuo en pro de su identidad intenta solucionar desde la "reflexividad", es decir, desde una revisión continua de los propios actos, pensamientos, creencias y la interacción con los demás, no necesariamente en situaciones de crisis, aquellos interrogantes de tipo existencial como quién se es y qué hacer, en función de organizar y modificar aspectos de la vida personal afectando con ello el universo social; trabajo que es realizado en colaboración con los flujos de información social y psicológica acerca de los posibles modos de vida. Es de resaltar que la identidad del yo no es solo la recopilación de hechos dentro de una crónica particular, sino que estos deben darse de manera conciente (refleja) en cada individuo.

En éste proceso de construcción de identidad el yo se constituye en el proyecto central, prestando atención a todo aquello que sucede en él y en su relación con el mundo exterior, siendo el yo modelado por las instituciones de la modernidad y a la vez estas modeladas por el yo. De esta manera, en colaboración a tal proyecto, existen ciertas estructuras llamadas “sistemas abstractos” los cuales se dividen en “sistemas expertos” y “señales simbólicas”. Por sistemas abstractos Giddens entiende como aquellos sistemas que intervienen en el orden social y en la formación y continuidad del yo, extendiéndose a todos los aspectos de la vida social (salud, educación, transporte, construcción). De manera concreta, los “sistemas expertos”, son aquellos que emplean conocimiento técnico para influir en la estructuración de la vida de las personas y su propia identidad. Estos pueden ser de carácter puramente tecnológico como lo es el conocimiento de científicos ó ingenieros; o puede presentar un carácter más social en relación con la intimidad del yo y las relaciones sociales. Como ejemplo de la vinculación más característica entre los sistemas expertos y el yo se halla la aparición de todo tipo de terapias y asesoramiento, constituidas en medios para hacer frente a nuevas angustias presentes en la trayectoria de vida, y en medios de expresión del yo, en función de ayudar a componer la estructura de la identidad por medio de la “reflexividad” que éstas prácticas inducen: *“La terapia es un sistema experto profundamente implicado en el proyecto reflejo del yo: un fenómeno de la reflexividad de la modernidad”*. (Giddens, 1991:228). En la medida que el individuo se analiza e interpreta en situaciones de vida de manera reflexiva – a partir de mecanismos terapéuticos-, va estructurando su identidad del yo alrededor de acciones encaminadas al logro de la salud y bienestar.

Es entonces como la relación que se crea entre la experiencia individual y los sistemas expertos conducen a una readaptación y adquisición de nuevos conocimientos y destrezas que contribuyen al proyecto reflejo del yo, en donde, el individuo, por medio de la

adhesión a ciertas prácticas y creencias, constantemente se esta examinando para sumar o eliminar elementos de su ser con el propósito de colaborar en la estructuración de una identidad del yo -alrededor de nociones de salud y bienestar-. Luego, en la estructuración de la identidad tanto la “conciencia refleja”, es decir, el conocimiento y control propio que se tiene sobre los actos, como los sistemas expertos que contribuyen a inducirlos, juegan un papel fundamental.

Respecto a las señales simbólicas, son los medios de cambio de valor estándar, intercambiables en una pluralidad de circunstancias como el caso del dinero.

Para Giddens, ambos tipos de sistemas en la interacción con el individuo dependen de la confianza, o lo que equipara como igual, de la fe que se presenta de por medio, provenientes de marcos cognitivos referentes a la aceptación de grupos, personas o sistemas de manera conciente – inconsciente, y de marcos emocionales relacionados con sentimientos de esperanza, coraje. Esta confianza relacionada con las cuestiones existenciales se elabora desde las primeras etapas de la niñez en donde se llamará “confianza básica”, la cual parte de las relaciones con los primeros cuidadores y determinando posteriormente en la vida adulta la confianza sobre situaciones en relación con los demás o con los sistemas expertos, vinculados con la seguridad psicológica de los sujetos (se pierde la angustia, entendida ésta como tensiones emocionales formadas inconscientemente, expresando peligros internos más que amenazas externas) y la estructuración de la identidad del yo. Así, la confianza en relación con los sistemas abstractos sustenta multiplicidad de decisiones que son tomadas de manera conciente e inconsciente en aras de orientar las diversas posibilidades de acción, determinando reacciones de aceptación o rechazo hacia algunos sistemas expertos. Como ejemplo, en el paso de un tipo de sistema médico a otro determinado se da un cambio de fe, además

de una muestra de confianza hacia un sistema médico sobre el cual se puede desconocer su manera de operar, su eficacia y legitimidad.

Desde el punto de vista del consumo, una manera de moldear la realización personal y desarrollar la identidad del yo puede ser explicado desde la adhesión a ciertos sistemas expertos, en donde las ofertas alternativas de la salud entran así en una nueva forma de consumo y contribuyen a componer y dar forma a la estructura de la existencia misma. Velas, inciensos, aceites, ángeles, libros de Nueva Era, alimentos alejados del tratamiento pesticida, multiplicidad de prácticas corporales y meditativas, música, piedras y cristales, son algunos objetos que se ofrecen de manera seductora para reforzar o encaminar hacia una “revolución interior” que busca la realización personal por el bienestar. Sin embargo, es un logro que no está exento de peligro y riesgo en el que puede caer el individuo puesto que se puede convertir en una pérdida de límites representados en el consumo excesivo: *“el consumo de conciencia se convierte en una nueva bulimia: yoga, psicoanálisis, expresión corporal, zen, terapia primal, dinámica de grupo, meditación trascendental”*. (Lipovetsky, 1986:54). En ello, el sujeto cae en una seducción continua que ofrece el consumo para la propia existencia, matizado en multiplicidad de ofertas inundadas de psicologismo, sensorialidad y naturalidad, que invitan al individuo a la libertad de escoger entre mayores opciones y posibilidades. Una seducción que tienta e invita no sólo al consumo de productos cualquiera que éstos sean, sino específicamente, a un consumo de tipo hedonista y narcisista, es decir, un consumo en busca de la complacencia de sí mismo y para sí mismo, ofrecido como un refuerzo para la realización personal y la consecuente construcción de una identidad del yo. (Ibíd., 1986).

Sin embargo, la forma material en que se presentan las terapias alternativas es sólo una parte de la estructura que da forma a la opción de explicar, comprender, atender y

“ofrecer” las alternativas en salud, con el consecuente objetivo de alcanzar la realización personal o el “salir adelante”. El otro lado lo compone la ideología particular de cada práctica que se gesta para la satisfacción de los requerimientos en la atención médica. Y aunque todas siguen los mismos componentes presentados en líneas anteriores, cada práctica terapéutica construye un particular marco teórico y metodológico que le da forma y consistencia como se verá en los siguientes capítulos, los cuales hacen referencia a una de las maneras de trabajar desde el sistema alternativo como lo son las prácticas corporales, específicamente, la práctica de biodanza en relación a la subjetividad (individualidad, identidad del yo, realización personal) que es estimulada a partir del trabajo sobre la experiencia personal frente nociones y prácticas sobre la salud y enfermedad, malestar y bienestar.

2.1.3. Salud integral. Estado de equilibrio natural.

La idea de contemplar al ser humano en su totalidad no es nueva y limitada a los sistemas médicos alternativos, sino que tiene sus vertientes desde la visión oriental, la filosofía tradicional ó de vertiente occidental como el pensamiento sistémico explicado en párrafos anteriores, influyentes en la manera de concebir el mundo, el individuo y sus estados de salud y enfermedad.

De acuerdo a Gadamer, desde la Grecia antigua, el tratamiento del individuo no era concebible sólo desde el plano físico, sino que debía incluir el tratamiento del alma, no siendo aún con esto suficiente. Es decir, el tratamiento era casi imposible sin el conocimiento del “ser en su integridad” que al ser traducido al griego: *hole ousia*, también es equivalente a decir “el ser sano” (Gadamer, 1996). De manera similar sucede con el sistema médico alternativo, por lo tanto, cuando se habla de integridad se podría asumir implícitamente el concepto de salud, agregando al concepto de integridad no solamente la apreciación de los planos que componen al individuo (mental, corporal, espiritual,

energético, emocional), sino además su relación con el entorno que también lo determina. Sin embargo, el hablar solamente en términos de integridad no implica un consecuente logro de la salud, puesto que el concepto de “equilibrio” ha de tenerse también en cuenta para hablar de un estado saludable. Este nuevo concepto desde los parámetros de la medicina alternativa, alude a la conjunción de los diversos planos que se hallan en completa estabilidad o armonía, tanto al interior de cada individuo (corporal, mental, energético y espiritual) como a su equilibrio dentro de la sociedad. Si algo falla o falta, podría decirse que se empieza a enfermar o entra en “desequilibrio”. Claro está que la enfermedad sólo se hace evidente en la medida que algún síntoma salta a la vista, en el momento en que se manifiesta de manera corporal. (Gadamer, 1996).

El equilibrio del que se habla es un estado que la persona posee de manera natural⁹. Es equiparable al orden de la naturaleza en donde los procesos se presentan bajo un orden cíclico determinado con características auto-reproductoras y auto-organizadoras; cualquier irrupción dentro de ellos, rompe el equilibrio en que está organizado el equilibrio de la naturaleza: *“la naturaleza como un gran todo armonioso”*. (Capra, 1996:42). De igual forma desde la medicina alternativa, la alteración por factores internos o externos al individuo hacia alguno de los planos que lo componen puede romper con el equilibrio que sostenían los planos entre sí, afectándose unos ó todos en conjunto como en una cadena cíclica. Así, están los desequilibrios a nivel energético con la consecuente alteración del aparato digestivo; un desequilibrio a nivel mental, como los trastornos ocasionados por el estrés que en ciertas situaciones es generado por la presión de algunos ambientes laborales afectando la parte emocional y corporal; desequilibrio a nivel físico y emocional, que a su vez pueden estar interrelacionados como el caso en que se presenta un resfriado en situaciones de ansiedad y presión. Luego, esta

⁹ Lo natural es considerado un estado original, verdadero y en completo equilibrio. Desde el marco del sistema alternativo, el individuo es definido de acuerdo a su propia naturaleza, promoviendo con ellos, su autenticidad, individualidad e identidad particular.

alteración del equilibrio sobre la salud está determinada tanto por el sujeto en sí mismo de acuerdo a la manera en que las prácticas y hábitos que realiza lo afectan o condicionan, como por su relación con el ambiente: *“la perdida del equilibrio no sólo constituye un hecho médico biológico, sino también un proceso vinculado con la historia de la vida del individuo y con la sociedad”*. (Gadamer, 1996:56).

La alteración del orden o equilibrio natural de la salud dentro del marco de la medicina alternativa es atribuido a causas internas (emocional, mental, energético) y a causas externas (medio ambiente, relaciones interpersonales). Sin embargo, el desequilibrio de la salud, o su experiencia sentida a manera de síntoma o malestar físico, tiene su principal causa de origen en un plano inmaterial. Es decir, se le atribuye en primera instancia a causas energéticas o emocionales que a causas externas como la polución, el ruido, las bacterias. Al atender los factores de índole inmaterial, el modelo de la medicina alternativa asegura el ataque directo a la causa profunda que genera el desequilibrio (Micozzi, 2000; Ferguson, 1994).

Respecto a la acción de las causas externas, difícilmente podría dañar al individuo si este se llega a encontrar asegurado a un nivel interno. Es decir, su equilibrio interno permitirá amortiguar o resistir con mayor firmeza las inclemencias con que puedan atacar las causas externas. Si algo se encuentra mal en el interior, permitirá que influencias externas penetren en el organismo alterando su equilibrio. Es por esto que se cultiva la capacidad auto-protectora en el sujeto, al dotarlo de toda herramienta que le permita estar atento contra toda oscilación del equilibrio: *“ el objetivo del practicante no es luchar con el agente invasor o suministrar fármacos al paciente, sino poder, arrancar las malas hierbas y plantar en el paciente, capacitándolo para que crezca un jardín interno vibrante”*. (Micozzi, 2000:43).

Por otro lado, se presenta el concepto de “bienestar” como el anhelado objetivo que se busca desde la atención de los sistemas médicos, que para el caso de la medicina alternativa, se hace desde una perspectiva de integridad considerado como armonía y balance de los planos que componen al individuo como el mental, físico, espiritual y emocional, en relación con el medio ambiente y los otros. Es la fortificación de la persona en su totalidad, donde la irrupción de su balance interior y en relación al mundo exterior es manifestado por estados de enfermedad y malestar. Luego, la medicina alternativa otorga un predominio al equilibrio emocional consigo mismo y en relación a los otros, siendo el bienestar alcanzado por la armonía emocional y espiritual, contrario a la biomedicina que atribuye el bienestar a la eliminación del agente patógeno. (McClure, 1982).

Desde la visión de Gadamer, el bienestar es un estado que no se refiere únicamente al ser sano sino también involucra al ser en desequilibrio o enfermo. Por eso, hablar de bienestar no es hablar solamente de sanidad, sino de un “estar bien” así el individuo se encuentre con algún tipo de afección. (Gadamer, 1996). Es decir, aunque cualquier afección es entendida como un estado de desequilibrio, lo cual puede sonar incongruente con lo anterior, es un bienestar logrado desde el plano emocional y espiritual lo que permite que pueda ser sentido desde estados de salud y enfermedad. Esta sensación de bienestar se halla facilitada por la intención del sistema médico alternativo que busca trabajar desde lo más sano del individuo, es decir, intenta dejar a un lado todo síntoma de malestar para aferrarse a aquello que está bien con el propósito de sentir cierto alivio, tranquilidad y felicidad.

Es entonces como el “estar bien” no es exclusivo de la salud. En los estados de enfermedad también puede remitirse a hablar de un bienestar, puesto que este se simplifica en estados de felicidad y tranquilidad, presentes en el momento que el

individuo ha asumido la existencia de su enfermedad y ha decidido convivir con ella. Por eso, en muchas ocasiones, las narraciones de los pacientes en estados de malestar o enfermedad están acompañadas de manifestaciones de bienestar. Un sentimiento de tranquilidad y felicidad pese a las adversidades por las cuales el sujeto esté atravesando.

“Aparece aquí una primacía sistemática de la enfermedad con respecto a la salud. Ella entra en contradicción, sin duda, con la primacía ontológica del estar sano – la naturalidad del estar vivo, - estado en el cual uno se siente inclinado a hablar de bienestar, en la medida en que lo experimenta”. (Gadamer, 1996:90).

Puesto que el bienestar es dado en la medida que el individuo lo experimenta, su mantenimiento desde el marco de la medicina alternativa o la perspectiva de integralidad, más que actuar bajo el propósito de curar males visibles físicamente, exalta el uso de los sentidos y sensaciones para fomentar facultades de autocuración y autocontrol, además del reconocimiento de la particularidad por la propia experiencia en función de encontrar el bienestar anhelado. Se enfatiza entonces en la importancia de percibir al individuo de manera subjetiva e individual en su sentido de totalidad.

El requisito para optar por el bienestar de la manera expuesta en líneas anteriores, exige la atención integral de la persona a partir de la utilización de sus fuentes internas – diversos planos en los que se compone el sujeto - con atención especial al nivel espiritual. De ahí que uno de los postulados del contexto de la medicina alternativa aluda al “crecimiento espiritual”. A un desarrollo del espíritu que permita aceptar con cierta madurez y responsabilidad aquello que no encaja dentro de lo que el individuo quisiera para él: “(...) enfatiza en la armonía espiritual con el ser físico como la llave para el bienestar” (McClure, 1982). En este contexto se proclama “unirse a la sombra”, a aquello que perturba y causa malestar, puesto que existen aspectos de la persona o situaciones como los estados de enfermedad en donde no queda más remedio que

aceptarlos y aprender a vivir con ellos. Desde las terapias corporales, aunque apunta al desarrollo del espíritu, es un estado alcanzado a partir de lo que el cuerpo experimenta desde la sensación y la emoción que conducen a un cambio de la imagen, de la identidad del yo.

2.1.4. Salud y subjetividad.

La atención de la experiencia personal para el entendimiento del equilibrio es de vital importancia, puesto que la salud y enfermedad es algo sentido y construido por el sujeto que la padece (Gadamer, 1996). Si no siente dolor o síntoma de malestar alguno, es como si no existiese, y solo, en el momento que aparece el sentir corporal se da legitimidad a su existencia. *“Todas las quejas del paciente son señales de que el malestar es real”* (Micozzi, 2000:45). Con esto, el sujeto mismo controla sus procesos corporales, categoriza, explica y decide que hacer frente a la enfermedad (Kleinman, 1988), o como mantener su salud.

La manera de comprender la enfermedad desde la propia subjetividad se diferencia de aquella que es entendida desde los marcos teóricos o académicos y diferente a aquella que es entendida en un sentido genérico dentro de determinadas poblaciones. Para diferenciarlas, Kleinman hace una categorización dependiendo del caso. Para el primero donde se hace presente la percepción, vivencia, control y explicación personal de acuerdo a nociones de sentido común (en términos accesibles a la red que lo rodea), la enfermedad toma el nombre de malestar o “illness”. Ésta presenta múltiples significados dentro de la misma persona dependiendo del tiempo (puede variar en el transcurso de la enfermedad), el espacio (de acuerdo a las múltiples relaciones), o puede estar influenciada de manera cultural como en el caso de las “orientaciones culturales locales” las cuales organizan las explicaciones de sentido común de manera convencional. Como consecuencia de la influencia cultural, se establecen formas de normalidad y

anormalidad, guardando sin embargo la particularidad de cada individuo. Esta primera categoría dada a la enfermedad desde los lentes subjetivos presenta a su vez 4 tipos de significación: 1) síntoma como significado en donde el síntoma se toma como una inhabilidad o malestar (hipo, dolor de espalda), y es visto como una verdad estandarizada dentro de unas formas locales de conocimiento, siendo comprendida mediante un lenguaje en común. Implícito a este nivel de significado se dan formas de conocimiento acerca del cuerpo, el individuo y las relaciones con los otros. 2) Significado cultural como significado está determinado por factores políticos, morales, tecnológicos, entre otros, el cual varía con las diferentes épocas y espacios, es decir, el significado de los síntomas depende del conocimiento local y temporal acerca del cuerpo y las patologías teniendo como variables determinantes la clase, raza, edad, por nombrar solo algunas. En esta segunda tipología, la enfermedad encasilla al paciente en ciertos significados marcándolos o estigmatizándolos, influyendo en el concepto que se tiene sobre las personas y su propia narrativa. El sistema local cultural produce el marco teórico, el mito y el ritual de comportamiento alrededor de la enfermedad. 3) Significado personal y social en donde el significado parte del mundo del enfermo, de su trayectoria de vida. 4) Explicación y Emoción que alude a los modelos explicativos narrados en primera persona, dando cuenta de aquello que es sentido e intenta dar respuesta a varios interrogantes sobre la existencia en la enfermedad.

