

Entre cuerpo, capacidad, acondicionamiento y desarrollo... Una singular mirada sobre el cuerpo y la sociedad desde la perspectiva del Enfoque de la Capacidad

Alfonso Garrido¹

Anarquía nace como una idea de que el individuo está primero que la comunidad, incluso hace la comunidad, mientras que en las comunidades ancestrales o indígenas es la comunidad la que hace al individuo

Silvia Rivera Cusicanqui

¹ Doctorante en Ciencias Humanas, MSc. en Etnología, Especialización en docencia universitaria, Especialización en currículum universitario, Intérprete, docente, investigador y coreógrafo. Licenciatura en Danza y Artes del movimiento en la Universidad de los Andes, Director de la Escuela de Artes Escénicas, Prof. Asociado en la Facultad de Arte. PEI nacional, ADG, PEI-ULA, miembro del Consejo Internacional de la Danza CID-UNESCO. E-mail: domalfonso@gmail.com

Resumen

En el presente estudio se desarrollan algunas ideas-sentires sobre el cuerpo, el acondicionamiento y cómo se entrelazan-tejen con la propuesta de Ángel Hernández sobre El enfoque de la Capacidad y la Innovación del Desarrollo. Se describen algunos puntos de vista sobre el cuerpo y su devenir y cómo desde el mismo, a partir de la propuesta de acondicionamiento, se pueden llevar a cabo acciones puntuales en función del desarrollo social -en este estudio-, desde posibilidades en la salud pública, terapéuticas como también artísticas.

Palabras clave: Desarrollo, libertad, cuerpo, acondicionamiento corporal, comportamiento, salud.

Abstract

In the present study some ideas-feelings about the body, conditioning and how they intertwine-weave with the proposal of Ángel Hernández on The Capacity Approach and Development Innovation are developed. Some points of view on the body and its evolution are described and how from the same, from the conditioning proposal, specific actions can be carried out based on social development -in this study-, from possibilities in public health , therapeutic as well as artistic.

Keywords: Development, freedom, body, body conditioning, behavior, health.

1. Introducción

Hernández, al igual que Amartya Sen, plantea de manera constante y prioritaria, a lo largo de su trabajo-reflexión, la preocupación por las personas y su bienestar. En este sentido el acondicionamiento corporal se presenta como propuesta para una investigación relacionada con el elemento fundacional del Seminario denominado, El Enfoque de la Capacidad y la Innovación del Desarrollo, llevado a cabo en las instalaciones del Instituto de Previsión Profesorial - Mérida 2018. Se trata de tomar en cuenta a cada persona en su diversidad y diferentes identidades como el elemento central del desarrollo y de preocupación moral. Importa cómo el acondicionamiento corporal mejora la vida de cada persona como ser individual y colectivo.

En ese sentido, se hace ineludible actuar para producir el cambio de conciencia acerca de cómo trabajar en el espacio que la genera, el cuerpo. Surgen tales cuestionamientos: ¿Cómo generar espacios de auto-aceptación y aceptación del otro en las personas? ¿Cómo incidir en los procesos de crianza para redimensionar el enfoque matricentral y permitir otros modos de participación de lo masculino? ¿Cómo abordar el tema de la alimentación, como elemento importante, no solo por su reconocida importancia básica sino por sus posibles efectos en las generaciones futuras a través del fenómeno de la epigenética, a partir de tener un cuerpo trabajando en un acondicionamiento corporal? ¿Cómo afrontar la convivencia con sus reglas, y no dar por sentados aspectos tan relevantes como el respeto, la consideración, la tolerancia, etc.? ¿Cómo crear otras visiones sobre nuestros cuerpos-individuales y las sociedades por venir?, etc.

Hernández explica:

El enfoque de la capacidad está dotado de la base teórica y práctica como para reorientar la tendencia positiva de considerar el factor humano como determinante del resultado de las políticas, planes, programas y proyectos del desarrollo. En otras palabras, *el desarrollo es de las personas, para las personas y por las personas y sin desarrollo humano, no existe el desarrollo* (Hernández, 2018: 9).

El enfoque de la capacidad de Sen contiene los atributos de un enfoque sistémico aplicable al desarrollo, y partiendo de allí, este estudio está en sintonía con varios de sus rasgos tales, tales como ser holístico; relacional; plural e integral; y dar relevancia a las diferentes dimensiones personales, ambientales y sociales; valores, distribución de roles y responsabilidades en la familia; igualdad, inclusión...

1.1 Acondicionamiento y desarrollo como libertad, desarrollo humano

Se trata de un acondicionamiento para todos los tipos de cuerpo en Venezuela, un territorio pluricultural y multiétnico, sin exclusión, como contrariamente puede ocurrir en otras técnicas... Es corporal y se hace la diferenciación, lo físico se corresponde con aquellas partes medibles-objetivas del cuerpo (apertura articular, elongación muscular, etc.) mientras que lo corporal (el cuerpo como un todo, sistémico, en sintonía con el sistema universal donde se encuentra inserto y al cual responde como parte de la naturaleza) hace referencia a un cuerpo donde también se acondicionan aquellas otras manifestaciones del individuo como las emociones, la voz, las interrelaciones, la proyección energética, el sentido de pertenencia, etc., “Las emociones juegan un gran papel en nuestros logros y fracasos” (Hernández y Escala, 2011: 22). Entre otras cosas se trata de cómo incidir posteriormente en el comportamiento humano y, en este sentido, Sen señala que “el comportamiento es también una cuestión social y refleja un sentido de identidad que supone el reconocimiento de los objetivos y valores de otras personas y de la interdependencia mutua”. (Sen en Hernández y Escala, 2011: 24).

El objetivo del acondicionamiento corporal es brindar un espacio para acondicionar el cuerpo desde lo grupal (tomando al ser humano como ser social, que se relaciona desde su nacimiento, en interdependencia), entendiendo el cuerpo como representación del universo, donde todas sus partes están interconectadas sin jerarquía, ayudándose y desarrollando capacidades como desplazarse, pensar, relacionarse, sentir, amar.... Tocarse, a partir de soportar su peso, por ejemplo, es análogo al abrazo... Nos preguntamos: ¿Ese abrazo que recibimos cuando nacemos, cuando logramos un éxito o fracaso, o la muerte de un ser querido, ¿cuánto beneficio trae a nuestro ser? No es medible físicamente por ahora, pero

sabemos, claro que lo sabemos, nos da la sensación de bienestar, de sentirnos mejor... ¿Por qué es tan seguida Amma, la gurú que ha dedicado su vida a abrazar? De allí se entiende lo importante de la vagina en el momento del parto, la presión que ejerce en el nacimiento y la estimulación de manera singular incentivando el desarrollo como ser humano, luego, tocar al bebé y las repercusiones posteriores en la adultez.

En fin, en la propuesta de acondicionamiento, desde el inicio se está tocando-sintiendo-oliendo-viendo-escuchando al otro, a partir de lo que se quiere, no desde lo impuesto, lo cual incide directamente en la incitación-estimulación de puntos energéticos (análogo al masaje, milenariamente utilizado por Oriente para restablecer la salud). En paralelo, ocurre un constante ponerse de acuerdo con el otro (lo cual incide en la noción de alteridad, tan importante en la construcción de las relaciones interpersonales), construir lazos-posibilidades afectivas como la amistad a partir de ayudar-se y ayudar al otro logrando metas individuales y colectivas, se trata de construir juntos, construir bienestar juntos, así, partiendo de pequeños espacios de aceptación en esos juegos de “dar y recibir” (propia y de los demás), se puede avanzar en pro de una sociedad próspera....

El enfoque de la capacidad de Amartya Sen y, el de su subsidiario, el Desarrollo Humano del Programa de Desarrollo de las Naciones Unidas (DHP) colocan al ser humano, multidimensional y complejo desde una óptica integradora, en el centro del desarrollo. El desarrollo se entiende en términos de sus libertades o capacidades para vivir una vida de su elección. La vida humana no es la economía, ni la psicología, ni la biología, ni la historia. Ciertamente son parte de ella, no ella (Marañón y Frankl en Hernández, presente publicación).

Ahora bien, si se trata de elección, es necesario saber elegir, tomar en consideración cómo se elige... Al respecto, Savater comenta que “en la elección propiamente dicha es donde reside el motor de la acción humana”. (Savater en Hernández, presente publicación). Sin embargo, una cosa es elegir y otra es actuar, lo que supone un proceso más complejo, además de las implicaciones en el entramado social, es por ello que...

