



UNAM IZTACALA

Universidad Nacional Autónoma de México

Facultad de Estudios Superiores Iztacala

**“LO PSICOSOMÁTICO EN LOS PRACTICANTES
DE TAE KWON DO”**

T E S I S
QUE PARA OBTENER EL TITULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A
CÉSAR EDUARDO REYES OLIVA

Directora: Lic. Irma Herrera Obregón

Dictaminadores: Dr. Sergio López Ramos

Lic. Gerardo Abel Chaparro Aguilera



Los Reyes Iztacala, Edo de México, Septiembre, 2013



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

A Dios, tal como yo lo concibo.

A mi familia, por su apoyo; en especial a mis padres, primeros practicantes que conocí, sin los cuales, no tendría cuerpo con el cual trabajar.

A mis Maestros Gerardo, Irma y Sergio, maestros de vida, por su pedagógica e inspiradora congruencia y apoyo.

Al Grupo Victoria, por mostrarme y llevarme por el camino del crecimiento; por aclarar mis ojos.

“¡Compañeros, a tirar la basura!”

A Nadia, onдина sabia y temerosa, por tu infinita paciencia, tolerancia y amoroso apoyo en mis momentos más oscuros.

A mis amigos: camaradas circuleros, sanadores, padrinos y madrinas, verdaderos hermanos en el sendero de la creación de conciencia.

A los participantes, por dejarme conocer sus historias.

A Isma, Fer, Rosa, Cynthia, Iván, la Familia Calderón, los profesores Garfias y Lim, por las porras y uno que otro porrazo.

“Por primera vez en tu vida, sé honesto.

Por primera vez en tu vida, termina lo que comienzas”.

ÍNDICE

RESUMEN	4
INTRODUCCIÓN	6
1. LA ESCISIÓN DISCURSIVA O LA “INSUFICIENCIA”	11
2. LA PSICOLOGÍA EN EL DEPORTE: EL DESCUIDO DEL ARTE MARCIAL	35
3. RESULTADOS Y ANÁLISIS. LA CONSTRUCCIÓN DEL PRACTICANTE DE TAE KWON DO	93
3.1 El embarazo: cultivos de destinos y distancias.	96
3.2 Silencios y gritos en el cuerpo.	98
3.3 Ausencias de los padres.	105
3.4 El reclamo y la soledad.	110
3.5 Cambios de estatus económico.	112
3.6 El Ser... insuficiente.	117
3.7 Abusos.	120
3.8 Vida competitiva.	123
3.9 Ego como hedonismo.	127
3.10 Olvido del cuerpo.	134
3.11 Inseguridad.	136
3.12 Intuición.	139
3.13 La búsqueda.	144
3.14 Evasión de responsabilidad.	158
3.15 Heredando lesión y enfermedad.	164
3.16 La merma del Tao en el Do.	170
CONCLUSIÓN	180
REFLEXIONES PARA LA PRÁCTICA DEL TAE KWON DO	191
BIBLIOGRAFÍA	200

RESUMEN

El objetivo que guió la elaboración de esta tesis fue el de explorar y entender el proceso de constitución psicosomática de 20 practicantes de Tae Kwon Do con una experiencia mínima de 4 años a través del análisis de sus historias de vida. Para esto se entrevistaron a 20 practicantes con la experiencia en equivalente aproximado, al nivel de Cinta Negra; sus historias fueron interpretadas a partir de la teoría de los Cinco Elementos. Se conformaron condensados de información en espacios comunes desde los cuales se elaboraron categorías que hacen evidente el proceso de construcción corporal de los practicantes.

Algunas de las categorías que se encontraron fueron problemas en el embarazo, el abandono físico y/o emocional de los padres y el posterior resentimiento con ellos, la constante de la vida competitiva, el ego como hedonismo y éste como estilo de vida, la expresión del cuerpo, la expresión de la intuición, la búsqueda de alternativas y la merma de la filosofía del Tao en el Tae Kwon Do. Ante esto puede verse a lo largo de la vida de los practicantes que desde el vientre materno las emociones se construyen como ruta y se abusa de ellas; el taekwondo y su intensidad emocional es una forma de manifestarlas y exacerbarlas. La falta de guía a la resolución de las emociones produce desgaste, enfermedades y lesiones dentro de los practicantes; ellos se construyen como héroes o fortalezas y siguen la dinámica emocional-económico-social de sus familias. Viven en el desconocimiento de sus sensaciones; en el mejor de los casos, llegan a descubrir dentro de ellos la sensación del flujo de K'i sin saber qué es.

Puede llegarse a la conclusión de que el vacío espiritual que deja la occidentalidad fracturante y la objetivación transforman las vidas de los practicantes en hedonismo a través de alimentar al ego, olvidándose del cuerpo por el vacío explicativo entre cuerpo y mente; dado que el método científico y el deporte se rigen por los mismos principios, este último no es una alternativa de conocimiento integral de sí mismo. Tanto es así que el practicante mantiene el pasado de conflictos

coreano-mexicanos vivo en sus acciones presentes; el conflicto social entre las escuelas se alimenta de su hígado, de sus riñones y de su bazo y páncreas y se manifiesta en la preferencia de sus sabores. La intuición que se manifiesta en varios de los practicantes se vuelve evidente gracias y a pesar del medio agresivo en el que viven; éste no es otro que el panorama de agonística social que se pinta tras los abandonos, las obsesiones, los miedos y los resentimientos que no se superan por el Tao que subyace latente al Tae Kwon Do por su implacable deportización.

La decisión de abordar este tema parte del interés personal que surgió tras mi experiencia de 3 años como practicante, tiempo en el cual recogí diversas observaciones de carácter informal que tenían por principio la similitud emocional entre las historias de vida de diferentes practicantes con quienes me relacioné, la oculta filosofía del arte marcial y la complejidad de la interocepción descubierta. Las observaciones pronto se convirtieron en dudas formales desde la psicología, ante la perspectiva de la curiosidad intelectual que poco se saciaba con el material bibliográfico, electrónico y audiovisual disponible. Esto descubrió una perspectiva nueva que encontró puntos de flaqueza, superficialidad y escasez en la psicología del deporte, encargada del estudio del fenómeno, y puntos de anclaje en el contacto con la postura de lo Corporal, abriendo un horizonte de oportunidad para la investigación exploratoria en una población pobremente tratada por la psicología en sus diversas disciplinas. Precisamente debido a esto, incrementa la importancia y necesidad de una visión de gran complejidad que comprenda y pueda intervenir en las deficiencias y oportunidades de esta práctica corporal de orígenes culturales mestizos.

INTRODUCCIÓN

En la actualidad predomina una visión científica de la realidad que se disemina en todo campo del conocimiento, incluso para conocerse a sí mismo. Sin embargo debe reconocerse que tal perspectiva no es equivalente a practicar un saber absoluto, sino a su persecución; a su vez, esto obliga a aceptar que el método que sustenta esta visión tiene límites que pueden conocerse a partir de su análisis socio-histórico. En concreto, se puede aceptar que cargamos con una herencia renacentista respecto al conocimiento del mundo (y por ende, del ser humano) que es plenamente reconocible en el método de Descartes, que no es sino el explícito fundamento de la visión mencionada. Se trata de la escisión, del análisis. Por desgracia la síntesis que seguía a esta herramienta cartesiana se volvió una visión incompleta en los métodos.

Esta segmentación del universo también trae consecuencias en el cuerpo, alejándonos de él y obstaculizándonos la observación de las complejas relaciones que, dentro del cuerpo, se tejen; precisamente por la tendencia a hacer científico toda clase de conocimiento. Así, la persona en su cotidianidad llega a vivir aislada de sus propias sensaciones, emociones y sentimientos, que son el anclaje más directo a su cuerpo y a su propia construcción como ser cultural. En los métodos de estudio de la psicología se corre el mismo riesgo de ignorar la construcción completa de una persona por la tendencia a la escisión de la realidad desde el discurso, a la sobre-especialización, al análisis sin síntesis. Este es el caso para la psicología del deporte, que si bien puede decirse que es una disciplina relativamente nueva, también puede añadirse que sigue el mismo enfoque escindente, lo cual nos deja por principio con un deportista dividido por dos disciplinas y dos métodos distintos que se pelean por su cuerpo y su mente, sin encontrar fructíferamente relación entre estos dos; parten de la suposición de que el cuerpo y la mente están separados.

La psicología del deporte no sólo no cuestiona este axioma sino que se basa en él y en los principios que rigen tanto al método científico como al deporte y a la cultura que los creó, basada en resultados, en objetividad – al objetivar, el objeto se

vuelve susceptible de explotación –, en seguir la lógica de la máquina y la producción. El enfoque que intenta superar esto es muy reciente y su fundamentación no es muy fuerte, siendo ésta más bien filosófica, propugnando por centrarse en una persona que hace deporte en lugar de un deportista-máquina; el problema no se ha revisado con la profundidad requerida ni con las consecuencias que esto necesariamente atrae, como lo sería un cambio en la filosofía y por ende en la metodología. Ante fenómenos recientes como lo es la inclusión de artes marciales – en nuestro caso el Tae Kwon Do – dentro del ámbito deportivo, cabe preguntarse si el camino recorrido permite ver las relaciones que emergen en los practicantes tras este mestizaje de prácticas corporales que parten de distintas intencionalidades. La atracción hacia el fenómeno crece con la observación de que el Tae Kwon Do es una de las pocas prácticas que no ha dejado de producir éxitos en medallas para el país en toda clase de competencias internacionales.

La complejidad de la mirada epistemológica debe aumentar para poder ir más allá del perpetuo interés de la psicología del deporte por la personalidad, la ansiedad, la agresión y la forma en la que estos factores afectan a los concretos y siempre-insuficientes resultados. El deportista es visto todavía como una máquina productora de medallas – rendimiento – cuyo trasfondo e historia emocional fuera del ámbito deportivo no interesan, prácticamente asumiendo, como hace el modelo médico, la igualdad entre todos los cuerpos, exiliando de ellos la posibilidad de la subjetividad y al mismo tiempo deseando encontrarla; se replica la escisión por vía de los discursos sin saltar a una metodología que permita encontrar las sutiles relaciones que sostienen el principio indisoluble de su unidad. Por esto mismo se vuelve necesario reconocer que el deportista, antes que ser deportista, es una persona que vive, siente y desea en un contexto determinado con una geografía, una historia y una variación cultural específica. Este problema se vuelve evidente al notar que los estudios que se han hecho con practicantes de Tae Kwon Do, se aproximan a ellos como una población meta para la experimentación y la aplicación de tests, sin antes conocer la construcción corporal de la misma; es decir, su complejidad como totalidad que se vive.

Así se ha decidido tomar como peso principal a la vivencia de la persona que hace Tae Kwon Do; con esto se pretende seguir una alternativa que se delinea como un camino de integración epistemológica y metodológica de la construcción corporal a través de la historia de vida, de la metodología cualitativa y de la teoría de los cinco elementos, aproximándonos con esto a la comprensión del practicante como persona compleja de múltiples constituyentes inseparables por medio de su vivencia. El salto a lo cualitativo se vuelve obligatorio para contemplar las relaciones que los cuerpos construyen como parte inalienable de un ambiente, una sociedad, una cultura y una geografía; para ésta última, el caso es la Ciudad de México. De esta forma nos podemos acercar a ver a una persona que elige participar en el Tae Kwon Do en lugar de una máquina de medallas. Dado a la falta de estudios cualitativos en esta población – la mayoría de ellos se enfocan en el rendimiento y el entrenamiento –, la información aquí presente puede ser de utilidad para futuras investigaciones dentro del rubro de la psicología del deporte y de la psicósomática.

Bajo este enfoque, podría decirse que se intenta darle una orientación distinta a la psicología del deporte, no supeditándola al rendimiento sino, como algunos autores sugieren, a la condición humana; adicionalmente, la propuesta de lo Corporal presenta la ventaja de la integración como alternativa a la escisión de la realidad por medio del discurso. Esto involucra un camino de cambio de paradigma a la unificación también para el estudio de la práctica corporal. Para nuestro caso, en México, la población adquiere una relevancia adicional por la enorme propagación que ha tenido el Tae Kwon Do a partir de su llegada a la capital en 1969, además de los notorios y continuos éxitos en medallas que ha producido para el país, desde casi dos décadas antes de ser considerado como deporte de exhibición por el Comité Olímpico Internacional para los Juegos Olímpicos de Seúl.

Su relevancia en números poblacionales y en éxitos deportivos no puede negarse, por desgracia no se le ha dado gran relevancia dentro del estudio académico ni en términos estadísticos; la información es escasa y frecuentemente se

encuentra en otros países y otros idiomas. Su importancia en sentido individual – para el practicante – puede expresarse en términos de salud: por un lado por la observación informal de la frecuencia con que se producen lesiones deportivas, con mayor razón siendo una práctica que involucra un contacto fuerte; por otro, por el trasfondo del notorio incremento de enfermedades crónico-degenerativas en la población mexicana, siendo que los practicantes no están exentos del contexto y de la historia familiar que en ellos se manifiesta; y por último por la oportunidad de explorar el supuesto de que el deporte es salud más allá de la teoría.

Esta tesis va dirigida a ahondar en la vivencia del practicante, sus procesos y sus emociones a partir de su historia, sin separar pero sí identificar los eventos y dinámicas que le constituyen como un ser único. Para esto, habrá que iniciar desde la exposición detallada de la segmentación – de la realidad, del conocimiento, de la persona – como visión del mundo, a la que he nombrado como escisión discursiva con el fin de abreviar tanto su historia evidente desde *El discurso del método*, como la tendencia de dividir la realidad por medio de los discursos sobre ella. Para aproximarnos a la comprensión del concepto y de sus repercusiones en el mundo, la exposición en el primer capítulo nos lleva a través de un concepto de realidad, la historia de la ciencia, la objetivación del mundo y su desacralización, las revoluciones ideológicas e industriales, la lógica de la máquina y la concepción de un ser humano como una totalidad psicosomática; esto con el fin de sentar la fundamentación filosófica-epistemológica de la visión con la que partiremos a examinar fenómenos más conocidos.

En el segundo capítulo dirigiremos nuestra atención hacia fenómenos como el deporte, el Tae Kwon Do y la psicología del deporte. En los tres casos se usa la visión de la escisión discursiva para ampliar las percepciones tradicionales sobre las mismas con el fin de entender, desde el contexto que les es propio, de dónde vienen tales disciplinas y qué conflictos y posibilidades heredan hasta nuestros días. Por último trato el caso específico del Tae Kwon Do en México y la propuesta epistemológica de lo Corporal. Por esta vía pasaremos por el concepto de la

actividad física y su mística, el dilema trabajo-juego y su producción, el juego justo y la gratuidad como fundamentos del deporte, la agresión social, el desarrollo histórico-político del Tae Kwon Do hasta llegar a nuestro país, la importancia del conflicto en él y su anclaje en la mística del Zen chino y del Tao. Relativo a la psicología se revisa un poco de la historia de la psicología del deporte, notando la herencia del modelo médico, así como los temas y conceptos básicos que ha desarrollado como el conflicto de rol, los estudios de personalidad, las sensaciones, la agresividad y la patología del deporte. Por último se ahonda en la teoría de los cinco elementos y en la filosofía y epistemología que la sustenta, precisamente dando pie a erigirla como alternativa a los paradigmas de segmentación.

Por último, en el tercer capítulo, se proveen extractos de las historias de vida de 20 practicantes de Tae Kwon Do, que fueron seleccionados con base al criterio de contar con más de 4 años de práctica de la disciplina. Se realizaron varias entrevistas relativas a sus historias de vida que fueron grabadas, previo consentimiento, en una grabadora digital Olympus WS-321. Una vez concluidas, se condensaron los datos generales por espacios, con lo que se generó una matriz a partir de la cual surgieron las categorías en común sobre las que se eligieron los extractos en donde el proceso es más evidente, concreto y consciente. Las categorías se intercalan con citas extraídas del *Libro del Tao y su Virtud (Tao Te King)* de Lao-Tsé, con el fin de inducir al lector a la reflexión de la categoría desde la filosofía que le da su nombre al Tae Kwon Do (como se ve en el capítulo 2). Algunas de las categorías expuestas son: el cultivo de los destinos y las distancias en el embarazo, la expresión del cuerpo, el reclamo y la soledad, los abusos, la vida competitiva, el ego, la intuición, la transmisión de las rutas emocionales desde la familia (heredando lesión y enfermedad), la búsqueda, y la merma del Tao en el Do.

Por último el lector encontrará conclusiones y reflexiones a las que he llegado tras este proceso que relaciona la historia de la ciencia con la intencionalidad que lleva un golpe o una patada. Se adelanta que la escisión discursiva deviene un elemento crucial para entender el proceso cotidiano y potencial de los practicantes.

1. LA ESCISIÓN DISCURSIVA O LA “INSUFI-CIENCIA”

El mundo es una intriga. No existe en él mayor misterio que él mismo a pesar de los milenarios intentos de descubrirlo o redescubrirlo. ¿Qué sería del humano si no fuera curioso? Habría perdido su esencia. En todo el tiempo que llevamos como especie la incertidumbre nos ha llevado a la explicación: saltamos incesantemente de leyenda en leyenda, recopilándolas en la memoria del papel, la propia o la de los bits y las contrastamos con la visión borrosa del momento. No importa qué tan “nítida y distintamente”¹ las veamos, siempre habrá un borrón en la leyenda, una omisión o una sensación que nos dirá que algo no checa. Entonces construiremos otra que cuente nuestros borrones y le pondremos otro nombre. Somos naturalmente curiosos y creativos, dubitativos y seguros, vivimos investigando y buscando: somos investigadores naturales.

Desde el inicio de nuestra vida existimos rodeados de preguntas que brotan constantes como agua de un manantial, siempre intentando aprehender una verdad. Antes, en épocas de niñez, la mayor prueba de veracidad era que un adulto lo dijese; ahora nuestra mayor prueba es que lo diga un estudioso de la ciencia... o en su defecto, la presentadora de un programa televisivo.² De distintas formas seguimos buscando verdades que nos comprendan en el acontecer diario y mientras más “científicamente comprobado” sea, será mejor y será verdad. La ciencia es nuestra leyenda de moda. El mundo social actual, tendiente a la globalización de todo proceso es distinto al mundo predominantemente natural de hace mil años, sin embargo nuestra curiosidad permanece intacta y claramente preferimos los criterios de la ciencia al afirmar algo como verdad, pero ¿qué ocurre con los otros métodos y formas de producir conocimiento? ¿Qué ocurre con la ciencia frente a los problemas mundanos – y reales – del acontecer cotidiano en lo social o en lo particular como lo

¹René Descartes, *El Discurso del Método*, España, Akal, pp. 37, 1989; la obra fue originalmente publicada en 1636.

² Ver a Jerry Mander, *En Ausencia de lo Sagrado. El fracaso de la tecnología y la supervivencia de los pueblos indígenas*, Chile, Cuatro Vientos, 1994

son los padecimientos de la persona? ¿Qué puede ofrecer el modelo científico frente a estos problemas?

Siguiendo a Capra³, vemos que la ciencia se ha erigido como el modelo idóneo de producción de conocimiento, incluyendo a aquel que concierne a la persona directamente: por ello tenemos a la medicina, la anatomía, la farmacología, o incluso a la psiquiatría o la psicología estrictamente conductual. Es menester notar que las anteriores no son las únicas posturas que nos procuran conocimiento del ser humano y de la salud; por desgracia para las alternativas, por ser métodos que se alejan de la racionalidad científica, son difíciles de comprender si no se concibe de inicio el problema de la escisión discursiva, el cual es uno de tantos de índole filosófica y epistemológica que nos incumben como elementos que afectan directamente al panorama completo de la cultura que profesamos y que permea todas las esferas personales, y sociales; más específicamente me refiero a las repercusiones que tiene este problema en la salud.

Dentro de las concepciones que se proponen como alteridades al discurso científico sobre la salud, se encuentran las posturas englobadas bajo la categoría de Psicosomática. Una de estas posturas es la que nos interesa por su amplio panorama, tanto de las dificultades discursivas como de los factores que intervienen en la salud y la enfermedad, ambas como procesos y no eventos aislados, al igual que la relación que los intersecta. Es así como, desde esta visión en específico, denominamos que las enfermedades tienen “construcción social, histórica, política y cultural”⁴. El cuerpo para esta visión – etiquetada como rama de la psicosomática – es primero que nada, una persona y el ideal que persigue es un cuerpo en el que los sentires encarnen armoniosamente manteniendo la dinámica energética de los cinco elementos en sus manifestaciones en el microcosmos (y, por supuesto, también en el

³ Fritjof Capra, *El Punto Crucial*, Argentina, Troquel, 1998.

⁴ Gerardo Abel Chaparro Aguilera e Irma Herrera Obregón, “Introducción”, en *idem*, (coord.), *Una Aproximación al Proceso Órgano-Emoción I*, México, CEAPAC, 2008, pp. 13

macrocosmos) evitando el desgaste o la acumulación⁵. Más adelante reseño con más detalle esta postura, pero por el momento sólo cabe decir que esta perspectiva parte desde la noción de que todo está interrelacionado.

Las ideas anteriores por sí mismas son inquietantes no sólo por el postulado de la magna amplitud de los factores que intervienen en los procesos de salud y enfermedad, o por lo poco común del planteamiento prematuro que hago de la visión psicosomática que me ocupa⁶, sino también por la implícita negativa a la proyección de las disciplinas y sus métodos a otros campos distintos para los que fueron hechos si no es a través de la puerta epistemológicamente conflictiva de la interdisciplina. Por principio es necesario resaltar que la raíz de esta problemática epistemológica va más allá de la concepción formal de los campos interdisciplinarios pues se extiende hasta la concepción del sujeto como un concepto aislado de la realidad. La comprensión de esta separación del sujeto y, por ende, del discurso que le concierne como ejecutor y receptor del mismo es de gran relevancia pues también nos conduce al planteamiento de lo Corporal como otredad a partir de esto que denomino como “escisión discursiva”, la cual, de acuerdo a nuestra alternativa, se puede rastrear filosófica, epistemológica e históricamente. De esta forma, a continuación hago una breve reflexión-reseña en estos tres campos que nos guiarán al término crucial de “escisión discursiva”, partiendo desde los conceptos mismos de realidad y verdad.

Para hacernos una distinción del objetivismo, inicio desde la idea de que la realidad no es únicamente el mundo con leyes naturales susceptible de experiencia cuya existencia no es dependiente (o contingente) del sujeto, sino que es el mundo sin concepto en el que se vive; en una aproximación más intelectual, podría decirse que la concibo como un espectro de sí misma, como un todo marcado por su propio movimiento en un espacio-tiempo y por los elementos que la conforman en esa condición, incluyendo al sujeto mismo como totalidad participante en ella –siendo esto la experiencia de la realidad –, coherentemente, cabe agregar, la realidad es de

⁵ Sergio López Ramos, “Introducción”, en *idem.*, (coord..) *Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones I*, México, CEAPAC-Plaza y Valdés, 2002, pp. 15-20

⁶ En adelante sólo me refiero a ella como lo Corporal, a secas.

una enorme complejidad relacional. El problema al que me remite la primera definición es el de la ilusión de un sujeto no participante, un observador que puede abstraerse de la realidad y trabajar en conceptos puros de rígida perfección lógico-especulativa; este problema guió a los filósofos al mar de la escolástica bajo la bandera Aristotélica⁷ y fue parcialmente expuesto por Descartes. Igualmente, fue parcialmente resuelto a partir del planteamiento del método cartesiano: una forma más de aproximarse a una verdad que se tomará históricamente como albor de la ciencia. Incluso en el discurso científico no es difícil reconocer una velada pretensión filosófica de veracidad así como su eterna búsqueda en el mundo ahora fragmentado por el implacable análisis Cartesiano.⁸

La veracidad de una afirmación así como su consistencia silogística son bienes invaluable desde los griegos y la lógica ha sido instrumento de verdad desde su erección como tal con Aristóteles, sin embargo para nosotros es posible relativizarla bajo el concepto de realidad propuesto, pues visto así, la lógica se construye a base de la experiencia de la realidad y sus actores crean discursos lógicos que intentan aprehenderla. Son a estos discursos a los que denominarán “verdad”. Entendamos entonces que el discurso lógico del sujeto a partir del cual se explica la realidad se estructura como verdad sólo a partir de su correspondencia con la experiencia del matiz del espectro de lo real. La consecuencia a esta estructuración es una verdad contingente a los elementos de la experiencia de la realidad, ergo, no absoluta y perfectamente refutable a partir de otros panoramas. Entiendo aquí que pinto un paisaje dinámico, en donde reconocemos que no hay una “base firme”, pues estoy basando psicología en filosofía y viceversa, pero ambas en congruencia implícita de dar cuenta de un sujeto complejo que es participante activo de un todo multidimensional y multidireccional, de una diversidad tal que un proceso lineal de causa-efecto jamás podrá dar cuenta. Así, reconocemos que el concepto del sujeto, a partir del cual se estructuran los discursos en torno a sí mismo es susceptible de transformación a partir del cotejo con la realidad en constante cambio.

⁷ Selección de textos cortesía de la iglesia cristiana medieval.

⁸ Ver René Descartes, *op.cit.*.

Por este lado también es necesario mencionar que el discurso de la persona en torno a sí misma nunca podrá aprehender su propia complejidad como sujeto ⁹ aunque siempre podrá acercarse a la realidad a partir de las bondades explicativas y comprensivas de su discurso. Es incluso irónico que la idiosincrasia predominante exalte la verdad, la objetividad, el conocer y el pragmatismo, siendo que bajo la perspectiva expuesta, la verdad y el conocimiento, mientras sean categorías absolutas, tienen la misma cualidad difusa del oasis: mientras más se trate uno de acercar, más se alejan. Una vez reconocidos los discursos como elementos progresivamente actualizantes puedo hacer una breve recapitulación del discurso científico y de su repercusión en la persona para lograr entender un poco más la escisión discursiva.

De inicio, lo Corporal reconoce una segmentación en el cuerpo (la persona) que parte, ya definido, desde la filosofía de Descartes en *El discurso del método*. Es por esto que he llamado a esta escisión como “discursiva”. La segmentación del cuerpo por el discurso sigue un proceso sociohistórico, pues el discurso científico no apareció de un día para otro instituyéndose como el único productor del conocimiento real. Fue un proceso que encuentra sus inicios en la antigüedad, desde los mismos griegos, erigidos como los razonadores por excelencia puesto que, históricamente, son los padres de la filosofía occidental. El planteamiento de estos grandes pensadores se ocupa, entre tantos problemas, del alma y de su trascendencia, así como problemas de moral, del saber y la escurridiza verdad. A esta última, según las ideas de Platón, nos podíamos aproximar medianamente contraponiendo las diversas intuiciones para llegar a una visión más próxima de la verdad que fuera asequible a la razón. Posteriormente surge, con Aristóteles la ya mencionada lógica: el instrumento de la filosofía; paladín de la verdad con la razón (el *logos* Aristotélico) como elemento primordial en la reflexión, pues el *logos* hace posible la contraposición de opiniones al permitir el paso entre varios argumentos en tanto se permite a sí mismo como objeto de reflexión.¹⁰ Nótese aquí que la razón queda

⁹ Pues mientras se conoce, se modifica.

¹⁰ Norma Delia Durán Amavizca, *Cuerpo, Intuición y Razón*, México, CEAPAC, 2004

superpuesta a la intuición como una parte que no es racional por tanto auxilia en la construcción de la racionalidad. El paso de Platón a Aristóteles ya contemplaba el progresivo camino hacia el olvido de los elementos que provienen de uno mismo pero que no son racionales.

Durante la edad media, con la escolástica como filosofía predominante, establecida como control especulativo religioso y único saber permitido por el cristianismo¹¹, encontramos un panorama intelectual distinto¹², puesto que las condiciones histórico-sociales consuman la creación de un paradigma de pensamiento que funciona a través de procesos multidireccionales y complejos, rituales religiosos paganos y cristianos y un cierto estatismo cosmológico, y que crea sus propias ramas teórico-práctica y experimental del conocimiento: se les llamó magia y alquimia respectivamente. La cosmovisión actual es muy diferente a la de la edad media europea. Berman nos muestra una comparación entre estas dos cosmovisiones y resalta que los conceptos fundamentales como el principio de la continuidad de la materia, el principio de movimiento, los principios causales y el de la vida son bastante distintos entre sí. El mundo revolucionó su forma de pensar en la época que se conoce como Renacimiento: el pensamiento occidental siguió solidificándose en torno a la oposición de mente-cuerpo y en civilizado-primitivo¹³; la materia pasó de ser continua a ser producto de átomos, el movimiento dejó de ser rectilíneo y cuajó su curvilinealidad, la causa de todo dejó de ser Dios (movedor absoluto y dador de sentido universal) pasando a la primacía de la física (conjunto de fenómenos que actúan en base a leyes universales como la gravedad, sin sentido por sí mismos) y, por tanto, la vida sólo era un azar de los fenómenos que podía ser explotado a voluntad por cuanto investigador apareciese puesto que ya no era sacrilegio ahondar en los misterios de la naturaleza. Aunque ciertamente no fue lo único que cambió ya que se veía en el horizonte de la edad media el inicio del capitalismo y la modernidad filosófica. El primero dado a paso por el feudalismo y la

¹¹ Entre otras bellezas de intolerancia intelectual por parte de esta visión religiosa.

¹² Morris Berman, *El Reencantamiento del Mundo*, Chile, Cuatro Vientos, 2007

¹³ Tomás Bernal Alanís, “ El cuerpo humano: entre la ciencia y la sociedad en las postrimetrías del siglo XIX”, en Sergio López Ramos, (coord..) *Lo Corporal y lo Psicosomático. Reflexiones y aproximaciones III*, México, CEAPAC, 2003, pp. 53-67

nueva y creciente clase burguesa: los comerciantes; concentradores de riqueza distintos al rey o al señor feudal y con intereses propios. El segundo inaugurado por René Descartes principalmente a través de la instauración de la duda metódica y de la conocida frase de “pienso, luego, existo”, todo esto en un panorama que pintaba la progresiva desacralización del mundo.

En esta escalada, Descartes, en su obra *Discurso del Método*, sugiere cuatro pasos para llegar a la verdad librándose de la confusión y “no comprender nada más, en mis juicios, que lo que se presentara tan clara y distintamente a mi espíritu que no tuviera ocasión alguna de ponerlo en duda”.¹⁴ Esto nos lleva evidentemente a reforzar la concepción griega de la razón como instrumento supremo de verdad y al método cartesiano de análisis y síntesis como piedra angular de lo que posteriormente será el método científico actual. A partir de este método sintetizado por Descartes, el ser humano se encuentra por fin erigido como sujeto único desde la razón como regidora suprema: incluso se expone a sí misma como la controladora del cuerpo. Sólo entonces es posible segmentar la verdad y reunirla para ver las cosas claras y distintas, erigiendo la razón como entidad que establece causalidad total de la realidad en sus dimensiones físicas.¹⁵

Después de esta nueva concepción, algunas ideas que se heredan de la edad media se vuelven a mezclar y se incorporan a la sociedad creando nuevas significaciones de la realidad social. La ciencia, como nueva empresa intelectual, se va desarrollando contemporánea al capitalismo, a la revolución industrial y al crecimiento de la burguesía. La relación de estos elementos es profunda, pues se influyen mutuamente bajo el principio de la desacralización de la naturaleza que se viene a encarnar directamente en la cosmovisión y en la relación filial más tangible que llegan a tener: el uso de la ciencia para dominar la naturaleza¹⁶ y explorar sus secretos, los cuales son útiles para el desarrollo de tecnología... ¡ah!, y para el avance de la ciencia. La nueva tecnología puede usarse para inventar maravillas

¹⁴ Descartes, *op.cit.*, pp. 34

¹⁵ René Descartes, *op.cit.*; Norma Delia Durán Amavizca, *op.cit.*

¹⁶ René Descartes, *op.cit.*

tales como la máquina de vapor, que puede ser construida con recursos provenientes de la nueva burguesía, la cual ahora se muestra mucho más entusiasmada por la ciencia y la tecnología, y empieza a producir filosofía propia así como estudios científicos, los cuales apuntan a una nueva consideración del estado y la religión, al igual que la reconsideración del ser humano como creación natural desacralizada, y, como tal, bastante accesible al estudio vía análisis y síntesis (recordemos, como ejemplo, que DaVinci fue un gran dibujante y taxidermista, e incluso podríamos pensar en el análisis del ser humano no sólo como un recurso filosófico, sino de la forma más exacta posible). Las revoluciones (científica, industrial y francesa) fueron producto y germen en la concreción de la nueva cosmovisión occidental, ya rebosante del ahora conocido eurocentrismo y de un grandioso entusiasmo por enjuiciar todo lo que pueda ser enjuiciado; llámese: otra realidad cultural-social o Luis XVI. La filosofía alemana y las revoluciones industriales inglesas tuvieron papeles igualmente relevantes para la construcción de este colectivo de significados sociales que ya instituían a la ciencia y a la razón en todo momento de la producción de conocimiento.¹⁷

El siguiente paso en el curso de la ascensión de la ciencia también nos llevó a una forma de antropocentrismo que, paradójicamente, no está centrado como tal en la persona pero que igual la mantiene parcialmente en el centro de la escena. La relación que incumbe a esta aseveración está expresada directamente en la díada de construcción de conocimiento “sujeto-objeto”. Esta relación todavía es inherente a la producción de conocimiento por vía estricta del método científico.¹⁸ El positivismo surge bajo la bandera de volver ciencia a todos los estudios exiliando, y casi exorcizando, de ellos todo rasgo metafísico, pues la ciencia, máxima expresión del orden y del progreso, no lo incorpora. De esta manera el estudio, incluso de los fenómenos sociales, es perfectamente observable, medible y susceptible de volverse estadística, bajo esta forma alcanzándose el progreso histórico y solidificando “lo objetivo” en las ciencias, dado que el objeto de estudio no es un ser de razón que

¹⁷ Tomás Bernal Alanís, *op.cit.*

¹⁸ Salvo, probablemente, por el caso de la física cuántica.

pueda ser transformado en su estática naturaleza. El objeto, así vuelto estático puede terminar de ser dominado, pues la relación de producción del conocimiento es unidireccional y parte del sujeto, quien puede alzarse sobre su objeto de estudio, independientemente de si éste objeto se refiere a la relación entre las sustancias, un ser vivo verde o el cuerpo mismo. El sujeto, que no es otra cosa que un “yo-racional”, puede restar importancia a la otredad-objeto-irracional y descartarla como sujeto de conocimiento (sólo puede ser conocido, mas no conocer), pues no tiene cabida en la filosofía positiva: ni metafísica, ni religión, ni cuerpo. ¹⁹ El progreso es desde entonces la bandera de la civilización y el orden, su soldado. El paradigma del individuo dividido entre su razón y su cuerpo es también el paradigma de la distinción del hecho y su valor, de esta forma creándose la verdad objetiva y, paradójicamente exiliando tanto al sujeto real (con sentimientos y errores) del proceso de conocimiento, como a la parte falible o ambigua de la realidad. Por este lado, todo el método se vuelve tan específico que sólo podrá dar cuenta de aquello para lo que se diseñó.²⁰

Dada la ciencia ya presentada como criterio de otras disciplinas y obvio, instituida, y la naturaleza explorada (y explotada) con creces, los investigadores pueden intentar conocer el cuerpo humano a través de este paradigma en el que lo único sagrado es la razón y todo lo que no lo tenga puede ser sacrificado en aras de la verdad y el progreso (mientras se tome muy en cuenta al pragmatismo). El cuerpo humano es de esta manera segmentado para su estudio con la medicina, administrado con diversos compuestos químicos para su exploración y, al fin y al cabo, ignorado en su realidad como sujeto de conocimiento a través de sus emociones y de su intuición. ²¹ Si algo se nos enseña a través del estudio histórico del laboratorio de Leipzig, primer laboratorio de psicología, es que la introspección no es un conocimiento confiable para lograr un saber que podamos valorar desde lo

¹⁹ Nestor A. Braunstein, “El problema (o el falso problema) de la ‘relación del sujeto y el objeto’”, en *idem*, *Psicología: ideología y ciencia*, México, Siglo XXI, 1975, pp. 233-260; Francisco Larroyo, “Estudio introductorio”, en August Comte, *La Filosofía Positiva*, México, Porrúa, 1979, pp. XIII-L; Norma Delia Durán Amavizca, *op.cit.*; Tomás Bernál Alanís, *op.cit.*.

²⁰ Gregory Bateson, cit. En Berman, *op.cit.*

²¹ Norma Delia Durán Amavizca, *op.cit.*

social, o desde lo experimental, o desde lo pragmático; esto quiere decirnos que este medio no nos llena de conocimiento científico, y si no es de tal naturaleza, no sirve.²² El saber se halla en el monopolio de la razón. El cuerpo se vuelve un objeto a estudiar, desacralizado y descontextualizado por cuanto se sigue pensando en la veracidad como un saber que es producto y dominio de la ciencia dura, comprobable y unidireccional en términos de causalidad. Excluido así el ámbito antropológico de la construcción de un cuerpo así como de su salud y enfermedad, el cuerpo se vuelve dominio de lo biológico, y la salud y la enfermedad, dominio de la medicina (y casi de la fantasía), al igual que las enfermedades crónico-degenerativas, como son la diabetes o la hipertensión; claro está, ignorando tanto la relación con otras disciplinas como los elementos que puedan referir la interconexión de los fenómenos²³: he ahí la escisión discursiva.

Una vez expuesta la escisión discursiva, pasaré a las repercusiones que tiene en la actualidad, puesto que el paradigma se sigue replicando en la realidad inmediata, ignorando sus límites. Las manifestaciones de la relación entre la ciencia y la economía ahora son más evidentes, al igual que la relación entre la objetivación y la explotación, que incluye a la segmentación de la realidad del cuerpo. Hemos visto en épocas recientes que las enfermedades de tipo crónico-degenerativo están cada vez más visibles y cercanas, y los tratamientos de las mismas, basadas en el método científico, nos dicen únicamente una cosa: que el método es insuficiente. Se argumentará a favor con las pruebas de que funciona en algunos casos, sin embargo, aquí cabe cierta incertidumbre de su suficiencia partiendo, lejana pero certeramente, de la noción de aprendizaje II de Bateson²⁴ quien propone que todo aprendizaje está basado en una introducción al universo de una visión disciplinaria, o incluso filosófica, para poder ver aquello que se requiere que se vea, haciendo que toda cosmovisión sea válida en tanto que ella misma se valida. Conservando esto en mente a la par de la reseña anterior vemos también que esta visión científica-

²² Fernand-Lucien Mueller, *Historia de la Psicología. De la antigüedad a nuestros días*, México, Fondo de Cultura Económica, 1980.