La segunda categoría de enfermedad le da el nombre de patología o “disease” el cual es el término dado desde los lentes teóricos, que en algunos casos presenta el aporte de la narración del paciente, pero transformada a términos académicos de acuerdo a la práctica o sistema médico que se tenga por referencia. Por último, “sickness”, término entendido como un desorden en un sentido genérico dentro de una población y en relación a fuerzas macro sociales (políticas, económicas, institucionales, morales). Como ejemplo

está el caso del cáncer como consecuencia del consumo de alimentos cuyo tratamiento involucra pesticidas y variedad de sustancias químicas.

2.1.5. Lo Simbólico y Metafórico

El elemento simbólico se constituye en una de las características principales de los sistemas médicos alternativos, ya que es considerado como uno de los “mecanismos” presentes en las “acciones” como por ejemplo, las formas de tratar el malestar o inducir a estados saludables. Así, el movimiento, la danza, los actos en referencia a mitos, los rituales, la música, las caricias, los abrazos y el llanto son tomados por “mecanismos simbólicos” por quienes están inmersos dentro de una práctica alternativa. Luego, son tomados como actos de la acción simbólica, como mecanismo para la explicación y tratamiento de la salud.

La atención de la salud mediante la implementación de “mecanismos simbólicos” inducen a un cierto alivio o sensación de bienestar a partir de lo que llaman desde las prácticas del sistema alternativo, “efecto placebo”, entendido como los efectos curativos debido al poder de la sugestión (mental) ya que ninguna sustancia administrada es la que produce efectos fisiológicos. Aunque este hace mayor referencia a los efectos por sustancias de ingestión, puede ser aplicado de manera generalizada a cualquier técnica implementada en busca de la salud y bienestar que evita los elementos invasivos de carácter químico y tecnológico, puesto que el resultado final alude a cualquier efecto psicológico inducido de manera sugestionable, generando modificaciones subjetivas del estado de la persona. Así, como mecanismos simbólicos desde la práctica de biodanza están las técnicas como la danza en asocio con la música y las acciones que lleva implícitas como el llanto, los abrazos, las caricias, la analogía a los mitos y las palabras bonitas, induciendo a estados de salud y bienestar. Por otro lado, se constituyen en mecanismos simbólicos que

aportan al desarrollo personal y a la identidad de un yo al inducir situaciones para la reflexividad.

A partir del simbolismo de los actos entendidos como mecanismos simbólicos, se da paso a la construcción de un lenguaje (Levi Strauss, 1958), determinando los modos de “narrar” y con ello, los “modelos explicativos” para la explicación de causas, diagnóstico, tratamiento de la enfermedad y sus posibles resultados considerados como eficaces. Un lenguaje que es implementado y compartido tanto por la formalidad del sistema médico alternativo, como por cada individuo que asiste a alguna práctica del sistema en cuestión. Es su constitución se presentan “contenidos” o términos particulares como por ejemplo, el efecto placebo o campos de energía por nombrar solo unos ejemplos.

Las narraciones, aparte de estar conformadas por el simbolismo de los actos, también esta determinado por su carácter metafórico. Ambos se constituyen como la mejor manera de explicar aquello que difícilmente ha podido ser explicado desde los lentes científicos, y que luego viene a ser reproducido desde la voz de la experiencia particular.

De esta manera, cada práctica lleva implícita una carga simbólica que permite construir un lenguaje mediante el cual establecen comunicación paciente – terapeuta, o paciente – paciente. La aprobación del lenguaje y las creencias que tiene implícitas se da desde el manejo de unos mismo códigos estructurales dentro del sistema médico del cual se forma parte (Levi Strauss, 1954), y su criterio de verdad ha de ser buscado dentro de los mismos códigos junto con su intrínseco significado. (Cassirer, 1973).

El lenguaje aunque puede tener múltiples significados debido a que proviene de la narración particular de cada asistente, sólo puede ser comprendido dentro de un radio de relaciones sociales que comparte los mismos códigos de significación, es decir,

comprendido dentro de un “sistema local de conocimiento” (Kleinman, 1988). Por ejemplo, los conceptos manejados desde la práctica terapéutica de biodanza como “líneas de vivencia”, o “inconsciente vital”, -temas que serán elaborados en el segundo capítulo-, sólo pueden ser entendidos dentro del contexto de biodanza, entre las personas que asisten a ésta práctica en particular. O quizás el caso de una acción como por ejemplo el ejercicio llamado “ la madre protectora” en donde a una persona le corresponde ser madre y a la otra hijo. La idea central consiste en proteger y alimentar al propio hijo a como de lugar, interpretando por resultado la sobreprotección, el descuido, la agresividad o pasividad de acuerdo al caso, y por supuesto, a la mirada desde los lentes de cada persona que ha “vivenciado” o experimentado la situación.

La comunicación bajo unos mismos códigos se da entonces de acuerdo a las prácticas y creencias que el individuo halla escogido seguir, enmarcadas dentro de un mismo sistema local de conocimiento; y el conjunto de tales prácticas se constituye en un estilo de vida particular determinada según varias condiciones, como se verá en el siguiente apartado.

3. Adopción de prácticas y creencias en torno a la salud: hacia la construcción de un estilo de vida para la realización personal.

El proyecto sobre la realización personal o realización del yo como lo llama Giddens, está condicionada por la “elección” entre una multiplicidad de opciones provenientes de los sistemas abstractos, entre ellos, la diversidad de técnicas psicoterapéuticas y de auto-terapia, que apuntan a modificaciones en el individuo en pro de establecer una identidad del yo reflejamente organizada – desde parámetros de salud y bienestar-. La libertad frente a la elección de diversas prácticas que ayudan a la realización personal tiene como consecuencia el establecimiento de un estilo de vida determinado, el cual es “adoptado” por el individuo al no ser impuesto por la cultura o la tradición, entendiendo por estilo de vida un conjunto de actividades, hábitos y conducta organizados con cierta unidad no

solamente para la satisfacción de necesidades, sino además, para dar forma material a una crónica de la identidad del yo, es decir, son prácticas dirigidas no sólo a cómo actuar sino a quién ser. Las diversas prácticas que componen un determinado estilo de vida se presentan en forma de rutina, además de estar estrechamente relacionadas entre sí. Sin embargo, tales rutinas son tan flexibles que por su carácter modificable y de apertura hacia los cambios se acomoda a la búsqueda de nuevas prácticas o medios que el individuo explora en función de su naturaleza móvil de identidad del yo, como por ejemplo, los estados de crisis presentes a lo largo de una trayectoria de vida modifican al individuo, tanto por la conciencia reflexiva que desarrolla para el caso como por las nuevas prácticas que incorpora como medios para salir de la crisis, generando como consecuencia, cambios en la identidad del yo. (Giddens, 1991). Luego, podría decirse que el individuo salta de práctica en práctica en su búsqueda inagotable de realización e identidad personal.

La multiplicidad de opciones para la época de la modernidad está determinada de acuerdo a varios factores según Giddens. Primero, el hecho de vivir en un mundo minado por una amplitud de elecciones¹⁰ ligadas a la posibilidad de escoger libremente entre ellas, obliga a un compromiso de establecer un estilo de vida relacionado con la conducta particular. Así, en el cuidado de la salud el individuo puede optar por una alimentación natural y moderada, un seguimiento disciplinado y rutinario de ejercicios físicos, y la búsqueda de alguna práctica que oriente hacia el desarrollo y crecimiento espiritual, o simplemente puede hacer caso omiso de todas estas posibilidades de atención, ya que sólo depende de la conducta y el deseo individual. En segundo lugar alude a lo que llama las “creencias acreditadas”, en donde el individuo no se casa con una práctica particular bajo el seguimiento de guías de acción fijas a partir de una certeza ineludible, sino que desde

¹⁰ Según Giddens, aunque todas las épocas han manejado la posibilidad de elegir, en la época tradicional a pesar de existir tal posibilidad, estaba regida por canales relativamente impuestos, contrario a lo que sucede en la modernidad tardía.

una duda metódica tiene la posibilidad de mirar por múltiples opciones. (Giddens, 1991). Un ejemplo es la pluralidad de posibilidades de atención médica frente a un problema concreto, sometiendo a la elección momentos de duda y confianza. Así, algunas personas en su búsqueda por solucionar o dar respuesta a sus estados de salud – enfermedad, en muchos casos acompañado de cierta desesperanza e ilusión, se incorporan a ciertas prácticas alternativas, tomadas como un plan más para la acción, las cuales “prometen” dar una nueva perspectiva en correspondencia a lo que se anda buscando. (Ferguson, 1994; Nitcher y Quintero, 1996). Frente a lo anterior, en la contemplación de múltiples opciones y la consecuente elección por algunas de ellas, el individuo puede experimentar un cambio en su sistema de creencias frente a una situación concreta en la medida que siente cierta satisfacción frente a aquello que se le presenta como opción.

La “planificación estratégica de la vida” se constituye en el tercer factor que se vincula a la elección de estilos de vida, considerado como una manera de preparar cronogramas de acción futura, en algunos casos a partir de la revisión del pasado, en función de la construcción refleja de la identidad del yo. Esta planificación de la vida diaria está directamente relacionada con el contexto en el que se desenvuelve cada individuo y las posibilidades y limitaciones que se le presentan allí. (Giddens, 1991). De esta manera, aunque las posibilidades de elección son infinitas para la construcción de un estilo de vida alrededor de un proyecto reflejo del yo, no por ello se asume que todos los individuos están al alcance de ellas, o que las prácticas sean escogidas en medio de un pleno conocimiento sobre todas las posibilidades factibles. Estas están determinadas por el medio ambiente, las relaciones económicas y sociales, el sistema de creencias al que pertenece y lo que ha optado por tomar como modelo explicativo de la realidad (para el caso, frente a las maneras de manejar los estados de salud y enfermedad), determinando así la adhesión a ciertas prácticas y comportamientos. Así, a un individuo le es imposible optar por asistir a sesiones terapéuticas que no son cubiertas por un “sistema nacional de

salud” como es el caso del sistema alternativo, si no se poseen los medios económicos para solventarlo. Por otro lado, si el sistema de creencias personal no es compatible con las prácticas que el sistema alternativo contiene, difícilmente será incorporado dentro de su estilo de vida como un establecimiento de rutinas tendientes a trabajar sobre la salud y enfermedad –ó sobre la realización personal al estar atento por una salud física, psíquica y emocional-. Así, como dice Mariño y Wiesner:

“Mientras no se de una comprensión de la realidad concreta no se puede plantear: - el cambio de hábitos y valores en relación con la salud desligándolos o independizándolos de dicha realidad. - Conocer con certeza que hábitos o no deberían cambiarse”. (Mariño y Wiesner, 1998:63).

Por último, el cuarto punto está relacionado con los diversos ámbitos y circunstancias donde se desenvuelve el individuo en la vida contemporánea, las cuales son diversas y segmentadas, como por ejemplo los espacios públicos y privados y las subsecuentes divisiones que cada espacio presenta. Gracias a tal diversidad, el individuo se desenvuelve en múltiples medios de acción (familia, intimidad, trabajo, espacios para la salud o la recreación), con una diferenciación en los modos de acción según las circunstancias concretas determinando así un carácter segmentario al estilo de vida. Respecto a biodanza, el comportamiento dentro del ámbito terapéutico puede llegar a ser diferente al manejado en un ambiente laboral o familiar. A estos segmentos relacionados con los medios de acción le da el nombre de “sectores de estilo de vida” definidos como una porción de las actividades generales del individuo, compuesto a su vez de diversas prácticas, procurando mantener cierta coherencia hacia el proyecto reflejo del yo. (Giddens, 1991). Un sector de estilo de vida puede referirse al segmento asignado a la participación en alguna o varias prácticas corporales y meditativas, en un espacio y tiempo particular, de acuerdo con el medio de acción relativo al cuidado de la salud.

Aunque la pluralidad de medios de acción permite la ejecución de diversidad de prácticas, éstas son consistentes y coherentes entre ellas mismas, de lo contrario, el moverse el individuo en otros ambientes con otras prácticas ajenas a las que cree y confía, su estilo de vida y su inherente proyecto de (re)estructuración de la identidad del yo entraría a cuestionarse¹¹. De ésta manera, el medio de acción relacionado con aspectos de la salud presenta conexión con los demás ámbitos de la vida del individuo en la medida que puede presentar como hilo conductor el otorgarle al cuerpo y sus experiencias frente a la salud, bienestar, malestar o enfermedad, el eje para la realización personal; o el interés por cultivar la subjetividad mediante el autoconocimiento del cuerpo y sus experiencias para el desarrollo de la personalidad, individualidad e identidad del yo. Visión que es alimentada por la perspectiva de cada sistema abstracto, que para el caso alude a las terapias corporales, en particular a la biodanza.

¹¹ Como se ha dicho en líneas anteriores, la permanente reflexividad a la que está expuesto el individuo permite que exista cierta flexibilidad en el cambio de prácticas en pro de la estructuración de su identidad personal.

CAPITULO II

SISTEMAS EXPERTOS ORIENTADOS HACIA LA REALIZACIÓN PERSONAL: EL CAMINO DE LA EXPERIENCIA CORPORAL

1. Las Terapias Corporales

El objetivo general de las terapias corporales se orienta enfáticamente a la consideración de todos los modos no verbales¹² que sustenten la experiencia subjetiva, con el objeto de explorar la realidad de la persona: sus problemas, angustias, miedos, inseguridades, sistemas de defensa, relaciones con los otros, la salud y la enfermedad, en últimas, todo lo que gira alrededor de su existencia. Tal es el caso de prestar atención a cuestiones energéticas y emocionales a partir de dirigir la mirada hacia el cuerpo y lo que el experimenta como por ejemplo a través del movimiento, la danza, el llanto, la risa o el contacto corporal con otras personas.

Estas han surgido como una herramienta para trabajar sobre el desajuste emocional y los factores perturbadores de la época moderna como el estrés, la velocidad, el riesgo, el enorme agotamiento y el control del individuo por las entidades externas; introduciéndose en la sociedad colombiana a partir de la subjetividad que infunden a través del conocimiento del propio cuerpo, además de un medio para alcanzar el bienestar, entendido éste como un estado de equilibrio, armonía y felicidad. Tal propósito es logrado a partir de un proceso de exploración y perfeccionamiento del sentir corporalmente la vida desde una búsqueda personal (lo que cada quien siente y vive) en pro del desarrollo de la individualidad, autonomía, reformulación de valores, liberación de estereotipos y la consecuente estructuración de una identidad del yo. Es decir, un proyecto que apunta hacia la realización personal bajo un componente de bienestar, tomando como cimiento la experimentación y expresión corporal desde su

¹² Aunque en algunas técnicas corporales se mezcla el trabajo sobre lo corporal y mental (narración), el énfasis se le presta al cuerpo y sus posibilidades de expresión.

mirada individual. (Pedraza, 1999).

1.1. El Cuerpo: matriz de las experiencias

La premisa básica desde la cual parten todas las terapias corporales proclaman el cuerpo como el centro motor de la experiencia. Es desde ahí donde se vivencian los estados de bienestar y malestar y justamente desde él es donde se encuentra solución a todo síntoma posible. Su posición niega la visión cientifista del cuerpo entendido bajo la dualidad mente / cuerpo, puesto que de acuerdo a la oleada terapéutica alternativa y complementaria, se debe entender a la persona como una unidad “cíclica”, en donde todos los aspectos se determinan e influyen mutuamente.

Se enaltece al cuerpo como objeto de culto, viendo grabado en él cualquier rastro de experiencia de vida, sea esta traumática o simplemente experiencia que condicione posteriores comportamientos; objeto y sujeto de *“inversión narcisista visible directamente a través de mil prácticas cotidianas: angustia de la edad y de las arrugas, obsesión por la salud, por la línea, por la higiene, rituales de control (chequeo) y de mantenimiento (masajes, sauna, deportes), cultos solares y terapéuticos”* (Lipovetsky, 1986:60). Se labra un extensivo “cultivo del cuerpo”, conducente a administrar la energía física, una profunda educación hacia la conciencia corporal, estimulación de los sentidos, sensaciones y sentimientos; lo que le permite la incursión hacia el conocimiento interior, sintiendo y viviendo corporalmente la vida (Pedraza, 1999). Conocimiento que apunta hacia la realización personal como ser individual, autónomo y seguro bajo parámetros de salud y bienestar.

El cuerpo es entendido no solo como objeto o ente material sino también como sistema de acción considerado así foco de experiencia y vía para el conocimiento de sí mismo, siendo a partir de su constante observación que se logra establecer un cierto control sobre él a

favor del mantenimiento de una crónica de la identidad del yo (Giddens, 1991; Pedraza, 1991), la cual en parte, gira alrededor de la atención a la salud y el bienestar. Así, se presenta la técnica Alexander como un primer ejemplo de aquella gama de terapias corporales orientadas a trabajar sobre el cuerpo en función de un conocimiento y control de la totalidad de la persona, es decir, de sus emociones, sensaciones, pensamientos y funcionamiento orgánico. Esta técnica consiste en despertar la autoconciencia por el movimiento y su relación con la salud, a partir de la educación de las correctas y naturales posiciones corporales, en donde el paciente, o “alumno” (siendo que se trata más en términos educativos que terapéuticos) aprende a identificar y controlar los hábitos físicos de exceso de tensión, estrés, posturas incorrectas, mala respiración, movimientos inadecuados y aquellos hábitos de pensamiento que interfieren en el “flujo natural” de las actividades cotidianas y de rendimiento, afectando la salud. (Conable, 2001). Otras prácticas corporales buscan encontrar el equilibrio emocional desajustado por los nervios y el estrés, a partir de técnicas que apuntan a la relajación del cuerpo por medio de la sensación que inducen como es el caso de la hidroterapia, cromoterapia y aromaterapia. Técnicas como el yoga y el taichi como prácticas para alcanzar el equilibrio en la totalidad de la persona a partir de su propósito por conseguir aquietar la mente en función del control de las pasiones y las emociones, además de afectar el plano físico en la regulación de funciones orgánicas y la mejora de la forma física. La bioenergética en su trabajo de nivelación energética a partir de lo que el cuerpo habla y transmite desde su campo de proyección energética y como afecta esto en el carácter y personalidad materializado en la forma corporal, en el establecimiento de “corazas protectoras”, visibles en el cuerpo a nivel de tensión muscular, para amortiguar daños emocionales, puesto que son conductas defensivas hacia los sentimientos y sensaciones que ponen en peligro la vida, al conectar con las debilidades de la persona. (Kesselman, 1989; Micozzi, 2000). Dentro de esta gama de posibilidades terapéuticas no puede dejarse a un lado el caso de la danza terapéutica, la cual trabaja sobre la emoción y la

sensorialidad generada a partir del movimiento “libre” o “natural”. Es decir, un trabajo que parte desde lo corporal afectando los demás planos que componen al individuo para ser tratado desde una perspectiva de salud integral, tanto en su relación consigo mismo como con los demás. Es decir, un trabajo sobre los planos interiores como la psiquis, emoción, espiritualidad y energía; y externos como el medio en el que habita. (Micozzi, 2000).