Las herramientas para el éxito de las políticas (que podría surgir de la investigación-acción) se basan en que las personas son actores emocionales, maleables, flexibles, adaptables y por tanto su toma de decisiones y acciones puede ser modificada a pesar de los factores psicológicos y contextuales que operan como determinantes de su comportamiento actual. En otras palabras, al igual que en la publicidad y la propaganda política, la flexibilidad y maleabilidad del cerebro y la mente humana podrían ser utilizadas para instalar programas de comportamiento que corrigen las actitudes contrarias “a lo que es bueno” para las personas, desde la perspectiva participativa. (*Hernández, presente publicación*)

El Reporte sobre el Desarrollo del Banco Mundial (RDBM) “Mente, Sociedad y Comportamiento” (2015) hace referencia sobre el impacto que tienen las decisiones y como afectan el logro de objetivos en el sistema-sociedad, producto del pensamiento automático y los marcos mentales, al respecto Daniel Kahneman (Premio Nobel de Economía, 2002) y Amos Tversky (1974) expresan que:

...no es frecuente utilizar, en el proceso de toma de decisiones, tareas con cierto grado de complejidad mental cognitiva tales como realizar balances, establecer pros y contras, descartar opciones y efectuar cálculos de costos y beneficios; en su lugar, existen circuitos heurísticos proveedores de respuestas rápidas e inconscientes (*Hernández. En esta publicación*).

No podemos olvidar que tenemos un recorrido histórico, antropológico... que habita nuestro ser y se manifiesta de diversas maneras, por ejemplo, las mujeres tienen la capacidad de reconocer más tonos de un color porque se dedicaban a la recolección, mientras que los hombres tienden a ubicarse mejor en el espacio porque salían a cazar. Estas capacidades, diferentes, no deberían apuntar a si somos mejores o peores, sino a comprender-nos desde lo que somos, un cuerpo que ha ido adaptándose como producto del proceso evolutivo del Homo sapiens. Para que estemos aquí, entre otras cosas escribiendo este artículo, es muy probable que nuestros ancestros “durmieran con uno ojo abierto y otro cerrado”...

En ese sentido, si el ser humano está libre de condiciones adversas (problemas, estrés, enfermedades, etc.) se espera pueda elegir provechosamente, tal como se espera con los jueces, que deben, o al menos es lo que se espera, estar libres de presiones que influyan en los juicios. Se trata de visualizar la libertad como un desafío y confrontación de creencias y supersticiones, tal como se ha acotado en el Seminario, imaginar el desarrollo como libertad, una suerte de colaborar sin estar de acuerdo podría ser un enfoque interesante... tal como lo acota Hernández en clase: “El desarrollo como un proceso de expansión de las libertades fundamentales que tienen los individuos”, “El desarrollo debe ser definido y lanzado a la arena ética en un contexto democrático”.

La hipótesis a desarrollar sostiene que el Enfoque de la Capacidad de Sen (ECS) es el medio teórico más conveniente para abordar el desarrollo moderno (Desarrollo como libertad, DcL; Sen: 2001) y sus problemas. La pluralidad y lo abierto del enfoque, sumado a su carácter integral, flexible y sistémico facilita el análisis y la praxis del desarrollo en sentido ético. En el sistema propuesto la libertad de acción (libre agencia), es el componente de mayor jerarquía entre un conjunto de conceptos articulados e integrados por procesos y relaciones que tienen como fin último mejorar el bienestar humano multidimensional. La variable normativa es la libertad y el bienestar humano consiste en la ampliación de las libertades individuales, a su vez dependientes de la eficiencia de los arreglos sociales en el contexto de la diversidad humana y las formas operativas de la identidad. (Hernández, En esta publicación).

Ahora bien, Sen señala que el ser humano no actúa sólo por interés propio, lo cual considera un reduccionismo. Este aspecto gira en torno a lo introducido anteriormente sobre la noción de alteridad, entonces, volviendo al acondicionamiento, tener cuerpos que generalmente están juntos (durante la danza por ejemplo) es análogo al proceso de enamoramiento, en la medida que se está con el otro, se van creando internamente deseos, motivaciones, sueños, pero juntos... desde la vivencia de la situación, es decir, ir desde los pequeños detalles hasta el final de lo visualizado, posibilitándose la construcción de afectos, conceptos, lazos, posibilidades... que no ocurriesen si no se está junto, ¿Por qué

quieres estar con el otro? Porque te sientes bien con ese otro, porque a partir de ese estar, surgen cosas como el apoyo que consigues con... y luego, el deseo de querer estar con ese otro y compartir.

...no es trivial preguntarse acerca del tipo de relaciones que uno genera consigo mismo, entre uno mismo y otros seres, y entre dos seres humanos (Sen, 1998: 1). La identidad de uno mismo no escapa a la realidad de compartir con otros, a la necesidad humana de identificarse con otros, conformándose así nuestras motivaciones y decisiones sobre lo valioso en nuestras vidas. (Hernández y Escala, 2011: 24)

También, cuando Sen acota “igualdad de qué?”, hace referencia a que las diferencias existen, y esto es una realidad tan grandiosa como hermosa; debemos enriquecer las diferencias, en ese sentido estaremos enriqueciéndonos como humanidad, las razas existen, un cuerpo blanco no es igual que uno negro, por eso cobra especial relevancia la expresión “mi negra bella!”, lo cual hace alusión a un contexto, a otra realidad, a otra forma de percibirnos y sentirnos, a otras formas de construirnos como seres humanos, como individuos sociales ... Un cuerpo europeo no es igual que un cuerpo latinoamericano, por ello nuestros bailarines tienen tanto éxito y acogida en el mundo, donde las compañías de danza los ensalzan por sus capacidades, capacidades que vienen desde “tomarse un refresco todos del mismo pico” o “armar la caimanera”. Por cierto, una “caimanera” es una suerte de juego improvisado con los “chamos” o “panas” (amigos) del “barrio” (urbanización, comunidad, lugar donde se vive), lo interesante de esto es que co-habita subyacentemente una realidad entre los participantes donde se asume que unos tienen unas condiciones y otros otras, así, muy sinceramente, ¡cada quien sin “rollo” (problema) acepta su realidad y simplemente van y juegan!!! O parafraseando a Ángel Hernández: Es un proceso de agudeza mental y divertida donde establecer jerarquías no es ofensivo, es parte del aprendizaje en colectivo, algo así como “escogencia exprés”.

En relación a las diferencias, un hecho particular es digno de recordar, Martha Graham, bailarina y maestra de danza norteamericana, crea una técnica-método de entrenamiento basado en la cadera y cómo esta se asentaba en el piso y a partir de allí se generaban todas las demás acciones... uno de sus discípulos, Merce Cunningham, también bailarín y maestro de danza, nunca pudo sentirse del todo cómodo en este trabajo técnico porque como bien establece la anatomía, la cadera del hombre es más pequeña. Entonces ¿Por qué seguimos insistiendo en que somos iguales? ¿Para qué? ¿Qué sentido tiene? Trabajemos en las diferencias, en acrecentarlas, sólo de ese modo, y con propuestas dirigidas para tal fin, vendrá el desarrollo.

Cuando se está en un espacio de acondicionamiento corporal, cuerpo a cuerpo, donde normalmente tienes que ponerte de acuerdo, tocando, aceptado al otro cuerpo, co-habitando un espacio, logrando cosas juntos, donde se la pasa bien, apoyas a la otra persona, y esto tiene un impacto benéfico en la salud a través de la disminución de enfermedades, un impacto artístico a través de puestas en escena, un impacto humano a través del mejoramiento de las relaciones interpersonales... estamos hablando no de otra cosa sino de desarrollo.... Hernández nos dice que:

Es entonces predecible que en cada acercamiento a los problemas humanos las experiencias propias afectan la forma como apreciamos los hechos y las soluciones que vislumbramos ante las diversas situaciones. Los valores afectan la formación de los conceptos, nuestra descripción de la realidad (Hernández y Escala, 2001: 22)

¿Por qué queremos sentirnos bien? ¿Por qué retornamos siempre a la búsqueda del estar bien? En el estar bien se abren canales perceptivos que facilitan el fluir de una disposición diferente, más desde el recibir y dar más... y allí se redimensiona la relación que tenemos con el mundo, pero la relación para el avance no para la destrucción. Vamos por la vida planteándonos cosas grandes, y eso está muy bien, pero ¿De qué se trata una cosa grande? De ir haciendo cosas pequeñas en función de lograr eso grande, los pequeños detalles... pero ¿Cómo estamos llevando a cabo diariamente esos pequeños detalles? Esto

es particularmente importante en entornos donde se presenta el egoísmo, la competencia mal enfocada, etc.