²³ Sergio López Ramos, *El Cuerpo Humano y sus Vericuetos*, México, Miguel Ángel Porrúa, 2006.

²⁴ Cit. En Morris Berman, *op.cit.*

pragmática del mundo se erige como la única a través de la historia de la visión occidental a partir de su adaptación con el estilo de vida predominante, situación que se validó, en su momento, contra la visión mágica de la edad media ya que, en esta época industrializada y desacralizada, la ciencia se valida tanto o más por su adecuación con los valores predominantes que subyacen a los hábitos de la sociedad actual que por su valor de comprobación por vía de su método.²⁵ No niego que es necesariamente efectiva para poderse erigir como válida. La ciencia, al parecer como cualquier método, muestra también ciertos rasgos de circularidad, pues tanto se afirma a sí misma también puede dar cuenta de aquello en donde se sitúa su límite, precisamente en el contraste con la experiencia de la realidad: la subjetividad. Tal es el caso de la pretensión de objetividad cuando se encuentra frente al sujeto observador y la “confiabilidad entre observadores”. Sin embargo, esta observación en específico parece pasar desapercibida.

La idea de la objetividad absoluta se torna aún más inverosímil cuando se toma en cuenta el ejemplo de la física: una de las ciencias rígidas. Los físicos, en el estudio de diversos fenómenos que se adjudicaba como su campo de acción, se encontraron finalmente con pruebas y problemas concernientes a los átomos y, al verse en insuficiencia de su método, rediseñaron algunos planteamientos y crearon la física cuántica con lineamientos que le permitían aproximarse a la realidad subatómica. Para realizar esto, hubo que desprenderse de la idea de lo concreto y objetivo y, en cambio, adoptar una postura más flexible basada en probabilidades de ocurrencia, puesto que las ambigüedades del mundo natural subatómico se las exigían²⁶. En la física cuántica no existen los imposibles sino las improbabilidades (lo cual marca una diferencia enorme en términos de “dar existencia” a los fenómenos) y su propio límite está establecido con la teoría Newtoniana de la física, igualmente válida aunque incompatible matemáticamente con la cuántica; sin embargo, ambos métodos son necesarios para la explicación de la realidad.²⁷ A partir de este ejemplo, también es necesario aceptar que cada método tiene sus propias limitaciones y,

²⁵ Morris Berman, *op.cit.*

²⁶ Como es el caso de la luz: que se comporta como onda y como partícula al mismo tiempo.

²⁷ Fritjof Capra, *op.cit.*

generalmente, puede dar cuenta de ello. Si seguimos en el ciclo de la autoafirmación de la ciencia sólo llegaremos al absurdo del conocimiento total, puesto que, a pesar de que reconoce su multidisciplinariedad, insiste constantemente en la fragmentación del conocimiento olvidándose que a pesar de haber creado muchas ramas, siguen partiendo, por así decirlo, del mismo árbol. La interrelación del todo se vuelve una ficción para muchos estudiosos que no logran concebir tales relaciones como posibles, delimitando los distintos saberes al grado de la asfixia de las disciplinas en tanto no permiten alguna comunicación entre ellas en parte por la tendencia a la sobreespecialización.²⁸ Esto nos deja de nuevo con los padecimientos crónicos y psicosomáticos en alguna sombra del conocimiento.

En este sentido es imprescindible establecer nuevos planteamientos que nos alejen del paradigma rígido del antropocentrismo y la unidireccionalidad de las causalidades a uno que nos hable de posibilidades y de diversos factores de la más variada naturaleza más que de certezas absolutas y rígidas²⁹. Esta consideración se torna todavía más importante cuando logramos ver la relación que subyace a esta visión rigurosa dentro de todas las esferas posibles de acción y frente a problemas de gran envergadura que tienen que ver con la anestesia de las personas ante la invasión progresiva de la información excedente³⁰, la pasividad de la experiencia tecnológica, los altos índices de desempleo por la automatización y la computarización³¹, así como de los problemas personales que se gestan en estas nuevas vivencias del ser humano segmentado por el discurso de sí mismo. El método científico, involuntariamente vuelto dictador epistemológico, prueba su insuficiencia ante las necesidades humanas de espiritualidad, moralidad y de la apropiación de sí.

²⁸ Sergio López Ramos, "Una aproximación a la epistemología de lo psicosomático", en *idem*, (coord.) *Lo Corporal y lo Psicosomático. Reflexiones y aproximaciones III*, México, CEAPAC, 2003, pp.19-29.

²⁹ Sergio López Ramos, "Introducción" en *idem* (coord.), *Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones I*, México, CEAPAC, 2002, pp. 15-20.

³⁰ Norbert Bilbeny, *La Revolución en la Ética. Hábitos y creencias en la sociedad digital*, España, Anagrama, 2005.

³¹ Jerry, Mander, *op.cit.*

En primer lugar – sobre la espiritualidad – ahora sabemos que el proceso de remoción de lo sagrado de la naturaleza creó a la larga un vacío espiritual³², vivido desde el despojo del sentido místico medieval y que, a la fecha, aqueja todavía a las personas en forma de diversos padecimientos, pues siguen perdiendo la certidumbre de la religiosidad y, con ella el sentido de muchas formas de vivir, en el desencanto industrial de la ciencia.

En el caso de los indios americanos, el cambio de paradigma de aquel de las antiguas creencias de los espíritus de las fuerzas naturales al nuevo heredado y perpetuado también por los intereses de mercado que pregonan la ciencia y el progreso, lleva a las regiones al sobredesarrollo, pues cambia la visión sustentable de los pueblos antiguos por una visión objetiva que pierde todo sentido espiritual de respeto para convertir la naturaleza en meros recursos. Aunque el vacío espiritual no es el único tipo de vacío que se presenta en nuestra cultura: también está aquel dejado por la tecnología visual de los medios en la parálisis de los procesos intelectuales; esto ocurre al dejarnos en estado pasivo de recepción de información y al mismo tiempo apresurando el flujo de la misma, dejándonos poco tiempo para procesarla y menor tiempo para convivir con nosotros mismos por ser un factor que inevitablemente altera el estado de ánimo de las personas, quienes, por encontrarlo fácilmente accesible, lo convierten en algo similar a un estupefaciente que palia toda emoción desagradable que se haya presentado en un momento anterior a la experiencia de la realidad virtual, dejándolas inconscientes de sí mismas en tanto se encuentran cada vez en menor contacto con sus sentimientos; no se hable de afrontarlos³³.

En segundo lugar – sobre la moral –, he externado ya un poco de la crítica al objetivismo pretencioso de la ciencia, sin embargo todavía quedan algunas notas que resolver. Como ya he dicho, no ignoro ni niego que el logro de la ciencia es lograr una gran aproximación a la realidad que deviene teoría explicativa y que permite la

³² Fritjof Capra, *op.cit.*; Morris Berman, *op.cit.*; Jerry Mander, *op.cit.*

³³ Jerry Mander, *op.cit.*

construcción de tecnología, sin embargo, el mundo desencantado también sugiere, incluso desde Descartes, que se escinda la investigación de todo contenido emocional y de todo punto de moral presente³⁴. Desde la visión de que la ciencia sólo arroja explicaciones y no principios de moral, el punto anterior es muy válido, sin embargo es necesario notar que no existe acaso algún ser humano que esté escindido de todo contenido emocional y que el investigador antes de ser investigador es humano.³⁵ Esto objeta dos claras limitantes del método, pues, en primer lugar, no se acompaña de ética con el mismo ahínco con el que se acompaña de rigor metodológico; y en segundo lugar, el conocimiento objetivo planteado como libre de error y emoción se aproxima a una imagen de ficción que prescinde de lo humano en la construcción del conocimiento. Aquí es apreciable con claridad el legado de la histórica supeditación de la emoción a la razón. Sin embargo me permito remarcar que si bien el método sirve para indagar las causas, no sirve para regir los hechos dados, y no importa cuánto se intente seguir perpetuando la superioridad de la razón, siempre habrá algún buen desconocido que nos ilumine con frases sinceras como: “no sé qué pensar de todo esto”; o: “déjame pensarlo porque no me entra”, cuando se refieren a la comprensión de un hecho con gran contenido emocional. Bertrand Russell en algún momento afirmó: “los deseos, las emociones, las pasiones (se puede elegir la palabra que se desee) son las únicas causas posibles de la acción. La razón no es la causa de la acción, sino sólo un regulador.”³⁶

En tercer lugar – sobre la apropiación de sí – y bastante en afinidad con Russell, están las constantes preguntas de la libertad en el libre albedrío y la conciencia, entre otras, que, planteadas desde la visión occidental sólo llevan a reafirmarse como ser en existencia únicamente por su capacidad de pensar, así como Descartes. Y, tal como él, a ignorar las respuestas de la intuición sobre su libre

³⁴ Es interesante notar que, aunque no hay moral en el método de Descartes, éste sugiere la moral antes del método, pues no recomienda la utilización de su método a quienes pueda causar desequilibrio en la vida. Sin embargo, como notamos en el heredero científico, la advertencia de Descartes fue descartada.

³⁵ Paul Karl Feyerabend, *Tratado Contra el Método: esquema de una teoría anarquista del conocimiento*, España, Tecnos, 2008; Bertrand Russell, cit. En Tomás Bernal Alanís, *op.cit.*

³⁶ cit. En Tomás Bernal Alanís, *op.cit.*, pp. 67

albedrío (intuición más que noción razonada)³⁷ y la conciencia no integrada al ser humano que fortalece la idea de la disociación de sí.³⁸ Si se hace trabajo corporal, desarrollando la intuición es posible ver esta noción como la sensación integradora de salto cualitativo que surge del cuerpo y que expresa también la realidad de éste.

Es por esto que es también necesario mencionar que la siguiente parte del escrito es reseñar las bases conceptuales de la Corporal como alteridad al discurso científico e intentar esbozar a la persona en una comprensión más completa de su construcción personal, como una persona, no sólo de razones, sino también de significados, metáforas y emociones, en permanente relación con su entorno natural y cultural-social y participante significativo de él; en fin, un sujeto que existe en la realidad compleja encarnándose, como microcosmos que es, en analogía con el macrocosmos.

La relación que se hace desde la reducción de los fenómenos a su estricto mecanicismo no está plasmando de forma satisfactoria las relaciones inherentes a la realidad, y ésta siempre será más compleja que lo que cualquier metodólogo pueda imaginar³⁹, por lo que inocentemente forma también una imagen de la ciencia como una suerte de reducción al absurdo de la realidad, sin embargo esto no tendría relevancia alguna si no tuviera repercusiones: la realidad reducida es propensa a encarnarse en la persona, pues un discurso que no le aprehende ni comprende en momentos cruciales (como aquel del padecimiento) y le segmenta en sus elementos propiamente racionales y un “lo demás” que se olvida: el cuerpo real. Aunque este abandono no parece ciertamente involuntario. Analizando los discursos actuales, este cuerpo, que aparece como origen de las pasiones y de todo aquello que es sucio, también es considerado peligroso para el desarrollo “pacífico” de las sociedades; en contraste, su realidad llama desde la persona misma a ser validada y respetada como una parte existente del individuo que, además, constituye el legado biológico-evolutivo que sustenta nuestra supervivencia. Poco al paso el bienestar

³⁷ Norma Delia Durán Amavizca, *op.cit.*; Arthur Schopenhauer, *La Libertad*, México, Coyoacán, 1996.

³⁸ Norma Delia Durán Amavizca, *op.cit.*

³⁹ Paul Karl Feyerabend, *op.cit.* Este fragmento en particular es un parafraseo de Lenin.

humano se ha ido transformando en el bienestar del progreso y parece que éste último se ha olvidado del humano. La nube que apoya nuestra fantasía cultural se volvió negra: cargada de progreso.

El progreso como tal es una ficción sustentada en la idea de que siempre podremos hacer algo mejor, algo que aumente la ganancia al menor esfuerzo, que genere más recursos con menos agotamiento; no importando si esta afirmación se aplica a las pláticas iniciales de un curso de empresarios o al anuncio de un completamente nuevo (y cúralo-todo) suplemento nutricional, reconocemos la lógica de la máquina extrapolada a toda nuestra cultura y a toda empresa que se desarrolle bajo sus luces: la *technique*⁴⁰. Este fantasma nos persigue también en su falta de moralidad y en la negación religiosa⁴¹; aunque su corporeidad es un problema que se segmenta junto con la persona. Sin ir más lejos, la corporeidad de la *technique* está también en el cuerpo, encarnado en un sentido de la vida, mismo que es arreglo personal-social que establece qué partes de la realidad debe aprender a ver así como el cómo deben interpretarse. Por su misma naturaleza subjetiva, el sentido está dotado de carga emocional y deviene más que un simple significado atorado en el dominio de la lógica. El sentido vital también es el sostén del individuo y se refina en la cultura como anclaje de un grupo de personas.⁴²

“El individuo sólo puede comprender lo que le resulta aprensible”⁴³. Con esto reafirmo la imagen de la importancia de los significados en la vida de la persona. Hay significados que rigen nuestra vida, cuando se pierde el significado van con él: valores, formas de pensar, actuar y sentir. Toda una vida que se pierde o se altera.⁴⁴ A esta conjunción de elementos generalmente le llamamos cultura. En este sentido también es importante el estudio social a través de casos particulares, el cual aunque ligeramente inviable, da cuenta de lo que no pueden las generalidades: la

⁴⁰ Jerry Mander, *op.cit.*

⁴¹ La religión como una actividad particular de reencuentro con un Ser supremo, no la religión como una institución y fenómeno doctrinal de las masas.

⁴² Jerry Mander, *op.cit.*; Viktor Frankl, *El Hombre en Busca de Sentido*, España, Herder, 2007.

⁴³ Thorwald Dethlefsen y Rudiger Dahlke, cit. En Sergio López Ramos, 2002, p. 26.

⁴⁴ Jerry Mander, *op.cit.*; Morris Berman, *op.cit.*

especificidad del sujeto en la realidad siempre cambiante y las fallas de las grandes teorías. Lo social, bajo esta perspectiva, también revela un poco más de su construcción: la cultura está construida como intersubjetividad y es en ella en donde está su límite. Nosotros somos la cultura. Somos sus creadores, medio de reproducción e incluso sus víctimas. A lo largo de la historia el ser humano se ha visto envuelto en su propia producción a través de este gigante metafísico que no es otra cosa que él mismo hecho metáfora hacia lo social en la boca de la interacción de los sujetos y sus convenciones implícitas y explícitas. La gran mayoría, implícitas.

Bajo esta mirada, es inevitable afirmar que las etapas históricas nos han marcado. Nos hemos construido con un bagaje enorme de información transmitida a través del tiempo, tanto genética como social; refiriéndome con esta última a la información que se transmite por vía de los hábitos, las palabras, las metáforas del lenguaje a las que nos sujetamos, la visión que tenemos del mundo, la religión que profesamos, la institución religiosa a la que nos unimos, los valores, la utilización de espacios, colores, la forma en que caminamos, en que nos relacionamos con las autoridades, con los padres, con los hermanos, con los amigos, con los desconocidos, incluso en las formas, horas y proporciones al comer y, para resumir, en todo aquello que podemos englobar en el término “socialización” (pero que prefiero llamar “culturización” por hacer más tangible la particularización de los distintos grupos humanos que han conformado la humanidad). La historia tomada en las manos de nuestros antecesores dejó consecuencias: marcas en el cuerpo que se constituye también como elemento de valía cultural⁴⁵ – de clóset.

El ser humano, como sujeto del lenguaje y como Ser sujeto al lenguaje, es transformado por él haciéndonos susceptibles de los símbolos y significaciones, así como de la moral y ética que se expresa en ellos. “La sociedad, en su constante desenvolvimiento, producía simbólicamente comportamientos fisiológicos y psicológicos para uniformar conductas, para generar comportamientos y actitudes deseables para la sociedad. En esta regulación social, el individuo encontró lo normal

⁴⁵ Norbert Bilbeny, *op.cit.*; Sergio López Ramos, *op.cit.*, 2002

y lo patológico, lo prohibido y lo permitido, en fin, el sentido social del cuerpo humano que requería la sociedad”⁴⁶ y a partir del cual se modifica y se vive⁴⁷. Es de esta manera que esta metáfora que denominamos cultura va creando seres humanos desde las bases transmitidas de generaciones, a partir de las cuales llegamos a saber incluso de nosotros mismos. Así, con poco conocimiento de esta metáfora y de la construcción personal, es que nos volvemos víctimas de la cultura: no se nos permite acceder a un conocimiento socialmente válido si no es por aquella ruta que se ha denominado como la válida⁴⁸; dicho de otra forma más enfocada a aquello que nos incumbe, no podemos saber de nosotros mismos si no es por medio de la ciencia y su método. Para romper con esta idea es preciso reconocer que en toda esta relación del macrocosmos-microcosmos, conformado por el mundo social, los espacios, los símbolos, órganos, emociones, vivencias, etc. en el cual estamos ineludiblemente inmersos, hay Mente.

Para iniciar con el concepto de Mente se debe tener en cuenta que una totalidad cuenta con propiedades que las partes por sí mismas no tienen, pues en la interrelación que conforma un cosmos – un sistema – se crean posibilidades que no pueden ser comprendidas en las partes aisladas ni en la mera suma de ellas. Sobre esta misma idea, el concepto de las unidades fundamentales en las ciencias se vuelve un reduccionismo que, si bien es necesario para el sustento científico del conocimiento, teóricamente se encuentra con su límite dado en el mismo concepto, puesto que no permite su reconcepción como parte de un sistema de mayor complejidad en donde la relación de los elementos es tan importante como las partes que lo conforman y la totalidad de él mismo. Con esta idea de totalidad pretendo introducir la idea de Mente bajo la lupa del sistema que expresa Mander ejemplificando con una máquina simple como un tren: “En otras palabras, la máquina, el ‘gobernador’, el suministro de vapor, el freno, la locomotora y otros componentes forman un complejo circuito causal. Un cambio o una diferencia, en la

⁴⁶ Tomás Bernal Alanís, *op.cit.*, pp. 64.

⁴⁷ Sergio López Ramos, “Las enfermedades psicosomáticas: una interpretación”, en *idem*, (coord..) *Lo Corporal y lo Psicosomático. Reflexiones y aproximaciones I*, México, CEAPAC-Plaza y Valdés, 2002, pp. 23-34.

⁴⁸ Por ejemplo, los estudios de laboratorio.

operación de un solo componente se deja sentir a lo largo de todo el sistema, y el sistema reacciona con algo que podría ser denominado un darse cuenta, por no decir conciencia. En ese sentido, está vivo. Posee características mentales y puede ser considerado como algún tipo de mente (Mente)⁴⁹. Redefinida la mente así, puede insertarse aquí una conciencia corporal no como un elemento biológico contrapuesto (o inclusive distinto) a una conciencia psicológica sino como el proceso de todo aquello que tiene vida. De esta misma postura, Bateson agrega que “ninguna parte de un sistema tan interactivo internamente puede ejercer un control unilateral sobre el resto del sistema o sobre cualquiera otra parte de él. Las características mentales son inherentes o inmanentes al conjunto como una *totalidad*”.⁵⁰ Sobre este planteamiento podemos incluso tomar el ejemplo de un órgano: formado por células, sin embargo las células sin organización ni relación alguna no forman al órgano como un micro sistema repleto de funciones. Sólo el conjunto de células en la síntesis dejan una parte de su individualidad para convertirse en tejido y desempeñar no sólo su función individual sino una función conjunta. Así, lo individual agrupado y ordenado da lugar a un nuevo orden determinado por la interacción de los múltiples elementos a los que tiene acceso.

Entendiendo ahora al cuerpo como un elemento que toma su lugar en lo real con las consecuencias que trae en su conformación, podemos hablar del cuerpo humano como un proceso que es también cultura pues las distinciones entre ésta y lo biológico se pintan sólo en el discurso mas no en la vivencia de la realidad. Pueden entonces observarse las relaciones que habían quedado alejadas del conocimiento publicado a partir de que podemos entender que lo orgánico está también estrechamente relacionado con la representación simbólica que se genera en la historia. Cada ser humano construye su cuerpo a partir de sus representaciones de él. Si vivimos una cultura que ignora la validez de las señales del cuerpo, la persona vivirá inmersa en el conjunto de representaciones que originan la construcción de una metáfora vivencial individual, la cual regirá a la persona

⁴⁹ Morris Berman, *op.cit.*, pp. 241

⁵⁰ Cit. En *idem*.

durante toda su vida, implicando, por desgracia, un desequilibrio manifiesto como enfermedad, entendiéndola como malestar físico o como denominación social⁵¹.

Ejemplo de esto es la noción común sobre los antojos: que ellos son la expresión corporal de aquello que necesitamos en forma de nutrientes. Nada más falso considerando que esta idea parte de un cuerpo estrictamente biológico que nada tiene que ver con la cultura. Si aceptamos esta concepción de los antojos estamos también ignorando las condiciones a las que hemos sido expuestos en el aprendizaje de las formas sociales (culturización) en el que aprendemos a jerarquizar la idea por sobre toda sensación o intuición propia. El resultado de esto es que toda ansiedad a la que llamamos antojo parte de un referente de sensación pero que en la historia de la persona se ha asociado con el consumo de algo para intentar saciar esta sensación o, mejor dicho, la idea que tenemos de esta sensación. De esta forma, y encapsulados en la cultura y sus diversos modos, somos consumidores de soluciones “express” producto de años de desarrollo de nuestra cosmovisión ultraracionalizante que gira en torno a la primacía de la producción y el consumo. Así logramos incorporar a nuestro metabolismo una forma social: concretamente nos estamos almorzando la mercadotecnia para estar satisfechos imaginariamente.

Insisto en que es crucial la reinterpretación del individuo como un ser producto de una historia más grande que la suya: la historia nacional, investida de muchas emociones fuertes que nos han sido heredadas; esto sin perder de vista que el motivo principal del análisis es también verlo como un sujeto de un proceso histórico-emocional que lo hacen ejecutor en su momento social presente. Esta reconcepción del sujeto toma más fuerza al observar el panorama de objetos en el que nosotros mismos nos concebimos: en el caos de nuestra propia minusvalía social podemos arrebatarse la vida o mermarla sin algún problema. La vida ya no vale mucho, pero esto ocurre sólo porque hay un *valor* – económico, intelectual, moral, o elija usted, ávido lector, el que guste – de la vida, cuando la vida es un principio básico de armonía. En estos tiempos en que la visión occidental ha liberado todo, menos al ser humano del

⁵¹ Sergio López Ramos, *op.cit.*, 2006

exilio de sí mismo, la gente no vale mucho y su valor está dado en términos de los recursos que puede proveer con su vida, con su trabajo o incluso con su muerte. El tiempo, bienpreciado para el cultivo de sí mismo, es exigido para la producción y las prioridades de mercado regional y global, o para el aprovechamiento de alguna disposición gubernamental que surja como promoción política más que como medida de mejorar algún índice objetivo de calidad de vida (sic), o, más allá de la sobrevivencia y la salud, para “darse el lujo” de alguna promoción de algún producto novedoso y con muchas lucecitas que promete entregarnos la felicidad a pagos diferidos de ochocientos cómodos meses sin intereses; claro, ignorando que las interminables horas de trabajo inhumano – pues hay que cumplir con la cuota⁵² – nos crearán un sinnúmero de padecimientos y somatizaciones instituidas en el cuerpo que también serán partícipes de la cultura en las formas de vivir la enfermedad, dependiendo así de un número mayor de medicamentos que palian los síntomas provocados por los medicamentos anteriores que intentaron resolver la somatización. Tampoco hemos de olvidar que recientemente los mercadólogos han descubierto, por pura casualidad, por supuesto, que “el fenómeno de la gente soltera ha resultado aún más productivo que la familia nuclear, ya que cada *persona*, es la duplicación de los patrones de consumo de una familia”.⁵³ Todo esto sin que la persona se conciba como ejecutora directa de la cultura que también la conforma hasta el origen de sí por la gran variedad de estilos de vida basados en la misma visión trillada que generó la escisión discursiva. Por donde quiera que se le vea, vivimos enajenados de nuestro cuerpo real, pensando en nuestro cuerpo razonado y sin apropiarnos realmente del nosotros en el cuerpo⁵⁴.

La salud es un proceso largo. El bienestar es difícil porque nuestra cultura es una Mente en proceso de desbocamiento. La modificación del ambiente ya no propicia el equilibrio, y por lo tanto, tampoco la vida; no hablemos de una muerte digna. Si el sujeto como individualidad se propone cambiar la constitución de su

⁵² Con esto intento referirme a la producción establecida por el contrato efectuado entre el (la) trabajador(a) y la persona moral o física que lo(a) contrate.

⁵³ Jerry Mander, *op.cit.* pp. 166

⁵⁴ Sergio López Ramos, “Las enfermedades psicosomáticas: una interpretación”, en *idem*, (coord.) *Lo Corporal y lo Psicosomático. Reflexiones y aproximaciones I*, México, CEAPAC-Plaza y Valdés, 2002, pp. 23-34.

enfermedad, pues él mismo la ha construido⁵⁵, también puede cambiar la constitución social, ya que la enfermedad también contiene estos factores. Entre el trabajo corporal y el descubrimiento de su voluntad y del poder real de la intersubjetividad – el poder evolutivo del ser humano – podemos activarnos como realizadores de una cultura distinta, y con ella, de un cuerpo propio y diferente.

Notemos que todo esto nos mueve dentro de la propuesta abstracta de una nueva visión de la salud, y en vista de esto, se vuelve más que prudente preguntarse: ¿qué ocurre con las alternativas de bienestar que se nos han heredado como posibilidades en esta nueva era en la que la información y la cultura tienden a la globalización por la rapidez de su expansión?; ante éste panorama, ¿qué ocurre con propuestas más concretas de salud como lo es el deporte, siendo éste último una de las alternativas que se nos otorgan para la eterna búsqueda de éste grial moderno que representa la salud?; ¿qué ocurre con las nuevas formas de deporte que se han gestado a partir de la inclusión de las prácticas corporales orientales, como lo son las artes marciales, en el gran panorama del deporte occidental? Expuestas las dudas y el contexto que me hace acercarme a la noción de escisión discursiva y para entrar de una vez en materia más concreta del presente trabajo, analizo en el siguiente capítulo el caso del Tae Kwon Do⁵⁶.

A modo de preámbulo, es preciso decir que he tomado al Tae Kwon Do por la relevancia y adecuación que manifiesta a distintos niveles: es denominado deporte, por lo tanto erigiéndose como práctica saludable a través del axioma de “deporte es salud”; al estudiar sus leyendas e historia en el panorama mundial, se ponen al descubierto los problemas de la insuficiencia de los paradigmas segmentados (y por consiguiente también de sus métodos) en la comprensión del ser humano, y aquel del dilema entre las denominaciones de deporte y arte marcial, ambos sustentados en la escisión discursiva; y, finalmente, ha atraído muchos practicantes a nivel nacional, gozando de una gran popularidad y renombre, puesto que, incluso antes de

⁵⁵ A partir de aquí la persona se vuelve el agente principal de su vivencia, de su enfermedad y su salud. ¿Quién más para hablar de la enfermedad que la persona misma que la sufre?

⁵⁶ También “Taekwondo”, aunque se observa que este uso es institucional. Se pronuncia “té-cuon-do”.

ser considerado deporte olímpico, los competidores mexicanos habían ya empezado a sobresalir en numerosas ocasiones en las justas internacionales. Sin ánimos de adelantar texto, el siguiente capítulo pasa por datos que tanto ayudan a completar el panorama necesario para intentar responder las preguntas del párrafo anterior como sustentan las afirmaciones anteriores, incluyendo reseñas históricas, filosóficas y epistemológicas para exponer con más precisión el problema y la solución a la escisión discursiva en vista del fenómeno del Tae Kwon Do.

No está de más hacer una breve sumarización para recordar al lector que el siguiente capítulo debe ser revisado a partir de todo lo expuesto; a saber: que el discurso científico no debe ser tomado como una construcción de verdad perenne, sino como un método más, derivado de un momento cultural-histórico específico que se basa en la desacralización⁵⁷, sobre la cual surge la idea de que todo puede ser objetizado, segmentado y explotado sin considerar sus relaciones como totalidad o las consecuencias en esta que pueda traer; esta idea funge como corte con la edad media y da pie a la esencia de nuestro estilo de vida actual: el renacimiento y las revoluciones científica, industrial y francesa. Sobre esta base y tras el positivismo se consolida la perspectiva antigua de una razón “supracorporal” y omnipotente que por vía del método de la ciencia puede conocer todo, abstrayéndose de la realidad y dividiéndola⁵⁸ – y en ella también al ser humano y su salud – en disciplinas de estudio cuyas delimitaciones constituyen la restricción de su enfoque (su problema epistemológico), evitando que vean la complejidad de las relaciones existentes⁵⁹; crea la escisión en el discurso. De esta forma se ignoran los elementos que pueden dar cuenta de la relación entre la historia de un país y un cuerpo, con órganos y emociones; un cuerpo sin unicidad, sin historia y sin cultura es igual a cualquier otro cuerpo. El cuerpo entonces será ajeno y explotable por la lógica de la máquina – la *technique* –, las emociones serán incontrolables y desconocidas, las personas serán objetos, el vacío espiritual jamás podrá llenarse y la enfermedad que se hereda de la familia será inevitable. La escisión discursiva releva del ser humano la

⁵⁷ Morris Berman, *op.cit.*

⁵⁸ Norma Delia Durán Amavizca, *op.cit.*

⁵⁹ Sergio López Ramos, *op.cit.*

responsabilidad de su cuerpo, de su salud, sus emociones, su vida, su cultura, sus significados, su historia, su ambiente... en concreto, del mundo como un sistema vivo – con Mente – en el que se formó como una síntesis corpórea de intuición y razón⁶⁰.

⁶⁰ Norma Delia Durán Amavizca, *op.cit.*

2. LA PSICOLOGÍA EN EL DEPORTE: EL DESCUIDO DEL ARTE MARCIAL

En cada obra de arte, el artista imprime muy dentro de ella su sello personal, de la misma forma en que cada cuerpo pinta a cada instante y con cada trazo de emoción el gran panorama de su historia personal; este se enmarcará junto con otros cuerpos y sus historias en el mural mundial de un tiempo indudablemente dinámico. Debemos preguntarnos constantemente como investigadores de la realidad humana si la rica complejidad del marco aludido es aprehensible por nuestros métodos y, más allá, por nuestras propias visiones. Caso digno de estas cuestiones es la actividad física humana como un aspecto que conforma al ser. ¿Es la actividad física *únicamente* actividad física? En primer lugar se habría que tener consideración de definir como muchas tradiciones investigadores sugieren, el límite de tal actividad física, pues las direcciones en los marcos de investigación difieren sustancialmente en su lenguaje, método y en contenido dependiendo desde dónde se le vea: si es recreativa, educativa, desinteresada, competitiva, agresiva, consciente, automática, intensa, ordenada, planeada, espontánea, expresiva, catártica, laboral, religiosa, instintiva, hecha para un espectáculo... Las dimensiones mismas de tal actividad se nos presentan de una magnitud inconmensurable y más desde la discusión mutuamente excluyente. De nuevo nos encontramos con la escisión discursiva. Sin embargo, a pesar de las múltiples teorías que se amontonan en torno al fenómeno, la realidad permanece con sus complejos elementos, si acaso, aumentada por los problemas epistemológicos en su estudio. ¿Nos alcanzan las visiones para observar con mayor amplitud? No si seguimos fragmentando el estudio sin considerar sus posibilidades relacionales.

De inicio, se pone de manifiesto que me interesa abordar el Tae Kwon Do: perfecto por ser vértice de conflictos filosóficos, históricos, lingüísticos, políticos y económicos. A pesar de esto, es practicado en 179 países⁶¹ y por un aproximado de

⁶¹ PiI-Won Park, *Curso de Tae Kwon Do. La técnica del Chagui*, España, Editorial De Vecchi, 2006.

60 o incluso 70 millones de personas alrededor del mundo⁶²; es atendido por dos grandes rubros que le dan forma: el del deporte y el arte marcial. La pregunta que cabría hacerse es aquella de si ambos conceptos son suficientes para abarcar la experiencia del Tae Kwon Do. Revisando en la literatura la constante alusión al dualismo en su carácter, es notable que no. Y es precisamente el ánimo de dividir lo que hace que sean insuficientes. Estoy consciente de la limitante que entrañaría el principio mismo de la síntesis y de la falta de definiciones y es por eso que, en éste caso y para evitar perdernos, empezaré con la revisión de la traducción literal para dar con las materias escabrosas.

El término está en coreano. Tae hace referencia tanto al pie como a las acciones de saltar o destrozar con el pie; Kwon se puede traducir tanto como puño como el puñetazo; Do es sin duda el término más complejo pues no tiene una traducción literal en las lenguas occidentales... no existe una palabra que alcance la amplitud del término, es por eso que muchos autores lo traducen como camino, arte, virtud, aptitud filosófica, estilo de vida o disciplina⁶³. No se puede evitar el contraste que implica desde el punto de vista común: es difícil concebir una filosofía cuyo elemento base sean los puñetazos y las patadas. Caso distinto es cuando tomamos la traducción de “estilo de vida” basado en las patadas y los puñetazos, pues tenemos el referente inmediato del deporte olímpico, en donde los practicantes sueltan patadas y puñetazos a una gran velocidad apuntando a la cara o el tórax del oponente; literalmente a eso se dedican. En esta definición, tenemos una descripción que nos permite ver el Tae Kwon Do deportivo, pero queda la duda de qué hace que se traduzca Do también como arte o aptitud filosófica. Ahí es en donde entramos al terreno de las artes marciales como lo son el Jiujitsu, el Ninjutsu, el Kendo, el Aikido, el Kyudo, así como los distintos estilos de Wu-shu (artes marciales chinas,

⁶² Pil-Won Park, *op.cit.* refiere 60 millones; Todd Moss (Director/Escritor), Jeffrey Woods (Director) Kieron Barry, Eric Wetherington (Escritores). (2007, Diciembre 21) “Taekwondo” [Episodio de serie], en Dana Devonshire, Steven Land, Zak Weisfeld (Productores ejecutivos) *Human Weapon*, Estados Unidos: The History Channel, refiere 70 millones.

⁶³ Choi Hong Hi, *Taekwon-Do. El arte coreano de la defensa personal*, Argentina, International Taekwon-Do Federation, 1996; Sihak Henry Cho, *Tae Kwon Do. Karate Coreano*, España, Roca, 1988; Yeon Hee Park, Yeon Hwan Park, Jon Gerrard, *Tae Kwon Do. The Ultimate Reference Guide to the World's Most Popular Martial Art*, Estados Unidos, Facts On File, 2009

imprecisamente llamadas Kung-fu⁶⁴); todos ellos, sistemas que evocan a la estética en su práctica, además de su uso para combate, el código moral (el Bushido, en las artes japonesas), al igual que conceptos y prácticas derivadas del Taoísmo y el Budismo Tch'an.

Esto quiere decir que no podemos limitarnos a tener una definición simplista como punto de partida considerando que la variación de la palabra en su significado occidentalizado nos lleva necesariamente a universos semántica y aparentemente distintos. Visto así y tomando los términos estrictos no deja uno de preguntarse, como lector lego del tema, cómo tendría que ver un sistema filosófico con un deporte en donde intervienen las masas, el espectáculo, y las grandes sumas de dinero de los patrocinadores. Aunque, para enderezar las dudas, habría que preguntarse qué clase de desarrollo ha llevado a lo largo de la historia para haber cambiado de una forma tan ostensible su intencionalidad explícita⁶⁵ y, sobre todo, qué es lo que permanece de estos sistemas en la actualidad en donde la literatura constantemente se ve sujeta a un dualismo que precisamente expresa aquella de los campos semánticos aludidos: deporte y arte marcial. Sólo en la revisión del contexto que enmarca la práctica del Tae Kwon Do podemos acercarnos a su comprensión al igual que a la visualización de los problemas que arrastra y que repercuten directamente en la vivencia cotidiana, que es en donde se transmite entre los practicantes; recordemos que no son sino estos últimos quienes perpetúan y encarnan todo este amontonamiento de discursos. Es por eso que también es necesario tomar como contexto al deporte y a sus fundamentos; esto significa que pasará por la filosofía, la historia e incluso la epistemología del deporte; tras el mencionado rodeo, sabremos en dónde estamos parados conceptualmente hablando y cómo es que repercute en los practicantes el Tae Kwon Do en su marco mestizo de oriente y occidente.

⁶⁴ Tjoa Khok Kiong, Donn F. Draeger, Quintin T. G. Chambers, *Shantung Black Tiger: A shaolin fighting art of north china*, Estados Unidos, John Weatherhill, 1976.

⁶⁵ Pierre Bourdieu, cit. Jean Jacques Barreau, Jean-Jaques Morne, *Epistemología y Antropología del Deporte*, España, Alianza Deporte, 1991.

Ya en materia de la construcción del deporte como objeto del conocimiento, el primer shock se produce al contacto con el universo que se descubre tras las palabras: como ocurre con cualquier gran tema, abundan las definiciones. De ésta forma, hay quienes dentro de ellas abogan por la inclusión o exclusión del automovilismo o de las competencias ecuestres. Sin embargo, para el caso que aquí incumbe, llevaré un camino progresivo identificando algunos de sus elementos y tomando como punto de partida el hecho de que es una actividad humana cuya base constitutiva (pero no por eso reducible a ella) son: el juego, la lucha contra alguna dificultad en la consecución de un objetivo del juego y el empleo de actividad física intensa en el transcurso. De suerte que ni el ajedrez, ni el automovilismo, ni los videojuegos entran en la categoría.

Por principio habrá que reconocerse que una actividad como el deporte, como menciona Rudik⁶⁶, es una actividad, y como tal es un conjunto de acciones del ser humano que se orientan a la satisfacción de sus necesidades e intereses y tienen carácter social, finalidad, planeación y duración; es decir, también llevan una intención. El carácter social nos refiere por extensión a que el deporte se ha formado de acciones que se van repitiendo en la historia de la humanidad, aunque no se trata de una repetición a modo de reproducción fiel, sino de una repetición dentro del marco de su perfeccionamiento en el desarrollo histórico, para esto contamos con la finalidad u objetivo, que rigen la actividad y sus modificaciones a partir de medios y procedimientos; por ello mismo son también planeadas y constituyen un sistema en donde las acciones que componen la actividad están relacionadas con otras de distinto carácter. Todo lo anterior se enmarca precisamente en las nociones de una duración y de “un carácter prolongado de la misma (...) [que se forma por] el conjunto de distintas acciones que se prolongan durante muchos meses y años”⁶⁷. Con el criterio de duración se llega a saber que el deporte es un juego constante con disciplina.

⁶⁶ P. A. Rudik, *Psicología de la educación física y del deporte*, Argentina, Stadium, 1976.