Finalmente, de manera generalizada, las terapias corporales inducen a un acto reflejo en el individuo a partir de la mirada al interior, desde la exploración y perfeccionamiento de la sensorialidad como herramienta para el autoconocimiento de las propias debilidades y fortalezas.

Así, el cuerpo a través de los sentidos adquiere su potencial de conocimiento, siendo la sensación la unidad de análisis para conocer y trabajar. A partir de ella se puede tener un conocimiento de sí mismos desde un sentir el mundo interior e individual ligado a un consecuente cambio personal, puesto que induce a una constante reflexión sobre un estilo de vida desde lo vivido y experimentado corporalmente, es decir, un cuestionamiento sobre el modo de construir la vida a partir de los hábitos, prácticas y rutinas adoptadas. (Kesselman, 1989).

Las prácticas corporales están orientadas más hacia lo experimental que a lo discursivo. Cuando lo discursivo se da, es en forma de narración en primera persona, para verbalizar todo lo que su experiencia le ha ofrecido. Sin embargo, el marco teórico de las prácticas corporales ha surgido de “cierta” discursiva disciplinar, en especial, de la psicología, en conjunto con la experiencia subjetiva o los aportes que la narración da a los marcos teóricos. Tal es el caso de la danza terapéutica, resultado de fusionar la danza

moderna, teoría psicológica, en algunos casos ideología ancestral¹³ y la experiencia individual alrededor de la salud y enfermedad.

2. El movimiento como medio terapéutico innovador

Los inicios de la danza terapia se remontan a mediados del siglo XX bajo el interés por renovar las metodologías del campo de la salud en cuanto a pacientes psiquiátricos se trataba, buscando correlatos a sus miedos y traumas no solamente desde causas externas, sino también a un nivel “intra psíquico” o interno, visión alimentada por la influencia del psicoanálisis. Esta corriente psicoterapéutica proclama que las fuentes del placer, dolor y los factores amenazantes a la salud del individuo se encuentran tanto en el mundo exterior como en el interior o psiquis, siendo este último terreno en donde se conserva la totalidad de la historia de las personas (Freud, 1988). De acuerdo a lo anterior, el pensamiento psicoanalítico estuvo muy marcado dentro de la técnica en gestación, la danzaterapia, en la medida que ésta encuentra en el interior de la persona la causa de todo tipo de malestar y los modos para solucionarlo. Sin embargo se ha de anotar que alude a un interior no solamente referente a la psiquis sino también a la emoción, sensorialidad, cuestiones energéticas y espiritualidad de los individuos, denotando así la influencia de la mística de prácticas como el yoga, la meditación o danzas rituales sobre la terapia a través de la danza. Finalmente, una clara muestra de eclecticismo que reúne diversas disciplinas, tradiciones e ideologías.

El malestar generado por causas internas y externas es entendido dentro del contexto de la danza terapéutica y en la generalidad del contexto de la medicina alternativa como “bloqueos” homologo a lo que en psicoanálisis se le da el nombre de represión. Represión o bloqueos que desde el contexto de lo alternativo se manifiestan tanto al exterior en la

¹³ Por ejemplo, involucrar conceptos de madre tierra, pachamama, dentro de los marcos conceptuales que explican cada terapia a partir de la danza. O en cuestiones simbólicas, involucrar aspectos de danzas rituales como lo es el bailar todos los participantes en circulo, o bailar en función de algo. Tal es el caso de la biodanza que es la danza de la vida, como decir, la danza del sol o la luna de algunas tradiciones indígenas.

relación con las otras personas y el medio ambiente afectando el comportamiento, como a un nivel interno, en donde el individuo entra en contradicción por no encontrar coherencia dentro de su sistema psíquico y emocional en relación con los actos que se desean llevar a cabo, agregando razones energéticas, que en conjunto con lo anterior se constituyen en elementos que impiden el alcance de estados de salud y bienestar. Es de anotar que se le atribuye mayor importancia al bloqueo y represión desde un correlato interno puesto que desde ahí se impide cualquier tipo de comunicación y comportamiento frente al mundo exterior.

En medio de la renovación terapéutica, las instituciones buscaban nuevas formas de tratar a gran número de soldados que regresaban del frente después de la Segunda Guerra Mundial¹⁴, diagnosticados bajo el trauma de “neurosis de guerra”, muchos de los cuales eran incapaces de realizar comunicación alguna, de expresar sus sentimientos o participar en actividades de grupo. Se buscaban entonces nuevas formas de tratar a los pacientes, teniendo en cuenta la guerra no solo como causa externa de malestar ligado a la implementación de mecanismos curativos externos al individuo como por ejemplo medicamentos antidepresivos, sino también, la idea de encontrar cuestiones internas generadoras y reguladoras de malestar como miedo, trauma y bloqueos, despertados por el nuevo mecanismo terapéutico que se intentaba implementar, la danza.

De manera específica, para los fines de modificación terapéutica frente a las secuelas que dejaba la experiencia en el combate, se solicitó la colaboración de Marian Chase (1942), una de las primeras exponentes en esta línea. Siendo bailarina de danza moderna se incorporó a un hospital psiquiátrico por solicitud de los profesionales de aquella institución quienes observaron los beneficios terapéuticos en las personas a quienes ella dictaba clase bajo un matiz de teoría psicológica. Con ella se fundó el “dance movement

¹⁴ Incluso desde de la Primera Guerra Mundial se empezaron a cuestionar las formas de evaluar a los pacientes desde sus causas y diagnósticos.

therapy”, como una de las primeras terapias corporales que utilizan como técnica el movimiento experimentado a partir de un proceso personal, desde un uso psicoterapéutico que ofrece la integración emocional, cognitiva, social y física en el individuo.

Con el tiempo y la experiencia sobre el trabajo corporal, el campo de aplicación se fue ampliando a todo tipo de población ya que el énfasis por trabajar sobre la totalidad del individuo dejó atrás la limitación hacia pacientes con trastornos mentales. Se hace evidente de ésta manera, una de las características del mundo contemporáneo frente a la salud consistente en una psicologización de la vida cotidiana mediante la implementación de todo tipo de prácticas psicoterapéuticas y corporales (Lipovetsky, 1996; Béjar, 1993). Así, discapacitados físicos y mentales, pacientes terminales, pacientes con trastornos mentales, niños, ancianos, suicidas, programas educativos de rehabilitación en diversas instituciones como cárceles y centros terapéuticos de atención especial, y toda persona en busca de prácticas que orienten a la reflexividad resultan ser el centro de atención.

Otros grandes pioneros fueron: Wilhelm Reich quien influyó en la danza siendo el primer psicoanalista en explorar la relación entre la rigidez muscular y la perturbación psíquica; Rudolf Laban¹⁵, quien creó un sistema para observar, registrar y analizar el comportamiento de los individuos, conduciendo a idear perfiles de movimiento, investigar su comportamiento y controlar los cambios a nivel del mismo. Buscaba entender como cada persona trabajaba el cuerpo para encontrar y expresar sus estados internos; Blanche Evan, con influencia Freudiana; Mary White House integrando teoría de Carl Jung, y finalmente Liljan Espenak. Luego, tres áreas fundamentales componen la estructura para la danza terapia: la danza moderna, el análisis de movimiento y la teoría

¹⁵ En la actualidad el Laban Institute (Londres) es uno de los centro académicos mas reconocidos a nivel mundial para el estudio de la danza terapia, al igual que el ADTH que parte de la técnica de Maryan Chase.

psicoanalítica, marcando su influencia en el entendimiento del cuerpo, la mente, las emociones y los diferentes niveles de conciencia.

En términos generales, la danza terapia como sistema experto desde su conocimiento técnico terapéutico, utiliza el movimiento del cuerpo para promover la salud, el bienestar y el desarrollo personal a partir de la reflexividad que esta técnica induce desde elementos psicoterapéuticos, conducentes a una especie de introspección detonada por la metáfora del movimiento en relación a la experiencia de vida particular consigo mismo y con el mundo en el que habita. A partir del movimiento de la danza que es particular en cada individuo –no se buscan formas específicas inculcadas por la técnica sino más bien la libertad como contribución de la danza moderna- se encuentra un medio para la expresión corporal y forma de comunicación. Además una manera de conectarse con la emoción y los sentimientos tomados como medio para el conocimiento de sí mismo y el encuentro de un estado de bienestar a partir de la reformulación de ciertos patrones de comportamiento y pensamiento encaminados hacia la reestructuración de una identidad del yo. Por ejemplo, el sentirse una persona incapacitada para llevar a cabo ciertas actividades y comportamientos debido a la edad, hace que la persona sienta y viva todas las características propias de un anciano, determinadas así de manera estereotipada: inactividad sexual, soledad, depresión y degeneramiento físico que aunque algunas veces es debido a causas netamente físicas como el desgaste de huesos, otras son facilitadas y aceleradas por estados emocionales y mentales. (Hanson, 1989). Por lo anterior, el movimiento corporal se constituye en una alternativa para reflejar y hace emerger de la conciencia y la inconsciencia los estados conflictivos del individuo, a la vez que es un medio para auto-generar mecanismos que conduzcan a un proceso saludable orientado hacia el bienestar y el desarrollo personal mediante una guía terapéutica corporal. Un ejemplo de ello es la liberación de serotonina que produce el movimiento encargada de

incrementar el ánimo logrando disminuir los estados depresivos en el individuo (el mismo efecto del chocolate y la risa).

Sus beneficios cumplen la promesa de la oleada terapéutica alternativa de generar salud y bienestar de un manera integral, afectando todos los planos que integran al individuo: a nivel físico se promulga disminuir la tensión del cuerpo, reducir dolor crónico, e intensificar la respiración y circulación, a partir de un proceso de conciencia del mismo cuerpo y los mecanismos que producen malestar. A un nivel psicológico, busca mejorar los estados depresivos, el temor, la ansiedad, los sentimientos suicidas, experimentar alegría, aprender a tener autocontrol, es decir, a reconstruir de manera reflexiva una crónica del individuo a partir de la metáfora de vida que representa cada ejercicio. A un nivel intelectual, promueve aumentar el alcance de la atención, la verbalización de lo abstracto como sentimientos, sensaciones y emociones y el uso de imágenes mentales para la creatividad. Y a un nivel social, estimula un sentido de comunidad a partir de la experiencia del bailar juntos a un ritmo común, lo que se especifica en una disminución del aislamiento, fomento de la solidaridad y aumento de las habilidades de comunicación. Luego, sus fundamentos básicos son: expresar (elemento de la danza moderna, en donde los bailarines expresan sentimientos personales, además de reacciones a los temas y acontecimientos); modificar, es decir, conducir al individuo a tener una actitud diferente ante la vida, además de un cambio en la identidad del yo; y controlar de manera individual los estados emocionales, hábitos y rutinas para evitar daños en la salud.

Profundizando en el caso de biodanza, el concepto de salud se halla totalmente desligado de la tendencia reduccionista y objetiva de considerar la enfermedad en un órgano, una pieza del mecanismo humano observado, medido y analizado para poder ser explicado y controlado. La explicación de la enfermedad va mas allá de la biología y anatomía, para contemplar las cuestiones emocionales de la depresión, el dolor, el miedo y las relaciones

sociales; los procesos conscientes e inconscientes del comportamiento, lo físico a través de la simbología presente en el contacto, las caricias y el erotismo; la espiritualidad que lleva a cuestionarse problemas existenciales pertinentes a la relación con los demás y el medio ambiente, además de tener en cuenta la parte biológica en la observación del sistema endocrino relacionado con la segregación de sustancias como la serotonina para el incremento de los estados de ánimo. Es decir, una observación holística sobre sí mismo dentro de su contexto con el propósito de sumar elementos tendientes a entrar en estados de bienestar y un desarrollo personal saludable, como por ejemplo, la adopción de nuevas prácticas y creencias a rutinas ya establecidas.

Siendo la biodanza una terapia corporal alternativa, el trabajo para el bienestar y la consecuente realización personal son desarrollados a partir de la estimulación de los sentidos, sensaciones y sentimientos, además de una política de “salutogénesis”, es decir, el tratamiento desde lo más sano de cada individuo, constituyéndose en la base conceptual y eje central de su marco teórico:

“...proviene de algo que el creador llama la nostalgia del amor, que significa el deseo de renacer de la depresión y los actos destructivos, un rehacer del individuo que proviene de la activación de las partes sanas del ser humano precisamente a partir del sentimiento de amor”
(Manuales Escuela Colombiana de Biodanza, s.f.).

Como dice Freud *“Hay una tendencia a independizarse del mundo exterior buscando satisfacciones en los procesos internos, psíquicos”*. Sumado a ello no sólo la atención a las cuestiones psíquicas, sino también emocionales, espirituales y energéticas como herramientas de exploración para el alcance del bienestar y la salud, ligado a un consecuente logro de felicidad, constituida como uno de los propósitos de la vida, estrechamente relacionado con la ideología de biodanza. Es un propósito que conduce a evitar el sufrimiento y el dolor a cambio de la búsqueda hedonista de experimentar

sensaciones placenteras. Un logro que se adquiere a partir de la exploración y control de los componentes internos en cada individuo, por el estímulo del sentimiento de “amor”. Sin embargo, puede resultar contradictoria o quizás arma de doble filo el tomar este sentimiento como el fundamento para el encuentro de la salud, bienestar y la felicidad. Acaso, ¿no es en el amor donde esta el individuo más expuesto al sufrimiento?. ¿No resulta un poco utópica la pretensión de biodanza?. Siendo así, no queda más que comprobar como la adhesión a estas prácticas están inevitablemente ligadas a un desespero por encontrar caminos de salida a angustias generadoras de displacer y malestar. Las personas entran a participar en prácticas como la biodanza impulsadas por sentimiento de fe y confianza ya que los sistemas expertos mantienen la duda en quienes se incorporan a ellos al no ser completamente explícitos y abiertos frente al conocimiento que poseen. Es una especie de fe ciega que embarga a los individuos que van en busca de conocimiento experto para solucionar sus problemas mas íntimos generadores de malestar.

La iniciación de los participantes de biodanza dentro de tal práctica requiere un mínimo de reglas, principalmente, adherirse ciegamente a un sentimiento de amor consigo mismo y con los demás dejando a un lado todo tipo de juicio y prejuicio. Un sentimiento que es manifestado a través de todo tipo de caricias, abrazos, sonrisas y una que otra vez, una expresión verbal de éste sentimiento, orientado a las personas hacia una reformulación de valores e ideas preconcebidas como por ejemplo, las ideas respecto a la homosexualidad. *“cuando estaba danzando, sentía que te amaba rafa, siento que los amo a todos”* (Relato Escuela Colombiana de Biodanza, Junio 20 de 2001). En realidad, no existe un ánimo por comprobar la veracidad de esta frase, sino más bien mostrarla como uno de los elementos primordiales para encajar y participar activamente dentro del modelo de biodanza. Quien no hace explícito este tipo de comentarios y la fe que sobre ello se invierte, simplemente, su acceso será paulatinamente limitado. Se entra a

participar dentro de un ritual donde se han de cumplir un mínimo de reglas presentadas de manera implícita y adheridas en cada persona en la medida que esta práctica terapéutica se incorpora dentro de uno de los sectores del estilo de vida de cada individuo de manera rutinaria.

El sistema terapéutico de biodanza, representado por quienes difunden el conocimiento de manera parcializada, guarda para sí la comprensión total de este sistema, los modos de operar y sus significados. Y aunque se exhibe como conocimiento al alcance aparentemente de cualquiera que posea el ánimo y el tiempo para adquirirlo (Giddens, 1991), es decir, por quienes demuestran con el tiempo ser participes inamovibles de esta práctica, es un tanto ilusorio en la medida que los medios económicos y la demostración de una fe ciega son vitales para alcanzarlo – como se hará referencia en el tercer capítulo-.

Debido a lo anterior, los conceptos e ideas que vienen a continuación difícilmente han podido ser recopilados, y por ello, explicados al lector inexperto en el tema, dilucidando con ello un carácter reservado como si fuese un secreto y descubierto sólo por quienes manifiestan una comprensión de la misma realidad, sin refutarla o cuestionarla evitando así poner en riesgo la práctica.

2.1. Biodanza

El modelo terapéutico de biodanza agrupa diversas disciplinas y saberes como la biología, la sicología, la antropología y la mística ofreciendo de esta manera una mirada humanista y transdisciplinar al saber médico. Es por esto que dentro del marco teórico y conceptual se encuentran explicaciones de tipo psicofisiológico, genético, relativos al sistema inmunológico, los procesos sociales e individuales, cuestiones energéticas en conjunción con el universo, alusión a los instintos, referencias a algunos elementos del

inconsciente personal, el inconsciente colectivo de Jung, y sumándole a ello el inconsciente propio de la biodanza: el “inconsciente vital” alusivo a las emociones y sensaciones. Así, la agrupación de diversas nociones disciplinares, creencias y conocimientos de variada procedencia se mezclan para dar forma a una nueva manera de explicar los estados de salud y enfermedad, generando un nuevo tipo de conocimiento experto, la práctica corporal de biodanza, el cual es uno de los sistemas expertos más próximos a estar en contacto con el individuo en la medida que se inserta en lo más profundo de él: su psiquis y emoción.

2.1.1. Sobre su Origen y desarrollo...

La creación y organización del sistema terapéutico llamado Biodanza se debe a las investigaciones del antropólogo y psicólogo clínico Rolando Toro durante la década de 1960 en su país de origen: Chile. Su trabajo parte del interés por contribuir a la humanización de la medicina mediante la búsqueda de una nueva forma terapéutica que involucre diversas formas de expresión como la danza, el canto y la música, desde la propia experiencia del individuo. Esta inquietud de humanización tiene su primer momento en el año de 1965 mientras trabajaba como miembro docente del Centro de Estudios de Antropología Médica de la Escuela de Medicina de la Universidad de Santiago de Chile, trabajando con los pacientes psiquiátricos de dicha universidad, en quienes observó la fuerte influencia de la música sobre sus estados de salud. (Manuales Escuela Colombiana de biodanza, s.f).

Se ha de anotar como sus títulos profesionales son una cuestión que no dejan de nombrarse en toda referencia que se encuentra sobre su fundador. Quizás se deba a que por ser conocimiento académico y profesionalizado, además de sus participación a nivel institucional (académica e investigativa) le imprimen un toque de certeza y eficacia a la práctica de biodanza.

Luego de varios años de investigación crea la “International Biocentric Foundation” en Inglaterra, consolidando y registrando el nombre de biodanza como sistema terapéutico. Esto le permite crear escuelas de formación para difundir sus ideas a varios países de Europa como Italia, España, Alemania, Francia y Suiza, aparte de las escuelas que establece en el continente americano.