El origen de la economía (Sen, 1978: 4) tiene dos raíces: una proviene de la ingeniería, y la otra constituye una visión ética y política. La primera se ocupa de los aspectos logísticos, no de los fines. Los fines se asumen directamente y se buscan los medios más apropiados. El comportamiento humano se visualiza de una forma muy simple, guiado sobre todo por el egoísmo y la carencia de bondad. En la otra visión, lo central son las formas para impulsar el bien para/de los humanos y explorar cómo se podría vivir mejor. (Hernández y Escala, 2011: 24).

1.2 Fundamento y Alcances de la propuesta de investigación

Fundamento. Las capacidades, las libertades asociadas al ser y hacer real, son una mejor representación del bienestar que el ingreso promedio de la población. Lo es porque el bienestar se estima en términos de lo que las personas son capaces de ser y hacer de acuerdo a lo que valoran y eligen, agencia humana. El bienestar es multidimensional y, consecuentemente, las sociedades deben ser juzgadas por la medida en que el desarrollo promueve el bienestar del mayor número de personas.

El contenido de las diferentes dimensiones (del bienestar) se escogió de acuerdo la noción de Martha Nussbaum (2000) sobre la capacidad y las capacidades porque estas categorías bien describen la relación entre nuestro cuerpo, cerebro y ambiente como nuestras potencialidades: ser capaces de hacer y ser en la vida de un Homo sapiens”. Esta propuesta de investigación podría estar relacionada, aunque no sería la única categoría posible de las señaladas por Nussbaum, en “Salud corporal”, así “Ser capaz de tener una buena salud, incluyendo la salud reproductiva; estar alimentado adecuadamente; tener una vivienda adecuada”, podría también corresponderse con las demás categorías, en mayor o menor medida, en algunos de sus aspectos constitutivos como el caso de las categorías “Vida”, “Sentidos, imaginación y pensamiento” o “Emoción”. En lugar de insistir en una u

otra categoría, lo interesante es observar, como la vida diaria, ocurre relacionamente y no categóricamente. La propuesta es multidimensional y sistémica.

La propuesta gira en función de incidir en el bienestar (calidad de vida, tal como propone Huggins en Género, políticas públicas y promoción de la calidad de vida – 2005, ILDIS) y cómo a partir de ello se puede influir en los ámbitos donde el ser humano actúa como agente, entendiendo agente como el que actúa, el que hace posible que las cosas puedan ocurrir... parafraseando a Ángel Hernández: En suma, no podemos ubicarnos en una sola dimensión, somos producto de relaciones de partes en un sistema... igual ocurre en el desarrollo, aunque metodológicamente sea conveniente plantear el efecto en varias dimensiones para luego interpretar desde la perspectiva de la totalidad característica del bienestar humano, como veremos más adelante.

El Reporte sobre el Desarrollo del Banco Mundial 2015 "...positivamente explica el proceso humano para toma de decisiones y acciones individuales, haciendo mención de algunos aspectos específicos del desarrollo tales como el ahorro, la inversión, el consumo de energía, la salud y la crianza de los niños" (*Hernández, en esta publicación*). Así, la presente propuesta aspira a repercutir tanto en la salud del individuo como en otros ámbitos, por ejemplo, el bienestar general e incluso la felicidad, etc., que pueda alcanzar una persona como producto de su "estar bien". Así, es posible Puede tener alcances sociales a partir del mejoramiento de las relaciones interpersonales y, ¿Cómo puede ocurrir esto? A partir del acercamiento con los otros cuerpos, es decir, ¿Cómo puedo co-habitar un espacio, y a partir de esta co-habitabilidad, ponerme en el lugar del otro? Acondicionarse de manera grupal supone, en principio un "mínimo" proceso de aceptación (propio y del otro) que va ocurriendo desde que decido participar en la vivencia y se mantiene mientras continúo en ella, también, un constante ponerse de acuerdo; en otras palabras, obrar en el sentido-concepto de alteridad. Para entender esto en profundidad, es necesario explicar qué se entiende por proceso vivencial, que podría ser análogo al proceso que se vive en los trabajos de campo de tipo etnográficos.

Dicho término se corresponde en gran medida con la naturaleza propia de nuestra existencia en este mundo, la cual responde al desarrollo de una experiencia que se va dando en el discurrir, en el cómo se van entrelazando las cosas, porque hoy podemos sentirnos y pensar de una manera diferente a lo que puede ser mañana, somos de una manera en nuestra casa, de otra en el supermercado y otra en el trabajo, entendiendo no a una persona con múltiples personalidades (lo cual es aceptado hoy día no como trastorno, y entendiendo que lo importante es la calidad y manifestación de la personalidad), sino con múltiples formas de sentir, pensar y vivir. Vivencial entonces se trata de ser y estar (capacidad adaptativa del ser humano) en un espacio y un tiempo propio de esa persona, es decir, saberse participante de algo y corresponderse con ese algo de tal manera que los experiencias-conocimientos-situaciones-etc., que allí se estén generando puedan afectarlo de manera directa y por ende afectar sus decisiones.

En este sentido, desde el acondicionamiento, son las exploraciones corporales las que aportarán las sensaciones primarias al participante para que éste a través de un proceso de reflexión y análisis posterior, en medio de un ambiente que le permita sentirse libre de asumir riesgos, genere sus conceptos, conclusiones, conjeturas, generalizaciones, relaciones y evidencias, sin tener vergüenza o miedo a exponerlas, logrando con ello establecer un espacio de interacción desde lo que quiere, no desde lo impuesto. Tendríamos así, en relación con la danza, lo que llamaremos “clase vivencial”, considerada vivencial por dos razones fundamentales o elementales, la primera de ellas se relaciona con la presencia del participante en términos de participación activa dentro del proceso (no se sienta a ver, sino que hace), participación vista como un enriquecimiento mutuo (tanto el participante como el grupo se benefician), y a partir de allí se genera la segunda que es vivir esa experiencia en términos de experimentar, sentir, poner el cuerpo a merced de las sensaciones.

Cuando dos personas se molestan lo que ocurre “naturalmente” es la separación, no estar juntos, no desear ver a esa persona, se ha creado un algo feo-negativo que los separa, pero, si se desdibuja esa emoción negativa lo que ocurrirá es el acercamiento... por ello se usan las comillas, porque en esencia somos seres sociales, desde que somos concebidos vivimos

con el otro. En este orden de ideas, un cuerpo que se acondiciona de manera grupal, generará ineludiblemente el fortalecimiento de las relaciones interpersonales, construyendo así lazos afectivos de manera positiva y con ello incidiendo en el mejoramiento del entorno, bien sea de trabajo, en su comunidad u otros espacios, lo cual le permite llevar una vida más placentera.

1.3 Impactos previsibles

1.3.1 En la salud

Desde dos aspectos fundamentales entrelazados entre sí: la alimentación y la prevención de enfermedades, “eres lo que comes”. El escenario venezolano es que el promedio actual de habitantes (año 2018) se encuentra en una situación de sobrevivencia, el salario no alcanza ni para comer, razón por la cual debe asumir (en el sentido obligatorio) otras plazas de trabajo, lo cual se convierte de manera directa en un incremento del trabajo físico, mental y por ende del estrés, por otro lado hay aspectos como no poder estar con sus seres queridos (pareja, hijos, etc.), o no poder hacer cosas como recrearse, ir al cine o comerse un helado... como bien menciona Hernández “Las privaciones humanas son indicadores de fallas conceptuales y éticas en esferas de la vida humana, política, social, económica y cultural” (*Hernández, en esta publicación.*). En este orden de ideas, la alimentación, un caso particular en la población descrita, debe estar orientada en función de lograr un mínimo de aporte nutritivo, a partir de planes enfocados en el cuerpo que se acondiciona.

No es raro encontrar malos hábitos alimenticios, por ejemplo, comer arepa con queso en el desayuno y en la cena (lo que ocurre, mejor dicho ocurría, generalmente en cualquier hogar), dejando en el almuerzo la responsabilidad del mayor aporte energético, pero como bien se sabe, y lo reza el refrán: “desayuna como un rey, almuerza como un príncipe y cena como un mendigo”, el desayuno es el alimento que mejor y mayor aporte nutritivo debe tener y más importancia reporta para nuestro cuerpo, ya que incide de manera directa, entre otras cosas, en el metabolismo. Hay que recordar que en el inicio del día, el cuerpo está sin energía y si no desayuna va a “buscar” esa energía en sus depósitos (glucogenólisis), y el

“alimento” que más rápido puede procesar es el glucógeno (para obtener glucosa), presente mayormente en el hígado y los músculos (también pequeñas cantidades en el cerebro). En tal sentido, no desayunar no es otra cosa que hacerle daño al cuerpo, además de la gran repercusión en que se traduce hoy día todo lo que se dibuja a partir del conocimiento generado desde la epigenética... en otras palabras, nuestra alimentación irá configurando nuestros cuerpos.