⁶⁷ P. A. Rudik, *op.cit.*, p. 14

El juego como elemento constitutivo del deporte, se reconoce como una actividad propia del ser humano en el sentido en que conjuga los elementos instintivos con los imaginativos⁶⁸. Lo propio del juego es su gratuidad⁶⁹, lo cual quiere decir que una de sus gratificaciones se encuentra dentro de su práctica, por lo que se le ha dado también los calificativos de inútil o improductivo; y no tendrían menos razón de hacerlo, pues se haya al juego emparentado con el ocio y, como tal, contrapuesto al trabajo según la visión de Gillet⁷⁰ porque el esfuerzo del juego es superfluo, mientras que en el trabajo el esfuerzo es por necesidad, y precisamente esta clase de oposición es lo que le lleva a erigir al juego como un medio insustituible para frenar la decadencia social al ser libre, desinteresado, inútil y “la realización misma del ideal de la infancia y de la juventud”⁷¹; de ahí que la gratuidad sea tan importante. Su relación con el trabajo cambia cuando cambiamos de autor, presumiblemente a la ex Unión Soviética, teniendo entonces al trabajo por padre (y no sólo del juego, sino del ser humano mismo) y por finalidad, de forma que a través del juego el niño se habituará a realizar los esfuerzos físicos que son necesarios para el trabajo, casi a manera de un ensayo anterior a una obra de teatro. “Los juegos infantiles tienen gran importancia educativa. Familiarizan a los niños con los fenómenos reales de la vida y lo hacen conocer la verdadera realidad”⁷². Si bien es cierto que la relación con el trabajo cambia entre posturas, es notorio rescatar dos elementos en común: tanto la característica de espontaneidad o libertad del juego (la observación de que no se puede obligar a jugar) como la relación de otredad con el trabajo (el juego no es trabajo). Hago notar que, aunque estas posturas se originan en el marco del debate sobre el juego, el deporte hereda directamente estas cuestiones y posicionamientos unilaterales; estas últimas observaciones tomarán forma más adelante, al leer los testimonios de los practicantes.

El deporte también se compone de actividad física intensa, esto quiere decir que es un esfuerzo que rebasa el esfuerzo corriente, en otras palabras, va más allá

⁶⁸ Henry de Montherlant citado en Bernard Gillet, *Historia del Deporte*, España, Oikos-Tau, 1971.

⁶⁹ René Maheu, cit. en Jean Jacques Barreau, Jean-Jaques Morne, *op.cit.*

⁷⁰ Bernard Gillet, *op.cit.*

⁷¹ *Ibid.*, p.17.

⁷² P. A. Rudik, p.33

del nivel en donde funcionan los automatismos⁷³. Mucha de esta clase de actividad tiene que ver históricamente no sólo con el juego prolongado, sino también con la danza (entendida como un arte que mezcla la imaginación y el movimiento del cuerpo) y más específicamente con las danzas de fuerza que se ejecutaban en la antigüedad y se ejecutan todavía en algunas comunidades originarias a lo largo del mundo como en el caso de Nueva Zelanda⁷⁴ o, más cercano, el de la danza del venado⁷⁵. Por desgracia para el practicante sencillo (amateur) de épocas de antaño, las danzas en algún momento se profesionalizaron y “la vida en grado más intenso”⁷⁶ se reservó a los danzantes profesionales. También es de notar el carácter místico que imbuye a la actividad física intensa, pues no sólo a través de la danza se proporciona a la persona la energía necesaria para vencer sino que, bajo la bandera del deporte, ha sido relacionada con las religiones de los pueblos como ha sido en el caso de las Olimpiadas griegas, dedicadas a los dioses del Olimpo⁷⁷, el juego de pelota en Mesoamérica⁷⁸, o los ejercicios del monasterio Shaolin-Sseu en China; sobre estos últimos hablaré más adelante. Otra visión concede una importancia distinta a tales actividades: según Ortega y Gasset⁷⁹ el origen mismo del estado se debe a las actividades físicas intensas por la construcción de espacios comunes anteriores a la familia, en donde los jóvenes orientaban sus esfuerzos al entrenamiento con el objetivo de raptar jóvenes extranjeras. Posteriormente, con la llegada de la cristiandad, mucho de la veneración a la fuerza física se miraría con reprobación⁸⁰. Aunque, contemplando al ejército de mártires que creó el Coliseo Romano – ese terrible heredero de las Olimpiadas – hasta antes de la conversión de Constantino, podríamos entender el recelo que se instauró por parte del cristianismo hacia el culto a la fuerza.

⁷³ *Idem.*

⁷⁴ Bernard Gillet, *op.cit.*

⁷⁵ Danza popularizada a nivel mundial por el Ballet Folklórico de la danzante y coreógrafa mexicana Amalia Hernández.

⁷⁶ Bernard Gillet, *op.cit.*, p. 18.

⁷⁷ *Idem.*

⁷⁸ *Idem*; Albertina Saravia E. (versión) *Popol Wuj. Antiguas historias de los indios quichés de Guatemala*, México, Editorial Porrúa, 2001; Editorial Prehispánica. *Chichén Itzá. Guía práctica y álbum fotográfico*, México, Editorial Prehispánica, 2008.

⁷⁹ Cit. En Bernard Gillet, *op.cit.*

⁸⁰ *Idem.*

El siguiente rubro de la base constitutiva es aquel de la lucha. Todos los deportes tienen una meta u objetivo explícito, siempre obstaculizado por algún factor: la dificultad técnica, un oponente, las circunstancias de un ambiente o todo conjunto; en general, abundan las posibilidades y es precisamente a través de la lucha contra una dificultad en la consecución de la meta que se le pueden atribuir al deporte tanto características formativas como características violentas. El carácter formativo del deporte por vía de la actividad física intensa parte de planteamientos tales como que “la voluntad se debilita cuando se complace en el amañamiento, el placer, la facilidad, la ociosidad”⁸¹, es por eso que educa cualidades como la resistencia física, la valentía y el placer del riesgo: el deporte las llama en su práctica precisamente por ir más allá de los automatismos. He ahí también la diferencia que establece Gillet con respecto a la educación física: mientras que la educación física se hace por influencia del estado a través de la escuela, moderando las competiciones y la carga de trabajo, el deporte “no vacila en maltratar el cuerpo para forjar al carácter”⁸². Otros autores le conceden los fines de darle poder al ser humano sobre el mundo y sí mismo⁸³, realización, el conocimiento de sí mismo⁸⁴ y la formación del fair play⁸⁵, que no significa otra cosa que la actitud de un “juego justo”, y aunque bien esta afirmación del deporte como actitud de fair play puede sonar a un terrible peregrinar especulativo, la concepción de lo justo en el deporte tiene también anclaje en el lenguaje inglés, donde la expresión “to be sport” (“ser deporte”, aplicado a personas como adjetivo) se refiere a “una persona alegre y servicial que hace que algo sea más disfrutable”⁸⁶ o “al que, en cualquier circunstancia, adopta una actitud recta y generosa”⁸⁷. Reuniendo los segmentos de la teoría, es notorio que el fair play sólo puede existir en congruencia basándose en la gratuidad.

⁸¹ Maurice Baquet, cit. en Jean Jacques Barreau, Jean-Jaques Morne, *op.cit.*, p.15.

⁸² Bernard Gillet, *op.cit.*, p.13.

⁸³ Thierry Maulnier cit. en Bernard Gillet, *op.cit.*

⁸⁴ Jean Jacques Barreau, Jean-Jaques Morne, *op.cit.*

⁸⁵ Comité francés para el Fair Play, cit. en *idem.*

⁸⁶ *Longman dictionary of contemporary english. The living dictionary*, Inglaterra, Pearson Education Limited, 2003.

⁸⁷ Bernard Gillet, *op.cit.*, p. 15.

Hay que entender que también dentro del deporte y su epistemología se estructura una crítica de tinte social a partir del denominado Principio de Rendimiento, el cual funge como centro de gravedad de todo el sistema deportivo; a través de este principio se gestan las categorías del récord, la competición, el entrenamiento y la selección entre otras que dan coherencia a lo que se ha llamado como el canibalismo de los resultados (es decir, que se niegan a sí mismos) siempre en persecución de técnicas más eficaces, registros más específicos o reglamentos más selectivos. Se vuelve necesario señalar que el sistema deportivo pertenece a una familia de modelos entre los que se encuentra el sistema de relaciones de producción⁸⁸. Tras estas palabras apareadas ya el lector podrá apreciar que la crítica articulada incluye en su vocabulario el término “capitalismo”, y tendrá razón, aunque el momento de ahondar en ello será unos párrafos más abajo.

Con este boceto en el fondo es como tiene sentido erigir al fair play como una actitud o valor pedagógico del deporte – o como un símbolo reformador de él – a través del cual se pretende contrarrestar la tendencia social a sobrevaluar el éxito por sobre los medios que usan para conseguirlo. En la mirada del fair play, el valor pedagógico del deporte prevalece al devenir este último “un terreno escogido para el aprendizaje de esta virtud que, al extenderse, puede inspirar los actos de la vida corriente”⁸⁹. Precisamente esta particular clase de expansión es la que se busca instaurar con la premisa del carácter formativo del deporte y, a su vez, es la que imbuje al entrenador con características de educador ya no sólo de deportistas, sino también de personas; formador de ciudadanos, dirían los Griegos. Ciertamente es que los helenos no hacen aquí su aparición de forma gratuita; más particularmente, los atenienses son los pioneros de la tradición occidental de la formación atlético-intelectual del ciudadano⁹⁰ y esta educación se enfocaba en producir ciudadanos de gran fuerza moral que pudieran defender y favorecer la prosperidad de su ciudad. En ese momento el espíritu aguerrido de la juventud era necesario por las constantes

⁸⁸ J. M. Brohm, cit. en Jean Jacques Barreau, Jean-Jaques Morne, *op.cit.*

⁸⁹ Comité francés para el Fair Play, cit. en *idem*, p. 74.

⁹⁰ Bernard Gillet, *op.cit.* Recordemos que Platón y Aristóteles estuvieron relacionados con dos gimnasios helenos: la Academia y el Liceo.

luchas que se suscitaban entre las distintas ciudades. Tal era la rivalidad entre las ciudades que se declaraba tregua inquebrantable entre la inauguración y la clausura de los Juegos Olímpicos, allá por el año de 884 antes de nuestra era.⁹¹ Sin duda el espíritu combativo y la lucha son una herencia con la cual vivimos hasta ahora y que hemos amalgamado dentro del repertorio indispensable de actitudes deportivas. Indistintamente le llamamos espíritu competitivo, “agonismo”⁹² o agonística.

Por desgracia, esta característica aparece emparentada con la violencia en su valor inherente al deporte, aunque haría falta rectificar esta última aseveración, ya que tanto hay posturas que acusan al deporte de exacerbar la agresividad como hay posturas que afirman que el competir vacía la agresividad; también tenemos una postura más envolvente en donde la agresividad desahogada es la agresividad latente en la cultura⁹³. Aun cuando sean muy evidentes las reacciones violentas tanto de espectadores como de atletas y podamos quejarnos de la violencia que aqueja al deporte, no es como si dentro del entrenamiento un ejército de niños espartanos se enganchara en un combate tan feroz que llegue al grado de arrancarse los ojos entre sí, como describe Pausanias; o como si varios hombres de la era feudal se lanzaran con violencia al botín típico de una guerra tras un juego⁹⁴. De cierta forma, vivimos en una época tranquila dentro de la práctica deportiva.

Hay todavía otra dimensión importante del deporte que debe ser tomado en cuenta, tal vez no para una definición concreta de tipo diccionario, pero sí para considerar un eje más del contexto que cruza necesariamente el fenómeno. En este caso hay que considerar que, como he señalado a lo largo del capítulo, estos constituyentes han llevado un desarrollo envuelto en los distintos momentos sociales que implican la historia misma de la humanidad por el carácter social de la actividad⁹⁵. El deporte, definido de esta manera, implica su susceptibilidad a la

⁹¹ *Idem.*

⁹² José María Cagigal, *Deporte y Agresión*, España: Alianza Deporte, 1990.

⁹³ *Idem*; J. M. Brohm, cit. en Jean Jacques Barreau, Jean-Jaques Morne, *op.cit*; Pierre Laguillaumie, cit. en Jean Jacques Barreau, Jean-Jaques Morne, *op.cit*.

⁹⁴ Bernard Gillet, *op.cit*.

⁹⁵ José María Cagigal, *op.cit*; A. P. Rudik, *op.cit*.

variación social por medio de los significados que logren masificarse al igual que los factores nuevos que intervengan en este complejo paisaje social. Con esto quiero decir que, a pesar de estar anclado profundamente en los albores de la humanidad, el deporte como lo conocemos es un fenómeno relativamente reciente que se apropia de los elementos que ya he reseñado para comenzar un proceso distinto en el que experimenta cambios, exacerbación, inhibición o institucionalización a partir del maquinismo industrial burgués de principios del siglo XIX⁹⁶, que es cuando se puede hablar del renacimiento del deporte tras la relativa ausencia que tuvo del escenario bajo el prohibicionismo cristiano de la edad media⁹⁷.

Completando un poco más el panorama, regreso al planteamiento del deporte influido por la variación social. Y aquí se vuelve necesario observar que la organización del deporte comparte muchas características con el capitalismo, y no sería para menos dado que el primero nace en la fase ascendente de este sistema económico. La revisión de Morris Berman se hace imprescindible: el capitalismo y la ciencia comparten origen en un paradigma de acción que cuaja tras la edad media en valores e ideas nuevos fundamentados en la visión de la burguesía que, por vía político-religiosa diseminan los “valores puritanos de la competitividad, el orden y el auto-control”⁹⁸ (los mismos que se le atribuyen al deporte); adicionalmente se expresaron en toda una nueva cosmovisión en occidente que incluye dentro de sus productos la revolución científica, el Siglo de las Luces, la revolución industrial, “la vida en sociedad vista como una lucha competitiva por la existencia y el crecimiento tecnológico y económico para obtener un progreso material ilimitado”⁹⁹.

El primer club deportivo se funda para la burguesía inglesa del siglo XIX y se generaliza en la educación británica con la mira puesta en el expansionismo¹⁰⁰, al más puro estilo griego. Tras esto el deporte, iniciado en la institución, se expande

⁹⁶ Pierre Laguillaumie, cit. en Jean Jacques Barreau, Jean-Jaques Morne, *op.cit*; Jaques Rouyer, cit. en Jean Jacques Barreau, Jean-Jaques Morne, *op.cit*.

⁹⁷ Bernard Gillet, *op.cit*.

⁹⁸ Morris Berman, *El Reencantamiento del Mundo*, Chile, Cuatro Vientos, 2007, p. 111.

⁹⁹ Fritjof Capra, *El Punto Crucial*, Argentina, Troquel, 1998, p. 32.

¹⁰⁰ J. M. Brohm, cit. en Jean Jacques Barreau, Jean-Jaques Morne, *op.cit*; aquí adquiere sentido histórico que la expresión “to be sport” sea inglesa.

siguiendo el posterior desarrollo del capitalismo¹⁰¹, adaptándose perfectamente por el sustrato común que enfatiza la agonística, en donde todos son rivales potenciales y el rendimiento (monetario y deportivo) deben llevarse al máximo estableciendo para ello un sistema de medición estándar... en deporte se le llamó récord¹⁰². El récord se instaura en el principio de rendimiento que mencioné anteriormente y se convierte en regidor de la vida del practicante a nivel personal e institucional¹⁰³, incluso a niveles tan profundos como llegar a definir la masculinidad por el rendimiento (deportivo, laboral y sexual)¹⁰⁴. No sorprende entonces revisar aseveraciones tan contundentes como la de Jean Marie Brohm: “para nosotros el deporte <<socialista>> es estrictamente idéntico al deporte <<capitalista>>, no hay más que un deporte, precisamente el que conocemos actualmente”¹⁰⁵. Puesto así, el “papel abrumador del dinero, del poder político, ideología de la diversión por el variado hecho deportivo, reclutamiento de los jóvenes en los países totalitarios (...)”¹⁰⁶ son una faceta más del clima social imperante del cual ha surgido el deporte actual, con todas sus idealizaciones y contradicciones.

Aquí trazo el enlace del juego improductivo, del ocio como otredad al trabajo, de la actividad prolongada, del valor pedagógico del deporte o del juego, del maltrato al cuerpo por parte del deporte que aspira a la élite e incluso un nuevo rubro que corresponde al espectáculo deportivo: todo marca las líneas que descubren un retazo del rostro de nuestra cultura. Por muy obvio que suene, el juego no *produce* porque está visto desde la *lógica de la producción*; el ocio no será trabajo por cuanto no *produce*; el jugador ocasional requiere de *autocontrol* para iniciar un entrenamiento largo si quiere *lograr resultados*, y ser considerado deportista; el éxito deportivo está dado por el *rendimiento* en una o varias *competencias*; el maltrato al cuerpo se hace más allá del automatismo para *mejorar* sin tener en cuenta el

¹⁰¹ Pierre Laguillaumie, cit. en *idem*.

¹⁰² J. M. Brohm, cit. en *idem*.

¹⁰³ Pierre Laguillaumie, cit. en *idem*; Pierre Bourdieu, cit. en *idem*; por y para el rendimiento existen las villas olímpicas y las concentraciones.

¹⁰⁴ Sergio Sinay, *La masculinidad tóxica*, Argentina, Ediciones B, 2007.

¹⁰⁵ J.M. Brohm cit. en Jean Jacques Barreau, Jean-Jaques Morne, *op.cit.*, p. 79.

¹⁰⁶ *Idem*.

desgaste; el valor pedagógico también se ancla en los *valores* que replica incesantemente... y la línea sigue al concepto.

Caben aquí dos consideraciones finales: el deporte, sin embargo, sí produce aunque no por sí mismo (en su base constitutiva). El espectáculo que ofrece una guerra simbólica es grande y desde la época de los griegos ha atraído a numerosos espectadores; la exteriorización, característica que le es inherente, le confiere al deporte “el poder de realizar la comunión afectiva de las masas”¹⁰⁷. En una sociedad de mercado, es difícil no darse cuenta del papel que tiene el espectáculo deportivo en la venta de entradas o en las estratosféricas cantidades que se sabe que se les paga a algunos jugadores de fútbol, boxeadores o por clubes deportivos enteros; recordemos que hace algunos meses el reconocido Manchester United entró a cotización dentro de la bolsa de valores de Nueva York, estimando vender un 10% del club en la módica suma de 330 millones de dólares¹⁰⁸. El lenguaje es mezquino con los jugadores y con las transacciones que se realizan entre los clubes, de suerte que entre filólogos, filósofos, pedagogos y psicólogos, se nos asoma la pregunta incómoda de otro millón de dólares: ¿la compra-venta de jugadores de fútbol es trata de personas?

La segunda consideración es aquella de la pluralidad de sentidos del deporte. Aunque me he dedicado a delinear a grandes rasgos el linaje de valores que ondea tal práctica, queda todavía el rubro de los practicantes anónimos que jamás serán campeones; aquellos que, aunque sujetos a la cultura, no son sujetos de entrevistas televisadas o reportajes especiales al acabar los Juegos Olímpicos y que imbuyen a su práctica de una red enorme de sentidos particulares que viven la cotidianeidad pero que quedan dentro de lo implícito por ser vividos a través de la acción¹⁰⁹. Esto lleva a la práctica deportiva a un relativo dinamismo semántico a través de los factores que surjan dependiendo del momento histórico que estén viviendo los

¹⁰⁷ René Maheu, cit. en *ibid.*, p.85.

¹⁰⁸ AP, “Manchester United cotiza en la Bolsa Nueva York”, en *eleconomista.com.mx*, (México), 30 de Julio de 2012, en <http://eleconomista.com.mx/deportes/2012/07/30/manchester-united-cotiza-bolsa-nueva-york>, consultado el 31 de Julio de 2012.

¹⁰⁹ Michel Bouet, cit. en Jean Jacques Barreau, Jean-Jaques Morne, *op.cit.*

participantes. A través de ellos y de las variantes que aplican al deporte (también llamadas modalidades) es como se puede decir que no hay funciones unívocas del mismo a pesar de estar sumergidas en valores que por su magnitud e historia, aspiran a ser totalizantes¹¹⁰.

Ahora es preciso dar un salto semántico al Tae Kwon Do para revisarlo más a fondo que la definición-traducción del inicio del capítulo. Irremediamente tendré que pasar a la revisión de la técnica antes de adentrarme en la revisión histórica, la cual cobrará relación con lo visto con el deporte y aparecerá clara la línea que se ha trazado entre este y arte marcial; esto nos llevará a comprender qué es hoy el Tae Kwon Do y, sobre todo, cómo afecta a sus practicantes inmediatos. Recordando la definición-traducción de los términos vemos que el Tae Kwon Do se constituye de técnicas de pies y manos sin armas que se usan de forma sistemática durante un combate real (kyoriugui) o imaginario (poomse, “formas”; pronunciado: “pumse”) que logran desarrollar la máxima potencia del movimiento concentrando las fuerzas en el punto-momento de contacto¹¹¹, sea al producir patadas, golpes, bloqueos o en sus combinaciones¹¹². Para esto requiere en primer lugar partir de una postura adecuada, que permita al resto del cuerpo “estar en armonía con la patada”¹¹³, golpe o bloqueo¹¹⁴ y desarrollar en el movimiento ejecutado fuerza (muscular), rapidez, relajamiento, foco, equilibrio y precisión¹¹⁵, desarrollando así disciplina mental y física para “tener la mente concentrada en lo que se está haciendo y en blanco para todo lo demás”¹¹⁶, logrando a su vez el dominio de la autodefensa y del ataque múltiple¹¹⁷.

Este tipo de disciplina desarrolla “técnicas generales confiables y deja la aplicación específica de tales técnicas a la intuición entrenada de cada estudiante en

¹¹⁰ Christian Pociello, cit. en *idem*.

¹¹¹ Sihak Henry Cho, *op.cit.*; Wo-Lu-Tao, *Taekwondo*, México, Olimpo, 1992.

¹¹² Sihak Henry Cho, *op.cit.*; Yeon Hee Park, Yeon Hwan Park, Jon Gerrard, *op.cit.*

¹¹³ Pil-won Park, *op.cit.*, p. 12

¹¹⁴ *Idem*; Yeon Hee Park, Yeon Hwan Park, Jon Gerrard, *op.cit.*; Sihak Henry Cho, *op.cit.*

¹¹⁵ Sihak Henry Cho, *op.cit.*; Wo-lu-tao, *op.cit.*

¹¹⁶ Wo-lu-tao, *op.cit.*, p. 17.

¹¹⁷ Sihak Henry Cho, *op.cit.*

situaciones de la vida real”¹¹⁸, de forma que los movimientos se vuelvan tan naturales que se produzcan instantáneamente: precisamente porque la velocidad de las acciones es alta, no da tiempo para distraerse y la concentración en el momento debe ser absoluta¹¹⁹. La postura y la naturalidad posteriormente se acoplan tras la larga práctica, de forma que “llegará el punto en que pueda ‘sentir’ cuando su postura sea adecuada”¹²⁰. Hay otros dos aspectos sobre los cuales es necesario hacer hincapié y que quedan a menudo apartados de las consideraciones esenciales de la técnica. La primera es la respiración, considerada fundamental más allá de la obviedad por el énfasis en los ejercicios de respiración profunda con el fin de deshacerse del aire corrompido y fortalecer el hipogastrio (también llamado *hara* en japonés), considerado el centro de poder del arte marcial¹²¹. La segunda práctica, también indispensable para lograr la concentración necesaria y trascender los objetivos, es la meditación: una vez “alcanzado cierto nivel en la experiencia del arte marcial, es indispensable practicar el za-zen”¹²². La contigüidad de estos citados también viene a descubrir un elemento común que haya su fundamento en la historia-leyenda de Bodhidharma, a la cual es necesario recurrir para entender un poco más de la relación entre las artes marciales, respiración y la meditación.

Para el siglo VI de nuestra era, China ya tenía casi su medio milenio de contacto con el budismo y, tras las polémicas desatadas y posteriores reconciliaciones con el taoísmo, en el siglo II ya habían arraigado las avenencias entre estas dos escuelas. Entre el año de 520 y 525, Bodhidharma, un monje indio que practicaba y enseñaba el Dhyāna llegó a China¹²³. Tras una audiencia con el emperador budista Wu, el monje se retiró a un templo en el que instruyó a los monjes chinos no sólo en la meditación (dhyāna) sino que también, se cuenta, los entrenó de forma que lograsen sus robustos hábitos de salud. Se dice que en ese momento nacieron las artes marciales. Aún en la actualidad ese templo es ampliamente

¹¹⁸ Yeon Hee Park, Yeon Hwan Park, Jon Gerrard, *op.cit.*, p. 14.

¹¹⁹ Wo-lu-tao, *op.cit.*; Sihak Henry Cho, *op.cit.*

¹²⁰ Yeon Hee Park, Yeon Hwan Park, Jon Gerrard, *op.cit.*, p. 15.

¹²¹ Wo-lu-tao, *op.cit.*, Taisen Deshimaru, *La práctica del Zen*, España, Editorial Kairós, 2005.

¹²² Taisen Deshimaru, *op.cit.*, p.51.

¹²³ También llamado Tamo en chino y Daruma en japonés; Sihak Henry Cho, *op.cit.*; Choi Hong Hi, *op.cit.*

reconocido y su nombre evoca la visión de monjes combatientes de habilidades legendarias, así como el origen de la escuela Tch'an, la cual se esparcirá en China bajo la dinastía de los Tang, en Corea tomando el nombre de Sseon y, finalmente en Japón, donde se le conocerá como Zen. El templo al que me refiero se llama Shaolin-sseu¹²⁴.

Dado el gran éxito que tuvo la escuela del patriarca Bodhidharma, y a que la práctica conserva la esencia de su fundación, es posible ver que la meditación concede un lugar elemental a la respiración correcta, esto es, la respiración diafragmática, hinchando el hipogastrio. No pasa desapercibido que precisamente esta región es la llamada "centro de poder"¹²⁵ y también corresponde al Dantian inferior o Q'ihai; de nuevo choca uno con la coherencia al saber que Q'ihai traducido del chino significa "mar de energía"¹²⁶. A pesar de la claridad del vínculo es aquí en donde empiezan los conflictos, justo al entrar en materias de filosofía. Mientras que, por un lado tenemos una postura que enfatiza tales características, hay otra que insiste en cortar de tajo la relación anteriormente expuesta, y en el caso del Tae Kwon Do, volver a plantear la filosofía concentrándose en los aspectos deportivos. En este punto se vislumbra por fin el cisma del deporte y del arte marcial. De nuevo ha de ser necesario recurrir a la historia para entender desde dónde parte esta división y por qué es una materia tan difícil de resolver; adelanto al lector que esta discusión de 60 años tiene un anclaje más antiguo del que aparenta, además de interesantísimas complicaciones geográficas y políticas.

La historia de Corea rebosa de conflictos y el estar geográficamente cerca de dos reinos poderosos de tiempos antiguos (y de la actualidad) no ayudó mucho. Inicialmente la gente de Corea se limitaba al reino de Chosun, ubicado en el noreste de China, en lo que llegó a ser el territorio de Manchuria, sin embargo las guerras

¹²⁴ Nicole Vandier-Nicolas, "La filosofía china desde los orígenes hasta el siglo XVII", en Brice Parain (coord.), *Historia de la Filosofía. El pensamiento prefilosófico y oriental*, México, Siglo XXI Editores, 1972; Taisen Deshimaru, *op.cit.*; Mario Bussagli, *Qué ha dicho verdaderamente Buda*, España, Doncel, 1971; Wo-lu-tao, *op.cit.*

¹²⁵ Wo lu tao, *op.cit.*, p. 20.

¹²⁶ Daniel Reid, *El tao de la salud, el sexo y la larga vida. Un enfoque práctico moderno de una sabiduría antigua*, España, Ediciones Urano, 1989, p. 160.

con algunas dinastías chinas (más específicamente, la Han) concretaron en la migración del pueblo hacia la península de Corea, en donde se establecieron tres reinados: el de Silla¹²⁷, fundado en el 57 a. C. y geográficamente el más próximo a Japón, además de ser el más pequeño; el reino de Koguryo, fundado veinte años después haciendo fronteras con China y ocupando la mayor parte de la actual Corea del Norte y parte de Corea del Sur; y, finalmente Baekche, en el 18 a. C. y geográficamente ubicado en el extremo sudoeste de la península, en contacto con el Mar Amarillo. Esta relación geográfica cobra importancia dado que el reino de Silla se veía constantemente sujeto a invasiones de piratas japoneses, y eventualmente también por parte del Reino de Baekche por lo que el reino de Koguryo, en apoyo, mandó una fuerza de 50,000 guerreros practicantes de “Sonbe”¹²⁸, de donde se dice que Silla se instruyó en las técnicas de la guerra. Este hecho habría de inspirar posteriormente a un grupo de jóvenes guerreros, provenientes de la nobleza, quienes posteriormente unificarían los tres reinos¹²⁹ alrededor de los años 661 y 668 de nuestra era, aproximadamente cincuenta años después del inicio de la dinastía Tang – conocida por su esplendor y apertura, además de que fue la época de mayor expansión del budismo chino, incluyendo al Tch’an –. De vuelta en Corea, la aparición de este grupo, denominado Hwarang¹³⁰ tuvo, además de importancia política, importancia moral: estos jóvenes no sólo estaban versados en artes de combate sin armas basado en el trabajo de piernas similar al del Taek Kyon del siglo XIX¹³¹, sino que también habían sido educados en historia, filosofía de Confucio, ética, moral budista, equitación, arquería, técnicas militares y esgrima, además de poesía, canto y danza. Su código moral eran cinco principios dictados por el monje budista Won Kang: lealtad al país, obediencia a los padres, sinceridad con los

¹²⁷ Pronunciado “shila”.

¹²⁸ Han Moo Kwan de México, “Historia del Taekwondo” en *Página de Han Moo Kwan en México*, (México), s/f, <http://www.hanmookwan.pue-mx.com/default.aspx>, consultado el domingo 5 de febrero de 2012; Korea Taekwondo Association, Q Channel (Productores). *Taekwondo. Global martial art* [Archivo de video], República de Corea: Korea Taekwondo Association, (s/f), en <http://www.youtube.com/watch?v=etIVaOIKO3A>.

¹²⁹ De seguro con caramelos: uno de ellos, Hwang Chang, mató al rey de Baekche; Korea Taekwondo Association, Q Channel (Productores), *op.cit.*

¹³⁰ Traducido como “hombria floreciente”; Sihak Henry Cho, *op.cit.*

¹³¹ Algunos hacen la hipótesis de que el ambiente montañoso contribuyó a desarrollar esta preferencia por el uso de los pies; Sihak Henry Cho, *op.cit.*; Todd Moss, *et.al.*, *op.cit.*; Choi Hong Hi, *op.cit.*

amigos, espíritu inquebrantable en batalla y nunca tomar una vida injustamente; posteriormente estos principios se retomarían por el Tae Kwon Do.¹³²

La época dorada del budismo en la dinastía Tang también fue buena en el entonces recién unificado reino de la dinastía coreana de Silla; arraigó en la población produciendo arte a la vez budista y patriota; mención especial merecen los guerreros Inwang de manos vacías, esculpidos en la gruta Sokkuram, ambos franqueando la entrada a la sala del Buda. Sin duda no era la primera representación de guerreros¹³³ ni sería la última aparición evidente en la historia. Posteriormente, en la dinastía sucesora a los Silla, los Koryo¹³⁴, el énfasis del combate se coloca sobre el arte de combate llamado Subak¹³⁵, mediante el cual se elegía a los guerreros; por esto mismo se practicó esencialmente entre clases altas y permaneció con tal estatus hasta mediados de la dinastía siguiente: Yi, fundada en 1397 y, por alguna extraña razón, también conocida con el nombre de dinastía Choson, igual que el reino de antaño. Hasta su caída a manos de los japoneses en 1907, esta dinastía enfrentó grandes cambios relativos a la marcialidad. Por un lado heredan un reino budista con tradición de combate Subak y al mismo tiempo intentan darle un giro apostando por un cambio al confucianismo, al igual que por un constante menosprecio de la educación marcial y un énfasis en las actividades culturales. La época fue políticamente convulsa entre las luchas que se suscitaron en torno al poder. Las ecuaciones exteriores no tardaron en aparecer: en 1592 se inicia una guerra con un Japón fortalecido que intenta dominar China y, de paso, a Corea. El avance de los nipones fue avasallador, logrando estos últimos llegar a la frontera chino-coreana, sin embargo fueron repelidos con una fuerza que incluía monjes soldados y tropas chinas. La invasión se repitió cinco años después. Se dice que

¹³² Choi Hong Hi, *op.cit.*; Yeon Hee Park, Yeon Hwan Park, Jon Gerrard, *op.cit.*

¹³³ Las primeras se refieren a los guerreros de las tumbas de Jian, anteriormente capital de Koguryo y ahora parte de China; Korea Taekwondo Association, Q Channel, *op.cit.*

¹³⁴ Fundada entre el 918 y el 935, de ella proviene el nombre de Corea.

¹³⁵ Yeon Hee Park, Yeon Hwan Park, Jon Gerrard, *op.cit.*; Choi Hong Hi, *op.cit.*; Steven D. Capener, "Problems in the Identity and Philosophy of T'aegwondo and Their Historical Causes", en *Korea Journal*, (Corea), Vol.35, No.4, 1995, en

http://www.teamusa.org/~/.media/USA_Taekwondo/Documents/Coaching/ACQuiz/History%20of%20Taekwondo.pdf, consultado el 10 de marzo de 2011; Sihak Henry Cho, *op.cit.*; las transcripciones occidentales lo pueden referir también como Subakhui, Soo Bak Gi o Soo Bak.

estas dos invasiones dejaron en Corea una huella de resentimiento y que este habría de acentuarse precisamente con la caída de la dinastía¹³⁶. Cercano a su último siglo, dos últimos acontecimientos competen a la historia marcial de Corea: un registro de las diferentes artes marciales de 1790, incluyendo artes chinas y el Subak coreano, y la construcción de la fortaleza de Hwaseong, prueba del proteccionismo coreano contra China y Japón, en 1794¹³⁷.

El siglo XIX trajo tiempos convulsos para Oriente: la primera mitad para China en la guerra del opio contra Gran Bretaña en sus dos fases y contra Francia en el periodo intermedio a ambas; en la segunda mitad Japón logra instituirse como nación tras el triunfo Meiji y no tardó en volver a entrar en guerra con China, a pesar de su frágil situación social, prácticamente recién salida del feudalismo. Ante estas numerosas guerras, la desintegración política y económica de China se hicieron evidentes y el capital extranjero entró a este país de forma abrumadora, perdiendo además la isla de Formosa; Corea pasó a ser área de influencia japonesa tras el enfrentamiento chino-nipón. El enorme descontento social también desveló por primera vez las artes marciales para la historia occidental a través del movimiento Yihequan para los cuales, considerando el contexto del cual surgen, lo menos que podría decirse de ellos es que llevaban adiestramiento físico y moral a través de la virtud marcial; aquí también se hacen patentes las enormes limitantes del lenguaje, que no son otras que las limitantes culturales para comprender o incluso nombrar los fenómenos: occidente, que tenía a la lucha dentro de los juegos y en la práctica del ocio, sólo supo nombrar a la rebelión de los artistas marciales Yihequan como “la rebelión de los bóxer”. Esta rebelión tuvo una gran importancia para China y es notorio por el respaldo que tuvo de la corte de Beijing, especialmente por la emperatriz Cixi, aunque esto significó entrar en guerra con las potencias occidentales. Japón, por su parte y aprovechando a una China debilitada, continuó con su política expansionista, venciendo a Rusia en 1904 y creando y protectorado

¹³⁶ *El pequeño Larousse ilustrado 2002*, México-Argentina-Colombia-Venezuela, Ediciones Larousse, 2002; Han Moo Kwan de México, *op.cit.*

¹³⁷ Todd Moss, *et.al.*, *op.cit.*; Korea Taekwondo Association, Q Channel, *op.cit.*; Steven D. Capener, *op.cit.*

en Corea y el sur de Manchuria¹³⁸. Para 1907 la dinastía Yi en Corea ya había caído. Dos años después, la conquista se concreta a través de la adición de Corea a Japón bajo el control de un general residente¹³⁹. Durante ese tiempo, desde la publicación de la obra del americano Stuart Culin en 1895, y hasta la creación de las escuelas coreanas en 1945, no se sabe con certeza el devenir de las artes de combate coreanas. Las fuentes varían entre decir que el asesinado general residente prohibió las artes de combate encarcelando a sus practicantes, irónicamente estimulando su práctica como un acto patriota y rescatándolas de la extinción¹⁴⁰, otra posición señala al autor coreano Ch'oe Yong-nyon quien considera (en 1921, fecha de publicación de la obra) que el heredero del Subak de Koryo, el Taek Kyon, desapareció tras prohibiciones oficiales debido a las apuestas y venganzas que se suscitaban en torno de su práctica¹⁴¹. Con mayor certeza se sabe que en esas épocas (entre 1917 y 1922) el Karate impactaba en Japón llevado desde Okinawa por Funakosi Gishin y que tal estilo sería practicado por, al menos, un maestro coreano que participaría directa y activamente en la historia del Tae Kwon Do. El impacto del Karate en la sociedad japonesa fue tal que fue introducido en Corea bajo las políticas de educación militar tras la introducción del Judo y del Kendo en 1943¹⁴².

Hasta aquí es conveniente hacer un paréntesis para explicar la relación de Japón con el Karate. Este arte marcial proviene de la isla de Okinawa, perteneciente al reino-archipiélago de Ryū Kyū, originalmente independiente y situado a medio camino entre la isla china de Taiwan y Japón, que tenía su propia historia de mestizaje marcial, habiendo desarrollado su método desde el siglo IX, siendo influida también en este aspecto como en el cultural por misioneros y guerreros chinos por su

¹³⁸ *El pequeño Larousse ilustrado 2002, op.cit.*; Gloria M. Delgado, *Historia Universal. De la era de las revoluciones al mundo globalizado*, México, Pearson Educación, 2001.

¹³⁹ Como señala el gen. Choi Hong-Hi, *op.cit.*, el general residente Hiro-bumi Ito murió asesinado por Ahn Joon Gun, este último es considerado patriota por la historia coreana. Uno deja la imaginación libre para suponer la clase de cariño que el pueblo coreano profesaba al general o el gusto que les provocó su anexión a Japón. Incluso el documental de la Korea Taekwondo Association y Q Channel, *op.cit.* adquiere un tono sombrío al llegar a esa época y el doctor Steven D. Capener, *op.cit.*, señala la insistencia de muchos maestros al negar cualquier clase de mestizaje marcial con el Karate, importando poco que este arte marcial no sea originalmente japonés.