El análisis sobre las reacciones de sus pacientes frente a diferentes tipos de música le permite llegar a la conclusión que ciertas melodías producen una plácida relajación, mientras que otras de ritmos más acelerados lo que hacen es estimular y despertar el ánimo desembocando efectos eufóricos en contra de la depresión y melancolía. Gradualmente, a los efectos terapéuticos de la música, de manera correspondiente le agregó diferentes ejercicios corporales dentro del mismo contexto terapéutico.

A partir de los estudios que este antropólogo médico desarrolla desde la observación sobre sus pacientes y su bagaje teórico y cultural, estructura su conocimiento y contempla así la posibilidad de aplicarlo a un radio de población más amplio. Al final, mujeres, niños, adolescentes, adultos, ancianos, familias, personas con problemas existenciales y con incapacidad para establecer vínculos profundos terminan siendo la población central para la implementación de esta terapia.

2.1.2. La palabra bio, la palabra danza

Para aproximarse al modelo terapéutico de biodanza, es necesario ofrecer una especificación del significado de la palabra biodanza. En el sentido semántico, la palabra biodanza se compone de dos partes: bio – vida y danza definida por Toro como:

“movimiento pleno de significado y con un poder inusitado de inducir transformaciones en la existencia ... un modo de ser en el mundo, una expresión orgánica del hombre con el universo (danzas órficas, sufismo,

y ceremonias tántricas). Surge de lo mas entrañable del hombre, del ritmo biológico del corazón y la respiración” (Manuales Escuela Colombiana de Biodanza, s.f.).

La palabra “bio” además de ser equivalente a “vida”, va a significar la potencialización de la vida y sus poderes evolutivos (se refiere al avance de la sociedad a nivel emocional y espiritual). Esta palabra da paso a la estructuración del “principio biocentrico” que consiste en una permanente conservación de la vida, mediante la creación de una estructura psíquica capaz de protegerla. Para Rolando Toro *“esta preservación de la vida solo puede ser trabajada a partir de la salud, del amor y la ternura”* (Manuales Escuela Colombiana de Biodanza, s.f.). Así, la estructura psíquica en proyecto de construcción dentro de cada quien consiste en excavar sobre los buenos sentimientos, siendo estos canales hacia la salud a la par que se convierten en emblemas de salud.

Biodanza es entonces: la *“danza de la vida”* (Ibid, s.f). La técnica que utiliza Toro - la danza, en interacción con la música y el canto – de manera metafórica y simbólica busca estimular en los individuos las sensaciones, las emociones y los sentimientos permitiéndole explorar el mundo de una manera distinta, a través del cuerpo y lo que el experimenta, luego, el cuerpo se constituye en el *“vehículo de la experiencia”* (Pedraza, 1999), y desde ahí hará una reformulación de sus valores, pensamientos y creencias frente a los estados de salud y enfermedad en conexión con una reestructuración de su propia identidad. Es decir, en la medida que el individuo hace una revisión de los hábitos, prácticas y creencias alrededor de su cuerpo y la salud o enfermedad que lo inunda, contribuirá a encontrar respuesta a diversidad de cuestiones existenciales tales como: qué hacer, cómo ser, quién ser; situaciones de crisis determinadas en algunos casos por las relaciones con los otros como detonantes de síntomas de malestar. Respuestas que conducen a cualquier cambio que el individuo pueda experimentar a partir de su

vivencia en el mundo y la observación que de sí mismo pueda realizar de manera conciente y refleja inducida por la práctica de biodanza y los ejercicios que allí se aplican de manera metafórica facilitando la reflexividad a la cual se alude.

De acuerdo a la definición dada por Toro alrededor de la danza como “expresión orgánica” que surge de lo mas profundo del hombre, se muestra como esta definición remite a lo natural, libre de cualquier imposición, norma y forma. *“No hay una manera particular de hacerlo, cada quien danza como quiere, como le nace, de manera natural y espontánea”* (Verónica Sánchez (VS), 14 de Agosto de 2001). Se trata de “liberar el cuerpo” por el movimiento, dejando a un lado cualquier rastro de movimiento estereotipado (bailes de salón, técnicas de danza, danzas tradicionales) para acceder a un movimiento originario, que está dentro de cada quien.

Pero como se dijo en el capítulo anterior, toda práctica tiene su particularidad de acuerdo a la teoría y metodología que maneja. Podría afirmarse que la finalidad de toda danza terapéutica es la misma en todas las versiones que de esta se encuentran (Dance Movement Therapy de Rudolp Laban, Danza Expresiva y Reparadora iniciada por Isadora Duncan, Movimiento Ritual procedente algunos elementos de diversas tradiciones indígenas y orientales, etc). En líneas generales, toda danza terapia busca inducir desde el trabajo corporal transformaciones a nivel espiritual, emocional, mental y algunas, a nivel energético, desde un lenguaje simbólico y metafórico, algunas veces marcado por la influencia tradicional. La danza para todos los casos se constituye en un medio expresivo: activador y liberador de emociones y sentimientos, de autoconocimiento desde el cuerpo y la conciencia que se despierta a través de la escucha corporal.

2.1.3. Modelo del Inconsciente Vital: Estructura básica para (personalización) la autoconservación de la salud

Dentro de la estructura psíquica Rolando Toro plantea la existencia de un nuevo inconsciente llamado "inconsciente vital", el cual se refiere al psiquismo que poseen los órganos, tejidos y células en su sentido de autoconservación mediante la creación de tejidos y defensa inmunológica. A este inconsciente vital están ligados los sentimientos, los estados de humor y la cenestesia que al alterarse, producen irregularidades en la salud. Como ejemplo, los trastornos ocasionados por las pérdidas afectivas conducen a una alteración del área inmunológica perteneciente a la esfera del inconsciente. De ahí que se atribuya el cáncer a problemas de nivel afectivo.

La explicación fisiológica es que la actividad de la danza va a ayudar a producir dentro del organismo ciertos elementos denominados "ecofactores" que son las mismas neuronas o neurotransmisores producidas por el cuerpo mediante la estimulación de las emociones. Estos contribuyen a la expresión de ciertas características que se hallan dentro de cada persona y que van a estar presentes dependiendo de la manera en que se estructuren los genes.

El inconsciente vital del cual habla Rolando Toro puede ser activado mediante ciertas danzas específicas acompañadas de una música particular, elementos que pueden llevar a la persona hacia estados regresivos (inducción al trance) o hacia el refuerzo de la identidad. Para el primero, mediante movimientos suaves, tranquilos; mientras que el segundo es trabajado a partir de movimientos euforizantes. El tratamiento de las personas, encaminado hacia estados de salud y bienestar, se da mediante una manipulación terapéutica que induce movimientos a partir de ciertos mecanismos simbólicos como la música y la voz de quien dirige la práctica de biodanza. Luego, la

simbología se halla presente tanto en aquellos elementos (música) que inducen una acción como la acción que es desencadenada (movimiento).

Este modelo según Toro: *“representa una aproximación o simplificación de la realidad observada”* (Manuales Escuela Colombiana de Biodanza, s.f). que por medio de la danza (simbólica y metafórica) representa en los ejercicios de biodanza la cotidianidad de la vida, las relaciones interpersonales y las causas de malestar. Como ejemplo de ello esta el tomarse de las manos formando un círculo que representa la sociedad, al ir caminando y pasando de un lugar a otro sin soltarse de las manos, se da como consecuencia un enredo que representa la manera que en el individuo anda por la vida, en permanente contacto con los otros, desencadenando situaciones de conflicto, integración o soluciones dadas de manera colectiva. Luego, es una nueva manera de entender y explicar los estados de salud – enfermedad. Las personas que asisten a biodanza con el tiempo y la asistencia a las sesiones, se van apropiando de este modelo, agregándolo a su marco de creencias y conocimiento, estableciendo con ello un sector de estilo de vida y determinando así sus explicaciones respecto a las experiencias que tienen en cuanto a la salud – enfermedad, tanto en el plano individual como en el colectivo. Explicaciones tendientes a contribuir a la elaboración de una identidad del yo, en la medida que permite hacer una revisión conciente de aquello que se hace o se deja de hacer a favor de la salud y bienestar.

2.1.4. El Factor Emocional: en lo Colectivo e Individual

El trabajo dentro de biodanza se desarrolla de manera individual y colectiva. El primero, para que cada persona se pueda encontrar consigo misma, el segundo, para poder reconocer a los otros y reconocerse uno sobre los otros. La consigna consiste en desarrollar estos procesos a partir del sentimiento del amor, para así *“renacer de la depresión y de los actos destructivos”* (Manual Escuela Colombiana de Biodanza, s.f). El

propósito apunta hacia un cambio individual y colectivo que conduzca a la formación de mejores personas con una mayor conciencia de la naturaleza y la acción en sociedad. Un cambio social encaminado hacia el cumplimiento de los valores, respeto a los demás, al medio ambiente y a uno mismo. Entonces, como dice Toro: *“La transformación mediante biodanza no es una mera reformulación de valores, sino una verdadera transculturación, un aprendizaje a nivel afectivo, una modificación límbico – hipotalámica (inconsciente vital)”*. (Ibid, s.f).

La metodología implementada para este propósito consiste en participar en intensas vivencias personales que son inducidas por la danza como herramienta que recrea de manera simbólica y metafórica ciertas situaciones de vida. Es decir, una actividad reflexiva que parte de la simbología y metáfora de la danza como situación de vida. Esta reflexividad es inducida por el trabajo que se hace a nivel individual y colectivo, estimulando permanentemente la ternura, el amor, el afecto y el contacto físico (caricias, abrazos, besos).

2.1.5. Categorización Formal de las Experiencias

El sistema terapéutico biodanza, propone a los individuos reformular su manera de verse a ellos mismos y el mundo a partir de la modificación de su pensamiento. Biodanza establece 5 “líneas de Vivencia” trabajadas durante las sesiones terapéuticas, inducidas a partir de la estimulación corporal y sus elementos inherentes (emociones, sensaciones, sentimientos), conducentes a una reformulación de los patrones de comportamiento a partir de la reflexividad que inducen como se hablado en páginas anteriores.

Estas son: Vivencia de Vitalidad referente a lo orgánico, biológico y fisiológico. Vivencia de Sexualidad que busca despertar fuentes de deseo y superación de la represión sexual, estimulación del erotismo, identidad sexual y la función del orgasmo. Vivencia de

Creatividad dada a nivel artístico y permitiendo la libre expresión al máximo. Vivencia de Afectividad referente a las ceremonias de encuentro con los otros y con uno mismo por medio de danzas que permiten el contacto con otros, las expresiones de afectividad y amor. Por último, la Vivencia de Trascendencia que significa que la persona va mas allá de una identificación con ella misma y los demás para formar un solo elemento con el universo, el logro de una *“armonía universal”*. (Manuales Escuela Colombiana de Biodanza, s.f).

Estas vivencias son trabajadas a partir de temas específicos, los cuales orientan la danza de cada quien. Sin embargo, es de aclarar que en la verbalización de la experiencia salen a relucir las vivencias de categorización formal pero expresadas por las personas de manera informal, es decir, dejando a un lado el lenguaje particular de la biodanza. En la medida que la persona se apropia de esta práctica, su lenguaje se va formalizando hasta el punto de utilizar en gran medida los términos propios del sistema terapéutico en cuestión.

2.1.6. Alcances y beneficios

Su aplicación en diferentes áreas sumado a la ilimitada población que trata, evidencian los alcances de esta terapéutica: en el área clínica de la medicina frente a los trastornos de tipo psicosomático, asma, enfermedad de parkinson, hipertensión, anorexia, bulimia, osteoporosis, entre otros. En el área social respecto al manejo de sí mismos frente a posibles estados de estrés, la relación con las demás personas y con el medio ambiente. Ambos campos trabajados desde lo que Toro llama “reeducación de los adultos”, es decir, el inculcar nuevos elementos que permitan experimentar y conocer el mundo de manera distinta, en donde el individuo es *“el protagonista de su propia vida”* (Manuales Escuela Colombiana de biodanza, s.f.). Es entonces como tal reestructuración sobre las creencias se da mediante un re – aprendizaje que promueve la misma práctica lo cual

conduce al individuo a adoptar un cambio a nivel afectivo, una reformulación de valores, de posiciones frente a la sexualidad, el erotismo, las relaciones interpersonales, y una modificación de sus sensaciones, emociones y sentimientos. Con ello, el individuo poco a poco se va moldeando o reestructurando de acuerdo a los preceptos de un nuevo conocimiento y se va incorporando a ciertas creencias y prácticas que lo llevan a establecer un cambio en su estructura de pensamiento, modificando así su experiencia ante la vida, su concepción de cuerpo junto con sus síntomas de bienestar o malestar, y sus relaciones con los demás en función de una crónica de identidad el yo. *“Re imprimir dentro del cuerpo una nueva dulce memoria de amor y vida”* (Manuales Escuela Colombiana de Biodanza, s.f.).

El esfuerzo para alcanzar los beneficios de biodanza -muy relacionado con la generalidad de la danza terapia-, esta integrado por dos partes fundamentales generando un cambio en el sistema de creencias personales. Por un lado el individuo sobre quien se aplica el conocimiento técnico del sistema experto, por el otro, el sistema experto concerniente en este trabajo. El primero, debido a que prima la experiencia particular considerando al individuo como agente activo en la atención de su salud y delegando con ello toda la responsabilidad sobre él. La segunda parte, además de instituirse en un medio para el alcance de la salud a partir de la reflexividad que induce, también puede ser considerado como un medio para controlar. Es decir, como todo tipo de danzaterapia, se promulga una libertad de expresión, pese a ello está restringida a efectuarse mediante un lenguaje particular, como por ejemplo, el lenguaje propio de biodanza puesto que solo mediante esos términos podrá ser válida y comprendida toda explicación alrededor de la salud a un nivel individual y en relación con el medio de acción donde participa. Por supuesto un medio relativo al sector de vida específico que maneje sus mismo términos como por ejemplo, el grupo de biodanza. Así como en otros ámbitos el lenguaje particular de este sistema experto sería ajeno e incomprensible, así mismo, dentro del espacio de biodanza

otros términos resultarían ser ajenos casi innombrables puesto que no serían coherentes con una ideología ya establecida. Luego, ciertas explicaciones alrededor de la salud y la manera de conducir la vida personal desde los lentes biomédicos es visto con cierto recelo y desaprobación siendo evidente en algunos casos sin necesidad de manifestación verbal alguna. Por ejemplo, el extracto de una conversación en alguna de las sesiones dio muestra de ello cuando se hablo sobre la información con la cual llega el recién nacido al mundo. El comentario partió sobre una reevaluación que se está haciendo desde la sicología la cual dice que al nacer se viene cargado con experiencias previas a la gestación y al parto. Frente a ello respondieron con ciertos comentarios y gestos en total asombro y desaprobación. –*“Pero cómo, si nosotros poseemos información celular? A lo que le responde la máxima representante del modelo de biodanza: - Claro querida!!! Eso lo sabemos nosotros, sabemos que tenemos preconciencia”*. (Relato Escuela Colombiana de Biodanza, Mayo 30 de 2001). Una reacción a una especie de injuria a su sistema de creencias análogo a una acción moral desaprobada por cualquier tipo de religión.

El control ejercido podría ser discutido debido a que el individuo se encuentra en la libertad de escoger que prácticas incorporar a su vida, sin embargo, una vez ingresa a ellas, la persona es invadida por la influencia y regulación que biodanza ejerce sobre sus modos de acción y expresión.

Por otro lado, se da una modificación de la personalidad e identidad del yo, pero a partir de lo que biodanza espera que cada individuo sea y sienta modificando e incorporando un nuevo sistema de creencias a partir de la fe y confianza que el individuo deposita en el sistema experto. Finalmente, se convierte en una especie de narcosis y adicción en la medida que una vez el individuo ingresa a este tipo de prácticas alternativas, difícilmente sale de ellas, incrementando por el contrario mayores posibilidades de ingreso, al contemplar las múltiples posibilidades que se le ofrecen inspiradas todas en el fondo por

un mismo lenguaje y propósitos. Aunque promulgan la autonomía e individualidad, los sistemas expertos relacionados al área terapéutica palpitan bajo mecanismos de mantener bajo su manto a los individuos tras la intención de ofrecer salud, bienestar y felicidad.

Luego, a un nivel general, el éxito de la propuesta de Rolando Toro se dilucida en la “fe” que las personas han depositado en biodanza, incorporando unas nuevas creencias y ligado a ellas, el lenguaje (códigos, términos, símbolos) que aquí se maneja. Sus alcances no tienen límite, ya que doctores (médicos, psicólogos, psiquiatras) y enfermeras delineados por los preceptos de la medicina científica, así como personas de otras disciplinas, se han salido de sus encasillados marcos de ver, comprender y vivenciar el mundo, recurriendo a la biodanza de forma participativa en principio, y tomándola luego en algunos casos como herramienta para trabajar con otras personas.

No cabe duda como la reflexividad de la modernidad está centrada en el individuo y los procesos psicológicos que en él se inculcan a partir de mecanismos terapéuticos de todo tipo. La organización de la vida personal y los cambios que sufre a lo largo de su existencia parten de una organización psíquica y emocional “orientando” como conducirse a lo largo de la vida. Una orientación que pone en manos del individuo la responsabilidad de sus actos, mas sin embargo, se hallan parcialmente dirigidos por la filtración de los sistemas expertos de conocimiento técnico sobre la vida personal quienes en últimas influyen en gran medida en la organización y planificación de la existencia de los individuos. Como dice Giddens *“los sistemas abstractos... intervienen en la formación y continuidad del yo”*. (Giddens, 1991:50). Podría decirse que la acción de los sistemas expertos funcionan como una especie de manto que oculta las pretensiones por controlar y regular a las personas ya que en cada práctica corporal, esta inmersa de manera implícita, una manera de ser y hacer en el mundo. En realidad, aunque se promulgue la

naturalidad en los modos de actuar de cada persona, no hay tal, siempre existe un patrón, un hábito y una rutina a seguir establecida por lo que los sistemas expertos creen conveniente.

Como trasfondo a toda pretensión por el desarrollo personal a partir de la autorrealización, autonomía, individualidad y encuentro de la felicidad y bienestar, se halla inscrito un propósito por unificar a las personas, cuyo control se encuentra desde los sistemas expertos y aquellos quienes tienen acceso a sus formas de conocimiento técnico.

El conocimiento que poseen y proveen los sistemas expertos está reservado sólo a aquellos que pueden tener los medios y modos de acceso. Para los otros que se encuentran al margen del conocimiento de aquello que se establece como secreto, accesible solo a quien es elegido por razones de medios y modos de acceso, no queda más remedio que entrar a participar dentro de la estructura del sistema experto cobijado bajo una ciega fe y confianza sobre aquello que le ofrece un camino certero hacia la seguridad para estar y ser en el mundo. Un medio que le ofrece herramientas para eliminar la angustia que le impide llegar a la felicidad y el bienestar, pero manteniendo la duda, comprensión total e incertidumbre de conocer a ciencia cierta todo el conocimiento que opera tras el sistema experto.