Acota Hernández que:

Complicando más el panorama, algunos de los daños ocasionados son heredables, epigenéticos, y seguramente comprometerán la actual generación y las futuras. La mejora de la salud de la próxima generación significa hacer realidad la equidad actual e intergeneracional (*Alderman, Champagne, Vegiopoulos y Herzig en Hernández, esta publicación*).

En este sentido, cuando una persona trabaja en función de su salud (no prevención de enfermedades sino promoción de la salud) entendiendo por este concepto aquello que “permite que las personas tengan un mayor control de su propia salud... y no centrándose únicamente en el tratamiento y la curación.” (Organización Mundial de la Salud, 2016: s/p), podría pensarse que todo aquello que la persona pueda hacer de manera individual o colectiva, aportará grandes beneficios, entre otros, incrementar su calidad de vida, pero también minimizar las visitas a los centros hospitalarios (en general todo el sistema nacional de salud) pero muy particularmente las emergencias (toma de tensión, caídas repentinas, desmayos, lumbagos, etc.), lo cual tendría un impacto muy positivo no solo en el individuo, sino en el presupuesto nacional dirigido para tal fin, ya que el dinero destinado para material, salarios, etc., podría ser utilizado en otras áreas, lo cual redimensionaría positivamente el gasto público.

Significativo, sobre el tema de la salud, es la concepción de utilización de los espacios públicos, siendo así valioso crear planes dirigidos a la promoción de la salud, a través de la danza, por ejemplo en adición a otras prácticas que lleven a la reflexión y la disciplina alimentadas por el sentirse mejor, el alejamiento de vicios, el compartir juntos, el

dar-recibir, el crecimiento del individuo, entre otras muchas opciones de gran valor y repercusión positiva para el ser y la sociedad, pensando en espacios idóneos (específicamente diseñados y contruidos para ello), pero también podrían ser parques, plazas, etc.

Tanto la alimentación como el estrés están siendo factores determinantes en la configuración de la población venezolana, por ello comenzar a trabajar en función del bienestar será decisivo en la mejora de sus condiciones de vida, es apremiante, entonces, la promoción de una buena alimentación, y la promoción i del desayuno como aspecto fundamental y directamente relacionado con el metabolismo, evitando el “consumo de músculos” en ausencia de nutrientes, etc., lo contrario se convertiría, o se está convirtiendo en factores negativos que van en contra del desarrollo humano y por ende de la sociedad...

1.3.2 El acondicionamiento como posibilidad terapéutica

Esta propuesta involucra, en el contexto actual, el análisis de una singular oportunidad para incidir en problemáticas como el estrés y los efectos tanto en el individuo (su salud) como en la sociedad (maltrato, intolerancia, homicidios, etc.), en otras palabras, como una propuesta para profundizar en el tema de la prevención. “El desarrollo neuronal de tanto ratones como humanos y la regulación de la actividad neuronal están mediados por el estrés”. (*Luo y Yang y Hernández, esta publicación*) Hoy día, cuando las terapias alternativas se han convertido en un punto de encuentro casi ineludible, por prevenir o tratar eficazmente enfermedades como el cáncer, se hace vital mover, activar, motivar el cuerpo, lo cual se muestra como una de las necesidades básicas para el desarrollo del ser humano y por ende de la sociedad, proporcionando bienestar y poniendo al individuo en una disposición distinta desde el “dar-recibir”. En otras sociedades se han implementado propuestas de gran alcance social como es el caso del Reino Unido donde, como bien acota Hernández

...cuando el desarrollo de un bebé está por debajo de lo normal, durante el primer año de vida, es más probable la manifestación del incremento del retraso con el avance de los años en lugar de alcanzar a aquellos que han tenido un mejor comienzo en la vida. Esto puede ocurrir, por las condiciones de estrés crónico (elevado cortisol) de la

madre o del niño en la edad temprana (nacimiento hasta los dos años; Leadsom, et.al. 2017) o en casos de desnutrición (Alderman, 2010). Es evidente que la atención mejorada de la madre durante el embarazo y del niño a la temprana, edad producen mejores resultados en términos de bienestar humano –individual y social- y de productividad económica. *(Hernández, en esta publicación)*

Es en esta etapa donde ocurren procesos internos de gran repercusión en el individuo, por ello, además de toda la atención en el hogar, precisa de un plan social que le proporcione las posibilidades para desarrollarse de una mejor manera, así, se torna interesante proponer planes de acción puntuales desde el acondicionamiento para la atención de mujeres en estado de gestación, apuntando al logro de mejores condiciones humanas, y con ello, sociales, económicas, etc. Como se ha mencionado, buena parte del presupuesto nacional se va en la dotación de las emergencias, pero, si se logra establecer un plan de acción desde el acondicionamiento del cuerpo como vía para la prevención, se comenzará a incidir en buena medida tanto en el aumento del bienestar como en el redimensionamiento del presupuesto nacional, “Los estudios económicos reflejan una enorme ganancia para la sociedad cuando se compara la atención del estrés de las madres y los niños hasta los dos años...” *(Hernández, en esta publicación)*.

Se visualiza entonces que la propuesta de investigación tenga importantes hallazgos relacionados con aplicaciones diversas: como posibilidad terapéutica, en mujeres gestantes, incluso en niños recién nacidos, logrando con ello incidir en esa etapa primordial del desarrollo humano que transcurre desde la concepción hasta que el bebé-niño lo amerite, esto podría pasar incluso los “1001 días” recordando que hay casos de niños con “necesidades especiales”. Sin embargo, partiendo de la premisa de la complementariedad, concepto-noción universal, la participación del padre es fundamental, en tanto, la propuesta sería más bien no un plan para la madre gestante sino para la familia gestante, madre-padre-bebé interactuando juntos, con ello se estaría incidiendo en una realidad particular, parte de los procesos de crianza los cuales desdichadamente recaen en la mayoría de los casos sólo en la madre, trayendo graves consecuencias, entre otras, las relaciones inacabadas, o en

muchos casos irrealizadas, de los hijos con sus papás –no creación y fortalecimiento de los nexos- lo cual a su vez trae repercusiones en la construcción del entorno social...

Profundizando, análogo al proceso que ocurre por ejemplo en un masaje, acondicionarse juntos se traduce en olerse, aceptarse, escucharse, tocarse! lo cual incidirá directamente en el cuerpo aportando relajación como también estimulación, entre otras partes, de puntos energéticos que ineludiblemente reducirán de manera muy positiva los niveles de cortisol, la hormona liberada como consecuencia del estrés, y que entre otras consecuencias negativas tiende a la supresión del sistema inmunológico, en otras palabras, un cuerpo más expuesto a las enfermedades y menos tendiente a la homeostasis. De todos modos, no se puede decir que todo estrés es negativo, por ejemplo, el que se da cuando uno quiere decirle a una mujer que la ama y se tiene apenas 12 años podría catalogarse como positivo en tanto pone al cuerpo en una situación distinta de atención, una suerte de estar alerta, como lo que ocurre con el sistema nervioso simpático en los momentos de ataque-huida... En estos términos, si bien es cierto que al acercarnos a una experiencia de acondicionamiento corporal donde co-existen otros cuerpos con los cuales se interactúa, lo cual podría ponernos en una situación estresante, no tendría que ser del todo negativa... Otros dos aspectos, en este orden de ideas, son: *1)* Cuando uno es recibido, y además con amor, los niveles de estrés desaparecen casi instantáneamente y *2)* Cuando se encuentra cooperación (dada desde el ponerse de acuerdo, considerar al otro, ponerse en su lugar, etc.), disminuye el estrés, así, al incidir sobre la disminución de éste se estaría construyendo espacios de gran interés en la promoción de la cooperación y por ende en la repercusión de este importante espacio en la vida del ser humano y la sociedad.

1.3.3 Artísticos

En tanto el mismo acondicionamiento puede funcionar como re-presentación escénica de tipo dancística, lo cual genera una relación sociedad-espectador a través de la recreación, para redimensionar su existir a partir de re-contextualizar los sentidos, pero el artista también se retribuye en la medida que siente que está haciendo algo productivo y “lo hace bien”, a partir del juicio hecho por medio de críticas, aplausos, etc., en otras palabras, el provecho que reporta para el cuerpo el recorrido de endorfinas y su beneficio traducido en

sensación de placer, euforia y hasta felicidad a partir de situaciones agradables, fortaleciendo así el sistema inmune lo cual no es sino bienestar...