¹⁴⁰ Korea Taekwondo Association, Q Channel, *op.cit.*; Yeon Hee Park, Yeon Hwan Park, Jon Gerrard, *op.cit.*

¹⁴¹ Steven D. Capener, *op.cit.*

¹⁴² *Idem.*

relativa cercanía a Taiwan. Incluso después de la conquista japonesa ocurrida en el siglo XVII, el Karate era llamado Do-te, que significa “mano china”, cambiando posteriormente a Okinawa-te, “mano de Okinawa”, y finalmente a Karate, palabra cuyos kanji cambiaron para mantener la pronunciación alterando la significación: de “mano de Kara” (antigua China) a “mano vacía”¹⁴³. Es notable el hecho de que en su introducción a Corea, el Karate haya tomado los nombres de Kong Soo Do y Tang Soo Do, siendo que el primero refiere la mano vacía y el segundo a la dinastía Tang de China. La literatura no menciona la razón del cambio de escritura o denominación del Karate/Tang Soo Do, ni dentro de Japón ni dentro de Corea. Se desconoce si esta extraña ambigüedad que se advierte obedece a un factor lingüístico por la distinta lectura de los ideogramas (lo cual es posible, según una observación de Sihak Henry Cho), a que la denominación indica la condición geográfica, técnica o filosófica original, a la posibilidad de que el cambio de ideograma se hubiera dado durante la introducción del Karate a Corea, o algún otro factor político, lingüístico o filosófico.

Dando un salto temporal a 1945, ya terminada la Segunda Guerra Mundial, Corea se convirtió en pastel a repartir entre las superpotencias ganadoras, por lo que el resurgimiento de los antecesores inmediatos del Tae Kwon Do también tuvo que lidiar en el contexto de una Corea dividida en Norte y Sur a partir del paralelo 38; quedando la parte norte siendo apoyada por la Unión Soviética, mientras que la parte sur se quedaría con el apoyo de los Estados Unidos¹⁴⁴. Las primeras 5 escuelas (Chong Do Kwan, Moo Duk Kwan, Yon Mu Kwan, Kwon Bop Dojang, y Song Moo Kwan) surgirían en 1945, cada una con énfasis en distintas técnicas y con distinto nombre para el estilo que enseñaban, usándose los nombres de Soo Bak Do, Kwon Bop, Tae Soo Do, Tang Soo Do, Kong Soo Do y Taek Kyon¹⁴⁵. En 1950 comenzó otro evento que marcó profundamente a los artistas marciales: la guerra de Corea. Y no era para menos por el clima social que se vivió, siendo esta el inicio de la Guerra Fría. Habría que considerar el recelo mundial relativo a la milicia por el terrible tópico

¹⁴³ *El pequeño Larousse ilustrado 2002, op.cit.*; Sihak Henry Cho, *op.cit.*; Choi Hong Hi, *op.cit.*

¹⁴⁴ Gloria M. Delgado, *op.cit.*

¹⁴⁵ Yeon Hee Park, Yeon Hwan Park, Jon Gerrard, *op.cit.*; Steven D. Capener, *op.cit.*; Pil-won Park, *op.cit.*

de las bombas atómicas, cuyo uso en un conflicto internacional podría fácilmente hacer escalar y superar en catastrofismo a la Segunda Guerra Mundial. Esto desencadenó precisamente en la creación de grupos de soldados entrenados en artes marciales por parte de Corea del Sur para combatir a Corea del Norte; uno de esos grupos fue conocido como Black Tigers. La guerra de Corea además cobró la vida de los fundadores de Yon Mu Kwan, la tercera escuela, y de la Chang Moo Kwan, fundada en 1950.

No había todavía terminado la guerra cuando el presidente sudcoreano Syngman Rhee presenció una demostración de artes marciales por parte de algunos maestros coreanos, en 1952; este hecho habría de ser crucial para el devenir del Tae Kwon Do, pues además de la inclusión del arte marcial del general Choi Hong Hi en la instrucción militar seis años antes, el terreno para la expansión se prepararía al momento en que los equipos de demostración asombraron, por orden explícita del presidente, a las tropas estadounidenses en bases coreanas y, posteriormente a la población de esta misma potencia capitalista. Una vez terminada la guerra de Corea (dejando las fronteras exactamente igual que al terminar la Segunda Guerra Mundial) más Kwans se formaron con distintos grados de mestizaje, dato observable en el caso del anteriormente mencionado Choi Hong Hi, quien había estudiado anteriormente Taek Kyon con Han Il Dong y a la postre Karate en Japón, o el de Hwang Hi, fundador de Moo Duk Kwan, quien a sus 22 años empezó a practicar un método del norte de China¹⁴⁶. Esto dejó paso precisamente a la reunión de 1955, en la cual varios miembros prominentes de Kwans, hombres de negocios y soldados acordaron unificar los estilos, renombrándolo como Tae Soo Do y cambiándolo dos años después al ya conocido Tae Kwon Do¹⁴⁷.

A pesar del acuerdo, las Kwans mantenían entre sí ánimos de rivalidad incluso después de la creación de la Asociación Coreana de Taekwondo (KTA, por sus

¹⁴⁶ Federación Mexicana de Taekwondo, "Historia del Taekwondo", en *Federación Mexicana de Taekwondo*, (México), s/f, consultada en: <http://www.femextkd.net/htmltonuke.php?filnavn=html/mundo.htm>, el 5 de febrero de 2012; Choi Hong Hi, *op.cit*; Han Moo Kwan de México, *op.cit*.

¹⁴⁷ Yeon Hee Park, Yeon Hwan Park, Jon Gerrard, *op.cit*; Steven D. Capener, *op.cit*.

siglas en inglés) en la primera mitad de la década de los 60. En esta década aparece en el juego la segunda generación de instructores, quienes desarrollan el sistema de combate de competencias (comúnmente referido como sparring) que se usa en la actualidad, a pesar de la particular renuencia del general Choi Hong Hi y de Hwang Hi¹⁴⁸, al mismo tiempo, este tiempo genera gran actividad para los equipos de demostración, saliendo a varios países, incluido México en 1968. Tras la unificación no se hicieron esperar las investigaciones para asegurar la natividad de este moderno arte marcial, enraizándolo en la historia de Corea, construyendo tradiciones y reglas para la competencia¹⁴⁹. Por supuesto muchos maestros negaron toda clase de mestizaje en el desarrollo histórico del Tae Kwon Do y lo proclamaron heredero directo del Taek Kyon primigenio. Sin embargo esto no explica de ninguna manera el uso de términos y técnicas del Karate que todavía eran frecuentes hasta 1960, antes del desarrollo del sistema de competencias o la similitud que se hace patente en posturas, así como golpes, defensas y otros movimientos en varias artes marciales; uno de tantos casos es el de la postura de montar a caballo, presente en Tae Kwon Do, Karate y el Shaolin Shantung Wu-Shu¹⁵⁰. Justo aquí es cuando se vuelve crucial el rodeo dado a través del deporte, pues es en este momento histórico que la ruptura deporte-arte marcial ocurre, viendo a un pueblo coreano dividido ideológicamente en geografías y escuelas, además del apoyo que brindaba la mayor potencia capitalista de ese tiempo a Corea del Sur; potencia cuyo principal referente de práctica corporal proviene del deporte. La partícula Do recién adherida al nombre y compartida en el lenguaje japonés puede dar cuenta de esta limitación, puesto que esta sílaba coreana no es otra que el Tao chino.

El general Choi es quien da esta pista al escribir, en caracteres chinos, el nombre Tae Kwon Do. Los caracteres son los mismos (ver Figura 1). Así puesto,

¹⁴⁸ Steven D. Capener, *op.cit.*

¹⁴⁹ Korea Taekwondo Association, Q Channel, *op.cit.*

¹⁵⁰ Sihak Henry Cho, *op.cit.*; Korea Taekwondo Association, Q Channel, *op.cit.*; Yeon Hee Park, Yeon Hwan Park, Jon Gerrard, *op.cit.*; Tjoa Khek Kiong, Donn F. Draeger, Quintin T. G. Chambers, *op.cit.*; Mas Oyama, *Mas Oyama's Essential Karate*, Estados Unidos, Sterling Publishing, 1979; incluso para el observador ocasional no se dejará de notar la similitud de formas de golpeo, pateo y bloqueo, así como de algunos ejercicios de respiración. Como observan, Yeon Hee Park, Yeon Hwan Park, Jon Gerrard, *op.cit.*, la diferencia principal radica en la linealidad o circularidad de la ejecución de los movimientos.

cobra todo el sentido el que sea llamado estilo de vida, camino, arte o disciplina¹⁵¹; la filosofía que se limita al estudio de los libros (la erudición a la que se refiere Lao-Tsé¹⁵²) no abarca la amplitud de una cosmovisión entera y las discusiones suscitadas a lo largo de su historia. El Tao es la dinámica de las fuerzas opuestas y complementarias – las famosas fuerzas Yin-Yang – que conforman el universo entero, fluyendo por la vida de todos los seres. Este concepto filosófico es representado con el dibujo conocido de un círculo dividido en dos mitades dinámicas que se generan mutuamente y que contienen a su vez a su contrario; se entraña así un equilibrio que no se encierra en el estatismo, sino en el cambio natural de las cosas. De esta forma el Tao es la integración de las diez mil cosas para formar el Todo, el uno, la esencia suprema, el Tai-Chi. “Si para vivir ahora seguimos el Tao, podremos conocer el origen de todo”¹⁵³. La vida de innumerables adeptos a seguir el Tao se ha transformado en el peregrinar de sus vidas. Por eso es también la vía correcta enseñada por estos sabios al mismo tiempo que una aptitud filosófica¹⁵⁴. Es una forma de vivir que retorna al orden natural de las cosas y se disciplina en el cambio que preside este equilibrio; es un camino para conocer el mundo y, a la poste, reconocerse en el mundo; es un arte de la cotidianidad erigiéndose a sí mismo como artista de la vida; es la disciplina del hacer y del no-hacer correcto; es kung fu¹⁵⁵. Necesario es recordar la relación del arte marcial con la meditación Tch’an-Zen y que, para el tiempo del nombramiento del Tae Kwon Do, el Tao y el Tch’an llevaban ya algún tiempo de contacto en concordancia: nada más diecisiete siglos.

¹⁵¹ Choi Hong Hi, *op.cit.*; Sihak Henry Cho, *op.cit.*; Yeon Hee Park, Yeon Hwan Park, Jon Gerrard, *op.cit.*

¹⁵² Lao-Tsé, *Tao Te King*, México: Editorial Tomo, 2006

¹⁵³ *Idem*, verso XIV, p. 32.

¹⁵⁴ Nicole Vandier-Nicolas, *op.cit.*

¹⁵⁵ Tjoa Khek Kiong, Donn F. Draeger, Quintin T. G. Chambers, *op.cit.*; de acuerdo a estos autores, “kung fu” es una disciplina del bien hacer, prácticamente una devoción a la acción que se practica en la concentración absoluta de la persona en la tarea. De esta forma es posible, congruente y hasta deseable hacer kung fu haciendo tareas cotidianas; arreglando la cama, lavando platos o aseándose.



Figura 1. Comparación del último ideograma correspondiente al Do en Tae Kwon Do escrito en caracteres chinos por el general Choi Hong Hi con el ideograma para el concepto Tao escrito en chino. Los caracteres claramente son el mismo. Imágenes tomadas de Choi Hong Hi, *op.cit.*, p. 4; <http://taichi-inthepark.co.uk/tao-%26-tai-chi-chuan.html>, consultado el 2 de octubre de 2012.

El Tao, expresado como Do en coreano nos manda a una idea de una abrumadora amplitud y complejidad en comparación con el caso del deporte y, en lugar de propugnar por la agonística, propone un principio de cooperación con el orden supremo. He ahí la razón principal de la oposición de los primeros maestros al desarrollo del sistema de competencia de sparring: por la renuencia a quitar una vida durante un combate, argumentando que un solo golpe bien ejecutado podría ser el causante¹⁵⁶. Es por esto que Hwang Hi no se asoció a la Asociación Coreana de Taekwondo, permaneciendo su estilo como Tang Soo Do¹⁵⁷. Se sabe que hubo más separaciones como aquella de la Chung Do Kwan, de las cinco originales, la Jhi Do Kwan, la creación paralela de la asociación de Soo Bahk Do, así como la fundación de la Federación Internacional de Taekwondo (ITF, por sus siglas en inglés),

¹⁵⁶ Recordemos los principios del Tae Kwon Do tomados del monje Won Kang.

¹⁵⁷ Federación Mexicana de Taekwondo, *op.cit.*; Steven D. Capener, *op.cit.*

encabezada por Choi Hong Hi, quien fue destituido en 1966 de su puesto como presidente de la KTA tras dar una demostración en Corea del Norte; salvo por el caso de la ITF y de la Moo Duk Kwan, se desconocen las causas de las separaciones¹⁵⁸. El peso del argumento de los maestros disminuyó tras la invención del equipo de protección, el cual, aunque reducía las técnicas posibles para aplicación en sparring (kyoriugui), permitía la utilización de técnicas de pateo y defensas usualmente practicadas durante poomse (formas de combate). Este proceso de refinamiento del combate libre fue llamado la “deportización” del Tae Kwon Do¹⁵⁹.

El otro factor que intervino en la propagación fue el apoyo que dio el gobierno de Corea del Sur a la KTA, reconociendo a todos los cintas negras asociados en 1962; a partir de ahí el Tae Kwon do comenzaría a desempeñar también una fuerte función como herramienta diplomática al grado que, a la fecha, Capener, parafraseando al investigador coreano Oak Kim Young, menciona que el arte marcial ha logrado lo que no han podido los más hábiles diplomáticos: “hacer que los ciudadanos de países occidentales avanzados muestren una actitud de respeto ante la bandera Coreana”¹⁶⁰. Al mismo tiempo este autor afirma que esta podría ser una de las razones por la cual no se ha ahondado en la investigación histórica de los posibles mestizajes que resultaron en la creación del Tae Kwon Do. También asevera que el desarrollo del Tae Kwon Do como deporte se ve obstaculizado por dos factores específicos: la falta de información por el pobre tratamiento histórico que se le da a los antecedentes marciales en el periodo comprendido entre 1800 y 1945 y la incongruencia entre declarar al Tae Kwon Do como netamente coreano – sin posibilidad alguna de mestizaje – al tiempo que sigue basándose en filosofías extranjeras (como son el Tao y el Zen). Para Capener la solución radica en la eliminación de la filosofía del arte marcial y una posterior reformulación filosófica que se adecue al Tae Kwon Do competitivo, quitando también todos los otros aspectos que provienen del mestizaje anterior a la deportización, dejando al sparring olímpico

¹⁵⁸ Federación Mexicana de Taekwondo, *op.cit.*

¹⁵⁹ Steven D. Capener, *op.cit.*

¹⁶⁰ *Idem.*, p.1.

como el verdadero Tae Kwon Do originario de Corea¹⁶¹. Damas y caballeros: he ahí donde la escisión discursiva hace sus estragos; la mejor muestra de la incompreensión del Do y de sus circunstancias históricas. De suerte que no haya otro investigador como el Dr. Capener que proponga cambiar de bandera a Corea del Sur para quitarle el símbolo de las dinámicas Yin-Yang o los cuatro trigramas – correspondientes a cielo, tierra, fuego y agua¹⁶² – por no ser símbolos de filosofía nativa de Corea.

Ahora es necesario pasar a territorio nacional y comenzar con la historia más cercana al contexto en el que se enmarcan los practicantes actuales. Iniciando con el profesor Daiwon Moon, nacido en Corea del Sur, en Hap Duk, en donde permanece oculto de la guerra de Corea, siendo su tío un personaje político importante de aquel momento. Estudia Tang Soo Do con Chun Yong Hoi y llega a ser cinta negra en 1959; tres años después emigraría a la potencia capitalista sede del apoyo al país, llegando a estudiar en la East Texas State, en donde además se dedicó a enseñar el arte marcial y a competir, ganando los campeonatos nacionales de Estados Unidos de 1964, 1965 y 1966¹⁶³. Dos años después el Dr. Mondragón lo invitaría, junto con Jack Hwang a dar un curso de Karate coreano en la Asociación Mexicana de Karate-do; un año después aceptaría la propuesta de radicar en México, abriendo una clase dentro de la Asociación, la cual sería tan popular que alcanzaría los 70 alumnos por grupo, dejando largas listas de espera¹⁶⁴. En 1971 los dos primeros cintas negras mexicanos se gradúan: Sergio Fonseca y José Luis Olivares; este último, junto con José Luis Torres Galindo, Isaías Dueñas y Ramiro Guzmán ganarían el 3er lugar por equipos en el primer Campeonato del Mundo de Tae Kwon Do, recién constituida la Federación Mundial de Taekwondo (WTF, por sus siglas en inglés), rival de la ITF de Choi Hong Hi.

¹⁶¹ Steven D. Capener, *op.cit.*

¹⁶² Donatella Bergamino, Diego Meldi (comentarios), *I Ching. Libro de las mutaciones*, España, Libsa, 2003.

¹⁶³ Moo Duk Kwan, “Grand Master Moon Daiwon Biografía”, en *Moo Duk Kwan*, (México), s/f, consultado en línea en http://www.moodukkwon.com.mx/index.php?option=com_content&view=article&id=20&Itemid=4, el 5 de febrero de 2012.

¹⁶⁴ Moo Duk Kwan de México, *op.cit.*; Han Moo Kwan de México Taekwondo, “El Taekwondo en México”, en *Han Moo Kwan de México Taekwondo*, (México), s/f, consultado en línea en <http://www.hanmookwan.com.mx/Secciones.aspx?Id=95>, el 5 de febrero de 2012.

Los tiempos fueron buenos en esa década, resultando en la independencia de la clase del profesor Moon y fundándose Moo Duk Kwan de México en 1975¹⁶⁵, siguió al año la conformación de la Federación Mexicana de Taekwondo (FMTKD) para dar representación internacional; en 1979 México ostentaba el Subcampeonato Mundial¹⁶⁶. Sin embargo el clima emocional del tiempo al parecer fue distinto de los logros expuestos: un año después los descontentos entre el profesor Moon y los profesores Jesús Moreno Ramos y José Luis Olivares resultaron en la salida de estos dos últimos de Moo Duk Kwan, formando el Liceo Mexicano de Tae Kwon Do y el Instituto Mexicano del Tae Kwon Do respectivamente, dejando la estela de una relación, cuando menos, áspera con la fracturada Moo Duk Kwan. En el ámbito internacional en este año el Comité Olímpico Internacional reconoce a la WTF, dejando a la ITF libre para reconsiderar la reconciliación¹⁶⁷. La recién inaugurada década sólo trajo más conflictos parcialmente registrados por la revista Cinta Negra¹⁶⁸ entre las escuelas que se formaban. Se sabe que hasta la entrada de Jesús Moreno Ramos a la presidencia de la FMTKD hasta 1992 esta última todavía parecía mostrar preferencia por la asociación fundadora; hasta entonces el cisma de las escuelas pudo empezar a limar asperezas. Pueden contarse hasta ese instante doce años de fuertes conflictos intestinos entre las escuelas mexicanas.

¹⁶⁵ Moo Duk Kwan, *op.cit.*

¹⁶⁶ Federación Mexicana de Taekwondo, “Historia de la Federación Mexicana de Taekwondo”, en *Federación Mexicana de Taekwondo*, (México), s/f, consultada en línea en <http://www.femextkd.net/htmltonuke.php?filnavn=html/mexico.htm>, el 5 de febrero de 2012.

¹⁶⁷ Esta reconciliación no se ha dado a pesar de haberse empezado a hablar en 1982; Cinta Negra, “Reunificación del Taekwondo”, en *Cinta Negra*, (México), 2ª época, año3, núm. 13, 26 de Abril de 2007, consultada en línea en http://cintanegra.com.mx/articulos.php?id_sec=2&id_art=491&id_ejemplar=17 el 5 de febrero de 2012.

¹⁶⁸ Hay varias publicaciones de la primera época de la revista Cinta Negra que señalan conflictos entre escuelas. Entre ellas se encuentra: *Entrevista a Sergio Chávez Moreno*. Publicada el 23 de junio de 1989. Cinta Negra, 1ª época. Año 1. No. 4; es posible consultarla en línea en http://cintanegra.com.mx/articulos.php?id_sec=9&id_art=47&id_ejemplar=1

Selección de logros internacionales de México en Tae Kwon Do.

Año	Evento	Logros
1973	1er Campeonato Mundial de Tae Kwon Do	3er lugar por equipos*
1975	2o Campeonato Mundial de Tae Kwon Do	3er lugar por equipos*
1979	Subcampeonato Mundial	
1988	Exhibición en Juegos Olímpicos de Seúl	3 medallas de bronce ⁽⁺⁾
1990	Campeonato de Juegos Centroamericanos	
1992	Mundial Universitario	3er lugar
	Bicampeones panamericanos (rama varonil y femenil)	
1993	Juegos Mundiales	3er lugar por equipos
	Bicampeones panamericanos (rama varonil y femenil)	
1994	Copa del Mundo	2º lugar
1995	XII Juegos Panamericanos Argentina	1er lugar
	X Panamericano de TKD	2º lugar
1996	Campeonato VII Copa del Mundo (rama varonil)	
(s/f)	XVIII Juegos Centroamericanos y del Caribe	3er lugar; 10 medallas
2000	Juegos Olímpicos Sidney	Medalla de bronce
2004	Juegos Olímpicos Atenas	Medallas de plata y bronce
2008	Juegos Olímpicos Beijing	2 medallas de oro
2012	Juegos Olímpicos Londres	Medalla de bronce

Tabla 1. Salvo indicado, todos los datos provienen de la Federación Mexicana de Taekwondo, *op.cit.*; * Moo Duk Kwan, *op.cit.*; ⁽⁺⁾ Guillermo Martínez González, "La historia del taekwondo mexicano es de éxitos", en *ESTO*, (México), 6 de septiembre de 2008; consultado en línea en <http://www.oem.com.mx/esto/notas/n841463.htm>, el 5 de febrero de 2012.

Los logros internacionales fueron más abundantes en esta nueva década (ver Tabla 1) y es notorio el aumento poblacional que ha tenido esta práctica corporal. La fractura de Moo Duk Kwan también produjo a la larga el aumento de la densidad de escuelas, tomando gimnasios públicos o privados, casas de cultura, centros del DIF, centros del IMSS o parques, en lugar de un espacio especialmente acondicionado para la práctica del arte marcial. Por desgracia los números que pueden dar cuenta de la magnitud que ha alcanzado esta propagación son inexactos. Reportados al

2005 en el sistema RED de la Confederación Deportiva Mexicana (CODEME), de la cual depende la FMTKD, había 28,000 competidores a nivel nacional¹⁶⁹, sin contar a los practicantes no-profesionales. A nivel nacional, e incluso a pesar del cisma, Moo Duk Kwan reporta a la fecha en su página 350 dojang, 15,000 cintas negras graduadas y un aproximado de 25,000 alumnos activos¹⁷⁰. Más a nivel regional, en la Asociación Estatal de Taekwondo del Estado de México, hay registradas 156 organizaciones deportivas¹⁷¹; cuando se ve este número de asociaciones en contraste con la única asociación que había en 1970, es evidente que la práctica del Tae Kwon Do se ha diseminado bastante.

Tras esta revisión podemos vislumbrar la dualidad en la que se debate el Tae Kwon Do deportivo, expandido por los valores que enmarcan al deportivismo y las ataduras históricas y cognitivas que verbalizan las instituciones que lo regulan y de los medios de comunicación masiva. El encuadre de la dictadura del récord y el rendimiento se aparece a la manera de un remanente positivista; y no sorprendería que obedeciera a esta filosofía que se esfuerza en la creación de índices que revalúen los logros adecuándose al círculo vicioso de la cultura en vías de desbocarse y enfermar a sus actores. Pero el occidente reciente no se lleva todo el crédito. La historia coreana hace de su resentimiento y de sus conflictos un modelo que parece replicarse a través de las múltiples generaciones de maestro-alumno hasta geografías que desconocen la historia emocional y las alianzas político-emocionales de los maestros fundadores. La amalgama cultural nos arroja a un México con una década entera de conflictos. Si algo queda de búsqueda genuina del sí mismo en el arte marcial es a través del Do, de su significación y del cuerpo apropiado – y también resignificado – con el cual se puede armonizar al tiránico “yo” que tanto puede embriagarse por vía de los logros deportivos. Y se puede ir más lejos: si la tendencia revisada siguiera presente y el deporte pretendiera sobrevivir

¹⁶⁹ Carlos Edmundo Chávez Ruiz, “¿Las artes marciales a la baja?”, en *Cinta Negra*, (México), 2ª época, núm. 4, mayo de 2005, es posible consultar todas las publicaciones de ésta revista en línea en la página <http://cintanegra.com.mx>; consultada el 5 de febrero de 2012.

¹⁷⁰ Moo Duk Kwan, “Moo Duk Kwan”, en *Moo Duk Kwan*, (México), s/f, consultado en línea en <http://www.moodukwan.com.mx>, el 5 de febrero de 2012.

¹⁷¹ Cinta Negra. “Reportando”, en *Cinta Negra*, (México), 2ª época, núm. 28, octubre de 2009.

por vía de la moralidad en una época de una revolución ética, debe reencontrarse lejos de los conceptos en las historias de sus actores y en un mestizaje filosófico que le permita reincorporarse como fuerza de cambio y no de replicación de escisiones (personales o discursivas). La persona que actúa y sufre la cultura vuelve a ser de gran importancia para heredar una cultura distinta de las prácticas corporales.

Sin embargo, primero habrá que ver sus efectos: ¿qué clase de cultura es la que hoy en día está haciendo cuerpo entre sus replicantes inmediatos? En primer lugar, ¿qué clase de abordaje nos puede llevar a la salud de los practicantes de Tae Kwon Do? El paradigma segmentado nos aleja de la comprensión de la herencia emocional de la disciplina, perdiendo el piso que la relaciona con su propio contexto-historia¹⁷² y con una posibilidad resignificante para el practicante, ya sea profesor o alumno, por ende también segmentando la posibilidad de la comprensión de la intencionalidad. Y qué más necesidad de amplitud que la que en este caso se presenta, cuando tenemos a una práctica que hereda: 1) la agonística resultado de guerras y motivo de paz; 2) el juego (y un cuerpo) que no es trabajo y sin embargo sí produce rendimiento; 3) la relación dual de un cuerpo históricamente despreciado en occidente y al mismo tiempo cultivado; 4) un intento de reivindicación por vía de la moralidad de una cultura desbocada; 5) la ambivalencia emocional hacia el mestizaje filosófico-técnico; y 6) una posibilidad de crecimiento en la mística-práctica de su propia definición y condición histórica. El panorama es altamente complejo y los métodos de los que se disponen tomando en cuenta la “deportización” del Tae Kwon Do nos llevan sin escala a la psicología del deporte, que reviso a continuación.

Como ya debe ser costumbre para el lector, iniciaré con una definición de la psicología deportiva y posteriormente su historia, para poder contrastar la visión que nos ofrece con respecto a la visión que necesitamos y que se ha hecho patente a lo largo de este capítulo. La psicología del deporte es la “ciencia que se ocupa del estudio de los factores psicológicos que influyen en la iniciación y el mantenimiento de la práctica y del rendimiento deportivo así como de los efectos psicológicos

¹⁷² Haciendo énfasis en el carácter social de la actividad, como menciona A. P. Rudik, *op.cit.*

derivados de la participación deportiva”¹⁷³. Habrá que retomar las palabras para usar los conceptos que he expuesto en este trabajo: esta ciencia evocada recordémosla derivada de una visión y una moral proto-burguesa, que segmenta y sesga sus relaciones y matices; ahora bien, en la disciplina de la psicología que nos atañe explícitamente enuncia un objeto de estudio que va delineado por lo psicológico en la práctica deportiva, originada en el mismo contexto de la ciencia y con la cual tiene evoluciones simultáneas que se concretan en el resultado, es decir, en el rendimiento. Pero de nuevo tenemos al Do para orientarnos y preguntarnos si el deportista no es persona primero y si su práctica, aunque cruzada por la cultura, aun así conserva el tinte de originalidad que se exprese en el sí mismo. En este sentido, hemos también de notar el rol del psicólogo del deporte esencialmente como un agente de cambio profundo, que oriente también sus funciones de investigador, asesor de los actores del fenómeno deportivo y formador¹⁷⁴, más allá del principio rector del rendimiento.

La historia de la psicología del deporte se remonta, por afinidad del objeto de estudio, a las primeras relaciones experimentales entre psicología y fisiología en Leipzig, con Wundt y sus investigaciones sobre los tiempos de reacción, al igual que a las investigaciones de Woodworth sobre los principios de las destrezas motrices, y la investigación de Triplett sobre la facilitación social con ciclistas; en general se trata en los inicios al aprendizaje motor a nivel experimental, abordando la relación entre psicología y deporte de forma poco explícita, y a nivel teórico, tratando los beneficios psicosociales del deporte. Posteriormente surgirían los padres de la psicología del deporte tras el uso de la psicología en cursos de entrenadores físicos posterior a la Primera Guerra Mundial y sobre todo después de la Revolución Rusa, tras la cual se inició en Rusia un fuerte apoyo a la educación físico-deportiva, investigándose directamente tópicos como fueron la motivación, el poder mental (características como el valor, la determinación, la tenacidad, la resistencia y la autodisciplina), las tensiones, los tiempos de reacción y la relación de la personalidad con el deporte a

¹⁷³ Guillermo Pérez, Jaume Cruz y Josep Roca, *Psicología y Deporte*, España, Alianza Editorial, 1995, p. 12.

¹⁷⁴ Guillermo Pérez, Jaume Cruz y Josep Roca, *op.cit.*

través de autores como Puni o Rudik¹⁷⁵. La preparación al deportista por parte de este país y de sus institutos de investigación incluyó la aplicación de tests de inteligencia a los atletas, así como tests de personalidad y de reacción motora anterior a una competencia¹⁷⁶. Contemporáneamente en Estados Unidos, Griffith estudiaba variables de personalidad y aprendizaje y habilidades motrices, al tiempo que crecía en su país la investigación fisiológica y psicológica¹⁷⁷.

Anteriormente hemos visto al hablar de Corea, que la Segunda Guerra Mundial trajo grandes consecuencias en el interés de las potencias en todos los asuntos pro-bélicos; la neonata psicología deportiva no fue la excepción. Se comenzaron a efectuar pruebas para la selección y el entrenamiento de pilotos de guerra, al igual que a realizar estudios de diferencias individuales y habilidades perceptivo-motrices, siguiendo la línea del aprendizaje motor. Tras esta explosión demográfica (mas no temática) en la potencia norteamericana, los psicólogos perdieron interés al tiempo que los entrenadores físicos lo tomaban. El resultado fueron estudios de personalidad, motivación deportiva y estrés previo a competencias a través de tests psicofisiológicos y psicomotores, inaugurando la aplicación del modelo médico a la psicología deportiva. Para entonces corrían los años 60 y tanto los Estados Unidos como la Unión Soviética habían comenzado a dar asesoría a los entrenadores. En este tiempo volvía a verse un fenómeno contemplado en los Juegos Olímpicos de Alemania, anteriores a la Segunda Guerra Mundial: el uso de los resultados deportivos como propaganda política; la razón volvía a ser una guerra, esta vez la Guerra Fría¹⁷⁸. La agonística se vivía sin tregua, y con ella el principio de rendimiento adquirió más importancia.

Se hablaba ya de activación óptima, de tests que evaluaban la respuesta en deportes concretos y de la preparación psicológica adecuada a las demandas de la

¹⁷⁵ Guillermo Pérez, Jaume Cruz y Josep Roca, *op.cit.*, Raúl Ramos Pollán, Antonio Hernández Mendo, *Introducción a la informática aplicada a la psicología del deporte*, España, RA-MA, 1996.

¹⁷⁶ *Idem*

¹⁷⁷ *Idem.*

¹⁷⁸ *Idem.* Las observaciones informales todavía nos remiten a una extraña coincidencia entre las posiciones económicas de los países de primer mundo y su posición en el medallero en los recientes Juegos Olímpicos de Londres en 2012.

situación y del deportista, de más investigaciones sobre la personalidad, de la dinámica de grupos en equipos, de percepción, concentración y vigilancia y, para no perder ni el hilo ni la costumbre, de tiempos de reacción, aprendizaje motriz y ensayos teóricos sobre los beneficios del deporte así como de su valor pedagógico¹⁷⁹. Esto nos lleva a la consolidación de la psicología del deporte en 1965 en el Primer Congreso Internacional de Psicología del Deporte en Roma¹⁸⁰. Posterior a esto se da la creación de varias asociaciones internacionales como la International Society of Sport Psychology, la North American Society for the Psychology of Sport and Pshysical Activity, así como asociaciones en Canadá, Francia, Gran Bretaña, Suiza y Alemania Federal. Culminando el proceso iniciado en los albores de la psicología experimental. Claro que los diversos tópicos que aborda la psicología del deporte han sido sujetos de su misma evolución en el breve tiempo que lleva instituida y para ello también es necesario dedicarle varios párrafos.

Como se ha alcanzado a vislumbrar, uno de los grandes temas para la psicología deportiva es el de la personalidad de los atletas. Al parecer motivados por las constantes alusiones a los beneficios del deporte en los ensayos teóricos publicados desde el inicio de la disciplina e incluso anteriores. Las líneas de investigación que han seguido salen a la búsqueda de la relación entre personalidad y deporte, sin embargo esto no ha sido del todo satisfactorio y los resultados son ambiguos o confusos, encontrando sobre todo problemas de tipo conceptual¹⁸¹. De esta forma diversos autores comentan que se ha investigado sobre las particularidades emocionales y volitivas en carreras de distancia¹⁸², se han hecho estudios de personalidad entre deportistas de élite y amateurs, encontrando diferencias entre estas poblaciones, pero no entre alguna de ellas y los deportistas de nivel medio¹⁸³, se han realizado estudios para saber si algún tipo de personalidad es atraída por deportes específicos con resultados que indican una relación pobre,

¹⁷⁹No haría mal el recordar la pretensión de instaurar al juego y al deporte como la realización del ideal de juventud, como ya he expuesto en la consideración del deporte como juego.

¹⁸⁰ Guillermo Pérez, Jaume Cruz y Josep Roca, *op.cit.* Raúl Ramos Pollán, Antonio Hernández Mendo, *op.cit.*

¹⁸¹ Raúl Ramos Pollán, Antonio Hernández Mendo, *op.cit.*

¹⁸² P. A. Rudik, *op.cit.*

¹⁸³ Barbara Wood., *Psychology in Practice*, Inglaterra, Hodder & Stoughton, 2001.

también se reporta un estudio de diferencias entre hombres no practicantes y mujeres deportistas en pruebas de habilidad verbal (en el que sobresalió la población femenina), en habilidad espacial, matemáticas y agresión; en estos tres últimos sobresalió la población masculina, sin embargo las puntuaciones promedio de los hombres fueron rebasadas por 25% de las mujeres y las diferencias aparecen como no significativas¹⁸⁴. Dentro de la misma compilación de estudios se menciona un estudio realizado al tratar el conflicto de rol con mujeres deportistas, partiendo de que la percepción social del deportista y de la mujer no son compatibles, creando malestar entre las deportistas de diferentes disciplinas, caso afirmativo en levantadoras de pesas y en comunidades de estudios equivalentes a preparatoria (high school), presentando estas últimas mayor conflicto percibido que conflicto real¹⁸⁵. Estos resultados mostraron mayor complejidad del fenómeno e incitaron dos evoluciones: la primera, relativa a la personalidad fue el uso de la teoría de estado-rasgo y la segunda, en los roles, fue la definición del rol del andrógino¹⁸⁶.

La teoría del estado-rasgo en breve explica que un rasgo es una predisposición personal a un cierto tipo de emoción o conducta, el estado hace alusión a un tipo específico de comportamiento o emoción en una situación determinada, evaluada a través de las percepciones, emociones y pensamientos. Siendo así, si un atleta muestra rasgos de ansiedad y bajo presión manifiesta también ansiedad, es más probable que ambos efectos se conjuguen si, durante una competencia, comienza a sentirse presionado, ya sea por ganar, perder, el entrenador, el arbitraje, los espectadores o incluso su propia ansiedad; los factores abundan. Y aunque esta nueva perspectiva permite una concepción más dinámica de la personalidad, los resultados que reportaban hasta una recopilación del 2004¹⁸⁷, todavía no eran concluyentes más allá de vislumbrar la importancia de la estabilidad emocional para el rendimiento. Se desconoce si la estabilidad emocional se

¹⁸⁴ J. K. Graydon, "Psychological research and the sports woman", en *Medicine and Sport Science*, (Suiza), vol.24, 1987, pp.54-82.

¹⁸⁵ *Idem.*

¹⁸⁶ *Idem.*

¹⁸⁷ Barbara Wood, *op.cit.*

desarrolla en el transcurso de la práctica¹⁸⁸. Los rasgos que se manifiestan distintos son los de extroversión, entre atletas femeninos en comparación con mujeres no atletas, aunque los pocos estudios al respecto lo hacen poco consistente¹⁸⁹, lo mismo ocurre con la relación entre participantes de deportes de equipo en comparados con los de deportes en solitario¹⁹⁰. Las diferencias entre deportistas exitosos y no exitosos también ha sido poco estudiada y los resultados no logran ser concluyentes¹⁹¹. La hipótesis de que algunos deportes atraen a personalidades específicas tampoco ha sido estudiada en forma vasta¹⁹².

El rol del andrógino es otra noción derivada de la necesidad de dinamismo en los conceptos. Si bien no se habla de ella en el texto, la rigidez de lo masculino para los hombres y lo femenino para las mujeres es una suposición que parece sustentar la hipótesis inicial del conflicto de género en deportistas del sexo femenino por considerar al deporte como competitivo, activo, agresivo, con gran fuerza de carácter y voluntad; características que socialmente se asocian con lo masculino¹⁹³, y como tal, remiten a las nociones culturales de cómo se verían y comportarían hombres y mujeres. El concepto del andrógino se basa en la idea de que lo masculino o lo femenino, más que conceptos aislados, forman parte de un continuo del rol que sólo arroja rasgos femeninos o masculinos sin que uno sea excluyente del otro¹⁹⁴. Por supuesto, la masculinidad o feminidad es situacional, por lo que esto haría libre a la persona de moverse por las gamas de estos dos roles sin la angustia exacerbada de la pertenencia a un rol rígido. Esto último hace que el rol del andrógino sea no sólo deseable, sino una cuestión que obliga a redefinir lo masculino o lo femenino¹⁹⁵.