Se da pie a una especie de “iniciación” que da entrada a la revelación de su saber experto oculto en forma de “secreto” al ser inalcanzable por lentes inexpertos. El conocimiento que ha sido “codificado” bajo preceptos, ideas y nociones frente a la salud desde el modelo de biodanza es alcanzado sólo por quienes demuestran los modos y medios para alcanzarlo. De lo contrario se hará reserva del conocimiento puesto que *“la instrucción es un monopolio de una minoría celosamente guardado”* (Giddens, 1991:4). Aquello le da

un carácter distintivo y de especialización al conocimiento, en donde, al levantar un lenguaje particular se protege su diferenciación técnica, posicionando al sistema experto en ambientes de exclusividad.

CAPITULO 3

ESCUELA COLOMBIANA DE BIODANZA. ESPACIO DE LO SIMBOLICO PARA LA REALIZACIÓN PERSONAL. SU MIRADA EN LAS NARRATIVAS

1. La ambientación

Poco a poco se va ocupando la sala, espacio modificado de un apartamento del norte de Bogotá donde se llevan a cabo las sesiones de biodanza. Aunque no es muy amplio, puede albergar unas 35 personas aproximadamente, número apropiado que permite realizar los movimientos para la danza de cada quien de una manera más o menos cómoda, es decir, poderse desplazar con una limitada libertad por todo el lugar, con saltos, vueltas, giros y botadas al piso, guardando los límites corporales de las demás personas para no agredirlas ni lastimarlas. Pero no siempre se presenta de esta manera; en realidad la asistencia a las clases es muy fluctuante. Así como hay días de mucha concurrencia, hay otros de poca participación, tal es el caso de aquellas veces en donde no pasa de mas de 6 u 8 personas.

Sin embargo, la utilidad de este espacio no se restringe a las horas de la noche (de 7:00 a 9:00 p.m) de los martes y miércoles, -horario establecido para las clases de biodanza- pues esta es sólo una franja del día en la que este lugar permite algún tipo de actividad alusiva al tema de la “salud integral” y “crecimiento personal”. Así, es un espacio de seducción donde las personas poco a poco se van envolviendo y dejando cautivar por un ambiente completamente adecuado para la atención del individuo en variedad de formas. El espacio de biodanza no sólo se constituye en un espacio para la danza como medio para la reflexión a través de la metáfora del movimiento, sino que además, ofrece espacios para la atención personalizada en la escucha e interpretación de la narración de cada persona, además de ofrecer sesiones de masajes para restablecer el cuerpo de malestares originados por causas mentales, energéticas y principalmente emocionales, acompañado de reflexiones en torno a ello.

Una de las dos habitaciones del apartamento donde se realizan las sesiones de biodanza, es utilizada como “sala de juntas” o “sala de lectura”, por supuesto, de libros y revistas pertinentes a temas relativos a la salud integral, duelos por cualquier tipo de pérdida, feminismo, adolescencia, poesía, fisioterapia, monografías de grado de quienes se forman como facilitadores (sobre quienes hablaré mas adelante) y los Manuales de la Escuela Colombiana de Biodanza (resumen teórico compuesto de varios párrafos sin interconexión, lo cual dificulta la comprensión de quienes se acercan al tema sin ninguna orientación) puesto que las fuentes primarias especializadas en biodanza están quizás reservadas sólo a la consulta de Verónica Sanchez, la directora de esta escuela. La información teórica y metodológica de biodanza resulta accesible de manera completa solo a unos cuantos, algunos de ellos quienes han pagado durante tres años o más entre clases prácticas y teóricas, para su formación como facilitadores; otros, como aquellos que pueden contribuir al modelos teórico de biodanza mediante la investigación. Así, la totalidad de la información se mantiene oculta siendo soltada en la medida que se demuestra ser una persona de bajo riesgo para la legitimidad del sistema o un medio para engrandecer el modelo terapéutico. Así, se pone al alcance de las manos a aquellas personas que evidencian ser fieles devotos del sistema o quizás, aquellos quienes puedan contribuir a la profundización y divulgación de la información para enfilar mayores devotos a su lista de participantes. Es el caso de permitir investigaciones alrededor del tema desde lentes académicos como la antropología ó la sicología, por ser estas disciplinas de conocimiento especializado que podrían imprimir cierta legitimidad e importancia al tema. Por supuesto, ya que solo se quiere que sean dichas las cosas que más convienen, el comportamiento de los terapeutas es acorde con la información que es proporcionada en aras de mantener la buena imagen y legitimar la eficacia del sistema. Con ello, se asegura la permanencia del sistema experto en el medio terapéutico con una técnica que contribuye a la psicologización de la vida, constituida además como una estrategia de convencimiento y enganche a la práctica de biodanza.

De esta manera, las personas interesadas en conocer un poco más de lo que vivencian en cada clase, se deberán limitar a consultar los manuales de la Escuela Colombiana de Biodanza, con la previa autorización de la directora de la Escuela, o deberán limitarse a comprender tal información a partir del conocimiento de quienes se han formado en este sistema terapéutico, reproduciendo el conocimiento sobre la experiencia de cada persona que asiste a las sesiones de biodanza, o a las dos consultas de atención individualizada a las que tienen derecho los participantes por asistir mensualmente por lo menos una vez a la semana.

La práctica de biodanza se compone de una estructura donde sus partes son complementarias entre sí, es decir, tanto la experiencia y conocimiento del facilitador como la del participante en biodanza están en constante interacción. Así, están los facilitadores quienes poseen todas las herramientas teóricas y metodológicas para la divulgación del conocimiento y sus creencias sobre biodanza, actuando como detonantes y guías terapéuticas en el proceso reflexivo y experiencial de cada sujeto. Por el otro lado, están las personas que asisten a las sesiones con el fin de trabajar su propia subjetividad mediante la adhesión y aplicación al modelo terapéutico de biodanza, y así, siendo verificado por el facilitador toda creencia y conocimiento adquirido en su formación y propia experiencia. Esta conjunción de partes ligada a la implícita creencia de cada una al modelo explicativo de biodanza es la que da legitimidad y confirma la eficacia que se da en torno a este sistema terapéutico, a la vez que refuerza las mismas creencias que lo mantienen palpitando en tiempo y espacio. Y no es una legitimidad solamente al sistema terapéutico como tal, sino a la vez, a las creencias de cada persona sobre el modelo en que opto confiar, estructurando su yo, definiendo su identidad en la medida que se adapta a las nuevas creencias y nutre las preexistentes en cada uno.

2. Los participantes

Del tipo de gente que asiste aunque se presenta en un rango de edad bastante amplio, se marca una predominancia en mujeres por lo general de los 30 a 55 años. Con cualquier tipo de ocupaciones, desde las más rutinarias como las de oficina hasta las más variables como aquellas personas que se ocupan de todo y en todo. Así, puede encontrarse médicos del seguro social, profesoras, psicólogas, amas de casa, gerentes, estudiantes de todo tipo de carreras desde ingeniería hasta teología, en fin, todo aquel que esta interesado en incursionar en los nuevos métodos para el autoconocimiento y transformación personal según los preceptos del modelo alternativo.

Las mujeres, por el tipo de sensibilidad que manejan están más expuestas a ingresar a este tipo de prácticas. Ellas están más dadas a expresar sus situaciones de crisis a un público desconocido, pero semejante en la medida que comparten las mismas motivaciones que las conducen a participar en prácticas orientadas a la liberación emocional en pro de la salud. Situación contraria a como sucedería con los hombres, pues culturalmente los últimos por educación se les ha restringido manifestar su vulnerabilidad, desfogándola en otro tipo de actividades que igual, hacen de agentes liberadores, pero de una manera más reservada, es decir, rara vez se es explícito las razones de desfogue. Por ejemplo, está el deporte. En la mujer, la vulnerabilidad manifestada a través del llanto, las manifestaciones de cariño por medio de besos, abrazos y caricias, y la expresión de sus situaciones de crisis en ambientes particulares ha sido por el contrario, fomentado en la cultura, en las primeras socializaciones y a través de la creación de grupos donde se da paso a la liberación de la represión emocional y mental. Con lo anterior no se tiene la pretensión de hacer comparación entre géneros. No se quiere mostrar como biodanza es un espacio exclusivo de mujeres, sino más bien denotar su predominancia ya que la participación de los hombres se limita a un diez por ciento de la asistencia total. Son aquellos hombres que se han visto seducidos por los

propósitos de la terapéutica alternativa en general, encontrando en biodanza un medio que satisface a sus necesidades. Tampoco pretendo decir que en la mujer la sensibilidad es más profunda que en los hombres, simplemente es más abierta, de ahí su recurrencia en la creación de espacios que permitan la expresión a todo nivel.

Por lo general la primera motivación, del grupo focal, por la cual las personas llegaron al espacio de biodanza, parte de una búsqueda de sentido y una angustia por la vida misma, detonada por situaciones de crisis. Una búsqueda de sentido por comprender *¿Por qué se está haciendo lo que se está haciendo en el momento si no causa placer alguno? ¿De qué manera lo afectan las relaciones con las demás personas desestabilizando sus estados de bienestar al entrar en una ruptura o desequilibrio desde el área emocional?* Como ejemplo, está el caso de una mujer cuyo vida sentimental se hallaba completamente fragmentada y deteriorada a todo nivel: en las relaciones con su hija, su novio, y su compromiso con el trabajo. Entra en crisis debido a su desespero por no poder mantener relaciones estables en ningún ámbito y medio de acción, siendo la crisis en biodanza un estado que afecta la salud del individuo, ya que descompone su equilibrio. Su ruptura en un plano emocional le afecta la totalidad al punto de llevarla a sentir malestares de tipo corporal como desaliento y constante sueño; a nivel mental por una desestabilización en su autoestima. Y son tantas situaciones de crisis como edades presentes en el grupo. Jóvenes con un interés de reconocer su propio cuerpo ya que éste ha sido foco de problemas desde hace buen tiempo. O quizás el caso de vivir en constante inseguridad frente a lo que se hace y se dice impidiendo desempeñarse de manera gratificante en los diversos medios de acción. Un constante miedo e inseguridad frente a las capacidades que tiene para desempeñarse en el mundo, entrando en aquel tipo de angustia que intenta reconocer el ser del no ser. Cuestión que intenta encontrar salida a partir de la asistencia a una práctica corporal que busca inculcar una seguridad y control personal. O el tipo de angustia referente a la identidad personal, fragmentada

y carente de control precisamente por esa inseguridad que la embarga afectando los actos, pensamientos y creencias recopilados a lo largo de su trayectoria de vida.

Las crisis tienen predominio a partir de las relaciones de todo tipo: amorosas, con la familia, el trabajo, es decir, con lo otros; y las relaciones consigo mismo. Una crisis generada por la angustia de no tener la certeza de quién ser y qué hacer, de cómo relacionarse con el otro o los otros. Es por ello que se ha dado una tendencia de independizarse del mundo exterior buscando satisfacciones en primera instancia a un nivel individual que a un nivel relacional.

Lo colectivo viene a solucionarse en el momento que el individuo ha encontrado un camino para su desarrollo personal. Se promueve la independencia y desapego en las relaciones: *“Yo prefiero que mi hija tenga todas las relaciones que quiera, es más, me asusta que se vaya a comprometer en matrimonio, es una decisión complicada. Es más, yo en otro momento creo que no me hubiese casado”* (Relato Escuela Colombiana de Biodanza, Julio 10 de 2001). La evasión de las ataduras es una condición que ha podido ser permitida y desarrollada en la juventud de ahora, condición que es anhelada por generaciones anteriores, y que sólo puede ser realizable a partir del aliento que biodanza promueve por la individualidad, autonomía y expresión de las emociones.

Sin embargo, no todas las situaciones que inducen al individuo a entrar en prácticas orientadas a la reflexividad, parten de situaciones de crisis. Estas también se atribuyen a una tendencia a la psicologización de la vida cotidiana mediante la asistencia a prácticas sólo por el placer narcisista de atender a la salud en un plano individual. Una atención no solamente a nivel físico, sino también mental y emocional a partir de un sistema experto que ofrece su saber técnico y sus mecanismos simbólicos a favor de un consentimiento personalizado. Una atención a la particularidad de cada individuo desde lo que cada quien

quizás desea escuchar: lo más sano que hay en cada individuo, en especial, a nivel de cualidades para estar en el mundo de manera relacional, alimentando el ego en cada persona. Así, en algunas personas resulta ser la incursión a prácticas que apoyan el narcisismo y hedonismo. Cuando no se cumple la atención que requiere el individuo, conlleva al abandono de la práctica. Es una situación cíclica puesto que en la medida que se le presta atención arrojando confianza y fe al modelo de biodanza, mayor atención por parte del terapeuta hacia el paciente. De lo contrario se tiende a ignorar, no sin antes pasar por varios intentos seductores bajo el cometido de impregnar al paciente de razones para participar en la práctica.

Por lo anterior, la manera conocida en que han llegado otras personas del grupo focal al espacio de biodanza, se debe a la recomendación de las personas que asisten con regularidad, con fines de hacerle una atención a su salud de manera integral, por simple curiosidad, buscando un método que les ayude a combatir el estrés generado por el ritmo y presión de la vida moderna, o andan buscando reemplazar prácticas en las cuales estaban vinculadas en otros lugares siendo esto lo más parecido debido a que desean mantenerse en el tipo de ambientes donde no son juzgados, sino más bien halagados constantemente.

A lo largo de las sesiones, puede uno casi distinguir la gente novata de aquellos quienes asisten con regularidad sin necesidad que se diga verbalmente. Por lo general, quienes van por primera vez están toda la clase en total estado de atención, con los ojos muy abiertos pendientes de que dicen y hacen los otros, además de una timidez en su manera de moverse. A medida que pasa el tiempo y con éste su experiencia dentro de esta práctica, las personas se van soltando cada vez más. Sus movimiento son más relajados, su voz y respiración participa en los ejercicios dejando atrás aquella timidez que les impedía siquiera soltar un suspiro. Se vuelven más relajados frente a las actitudes de

los demás como lo es el llanto, las caricias entre dos personas del mismo género, las botadas al suelo acompañado de una especie de convulsión o de auto estimulación que lleva consigo la caricia del propio cuerpo. Y aunque no se puede negar que para algunos esto en primera instancia es impactante, a medida que se adaptan al lugar y las circunstancias, estas actitudes se hacen más familiares.

3. Los modos y medios de acceso

Los individuos en su asistencia a las sesiones de biodanza, se van adoptando al sistema de creencias de esta práctica, modificando sus modos de acción dependiendo del medio de acción donde se desenvuelve. Esta el caso de un asistente que sólo puede ser consecuente con la práctica de biodanza, en un sector de su estilo de vida. En las sesiones de biodanza se siente en la libertad de desfogar sus emociones y sentimientos amorosos hacia las demás personas. Pero en su ámbito laboral, tales manifestaciones deben ser contenidas puesto que los códigos que allí se manejan son ajenos a lo que ha incorporado desde la biodanza. El carácter simbólico frente a las caricias, abrazos y sonrisas como mecanismos que generan estados saludables pierden quizás sentido puesto que el lenguaje manejado en este último medio de acción es completamente diferente al presente en biodanza. Pero no es una pérdida de sentido total, puesto que de todas maneras, el individuo continúa creyendo en aquello que le ha funcionado para alcanzar algo que entiende como crecimiento personal.

Entre el grupo que tengo focalizado se encuentra un número de personas a las que se les dá el nombre de facilitadores, definidos como personas que han optado por ahondar en el sistema terapéutico de biodanza, pues a partir de su propia experiencia, pueden dar testimonio de los beneficios que esta terapia ofrece. Su formación certificada dura tres años (tiempo necesario para que tenga transformaciones en su existencia), pero quien decide aplicar a ello debe cumplir ciertos requisitos: ser profesional en algún

campo, haber tomado con anterioridad 50 clases (\$750.000 pesos en 1 año con asistencia una vez a la semana, o la mitad de este tiempo si asiste dos veces por semana). Una vez a pasado este tiempo, puede comenzar a tomar los talleres vivenciales, siendo 27 en total, 20 talleres con énfasis en el marco conceptual y los 7 restantes para profundizar en las metodologías; y por supuesto, sin dejar de asistir una vez a la semana a las sesiones. Los talleres vivenciales son iguales que una clase regular con la diferencia en que se da en mayor intensidad horaria (un fin de semana, 8 horas cada día, y no dos horas como el martes o el miércoles), sumándole a ello un módulo teórico dictado el viernes con una duración de 4 horas. Todas las personas tiene acceso a estos talleres de fines de semana, realizados cada comienzo de mes, con la diferencia que no necesariamente deben tomar la parte teórica, si así lo deciden, el costo será de unos 25.000 pesos más barato, es decir, unos 140.000 pesos para quien no busca el certificado de facilitador, si está en entrenamiento el costo sube a \$165.000 pesos (en total 1'485.000 en 3 años). Luego, la inversión total de quien quiere ser facilitador es de 4'485.000, equivalente a uno o dos semestres en alguna prestigiosa universidad de Bogotá.

Todo el conocimiento del sistema experto en cuestión presenta una posibilidad de acceso desde los agentes profanos, siempre y cuando existan los medios y los modos para acceder a él. (Giddens, 1991). Los elegidos para acceder a sus misterios deberán rallar entre la fe y confianza sobre la ideología de biodanza para evitar posteriores alteraciones en la legitimidad del sistema, y unos medios económicos que sustente la formación en el sistema al cual se quiere entrar a formar parte. De ahí que se insista en tomar como mínimo 50 sesiones las cuales aseguran en enganche del individuo a la práctica de biodanza bajo un pleno convencimiento de sus beneficios.

La falta de legitimidad que estas prácticas tienen por ser educación no formal ponen en

duda la participación de algunos tanto para la formación como facilitador, como en el rol de paciente del sistema terapéutico. Sin embargo, en los últimos años ha venido obteniendo mayor reconocimiento, no solo a nivel social sino institucional. Usted ya puede encontrar información sobre este tema en el Ministerio de Salud y la Organización Panamericana de la Salud totalmente aprobada.