...cabe preguntarse si una persona que quiere hacer ejercicio todo el tiempo, que está de mal humor si no lo hace, o que afirma sentirse "liberado" después de hacer ejercicio pesado, se está "drogando" con la actividad física. Un gran número de estudios muestran que el ejercicio vigoroso puede desencadenar (como afirman los que lo practican) sensaciones de felicidad, tranquilidad, euforia y creatividad. Estas sensaciones pueden durar desde unos cuantos minutos hasta varias horas después de haber realizado actividades físicas pesadas... El ejercicio regula la ansiedad, relaja los músculos tensos y la respiración y altera la bioquímica del cuerpo, de manera que en general se modifica la salud mental... Por si fuera poco, la actividad física prepara al corazón y a los vasos sanguíneos para enfrentar el estrés de la vida diaria... El ejercicio promueve además la dilatación de la cubierta interna de los vasos sanguíneos, lo que en general mejora el flujo sanguíneo a todos los órganos del cuerpo. También estimula la secreción de óxido nítrico en la sangre. Cuando los tejidos requieren un aporte extra de nutrientes, el óxido nítrico desencadena una señal de dilatación de los vasos sanguíneos que es duradera, proceso que elimina además una carga extra de trabajo al corazón. (Sánchez y Beyer, 2001: s/p).

Es claro que no se trata sólo de mover músculos, articulaciones y sudar... Cada día, se entiende más profundamente el rol del arte, la humanidad desde sus comienzos lo ha sabido, si no fuese así, ¿Por qué habría tantas evidencias arqueológicas relacionadas con el arte? El arte está íntimamente relacionado con ese momento liberador para el ser, una suerte de equilibrar el cuerpo, quizá soltar para equilibrar, sanar sería una buena acepción... Actualmente, cada vez más se usan herramientas artísticas para tratar enfermedades, valga la pena recordar el caso de los pacientes psiquiátricos, quienes logran un mayor avance con tratamientos desde actividades artísticas que con tratamiento químico. Doy fe de este planteamiento a partir del trabajo desarrollado en el Hospital San Juan de Dios (Mérida-Venezuela) por un espacio de tiempo cercano a los 3 años con mi proyecto "Psicodanza. Un encuentro con tu ser..." (Ver anexo 1).

2. Visualizando más allá, como una propuesta para el sistema educativo venezolano.

Es importante acotar que se trata de un estudio artístico-humanístico que contempla dos territorios inmensos, y según una mirada particular, se complementan... uno, sensitivo, creativo, etc., y otro, calculado, “en-tablado”. Si nos preguntamos ¿A quién va dirigido este acondicionamiento corporal? Tendríamos que decir que, en principio, era necesario visualizarlo para “determinados cuerpos”, de hecho, inicialmente se planteó para los mismos Vasallos de la Candelaria², que es la manifestación de referencia en la investigación inicial del acondicionamiento, o para estudiantes de danza tradicional venezolana. Con el devenir del tiempo, los mismos cuerpos así como la investigación, fueron indicando otras cosas, entre ellas, que se perfilaba como un lugar abierto para la formación corpórea; cuando se dice abierto, se plantea como un espacio donde pueden confluir cuerpos diversos, de distintos “niveles”, y serán esas individualidades, esas corporalidades, esos “niveles” los que irán generando el desarrollo del acondicionamiento, el cual está dado, más que como pautas específicas de ejercicios, como momentos de desarrollo de pautas.

Dichas pautas (caminar, trepar o saltar por ejemplo) generan en el participante motivaciones que facilitarán la introducción de posibilidades de movimiento, no se trata de un acondicionamiento para trabajar por niveles, sino en un espacio donde confluyen y se entrelazan cuerpos, entendiendo cuerpo no sólo como ese aspecto físico de huesos, articulaciones, músculos, etc., sino como lugar-materia-territorio... desde donde fluyen, además de ese aspecto físico, capacidades relacionales, emocionales, sensitivas, mentales,

² Los Vasallos de la Candelaria (también Vasallos de la Virgen de Candelaria, o Virgen de la Candela –por ello, inicialmente, es morena-, son una cofradía que rinde tributo a dicha virgen cada 2 y 3 de febrero a través de un ritual que comienza el día 2 en la mañana con una misa para continuar con la procesión de la Virgen por el pueblo, luego en la tarde se lleva a cabo una danza frente a la iglesia y alrededores de la Plaza Bolívar (Parroquia La Punta del Municipio Libertador del Estado Mérida-Venezuela), esta danza tiene básicamente un carácter agrario que dibuja el devenir de la preparación del terreno y cosecha del maíz; el día 3 en la mañana se repite la danza en “Zumba” (lugar de aparición de la virgen, un poco retirado de la Plaza Bolívar), en la tarde vuelven a dicha plaza para llevar a cabo “El Entierro del Gallo”.

espirituales...., para generar, desde cada especificidad-necesidad, lo que cada uno requiere como acondicionamiento.

Importante mencionar que se parte de una premisa, la inexistencia de un método de acondicionamiento corporal en nuestro contexto que surja desde el cuerpo del venezolano, todos, o casi todos, los métodos de acondicionamiento, al menos en Venezuela, han sido insertos desde otros contextos socio-culturales, en otras palabras, creados a partir de “otros” cuerpos. La propuesta bien podría insertarse dentro de los planes de estudio del sistema educativo y continuar profundizando en lo planteado en esta investigación. Existe esta intención, sin embargo, no es una intención aferrada, más aún conociendo las políticas de Estado. De lograr insertarse en las escuelas del país podría, entre otros aspectos, profundizar en la toma de consciencia sobre los procesos identitarios, el sentido de pertenencia, así como en el mejoramiento de la calidad de la formación corpóreo-ético-intelectual, en sintonía con una realidad nacional y dentro del marco de lo que se denomina “Antropología del Sur”, ésta es definida por Jacqueline Clarac de Briceño (pionera en su concepción y creación) de la siguiente manera:

“...pero nuestros problemas aquí, los cuales nos confrontamos los latinos, no se reducen a problemas de descripción en interpretación, tenemos nuestros propios problemas cognoscitivos sociales e histórico-culturales que atender, así como las prácticas sociales que corresponden, ya que sujeto y objeto de estas investigaciones pertenecemos todos a una misma sociedad [...] hemos de trabajar, y urgentemente, sobre nuestras realidades aquí, sobre nuestra actualidad y sobre todo la reconstrucción de nuestras raíces históricas, sin lo cual seguiremos siendo dependientes científicos de los del norte. Ocuparnos de nuestros problemas de identidad [...] Lo que realmente cuenta para un antropólogo latinoamericano es abrirse hacia “otra realidad” que es al mismo tiempo su propia realidad, la que él vuelve así a encontrar desde lo más profundo de su ser; le permite romper con esquemas hechos, con los viejos prejuicios históricos [...] debemos despertar a la conciencia individual al mismo tiempo que a la conciencia colectiva de nuestra sociedad, y a una conciencia de la especie humana.” (Clarac, 2014: 191)

Ahora bien, Mendoza y Fuenmayor nos brindan una visión sobre los procesos de formación corporal:

“El cuerpo responde en sus movimientos a esquemas culturales, es decir, “si mi cuerpo no está acostumbrado a moverse de determinada manera, no lo hará así en su cotidianidad”. Por ello, requiere de un entrenamiento que le permita acercarse a la representación del baile.” (Mendoza en Castillo y otros, 1996: 129).

“El cuerpo es universal **en su esquema**, pero raras veces en sus técnicas e imágenes, cuyos orígenes e historias nos dejan perplejos cuando descubrimos los rastros del individualismo en lucha con los absolutismos. El imperio del ballet continúa aún cuando el imperio político que lo originó ha dejado de existir; y lo más grave de esa situación es que se filtra hacia las formas de creación y de lectura, aún en los pueblos que no pertenecen a la tradición occidental.” (Fuenmayor, 1997: 53).

Entonces:

“El trabajo de investigación en el salón de clase debe orientarse en función de que el entrenamiento para determinada danza sea coherente con su estructura constituyente. Cualquier entrenamiento acondiciona el cuerpo, nuestro entrenamiento tiene que estar inspirado por la misma carga telúrica que contiene la danza. En esa medida, representa un reto – fascinante por demás – generar un proceso de investigación corporal que permita, además de conocer la conformación y ejecución de una danza, elaborar métodos de acondicionamiento físico e intelectual que permitan el mejor rendimiento energético e interpretativo del bailarín, además que facilite su posterior aprendizaje.” (Marchionda en Strauss y otros, 1997: 36).