Al aplicar tal concepto a la investigación, se encontraron puntajes de autoestima más altas en personas andróginas y una probable relación con estilos

¹⁸⁸ *Idem.*

¹⁸⁹ J. K. Graydon, *op.cit.*

¹⁹⁰ *Idem.*

¹⁹¹ *Idem.*

¹⁹² *Idem.*

¹⁹³ *Idem.*

¹⁹⁴ *Idem.*

¹⁹⁵ Bem, cit. en *idem.*

atributivos internos, es decir, que atribuyen sus triunfos y derrotas a sí mismos en lugar de a algún azar. A modo de paréntesis, los estilos atributivos también es uno de los temas que se han investigado por parte de la psicología del deporte a pesar de no haber surgido en ese contexto. Estos estilos atributivos (el externo atribuye sus resultados a factores como la suerte; el interno se atribuye sus propios resultados) parecen relacionarse con el control interno y con la participación de algunos individuos con esta característica en programas atléticos avanzados; la otra visión de este resultado es lograr conocer que usualmente el sesgo de los errores de atribución beneficia al ego del deportista¹⁹⁶. Regresando de forma breve a los roles que cumplen, hasta ahora se sabe que en la adolescencia (etapa crucial para la formación de los roles) se da más el abandono del deporte en mujeres, sugiriendo la presencia del conflicto de roles en esta edad. En comunidades universitarias se ha visto también que el padre es una fuerte influencia al momento de la iniciación de las hijas al deporte, se ignora si este mismo caso sucede en otros grupos sociales. Esto hace hipotetizar que el rol de la madre es el fundamental mientras que el del padre es el responsable de alabar y dar ánimo¹⁹⁷.

Visto esto, es necesario rescatar de entre la teorías de estado-rasgo y el del conflicto de rol, otro de los hilos que se tejen en la investigación de la psicología deportiva: la ansiedad, y con ella, la activación. Sin duda este es un gran tema dentro de esta disciplina porque se ha demostrado que la emoción afecta directamente el desempeño del deportista. Una vez más, la complejidad del fenómeno hace su aparición para complicarle la vida a los teóricos. La razón también se encuentra en la revolución del concepto y sus medidas. Después de que se tuvo a la teoría del estado-rasgo, se observó que la ansiedad hasta cierto punto era benéfica para el deportista porque mejoraba el rendimiento, sin embargo más allá del punto comenzaba a estropear la ejecución¹⁹⁸. En ese instante se propone una teoría multidimensional para explicar el fenómeno: una U invertida, en la cual el rendimiento se representa en el eje 'y' o vertical y la ansiedad en el eje 'x' u horizontal, siendo el

¹⁹⁶ J. K. Graydon, *op.cit*, Barbara Wood, *op.cit*.

¹⁹⁷ J. K. Graydon, *op.cit*.

¹⁹⁸ Barbara Wood, *op.cit*.

punto más alto el estado óptimo; en seguida notamos que si avanza la ansiedad, el rendimiento disminuye¹⁹⁹.

Las cosas se complicaron todavía más al aplicar la multidimensionalidad somático-cognitiva, ya que implementaron medidas fisiológicas como son los niveles de cortisol, tensión muscular, activación electrocortical, sudoración y ritmo cardiopulmonar para la ansiedad somática, que seguía el modelo de la U invertida mientras que con tests medían la ansiedad cognitiva, que explotaba en la gráfica en forma ascendente en el instante de la competencia, siendo que la somática aumentaba desde horas antes²⁰⁰. La gráfica se volvió imposible de concebir en dos ejes cuando se consideró, en primer lugar, el tiempo y, en segundo, la interacción entre las dos dimensiones escindidas. Surgió entonces la teoría de la catástrofe de Frozen y Hardy, quienes en una gráfica tridimensional explicaban que la dimensión cognitiva era un catalizador de la ansiedad somática, tanto para regularla como para aumentarla más allá de todo control, hacia la catástrofe, a partir de la cual el deportista no podría ya recuperar el rendimiento óptimo²⁰¹. Este rodeo teórico obligó a reconocer a la ansiedad como natural en tanto no devenga distractor o patología²⁰²; en el caso que intento delinear aquí puede entreverse un concepto que no aparece mucho en los textos²⁰³ y que más adelante nos guiará en el tejido que conforma a esta disciplina: equilibrio.

Otro de los ejes que conforman el entramado de investigaciones y teorías es resultado del agonismo que se delineaba anteriormente en la definición de deporte: se llama agresión. Aquí también fue necesario para los estudiosos recurrir a copiosos análisis (sin síntesis) y a abundantes investigaciones de carácter cultural para aproximarse al fenómeno observado durante las competencias²⁰⁴. Por principio, se sabe que esta clase de conducta se presenta entre jugadores, entre aficionados y

¹⁹⁹ *Idem.*

²⁰⁰ *Idem.*

²⁰¹ *Idem.*

²⁰² Guillermo Pérez, Jaume Cruz y Josep Roca, *op.cit.*, Barbara Wood, *op.cit.*

²⁰³ Salvo por la honrosa excepción de Alberto Muñoz Soler, *Trastornos mentales en el deporte. Diagnósticos, causas y prevención de la patología psíquica del deportista y el entrenador*. España, Ediciones Tutor, 1997.

²⁰⁴ José María Cagigal, *op.cit.*

hacia los reguladores, llámense árbitros o jueces. A pesar de muchos conflictos de definición²⁰⁵, por un lado puede llegarse a la convención de denominarlo una conducta que involucra el intento de causar daño de índole física o psicológica a otro²⁰⁶ dividida comúnmente en dos tipos de agresión: en hostil o reactiva, que es la que se da al percibir que el otro interfiere en la persecución del objetivo propio; y la agresión instrumental, la cual es la que aparece como subproducto de alcanzar una meta no agresiva²⁰⁷.

El otro lado menciona a la agresividad como una fuerza que orienta, autoafirma, expande, impulsa... “hay atletas que practican el deporte no por que están empujados primariamente a ello por una necesidad compulsiva, sino de una manera libre. La actividad agonística no se incluye para ellos en un módulo de recompensa reactiva, sino que es como una expansión productiva de su propia personalidad, comprometida en una empresa <<que salga bien>>. En este caso el agonismo actúa como un ejercicio de energía dirigida a realizar un standard de excelencia que puede alcanzarse más fácilmente debido a que un equipo, como un individuo, tiende a realizarlo”²⁰⁸. La pregunta que es preciso retomar en el caso aquí expuesto es si en verdad son dos nociones separadas en la vivencia y más al tomar en cuenta de nuevo el concepto de equilibrio. Lo que sí se observa es que la agresión terminó se segmentarse al proponer la asertividad, también orientada a un objetivo, que no intenta lastimar y usa sólo la fuerza necesaria²⁰⁹. No haría mal al lector en recordar la escisión discursiva. Entonces entendemos por otro ángulo el problema al que se enfrentan los dictaminadores deportivos al querer distinguir entre agresión y asertividad para hacer alguna amonestación. El problema regresa a nosotros al saber que los psicólogos deportivos se basan en ellos para hacer la misma distinción en este ámbito²¹⁰.

²⁰⁵ *Idem.*

²⁰⁶ Barbara Wood, *op.cit.*, J. K. Graydon, *op.cit.*, José María Cagigal, *op.cit.*

²⁰⁷ Barbara Wood, *op.cit.*, J. K. Graydon, *op.cit.*

²⁰⁸ L. Ancona, en el I Congreso de Psicología del Deporte (Roma, 1964), cit. en José María Cagigal, *op.cit.*, p. 89; al leer sobre el compromiso de “que salga bien”, uno podría pensar de nuevo en el kung-fu de los chinos.

²⁰⁹ Barbara Wood, *op.cit.*

²¹⁰ *Idem.*

Aunque las siguientes secciones no sean tratadas tan a detalle como las anteriores, su importancia también las sitúa necesariamente en esta breve revisión. Uno de ellos es la motivación, tópico que uno consideraría crucial para el deportista. La importancia para la psicología del deporte en este rubro también viene cruzada por varias teorías y ejes de investigación como lo es la teoría de la atribución²¹¹, la cual mencioné anteriormente, una teoría de la satisfacción de la necesidad²¹², entre desgloses categóricos como el de Rudik²¹³ y efímeras reseñas de su importancia²¹⁴. En el caso de la teoría de la atribución, la dirección que parece tomar es aquella de los logros y la confianza del deportista, precisamente con el objetivo de evitar los errores de atribución y aumentar el “locus de control” (locus of control) del deportista²¹⁵.

La teoría de la satisfacción de la necesidad no podría ser más específica en su nombre, y más que nada establece un esquema de funcionamiento que comienza con la experiencia de una necesidad, que activa el comportamiento orientado a disminuir esa necesidad y termina al haberla calmado o reducido como consecuencia a la conducta²¹⁶. Por supuesto, las variaciones de las necesidades y tipos de necesidades se han tratado de diversas formas en el cuerpo general de la psicología, aunque, de manera interesante y sin poder dar mayor explicación, Horner²¹⁷ propuso incluso que lo que podría motivar un comportamiento no sólo podría ser el miedo al fracaso o el deseo de éxito, sino también el miedo al éxito. En este sentido, la participación en un deporte estaría en función de cuánto reduciría o satisfaría una necesidad en particular; claro que la motivación es algo que, para los seguidores de lo objetivo crea dificultad, puesto que sólo puede ser inferida²¹⁸.

²¹¹ Raúl Ramos Pollán, Antonio Hernández Mendo, *op.cit.*, Barbara Wood, *op.cit.*

²¹² J. K. Graydon, *op.cit.*

²¹³ P. A. Rudik, *op.cit.*

²¹⁴ Guillermo Pérez, Jaume Cruz y Josep Roca, *op.cit.*

²¹⁵ Barbara Wood, *op.cit.*, J. K. Graydon, *op.cit.*, Raúl Ramos Pollán, Antonio Hernández Mendo, *op.cit.*

²¹⁶ J. K. Graydon, *op.cit.*

²¹⁷ Cit. en *idem.*

²¹⁸ *Idem.*

Finalmente, una mirada distinta nos llega desde el desglose de Rudik²¹⁹, quien reconoce, por principio que los motivos son dinámicos, por ende evolucionando en las tres etapas de la participación (inicio, especialización y maestría deportiva), y los divide en dos: indirectos y directos. Los primeros se refieren a la obtención de fortaleza, vigor o salud, a la preparación deportiva como medio para formarse, al sentimiento del deber con su país y a la importancia social que se adquiere. Los directos se refieren a ganarse el adjetivo de audaz, al record o a la victoria, al placer de la competición o a la necesidad orgánica que se genera en la etapa de especialización, al placer estético del movimiento, o al motivo muscular, es decir, por el movimiento mismo. Sin duda esta revisión nos lleva por un camino diferente el cual entre líneas nos sugiere más conceptos que tomaré más adelante: la salud, el deber con el país, y el placer del movimiento por sí mismo y por su estética.

Antes de pasar al movimiento como tópico en el cual se entrecruzan todavía más teorías con las que se conforma la psicología deportiva es necesario atravesar brevemente por capacidades como el razonamiento considerado importante por Rudik²²⁰ por cuanto permite el aprendizaje de la técnica y la táctica; es conveniente conceptualizar a la técnica como la percepción correcta de orientaciones espacio-temporales y a la táctica como el entenderse con otros para un fin deportivo²²¹. Tomando esto en cuenta, la importancia del razonamiento se vuelve evidente por requerir la incorporación de conceptos al vocabulario de la disciplina respecto a elementos del movimiento, así como para lograr maestría táctica usando y evaluando, para elaborar un plan, la concreción en acciones, la rapidez, la reacción de emoción y volición y el análisis y la nitidez de la experiencia²²². No está de más colar aquí a la atención o la concentración, otro de los procesos retomados por la literatura por el obvio valor que cobra para la consciencia y posterior valoración de la experiencia (en donde entran tanto el plan táctico como la teoría de la atribución) e incluso al intervenir en la ansiedad y la agresión.

²¹⁹ *Op.cit.*

²²⁰ *Op.cit.*

²²¹ Guillermo Pérez, Jaume Cruz y Josep Roca, *op.cit.*

²²² P. A. Rudik, *op.cit.*

Para esto también se ha delineado una teoría de la atención que comienza con su capacidad; es decir, definiendo que tiene un límite y que es selectiva, por lo que se puede decidir en qué se enfoca (o concentra) uno²²³. En la teoría aludida también se comenta la acción que tiene la activación en la atención basándolo en 3 aspectos: la capacidad atenta, el campo atento y la interocepción, propiocepción y exterocepción. En el primero se maneja que, a medida que aumenta la activación, la capacidad atenta aumenta, de la misma forma, si una disminuye, la otra también. En el segundo se habla de amplitud o estrechez del campo atento, variable con el grado de maestría del atleta en una actividad específica, es decir: a mayor habilidad, menor atención requerida. Por último, el tercero nos habla de si la atención se enfoca en lo interno, en el movimiento o en lo externo, respectivamente²²⁴.

Podemos decir que existe efectividad atenta cuando una persona puede transitar entre los dos últimos rubros (tomados a manera de ejes o dimensiones) a voluntad. Por esto mismo es que se vuelve importante en el control de la ansiedad o la agresión: redirigir la atención a otro aspecto de la situación es precisamente una de las intervenciones que se hacen para la reducción de la agresión²²⁵, el enfocarse en disminuir la frecuencia respiratoria, en el manejo de la ansiedad²²⁶, también es redirigir la atención y para tratar ambas emociones se sugiere el relajamiento a través de varias técnicas como el Relajamiento Muscular Progresivo, la hipnosis o la meditación²²⁷. Sencillamente la atención es esencial para que el deportista esté consciente de sí en sus resultados, en sus emociones, acciones y pensamientos, y en el lapso anterior, durante y posterior a la competencia; por desgracia el tratamiento de la atención y la conciencia en la literatura de psicología del deporte, y

²²³ Barbara Wood, *op.cit.*, Guillermo Pérez, Jaime Cruz y Josep Roca, *op.cit.*, Raúl Ramos Pollán, Antonio Hernández Mendo, *op.cit.*

²²⁴ Milagros Arteaga Checa, Virginia Viciano Garofano, Julio Conde Caveda (coord.), *Desarrollo de la expresividad corporal. Tratamiento globalizador de los contenidos de representación*, España, INDE, 1999.

²²⁵ Barbara Wood, *op.cit.*

²²⁶ *Idem.*

²²⁷ *Idem*; también se encuentran estas técnicas en intervenciones cotidianas y sus descripciones pueden revisarse tanto en Vicente E. Caballo, *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*, España, Siglo XXI Editores, 1993, como en Dennis Coon, *Fundamentos de Psicología*, México, International Thomson Editores, 1998.

debería ser eso fuente de alarma, tomando en cuenta la aseveración de Pérez, Cruz y Roca²²⁸: esta consciencia de sí es, nada más y nada menos, que una de las tres condiciones básicas del entrenamiento psicológico.

Afín a la atención encontramos a la percepción y a la sensación; hasta en el poco tratamiento que reciben por parte de la psicología del deporte son afines. De nuevo entramos al terreno de la atención desde donde regreso brevemente a la interocepción y a la propiocepción para hacer patente una vez más la escisión discursiva. Tras buscar este tema entre la literatura disponible sobresalen algunas menciones más bien someras en múltiples textos actuales; excepción parcial de Rudik²²⁹, quien no es ni somero ni actual. Aunque el análisis que nos ofrece tampoco es de lo más extenso, nos lleva a un apartado de sensaciones y percepciones en el deportista dividiéndolas en tres: motrices, de equilibrio y táctiles-orgánicas²³⁰. Las motrices hacen referencia a las sensaciones de tensión muscular y dan cuenta del esfuerzo, de la resistencia propia (tensión), la duración del movimiento, la velocidad y de la resistencia de un obstáculo a superar. Las sensaciones de equilibrio son dependientes al analizador vestibular en el oído y pueden entrenarse con la aceleración y con los giros. Las sensaciones táctiles y músculo-motoras pertenecen a las percepciones y relaciones espaciales, mientras que las orgánicas “señalan el estado del propio aparato motor [...] son reflejo subjetivo del estado y obedecen a los procesos de la alimentación y el metabolismo, van siempre acompañadas de sentimientos elementales que son inseparables de las sensaciones orgánicas, constituyendo tonos sensoriales originales de las mismas. La importancia de las sensaciones orgánicas y de los sentidos relacionados con ellas consiste en que reflejan el estado físico del órgano en funcionamiento y de todo el cuerpo y constituyen la base del estado físico general, que juega un papel muy importante en la ejecución de los ejercicios físicos”²³¹.

²²⁸ Guillermo Pérez, Jaume Cruz y Josep Roca, *op.cit.*

²²⁹ *Op.cit.*

²³⁰ *Idem*

²³¹ P. A. Rudik, *op.cit.*, p.51

La perspectiva cambia en autores más recientes de psicología deportiva, como en el texto de Guillermo Pérez, Jaume Cruz y Josep Roca²³², de donde retomo el citado a modo de comparativa: “todas las reacciones orgánicas son básicas para poder construirse la adaptación psicológica. De una forma especial, lo son todas las reacciones sensoriales de los sentidos clásicos: visión, gusto, olfato y tacto; pero también – sobre todo en nuestro mundo de la especialización motriz deportiva – los sentidos que reaccionan a los cambios en los desplazamientos globales del organismo y a los cambios en la fuerza, la tensión y la dirección de las articulaciones: sistema vestibular y órganos sensoriales situados en los músculos, los tendones y las articulaciones”²³³. La integración que Rudik propone de las sensaciones orgánicas y los sentimientos elementales queda excluida.

Esto ocurre aún más al tomar en cuenta la teoría del circuito cerrado (en el contexto de las neurociencias y en el lenguaje informático de diagramas de flujo) la cual se centra en el movimiento, clasificando los sistemas en circuitos abiertos o cerrados según la relación de la información que se presente entre el sistema ejecutivo o centro de toma de decisiones y el sistema efector o musculatura; siendo un circuito abierto aquel en donde el feedback sensorial sea demasiado lento para permitir una corrección en el transcurso de la acción, a diferencia del circuito cerrado en donde la duración de la acción sí permite la modificación del acto motor. En todo caso, ambas contemplan una referencia de corrección que “permite realizar aportes en la acción en caso de un error. La referencia de corrección está constituida por las consecuencias sensoriales recuperadas por la memoria de reconocimiento. Se trata de una imagen mental ideal de la acción, en la que se integran las informaciones derivadas de los distintos analizadores y que ejercita un control de anticipación de feedback al preparar al sistema efector para la confrontación con informaciones reaférentes”²³⁴. Al parecer esta teoría sí contempla la escisión entre los sentimientos

²³² *Op.cit.*

²³³ *Idem*, p.56-57

²³⁴ Roberto Besi, Claudio Robazza, “Los sistemas de control”, p.125, en Stefano Tamorri, *Neurociencias y deporte. Psicología deportiva. Procesos mentales del atleta*, España, Paidotribo, 2004, pp.125-132.

elementales y las sensaciones orgánicas; pareciera incluso que se trata de un cuerpo con sensaciones y sin emociones.

Visto todo lo anterior, uno no deja de preguntarse desde dónde se habla de la patología o los beneficios del deporte, si la literatura – la cual cabe decir que no se considera abundante ni suficiente por algunos autores²³⁵ - evoluciona mayormente en la dirección del análisis sin integración. Por suerte los tópicos para esta disciplina continúan generándose y la búsqueda de marcos teóricos sigue para explicar fenómenos de aparentemente reciente interés como son el deporte como espectáculo²³⁶, las consecuencias en los otros actores del deporte, llámese: directivos, entrenadores y reguladores, y para el bienestar del deportista, ya no sólo de alto rendimiento, sino también del practicante amateur²³⁷. Este último tema cobra particular importancia en vista de la radiografía del deporte en la que sale a relucir la similitud del principio de rendimiento con los sistemas de producción de riqueza y de conocimiento que hasta ahora predominan a modo de un paradigma: el cambio de enfoque puede retomarse en el ser humano, no como una filosofía erudita o como un concepto eminentemente antropocentrista, sino como un espacio en el que confluyen la infinidad de factores que lo conforman y deforman (algunos de los cuales se han reseñado brevemente en este trabajo) y, más particularmente, en la situación actual del mundo; ya no podemos permanecer ajenos al sinfín de relaciones complejas que se articulan en la vivencia cotidiana, y en las vivencias de los participantes de prácticas corporales (como el deporte, las artes marciales e incluso la danza) que también son expuestos a los cambios en el panorama deportivo como son el aumento de los ingresos de algunos atletas, así como el reconocimiento de su trabajo, el aumento en el interés y los diversos tipos de interacciones entre los aficionados, el poder de los medios de comunicación y, como ya he dicho, el uso de

²³⁵ Alberto Muñoz Soler, *op.cit.*, Raúl Ramos Pollán, Antonio Hernández Mendo, *op.cit.*

²³⁶ Aquí incluyendo a espectadores y reporteros; no creo, por ejemplo, que los desaires que pueden leerse reportados al final de la primera época de la revista Cinta Negra no lleven alguna consecuencia emocional para quien los haya vivido de primera mano.

²³⁷ Guillermo Pérez, Jaume Cruz y Josep Roca, *op.cit.*, Raúl Ramos Pollán, Antonio Hernández Mendo, *op.cit.*, J. K. Graydon, *op.cit.*

los resultados deportivos como propaganda política²³⁸. La configuración no puede menos que evitar el simplismo.

Un poco de este impulso por considerar más factores es lo que ha llevado a los mismos investigadores a cuestionar los beneficios del deporte, aunque, valga la aclaración, su relativamente reciente inclusión al paisaje, hace de este un campo fértil para la exposición y debate de los resultados obtenidos u observados, al igual que sus métodos. De arranque es imprescindible mencionar que dos posicionamientos son notorios, ambos tratando de encontrar alguna relación entre los beneficios reportados y la práctica deportiva. Una advertencia se nos presenta al hablar de estas ventajas: las exageraciones están a la orden del día. Como ya hemos revisado, se le ha atribuido ser incluso el freno de la decadencia social a través del juego y a eso se le agrega ser escuela de continencia y castidad, de curar de todos los errores y vicios que alteran al cuerpo, o de procurar el bienestar psicofísico²³⁹. Aunque, más que exageración preferiría apelar de nuevo al simplismo, por la escisión discursiva.

La primera de las dos posturas reporta como beneficios del deporte la reducción del colesterol y la baja de la hipertensión²⁴⁰, pero por más que se reporte esto, en un estudio hecho en Estados Unidos y Canadá, los resultados arrojan que sólo el 20% de la población practica alguna actividad con la regularidad y frecuencia para poder encontrar este beneficio. Otro de los beneficios reportados es la prevención de osteoporosis por fortalecer los huesos, además de alargar y mantener el lapso de fuerza muscular y el corto tiempo de reacción²⁴¹; por el lado de la salud mental, afecta los estados de humor, además de mejorar el estado de las personas con ansiedad o depresión²⁴², siempre y cuando los niveles de ejercicio se mantengan a largo plazo; se menciona que la sensación de habilidad en algo, la interacción con otros y la secreción de serotonina y dopamina son factores relevantes. A esto hay

²³⁸ Guillermo Pérez, Jaume Cruz y Josep Roca, *op.cit.*, Raúl Ramos Pollán, Antonio Hernández Mendo, *op.cit.*

²³⁹ Alberto Muñoz Soler, *op.cit.*

²⁴⁰ Barbara Wood, *op.cit.*

²⁴¹ *Idem.*

²⁴² *Idem.*

que sumar que estos estudios han inspirado programas para mejorar la calidad de vida en la vejez y para sectores desprotegidos²⁴³.

El otro posicionamiento intenta abarcar otras relaciones sin descuidar las anteriores, agregando, con base en los resultados de un programa deportivo aplicado en instituciones psiquiátricas, no sólo mejorar los trastornos de interacción, sino también de comunicación, percepción del esquema corporal y modificar algunos aspectos distímicos²⁴⁴, también es notorio el aumento de las secreciones de beta-enferrina, leucoencefalina, además de otros neuropéptidos y catecolaminas cerebrales; lo curioso es que no correlacionan con medidas hechas con psicometría²⁴⁵. A la larga también se mejorarían los procesos funcionales de adaptación (afrontamiento)²⁴⁶ además de beneficiar la consolidación del espacio de significación interna²⁴⁷ y crear su propia significación²⁴⁸. Otros beneficios son la adecuación progresiva del cuerpo al modelo físico aceptado socialmente²⁴⁹ y las sensaciones de libertad, placer, reducción de ansiedad²⁵⁰ y adicción positiva al ejercicio²⁵¹. La postura también hace énfasis en que el deporte requiere un entrenamiento especial y sistemático²⁵², con una intensidad y actividad adecuada, es decir, con cargas de trabajo coherentes con la capacidad y cualidad física para que el practicante efectivamente se sienta mejor.

Tras esto se quiere decir que el deporte es una acción de la totalidad del practicante, afectando a sus niveles de organización biológica (células y órganos) por ser una entidad personal, unitaria e históricamente irrepetible²⁵³. Sin embargo no todo se trata de los beneficios de la práctica deportiva en su generalidad, sino que

²⁴³ Raúl Ramos Pollán, Antonio Hernández Mendo, *op.cit.*

²⁴⁴ Alberto Muñoz Soler, *op.cit.*

²⁴⁵ *Idem*; uno se pregunta entonces si las teorías y métodos usados permiten ver la relación que se busca.

²⁴⁶ *Idem*

²⁴⁷ *Idem*

²⁴⁸ *Idem*

²⁴⁹ Alberto Muñoz Soler, *op.cit.*, J. K. Graydon, *op.cit.*

²⁵⁰ Alberto Muñoz Soler, *op.cit.*

²⁵¹ Alberto Muñoz Soler, *op.cit.*, P. A. Rudik, *op.cit.*

²⁵² P. A. Rudik, *op.cit.*

²⁵³ Alberto Muñoz Soler, *op.cit.*, Kalinin, cit. en P. A. Rudik, *op.cit.*

hay que recurrir también a los niveles (intensidades y frecuencias) en los que se está desempeñando. Para evitar simplicidad en nuestras consideraciones, Soler nos hace una última advertencia sobre la alta competición: “no sólo no puede ser considerada como factor de prevención de los trastornos de la conducta de quien la practica sino que, además, como ya se ha señalado en otro lugar de este libro, ésta posee la cualidad de ser eminentemente patogénica, tanto para el soporte orgánico del deportista como para su actividad psíquica”²⁵⁴. Esto no difiere mucho de los resultados que crean las otras vertientes del paradigma (de la segmentación sin síntesis) en las personas.

Incluso desde esta segunda postura, se siente la herencia de los años 60 en la psicología del deporte: finalmente toma al modelo médico como una base sobre la cual estructurar una explicación del mundo²⁵⁵ y hemos de recordar que esta epistemología desde su inicio nos conduce por los caminos de las escisiones. También se vuelve notorio un ánimo mecanicista al leer algunos textos dentro de la primera postura: a pesar de que reconocen que es necesario hacer una psicología del deporte para el ser humano en lugar de una psicología para el deporte para el rendimiento, se leen las pretensiones de lograr una psicología que pueda ayudar a conocer todas las respuestas posibles de un deportista para “lograr una predicción y una explicación de los resultados óptimos”²⁵⁶ o para realizar una investigación relevante para el deporte.

Sin cuestionar el principio del rendimiento, la psicología deportiva simplemente toma la forma del primero, con todo y las confusiones que hereda el deporte en su marco histórico social. Y es lo que hemos visto al hablar de agresión en la psicología del deporte y en el deporte como agonismo, de las múltiples posibilidades semiótico-somáticas (psicosomáticas) de la actividad física intensa reducidas a un circuito, de la relación del deporte como otredad al trabajo y de los problemas del alto rendimiento, de la gratuidad del deporte y de la adicción positiva al deporte, al igual

²⁵⁴ Alberto Muñoz Soler, *op.cit.*, p. 183.

²⁵⁵ Raúl Ramos Pollán, Antonio Hernández Mendo, *op.cit.*

²⁵⁶ Raúl Ramos Pollán, Antonio Hernández Mendo, *op.cit.*, p. XVIII

que la mirada cristiana de reprobación a la fuerza y el curioso olvido del cuerpo-emoción en actividades en un contexto de actividad física en donde lo más evidente es la intensidad emocional de sus cuerpos. Es muy claro que la psicología del deporte todavía orienta sus esfuerzos al utilitarismo evidente del rendimiento (resultados o ejecución)²⁵⁷, de la vistosidad, la reducción del dolor (paliar en lugar de curar)²⁵⁸, por supuesto, olvidándose del deportista que se ejercita de formas no competitivas²⁵⁹, y sobreponiéndose al hecho de que el entrenamiento para rendimiento progresivo se traducirá en “modificaciones comportamentales, con diferentes resonancias somáticas y viscerales o, si se quiere, psicosomáticas, las cuales, en su conjunto, conforman lo que diferentes autores han venido a denominar como la sintomatología de la competición”²⁶⁰.

No puede hacerse más evidente la necesidad de un cambio de paradigma que nos lleve a considerar los factores personales, culturales, históricos, políticos e incluso geográficos que se vierten en una práctica y su estudio orientado a la intervención en beneficio de las personas que realizan prácticas corporales: en su malestar, bienestar y desarrollo²⁶¹, no importando si participa en procesos competitivos de alto rendimiento o no. Un marco general resulta insuficiente al notar esta serie de relaciones y necesidades alrededor del practicante de Tae Kwon Do, pues ahí no existe una relación que directamente involucre todos estos factores. También a lo largo del capítulo he dado pie a considerarlo: la persona construida como la replicadora del fantasma cultural, de los procesos evolutivos, lingüísticos, de la historia... pero todo esto se perdería en metafísica de no tener en cuenta el espacio primordial, necesario para la concreción de toda esta sopa que tanto he cruzado en la teoría: el cuerpo²⁶².

²⁵⁷ Guillermo Pérez, Jaime Cruz y Josep Roca, *op.cit.*, Raúl Ramos Pollán, Antonio Hernández Mendo, *op.cit.*

²⁵⁸ *Idem.*

²⁵⁹ J. K. Graydon, *op.cit.*

²⁶⁰ Alberto Muñoz Soler, *op.cit.*, p. 39

²⁶¹ Alberto Muñoz Soler, *op.cit.*, Raúl Ramos Pollán, Antonio Hernández Mendo, *op.cit.*, Guillermo Pérez, Jaime Cruz y Josep Roca, *op.cit.*, Sergio López Ramos, *El Cuerpo Humano y sus Vericuetos*, México, Miguel Ángel Porrúa, 2006.

²⁶² Sergio López Ramos, “Una aproximación a la epistemología de lo psicosomático”, en *idem*, (coord.) *Lo Corporal y lo Psicosomático. Reflexiones y aproximaciones III*, México, CEAPAC, 2003, pp.19-29.

Más aclaraciones necesitan externarse antes de que el buen lector divague por los celosos caminos de la fisiología y la medicina, y es que con todo lo revisado en términos de psicología del deporte son observables múltiples intentos de relacionar la mente con el cuerpo, sin notar en primer lugar, que la mente no puede manifestarse sin cuerpo, ergo, la mente ya está relacionada en el cuerpo. Pequeño detalle. En vista de estos intentos a la par puede notarse otra de las palabras clave que le pueden dar sentido al embrollo que se crea con las tantas observaciones hechas: psicósomático. Pero esta vez escapa a la concepción tradicional de psicósomática, en donde una manifestación del cuerpo sin relación aparente con las posibles causas de orden orgánico (es decir, en el marco de la medicina alópata) se nombra psicógeno²⁶³ y se lleva el caso por un psicólogo o un psiquiatra. No, este no es el caso. Aunque, sin duda los procesos mórbidos son quienes han puesto el dedo en el asunto desde la occidentalidad, aquí me quiero referir al ser humano y a su constitución como *totalidad psicósomática*²⁶⁴; es decir – como he dicho ya en el primer capítulo – a lo Corporal. Esto intenta decir que el deportista, o cualquier ejemplar de la especie humana, está construyendo su propio cuerpo con la cultura que vive y que crea moldes de expresión de emociones, de formas de relación con otros, de formas, porciones y tiempos del comer, de los significados de sus secreciones corporales, de las posesiones, de sus deseos, y en general de todas las vivencias del diario acontecer²⁶⁵.

Para muchos resulta obvio admitir que el ser humano es resultado histórico-cultural y que la revolución de los tiempos y el desbocamiento cultural hacen sus estragos en él; lo difícil es que admitan que los procesos de salud y enfermedad tienen también todo que ver con esta condición histórica y cultural. Durante todo este capítulo he expuesto la construcción del deporte como una hipótesis de salud que a

²⁶³ José René Alcaraz González, “Creencias y procesos psicósomáticos”, en Sergio López Ramos, (coord.) *Lo Corporal y lo Psicósomático. Reflexiones y aproximaciones III*, México, CEAPAC, 2003, pp. 69-86; Aline Olivares Flores, “Gastritis y ansiedad”, en Gerardo Abel Chaparro Aguilera e Irma Herrera Obregón (coord.), *Una Aproximación al Proceso Órgano-Emoción I*, México, CEAPAC, 2008, pp. 71-82.

²⁶⁴ Sergio López Ramos, “Las enfermedades psicósomáticas: una interpretación”, en *idem*, (coord.) *Lo Corporal y lo Psicósomático. Reflexiones y aproximaciones I*, México, CEAPAC-Plaza y Valdés, 2002, pp. 23-34.

²⁶⁵ Sergio López Ramos, “Introducción”, en *idem*, (coord.) *Lo Corporal y lo Psicósomático. Reflexiones y aproximaciones III*, México, CEAPAC, 2003, pp.13-17.

pocas conclusiones ha llegado de la mano de sus principios regidores, y esto nos ayuda también a comprender desde dónde se nos está hablando y sobre qué supuestos y procesos históricos descansa la epistemología de la desarticulación²⁶⁶. “Hasta aquí podemos ver que no está claro dónde se encuentra el problema de lo psicosomático, son aproximaciones que se sostienen en una epistemología que tiene conceptos de *cuerpo*, *naturaleza*, y *salud* atomizados, es decir, el hombre es sacado de su naturaleza y fragmentado en su naturaleza social”²⁶⁷.

La idea que se intenta exponer aquí es de una profunda relación entre todas las partes del Todo al cual, como cuerpo, inevitablemente pertenecemos; se ha dicho poéticamente que somos polvo de estrellas²⁶⁸. Esta concepción es imposible de visualizar sin pensar en un proceso, un dinamismo que ha operado en la fluidez de los cambios del universo: el Big Bang, la formación de las galaxias y las estrellas, la formación y enfriamiento de la Tierra, el inicio de sus estaciones (rotación y traslación), los océanos, el inicio de la vida, procariontes, eucariontes, fotosíntesis, plantas, cadenas alimenticias, biomas, vertebrados, anfibios, reptiles, mamíferos, primates, ser humano, emociones, estaciones, palabras, culturas, sentimientos, años, historia, más biomas... más estaciones; la luz del Sol sigue llegando a la Tierra. La vida es un proceso continuo, dinámico, que sigue su propio equilibrio en los innumerables procesos que la hacen posible y de los cuales, hasta hace algunos siglos, no habíamos sido fuertes agentes modificadores. Somos resultado de ese proceso y de nuestro propio proceso; es de esperar que si alteramos el proceso formador, también nos alteremos a nosotros mismos. No en vano decimos que los sucesos que se han venido dando en nuestro país (y en el planeta) en las últimas décadas han cambiado ostensiblemente nuestra conformación como personas: “son nuevos los procesos que genera un sujeto en la ciudad, alejado de la tierra, de los árboles, de un aire limpio, con agua llena de metales pesados cuya eliminación es difícil al riñón y un alimento rico en proteína animal; se omiten de la dieta las

²⁶⁶ Sergio López Ramos, “Una aproximación a la epistemología de lo psicosomático”, en *idem*, (coord.) *Lo Corporal y lo Psicosomático. Reflexiones y aproximaciones III*, México, CEAPAC, 2003, pp.19-29.

²⁶⁷ *Ibid.*, p. 23.

²⁶⁸ Norma Delia Durán Amavizca, *Cuerpo, Intuición y Razón*, México, CEAPAC, 2004.

verduras y la fruta, se prioriza el azúcar blanca en todas sus presentaciones, y la carne se hace estatus y modo de vida”²⁶⁹.

Entendemos que el ser humano ya no crece en relación directa con el ambiente natural; es más, a partir de su formación cultural se ha inventado uno artificial (teóricamente, a su medida), pero no importa cuánto lo modifique conscientemente, el sol sigue saliendo por el mismo este. No puede pretender ignorar su historia filogenética. Dicho esto, es necesario establecer que los principios de equilibrio dinámico y de totalidad (o no-separación) guían la visión del cuerpo como un microcosmos que de ninguna manera se formó al exilio de los ciclos de la naturaleza²⁷⁰; de ahí que no sea extraño que las frutas como la guayaba, la naranja y demás cítricos, que son quienes más aportan vitamina C (importante para prevenir problemas estacionales de las vías respiratorias) crezcan en invierno, justo cuando el riesgo de presentar algún padecimiento del sistema respiratorio aumenta. La relación entre los seres vivos finalmente es de cooperación; establecen entre sí el principio de la vida. Desde este punto necesitamos partir no sólo a una nueva epistemología, sino a una cosmovisión que abarque estos aspectos y efectivamente funja como otredad a la occidentalidad ultrarracional fracturante.

La necesidad nos lleva hasta China, en donde la relación del ser humano con la naturaleza se derrama sobre incontables aspectos que han forjado su civilización desde sus inicios – lo sigue haciendo a la fecha – en términos de medicina, filosofía, arquitectura, escritura y culinaria, por mencionar algunas esferas. Las relaciones son tan explícitas que pecarían de simples de no ser porque ahora ya no las entendemos. Para ello baste un ejemplo de la antigüedad: en el Libro de los Versos (Che King) y el Libro de los Ritos (Li King) – ambos, cánones desde los albores de la sociedad china – describen a base de poemas las prohibiciones invernales entre hombre y mujeres “solteros” durante el invierno. Uno podría pensar tajante y

²⁶⁹ Sergio López Ramos, “Introducción”, en *idem*, (coord.) *Lo Corporal y lo Psicosomático. Reflexiones y aproximaciones III*, México, CEAPAC, 2003, p.14.

²⁷⁰ Sergio López Ramos, “Una aproximación a la epistemología de lo psicosomático”, en *idem*, (coord.) *Lo Corporal y lo Psicosomático. Reflexiones y aproximaciones III*, México, CEAPAC, 2003, pp.19-29.

juiciosamente que eso es un asalto a la libertad, pero adquiere un nuevo sentido si se toma en cuenta que el invierno y el hielo obligan a la gente a refugiarse, que en la primavera, a la llegada de las aves migratorias, los jóvenes se emparejaban y hacían sus esponsales alrededor de grandes fiestas antes de comenzar el duro trabajo de la siembra; y en el otoño, en tiempo de cosechas y de abundancia, era tiempo de cumplir con dichas promesas de familia²⁷¹. El mundo natural era el paisaje en el que se injertaba el mundo social; no había separación y conservaron esa relación en su visión del ser humano, es decir, del cuerpo: “los médicos chinos consideran el cuerpo humano como un microcosmos del universo global, y no establecen ninguna distinción entre <<naturaleza>> y <<naturaleza humana>>, como en el dualismo occidental”²⁷².