La permeabilidad frente a las prácticas terapéuticas en las cuales incursiona el individuo son sólo permeables en la medida que existe la confianza y la fe sobre ellas, alimentados por sentimientos de esperanza frente a un cambio individual saludable que puede ser generado a partir de biodanza. Confianza que en los términos de Giddens dependen de una aceptación conciente e inconsciente. Conciente por el razonamiento de ver a biodanza como una práctica médica legitimada por su costo, su reconocimiento por reconocidos organismos como la OMS y la PAHO, y su reconocimientos social a partir de los comentarios de quienes asisten dando referencia de su efectividad. Inconsciente en la medida que se adhiere al discurso de biodanza con todos sus conceptos, desconociendo en un principio sus efectos, significados y resultados. El individuo confía su salud mental y emocional a una práctica de la cual en un principio le son ajenos e incomprensibles sus mecanismos simbólicos, su manera de tratar y explicar la salud ligado al propósito de realización personal. Así, el individuo se integra a una práctica sobre la cual, en un principio, no tiene la certeza sobre su eficacia. Confía simplemente, y en esa confianza, va incorporando la simbología característica del modelo de biodanza a sus sistema de creencias, obteniendo con ello resultados positivos que motivan a continuar en la práctica.

Como en la generalidad de las prácticas alternativas, la inversión en biodanza no solo en dinero sino también en tiempo es vital para el autoconocimiento. Por eso, 3 años fijando la atención en sí mismo todo el tiempo, anotando en un diario cada cosa que sucede en

todos los planos: físico, mental, espiritual y sumándole el social, le permitirán alcanzar el objetivo deseado: autoconocimiento junto al desarrollo de un autocontrol y transformación personal que le permita pasar a desarrollar procesos con los demás. El conocimiento alcanzado se verifica mediante una monografía avalada por el “Institute of Biocentric Foundation”, a quien el facilitador presenta como resultado un escrito con todo el lenguaje de biodanza completamente incorporado. Es la verbalización y materialización de su comprensión frente a las acciones simbólicas, narradas en un lenguaje particular.

3.1 La seducción del modelo

Continuando con el relato... en el lugar existe otra sala que hace parte de la privacidad y confidencialidad que la directora de la Escuela dedica a sus clientes, lugar donde hace masajes y consulta personal. En un principio como todo entra por los ojos, el cuarto está decorado con los diplomas en fisioterapia, especialización en tanatología, Magíster en Administración en Salud y diploma que certifica el título de facilitadora de biodanza a Verónica Sánchez (VS), formada directamente por su fundador, Rolando Toro. Diplomas que le dan cierto aire de profesionalización y confiabilidad, ya que el conocimiento hay que sustentarlo de alguna manera, en especial, respecto a este tipo de prácticas que no gozan de un total reconocimiento social. Además, el lugar está decorado con unos cuantos afiches alusivos a la nueva era y a biodanza, como aquellos congresos realizados en fechas pasadas o el de la “flor de la vida” vista ya en lugares que manejan temas de la medicina alternativa como consultorios o programas de televisión. En una mesita ubicada al lado de la camilla de masajes se puede ver como está casi saturada por todo tipo de piedras y cristales de diversos colores puestas sobre plaquetas de cuarzo, recipientes de madera, barro o metal y aceites de estimulación olfativa y táctil. A los pies de la cama, una cobija, lista a ser utilizada por cualquiera, quizás como muestra de informalidad y confianza: “... *querida, aquí siéntete como en tu casa...*” (1ra Sesión

Terapéutica Verbal. 2001).

Los diplomas hacen parte de toda una gama de conocimiento académico reconocido a nivel social por los títulos que se le dan: profesional, especialización, magíster. Cada uno de ellos de un mayor rango, permitiéndole actuar bajo una legitimidad y profesionalización sobre la atención en la salud, que el solo título de facilitadota lo obstaculizaría. El discurso de biodanza, sus términos y conceptos se hallan camuflados en medio de otros reconocimientos académicos de mayor reconocimiento social, desde lo médico y administrativo, pero en el fondo, relegados a un segundo plano puesto que la prioridad es dada a la ideología de biodanza. A partir de la legitimidad de los títulos de mayor valor se pretende validar y reconocer como efectivo el modelo terapéutico de biodanza. Finalmente, un “certificado” es tomado como algo que puede ser adquirido por cualquiera ya que el conocimiento que posee no es elaborado en profundidad.

El ambiente del consultorio y del apartamento en general gozan de un matiz de seducción reforzado por el discurso de la directora de la escuela, representación del sistema de biodanza. El cliente o paciente no necesariamente ha de hacer uso de todos los elementos que allí se le ofrecen, más sin embargo, son usados para que cada quien *“pueda componer a la carta los elementos de su existencia”* (Lipovetsky, 1986:19). Y es que la multiplicidad de opciones que se presentan para que cada quien construya su propio yo y con ello modifique su sistema de creencias alrededor de la salud y el bienestar no está limitada sólo a la diversa gama de modelos alternativos, sino que, dentro de cada una de las técnicas o sistemas, se presenta una multiplicidad de elementos a escoger para tal fin. Verónica Sánchez podría decirse, actúa como el actor seductor que se mueve al margen de un “proceso de personalización”, diversificando la oferta del modelo terapéutico en el que cree, agregándole más elementos situados por fuera de los marcos teóricos de biodanza, pero que permiten ampliar sus posibilidades de difusión a la

necesidad y creencia de cualquier persona que asiste allá. *“Todas las opciones, todos los niveles pueden cohabitar sin contradicción ni postergación”* (Lipovetsky, 1986:11), por eso, todas las explicaciones, aunque fuera del modelo teórico de biodanza, son bienvenidos para la conformación o refuerzo de la nueva identidad singular de cada sujeto y a la realización personal.

De ahí que las diversos reconocimientos académicos y la variedad de objetos que ofrece en su consultorio, están a disposición para satisfacer la libertad combinatoria de cada persona. Así, el discurso puede variar desde la más pura teoría propia de biodanza, hasta un complemento dado por elementos de tanatología, fisioterapia o la explicación de los puntos y canales de energía corporales. En cada persona está la decisión para determinar qué cree sobre el discurso que se le presenta y qué productos desea incorporar a su mercado de ayuda terapéutica en pro de un proceso de personalización.

Se ofrecen diversidad de estrategias para enganchar mayor público a la práctica terapéutica y mantener aquellos que han empezado a asistir. Estrategias de mercado que apuntan a la complacencia y beneficio del paciente y del mismo terapeuta. Para el paciente el bien hacia su salud psicológica, física y emocional. En el terapeuta, su bienestar económico y la satisfacción de sentirse agente activo en pro de la salud de los otros.

Una de esas estrategias esta basada en un rasgo de seducción que embarga todo el ambiente haciéndolo atrayente, persuasivo, incitador, fascinante y sugestivo a todo aquel que asiste a él, con el consecuente resultado de atrapar al individuo en una rutina sobre las prácticas que allí se desarrollan: la danza, conferencias o consultas personalizadas. Es la estrategia comercial fundamental que implementa el modelo de biodanza, que al ofrecer un ambiente de tranquilidad y bienestar recibe a cambio un seguro para su

mantenimiento en el medio de los sistemas expertos relativos al área terapéutica, con ello, una seguridad económica sobre quien dirige la práctica. Es una seducción que transportan al individuo a una especie de estado anestésico desencadenado en propósitos hedonistas. Es una seducción que ofrece el bienestar y la felicidad a través de la estimulación hacia la obtención del placer en todos los sentidos. En el ambiente que se respira, a incienso o esencias de “efectos relajantes”; visualmente por la claridad de los colores, en la generalidad, el blanco como símbolo de paz y tranquilidad. Un color que es implementado en las paredes, algunas velas que adornan el lugar y el vestuario de quien dirige cada sesión. El blanco mezclado con colores tierra que inducen a la calidez. Estimulación sonora por el silencio que embarga el lugar, interrumpido de vez en cuando por las cálidas palabras de afecto de los unos hacia los otros. O en las noches, la inundación musical de todo tipo de ritmos agradables a la generación que asiste a las sesiones.

La directora de la Escuela Colombiana de Biodanza, el agente seductor por excelencia de este sistema, implementa todo tipo de herramientas, utilizadas bajo la certeza sobre que es lo que buscan quienes asisten allá. El tono de voz es controlado, siendo uno dentro de las sesiones de biodanza y respecto a quienes asisten al lugar, y otro cuando se sale de toda relación frente a la biodanza. La afectividad es la fuerza que la caracteriza. Es una seducción de tipo maternal más que erótica y sensual al dar a entender como su escucha y comprensión están siempre presentes. Es la representación de un ente generador de una sensación de bienestar y felicidad mediante la proyección que tiene hacia los demás.

Es una seducción calculada. Sin mostrar mucho ni muy poco. Al ofrecer tanto cae en el riesgo de verse como una seducción encaminada hacia propósitos estrictamente comerciales; si se tiende a contener información u ofertas, no permite que las personas que asisten al lugar se sumerjan en ese estado de narcosis que inducen los objetos y

acciones que allí se desarrollan en especial atención a cada individuo. Es una seducción que encanta precisamente por el cumplimiento de un narcisismo oculto en cada uno de los asistentes, no entendido precisamente como una patología, sino como aquella exclusiva atención que buscan los individuos, en especial en épocas de crisis, un narcisismo que centra la mirada en sí mismo para la realización en un sentido psíquico y emocional. (Lipovetsky, 1996). Es la atención que gira alrededor de una acción tendiente a consentir a cada persona desde lo que la experiencia corporal le puede permitir por la estimulación de los sentidos y las emociones.

3.2. El consumo

La mayoría de los elementos que se encuentran en la habitación donde se hace consulta personal, son objetos de consumo para “ayudar” a equilibrar el cuerpo en cuestiones energéticas a través de la activación de los sentidos. Su precio puede variar, desde 2.000 pesos una piedrita de topacio o lapislázuli, hasta 30.000 pesos una placa de cuarzo de variadas tonalidades. Estos elementos aparte de estar expuestos a las personas en el consultorio de Miriam Sofía, se hallan formalmente presentadas justo en la recepción del apartamento, en una estantería sobriamente decorada junto a las cajas de c.d que reproducen una clase de biodanza. Claro esta, un c.d que de ninguna manera reemplaza una sesión personalizada, sino más bien, una herramienta más que vuelve y ofrece a la biodanza como un estilo de vida, presente en cualquier momento del día y al alcance de todos “aquellos” que “invierten” un poco más en su salud, en “su vida”. La manera en que se organizan los objetos está impregnada de la seducción que intenta encantar a quien observa y empieza a involucrarse dentro del sistema de creencias de salud y bienestar que giran alrededor de biodanza.

La inversión se constituye en uno de los elementos característicos del discurso del modelo alternativo: invertir en uno mismo, sacarle tiempo a..., abrir espacios para...,

consentirse a uno mismo dándose gusto en..., porque desde el individuo se va a dar solución a muchos malestares, y sobre él es donde se deben poner todas las fuerzas. Es apostarle a la personalización e individualidad hedonista del ser.

El proceso de personalización está muy ligado a esa tarea de invertir en uno mismo. El promover la realización personal por una singularidad subjetiva, una autenticidad incomparable en el fomento de la propia personalidad e identidad conlleva a una transformación de los estilos de vida ligada a una “revolución en el consumo”. (Lipovetsky, 1996). Una nueva forma de consumo que permite el cumplimiento de los deseos y placeres del individuo satisfaciéndolo a todo nivel, en su bienestar físico, psíquico y emocional. Al invertir sobre la salud, el individuo obtiene como ganancia la tranquilidad, el bienestar y la felicidad, modificando su estilo de vida al reorganizar el tiempo, las relaciones sociales y la misma economía. Así, se hacen exclusivos ciertos horarios o fines de semana para cumplir con la rutina de asistir a la práctica de biodanza; las relaciones sociales se modifican al transformarse el sistema de creencias, siendo necesario en algunos casos, incrementar nuevos sectores de estilo de vida debido a que los anteriores ya no encajan dentro del nuevo que se está viviendo. Por último, la economía se reestructura al seleccionar los intereses que se privilegian hacia el proyecto de realización personal.

El espacio de biodanza se constituye en el mercado que pone al alcance de la mano todo aquello sobre lo que se quiere invertir para un consecuente logro de bienestar y salud. Así, en el transcurso del día el espacio y horario de la Escuela Colombiana se presta para diversas actividades, gustos y necesidades: por quienes van a pasar sus tardes allá tomándolo como refugio, como lugar de estudio e investigación, como lugar de relajación y desbloqueo de energías a través de un masaje terapéutico, o al comenzar la noche, teniéndolo como un lugar que le permite un encuentro consigo mismo y con otros iguales a quien asiste, algunos en parte, en busca de un espacio para la reflexividad de la vida

misma a partir del movimiento, la danza. Un espacio para cambiar de rutina, para cambiar su manera de ver la vida, para tomar una terapia que abarca todos los planos: mental, emocional y corporal. Un espacio que contribuye a la estructuración de la persona, de la “identidad de un yo” en torno al alcance del bienestar.

Siguiendo con la descripción del lugar, lo cual habla mucho de lo que allí sucede, a la entrada del apartamento, en el lugar que podemos llamar hall se halla una pequeña recepción dotada de una larga banca que mira justo frente a un mapamundi marcado por los países que trabajan bajo los lineamientos de biodanza. En Colombia las marcas están puestas sobre: Barranquilla, Medellín (según VS se cerró hace un tiempo porque la única facilitadora que allí había entró en crisis, por falta de tiempo en su proceso de autoconocimiento) y Bogotá. El anuncio de los lugares donde se practica biodanza le confiere mayor credibilidad y legitimidad al sistema. Finalmente, aquellos artículos de mayor consumo son los más popularizados, siendo aquellas “marcas” en el mapamundi una prueba que genera confianza y fe en cada individuo, favoreciendo la inversión sobre el sistema de biodanza.

4. Biodanza y el simbolismo de los actos

Cada sesión es efectuada como un ritual donde se establecen unos mínimos parámetros de ubicación espacial, indumentaria, normas implícitas a seguir y los efectos que han de generarse en cada individuo. La gente va llegando y se va poniendo mas cómoda, deja a un lado su ropa formal: faldas, sastres y trajes de paño, tacones o zapatos de calle, reemplazándola por unos pies descalzos y ropa muy holgada que permita una cómoda movilidad. Los más antiguos van dando la pauta de lo que ha de hacerse, los nuevos observan y siguen las normas implícitas del lugar. Así, aquellos que por primera vez danzaron con sus ropas de oficina o cotidianidad, a la segunda y próximas veces su vestuario se adecua a la ocasión. Una vez la gente se va poniendo más informal pasa a ocupar la sala principal. Allí forman un circulo en el suelo, casi todos sentados en posición

de loto. VS, la directora de la Escuela, se sienta en su lugar de costumbre, justo al fondo del salón, lugar que le permite la visibilidad de todo aquel que llega, y donde se sienta. Precedido por un saludo afectuoso a todos los que están presentes -algunas veces acompañado de un corto relato de sí misma sobre el día, la semana o el fin de semana que tuvo, o la continuación pública de una conversación iniciada con una o dos personas,- la gente pasa a narrar sus experiencias al igual que lo ha hecho VS. Ella da la palabra siguiendo el orden de derecha a izquierda o viceversa. Algunas personas se extienden equiparando el tiempo de aquellos que no dicen mas que: *“bien, estoy en un momento gozoso”* (Relato Escuela Colombiana de Biodanza, Julio 11 de 2001) ó *“bien... aprendiendo de la vida”* (Ibid, Julio 4 de 2001).

Los “iniciados” o lo que es lo mismo, aquellos participantes que en un principio llegaron desprovistos de la más mínima norma de comportamiento, evidencian su transformación. A medida que pasan las sesiones el conjunto de relatos se va haciendo más familiar y homogéneo en donde los hechos se extiende a la adopción de un mismo lenguaje y actitud. Es así como puede uno ver en quienes llevan bastante tiempo allá (y los más comprometidos y devotos al cuento) que incorporan un tono de voz bajo, un lenguaje metafórico, una explicación de los males alusivos todos a la emoción y encarnados en el cuerpo o desde los términos que maneja biodanza, una dualidad de sentimientos en donde se está mal pero feliz, una libertad en la expresión en el sentido que no hay nada que guardar como si el espacio de biodanza fuera el espacio donde no se han de sentir juzgados ni reprimidos, una adopción de abrazos y besos cada vez que se puede.

“Estoy en un punto de canalizar. He descubierto varias cosas. Hablando de Díóniso... creo que mis órganos se están despertando poco a poco, hay sensaciones nuevas, más nítidas, más profundas, contradictorias, caóticas. Trato de estar tranquila y reconociendo esa nueva sensualidad o ese nuevo erotismo mas vivo ahora, más vivo que cuando era joven... Entonces ese erotismo que me gusta, lo he revivido durante la clase y lo

he recuperado como he recuperado mis sueños. Son 2 nuevas sensaciones que me están invadiendo... pienso, si tengo tanto erotismo porque no lo puedo encauzar en una alegría de bienestar conmigo y para el otro".
(Relato Escuela Colombiana de Biodanza, Junio 19 de 2001).

"Hoy consentí mi cuerpo con dolor" (Ibid. Julio 10 de 2001).

"Estuve en fiesta con Dióniso... que placer" (Ibid, 14 de Agosto de 2001).

Es un lenguaje que solo puede ser entendido en la medida que puede ser comprendido su significado. En primer lugar, la referencia a Dioniso o Baco se refiere al dios de la exaltación y el placer, perfecta figura que encaja a las pretensiones del mundo contemporáneo de alcanzar la salud y bienestar por medio de la realización hedonista. Parte de la historia cuenta como este dios seduce enseguedadamente a un extenso cúmulo de mujeres quienes comienzan a desenvolverse dejando atrás todo tipo de represión, por acción de un licor de uva que él inventó. Un "divino néctar" que libera del dolor y la pena, haciendo olvidar los infortunios de cada día. Las mujeres entraban en estados de comportamiento eufórico como lo demuestran las danzas irrefrenables y llenas de éxtasis. Allí incursionaban en nuevos comportamientos alejados de la normalidad de la vida cotidiana, y extrañando por ello la mirada que los hombres dirigían hacia ellas.

Respecto a lo anterior, la fiesta con Dióniso es un sentido metafórico para mostrar como las personas que relatan sus experiencias en referencia a él, han alcanzado un estado de ruptura y liberación frente a acciones que antes eran reprimidas. *"Mayor sensualidad, mas que cuando era joven"*, represión que quizás es bien común en la generación de personas adultas que asisten a biodanza, impuesta por agentes externos como por ejemplo las cuestiones morales implantadas por la iglesia, la familia y la sociedad en general. Luego, represión cultivada en el interior de cada individuo afectando su psiquis y su emoción. Aunque la historia de Baco hace referencia a un culto en su mayoría de mujeres, su seducción es tan amplia que afecta a ciertos hombres. En los asistentes a

biodanza genera una liberación en los estereotipos y preconceptos, liberando tanto a hombres como mujeres frente a la concepción de las estimulaciones táctiles como las caricias, los besos y abrazos, sin cargarla de un contenido erótico y homosexual.