En otras palabras, en vez de desarrollar contenidos relacionados con “Educación Física”, los cuales, como bien se ha expuesto, desarrollan sólo ciertos aspectos del cuerpo del estudiante-participante, sería más interesante implementar el acondicionamiento en las escuelas como una posibilidad educativa, lo cual vendría a convertirse en una hermosa

posibilidad de acción en pro del beneficio común. Esto último, forma parte de algunas reflexiones hechas anteriormente, y que bien podrían ser catalogadas como una utopía-sueño... Es claro que hay que tener una plataforma, contactos, prestigio, reconocimiento, y “un pare de contar”, sin embargo, no deja de ser una buena posibilidad en tanto es un acondicionamiento creado a partir de nuestros cuerpos latinoamericanos para ser usado por nosotros mismos.

Pero ¿Por qué un acondicionamiento dentro de la visión “Antropología del Sur”? Diferente a la visión clásica de la antropología europea y norteamericana que visualizaba a un investigador inserto en otro contexto (generalmente indígena y fuera de su lugar de origen), donde lo que gira a su alrededor es “barbarie”, la Antropología del Sur se presenta como aquella que intenta ser hecha por gente del sur sobre gente del sur, esto supone en principio un enfoque muy diferente en tanto la visión es otra, no se trata de visualizar la visión clásica como “mala” y la visión del Sur como “buena” o viceversa, de hecho se trata de ampliar las miradas que hasta ahora se tiene del cuerpo en total sintonía con el enriquecimiento del estudio propuesto, que persigue en todo caso aprovechar al máximo lo que desde cada enfoque se ha producido. Es decir, un estudio hecho por nosotros mismos sobre nosotros mismos vendría a generar conocimiento de otro orden, valga la pena mencionar las consecuencias de una visión sobre el venezolano a partir del fenómeno “Descubrimiento de América”, sin duda alguna redimensionaría o abriría espacios de reflexión en torno a conceptos como vergüenza étnica, por ejemplo. Si nos preguntamos ¿Para qué un acondicionamiento dentro de la visión “Antropología del Sur”?, al respecto:

Se visualiza que este método beneficiará las relaciones interpersonales, las condiciones y esquemas corporales de la población estudiantil... De igual manera, favorecerá el desarrollo social de la educación... permitiendo abordar espacios de formación con conciencia colectivo-nacional, al aplicar estrategias de desarrollo humano para transformar las prácticas pedagógicas que mejoran la calidad de la formación ética e intelectual, generando así un cambio institucional necesario para su transformación y fortalecimiento; ello implica, en principio, un impacto potencial de transformación social de la educación. (Garrido, 2014: 25-26).

Esto supone en principio, que los cuerpos que allí se acondicionan se sentirán más en sintonía, lo cual no ocurre en muchos casos, con otras técnicas de danza, una suerte del caso Merce Cunningham... Al respecto ya existe una experiencia en Venezuela, la de la bailarina Zhandra Rodríguez y su Programa Integral de Danza para las Escuelas Bolivarianas, donde se desarrolla un sistema de danza, sólo que, a partir de la danza clásica, la cual, erróneamente ha sido vista como la “base” de todas las técnicas, el punto está en que existen métodos de entrenamiento que hasta cierto punto son excluyentes, tal es el caso de la danza clásica, también llamada ballet. Por otro lado, cuando creamos la Licenciatura en Danza y Artes del Movimiento dentro de la Escuela de Artes Escénicas - ULA, se discutió por mucho tiempo el tema “si era una danza para el cuerpo o un cuerpo para la danza”, lo cual supone una visión distinta de hacer danza en tanto no se trata de “meter en un corsé” al cuerpo, sino dejarlo que se relacione y dance a partir de su realidad corpórea... Cómo un cuerpo puede llegar a desarrollar el trabajo técnico y relacionarse con él para hacer, desde su cuerpo, lo que exige determinada técnica, en otras palabras, en la danza clásica, entre otras cosas, “no puedes hacer danza si eres gordo”, entonces, una visión desde “un cuerpo para la danza” supone que “un gordo” también puede bailar, como en efecto ocurre.

Podríamos preguntarnos también acerca del contenido de un mensaje transformador de valores o creador de nuevos valores a través del simbolismo de la danza, sus posibilidades corpóreas, etc., o en un sentido amplio, por el arte en general, ¿Qué se quiere cambiar? ¿Se quiere cambiar la ética? ¿Por qué? ¿Cómo? El EcL en su enfoque ético, distingue entre fines y medios y el centro del desarrollo, es el ser humano como elemento de preocupación moral; por ello, debería importar a todos o al menos debería importar a aquellos que trabajan en políticas claves o contribuyen a la cultura. Importante aclarar que se dice cultura porque generalmente se confunde con actividades relacionadas con la poesía, danza, teatro, etc., una suerte de “movimiento cultural”, o más acertadamente movimiento artístico. Importante decir que Cultura es “...la producción de fenómenos que contribuyen, mediante la representación o reelaboración simbólica de las estructuras materiales, a comprender, reproducir o transformar el sistema social, es decir, todas las

prácticas e instituciones dedicadas a la administración, renovación y reestructuración del sentido” (Canclini, 1982: 32), pero,

La cultura no sólo representa la sociedad; también cumple, dentro de las necesidades de producción de sentido, la función de re-elaborar las estructuras sociales e imaginar nuevas. Además de representar las relaciones de producción, contribuye a reproducirlas, transformarlas e inventar otras (Ibídem: 33)

Así, hacer o desarrollar la danza, el teatro o la pintura, no es desarrollar la cultura, el desarrollo de la cultura en todo caso, se traduciría en desarrollo de la sociedad en general y de todas sus estructuras, bien expresa la maestra Jacqueline Clarac de Briceño “Debería existir sólo un Ministerio, el de Cultura, porque de ahí se derivan los demás”. Pero surgen otras preguntas, ¿Han funcionado las políticas no centradas en el ser humano hasta ahora desarrolladas? ¿Qué fue lo que pasó en la propuesta del Nuevo Trato durante el gobierno de Roosevelt en Estados Unidos? ¿Por qué se insiste, en países desarrollados, en políticas donde el individuo es co-partícipe?

Si algo promovió Roosevelt fue creer en sí mismos, por un lado, y por otro trabajar en función del beneficio del trabajador, al fin y al cabo, por el ser humano... En su discurso presidencial dijo "A lo único que debemos temer es al temor mismo", dentro de su propuesta “New Deal” o “Nuevo Trato”, una de las decisiones más interesantes, en el orden de ideas que se viene desarrollando en el estudio aquí planteado, es que...

El primer indicio de que a Roosevelt le interesaba el bienestar de los trabajadores fue que designó como su secretario del Trabajo a Frances Perkins, una destacada defensora del bienestar social. (Perkins fue también la primera mujer que ocupó un cargo con rango de gabinete.) Con la Ley Nacional para la Recuperación Industrial de largo alcance se intentó elevar el salario industrial, reducir las horas de la semana laboral y suprimir el trabajo infantil. Lo más importante fue que esa ley reconoció el derecho de los empleados "a organizarse y negociar colectivamente a través de representantes de su propia elección". (Hamby, s/a: s/p)

Roosevelt, hizo uso del arte para sensibilizar la población y derrotar a sus oponentes ideológicos, en relación a la necesidad de la intervención del estado en la economía para regular la actividad bancaria y asistir a los pobres a través de programas de alimentación y vivienda. Cabe destacar que el Sindicato de Trabajadores de la Minería, a través de una campaña de sindicalización elevó el número de sus miembros en menos de un año de 150.000 a una cifra que sobrepasaba los 500.000. Se quiere cambiar entonces, desde el arte, la producción de fenómenos relacionados con el ser humano, y partiendo de la idea expuesta por Silvia Rivera Cusicanqui, grandiosa mujer boliviana, como visión ancestral desde donde la comunidad hace al individuo, pero también en el sentido complementario, el individuo incidiendo también en la configuración de la comunidad-sociedad... En ese sentido será fundamental comenzar a cambiar las formas de abordaje del cuerpo, las maneras en que se somete al individuo a determinadas acciones, planes, etc., desde donde éste sólo reproduce, en otras palabras, no hay libertad para proponer o participar, mucho menos intercambiar. Cambiar las estructuras que someten al individuo, que lo degradan, que lo maltratan... Cambiar el egoísmo, no suprimirlo, ampliando el rango de sentimientos humanos, incidir en la competencia mal enfocada, en la carencia de bondad, la injusticia... por otras opciones que dibujen un horizonte más sensible, más humano...