Como vemos en la actualidad, sólo basta voltear alrededor nuestro para darnos cuenta que el ambiente natural ya no es el trasfondo esencial a nuestros símbolos y ritos. Invariablemente en estos tiempos y en cualquier estación del año uno puede comprar mangos en los usuales mercados o supermercados. Nuestro desequilibrio con los ciclos naturales también altera los ciclos naturales provocando erosión en tierras y pieles por igual. Esta relación es contemplada por los chinos desde estadios muy tempranos de su civilización. En el Libro de la Historia (Chu King) – uno de los seis libros canónicos (junto con el Che King y el Li King) – se encuentra un capítulo denominado Hong Fan, con fecha de escritura calculada entre los siglos IX y X a. C. en el cual se encuentra la teoría de los cinco elementos orientados, que basados en este principio de totalidad y no-separación, “establece una tabla de correspondencias entre los elementos, los puntos cardinales, los colores, las emociones y determinados órganos del cuerpo (las cinco vísceras), etc.”²⁷³ Esto significa que las relaciones entre los órganos en el macrocosmos se replicarán en el microcosmos (el cuerpo). Lo que nos deja no con una visión de un

²⁷¹ Nicole Vandier-Nicolas, *op.cit.*

²⁷² Daniel Reid, *op.cit.*, p. 31

²⁷³ Max Kaltenmark, “La religión de la antigua China”, en Henri-Charles Puech (coord.), *Las Religiones Antiguas Vol. III*, México, Siglo XXI Editores, 1977, p. 304

cuerpo biológico o emocional que exista aislado de su ambiente; al contrario, es una visión en la que lo que le ocurra al ambiente, le ocurrirá al cuerpo y viceversa.

Por supuesto, para el concepto de equilibrio dinámico, el pueblo chino también produjo una teoría bastante mencionada: la de las polaridades Yin-Yang. De acuerdo a ella, todo lo que está en el universo tiene un aspecto Yin y otro Yang, que tanto se repelen como se atraen y sus intercambios son la fuerza del devenir del universo. Lo más interesante de esta visión es que, aunque se asocie a lo Yang con el calor, la sequedad, la luz, la actividad masculina y al Yin con el frío, la humedad, la obscuridad y la pasividad femenina, entre tantas otras relaciones, la naturaleza Yin o Yang de algo es relativa y siempre contendrá la una el principio de la otra²⁷⁴. De forma que “cuando alguno de los dos elementos se encuentra ausente (relación recíproca del Yin y el Yang), la vida termina”²⁷⁵. Y aquí es tiempo de sacar al entendimiento explícito aquello que entre líneas se teje para no desorientarnos en el universo conceptual que hasta ahora he expuesto: “el invariable principio que preside las mutaciones incesantes es designado por los chinos con la palabra *Tao*: <<Una [vez] *Yin*, una [vez] *Yang*, eso es el *Tao*>>”²⁷⁶; ese mismo *Tao* del que hablamos junto con su homólogo coreano: la partícula *Do*. El lector perspicaz habrá notado ya la insuficiencia de nuestro concepto occidental de deporte frente a esta vastedad.

Ahora bien, regresando a la cosmovisión china y tomando todo lo anterior en cuenta, obtenemos una concepción de la salud y la enfermedad que involucra al equilibrio dinámico de los aspectos claro y oscuro (o contradicción innata) que conforman todas las cosas, incluyendo a los cinco elementos y a sus relaciones dentro del cuerpo. Es a partir de la relación entre todo que puede hablarse de salud o enfermedad no como nociones separadas o incluso como entidades nosológicas definidas sino como procesos que se suscitan en el cuerpo a modo de un continuo, y que evocan a través de posturas, síntomas, tonos y volúmenes de voz, movimientos,

²⁷⁴ Erwin Möller, *ABC de la Acupuntura. Arte y ciencia de curar con agujas*, México, Panorama Editorial, 1994; Héctor O. Cabrera Foster, *Medicina Tradicional China y Acupuntura para Médicos*, México, Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, 2005.

²⁷⁵ Héctor O. Cabrera Foster, *op.cit.*, p. 29.

²⁷⁶ Nicole Vandier-Nicolas, *op.cit.*, p. 237.

sentimientos, olores, coloraciones, símbolos (etcétera), el estado del equilibrio dinámico propio, de su ambiente y de su cultura; reflejando el estado de su conformación personal en el mundo²⁷⁷. Visto así, no se puede uno ignorar la estrechez de la homogeneización de los tratamientos y diagnósticos de frente a la unicidad del individuo²⁷⁸. Entendemos entonces que la originalidad de un síntoma se crea por la originalidad de la persona y no puede tratarse efectivamente con una receta medicamentosa o únicamente psicológica²⁷⁹.

Precisamente esa es la analítica línea que sigue la definición de salud de la OMS del '86, la cual nos dice llanamente (y sin decirnos cómo recobrarla²⁸⁰) que la “salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social y no meramente la ausencia de enfermedad o de minusvalía. La salud es un recurso de la vida cotidiana, no el objetivo de la vida. Es un concepto positivo que subraya los recursos sociales y personales así como las capacidades físicas”²⁸¹. Y posterior a esta adornada y algo vacua definición, se nos arroja a: 1) el extravío de la pluralidad de significantes que se de seseen insertar en “bienestar”, 2) un mundo sin ambiente natural (ni problemas de escasez de recursos o sobreexplotación de ellos) dividido en físico, mental y social y 3) de una salud como un mero recurso para conseguir alguna desconocida meta (o deseo) en la vida; sin tomar al tanto que tal meta o deseo pueden atentar contra la vida misma. El concepto, junto con el tratamiento necesitan entonces ser mucho más completos y complejos: “en la llamada ‘medicina tradicional’ (v.g. acupuntura, herbolaria, masoterapia) se parte de un concepto de lo humano y su funcionamiento equilibrado (que puede equipararse con nuestro concepto occidental de *salud*) a partir del cual se identifican las causas y elementos que lo desequilibran –lo que podríamos traducir como *enfermedad* –, mientras que

²⁷⁷ Thorwald Dethlefsen, Rüdiger Dahlke, *La enfermedad como camino. Un método para el descubrimiento profundo de las enfermedades*, México, Random House Mondadori, 2005, Sergio López Ramos, *Órganos, emociones y vida cotidiana*, México, Editorial Los Reyes, 2006, Sergio López Ramos, *El Cuerpo Humano y sus Vericuetos*, México, Miguel Ángel Porrúa, 2006.

²⁷⁸ Sergio López Ramos, “Introducción” en *idem* (coord.), *Lo corporal y lo psicossomático. Reflexiones y aproximaciones I*, México, CEAPAC, 2002, pp. 15-20.

²⁷⁹ Sergio López Ramos, *El Cuerpo Humano y sus Vericuetos*, México, Miguel Ángel Porrúa, 2006.

²⁸⁰ José René Alcaraz González, *op.cit.*

²⁸¹ Carmelo Vázquez y Gonzalo Hervás, “Salud positiva: del síntoma al bienestar”, en *idem* (coord.), *Psicología Positiva Aplicada*, España, Desclée de Brouwer, 2008, p. 19

sus prácticas para equilibrarlo y mantenerlo así podemos entenderlas como ‘curación y prevención’²⁸².

La base, en efecto a veces es un tema difícil para cualquier curioso de esta visión oriental del universo, pues este equilibrio y totalidad no haden referencia a otra cosa sino a las dinámicas de la energía, la energía de la vida, el K’i²⁸³, el cual, como expresión del Tao, se supedita a las dinámicas polares Yin-Yang y no es ni más ni menos que la fuerza que hace funcionar a los órganos de la persona; es la “naturaleza del ser en su íntima espontaneidad”²⁸⁴. “De todos es sabido que el agua genera energía [...] el agua se mueve en nuestro cuerpo, la sangre es líquida, como un ejemplo de ello, y también genera energía que corre a lo largo y ancho del mismo con tranquilidad, como ríos, unas veces; se estanca como el agua de los pozos, otras; brota como manantiales y se mantiene en calma o en extrema furia como los mares”²⁸⁵. Esta energía, como parte del universo, se relaciona entre sí a través de las dinámicas posibles entre Yin-Yang y los cinco elementos de la cosmovisión china que son: madera, fuego, tierra, metal y agua²⁸⁶.

Tal y como ya hemos visto, la dinámica del principio de la vida es de cooperación, por lo que la primera relación posible entre dos elementos es la generación, en donde un elemento es madre del siguiente: la madera genera fuego, el fuego con sus cenizas genera tierra, la tierra comprimida genera metal, el metal deja filtrar el agua y el agua nutre a la madera²⁸⁷. En esta primera relación el ciclo no se consume y es la relación idónea para el equilibrio. Sin embargo, cuando un elemento empieza a acumularse o su energía deja de fluir, se dice que se estanca y, al igual que ocurre con los ríos estancados, se enturbian. Entonces inicia una

²⁸² José René Alcaraz González, *op.cit.*, p. 71

²⁸³ Sergio López Ramos, *Órganos, emociones y vida cotidiana*, México, Editorial Los Reyes, 2006, Daniel Reid, *op.cit.*, Héctor O. Cabrera Foster, *op.cit.*, Donatella Bergamino, Diego Meldi, *op.cit.*, Mónica S. Simone, Jorge Bertuccio, *El Ki: La esencia de las Artes Marciales*, Argentina, Kier, 2004.

²⁸⁴ Nicole Vandier-Nicolas, *op.cit.*, p.201

²⁸⁵ Norma Delia Durán Amavizca, *op.cit.*, p.63

²⁸⁶ Sergio López Ramos, *op.cit.*, Daniel Reid, *op.cit.*, Héctor O. Cabrera Foster, *op.cit.*, Donatella Bergamino, Diego Meldi, *op.cit.*, Mónica S. Simone, Jorge Bertuccio, *op.cit.*

²⁸⁷ Sergio López Ramos, *El Cuerpo Humano y sus Vericuetos*, México, Miguel Ángel Porrúa, 2006, Daniel Reid, *op.cit.*, Héctor O. Cabrera Foster, *op.cit.*, Mónica S. Simone, Jorge Bertuccio, *op.cit.*

segunda relación, que es aquella de dominación: la madera consume y agota a la tierra, la tierra enfanga al agua, el agua extingue al fuego, el fuego derrite al metal y el metal corta a la madera.²⁸⁸

La relación de generación nombra a los elementos como madres o hijos relativo al elemento que se tome de referencia, por ejemplo, el fuego es hijo de la madera, pero madre de la tierra; en la relación de dominación se les llama a los órganos como vencedor o vencido, el mismo fuego es vencedor del metal y vencido por el agua²⁸⁹. Pero aún así hay una tercera relación posible: la contradominancia. En este último caso un elemento ataca o domina a su elemento abuelo; el fuego en este caso no sería apagado por el agua, sino que esta sería evaporada por aquel; la energía del fuego es mucho mayor a la del agua y no hay ya equilibrio²⁹⁰. En marcada relevancia hago hincapié al lector de que cuando se habla de un elemento, se habla a la par de *todas las correspondencias* que este tenga con *todos los constituyentes del universo*.

Sin posponerlo más y para dar una idea más clara de las múltiples correspondencias entre el micro y macro universo, habrá que revisarlas por elemento y por categorías, de forma que comenzaré mencionando las relaciones en el siguiente orden: elemento, estación, clima, color, dirección, estadio del desarrollo, sonido, emoción, sabor, órgano de naturaleza Yin (también llamado Zang o sólido) y órgano de naturaleza Yang (llamado Fu o hueco)²⁹¹. Comenzando por la madera, esta tiene que ver con la primavera, el clima ventoso, el color verde, el este, el nacimiento, el grito, la cólera, el sabor ácido (agrio), el hígado como órgano Yin y la vesícula biliar como órgano Yang. Las asociaciones del fuego son con el verano, el clima caluroso, el color rojo, el sur, el crecimiento, el sonido de la risa, la alegría de vivir (o en su exceso, la inestabilidad emocional), el sabor amargo, el corazón como

²⁸⁸ *Idem*

²⁸⁹ *Idem*

²⁹⁰ Sergio López Ramos, *op.cit.*

²⁹¹ Aunque no son todas las correspondencias que existen, son las que considero que mejor ejemplifican a grandes rasgos la noción de totalidad; sin contar que, por el momento no tengo a la mano el equivalente occidental de algunas correspondencias como lo son las de las notas musicales, siendo cinco para la escala musical china y siete para la europea.

órgano Yin y el intestino delgado como órgano Yang. Para la tierra: mediados de verano, el clima húmedo, el color amarillo, el centro, la transformación, el sonido del canto, la obsesión, el dulce, el bazo y el páncreas como órganos Yin y el estómago como órgano Yang. Las correspondencias del metal son con el otoño, el clima seco, el color blanco, el oeste, la cosecha, el sonido del llanto, la tristeza, el sabor picante, los pulmones como órganos Yin y el intestino grueso como órgano Yang. Finalmente las del agua son con el invierno, el clima frío, el color negro, el norte, el almacenaje, el gemido, el miedo, el sabor salado, los riñones como órganos Yin y la vejiga como órgano Yang²⁹².

Todo esto tiene su origen manifiesto en el tratamiento de múltiples padecimientos a través de la historia de China por vía de la acupuntura, medio terapéutico que toma al ser humano como un sistema energético altamente complicado cuyas relaciones al interior y al exterior se conjugan en las correspondencias expuestas en las cinco actividades elementales y que también establece la localización de los puntos de intervención (puntos de acupuntura) con sus respectivas asociaciones (cinco elementos), consecuciones (canales, meridianos o Ching-Lo) y combinaciones para el tratamiento; por lo mismo también establece métodos diagnósticos, ciclos regulatorios, prácticas preventivas esenciales (meditación, Tai-chi o incluso artes marciales) y ambientes y alimentaciones propicias. El auge reciente que ha tenido esta disciplina no ha sido mera casualidad viendo la impotencia de la medicina alópata y de los tratamientos segmentados en general, ante los llamados padecimientos psicosomáticos como el asma, la gastritis, las alergias, la diabetes e incluso el cáncer²⁹³.

La enseñanza de los sistemas orientales surge: el espacio en donde todo esto se concreta está en el cuerpo²⁹⁴. Esta teoría de los cinco elementos (también

²⁹² Sergio López Ramos, *op.cit.*, Daniel Reid, *op.cit.*, Héctor O. Cabrera Foster, *op.cit.*.

²⁹³ De estos padecimientos se han escrito varias tesis de licenciatura y artículos de investigación publicados por CEAPAC y coordinados por el Dr. Sergio López Ramos y los Maestros Gerardo Abel Chaparro Aguilera e Irma Herrera Obregón.

²⁹⁴ Sergio López Ramos, *op.cit.*, Sergio López Ramos, *Órganos, emociones y vida cotidiana*, México, Editorial Los Reyes, 2006, Norma Delia Durán Amavizca, *op.cit.*

denominada teoría de las cinco actividades elementales²⁹⁵) no sólo explicita la metáfora en el cuerpo, sino que la comprueba y solidifica a través de la acupuntura, y del diagnóstico que logra hacer de las relaciones de generación, dominancia o contradominancia no sólo en la utilización de las agujas sino en todas las manifestaciones del cuerpo, como son la preferencia de algún sabor y con ello la alimentación, los estilos de crianza a los que fue sometido, las ideas y símbolos contruidos de la enfermedad, la salud, el cuerpo y la religión, los tratamientos a los que fue sometido, la utilización o disponibilidad de los espacios (hogareños, naturales, deportivos, culturales) dentro la casa y fuera de ella, las actitudes de género, las prácticas corporales (entre ellas, me interesa la visión particular del Taekwondo) y sexuales, así como el sentido que les ha dado, las relaciones interpersonales con amigos, profesores y la familia (entre otros) y, sobre todo, la relación emocional que tiene con todos estos elementos; para resumir, la revisión general con el marco filosófico y epistemológico de la acupuntura nos lleva a intentar aprehender la historia de la persona desde su vivencia personal relacionando todas las esferas que la conforman como persona, es decir, como *cuerpo*²⁹⁶. “La diferencia es la concepción de la palabra y su relación con los órganos y la emoción, conceptualizar la palabra como una posibilidad de comprensión del cuerpo basados en el principio de la relación órgano-emoción, que es donde se gesta la vida, entonces sí podemos decir que la palabra es una posibilidad de terapia de vida”²⁹⁷.

²⁹⁵ Daniel Reid, *op.cit.*

²⁹⁶ José René Alcaraz González, *op.cit.*, Sergio López Ramos, *El Cuerpo Humano y sus Vericuetos*, México, Miguel Ángel Porrúa, 2006; Sergio López Ramos, “Las enfermedades psicosomáticas: una interpretación”, en *idem*, (coord.) *Lo Corporal y lo Psicosomático. Reflexiones y aproximaciones I*, México, CEAPAC-Plaza y Valdés, 2002, pp. 23-34, Thorwald Dethlefsen, Rüdiger Dahlke, *op.cit.*

²⁹⁷ Sergio López Ramos, *Órganos, emociones y vida cotidiana*, México, Editorial Los Reyes, 2006, p.57.

3. RESULTADOS Y ANÁLISIS.

LA CONSTRUCCIÓN DEL PRACTICANTE DE TAE KWON DO

*“El retorno a sí mismo es el movimiento del Tao
y es por la debilidad del adepto
que el Tao se manifiesta.
Todas las cosas bajo el Cielo nacen del Ser
y el Ser nace del no-Ser”²⁹⁸*

Tras las teorizaciones anteriormente revisadas no queda más que exponer parte por parte las categorías que se han encontrado tras el proceso del análisis de las historias de vida de los practicantes. Para este fin 20 practicantes, de edades entre los 17 y los 43 años, se han ofrecido para narrar su vida desde el momento del embarazo (aquellos que han tenido forma de platicarlo con sus padres) hasta el momento actual. Uno de los requisitos que se estableció con los voluntarios fue aquel del tiempo de práctica. Seleccioné el mínimo de 4 años de práctica, equivalente al tiempo que tardaría una persona en llegar a la Cinta Negra desde el grado más básico. Las historias fueron registradas con ayuda de una grabadora digital Olympus WS-321M. Se realizó una base de datos con los tiempos estimados en cada grabación en el que cada temática llegaba a su clímax emocional para posteriormente condensar los eventos relevantes de distintos espacios (como casa, familia, escuela, etc.) en una matriz. En ella se resaltaron las vivencias comunes de los practicantes, estas formaron las categorías que son aquí abajo expuestas, muchas de las cuales encapsulan más subtemas por la variación particular (de espacios y circunstancias) de los practicantes. Aunque sin duda hubiera sido de mayor valor pedagógico plantearlos en términos históricos, es preciso decir que no todos los participantes han atravesado por los mismos procesos en edades similares, por lo que la presentación en este formato se enfrenta con esta imposibilidad. A cambio, las categorías citan los casos más evidentes de presentación de tal o cual circunstancia emocional en la vida de los taekwondoínes.

²⁹⁸ Lao-Tsé, *Tao Te King*, México, Editorial Tomo, 2006, p. 65, verso XL.

Como se ha manifestado ya en el capítulo anterior, la partícula Do es una variación fonética, mas no ideológica, del Tao chino, por lo que he optado por introducir, al inicio de cada categoría, fragmentos del Tao Te Ching, o, si el lector gusta de las traducciones, el Libro del Camino y su Virtud, escrito por Lao Tsé alrededor del siglo V a. C. La finalidad que persigue esta forma es la invitación al lector tanto al contraste como a la propuesta de una vía de reflexión de los procesos que se hacen evidentes en los practicantes y en sus mentores. Sin más demora y en términos generales, lo que se pone en evidencia aquí es la construcción de una fortaleza-coraza del yo de la cual el Tae Kwon Do forma una parte. Las ausencias, la descalificación, los reclamos y los abusos son algunas de las raíces a través de las cuales se nutre el practicante y su ego. La inquietud temprana de los mismos, las inseguridades que se entretajan aunadas a la vida competitiva y a la gratificación que se obtiene por medio de los logros académicos o deportivos va resultando en hacer del Tae Kwon Do un vehículo mayormente de ego y de abuso, más que de crecimiento o de resolución; a esto se suma el desborde de emoción al que se sujetan algunos de los profesores que les han enseñado y a través del cual fungen de maestros de su propio hedonismo.

Para evitar los vaivenes de hojas, a continuación se encuentra una tabla con los nombres ficticios de todos los practicantes que participaron en este proyecto, la edad que tenían al momento de iniciar las sesiones de historia de vida, el tipo de familia de origen y los años que practicaron o practican, según sea el caso. Cabe notar de inicio que 10 practicantes se han retirado del entrenamiento y uno más menciona que su ciclo como practicante está por concluir, siendo uno de los dos que todavía se dedican a entrenar para alguna actividad de expresión corporal: en este caso – Horacio –, para Artes Circenses y en el caso de Sandra, para Danza Árabe, Danza Aérea y Sensodanza.

Tabla de datos generales de los participantes

Nombre	Edad	Fam. de Origen	Años de Práctica
Liliana	24	Reconstituida	12 años y medio, 4 años de ellos dando clases
Jazmín	23	Divorcio	15 años, desde los 8 años de edad
Ruth	21	Nuclear	12 años; empieza Arte Marcial a los 4 años
Mariana	23	Divorcio	15 años, desde los 8 años de edad
Nuria	40	Nuclear	25 años; desde los 12 años
Sandra	24	Divorcio	5 años, aprox; desde los 11 años
Ifigenia	19	Nuclear	12 años; desde los 7 años
Vanessa	34	Extensa	8 años; tras terminar secundaria
Claudia	23	Divorcio	5 años, aprox; inicio de universidad y pasante
Amanecer	26	Divorcio	6 años, aprox; prepa hasta 6º semestre de univ.
Vianey	23	Reconstituida	1 1/2 año a los 13; 4 años en universidad
Cintia	22	Nuclear	5 años; a mediados de prepa
Yesica	22	Nuclear	5 años; 5ª primaria hasta fin de secundaria
Alejandro	21	Nuclear	9 años aprox; desde 2º Secundaria hasta univ.
Fernando	28	Extensa	10 años artes marciales: 4 años Tkd
Diego	33	Nuclear	25 años aprox; receso por accidente.
Remigio	43	Extensa	7 años; pausa de 2 1/2 años por fractura
Arturo	17	Nuclear	7-8 años
Omar	38	Nuclear	30 años
Horacio	26	Nuclear	12 años; desde los 14 años

Tabla 2. Condensado de los participantes del estudio. Se notará que los practicantes de sexo femenino sobrepasan la mitad de la población; siendo estas 13, más 7 hombres. También es de notarse que menos de la mitad de las mujeres provienen de familias nucleares; la situación se invierte con los practicantes de sexo masculino.

3.1 El embarazo: cultivos de destinos y distancias

*“Mis palabras tienen un Ancestro
y mis acciones, un Maestro”.*²⁹⁹

En esta categoría es plenamente visible el rechazo o la aceptación inicial de la madre o el padre al hijo o hija desde que se está en el embarazo; más allá, el embarazo parece estar permeado de una intencionalidad que define las relaciones con la persona desde el vientre. De esta forma podemos tener aquí unificados los dos lados del fenómeno, es decir: tanto los participantes que son abiertamente deseados y planeados como los que no. El proceso se vuelve completo y la visión de los padres, clara.

Diego

“ Pues ellos querían tener un hombre para... así como que para que cuidara las hermanas. (...) De hecho mi mamá tiene la pulserita que te ponen cuando naces (...) Nací en el hospital que está ahí, en Valle Ceylán. En ese entonces, así como que mi papá no creía que había tenido un hijo hombre. ”

En esta mirada el rol masculino, como ser protector, empieza no sólo como aprendizaje estrictamente hablando, sino también como transmisión por vía de la intención vertida en la concepción. Por medio de esta posibilitada visión a la intencionalidad podemos empezar a ver el proceso de construcción de personas que han sido planeadas no sólo para Ser, sino para ser héroes, ser cuidadores o ser sustitutos de un vacío emocional que se asienta en las vivencias anteriores de la madre o del padre.

Sandra

“ Primero nació mi hermano y luego nació una niña que se murió, o sea, nació muerta, y luego nací yo. Pues mi mamá me cuenta de su embarazo

²⁹⁹ *Ibid*, p. 100, verso LXX.

que... ella tenía muchas ganas de que yo naciera, por lo mismo, ¿no? porque se había muerto la anterior. Entonces conmigo estaba muy ilusionada: '¡ah, voy a tener una niña!'

El deseo que se vierte a una persona es también una forma de vincularse entre la madre y el hijo o hija. En una cultura en donde no sólo está bien desear, sino que se exagera el cumplimiento del deseo, la satisfacción como momento placentero se hace evidente: se satisface el deseo materno o paterno y se encuentra el placer de lo ideal. El hedonismo aparece vuelto moneda corriente y fin mismo de la vida. Por eso puede llegar a atentarse contra esta si aquel se viera amenazado. Este atentado bien puede no ser explícito y formarse como un reclamo o puede ser tan abierto como un intento de aborto.

Claudia

“ De hecho mi mamá no se dio cuenta que estaba embarazada de mí. Y... así como que cuando quiso abortar, ya no se pudo [ríe]. Nazco yo. Le da su crisis de ansiedad.

¿Su crisis de ansiedad?

Le da crisis de ansiedad: se pone muy nerviosa, se pone a temblar y ni siquiera puede entrar a la casa porque decía que no sabía qué iba a hacer con dos niñas.

El atentado a la vida vivida desde el lado de la madre deja ver también una profunda angustia que se resuelve sólo con el distanciamiento. Las emociones enfatizadas son vividas sin responsabilidad, prácticamente atribuyendo su causa a otro. Las decisiones que se toman con esta posición ante la vida pueden llevar a los padres a terminar de sembrar el distanciamiento entre estos y sus hijos a través de las actitudes consiguientes al evento, dejando ver entre los recovecos de su lenguaje corporal, sus acciones, sus palabras y hasta sus silencios, la intención y emoción con que se recibe al hijo en el mundo.

3.2 Silencios y gritos en el cuerpo

*“El Tao le da vida a todas las cosas;
la Virtud, las alimenta.
El medio les da forma;
las influencias, las perfeccionan”.*³⁰⁰

Por supuesto, la persona como ser vivo en formación es influida por los sentimientos de la madre en el mundo y hacia él, y aunque la voz no se use, el cuerpo encuentra las formas de expresar los reclamos. Entre los participantes cuyas madres no externaron el deseo o la planeación de tenerlos, muchos presentaron problemas en el embarazo y en el nacimiento. Nos enfrentamos también a la escisión en el discurso racional ya no sólo en la literatura, sino en el discurso de la persona; el deslinde de la responsabilidad de los sentimientos encuentra su excusa perfecta en el azar y en la genética.

Liliana

“ Más bien era que era así, que yo traía problemas congénitos, pero, o sea: yo, yo. (...)
Pero, ¿por qué dices que problemas congénitos?
¡Ah! Porque tuve una, lo que le llaman displasia en la cadera pero eso ya es genético.
O sea, ¿le pasó a tu mamá también?
No. (...) ¿Qué otro problema al nacer? Creo que... no me acuerdo si ”
neumonía o bronquitis, siempre sufrí de problemas respiratorios.

Al cambiar el paradigma también es posible ver una indecisión transmitida, al igual que una tristeza que hace cuerpo no en la madre, sino en el ser que se nutre de ella. Siguiendo la teoría de los Cinco Elementos, la emoción cumple su manifestación en este caso mermando la energía del pulmón. La falta de relación entre los múltiples eventos de la vida promueve también el desconocimiento del cuerpo propio y de sus propias dinámicas. Al disociar al cuerpo de uno mismo, es posible también disociar

³⁰⁰ *Ibid.*, p. 77, verso LI.

las emociones y, entre ellas, a los reclamos que la madre está generando no sólo hacia el padre, sino también hacia el hijo, rechazándolo, y hacia la vida misma.

Alejandro

“ Nada más que nació con una enfermedad extraña.

Tú naciste con una enfermedad extraña.

En ese tiempo duré como 2 meses en el hospital, creo.

Entonces hubo complicaciones, contigo.

Del embarazo, no, no tuvo ningún problema. Te digo, [mi mamá] no tuvo ningún dolor ni nada por el estilo pero cuando nació, nació... ¿cómo se llama? Bilirrubina, algo así. Se supone que es que la sangre del bebé y de la mamá no son compatibles y los anticuerpos de la madre atacan al hijo.

Ah, ya.

Sí, pero es algo [hace expresión de extrañeza]. (...) Dicen que no veía muy bien, que me tenían en una incubadora, algo así. Tuve un antifaz durante dos meses. Y que, no los dejaban ni que me vieran, que estuve muy delicado; que estuve a punto de morir. ”

Los padres, portadores de algún conflicto anterior al momento de la concepción y del alumbramiento (en el caso de la madre), también cargan con el desconocimiento de sí mismos en mayor o menor medida. El olvido de sí mismos que manifiestan los practicantes está anclado más atrás de ellos: en sus padres, para quienes las sensaciones del cuerpo forman un mundo desconocido; así no es de sorprender que las relaciones entre este mundo tan cercano y sus vivencias permanezcan en la penumbra del no-saber.

Nuria

“ Pues tanto yo como mi hermana fuimos sietemesinas, entonces, este, de hecho pues, no se veía el progreso del embarazo... no se veía que íbamos a nacer antes. (...) Y mi mamá se sentía mal y se sentía mal, ella fue a su revisión...

¿Cómo ‘mal’? ¿O sea como de náuseas o así...?

Ella decía que no sabía qué: ‘no puedo decirte qué tengo, pero me siento mal’, así era. (...) Para esto, pues mi mamá sufrió mucho tanto con mi hermana como conmigo de la vesícula, porque nos apoyábamos mucho en su vesícula; entonces era así como que: ‘¡ya!, ¡ya!, ¡ya, por favor...!’ ”

‘Ya salgan’

‘¡Ya salgan!’ [ríe]

La emoción y la intención se vuelven el vehículo con el cual la madre ejecuta sin saberlo su propio deseo; la escisión en los discursos aísla los símbolos de la biología, dejando hechos incomprensibles que provienen del cuerpo propio. Sin ir más lejos, la misma incomprensión alcanza posteriormente a los hijos, etiquetados desde el inicio con las denominaciones de su propia ansiedad, manifiesta como inquietud. Para las participantes la emoción ocurre en un ambiente con ideas de género rígidas del cual también se toma algo para la incorporación a sí misma: la forma de expresión.

Liliana

“ Siempre fui bien desmadrosa en la infancia... un chingo de energía. Me gustaba pegarle a la gente. ¡Era bien salvaje! (...) Como me crié mucho con mis tíos y eran hombres, jugaban a las luchas. ”

¿Los hermanos de tu mamá?

Los hermanos de mi mamá. Uno siempre estaba en el desmadre.

La incomprensión constante de la emoción, vuelta sentimiento, expresión y ruta, en los participantes sólo puede encontrar alguna clase de castigo en su sociedad, es decir más formas de reprimirlo sin llegar a vislumbrar su construcción ni las posibles formas de resolución. Detrás de la aparente anarquía de movimientos, se ha tejido ya un sentido y una intención.

Ruth

“ Mandaron llamar a mis papás.

Y eso, ¿por qué?

Porque soy muy hiperactiva. Entonces yo acababa mis ejercicios y empezaba a molestar. ”

Fernando

“ Siempre he sido una persona muy hiperactiva. Sí, no me gustaba estar en ningún momento quieto, o sea, si me iba yo para allá, me iba yo para acá, hacía yo esto, hacía yo el otro, aquello... pero nunca me estaba yo en un solo lugar. Rompía yo cosas... por lo mismo de que andaba...

Por todos lados.

Sí. ¡Ah! También me gustaba mucho el fuego [ríe]. Hacía yo quemazones por todos lados. (...) Luego prendía yo zacate, pasto, no sé... cosas. (...) aparte, como que me imaginaba que estaba yo acampando, o no sé. ”

La pauta que mueve a la interpretación de la gran actividad de los practicantes como una ansiedad que se ha cultivado en sus vidas se encuentra en las preferencias de sabor, el cual, como ya se ha analizado, viene determinado por las emociones predominantes en la vida de una persona y sus formas de lidiar con ellas; es decir, por su ruta emocional. Un breve recuento de las relaciones nos dice que el ácido tiene que ver con la ira, el amargo con la alegría de vivir, el dulce con la ansiedad, el picante con la tristeza y el salado con el miedo. Una breve revisión de la siguiente tabla junto a la consideración de que el amargo tiene por elemento al fuego nos hace entender a mayor profundidad las relaciones emocionales que se gestan en el caso de Fernando y su ausencia interna de fuego.

Tabla de preferencias de sabor de los participantes

Nombre	Ácido	Amargo	Dulce	Picante	Salado
Liliana					
Jazmín					
Ruth					
Mariana					
Nuria					
Sandra					
Ifigenia					
Vanessa					
Claudia					
Amanecer					
Vianey					
Cintia					
Yesica					
Alejandro					
Fernando					
Diego					
Remigio					
Arturo					
Omar					
Horacio					

Tabla 3. Haciendo la relación entre preferencias y emociones predominantes siguiendo la teoría de los cinco elementos, en la mayoría de los practicantes predomina la ansiedad, el miedo y la ira.

La relación se vuelve clara al contemplar los testimonios no desde un posmodernismo sin guía alguna, sino desde la perspectiva del equilibrio emocional que resulta de la teoría mencionada. Es notorio que en la forma de expresión que han citado, predominan la ansiedad y la ira; como puede verse también en la tabla 3. Habíamos de cambiar a una perspectiva distinta para poder vislumbrar este proceso que la psicología del deporte por sí misma no nos permite observar. Ya más adelante en la historia de los participantes podemos ver que la ruta no ha cambiado. Y aunque

sí ha ganado más conciencia, también la respuesta de la familia sigue siendo de reprobación.

Alejandro

“ Me pongo muy inquieto. En mi casa no me soportan cuando no entreno.
¿De plano? ¿Por qué? ¿Qué haces?
 Me pongo a hacer cosas, no sé. Me pongo a molestar a mi hermano [mayor] o, siempre... termino rompiendo algo o lastimándome.
 Sí, es muy extraño. No me quieren en mi casa cuando no entreno. Me corren. (...)Te digo, estoy ahí en mi casa y me dicen: ‘¡no, ya! ¿Sabes qué? ¡Vete a correr!’.
 Tengo demasiada energía. Cuando no entreno empiezo a enfocarla mal.”

El enfoque de la energía, también es un tema que ya había tocado con anterioridad, precisamente hablando del agonismo. La pregunta que entonces nos arrojaba el marco teórico era si el deporte llevaría a un apaciguamiento de la emoción o la promovería. Lo aquí visto puede conducir a ver en el deporte una manera de expresar la emoción y de involucrarse en ella sin llegar a reducirla por sí mismo. De cierta forma, sigue operando la escisión discursiva, disecando al deporte como un elemento único aislado del organismo de producción y mantenimiento emocional-hedónico que es la cultura y que sólo nos lleva al cultivo de emociones de alto impacto, como menciona López Ramos³⁰¹, y a las vías de las que disponemos para su expresión aceptada.

Sandra

“ De verdad, eso de las patadas, ah... se sentía bien chido. Se siente... se sentía como... [larga pausa] ah, no sé... ¡como un grito! Como un grito cada vez que dabas una patada. [Emula un grito en voz baja]. Y, de hecho, pues gritabas. Y hasta apenas entendí porqué te hacían gritar.
¿Ah, sí? ¿Por qué?

³⁰¹ Sergio López Ramos, *Órganos, emociones y vida cotidiana*, México, Editorial Los Reyes, 2006.

Porque eso te lleva... te hace entrar en una sensación de... [emula otro grito] ¡de corte!...

¿De explosividad?

De explosividad. Y ahora, eso es lo chistoso, y ahora, de repente me dan ganas, siento la necesidad de gritar [emula otro grito] como en el Taekwondo, ¿no? Lo bueno es que en mi danza la maestra es muy abierta. Y, pues ya están acostumbradas. ”

Algunos autores orientales, reseñados en el capítulo anterior, habían ya comentado esta posibilidad al mencionar que, para practicar este arte marcial había que estar en armonía con la patada; en un análisis fenomenológico de la puntería³⁰² se reconoce que es todo el cuerpo en su totalidad el que asume una la postura “de tiro”, lo cual hace que la ejecución de un movimiento esté llena de intencionalidad. En ese mismo sentido es el cuerpo, como esta conjunción emocional, fisiológica, histórica y social quien asume la postura para el pateo, quien hace la instantánea ponderación del golpe y lo ejecuta; el golpe es una ejecución emocional. La expresión se da en este proceso y es en la síntesis que se nos permite ver y entender estas expresiones. Ver al cuerpo como un mero objeto fisiológico, un conjunto de sistemas (musculares, vestibulares, nervioso, simbólicos, etc.) sin relación entre sí es segmentarlo. Ya nos había dicho Rudik³⁰³ que las sensaciones, los procesos al interno del cuerpo, las sensaciones orgánicas y los sentimientos elementales son indisolubles. En la teoría y ejecución de las artes marciales podemos ver lo mismo; nótese que la conciencia de ello en las historias se acerca más a un descubrimiento que a una enseñanza.

Fernando

“ Lo curioso es de que, por ejemplo, si tú trabajas: empiezas a patear o empiezas a hacer un golpe de mal forma, como que tu cuerpo no descansa lo suficiente, no se relaja lo suficiente; pero cuando empiezas a

³⁰² Agustín Serrano de Haro, *La precisión del cuerpo. Análisis filosófico de la puntería*. España, Ed. Trotta, 2009.

³⁰³ P. A. Rudik, *Psicología de la educación física y del deporte*, Argentina, Stadium, 1976.

trabajar el cuerpo y los movimientos que juntas de cierto modo [de acuerdo a la técnica], como que le da más tranquilidad a tu organismo, a tu cuerpo, te relaja más. [En formas] es raro porque... al final de cada movimiento, tu cuerpo, como que... de llevar esa tensión que te lleva a hacer el golpe, cuando lo dejas de ejecutar, esa tensión deja... como pasividad. O no sé cómo podría yo llamarlo. El hecho de... como que te saca algo; como que estás cargando algo y de momento te lo quita. [En combate] es como si algo tuviera yo adentro, como si tuviera mucho calor y en cada oportunidad que tengo de golpear a alguien, se sale ese calor. Me hace sentir bien.”