La fiesta de Dióniso permite el encuentro del placer tanto en lo que sucede por fuera como dentro de cada quien. Un placer estimulado por el contacto con los otros en una analogía de ritual orgiástico en donde la autoestimulación y estimulación colectiva conllevan a estados de placer, descifrados por los participantes como estados de inmenso bienestar y felicidad. Luego, el bienestar es un logro que se constituye por la liberación y ruptura de represiones cimentadas en el interior de cada individuo y materializada por sensaciones de malestar y displacer.

El encuentro con Dióniso es un evento sólo comprensible por quien lo vive, como dice la tragedia de Eurípides frente al sentido de los símbolos: - *“Sólo a los iniciados en los misterios de Dióniso es lícito saberlo”*. (Garibay, 1993:482). Así mismo sucede con la práctica de biodanza, sólo quienes están inmersas “completamente” en ella pueden comprender el significado de lo que allí se dice. La particularidad del lenguaje se hace común y comprensible en la medida que se tiene mayor acceso y contacto con él.

Después de hacer las primeras narraciones, el ritual continúa. Verónica Sánchez da el aviso para ponerse de pie y pide a todos que se cojan de las manos. Cuando hay mucha gente, se hacen dos círculos, mirándose frente a frente los dos. Todos se toman de las manos, cierran los ojos y comienzan a “danzar” en una suave ondulación que involucra cabeza, tronco, brazos y piernas, lentamente, casi sin desplazamiento alguno, caminando imperceptiblemente hacia la derecha o izquierda aún tomados de las manos, acompañados de una música muy suave que puede ser zamba, música sufi o celta. Música específica debido a la particularidad de los estados que genera. La samba dirigiendo a

las personas a la liberación de la sensualidad y el erotismo. Los movimientos ondulantes y eufóricos que genera saca a los individuos de represiones que están manifestadas en el interior de la persona. La música sufi presente como un elemento que ayuda al individuo a experimentar sensaciones de tipo místico, de conexión con la totalidad del mundo, del “universo” y las demás personas. Es inducir a una experiencia por la sublimación de la espiritualidad.

En algunos rostros se observa una expresión de placidez, hay otros que se encuentran un poco débiles de ánimo bajan la cabeza y respiran profundo, y aquellas personas que van por primera vez mantienen sus ojos abiertos, cerrándolos de vez en cuando para estar alertas a lo que sucede a su alrededor. Cuando termina la música, todos abren sus ojos, y la luz de la sala sube su intensidad a la par que la gente va soltando las manos de manera delicada, como si no quisiera hacerlo. Aquellas personas que manifestaron no estar muy bien, muestran cierta expresión en sus rostro como una intención de querer llorar, arrugan la frente, aprietan los ojos, o simplemente, es como una contracción de la cara y el cuerpo entero, pero aún, esa acción no se hace efectiva, aún no se a dado algo que la detone por completo. Por el contrario otros muy felices, parecen niños desplazándose por toda la sala, moviendo el cuerpo como si tuviesen polvo pica - pica, muy ansiosos al siguiente ejercicio que propondrá VS.

Cuando alguien nuevo llega, todas estas situaciones le son un tanto extrañas, pero a medida que pasa el tiempo, va familiarizándose con este nuevo lenguaje y su estructura del yo se va modificando. Cada una de las situaciones a las que se expone la persona para la elaboración o refuerzo de su propio yo está contagiada de simbolismo y significado. El llanto, las risas, las caricias, los abrazos e incluso la metáfora del lenguaje son elementos que se adhieren a la estructuración de la identidad de cada persona. El permanente

cuestionamiento sobre sí mismo conduce a estados donde se hace manifiesto este lenguaje presimbólico que denota bienestar o malestar.

No hay mucho intervalo de tiempo entre ejercicio y ejercicio, la pausa es tan larga como el conjunto de risas que se da entre cada canción, el tiempo que le toma a VS llegar de nuevo al equipo para cambiar el C.D y dar las nuevas instrucciones. Ahora, cada quien debe encontrar un lugar en el espacio para poder realizar su propia danza, desde lo más profundo de cada uno, como cada persona lo quiera realizar, de manera natural, dejando a un lado cualquier estereotipo de movimiento. La consigna es prestar atención al propio cuerpo y a los pensamientos, en resumen: a uno mismo en totalidad. El ritmo de los órganos internos, la respiración, las sensaciones, sentimientos y emociones que poco a poco van aflorando del leve letargo, el peso del cuerpo, la fluidez o pesadez con que se mueve y desplaza, cada pensamiento que entra y se deposita negándose a salir, aquellos que permanecen latentes, o aquellos generados por la acción del día vivido. Como está escrito en líneas anteriores, cada ejercicio tiene su temática, y aunque el movimiento casi siempre sea el mismo, el sentimiento, sensación, emoción y pensamiento con que se hace y termina varía.

Ya unas personas a partir del efecto de la música, las palabras de inicio del ejercicio y el propio movimiento han activado al llanto. Unos entienden que sucede, se ha destapado aquello que producía malestar *“..había un dolor permanente que no me dejaba como irme, y me daba envidia de ti (a quien lloro), poder destapar así...”* (Relato Escuela Colombiana de Biodanza, Julio 4 de 2001). VS observa lo que sucede pero simplemente deja que “fluya”, que cada quien pare de llorar cuando tenga que parar, por lo cual sin mayor pausa continua hacia el siguiente ejercicio.

El “fluir” al que se refieren en la práctica en cuestión es una especie de analogía a todo

fluido presente en la naturaleza como el circular de la sangre, la respiración continua o el correr de un río. El freno de éste se debe a algún tipo de bloqueo bien por acción de fuerzas externas como el producir un estancamiento del agua por acción humana, o puede darse un bloqueo a nivel circulatorio por acción del mismo organismo. De la misma manera, el individuo en su interior genera bloqueos y represiones que pueden estar influenciados por efectos, quizás traumáticos, como consecuencia de la relación con el medio ambiente o las otras personas. O pueden ser bloqueos generados por el mismo organismo como aquellos de tipo emocional y energético. El desbloqueo solo puede darse en función de un fluir de las acciones: del llanto, la risa, las palabras, cualquier acción que tenga por efecto una consecuente sensación de bienestar.

Lentamente va introduciendo ejercicios que encaminan a establecer contacto con las demás personas. Junto con una música más alegre, puede ser New York – New York o algo de los 80's, pide a la gente que se desplace por el espacio mirando a las personas a los ojos, y reaccionando frente a ellas según lo que cada una le provoque. Un beso, un abrazo, una mueca, un grito, una risa, una pirueta, una caricia, cualquier monería son algunas de las reacciones de la gente, y claro, la euforia que produce la música, pues la mayoría se siente familiarizada con los temas que ponen, saben sus letras y sus pausas. Más risas y abrazos se enlazan con el siguiente ejercicio. A medida que avanza la clase, el contacto corporal va aumentando. Ahora, por parejas el ejercicio consiste en tomarse de las manos e ir danzando al ritmo de la música en coordinación con el ritmo que lleva el compañero. Algunas veces este ejercicio se hace con ojos abiertos, otras con ojos cerrados. El segundo caso resulta ser más cómodo en especial para aquellos que van por primera vez, por ejemplo aquellos que no acostumbran a ver dos hombres bailando con tanta cercanía. Los ojos cerrados permite dejar a un lado el juicio que da la observación. Con ello, los otros sentidos se estimulan: la textura y calor de la otra piel, la respiración con su temperatura y humedad, la presión táctil sobre las manos, la libertad del

pensamiento, la ansiedad por ver que pasa con los otros, la percepción de las otras y propias secreciones corporales.

La baja intensidad de la luz facilita estos ejercicios para quien hasta ahora está incursionando en biodanza. Los otros, aquellos que llevan varias sesiones asistiendo, la luz pasa a ser un elemento ajeno a sus ejercicios pues ya no importa. Existe mayor confianza, tanto en lo que pueden hacer ellos mismos con su cuerpo, como hasta donde puede llegar su movimiento frente a los demás. Así, el movimiento se ha hecho más suelto, amplio, abarcando mayor espacio, y cuando se pide, el contacto visual con los otros es más prolongado. El movimiento va acompañado de sonidos como suspiros, sollozos, tarareos o sonidos guturales.

Los actos simbólicos presentes en la sesiones de biodanza desde el ingreso al espacio para la danza, como lo que allí sucede conlleva a construir un lenguaje. Se establece un diálogo entre la facilitadora como persona que orienta el trabajo terapéutico, y los asistentes a las sesiones. El enlace de tal estructura se presenta en la medida que se complementan mutuamente. La facilitadora induce los medios simbólicos para el alcance del bienestar y la realización personal a partir de la reflexividad de los actos simbólicos y metafóricos; los asistentes legitiman tales creencias con su asistencia y participación, además de ser el medio material donde se ven aplicados los mecanismos simbólicos que apuntan al alcance de la salud.

Es un diálogo establecido entre facilitadora y pacientes mediante ritos y símbolos que sólo son comprendidos dentro del espacio terapéutico donde se realizan las vivencias de biodanza. Unos rituales conformados por la manera de entrar al lugar donde se realizan los ejercicios, la forma de vestir, la disposición del lugar, la ubicación del individuo en el espacio, la escucha y atención hacia el facilitador, los ejercicios establecidos como

viviencias, metafóricas de la vida cotidiana, el alcance de un propósito que apunta a la adoración a sí mismo, el culto al propio cuerpo como vehículo de la experiencia. Todos los anteriores, rituales que apuntan hacia el propósito de incorporar nuevas estructuras de pensamiento y creencias frente al cuidado y entendimiento de la salud. Una experiencia que es asociada a la totalidad de las experiencias del individuo puesto que todas lo afectan, desde lo mental, psíquico o emocional.

Los siguientes ejercicios involucran 3, luego 4 personas, hasta hacer grupos de 6 o 7 personas. Todos cogidos de las manos, observándose entre sí, acompañado de las sonrisas que nunca faltan. La idea de bailar en grupo es reconocerse frente a los otros, pues primero se da un cambio individual para poder cambiar aquello que está mal socialmente. Según VS:

“Si los problemas son grupales, las soluciones también son grupales, para que esa energía empiece a fluir necesitamos darnos cuenta que hacemos parte los unos de los otros. Estamos ligados mutuamente, y la raza humana es una sola. Biodanza es una invitación constante a mirarnos y sentirnos en los otros. Así se haga biodanza con los ojos cerrados, se perciben a los otros”. (Relato Escuela Colombiana de Biodanza, Julio 11 de 2001).

Así, el trabajo comienza siendo individual, concentrados en cada uno desde las sensaciones, emociones y sentimientos *“Lo que me he dado cuenta es que he tratado de sentir mi cuerpo de una manera distinta... aquí he sentido más la conciencia al interior del cuerpo que de manera externa con posturas... y... que todas las sensaciones y sentimientos se manifiestan corporalmente”. (Escuela Colombiana de Biodanza, Junio 13 de 2001).* A partir de cada experiencia vivida de manera individual, la gente empieza a asociarla con sus situaciones cotidianas. Y en el momento que se hace un trabajo grupal, se compara con las relaciones que se mantiene con los demás en la vida diaria. Paulatinamente, y acompañado del discurso de Biodanza desde la voz de VS, las personas

asistentes a las sesiones van cambiando su forma de ver la vida, su narrativa frente al mundo y frente a sí mismos, las relaciones interpersonales, la salud y la enfermedad se van transformando en concordancia con los preceptos de biodanza.

“Cuando se acercaban los otros a mi (habla de la oficina) me acordaba siempre que debo retirarme igual, incluso cuando alguien está agresivo, simplemente hago así (extiende los brazos) y dejo que pasen. Sentí que biodanza se está grabando mucho en mí”. (Relato Escuela Colombiana de Biodanza, Julio 11 de 2001)

Los actos simbólicos producidos en las vivencias que recrean situaciones de la vida y el carácter metafórico del lenguaje, le ofrecen al individuo una mayor comprensión, o quizás una nueva comprensión de las acciones que son realizadas en la cotidianidad. Una comprensión mediante unos marcos que son inculcados por el facilitador modificando el sistema de creencias de los asistentes. Una modificación en sus modelos explicativos referentes a la salud y su desarrollo personal. Y finalmente, una estructuración en su desarrollo personal e identidad en la medida que son actos simbólicos que modifican el comportamiento.

Nuevamente cogidos de las manos en un gran círculo, la danza se hace mas alegre que la del principio. Algunas de las personas que tuvieron momentos catárticos a través del llanto se unen ya con otro estado de ánimo, otras permanecen ausentes dentro del mismo círculo o en algún rincón del salón. Todos se miran, se sonríen, se abrazan, se consienten expresando el profundo afecto que sienten los unos hacia los otros, el agradecimiento por el momento que vivieron, es una actitud como de dos recién enamorados, pleno de melosería y risita nerviosa.

Una constante dentro de esta práctica esta en la formación de círculos, elemento que es tomado de las danzas rituales de diversas tradiciones y que simbolizan la reorientación

hacia el mundo interior, además de un sentido de unidad. En la práctica de biodanza su significado es similar, en donde todos los participante al estar cogidos de las manos representan la unidad, una referencia al misticismo donde se es uno solo con el mundo.

Para cerrar todos van a sentarse en el rincón inicial, y simplemente aquel que quiera hacerlo, comenta lo que ha sentido. En este momento la gente está un poco mas relajada y con mayor confianza, sin embargo, no es señal que indique que todos van a comentar algo. Es un espacio para narrar aquello que se ha sentido, los pensamientos inducidos a partir de la danza, las emociones y sentimientos aflorados, pero libre de cualquier interpretación por parte de todos los allí presentes. Sólo se habla, pues desentrañar el significado de lo que pasó se va desatando solo con el tiempo. En la medida que va acumulando las experiencias que vive a través de la danza va incorporando nuevos pensamientos que más adelante le permitirán explicarse a sí mismo.

4.1 Narración: Socialización de la experiencia

Las experiencias que tienen las personas en la cotidianidad y que son revividas de manera metafórica a partir de la danza, se socializan en el momento que se abre el espacio dentro de cada sesión al comienzo o al final, para narrar lo vivido, sentido y pensado frente a sí mismos, la relación con los demás y con el mundo en general. El lenguaje se va haciendo uno solo, de ahí que se establezcan y reconozcan poco a poco ciertos códigos verbales y corporales.

Las narraciones a cerca de lo que pasa con cada uno no es cuestionado, juzgado ni subvalorado, pues es un espacio para la libre expresión. La posición de cada quien frente a la vida es respetada, sin embargo, ha de decirse que con el tiempo, los diálogos y narraciones dan cuenta que las explicaciones sobre como afrontar los problemas y la vida en general ya no son tan particulares. Aunque hablan de la vida de cada quien, el

argumento que recopila la posición y la manera de afrontarlo es igual: desde uno mismo, desde el placer y la emoción y desde el sentimiento del amor se han de curar todos los males. *“Todo está dentro de nosotros, en nuestro cuerpo, solo hay que dejarlo fluir y hacerse amigo de nuestra sombra, aquello que causa miedo, temor, o falta de confianza”*. (Relato Escuela Colombiana de Biodanza, Julio 4 de 2001).

El lenguaje es un aspecto fundamental para el entendimiento de lo que se siente y entiende por enfermedad, salud, malestar y bienestar. Por un lado se constituye en la manera de entender la verdad estandarizada – a la que se acoge la gente que asiste a las sesiones de biodanza-, por otro lado se constituye en la relación entre paciente y facilitador o la relación entre las personas que frecuentan el mismo grupo. (Kleinman, 1988). Así, en la medida que las personas van incorporando en ellas el lenguaje propio de biodanza, su comprensión de lo que sucede en ellos, tanto a nivel corporal como a nivel emocional se halla transformado y entendido mediante nuevos modelos explicativos comprensibles a aquellos que se encuentran familiarizados con los mismos términos, bien sea por su proximidad al sistema terapéutico de biodanza o alguno similar dentro del marco de la medicina alternativa.

En la medida que el lenguaje se va transformando, la relación entre facilitador y asistente, o entre los participantes de cada sesión, se va familiarizando, estableciendo entre ellos una conexión mediante el entendimiento de una verdad estandarizada. La actitud de ambas personas, incluyendo unos cuantos asistentes más que también se hallan completamente identificados y familiarizados con la práctica de biodanza y sus preceptos, deja ver un pleno convencimiento de lo que se está diciendo, confirmando así su adhesión a una verdad estandarizada, a una nueva creencia.

El lenguaje que se adopta a partir de la frecuencia en la asistencia y creencia en lo que

allí se dice es aprendido o desarrollado para informar todo lo que sucede a nivel corporal, emocional y mental. Este puede tener múltiples significaciones, puesto que proviene de la narración particular de cada asistente, pero sólo puede ser comprendido dentro de un radio de relaciones sociales que comparte los mismos códigos de significación, es decir, comprendido dentro de un “sistema local de conocimiento” (Kleinman, 1988) que para el caso es el propio lenguaje y conocimiento de biodanza.

El lenguaje que permite comunicar las experiencias vividas se manifiesta de dos maneras: verbal, y como lo llama Good, presimbólico (Good, 1994). En el lenguaje verbal se incorporan en los asistentes nuevos términos propios del modelo explicativo de biodanza. Su recurrencia a cada sesión hace que los términos propios de este sistema terapéutico cobren sentido con el tiempo, puesto que se van confirmando en la medida que se vivencia cada experiencia con biodanza.

“Desde que yo conocí biodanza, me enamoré de biodanza. A partir de ahí he aprendido a rescatar todo, a conocerme cada vez mas. Es estos días pensaba que biodanza me permite sentirme muy acompañada. Siento que los encuentros son muy profundos, son muy presénciales y siento que eso enriquece mucho mi vida. La vez pasada en la ronda inicial yo miraba a las personas y pensaba, uff!!!. Como amo a esa persona y a esa a otra y a todos”. (Relato Escuela Colombiana de Biodanza, Junio 13 de 2001).

En el anterior relato es claro el componente del amor, elemento fundamental dentro del modelo explicativo de biodanza, pues a partir de él se consigue el bienestar y la salud, o se da solución a muchos de los “males sociales” como lo formula Rolando Toro. Y podrían ser muchas las citas alusivas al tema, pues la narración de la mayoría de los asistentes, aquellos que encuentran pleno convencimiento dentro de este sistema terapéutico, comparten el mismo lenguaje, matizado de palabras bonitas, halagos a los demás y a sí mismos, amor, cariño, caricias, felicidad y buena actitud.

En otras ocasiones, lo que se piensa y siente respecto a los estados de malestar y bienestar no pueden ser expresados de manera verbal debido al momento o la disponibilidad de hacerlo. Es entonces cuando se hace a través de un lenguaje presimbólico como el llanto, los mimos, las caricias, los abrazos, las risas, los gritos, la euforia, los guiños de ojos. Estas actitudes se introducen dentro de la narrativa ordenando y dando forma a la experiencia, en conjunto con el lenguaje verbal. Ambos tipos de lenguaje entran a formar parte de una matriz de significación sobre los estados de bienestar y malestar de cada participante pleno y activo dentro de biodanza. Así, si entra en llanto, es porque está sacando todo aquello que lo perturba para pasar luego a vivir un estado de pleno bienestar y tranquilidad.