Se está planteando una propuesta que incluso no ha sido abiertamente transitada, por ello, cuando se pide una estructura intelectualmente pensada y estructurada es muy posible que no exista porque existirá en tanto vaya andando, an-dando, dar para recibir, lo que al final es mover, si las cosas (objetivos, deseos, metas, sensaciones, presupuestos, emociones...) se mueven, entonces hay vida, porque la vida es movimiento... abrir el corazón, desde la metáfora oriental del corazón, y por supuesto, abrir nuestra mente a que pueden existir otras posibilidades, otras salidas más humanas, mas certeras, más en sintonía con el individuo y la sociedad que se desea, así, será preciso abandonar esa visión de una planificación totalmente acabada, optimismo sería un buen término, sin caer en el iluso, el idealismo o la visión romántica, conociendo las dificultades y ofreciendo alternativas, “a Dios rogando y con el mazo dando”...

Se considera interesante, y parafraseando a Silvia Rivera Cusicanqui, alimentar la memoria ancestral del cuerpo, pulsión emancipadora del cuerpo, liberarse de camisas de fuerza, de ataduras, de cárceles tanto conceptuales como vitales impuestas por Occidente... “caminante no hay camino, se hace camino al andar” ... y si algo llega a salir mal, “en el camino se enderezan las riendas” ...

Hay una falta de coherencia pues en ese pensamiento la idea es trascender esas fronteras disciplinarias y darnos la mano con los saberes prácticos y, a la vez, hacer prácticas del cuerpo que nos permitan acercarnos a ese modo de conocer que no son necesariamente racionales (Rivera en Santos y Rivera, 2014: 1:49:20)

El acondicionamiento como algo comunal, que reúne, comunión entre las personas... que pueden surgir posibilidades, que prepara, que trasciende la idea-acción de “calentarse” para un hacer específico, por ejemplo, una danza... no solamente, se trata de reunirse para posibilitar, hacer posibles algunas cosas en el ser, esas cosas que sólo ocurren en el estar juntos, a partir de un objetivo en común y una disposición positiva y creadora.

3. Como forma de “cierre”

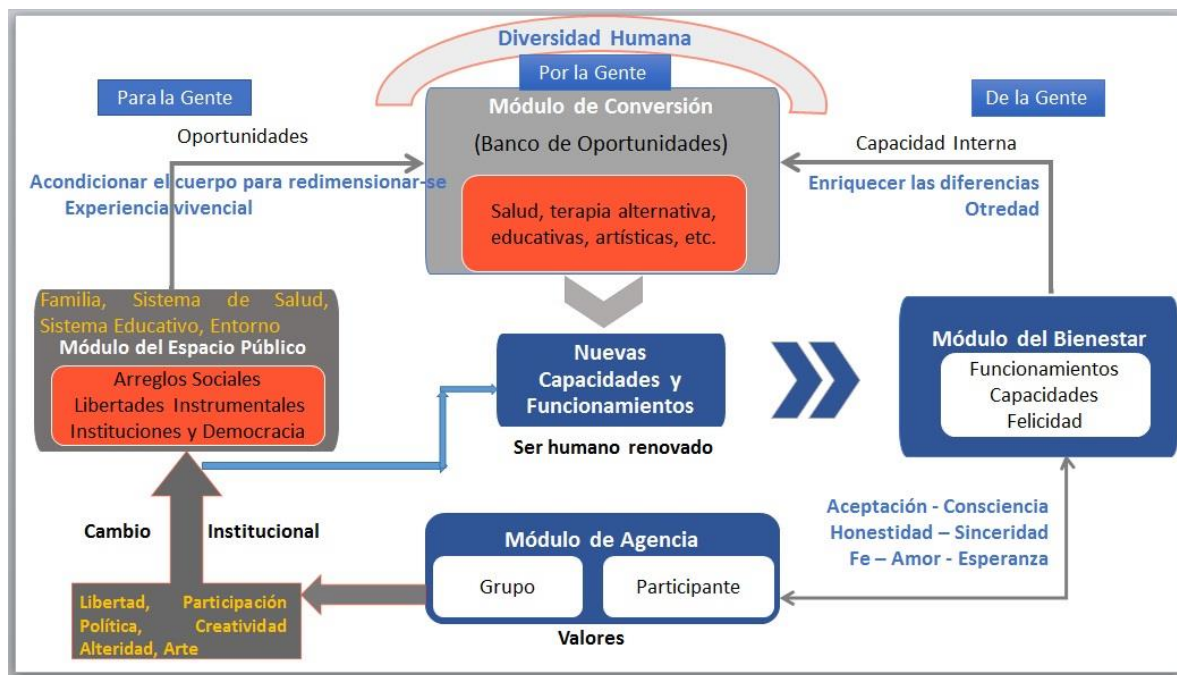
Las ideas-sentires planteados como temas de investigación, son puntos de partida, diversos inicios que finalmente llevarán a reflexiones, análisis, discusiones, y desarrollos posteriores, sin embargo, en el ánimo de “concreción de una tarea”, se esbozan algunos aportes finales, entre ellos, una tabla para cotejar elementos constitutivos entre el Enfoque de la Capacidad y la Innovación del Desarrollo y el Acondicionamiento Corporal como posibilidad de Desarrollo Social, por un lado, por otro, un acercamiento de esquema-flujograma de enfoque sistémico a partir de la propuesta del profesor Ángel Hernández.

Tabla de cotejo entre el Enfoque de la Capacidad como Libertad en pro del Desarrollo y el Acondicionamiento Corporal como posibilidad de Desarrollo

Enfoque de la Capacidad como Libertad en pro del Desarrollo	Acondicionamiento Corporal como posibilidad de Desarrollo
El ser humano es el centro de preocupación / Promueve el desarrollo de planes (políticas públicas) tomando en consideración al ser humano	El ser humano se potencia y como consecuencia potencia el sistema (a partir de él se plantean condiciones corporales para ponerlo “en situación” y puedan crearse planes (alternativas) de impacto benéfico en la sociedad / Visualiza el cuerpo como un todo, sistémico, representación del universo, donde todas sus partes están interconectadas sin jerarquía, ayudándose y desarrollando capacidades para brindar soluciones / Promueve el desarrollo desde las posibilidades que ofrece el encuentro con el otro
Inclusivo, no se confina a aproximaciones filosóficas únicas. Puede ser vista como una ciencia social general que podría confluir en una ciencia social universal o natural	Participan todo tipo de cuerpos / Visión no excluyente / Sentido de alteridad → Importancia en la construcción del entramado relacional
Las preferencias individuales se examinan a la luz de información ampliada. Las preferencias individuales son producto del sistema y en ocasiones son adaptativas	Son necesarias las preferencias tanto individuales como grupales / Co-existen
El sistema es de naturaleza dinámica y está sujeto a permanentes cambios. Es operacionalizado a través de los procesos de retroalimentación en la totalidad del sistema	Las soluciones fluyen a partir de acuerdos colectivos y sus posibles relaciones con el entorno
El sistema puede autocorregirse y a la vez enfrentar y resolver sus fallas y disfunciones	El cuerpo mismo es generador de bienestar en tanto se mueve y se relaciona
La visión holística e integral facilita la captura de la realidad de manera amplia y es posible utilizar modelos para su estudio empírico que hacen concesiones al rigor y la exactitud. En ocasiones se usan modelos matemáticos	Modelos mayormente abiertos que contemplan el abordaje, la adaptación o el replanteamiento, con visión holística, plural, ambiental
Promueve la especificación de la igualdad / ¿Igualdad de qué? → Visión Sen	Busca enriquecer las diferencias, mientras más diferencias más posibilidades-soluciones / Enfoque Inter-trans-multi-disciplinario

Evolucionaria, no revolucionaria / Libertad de acción (libre agencia)	Es fundamental la experiencia vivencial, ser-estar en un lugar / El ser humano aborda las situaciones de vida, se adapta y propone salidas en tanto precisa cubrir necesidades
Valorativa y no se limita a un valor preponderante	El individuo busca sus por qué a partir de auto-aceptaciones y aceptación de la otredad, buscando desde el cuerpo y las situaciones relacionales / Cambio de consciencia en relación a aspectos como: respeto, consideración, tolerancia, distribución de roles, responsabilidades, igualdad, etc., a partir del convivir y sus reglas (no dar por sentado)
Alcances globales, aplicación general	Alcances en la salud, educación, posibilidades terapéuticas y artísticas

Fuente: Elaboración propia



Re-interpretación propia a partir de Hernández, en estudio realizado en el Seminario El Enfoque de la Capacidad y la Innovación del Desarrollo, IPP-Mérida 2018

NOTA: Estimo, en la propuesta debe haber un módulo que filtre-participe-incida el hacer humano... ¿Valores quizá? Ubicado en algún lugar del cuadro y no dar por sentado que eso está en el ser humano y que lo utilizará, y como consecuencia ocurrirá.