Necesariamente ha de reconocerse aquí, tras la revisión con autores de artes marciales, que esta sensación de calor interno bien puede aproximarse a la “fuerza extraña” de Simone y Bertuccio³⁰⁴, y con ella, al concepto de K’i que tanto se usa en la filosofía oriental; incluyendo a toda la pragmática que genera, como son las artes marciales o la medicina tradicional china. Un asunto que se vuelve notorio y que más abajo será analizado es aquel del coste de la liberación de la emoción: la responsabilidad del golpe.

3.3 Ausencias de los padres

*“Cuando los parientes vivieron en desacuerdo, surgieron los ideales del deber filial y el amor paterno.”*³⁰⁵

Deseados o no, entre las historias de los practicantes se encuentra la consumación de lo que se veía venir en las intencionalidades de los padres: la ausencia de la madre o del padre. En ambos casos, o en un tercero conjugado, los motivos van desde la separación de la familia por divorcio o abandono, por ocupaciones que los padres desempeñan, generalmente por trabajo, y en el último caso, en distanciamiento emocional. La ausencia del padre es la más evidente entre más de la mitad de los participantes, siendo en algunos de sus casos la ausencia de ambos.

³⁰⁴ Mónica S. Simone, Jorge Bertuccio, *El Ki: La esencia de las Artes Marciales*, Argentina, Kier, 2004, p. 14.

³⁰⁵ Lao-Tsé, *op.cit.*, p. 36, verso XVIII.

Aquí se pone al descubierto la construcción de la soledad sobre la que se edificará el desequilibrio del ego. A continuación se ejemplifican los casos tanto de madre como de padre en las tres situaciones de las que hago mención.

Sin duda alguna la responsabilidad de la crianza, depositada en alguno de los padres es delegada a otra figura. En el caso del abandono de la madre, la protección de la persona aparece como una corrección en su discurso, sin embargo, la ausencia se manifiesta.

Jazmín

“ Cuando se fue mi papá [de la casa] fue diferente porque mi mamá se desapareció... bueno, no se desapareció sino que nos dejó [a mi hermano y a mí] un ratín. ”

En el caso del divorcio la ausencia vuelve a ser evidente desde la consideración de que la alegría de vivir también sostiene la memoria según la teoría de los cinco elementos. La construcción de un padecimiento se vuelve una opción ante una falta tan significativa que llegue a compararse con la muerte. Ante esta perspectiva, la merma de la memoria adquiere un nuevo sentido.

Sandra

“ Como que 4°, 5° año [de primaria]... Me acordaré de cosas por mis amigos de la escuela, pero hay cosas que mi cerebro pues ya bloqueó, ya no me acuerdo. Total que dejamos de ver a mi mamá.

¿Cuánto tiempo?

Yo no vi a mi mamá... es que tampoco sé cuánto tiempo; pero más de un año no la vi. Nada. Como si se hubiera muerto. ”

En el siguiente caso los abandonos emocionales no son tan evidentes como los que se exponen anteriormente, pero siguen definiendo los lineamientos para la construcción de un vacío emocional que se apoya en la relación irrelevante con la

madre; su posterior expresión sólo puede llevarse a un malestar como lo es un resentimiento.

Claudia

“ *¿Trabaja todo el día, tu mamá?*

Ya está jubilada y se la pasa puro de vaga. (...)

¿Eso tiene mucho, de que está jubilada?

Un año

Un año. No es mucho. ¿Y antes de estar ‘desaparecida todo el día’?

Pues se la pasaba trabajando y no estaba tampoco.

Y en la cena, ¿qué pasaba?

Pues ya en la nohcecita como que: ‘qué hicieron’, ‘qué necesitan’, pero así ”
como que muy, muy especial, como que no (...) Era así como que: ‘esta semana hay que ir a la comercial y ¿qué van a querer?’

Por medio de las distancias por ocupaciones queda de nuevo la ausencia de la madre, junto con la cesión de la responsabilidad de la crianza a los hermanos mayores, en el caso que presente esta configuración en la familia. Se llega a notar también que la idea de criarse por sí mismo aparece. Esta idea de relativa independencia con respecto a los demás y sobre todo de independencia con respecto a los padres crecerá finalmente como parte de un ‘yo sobre todos’, que es un desequilibrio de ego.

Remigio

“ Mi mamá decide regresar a la escuela y una amiga le ofrece un trabajo en el museo de las culturas, entonces, pues en ese entonces, la vida le transcurría entre el trabajo, la escuela y nosotros.

¡Vaya! Entonces se la vivía demasiado ocupada, ¿no? Considerando que ya había otros cuatro de ustedes. ¿Cómo es que se da tiempo para además tenerlo a usted?

Yo prácticamente, no puedo decir que me crié solo, pero me crié... ahora

sí que a cargo o a la sombra de mis hermanos; ahora sí que ellos son los que se encargan de... de cuidarme y demás. ”

Por el lado de la ausencia del padre, como ya se ha dicho, los casos aumentan en ejemplificaciones. En primer lugar, por abandono de la familia. La familia como un proyecto se delega únicamente a la madre y a sus deseos. El caso hace notorio la toma de distancia de la participante con respecto a su padre:

Vianey

“ Este J, bueno, mi padre biológico, este, mi mamá y él se separan antes de que supieran que estaba embarazada de mí (...) J le había dicho que iba a regresar por ella, en la tarde, la verdad no sé muy bien, pero no había llegado y a mi mamá se le hizo fácil irse al cine con sus amigas y cuando J fue por ella, mi mamá no estaba. Entonces mi abuelita le dijo que se había ido al cine con sus amigas y él se enojó mucho y se fue y la dejó; se separaron. (...) J tenía un amigo que quería con mi mamá, de hecho él fue el que le avisó a J que mi mamá estaba embarazada, que fuera a verla pero creo que J no quiso: estaba molesto todavía con ella. ”

En el caso del divorcio la ausencia se construye después de una figura fuerte de un padre; en éste caso el padre es incluso idílico y el vacío que deja se hace más que evidente. Aquí se toma la opción del endurecimiento; Jazmín se vuelve pilar de su familia tras el abandono de su padre y posteriormente de su madre.

Jazmín

“ Mi papá siempre ha sido, fue y ha sido, mi ídolo, mi todo.
Inspiración.
Mi inspiración, mis fuerzas, mis ganas... mi todo. O sea, si me faltara él ahorita no sé qué pasaría de mí ahorita. Y en ese entonces también lo era y se fue. Y la persona que yo más quise se fue, pero yo no me podía ver débil porque mi mamá era la que yo tenía que levantar, al igual que mi ”

hermano.

El distanciamiento emocional del padre se vuelve conciente para los practicantes de sexo femenino y es a través de ellas que tenemos acceso a esta visión de un padre emocionalmente distante. Incluso podría verse como un asunto cultural, en el que el rol del hombre no permite una expresión de emociones sustanciosa. La suposición entra en juego al notar que en las historias de los practicantes no aparece el padre ni muchas veces ni en eventos de gran relevancia emocional. En este caso concreto es el sarcasmo el que guía el descubrimiento del hecho, ocultando el reclamo en los tíos.

Yesica

“ [Sobre familia paterna] A veces pienso que todos sus hermanos están locos.

¿Por qué?

¡Porque no me caen bien! ¡Porque son personas súper raras! Así: ¡cero afectivas! ¡CERO AFECTIVAS! Bueno, ¡ni conozco a mis primos! De que: ”
no se frecuentan, entre hermanos no se buscan... ¡Mi papá es el más cálido! O sea, y así que digas: ‘¡uta! ¡Qué papá tan amoroso!’, [ríe] no.

Las ausencias que se encuentran socialmente justificadas ante la persona, como serían por el trabajo, también producen reclamos aunque devengan implícitos. Puede notarse tanto el odio que se le guarda todavía al Kinder como la resignación al comparar su caso con el de otros a quienes veía irse temprano. Podría uno preguntarse si es el Kinder el receptor del resentimiento por el abandono de los padres, sobre todo si se toma que el practicante tenía que dormir en un lugar que le resultaba incómodo.

Omar

“ Me acuerdo que me llevaban [al Kinder] en la mañana y me recogían hasta en la tarde.

¿En la tarde?

Sí, era de tiempo completo. Y algo que odiaba yo mucho era la... chingada hora esta... la hora de dormir.

¿Hora de dormir? ¿Tenían como siesta o algo así?

Era la chingada siesta. Odiaba yo esa madre.

¿Por qué?

Nunca me gustó. No me gustaba dormir ahí. Yo me acuerdo que venían por unos a las 2 o algo así y ya veía cómo se los llevaban y uno había que seguir ahí hasta en la mera tarde.

O sea, como a las...

5, yo creo, iban por mí. Algo así. Entonces, este, pues, bueno, no es que me gustara quedarme tanto tiempo, pero pues ni modo. ”

Supongo que por el trabajo de sus papás, y así, ¿no?

Sí. Recuerdo que a veces iba mi papá por mí, a veces mi mamá; más o menos.

3.4 El reclamo y la soledad

“Quien tiene la Virtud, respeta y cumple sus compromisos; quien carece de Virtud, protesta y plantea toda clase de exigencias”.³⁰⁶

En particular éste último tipo de ausencia tanto por parte de la madre como del padre trae una consecuencia muy definida en la vida de los taekwondoínes: el cambio en la situación económica de la familia; la otra consecuencia que sobresale al abandono de los padres, que por el momento nos atañe, es el reclamo por su ausencia. De esta forma se agrega a las rutas emocionales de los practicantes el resentimiento, que es ira, o la tristeza; mismas que, no teniendo posibilidades de resolución, se estancan en ambivalencia que viene de exponerse.

³⁰⁶ *Ibid.*, p. 109, verso LXXIX.

Sandra

“ En realidad el que la buscó fue mi hermano. Yo le tenía mucho resentimiento a mi mamá, así ‘argh’ [gruñe].

¿Por todo lo que decías que tu papá les había dicho?

Exacto. Porque mi papá nos había puesto una imagen de ella ¡horrible! Y entonces yo la odiaba, en verdad estaba yo muy resentida y yo la veía y era así de ‘jash!’, [hace un sonido despectivo]. Pero era raro porque era al mismo tiempo el ‘jash! ¡Te odio!’, y al mismo tiempo sentía la necesidad de estar con ella. (...)

Imagínate: que te crezca el busto y que tu mamá no esté ahí para decirte: ‘ah, mira, ahora usas esto o usas lo otro, entonces, cuando yo la vi, a mí ya me había bajado, ya tenía el busto que tengo, entonces era como: ”
‘¿por qué tú no estuviste?! ¡¿Por qué me dejaste en esto que era importante?!’, ¿no?

Por supuesto que un intento de resolución se gesta en todas las posibilidades que genera la cultura, a través del agonismo, siendo algunas de ellas el Tae Kwon Do y el deporte. Lo que nos queda es la construcción de un estilo de vida que se forja en la soledad y el reclamo y que se lleva a modo de un escape a las bases emocionales que no han logrado resolver. La familia enfrenta por instantes una guerra de reclamos y emociones con motivos ocultos y con ausencias que los actores justifican con sus actividades. La persona aprende de sus padres a supeditar a su familia frente a sus ocupaciones. La soledad aquí se ha terminado de espesar.

Ruth

“ Mis papás, la mayor parte de su vida, desde que yo tengo uso de razón: mi mamá en el IMSS y mi papá en la pensión [de la policía estatal] (...) Yo siempre le he reprochado a mi papá que nunca ha tenido tiempo para nosotros y le decía: ‘es que tú siempre estás en tu trabajo’ y él me decía: ‘pero yo cuando estoy aquí, tú no estás’ – ‘¡Pues es que ya me

acostumbré a estar afuera!, ¡a estar en mi actividad!’ O sea, mi mamá llegaba, o llega, siempre a las 5 y media. Entonces así como que... prácticamente mi mamá llegaba y yo ya estaba en el deporte y no la veía hasta en la noche. (...) Luego [mi papá] tiene un buen de tiempo libre y está aquí en la casa. Y a mí me estresa luego ya que esté aquí en la casa. Yo ya estoy acostumbrada a estar, cuando estoy de vacaciones, sola, sin nadie.”

3.5 Cambios de estatus económico

*“La dicha se apoya en la desgracia.
La desgracia acecha a la dicha”.*³⁰⁷

La otra consecuencia que trae el abandono por el trabajo necesita una categoría aparte con la idea de resaltar una de las vías por las que posteriormente se construye el ego de los practicantes. Los cambios en la economía familiar son también conjunción de múltiples factores. Aquí entra en juego la economía a nivel internacional y nacional, las políticas públicas en el territorio mexicano y una actitud de vivir el trabajo en la Ciudad de México, de donde la gran mayoría de los participantes son oriundos. La población muestra ser vasta en su variedad, pues hay desde quien nació en un pueblo de Oaxaca hasta un descendiente de los fundadores de la colonia Roma. El sitio que reúne a los practicantes termina siendo la capital del país y es en sus cuerpos en donde la economía nacional de hace algunas décadas y las políticas durante “el milagro Mexicano”, entre otros factores, coexisten. Una de las formas que explicitan este cambio en el estatus socioeconómico de los practicantes es aquel de los cambios de casa. Muchos de ellos no han vivido en un único lugar, cambiando de casa o ampliándola, por ende, modificando el espacio. En algunos de los casos, el cambio de casa también ayudó a cimentar la carencia emocional al haber propiciado el cambio de vecinos y, con ello, de amistades.

³⁰⁷ *Ibid.*, p. 87, verso LVIII.

Amanecer

“ O sea, ¿hubo como muchos cambios de residencia?

Bueno, los hoteles requieren un... mi papá trabajaba en mantenimiento, es ingeniero electricista (...) primero fuimos a Mazatlán.

¿Cuánto tenías?

Cuando yo tenía 4 años, y ahí estuvimos poquito tiempo: un año y medio, algo así. Y ahí: ‘¡ah, ahora requerimos un ingeniero en Cozumel!’ Ya, fuimos a Cozumel y ahí duramos muchos años porque mi papá dejó de trabajar en hoteles (...) En Cozumel estuvimos 10 años, bueno, casi 10. (...) Mi hermana entra a la licenciatura y nos vamos todos a Cancún, [mi mamá] sentía que la prepa iba a ser mejor para mí en Cancún. (...) Luego yo me vine para acá, a casa de mi abuela, con mi abuela y mi abuelo, y ellos se quedaron.”

La ampliación de la casa trae también como consecuencias el reacomodo de la familia. En el caso de Ifigenia, el vivir con sus abuelos también trajo el aprendizaje del valor del dinero como muestra de cariño. En el extracto de abajo, sin embargo, sólo es notorio el cambio de espacio; se agrega a esto la consideración que tal figura que homologaba el cariño al dinero no ha estado del todo alejada de ella.

Ifigenia

“ Cuando yo nací vivimos un tiempo en, con un hermano de mi papá. Es una casa dúplex, entonces mi familia vivía arriba (...) Pero ahí estuvimos poquito tiempo. Ahí estuvimos hasta [mis] 2 años y luego nos cambiamos a Viveros, esa casa también es dúplex, esa casa es de mis abuelos, realmente (...) ellos en el piso de abajo y nosotros en el piso de arriba. Pero eso apenas, hasta prepa; antes vivíamos todos en la misma casa.

O sea, ¿todos en el piso de abajo y en el piso de arriba...?

No existía. Ahí estuve hasta los 5 años y luego mi papá rentó, bueno, rentamos un departamento por Tlalnepantla. Ahí estuvimos poco tiempo: un año y luego regresamos a casa de mis abuelos (...) hasta prepa, que

mi papá construyó la parte de arriba.

”

En otros casos, el cambio del estatus socioeconómico de los padres así como de sus nuevas posibilidades, se convierte en una forma de elevación del ego. El caso que se expone abajo es icónico en este tipo al aderezar la descripción de la casa y el cambio de la distribución del espacio con la valía de la novedad arquitectónica, identificando a su casa como algo antiguo y sorprendiéndose ante la admiración que causa en el espectador para poder despreciarla.

Remigio

“ No. Cuando llegaron mis papás, llegaron a La Florida un par de años, luego nací yo. Yo estuve ahí en esa casa hasta que tuve 4 años, casi 5. En esa casa [mi familia] han de haber estado 7 u 8 años. Y luego nos mudamos a ésta otra.

¿Cómo era su casa?

Más chiquita que la que es ahora, también por eso fue la idea. La cantidad de cuartos era menos: esa casa tenía 3 recámaras, contando la principal, la nueva son 4 recámaras; [allá] un pequeño estudio, acá son 2 estudios; en La Florida era una sala-comedor, acá son dos salas y un comedor.

Sí era una gran diferencia de espacio. Era mucho más amplia.

Sí. Aunque viéndolo en cantidades de metros, en los terrenos, varían por muy poco. La cosa es la construcción: como ésta casa [de La Florida] era ya hecha y la otra se mandó a hacer...

O sea que esta casa, 'la nueva', ¿ustedes la mandaron hacer?

Sí, la mandó a hacer mi papá con un arquitecto que conoció (...) el tipo de diseño es de la Bauhaus, entonces sí mucha gente que la llega a conocer se queda: '¡oh!', [hace expresión de sorpresa]. ¡Si la Bauhaus ya está superadísimo!

”

El cambio en el estatus socioeconómico también se vuelve evidente en las múltiples actividades extraescolares que se permiten pagar a las hijas, aunque

también ocurre con los hijos. En este sentido es preciso considerar que los criterios de constancia que nos recordaba Rudik³⁰⁸ y aquel de la especialización del equipo usado en las distintas actividades generan gastos para los ausentes padres.

Sandra

“ Mi papá recibía pensión alimenticia de mi mamá, cuanto vivíamos con él. O sea, a mi mamá le descontaban el 40% de su salario y se lo daban a mi papá. Y en ese entonces, mi papá... mi papá... nos llevaba a un deportivo, porque eso sí: siempre nos llevó a deportivos y eso. Cuando yo tenía 8 años iba a ballet, luego me sacaron, luego me volvieron a meter, luego como a los 9 años entré a patinaje artístico, en el mismo deportivo. (...) Y entonces me metí a patinaje y me fracturé, tengo una cicatriz que luego te enseño [toca su brazo izquierdo].

¿En el brazo izquierdo?

Sí. Y regresé otra vez a patinar. Después conocí el Taekwondo y me clavé en el Taekwondo un rato. (...) [Ya en la Universidad] yo decía: ‘seguramente cuando entre a [la Facultad de] Química, no voy a poder ir a danza, ¡entonces ahorita voy a ir a ballet, y voy a ir a [danza] contemporánea, y voy a ir a otra clase de ballet en la tarde, y voy a no-sé-qué!’ y así, mil cosas. [ríe]

¡Era como si intentaras tragarte el mundo lo más pronto posible! [ríe] ”

El mundo de danza.

Los abandonos de los padres y madres dan su fruto en la posibilidad económica. La expresión de la ansiedad afianzada en la actividad encuentra su cauce en el deporte y el participante elige la expresión que más le llama la atención, entrecruzándose con la intencionalidad que la actividad misma le proponga. Los criterios de constancia y del requerimiento del equipo dan pie a ver lo que se delineaba anteriormente en la teoría: el deporte surgió en una clase social específica y fue marcado hasta la actualidad con los límites que le imponen ese origen: el

³⁰⁸ P.A. Rudik, *op.cit.*

tiempo libre, la pertenencia a un club y ahora agrego: también el equipo mínimo. Tras analizar este rubro, es posible contrastar con bases empíricas hasta la expresión citada en el capítulo pasado de que el deporte es esencialmente burgués; más allá de eso, aquí vemos transparente al deporte como una forma de subsanar la ausencia.

Jazmín

“ Y, por mi parte, yo, desde los 2 años hago deporte.

¿Desde los 2?

Desde los 2. Empecé con natación, gimnasia...

O sea, apenas si dabas pasos y...

Sí, ya me habían aventado a la alberca. Después estuve en gimnasia, en hawaiiano, que no me gustó, en ballet, que tampoco me gustó... Estuve también en Karate, que me llamó la atención pero no tanto como cuando encontré Taekwondo. Estuve en básquetbol, en volley ball, en base ball, ¿qué más? Fútbol americano, tochito... hasta ahorita Taekwondo.

Hasta ahorita...

Ah, clavados también.

Suena como si hubiera todavía más en la agenda.

A mí me hubiera gustado hacer más deportes, pero ya no tenía tiempo: era escuela y tres deportes a la semana. Haz de cuenta: salía de la escuela, me iba al Taekwondo, después del Taekwondo, el básquet, y en la noche, no sé, fútbol: me iba a jugar con mi papá, que eran las horas que yo veía a mi papá: nada más lo veía cuando me iba a dejar a la escuela y hasta en la noche.

”

3.6 El Ser... insuficiente

*“Los favores son contradictorios:
cuando se nos conceden, tememos perderlos;
y si los perdemos, quedamos atemorizados.
Esto es lo que quiere decir:
‘el favor y la desgracia son como el miedo’.”³⁰⁹*

En este apartado se expone la dinámica imperante entre algunos de los participantes y los cuidadores o padres: la reprobación. Por un lado, es inevitable suponer una alianza por la importancia que en otros segmentos de entrevista manifiestan los participantes. Por el otro lado, tal figura relevante se presenta con la fuerza de un ideal de persona que se le exige a la persona que está a su cuidado – físico o económico –, construyendo en un primer momento la exigencia a sí mismo; del ser insuficiente o del no merecer. Si se analiza detenidamente esta postura de una constante exigencia apoyada en la insuficiencia, podemos ver la guía del canibalismo de los resultados que caracteriza al principio de rendimiento: los logros conseguidos, ya no sólo en el deporte, se negarán a sí mismos en el no ser suficientes para la persona o para su demandante. Aunque es preciso, antes de llegar a este punto, regresar al inicio de la construcción y la reprobación de los padres o cuidadores que la alimenta.

Asentado el tópico de la ausencia, queda la persona a cargo de otros, como pueden ser hermanos mayores o abuelos. El cuidador entonces se vuelve una figura importante para la persona, casi a modo de un sustituto materno o paterno que deviene un punto de referencia necesaria para la persona. Surge entonces la necesidad de ser aprobado por el cuidador y se empieza a formar un ideal de ser desde etapas tempranas, como se puede apreciar en este caso, en donde se dice qué tipo de expresión corporal del niño es la que debe ser; si es que debe ser, en primer lugar.

³⁰⁹ Lao-Tsé, *op.cit.*, p. 31, verso XIII.

Mariana

“ Por un periodo sí fui muy tranquila porque mis hermanas [mayores] sí me tenían muy restringida, por decirlo así. De la niña que llevaban a casa con los primos y todos los primos agarrando todo y yo así, sentadita: ‘no, tú no debes de hacer travesuras’. Y todos jugando y deschongándose y yo no, bien peinadita y bien vestidita. Y ya después así, ¿no? ‘Bueno, ya ve a jugar, ¡pero no te despeines!’, y ya regresaba bien intacta. O: ‘no te ensucies’. Pero ya después fue, así de, ya muy traviesa. Fui siempre muy inquieta, de estar trepándome a todos lados, estar jugando, corriendo...”

En el caso de que los abuelos se vuelvan cuidadores ante las ausencias de los padres, es notorio que la exigencia a través de la reprobación encuentra más obstáculos por los abismos generacionales, si es que hubiera alguna voluntad de comprensión; la forma de expresarse, alimentarse, vestirse y, en general, de vivirse ha cambiado. El abismo entre las personas también puede leerse con este extracto, en donde los abuelos no sólo ignoran lo que le ocurre a la practicante, sino que lo juzgan con dureza. Por medio de la vivencia de Liliana, podemos alcanzar a ver al deporte como algo que no pasó desapercibido al cuerpo. El cuerpo acostumbrado al deporte de alto rendimiento protesta: se le ha quitado su adicción, su sentido.

Liliana

“ Empecé a tener problemas en mi casa, con mis abuelos (...) y me decían: ‘¡es que nada más estás de huevona, no te duermes temprano!’, pero no podía [levantarme temprano], por lo mismo de los trastornos de sueño por haber dejado de entrenar así de golpe, tenía todo movido y revuelto, patas p’arriba, ¿no? Pero pues ellos no comprendían. Ellos creían que nada más estaba de huevona y que no quería hacer nada de mi vida y como me estaba relacionando con lo oscuro [subcultura Dark] entonces como que yo era de lo peor...”

En el caso de los papás, la relación sigue siendo de reprobación. El no hacer lo que los padres desean de los hijos cultiva el sentimiento de ser insuficiente para ellos. Lo que aquí también es visible es que no hay un corte definido entre los deseos propios y los de los padres.

Horacio

“ Con mi papá, con todo eso del circo [dedicarse a Artes Circenses] y lo del arte, como que me llevo bien, aunque luego chocamos cuando nos ponemos a hacer alguna reparación.

¿Ahí en la casa?

Sí, no nos peleamos, pero sí discutimos. (...) Por ejemplo, lo de la perforación, luego-luego que me la vió me dijo: ‘oye, ¿iqué te hiciste en la oreja!?’’, me dice: ¡quítate eso, que no-sé-qué!’, le digo: [ríe] ‘no, pues ya no se puede’: ya traía la expansión ahí. (...) Como mi mamá es como más niñera, como que me identifico más con ella en ese sentido porque también yo soy como más... un poco más niño, un poco más paciente con los niños. No sé si sea como que me lo haya inculcado ella o heredado (...) Pues sí ve esto del circo como algo muy... pues no me apoya. Bueno, sí me apoya, pero como que muy a fuerza porque lo ve así como que... como mediocre.”

Además de la clara ausencia que se manifiesta en el siguiente ejemplo de la reprobación del padre, es necesario notar que en momentos anteriores de la entrevista ya se había mencionado al padre como “adoración”. En este caso uno no puede dejar de preguntarse por el clima emocional en el hogar si el padre lleva 4 años reclamando por la dedicación de Cintia al arte marcial. El principio de rendimiento aparece bien formado aquí, no bajo la forma del deporte, sino de la escuela. Sólo si se es bueno se hace merecedor de apoyo.

Cintia

“ Mi papá... ¿cómo te diré? Es raro que se enoje, porque casi no está, pero el día que se enoja ¡uy! ¡Se nos aparece el diablo! ¡En serio! Porque sí se enoja demasiado, en serio. Luego dice: ‘¡no vayas a salir con una tontería en la escuela porque ya no les ayudo!’ . Entonces él como que se preocupa más en ese aspecto de la escuela que en otra cosa. U otros días en que llegaba a llegar tarde, se enojaba porque me decía: ‘o tus fiestas o tu escuela’, entonces ya era así de: ‘pues la escuela’ – ‘pues entonces no sales’, y de hecho, pues no salgo por lo mismo... a escondidas, ¿no? (...) De hecho a mi papá [baja la voz] no le gusta que entrene Taekwondo.

No le gusta ¿qué? Perdón.

”

Que entrene Taekwondo. Porque, así: ‘¡dedícate a la escuela y ya!’.

3.7 Abusos

“Sólo aquellos para quien la vida no ha sido demasiado dura, aprecian la vida”³¹⁰

Muchos de los practicantes han sido participantes también de una situación de abuso, mayormente como víctimas; el victimario aparece también bajo la capa del héroe. La adopción de la fortaleza como idea y forma de actuar que ocurre con algunos participantes ante la situación del abandono se homologa en otros más ante los abusos; en la practicidad la persona se convierte a sí misma en una fortaleza tanto para sí misma como para otros. Esta situación no siempre ocurre en el mismo espacio y se tiene que ir más allá de él para entender al practicante como cuerpo y las expresiones que él suscita. En el primer extracto notamos la construcción de un héroe al fuego de los abusos en la escuela. Para este caso en particular habrá de recordarse la intencionalidad con la que fue concebido: para cuidar a sus hermanas mayores. La adopción de la fortaleza también encuentra aquí una de sus raíces.

³¹⁰ *Ibid.*, p. 105, verso LXXV.

Diego

“ Me acuerdo mucho de ese D que lo defendí. Lo tuve que defender porque el gandallín, que era G... [Ríe] él también terminó siendo mi amigo.

Bueno, hasta amistad después de...

Bueno, es que ¿cómo te le pones al brinco a uno que entrena Taekwondo?

Sí, pues sí.

Se volvió mi amigo. Me acuerdo mucho que lo agarramos: ‘¡no te estés pasando de lanza con él!’. Y total, no sé cómo demonios lo terminé yo agarrando por atrás y D dándole al frente. Ni modo, tuvieron que mandar ”
llamar a mi papá. (...) Ya me dijo mi papá: ‘¿¡Por qué?!’ – ‘Pues es que se lo empezaron a agandallar’. Ya me dijo: ‘está bien que hayas defendido a tu amigo’. Evidentemente no era yo peleonero.

Para el mismo espacio de la escuela ocurre también otro sendero en la adopción de la fortaleza como forma de lidiar con un abuso: la persona no es testigo de un abuso, sino que es receptor mismo de él. La persona como víctima elige no llevar esa dinámica y reacciona ante el abuso con su propio endurecimiento. Para el caso de Fernando, la urgencia de reaccionar se incrementa con el hecho de ser el mayor de seis hermanos; el hermano protector se vuelve otra clase de héroe que ha vivido en carne propia el abuso.

Fernando

“ Casi, por lo regular... yo siempre fui el más pequeño de mi salón, siempre fui una persona muy menudita, muy bajita de estatura.

Mhm, ya.

Y casi todo mundo me agarraba de su barquito [ríe] y nunca me gustó. Y luego menos porque, por ejemplo, yo sentía que si perdía yo o si alguien me hacía lo que quería, ¿cómo iba yo a defender a mis hermanos [menores]? (...) Por ejemplo, me gustan [para hacer amistad] las personas ”
que las veo como indefensas, como que todo el mundo les hacen cosas,

me gusta juntarme con ellos para ayudarlos, para que no les hagan cosas.

Otro espacio que aparece entre las historias es el de la familia, lo cual crea también otra ambivalencia en la practicante similar a la de la figura importante que reprueba: tanto es un espacio de protección como de reclamo. En el caso que ejemplifica aquí abajo el abuso vivido es un abuso sexual. La familia parece volverse contra la persona, dejándola sin el cobijo que proporciona la familia; surge en ella el enojo y el reclamo junto al endurecimiento manifiesto en el alejamiento de otro, llámese parejas, familiares o amistades. Ocurre también una disociación del mundo y se centra entonces en el 'yo'.

Cintia

“ En ese tiempo también tuve un problema porque tuve un intento de violación entonces yo también estaba así [hace con las manos una señal de apartarse]. Fueron muchas cosas que me pasaron en la prepa. Te digo, no estoy traumada por lo que me pasó pero no me llamaba la atención [tener novio]. (...) Y el siguiente semestre, lo de la violación y también fue así como que... digo, nunca me tomo muy a pecho los problemas, pero esa vez sí me molesté mucho porque mi mamá se enojó, dijo: 'es que yo quiero que le hables a la persona' – '¡Ah! ¡Todavía lo que hace ¿y quieres que le hable a esa persona?! Dice: 'no, es que igual no fue su intención' – 'no, pues estoy consciente que tal vez no fue su intención', porque me tocó un chavo. Dice: 'es que también, comprende que la situación, los cambios...', le digo: '¡los cambios me valen madre! ¡Yo también pasé por eso y ¿cuándo he hecho esas pendejadas?!'. Porque este chavo es de mi familia (...) Y digo: '¡ah! ¿Por qué tú siempre tienes que pensar por los demás y nadie piensa por ti?' Entonces no tenía caso pensar en alguien. ”

El abuso sexual también ocurre en ambientes externos, dando precisamente un endurecimiento menos evidente, notorio sólo por el juicio de valor emitido hacia todos los hombres, sin variación posible entre ellos. Como se ha visto en los otros

participantes, el endurecimiento no sólo sirve como una estrategia para afrontar el problema en el momento, sino que se perpetúa más allá del espacio y tiempo en el que se presentó. La aparente contradicción del tiempo aparece: a pesar de que es un evento del pasado, sigue produciendo sus consecuencias en el presente; el pasado también es presente.

Vanessa

“ Le dije: ‘¿sabes qué? Ya no quiero nada contigo’ – ‘¿Y por qué?’ – ‘No más, así’, y me dijo: “no, que no-sé-qué-cosa”... cosas así, ¿no? Y ya, lo corté. Y el cuate ese, pues fue mucho su coraje que lo cortara que ¡era tan mujeriego! Que también buscaba lo que buscan todos los hombres en una mujer, [ríe] ya sabes, ¿no? Acostarse con ellas y ya. Y como ese tipo, yo creo, que todas las mujeres que había tenido había sido lo mismo, yo creo, se acostaba con ellas y ya. Pero conmigo no logró eso, se enojó mucho, yo creo, y una vez me subí así al camión y en fin de semana, y ¡chin!, el tipejo quería abusar de mí. Así, literalmente quería violarme. ¡Pues yo no me dejé! ¡Pom! [extiende su puño cerrado, emulando un golpe] ¡Que le doy un guamazo y que le doy una santa mordida! Y ya, pues me fui. ”

3.8 Vida competitiva

*“No favoreciendo a los sabios ni a los hombres de talento,
es como se evita la rivalidad entre el pueblo”³¹¹*

Difícilmente podría decirse que los dos apartados anteriores han sido base para lo que aquí se desarrolla, pues como hemos visto, son procesos que no siguen una linealidad sino que se presentan en distintos tiempos y espacios, conjuntándose con la agonística. El lector bien habrá de recordar este espíritu aguerrido de los griegos que se expresaba en la competencia entre ciudades. Algunos siglos después seguimos viendo este espíritu de guerra vivo pero no sólo entre las ciudades sino

³¹¹ *Ibid.*, p. 21, verso II.

entre individuos. La persona en su sociedad toma los recursos que ella misma le ofrece, pues forma parte de sí, y va haciendo de los reclamos una autoexigencia, del abuso su fortaleza y de la competitividad su forma. El círculo vicioso de la competencia está completo. La agonística se auto-perpetúa.

Yesica

“ Y mi amiga y yo éramos [a] las que [decían las profesoras]: ‘mándala al concurso de esto’, ‘mándala al concurso de aquello’; entonces te digo que en un momento sí éramos como las populares de toda la secundaria junto con otras; no éramos las únicas, había también otras niñas que eran populares.

Concursos, dices, como ¿qué clase de concursos? Me imagino La Olimpiada del Conocimiento, como ‘de cajón’.

Ahá. Pues todas esas cositas que hay. ¿En qué llegué a concursar yo? Porque tampoco fui de las que más mandaron. Concursos de escolta, concursos de poesía, concursos... ¿De oratoria? No. ¡Concursos de foros! Que fueron como novedosos, acababan de salir en esa época donde te daban un tema, por decir algo, el aborto, entonces tu deber como alumno era documentarte y después te mandaban al lugar en donde era el concurso junto con otros 10, 20 niños, cada uno representando su escuela. Tal cual, era un debate. Entonces, de acuerdo al mejor argumento, el que mejor se expresara, el que mejor se veía que se había informado y documentado, había un jurado y decidían quién era el mejor. ”
A ese tipo de concursos era lo que más me mandaban.

Y así sobresalías.

El primer espacio está visto: la escuela es un escenario de competencia intelectual; alumno contra alumno, cada uno por su cuenta y en el caso de un concurso, la escuela, representada por una persona que cultiva en sí esta ruta contra otros con rutas similares. El conocimiento se vuelve una labor de ego y de poderío en lugar de una herramienta. La competencia intelectual incluso salta del espacio

escolar a la familia: se libra una pequeña guerra entre los integrantes por la aprobación de un padre; en el caso de Ifigenia, por la atención de la madre. La aparente contradicción del discurso se resuelve al notar la ambivalencia presente en las relaciones interpersonales.

Ifigenia

“ Lo que siempre me ha costado es hacer tareas.

¿Y eso?

No sé. Yo creo que fueron peleas y peleas con mi mamá. De eso sí me acuerdo: llegaba a la casa y... ¡ash, es que mi hermano! Sacaba su cuaderno y: ‘¡mira lo que me dejaron! ¡Siéntate a hacer la tarea conmigo!’.

¿A ti te decía eso?

No. Mi hermano a mi mamá. Siempre hacía lo mismo. Y mi mamá, yo creo, para también jalarme y que yo también hiciera la tarea, me decía: ‘y a ti, ¿qué te dejaron?’, y yo: ‘¡yo puedo sola! ¡A mí no me estén diciendo! ¡Déjame en paz!’

Casi-casi: ‘¡aléjate de mí!’.

”

¡Pero cañón! (...) Yo creo que era eso, como la rivalidad.

Claramente se ve que otro de espacio de competencia es aquel del deporte y, en este caso, el del Tae Kwon Do. En este caso es identificable que el Tae Kwon Do es tanto un espacio para el aprendizaje de la competencia como el espacio en el que se manifiesta. El sentido que adquiere se puede llevar al ser mejor o peor que alguien, estableciendo que en algún momento hay una posible comparación entre las personas por los méritos que acumulen en los espacios de los que se apropian. Lo peculiar de este caso es que también es apreciable aquí un regreso al orden de la cooperación, al menos entre hermanos nacidos en el mismo parto.

Arturo

“ *¿Cómo te llevas con tu hermano?*

Es raro. Bueno, no raro. Es como una pequeña competencia entre los dos.

Nacimos en la misma fecha, así de: ‘a ti te sacaron primero y a mí después’. Así... fue... nuestras pequeñas competencias: ‘a ver quién es más listo’, ‘a ver quién se aplica más’, ‘quién es mejor en los deportes’... en cualquier cosa. Como que es una competencia.

¿En qué otra forma hay competencia? por ejemplo, en la escuela.

¿En la escuela? Así de: ‘saqué mejor promedio, entonces soy mejor que tú’, entonces pues, así.

¿Siempre ha sido así?

Sí, aunque ya nos hemos tratado mejor. Dejamos a un lado el asunto de la competencia, como que nos dimos cuenta: ‘ah... siempre vas a estar acá [señala al lado suyo]. Siempre vas a ser mi hermano, entonces hay que llevarnos mejor’.

¿‘Mejor’ desde cuándo, más o menos?

Desde 5 años, 4 años.

Me imagino que hubo la misma competencia en el Taekwondo.

De hecho fue en el segundo torneo que tuvimos (...) íbamos mi hermano y yo por la medalla de bronce; pues en el último combate nos tocó pelear, y así fue de: ‘aquí se decide todo’. Lamentablemente, me ganó. ”

El establecer que hay un punto de comparación entre las personas también lleva al menosprecio del otro o de sí mismo en esta condición de competencia. Necesariamente ha de haber algún vencido y la persona se esfuerza en no serlo. Esto lleva a retar a cualquier persona de quien se perciba esta clase de relaciones. En casos como el de Sandra, poco importa que sea también su pareja; la competencia cobra una nueva dimensión al ser una forma de relación con todo lo que rodea al ser. El proceso de nuevo deja las emociones originales sin resolver y las victorias y derrotas, en cualquier escenario, alimentan copiosamente al ego.