Este tipo de lenguaje presimbólico es compartido y comprendido por los participantes. Cada quien sabe que significa y que implicación tiene el que se desarrolle alguna de las acciones de lo presimbólico, es decir, al llorar se descarga, y las constantes risas, abrazos y mimos significan la entrada a una vida más amable y amorosa.

“Me costó mucho trabajo entrar en la danza porque tengo mucho cólico, y justo este es el ejercicio preciso para el cólico... y yo decía, bueno, tengo que soltar, como abrir porque esto debe ser que uno esta como apretado ¿no?. Le hice mucho al abrir pero había un dolor permanente que no me dejaba como irme.. y me daba una envidia de ti (se refiere a una persona que lloró), poder destapar así, me encantaría. De pronto es que yo estaba bloqueada” (Relato Escuela Colombiana e Biodanza, Junio 26 de 2001).

4.2. Intersubjetividad de la narración, transformación de las narrativas

La experiencia personal se da a conocer mediante la narración la cual da forma y sentido a los estados de malestar y bienestar, pese a que esta carezca de un orden determinado y por el contrario presente oposiciones, contradicciones y vacíos (Kleinman, 1988).

La narración particular por sí sola presenta cierta validez dentro de este contexto, que se solidifica en la medida que se socializa con otras narrativas semejantes entre sí. Estas cobran un mayor valor y legitimidad dentro de un medio social particular que las reafirma como parte de una verdad estandarizada. Al ligarse unas y otras narraciones de manera intersubjetiva, las creencias personales generadas dentro de un medio particular, para este caso el medio de biodanza, se arraigan con mayor fuerza dentro de cada persona pues se reconfirma su veracidad al evidenciarse su identidad con otras narrativas, y reforzando a la vez el modelo de biodanza.

Tal intersubjetividad conduce a la construcción, identificación o reafirmación a un solo discurso, la adopción o adaptación a nuevas manera de ver el mundo a partir de la conjunción y congruencia de las propias narrativas y las narrativas de las otras personas. La narrativa particular entra a formar parte dentro del plano social a través de la relación intersubjetiva con otras narrativas, lo cual lleva a reafirmar o construir un significado para determinados estados de malestar o bienestar.

La intersubjetividad se presenta en dos sentidos:

a) facilitador - asistente: La narración del asistente constantemente se halla reforzada por las creencias del facilitador quien es el representante de la verdad legitimada y estandarizada del modelo terapéutico de biodanza. Los facilitadores son los orientadores experienciales, quienes dicen que hacer, como moverse (aunque contradictoriamente promulguen una libertad en ello), y al final, moldeando poco a poco la racionalización que cada quien tiene de su experiencia. Con el tiempo, el resultado se evidencia en un cúmulo de narraciones provenientes de diferentes personas, expresados bajo los mismo términos, aquellos propios del modelo explicativo de biodanza.

La nueva manera de dar a conocer las narraciones se va matizando poco a poco del

lenguaje propio de biodanza, a la vez que se transforma la forma de contarlo. Se agregan pausas, nuevos tonos de voz que tienden a lo más suave y tranquilizador, risas, abrazos, llanto y suspiros.

b) Asistente – asistente: Dentro del contexto de biodanza, a partir de las narraciones, se va labrando una misma realidad a la cual las personas se van sintiendo identificadas, reafirmadas, sustentadas y legitimadas dentro de ella. Las nuevas visiones sobre el cuerpo, la salud, la enfermedad y la relación con el entorno y los demás se reafirma dentro del nuevo espacio que se toma como propio, permitiendo una mutua identificación en la medida que se comparten los mismos significados narrativos.

Esta identificación permite una liberación total de la persona en el medio de biodanza. Aquí la narración de las experiencias personales no tiene límite. Se presenta un desfogue de emociones y sentimientos a través de la narración de sí mismos: su estados de bienestar y malestar, su vida cotidiana, su relación con los demás, sus secretos más íntimos. Todo narrado en una atmósfera de confianza dada por la identificación a las narraciones de las otras personas.

Se incrementa la confianza de sí mismo y la confianza para y hacia los demás lo que conlleva a una soltura en la narración a medida que pasa el tiempo. Esta confianza muestra a través del tiempo una mayor propiedad y fluidez en el uso del nuevo lenguaje moldeado dentro del espacio de biodanza. Un nuevo lenguaje que casi siempre sólo puede ser entendido, o mejor, comprendido por aquellos que hallan tenido contacto con algún tipo de practica corporal o terapia alternativa. Quienes no lo comprenden, simplemente enmarcaran tales explicaciones del cuerpo, la salud y enfermedad como creencias sin ningún respaldo científico, desprovista de cualquier validación, carentes de prueba y verificación.

La educación, o reeducación como lo formula el modelo terapéutico de biodanza conduce a una transformación de las narrativas. Tanto la manera de observar las situaciones y hablar sobre ellas se modifican a partir de la incorporación de ciertos elementos del modelo explicativo de biodanza. Con ello, las respuestas a ciertos interrogantes van siendo resueltas bajo esta influencia, y permite que la persona entre en un estado de “seguridad ontológica” (Giddens, 1994) pues encuentra una base segura y reconfortante de explicación a lo que en ella sucede. Luego, biodanza provee a las personas de una nueva manera de interpretar la realidad transformando con ello sus narrativas de malestar y bienestar. Esta el caso de algunas personas que llegan un poco con la intención de probar que sucede en aquel lugar y terminan convencidas de los preceptos que allí se trabajan.

“En el tiempo que llevo asistiendo a biodanza, me he dado cuenta que he tratado de sentir mi cuerpo de una manera distinta... aquí he sentido más la conciencia al interior del cuerpo que externa... y que todas las sensaciones y sentimientos se manifiestan corporalmente. Por ejemplo, el dolor de estómago de la vez pasada fue rarísimo, pero debe estar diciendo mucho, debe ser el miedo que tengo en este momento de mi vida... luego, cuando mi compañera de danza se puso mal mi dolor se intensificó. Pienso que lo emocional se conecta con lo corporal porque en ese momento me sentí mal, preocupada por como ella se estaba sintiendo porque sentí que yo se lo estaba produciendo... Yo creo que en otro momento de mi vida esto lo hubiese atribuido a algo que me cayó mal, pero no, definitivamente lo emocional está muy conectado con el resto que pasa en nuestro cuerpo, es detonante y reparador al mismo tiempo... De hecho, la sesión que tuve contigo el otro día, nooo confirme muchas cosas que tenía por allá en remojo y no había querido reconocer, como otros males que he tenido de un buen tiempo para acá y no veía de que manera entenderlos porque nada de lo que me he hecho antes a funcionado para solucionarlos. Gracias VS por este espacio. (Relato Escuela Colombiana de Biodanza, Agosto 1 de 2001).

En el anterior relato se evidencia un cambio en los modelos explicativos de los síntomas de malestar influenciados en su nueva mirada por el modelo de biodanza, cambios que dan

cuenta de las diferencias a través del tiempo, es decir, como pudo haber sido su narración antes de comenzar practicar y descubrir los beneficios de biodanza.

Finalmente, el encaje del individuo dentro de una nueva colectividad encontrada a partir de su motivación de búsqueda de sentido le permiten ir tejiendo una narrativa tapizada de nuevos códigos frente a su propio cuerpo, sus estados de salud y enfermedad, su ideas sobre las relaciones sociales, en general, una nueva visión del mundo en el que habita. Pese a que se habla de la construcción de seres individuales, se da una identificación dentro de una colectividad, pues los unos se sustentan con los otros.

CONCLUSIONES

La construcción de estados de salud y bienestar al ser determinada por una psicologización de la vida cotidiana, ha cambiado los mecanismos reguladores y estructurantes de la sociedad, delegando el control estatal y religioso a controles de tipo psicológico. Y aunque es una responsabilidad delegada al individuo, a lo largo del análisis etnográfico se constata como permanece estable la regulación sobre el individuo desde entidades externas. La implementación de todo tipo de saberes expertos de carácter terapéutico, están encaminados a la realización personal basada en la auto aceptación , individualidad y autonomía como pilares para el alcance de estados de salud, -término desglosado en sensaciones de bienestar y felicidad-. Se proclama al individuo como un ser libre frente al despliegue de sus deseos y placer tras el alcance de estados de salud y bienestar, sin embargo, como se vio a lo largo del trabajo, son decisiones que de manera camuflada se hallan determinadas por lo que las prácticas terapéuticas han inculcado, pese a que provienen de una práctica que ha sido escogida por el individuo sin restricción externa alguna.

La comprensión, explicación y alcance de estados de salud y bienestar por parte de la población asistente a las sesiones de biodanza, en primera instancia, es un proceso generado desde dos polaridades. Por un lado se encuentra la aproximación a la salud desde lo vivido en la experiencia personal, por el otro, está determinada por la influencia que los sistemas expertos generan sobre el individuo. En la interacción de ambos extremos, el individuo entra a una modificación de su sistema de creencias y sus modelos explicativos sobre la salud, incorporando dentro de su sistema cognitivo un lenguaje nuevo dotado de diversos conceptos y términos de carácter simbólico. En el proceso interactivo se hace evidente una línea divisoria entre el conocimiento experto y el profano, o lo que es lo mismo al último término, frente a las nociones de sentido común. La franja entre ambos tipos de conocimiento se constituye en una delimitación de

fronteras que sólo logra ser traspasada en el momento en que se demuestra un alto grado de fe y devoción sobre el sistema experto, sobre la práctica e información que empieza a ser asimilada e incorporada.

La fe o confianza necesaria para el acercamiento a significaciones y explicaciones sobre los estados de salud y bienestar, es atribuida a ambas partes que estructuran el medio de biodanza. Así, desde el individuo, la decisión de adherir un nuevo elemento a su estilo de vida depende de medidas tomadas de manera conciente o inconsciente bajo un sentimiento de “fe ciega”. Pero de igual manera, de acuerdo a la observación etnográfica, la biodanza también debe apostarle a cierta dosis de confianza sobre quien asiste a cada sesión terapéutica. Los terapeutas o facilitadores como lo llaman en la práctica, deberán depositar cierta confianza en quienes asisten bajo propósitos terapéuticos y educativos, debido a que ponen en riesgo la legitimidad del modelo al exponerlo a la crítica tanto especializada como popular. Un riesgo al que también se expone cualquier asistente en la medida que no posea la información sobre la práctica a la cual se adhiere, confiando en ella su salud y bienestar. No existe la certeza de conocer bajo que fines pueda ser utilizado el conocimiento al cual se tiene acceso. Quizás por eso mismo el acceso a la información difícilmente logra ser revelada de manera totalizada. Se ha de aclarar que no debe ser ésta la única razón atribuida al carácter reservado de la práctica, puesto que el aspecto competitivo también puede estar presente, y más aún, en medio de la multiplicidad de ofertas ofrecidas en esta época de psicologización.

Al interiorizar el conocimiento de los sistemas expertos, - aunque no se tenga completo acceso a él debido a la celosa reserva con que es guardado -, conduce al individuo a participar dentro de una reconfiguración de creencias personales. Los devotos asistentes a la práctica de biodanza reproducen una trama de significaciones de acuerdo a los conceptos, términos y mecanismos simbólicos que constituyen el modelo terapéutico

de biodanza, comenzando así a formar parte de los modelos explicativos de cada individuo. De esta manera, el conocimiento profano o nociones de sentido común son paulatinamente objetivados al ser traducidas a un lenguaje que ha sido normalizado bajo esta práctica particular. Por ello, aunque en un principio la comprensión de los estados de salud y bienestar puede tener múltiples significados debido al carácter individual que posee, terminan transformados en una sola verdad estandarizada de acuerdo a la influencia del sistema experto o por influencia de conocimiento de tipo local.

La expresión de los estados de salud y bienestar presenta dentro del modelo terapéutico de biodanza un doble camino. Por un lado, se ejerce un control tácito sobre las narraciones de las personas puesto que estas están determinadas por el lenguaje particular de biodanza, determinando como deber ser explicadas y entendidas las cuestiones relativas a la salud y el bienestar dentro del medio de acción donde se desenvuelven los individuos. Pero por otro lado, al incorporarse paulatinamente dentro de la práctica de biodanza, los individuos van encontrando mediante la intersubjetividad de las narraciones códigos comunes que permiten un libre despliegue en la comunicación frente a lo que se siente y se piensa. La situación se presenta entre el tira y afloje entre un sistema que inculca ciertas creencias y la manera de manifestarlas – metafóricamente –, y una libertad de expresión bajo la seguridad de no encontrar reproche y juicio alguno.

Puesto que a la salud se le adjudica un carácter individualista y autónomo extremo, no es de menos observar efectos narcisistas en algunos de los individuos. Pese a las intenciones de biodanza por generar actitudes solidarias frente a los demás, la acción de poner mayor carga emocional sobre el individuo más que sobre la colectividad tiende a confundir los propósitos. En algunos casos se presenta un contra propósito en donde ya no importa la salud social a partir de la salud individual, sino que más bien, se tiende a eludir

el primero, aunque sea de manera inconsciente. Se cae luego, en una atribución del término a una profunda – y a veces excesiva – mirada hacia el interior, hacia los procesos corporales, emocionales y para algunos, los energéticos, relegando a segundo término las cuestiones sociales. Cuestiones que son tomadas en cuenta simplemente por puro compromiso y cumplimiento de reglas morales e ideológicas al precepto sobre “salud integral”.

En el propósito de encontrar estados de salud y bienestar, la práctica de biodanza ofrece espacios para la reflexividad en la medida que los ejercicios que allí se practican desde un carácter metafórico, cuestiona los modos de ser y actuar de las personas, además de inducir a un encuentro con el pasado para entender situaciones actuales. Entre estos métodos, las líneas de vivencia categorizadas por biodanza regulan y estructuran la identidad de las personas. No con ello pretendo decir que todos los individuos terminan siendo iguales; más bien me refiero a un sentido donde biodanza condiciona los elementos que han de tenerse en cuenta para entrar en estados reflexivos: fijarse en las sensaciones corporales, las emociones, los sentimientos y la relación con los otros. Al final, se desencadena como resultado un mismo discurso personal frente a la salud y bienestar por la mayoría de los participantes, unos referentes y parámetros similares para la estructuración de una identidad del yo asociado al alcance de una realización personal.

Por último, la incorporación dentro de la práctica de biodanza al hacerse rutina, proporciona cierta seguridad en el individuo en la medida que ofrece mecanismos para despejar aquellos interrogantes que perturban su salud y bienestar; interrogantes que alteran y confunden el propósito hacia la realización personal. Así, los ejercicios en biodanza desde la metáfora que manejan inculcan la reflexividad por la vida misma, a

partir de ciertos símbolos y significados que comienzan a ser comunes a los elementos que constituyen la práctica de biodanza.

BIBLIOGRAFIA

CAPRA, Frijof. LA TRAMA DE LA VIDA. Una Nueva Perspectiva de los Sistemas Vivos. Editorial Anagrama. Barcelona. (1996).

Cartillas de la Escuela Colombiana de Biodanza. (s,f.).

COHEN, Susan. Dance / Movement Therapy for Children and Adolescents with Cancer. En: Cancer Practice. January / February 1999. Vol 7. No. 1.

CRAWFORD, Robert. "Usted es peligroso para su salud: aspectos ideológicos y políticos de la práctica de culpabilizar a la víctima". En: Salud y Enfermedad: Lecturas básicas en sociología de la medicina. Compiladora: Carmen de la Cuesta Benjumea. Editorial Universidad de Antioquia. Yuluka Salud Pública. (1999).

Enciclopedia de la Medicina Complementaria. Editorial Grijalbo. Barcelona. (2001).

FERGUSON, Marilyn. La Conspiración de Acuario: transformaciones sociales y personales de este fin de siglo. Argentina. Troquel. (1985).

GADAMER, Hans Georg. El estado Oculto de la Salud. Editorial Gedisa. Barcelona. (1996).

GARIBAI, Angel Ma. Las diecinueve tragedias. Euripides. Editorial Porrúa, S.A. México. 1993

GENTIS, Roger. Lecciones del Cuerpo: Ensayo Critico sobre las Nuevas Terapias Corporales. Editorial Gedisa. Barcelona.

GIDDENS, Anthony. En Modernidad e Identidad del yo. Editorial Península. Barcelona. (1991).

GOOD, Byron. Medicine, Rationality and Experience. Cambridge University Press. 1994.

HANSON, Peter. El Placer del Estrés. SITEA. Sistemas Técnicos de Edición. S.A. México. (1989).

HARO Encinas, Jesús Armando. "Cuidados Profanos: una Dimensión Ambigua en la Atención de la Salud" En: Medicina y Cultura: Estudios entre la Antropología y la Medicina. PERDIGUERO, Enrique y Joseph Comelles. Editorial Ballaterra. Barcelona.

2000.

KESSELMAN, Susana. El pensamiento Corporal. Editorial Paidós. Buenos Aires. (1989).

KIELSEN, Anton. El sufismo. Editorial signos. Argentina. 1998.

KLEINMAN, Arthur. The Illness Narratives. Suffering, Healing and the Human Condition. Basic Books. EE.UU. (1989).

LEVINSON, David y Melvin Ember. "Medical Anthropology" En: Encyclopedia of Cultural Anthropology. (Ann MacElroy. Vol. 3. New York. (1996).

LIPOVETSKY, Guilles. La Era del Vacío: Ensayos sobre el Individualismo Contemporáneo. Editorial Anagrama. Barcelona. (1986).

MC.CLURE, Diana. L. Wellness: A Holistic Concept. Health Values Achieving High Level Wellness. Vol 6. No. 3 Sept – Oct. 1982.

MICOZZI, Marc. Fundamentos de Medicina Alternativa y Complementaria. Editorial Paidotribo. Barcelona. (2000).

NITCHER, Mark y Gilbert Quintero. "Pluralistic Medical Systems" En: Encyclopedia of Cultural Anthropology. (Ann MacElroy. Vol. 3. New York. (1996).

PEDRAZA, Zandra. En Cuerpo y Alma: Visiones del progreso y la felicidad. Corcas Editores Ltda. Colombia. (1999).

SEPILLI, Tulio. "De que Hablamos cuando Hablamos de Factores Culturales en Salud" En: Medicina y Cultura: Estudios entre la Antropología y la Medicina. PERDIGUERO, Enrique y Joseph Comelles. Editorial Ballaterra. Barcelona. 2000.

Worldwide review de la Organización Mundial de la Salud. "The Legal Status of Traditional and Complementary Alternative Medicine". 5 de Septiembre de 1999 (OMS – PAHO).