Para finalizar este escrito, estimo en gran medida, es cuestión de atreverse, dejar el miedo a un lado, ese estúpido miedo al ridículo introyectado –a través de los procesos de crianza- desde que nacemos, desnudarse quizá... y dejar que lo que habita muy dentro de nosotros, que al final del cuento es lo mismo que habita en los otros, se exprese, y con ello, tal como ocurre con la energía, conecte. Así, tal como acota Sen ¿Igualdad de qué?, me atrevo a plantear ¿Miedo a qué? ¡Demos ese gran paso! Produzcamos un cambio... Uno decide, uno opta por una cosa u otra, uno es el que hace que las cosas sean importantes porque uno es el que les da importancia, entonces uno crea... los caminos, los mundos posibles, y por supuesto, tener planes, sentidos y muy bien pensados. Parafraseando a Aristóteles, el teatro purifica el alma, obviamente lo que ocurre en la escena y repercute en nosotros...

Así, esta propuesta va dirigida en función de la co-existencia entre el amor y la razón (deshabitar un poco –mucho- este Occidente híper-racional) sin caer en la visión romántica... Una propuesta sentida y pensada desde y para el cuerpo, sin dejar recaer todo en el cuerpo, pero si recurriendo a él porque eso somos; ¡es un poco como cuando estamos enamorados... no damos peso sólo a la razón, hay un todo que nos mueve, que nos hace hacer cosas incluso vistas como imposibles!!!!

El gremio médico siempre ha guardado muy bien sus formas de accionar en relación a la información que maneja de los pacientes, y aún cuando yo no participaba de los consejos médicos que se llevaban a cabo en el Hospital San Juan de Dios (sede Mérida-Venezuela) nunca compartían dicha información conmigo, sin embargo, siempre recomendaban continuar con las actividades que se desarrollaban en mi proyecto “Psicodanza. Un encuentro con tu ser...” donde trabajaba con pacientes (llamados en ese entonces) “psicóticos y no psicóticos”.

Recuerdo muy particularmente al “grupo de los OH”, nombrados así por la molécula del alcohol, y constituido mayormente por varones quienes “huían” de las actividades porque nombrar “la danza” dentro de este contexto machista latinoamericano es sinónimo, generalmente, de “lugar para mujeres”, en términos más sinceros, sin un hombre participa de este espacio entonces “es maricón” ... Pues bien, ellos sólo “asomaban la cabeza” mientras se desarrollaban los ejercicios, y cuando me percataba de su presencia obviamente “la escondían” de nuevo. Un buen día, decidieron participar, y así fue ocurriendo que con el tiempo ya era otro grupo más al cual atendía. ¡Mi gran sorpresa fue que en determinado momento “se molestaron” y presentaron la queja ante “el Hermano César” (director del Hospital por parte de la Congregación San Juan de Dios en ese entonces) porque “yo no les daba tantas clases como a otros grupos”!!!

La apertura del Hermano César era tan grande, que en una ocasión le propuse hacer una “muestra escénica” en la capilla que forma parte del hospital, y accedió... Pues quitamos todas las bancas y transformamos la capilla en un gran escenario donde ocurrieron hermosísimas historias desde la danza y la actuación, porque también se producían actividades de este tipo, y pasamos una “velada” humana, sentida, hermosa por demás, y los pacientes estaban felices, nunca se desdibujaron sus sonrisas mientras estuvimos allí, en sus miradas había un brillo particular, y no hay manera de poner en palabras lo que ocurrió con los pacientes al final de la “velada”....

Las actividades consistían en desarrollar ejercicios donde se planteaban acciones a partir del diagnóstico que presentaba el grupo, por ejemplo, si de manera general había problemas con el “respeto de normas” entonces hacíamos algo que fuese en sintonía con “ponerse en el lugar del otro”, lo cual funcionaba bien porque era una suerte de “ponerlos en situación” para que sintieran lo que ellos hacían y producían en el otro... A partir de allí, se realizaban deliciosas conversas donde “anclábamos” ciertos aprendizajes desde el punto de vista cognitivo, en otras palabras, no se trataba sólo de mover el cuerpo en medio de una experiencia colectiva y lo beneficioso de ello, sino que había un enfoque de abordaje integral de atención corporal.

Hoy puedo entender muy abierta y profundamente que la información manejada por los consejos médicos, no era otra que el equilibrio químico (sobre todo neurotransmisores) de los pacientes que yo atendía se mantenía estable, de hecho, producían de manera natural los químicos que en ocasiones eran sustituidos por fármacos, y esto era producto no de otra cosa que una atención, atender, brindar un espacio al ser humano para incidir-ayudar en sus problemas... Esto es tan poderoso que muchos pacientes incluso dejaban los tratamientos farmacológicos sólo con las actividades que se realizaban en el Hospital.

4. Referencias Bibliográficas

- **Barrios, A.** y otros. (2011). Revista Así Somos N° 6. Caracas: Ministerio del Poder Popular para la Cultura. Recuperado de <http://www.cnh.gob.ve/images/stories/PDF%20Publicaciones/ASI%CC%81%20SOMOS%20N%C2%BA6.pdf>
- **Castillo, Ocarina y otros.** (1996). Jornadas de reflexión sobre la danza tradicional popular su investigación y proyección. Caracas, Venezuela: Consejo Nacional de la Cultura.
- **Mendoza, B.** (1996). La metodología en la enseñanza de los bailes tradicionales. Caracas, Venezuela: Consejo Nacional de la Cultura.
- **Clarac, J.** (2014). ¿Qué es la antropología del Sur? FERMENTUM – ISSN 0798-3069. Venezuela: (Artículo en línea). Recuperado de http://www.saber.ula.ve/bitstream/handle/123456789/42712/dossier_art4.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- **Fuenmayor, V.** (1997). El cuerpo de la obra. Revista de Literatura Hispanoamericana -ISSN 0252-9017. Venezuela: (Artículo en línea). Recuperado de <http://revistas.luz.edu.ve/index.php/rlh/article/viewFile/2947/2842>
- **García, C.** (1982). Las Culturas Populares en el Capitalismo. La Habana – Cuba: Editorial Casa de las Américas.
- **Garrido, A.** (2014). Diseño de un acondicionamiento corporal a partir de una manifestación tradicional venezolana. Tesis para optar al grado de Magíster Scientiae. Mención publicación. Mérida. Universidad de los Andes.
- **Hamby, A.** (s/a). Reseña de la historia de los estados unidos. Capítulo 11: El Nuevo Trato y la Segunda Guerra Mundial. Proyecto Salón Hogar. Recuperado de http://www.salonhogar.net/INDICE_EU/Historia/C11.htm
- **Hernández, A.** (s/a). Enfoques de la capacidad y Libertad como Desarrollo. Perspectiva Sistémica. Material elaborado para el Seminario Doctoral: El enfoque de la capacidad y la innovación del desarrollo / IPP-Mérida 2018

- **Hernández, A. y Escala, Z.** (2011). Enfoques de la capacidad y el desarrollo humano / Origen, evolución y aplicaciones. Caracas: PNUD-Venezuela / Total.
- **Organización Mundial de la Salud.** (2016). Promoción de la salud. Ginebra, Suiza: Recuperado de <http://www.who.int/features/qa/health-promotion/es/>
- **Santos, B. y Rivera, S.** [ALICE CES]. (2014, Marzo 12). Conversa del Mundo - Silvia Rivera Cusicanqui y Boaventura de Sousa Santos [Archivo de video]. Recuperado de <https://www.youtube.com/watch?v=xjgHfSrLnpU>
- **Sánchez, C. y Beyer, M.** (2001). Las endorfinas. Revista ¿cómo ves? Número 29 – abril. México: Revista de Divulgación de la Ciencia de la UNAM. Recuperado de <http://www.comoves.unam.mx/numeros/articulo/29/las-endorfinas>
- **Strauss, Rafael y otros.** (1997). II Jornadas de reflexión sobre la danza tradicional popular – su investigación y proyección. Caracas, Venezuela: Consejo Nacional de la Cultura – Dirección General Sectorial de Danza.
- **Marchionda, O.** (1997). Una forma más... Elementos para la formación del bailarín de danza tradicional. Caracas, Venezuela: Consejo Nacional de la Cultura – Dirección General Sectorial de Danza.