Sandra

“ Entro a biología. No me gustaba la química que daban, era así como: ‘¡oh!, ¡denme más!, ¡denme más!’, y como mi novio, en ese entonces, siempre

llegaba y me contaba todo lo que veía en [ingeniería] química, yo así de: ‘ah, a mí no me enseñan todo eso’. Y a él le contaba: ‘¿ah, sí? Pues yo vi que la bacteria no-sé-qué y no-sé-qué’... nuestras pláticas ñoñas del camino. (...) Y era así de que estudiábamos, este, pues hacíamos competencias de derivadas... un poco ñoño el asunto. [Ríe]

Como que este rollo de las parejas siempre ha sido así, ¿no? Como que muy intelectualizado.

”

Sí... [Pausa larga] sí...

El agonismo como forma de agresión ambivalente enfoca y enaltece la emoción desbordándola en cualquier tipo de competencia que un cuerpo sea capaz.

3.9 Ego como hedonismo

“¿Qué es lo más importante, la fama o tu persona?

¿Qué es lo más apreciado, la salud o la riqueza?

¿Qué vale más, el ganar o el perder?”³¹²

El ego desequilibrado no sólo tiene que ver con las victorias, sino también con las derrotas. La forma en que el ego se maneja termina también haciendo a un lado al cuerpo y convirtiéndolo en una herramienta en lugar de su persona. Como se menciona en *La precisión del cuerpo*³¹³, hasta reprocharse es ego; en la forma de que el reproche va dirigido al yo, pero no a un cuerpo incapaz. Esto también es una manera de ignorar el cuerpo, pues mientras se asume que la victoria y la derrota son el resultado de un yo mayormente racional que se auxilia de un cuerpo, hemos de reconocer que el cuerpo es quien produce tales resultados y esto supone que el entrenamiento al que se ha visto sujeto forma parte de un proceso corporal que se vive con una intencionalidad y una emotividad, construyendo o mermando la fortaleza de los órganos. Sin embargo este reconocimiento no se efectúa, segmentando una vez más al cuerpo de su proceso en totalidad. Se entiende desde

³¹² *Ibid.*, p. 70, verso XLIV.

³¹³ Agustín Serrano de Haro, *op.cit.*

este punto que no se tome responsabilidad de sus acciones, emociones o incluso de sus alimentos. La racionalidad y el ego desequilibrado dejan a su paso a una persona que se olvida de sí misma; dejan a un cuerpo olvidado.

Una de tantas formas de ego que se manifiesta entre varios de los practicantes es el clasismo. De nuevo la comparación entre las personas por tener un distinto origen al que uno. El intento de estar con sus iguales asume que existe una diferencia con otros; no hay reconocimiento de los todos. Sólo hay juicios basados en criterios muy específicos.

Remigio

“ Secundaria... qué horror. Yo tenía ganas de entrar a la 17, que está aquí arriba.

¿Aquí, en [Circuito] Pintores?

Ahá. Pero la 11 está más cerca de mi casa, a espaldas del Wal-Mart [de Echegaray]. Entonces mis papás dijeron: ‘no, pues que entre a la 11; se puede ir caminando’ – ‘Oigan, pero también me puedo ir caminando [a periférico], tomar mi camión, llegar a Plaza Satélite y caminar hasta la secundaria, ¿no hay problema! ¡Por mí mejor!’ – ‘No, pero no-sé-qué’. Y la diferencia era abismal: de la Tierra a la Luna.

¿Qué había en la 11?

Uno veía los edificios y la 11 esta... que la hicieron en los 60's y la 17 la hicieron a mediados de los 70's; la de acá en vez de ventanas tiene éstas láminas de fibra de vidrio y la 17 sí tiene ventanas de vidrio. De entrada, a lo mejor uno podría decir uno: ‘esas son tonterías’, pero ya en la parte de adentro los chavos que iban en la 17 son puros chavos que son del área de Satélite, de La Florida... de la zona, más o menos. Pues sí, los de la 11, también. Pero da la casualidad que son los de la Modelo, del Molinito, del Conde y en ese entonces pues sí el impacto del chavo, casi-casi del chavito banda ¡y peor que me tocó en la tarde!

Estas ideas de diferencias abismales entre los seres finalmente colocará a unos encima y a otros por debajo; la emisión del juicio le sigue a estas manifestaciones del vacío emocional que han cultivado.

Arturo

“ [sobre una exnovia] Así de: ‘ah, me da igual’.

Entonces dices: ‘ah, ya no me importa... tanto’

Así de [en tono despectivo]: ‘ah, ya se volvió chaka’.

¿Cómo que chaka?

Ah, pues es que ella era un año menor que yo, y cuando yo entré a prepa, ella estaba haciendo 3º de secu. Entonces en su examen, para prepa, escogió el CCH de Azcapo. Entonces pues en el CCH de Azcapo hay chaka. Entonces pues hay pura banda de esa: de chakas, ñeros, nacos... ”
todo lo que te imagines.

Tales valoraciones de uno frente al mundo y a partir de él pueden resultar excedentes, a pesar de que algunos juicios sean necesarios para la formación de una persona; el lector atento recordará del capítulo anterior que la clave es el equilibrio. Como ya hemos visto, el ego excesivo son más que nada ideas que tienen anclaje directo en la sensación de no ser digno de algo, en este caso, de atención o cariño por parte de un padre o madre, sea de manera real o simbólica. El menosprecio del sí mismo con respecto a otro también lleva ese sentido en el que no hay armonía.

Sandra

“ [Tras un episodio de dismenorrea] ya después me bajó y le dije a mi papá y fuimos muy felices. Y dijo: ‘ah, bueno, entonces no hay problema’. Sí, porque para mí era muy traumante. Imagínate: de los 8 a los 16 años sólo vivía con mi hermano y mi papá, o sea, con dos hombres, y siendo niña era así como: ‘¡ay, no!, ¡¿cómo me va a bajar?!’, ‘¡ay, no!, ¡¿qué van a decir?!’, ‘¡ay, no!, ¡¿qué van a pensar?!’, y así. O sea, para mí era como lo ”

peor del mundo.

Siendo que el rechazo a sí mismo tiene que ver con la visión ideal de sí que no se cumple, en este caso, como el de otras participantes, el rechazo manifiesto es hacia su propia feminidad. El yo ficticio que han armado es la medida del merecimiento de ser, aunque la persona real (y corpórea) no lo cumpla; tanto mejor si lo cumple, aunque el yo ficticio, o ego hinchado, sigue ahí. No hay un enfrentamiento con él. Al contrario: el reproche, por más caso de falta de ego que parezca, es el funcionamiento de sí bajo el mismo lineamiento de un ideal excesivo.

Jazmín

“ [En la Concentración del Comité Olímpico Mexicano] Yo misma me decía de cosas y me hacía... ‘a ver, tonta, ¿que no entiendes?! ¿Que no piensas?! ¿Que no puedes hacer las cosas más fuertes?!’. (...) [Víctor Estrada] confiaba mucho en mí y él habló conmigo muchas veces diciéndome que confiara yo en mí, que dejara de ser... él fue uno de los que me dijo que dejara de ser tan dura conmigo misma porque solamente ”
me estaba haciendo daño.

Un poco más allá y más explícitamente, la autoexigencia del ego es también un aislamiento del mundo. La propia suficiencia, dada en el caso de las victorias o concordancias entre el rendimiento (escolar, económico o deportivo) y las ideas que se tengan de él nos puede finalmente dar cuenta del proceso detrás de la ambivalencia en el reproche a los padres: son necesarios y no son necesarios. La necesidad afectiva sigue presente pero al no responder a ella se fortalece el ideal y se actúa conforme a él con la ausencia, la angustia y el reclamo como motores, demostrando al yo rechazado (o ego dañado) que no se necesita a los padres.

Vianey

“ Y luego me metí a trabajar a... no sé, a un puestecito de ahí, en el centro de Texcoco, que vende mochilas. Y es que yo iba a ingresar, a tomar un

curso para ingresar... quería ingresar a la UNAM y quería tomar un curso para ingresar entonces el curso costaba \$1200 y no quería pedírselo a mi papá, porque yo decía: 'si no lo paso, ¡ay!, ¡me va a hacer la vida imposible! Mejor lo pago yo y me esfuerzo más'.

Como que por ese lado, ¿siempre fue una relación como de... 'me exijo más a mí mismo para no exigir a los demás'?

¡Para que los demás no me exijan! ¡Prefiero exigirme yo más a mí misma a que los demás me exijan!

Los logros que inspiren estas hazañas viscerales construyen el puente de vuelta al ego, aumentando cada vez más la exigencia e ignorando todo lo que pueda atravesarse en el camino de la gratificación. Los logros devienen la forma de responder al hedonismo de la cultura y a la propia herida al ego. Por ello, aquel que no logra nada, es nada. Esto también es una de las guías del principio de rendimiento.

Amanecer

“ [El Taekwondo] lo dejé porque ya no podía con todo. Generalmente, siempre me ha preocupado más mi promedio que cualquier, prácticamente cualquier cosa en este mundo. Ahorita ya no. Ahorita ya digo: '¡ya!, ¡qué hueva!'; pero en toda mi... toda mi... hasta la universidad era así.

Digamos, 'vida escolar'.

Sí. Lo que me estorbara en sacarme 10 era malo.

Poco a poco vemos que este principio no opera única y exclusivamente en el deporte sino en general en cada una de las esferas que componen la vida de los deportistas, intenten ser artistas marciales o no.

Mariana

“ En el examen de Cintas Negras era mucho conflicto... podía hacerlo bien en clases y en exámenes se me rayaba el cassette o se me borraba. 'A

ver, ¿qué me está pasando?’ Esos nervios y ese miedo de fallar. Pero también sentir el de ‘¡pues, sí! ¡Sí puedo!’, y ‘¡sí lo logro!’, y ‘sí pateo bien’, y ‘sí tengo buena técnica’, y enfrentar eso, ¿no? Ya después saberlo: que en el siguiente examen ya lo pude, en el siguiente parcial, ya como Cinta Negra, el que ya pude hacerlo bien, el que me felicitaran, ya fue así como que: ‘¡pues sí se pudo!’, ¿no? Y satisfacción. Y: ‘¡ahora el que sigue!’, para el próximo examen de Cinta Negra que viene. Yo creo que ese es el sentimiento más grande de satisfacción: de saber que puedes lograr cosas. ”

El problema de la importancia del logro lleva irónicamente al lado contrario: el fracaso. “Los afectos aplacados rebrotan junto a las emociones nuevas que suscita la resolución y que, como satisfacciones o decepciones por el resultado se vuelven dominantes; múltiples reacciones del ánimo se entrecruzan y matizan unas con otras en un tumulto que ahora, libre de toda coerción y liberado de la tensión vivida, lo es mucho más”³¹⁴. La angustia de fracasar o de ganar puede llenar tanto a la persona que se desborda, bloquea la ejecución de cualquier actividad, no importando el tiempo que lleve aprendida o practicada una habilidad y resulta en aquello que tanto deseaba evitar: el fracaso. En el caso contrario también existe una gran intensidad emocional que, deslindada del cuerpo, no haya razón para no ser abusada de ella. El exceso de una emoción que bien podría denominarse como “positiva” también deviene un malestar que nos lleva por el mismo camino del embote de sí mismo por una emoción. La vida al límite es una vida con miedo a perder lo que se ha ganado.

Alejandro

“ Cuando ganas te sientes bien, te sientes como eufórico, tienes ganas de gritar, no sé, de correr, te sientes muy bien, cuando pierdes o cuando vas perdiendo se siente... por decir, cuando estás en el combate y estás perdiendo, te apagas, por un momento dejas que te peguen. (...) Cuando

³¹⁴ *Idem.*

estás ganando es al revés: te enfocas tanto, te importa tanto el ganar que te vas con todo. (...) Yo tengo una mala maña: cuando pierdo siempre dejo de hablar un tiempo, no sé, como 1 ó 2 días... no le hablo a nadie, como que no tengo ganas de nada. Luego hasta ni como. He estado como dos o tres días sin comer. ”

Por perder.

Sí. Te sientes muy mal.

La necesidad de vivir emociones de alto impacto se convierte en una lógica de funcionamiento para la persona, ignorando incluso las necesidades más básicas como lo son el comer, el huir del peligro o el dormir; las demás demandas, como aquella del afecto, también pueden ser opacadas por esta lógica del desborde. En este estado puede llegarse al punto en el cual no interesa el modo de lograr algo, sino el tenerlo.

Ruth

“ Después de la regañiza, yo creo que saqué todo contra la chava y fue como la noqueé y ya me sentía bien a gusto. Y mi mamá bien preocupada porque como era vale-todo había chavos que salían con los brazos rotos, nariz rota, dedos fracturados... y mi mamá, pues se espantaba. Y cuando me toca pelear a mí, mi mamá así como que bien nerviosa, mi papá tomando video y mi hermano tomando fotos. Ya cuando vieron que le pegué [a la contrincante], mi mamá también se espantó porque la chava no se levantaba.

(...) Y aún así, te sonríes.

Pues sí, es que, cuando veo... ese trofeo está bien padre porque ¡me llega como a la cintura! Si yo me levanto, me llega como a la cintura. Entonces sí dices: ‘valió la pena venir hasta acá’ o ‘competir’. Ya nadie quiso pelear conmigo. [Sonríe] Cuando lo recibes, pues todo el mundo te está aplaudiendo y así. ”

Finalmente, el respeto al otro desaparece por elevar el ego, por no perderlo. El placer de desahogar la emoción sin resolverla también se vive sin responsabilidad; lo que se vive es el premio. El cuerpo descansa al haberse expresado en el combate a costa del otro.

3.10 Olvido del cuerpo

*“Se puede confiar la dirección de un Imperio
A quien lo gobierna como si fuera su propio cuerpo.
Y al que ama al mundo como a sí mismo,
se le puede entregar el mundo entero”³¹⁵*

Este olvido no es sino la más indudable consecuencia del desborde de las emociones y el desequilibrio del ego que se viene construyendo en las vidas de los practicantes. Al olvidar el cuerpo por sí mismo y subordinar su primacía a las demás actividades que para él se le dispongan, entre lo más evidente de lo que ocurre son los accidentes que surgen en la persecución del ideal y de la replicación de su estilo de vida basado en el hedonismo y de la escisión de sí mismo, al igual que la del mundo que conforma a la persona practicante.

Remigio

“ ¿Qué más hay en la Cinta Negra, además de ‘responsabilidad’?

Ahí sí se aplica una cosa que decía mi mamá: ‘el compromiso es con uno’, el que sufrió las cosas es uno. El que sufrió las torceduras, rotura, golpes, el estar con la lengua de fuera toda la clase, lo está sufriendo uno. Y que el premio sea el que a uno le entreguen su Cinta Negra, sí es muy... de mucho orgullo.

Muy gratificante. Me da la impresión de que es como decir: ‘valió la pena’.

Sí, exactamente. Eso. Y que, pues bueno, esa gratificación, a lo mejor no la siente uno todos los días, todas las veces que se pone uno el uniforme y

³¹⁵ Lao-Tsé, *op.cit.*, p. 31, verso XIII.

la cinta, pero hay veces en las que uno dice: ‘me pusieron a prueba y demostré que soy digno de ello’; ahí también es gratificante. No solamente que lo vean a uno con cierto respeto, sino también como dices: es gratificante.

Al hablar de un principio de rendimiento que se exprese con la escuela podemos ver también los usos del cuerpo. En este extracto en específico también queda al descubierto desde dónde se aprende esta forma de relación consigo misma. Lo que termina rigiendo en la forma de conducirse es sólo una manera de cumplir con ideas de valía y dignidad que se hayan aprendido de los padres.

Nuria

“ Pues no nos consentía mucho mi mamá: ‘¿tienes gripa pero tienes fiebre? Váyase a la escuela. ¿Tienes tos pero pues no te estás muriendo? A la escuela’.

Siempre como la escuela primero.

Ahá. Y de ahí pues no he tenido fracturas o enfermedades crónicas... sí una vez, entrenando Taekwondo, se me dislocó el dedo chiquito del pie izquierdo pero ahí mismo el profesor, así como que, lo volvió a acomodar y ya me... fueron, tomaron radiografías, todo bien; estaban músculos, tendones, los huesos, todo bien entonces: nada más entablillado; y, como a los tres días: yo jugando volleyball en la escuela porque pues era el torneo de la secundaria. Yo estaba en el equipo, pues ¿cómo iba yo a dejar de jugar? Y ahí estaba jugando, con mi dedo entablillado.”

La expresión de olvido del cuerpo que más se vive entre los practicantes es esencialmente la búsqueda del hedonismo a través de la explotación de sus emociones, abusando de ellas sin responsabilidad ni conciencia de que es de su propio cuerpo de quien abusan. El caso anterior es numeroso entre los practicantes: el desborde emocional provoca una lesión como una expresión del cuerpo y a pesar de su gravedad, muchas veces es omitida, supeditando el cuerpo a la idea; al deseo.

3.11 Inseguridad

*“Quien no poseyó en sí la confianza
obtuvo, a cambio, la desconfianza”³¹⁶*

Este tipo de relaciones con la vida, basadas en la ausencia, el reclamo, la soledad y la angustia, llevan a otra manifestación del desequilibrio que llevan los practicantes consigo: a la barrera emocional u obsesión. Tanto con amigos como con parejas y hasta con familia, las barreras emocionales son protecciones que usa una persona para no revelar sus debilidades ante un ambiente que se percibe como hostil. No es de extrañarse esto último siendo que la competencia y la reprobación ha sido una constante en las vidas. En el lado de la obsesión, generalmente con parejas, se parte de una idealización de ellas a partir de las cuales se relaciona la persona; finalmente se está relacionando a partir de una ilusión de sí mismo. Ambas aparecen como una forma de escape al problema real de una emoción que expresada en la preferencia de sus sabores, ni se habla ni se resuelve y deja a la persona en el vacío existencial. El único sentido que parece quedarles es el sentido que han cultivado toda su vida: el hedonismo, el placer por el placer.

Liliana

“ En ese tiempo que estuve depresiva, que fueron como 2 años, lo único que hacía era estar en el desmadre, muchas parejas, pero pues igual no funcionaban... más decepciones amorosas, que yo siento que trataba de buscar una relación similar, como la que tenía en un principio con R, con alguien más pero pues obviamente no toda la gente van a tener el mismo compromiso de querer hacer una relación así. Entonces yo como que todo me lo tomaba muy en serio y cuando veía que no, me dolía... más deprimente el asunto. Y me escudaba con mis amigas, ¿no? Las quería ver a cada rato, quería salir con ellas. (...) Me la pasaba saliendo con ellas, pero era con tal de no estar yo sola. O sea, no podía estar yo sola

³¹⁶ *Ibid.*, p. 35, verso XVII.

porque me sentía más triste: me la pasaba llorando.

”

La relación ideal también se vuelve una ocasión más para desarrollar el apego a una persona, a un estilo de vida y a la idea de cómo deberían ser ambas. Por parte de Vianey, también se observa que la pareja es también una forma en la que se cultiva el ego.

Vianey

“ [Sobre su exnovio, en voz baja] Yo, cuando lo conocí, él tenía novia. Duramos un medio año de amigos, entonces en ese tiempo él tenía novia y ¡'uta! ¡Hablaban de ella maravillas! ¡No sabes! Tu dices: 'yo quiero un hombre que hable así de mí, ¿no? Que me vea como... muy bonita. Digo, o sea, N no es muy bonita realmente, ¡para nada, tampoco! Pero que la vea la más bonita, la más hermosa, la más, este... así. No, no conoces todos los días a una persona así. Pues fueron cosas que me gustaron de él, y tú dices: 'bueno, este es el tipo de persona que yo quiero para mi vida'. Con el tiempo te das cuenta de que no todo es de color de rosa, ¿no? Pero aún así yo lo seguí idealizando. ”

Para la construcción de amistades el caso de Yesica es muy ilustrativo, por la distancia necesaria que han de traspasar y por esa conexión desconocida que sólo encuentra respuesta parcial en su carrera, es decir, en la racionalización. La afinidad emocional se encuentra expuesta y negada: anteriormente había mencionado a sus amigos como gente “ácida”, siendo que su relación es a través del sarcasmo, de la ira disfrazada. Sin duda una clara exposición de las relaciones de la teoría de los Cinco Elementos al igual que de la negación de las emociones.

Yesica

“ ¿Qué los hace distintos, a tus amigos?

¿De los demás? Quién sabe. Eso es interesante. Más bien, ¡eso tú me lo

deberías de contestar! [ríe] Porque, ¿ley de la proximidad? No sé, o sea... como que... haces conexiones con las personas pero tú no sabes por qué es. Bueno, a lo mejor mis ideas químicas pero... Yo te podría decir: 'pues porque son buena onda', pero pues hay mucha gente buena onda y no toda la gente... Y yo siempre he tenido esa incógnita de decir: hay gente que me cae muy bien, pero no me inspira confianza como para yo llegar y decirles: '¿sabes qué? Hoy me pasó esto' o 'tengo tal problema'. No. ¿Por qué? No lo sé. No me inspira confianza. Y hay gente que, por alguna razón, la conoces y te cae bien pero aparte te inspira mucha confianza de contarle tus cosas. Que, tal vez, en ese aspecto yo sí soy muy cerrada. Yo no voy a llegar y contar algo simplemente porque me caes bien. O sea, necesito como, tener... más tiempo de conocerte y además como que haya esa conexión. ”

Las distancias en la familia aunque no son subsanadas, sí intentan ser sustituidas: las amistades para muchos de los practicantes son un punto esencial en sus vidas. La lógica que las guía sigue partiendo del panorama general de ausencia, reclamo y reprobación; un mundo hostil que se encuentra en todos lados, pero esencialmente, en la casa. Ahí entra al juego de la complejidad emocional-corporal la desconfianza entre los miembros.

Horacio

“ En la familia, pero no es como tanto intuición, pero ya ves que hay como cosas que tienes más como confianza en contárselas a los amigos que a una tía o tu papá. Pues sí luego como que pienso más las cosas de contarles como... alguna situación pues a algún familiar o algún amigo... y al final de cuentas se la cuento a algún amigo y pues me da un consejo. ”
Te sientes como... más la confianza de contárselo.

3.12 Intuición

*“Quien utiliza su propia claridad para ver su luz interior,
se protegerá de todo daño”.*³¹⁷

A pesar y gracias al mundo emocionalmente agreste de los practicantes se encuentran también, en sus vidas, relatos de intuición. De nuevo la contradicción es aparente. Por un lado puede suponerse que, *a pesar* de que pocas veces la educación corporal a la que se someten involucra un aprendizaje de las sensaciones, la consciencia sobre ellas es mayor que en otros casos, por el hecho de estar más en contacto con las sensaciones del cuerpo. Por el otro, *gracias* a esa hostilidad del ambiente en el que se han formado y que demanda soluciones en donde se ve amenazada la vida, es en donde, al límite de la razón, entra la intuición³¹⁸; que no es otra cosa que una sensación del cuerpo que se reconoce como parte de un universo y como sujeto de conocimiento sin intervenir en ello algún proceso racional. Regresando a la contradicción: el ambiente tosco siendo parte de la persona (o sea, del cuerpo) la lleva a tratar de solucionar su vida emocional en una práctica corporal que, bien dirigida, puede permitirle un pequeño reconocimiento de un sí mismo más profundo en una situación de crisis. El addendum a esta observación es la observación que tales sensaciones también son relegadas a lo extraño y con eso, a ignorar su mensaje. Una vez más el olvido del cuerpo aparece.

Omar

“ Ese día había un dual meet con Venezuela, yo llegué bien tarde y ¡no!, ‘¡los chavos no llegaron!’: el profesor estaba desesperado y me mandaron a cambiar; así como iba llegando, me mandaron a cambiar. Algo me decía que no fuera, ¿no? A lo mejor yo presentía que me iba a chingar la pata [ríe]. Y ya, para no hacerte el cuento largo, empecé a pelear con el chavo; medio calenté y ¡órale!, ‘¡que pase el profesor a pelear!’. ¡Pues ya ni modo!

³¹⁷ *Ibid.*, p. 78, verso LII.

³¹⁸ Norma Delia Durán Amavizca, *Cuerpo, intuición y razón*, México, CEAPAC, 2004.

Estaba un poco más delgado que yo; como soy chaparrito, me tocó uno más delgado, más rápido. Pues iba creo ganando 2-1, 3-1, algo así estaba la cosa. No sé por qué se me ocurrió hacer un giro abierto [una patada en la que se gira por atrás y se golpea con la planta del pie al rostro del oponente], se me atoró el pie aquí [en el hombro del contrincante]; caí boca abajo. En el momento en que caí quién sabe cómo cayó mi pie [derecho] y se tronó. Me dijeron que me levantara y ya no pude. Ya hasta que vieron que mi pie quedó así [volteado] fue cuando llamaron a la Cruz Roja. ”

Se vuelve también interesante notar que esta forma de ignorar la sensación de intuición es también una forma de olvido del cuerpo por cumplir con demandas sociales. El cuerpo preserva la vida en todos los sentidos; es por la ultrarracionalidad que se le ignora junto con todas las señales que comúnmente envía al desequilibrado ego. La sabiduría corporal es en este sentido racional, el equivalente a un ente extraño que actúa sin proceso lógico más que la preservación de la vida cuando se le amenaza, como lo es un intento de suicidio.

Liliana

“ Y ya, ‘tengo un cuarto, ya no estoy con mis abuelos, ya no estoy peleándome con ellos’, como mis tíos luego estaban mucho tiempo ahí, pues ya no estaban chingue y chingue y ya, pues ‘estoy ya con mi mamá’. Trato de seguir rescatando las materias de 4º semestre [de Diseño]...

Fue como un cambio de ambiente.

Ahá. Pero yo seguía igual en mis ondas darkies pero, te digo, tratando de rescatar pues, mi carrera, pero no, seguía sin poder, o sea, rescataba un poco, pero así como que de lleno no podía entrarle. Te digo que todo el tiempo estaba muy cansada, tenía mucho sueño; o sea, por más que dormía, no se me quitaba. Y ya, ¿no? Pasa eso, empiezo a tener ideas de querer suicidarme y toda la onda...

¿En 4º semestre?

Ahá. Sí. Y, una noche, ya... pues igual, con broncas familiares, broncas con el marido de mi mamá, nuevamente, o sea, yo en algún momento me había salido... porque era grosero conmigo. Regreso y sigue siendo igual, ¿no? Y luego ahora más que, que es la hija darketa... [Saca la lengua] peor.

Sacaba hasta más las garras, ¿no?

Sí, sí. Entonces, pues ya. Y una noche dije: 'pues hoy es la noche' y ya pensaba suicidarme esa noche en mi casa y empecé a escribir, así, cartas, así como despidiéndome: 'no, pues A, gracias por todo el pedo y la madre', pero estaba llore y llore y [ríe] suena muy estúpido: de tanto, pero de tanto llorar, ¡me quedé dormida! [Ríe]. Y entonces, cuando desperté, dije: 'ay, ya no me suicidé'. Pero fue porque me quedé, ahí estaba llorando...

Lo dices como de un despiste...

¡Sí, ahá! Fue así, y me quedé... Me acuerdo que medio me recargué en la almohada y ahí me quedé dormida, y ya por eso no lo hice. Y al día siguiente dije: 'Ay. Chin. Me quedé dormida' [ríe], ¡así como si se me hubiera olvidado cenar!

El sentido de la intuición va todavía más profundo si se considera de nuevo el planteamiento de un cuerpo relacionado con el mundo; es decir, con todo. Para el caso siguiente, no hace mal hacer hincapié en la importancia de los amigos y las parejas por el vacío emocional que se ha encarnado en los participantes. Tanto es así que las figuras relevantes, como en el caso de Sandra, de un novio potencial y de su hermano mayor (protector y cuidador), forman un vínculo profundo en el cuerpo. Si bien concretamente la vida no es amenazada, la vida emocional sí; la distinción debe dejar de hacerse en congruencia de evitar la separación de los procesos corporales. La intuición no escapa a este proceso que avisa de un proceso doloroso que se avecina: la muerte de un ser esencial.

Sandra

“ En noviembre se murió mi amigo M... por eso te lo había mencionado. Ponle tú que un día que dije: ‘¡ah, ya! ¡Par qué me hago pendeja! ¡Me encanta M, me gusta! ¡Ya! Y realmente Cr no me gusta tanto’. Y tomé el teléfono y en eso suena... o sea, ¡yo ya iba a marcar! Suena y me hablan: ‘oye’ – ‘¿qué pasó?’ – ‘ayer se murió M’, y yo así de: ‘no mames... ¡no... mames...!’

¡Qué shock!

¡No...! ¡Súper trauma! Creo que todavía lo tengo.

Todavía es... ¿triste?, ¿angustiante?

No... impotencia. (...) Pero bueno, el sistema de salud en México es una porquería. Y entonces, mi hermano, dentro de la clínica 10... se suicidó. El día que él se suicidó yo estaba entrenando, estaba en las telas [Danza Aérea] y sentía algo raro. O sea, yo desde que me levanté, sentía algo raro, o sea yo decía: ‘¿qué pedo con hoy? O sea, yo siento algo raro’. Le dije a mi mamá: ‘mamá, ya me voy a entrenar’ – ‘sí, hija, ve’. Bueno, te juro que estaba en la tela, estaba arriba, yo me acuerdo y, de repente, ¡así!, ¡se me fue la energía!, o sea así, ¡zum! Dije: ‘¿¡qué pedo!?’.

Un bajón de la nada.

¡Ahá! Y dije: ‘¡¿qué me pasa?!’. ¡Pero así!, ¡de un instante para el otro! Como a la media hora veo mi celular: llamadas perdidas de mi mamá, de mi madrina, de mi primo, de mi papá, dije: ‘ya... aquí hay algo’, y yo me empecé a sentir mal... mal... mal... Me decían: ‘¿qué te pasa?’.

‘Mal’ como...

Débil. Pues ya me comuniqué: ‘tu hermano está súper grave, está muy mal, vamos a Lomas Verdes’ (...) Yo estuve toda la semana en el hospital porque mi hermano había tenido una muerte cerebral (...) Obviamente a mí me costó un huevo.

Era muy importante para ti

Sí. Cuando se murió mi hermano cambió todo lo que [yo] hacía antes. Empecé a usar colores... porque dije: ‘estoy de negro todo el día, todos los

días... ahora que estoy de luto, no puedo estar de negro', mi vida... [A partir de eso] fue así de: blanco y colores.

En el caso de Cintia se encuentra la sensación pero no en vigilia sino durante el sueño. Es apreciable que el desconocimiento de la situación por parte de ella, de su familia y de su entorno la empujan al aislamiento, al resentimiento con las figuras que la juzgan y posteriormente a la necesidad de orientarse hacia la búsqueda de alternativas explicativas.

Cintia

“ Pero antes, ¿cómo era? Me comentabas este asunto de: ‘¡me cae mal la gente!’, ¿por qué? ¿Qué había en los niños pequeñitos que te caía mal? ¡Ah! ¡Es una larga historia! Mira: es que yo nunca me sentí normal; siempre me sentí rara. Hay algo en mí raro, no sé si mi mamá te lo haya platicado.

[Niega con la cabeza]

Cuando yo estaba pequeña había algo en mí que... yo hablaba varios idiomas de repente y nunca nadie me los enseñó. Entonces yo a mi mamá le decía que yo viajaba.

¿Cuando eras pequeña?

¡Ahá! Entonces mi mamá nunca me creyó. Yo le decía a mi mamá que recordaba vidas de cuando yo... recordaba vidas pasadas. Mi mamá nunca me creyó. Entonces yo decía: ‘¿por qué hablar si las personas no me creen?’. Yo les decía que yo no me consideraba de aquí: ‘es que no, yo no vivo aquí, yo tengo otra familia’. Y mi mamá así de: ‘¡estás loca! ¡Tienes 5 – ó 7 – años!, ¿cómo puedes decir esas cosas?’. (...)

En ese sentido son importantes para ti los sueños que tienes.

Sí. Porque, haz de cuenta en que hubo un tiempo en el que eran seguidos, seguidos, seguidos, así... entonces yo soñaba lo que iba a pasar en el día y yo despertaba ¡y era igual! Y de repente ya llegaba yo y decía: ‘es que no sé si realmente estoy respirando o es un sueño’ y me confundía.

Entonces, ¿eso cómo influía en tu mundo? ¿A quién le decías de esto?

Me quedaba yo sola; mi mamá apenas se enteró de que me puse a platicarle (...) Dice mi mamá que soy rara porque se me da mucho – no sé si creas – de que... yo a veces podía estar aquí y al mismo tiempo podía estar en otro lado; me desprendía fácil de mi cuerpo. Eso me hacía diferente y rara: porque nunca he conocido a alguien que le pase eso.

Entonces a la hora de compartirlo...

¡Ahá! Porque yo a veces llegaba a decirle a un compañero: ‘oye, es que fíjate que soñé y fui a tal lado’, y se quedaban así: ‘¡tú estás loca! ¡Jamás en la vida va a pasar esto!’. Entonces yo: ‘mhm... ¿para qué les digo si no me creen?’. Tal vez porque no lo viven o no lo sienten. Siempre he andado en búsqueda de eso, ¿no? A ver qué es, o qué, o por qué me pasa eso a mí.”

3.13 La búsqueda

“Cuando se perdió la Virtud, surgió la bondad.

Cuando se perdió la bondad, surgió la justicia.

Cuando se perdió la justicia, surgió el ritual.

*El ritual es la carencia de fe y lealtad,
y el inicio de todas las discordias”.*³¹⁹

Entre los practicantes es interesante notar que varios han recurrido a alternativas en lo concerniente a su religión y a su salud, especialmente al hablar del Tae Kwon Do como forma de manejar las emociones; en este último rubro, incluyo la filosofía del arte marcial, la protección que significa para los practicantes y la guía que simboliza el profesor o entrenador. Tras el panorama que se ha asentado de la propia construcción guiada por el ego y el hedonismo, hay distintas maneras a través de las cuales se intenta transitar un camino distinto al que se lleva en el ambiente ciudadano inmediato, salvo algunas excepciones, en donde la medicina estrictamente alópata, un cierto tipo de educación religiosa y hasta los deportes tradicionales se han

³¹⁹ Lao-Tsé, *op.cit.*, p. 61, verso XXXVIII.

enraizado. Lo que predomina es una búsqueda en estos aspectos; un peregrinar hacia la alternativa.

Fernando

“ Me enfermé de anemia, a raíz de eso, te digo, tuve que comer un poquito más. Estuve en tratamiento.

Recuérdame qué tratamiento llevaste.

Me dieron vitaminas... una dieta especial, y este... e inclusive me pusieron a hacer poco ejercicio, casi no. Y a raíz de que entré a la Universidad [a la carrera de Quiropráctica], ya ahí la nutrióloga nos dijo cómo comer: qué tanto y en qué porciones; ahorita también nos dieron una dieta especial (...) Yo, te digo, [ahora] ¡yo que visite a un alópata!...

Entonces, tratamientos. ¿Qué tratamientos frecuentes?

Cuando yo estoy enfermo de gripa o algo así, na'más voy a que me ajusten y ya.

A que te ajusten... ¿o sea al quiropráctico?

Ahá. Al quiropráctico; y si acaso me llego a tomar un vasito de limón, remedios caseros, nada más.

Y antes de eso, ¿qué hacías con gripitas y así?

Ah, pues sí iba... de hecho la familia todavía tiene el médico de cabecera. Se llama B y, cualquier enfermedad: corre. Ya él nos checaba. Básicamente ya sabía él lo que nos pasaba cada temporada. [ríe]. ”

En estos dos casos, seleccionados precisamente por ser icónicos del cambio de ambiente, la combinación entre ambos estilos de tratamiento es visible. En el caso anterior va incluso hasta el cambio de paradigma hacia la quiropráctica. Para el caso de Vanessa el cambio radical en el ambiente permite ver cómo cambian los tipos de tratamiento, finalmente tratándose en forma combinada, aunque también bajo la escisión discursiva.

Vanessa

“ *Entonces, ¿fuiste con un doctor [para tratar la infección en vías urinarias altas]?*

Allá en mi pueblo [en Oaxaca], no. Aquí [en el D.F.], sí.

¿Allá cómo le hiciste?

Remedios caseros (...) mi mamá me hizo un té de pelos de elote y ese me lo tomé, porque pastillas no tomé, ¡y con ese se me quitó! (...) y mientras estaba con mi mamá eso me daba, ya después no porque iba al doctor: me hacía el té y como que ya no me hacía.

¿Ya aquí?

Sí. (...) Ya después me fui con la doctora y me recetaron pastillas. (...) Me dijo la doctora: ‘cuídate mucho: no puerco, no grasas, sal, menos azúcar’, me dijo varias cosas que no podía yo comer.

¿Entonces, generalmente vas con el doctor? Digo, porque también me acordé que luego ibas con el profesor [de Taekwondo], para que...

Ah, sí, ¿sabes qué? Luego iba con el profesor a que me limpiara mi cara. Porque todavía la tengo sucia, con manchitas. Me dijo el profe que era porque estaba mala de los riñones. Y luego me dice: ‘y eres muy enojona’. Dice el profe que son corajes que se quedan adentro, que no los saco, que por eso la cara se me pone llena de manchas. Y fue por eso que me puso... las agujitas [de acupuntura]. (...) [Y de pequeña] tiro por viaje, era por empacho.

¿Y cómo te curaba tu mamá?

Igual: con purgas. Bueno, no ella, me mandaba con mi tía. Y ya mi tía ponía una cáscara de un árbol que se llama mesquite y luego le ponía no-sé-qué otra cosa que para que yo me compusiera; y me sobaba la panza y me jalaba los pellejos [pone sus manos en su espalda].

¿De la espalda?

Ahá. Eso me hacía mi tía. (...) ¡Pero nada más así me curaba! ¡Ni con doctor ni nada! Era todo casero.

”

Por supuesto esto también involucra para muchos participantes un cambio en el concepto de salud que también nos habla de esta inquietud de buscar alternativas, a esto se agrega el hecho de que varios de los participantes se dedican a estudiar el cuerpo desde las perspectivas del deporte, la inmunología, la psicología y la quiropráctica, como se puede apreciar en la siguiente tabla.

Condensado del grado de estudios y especialidad de los practicantes

Nombre	Último grado de estudios	Especialidad
Liliana	Licenciatura	Entrenamiento Deportivo: Taekwondo
Jazmín	Licenciatura	Entrenamiento Deportivo: Taekwondo
Ruth	Licenciatura	Entrenamiento Deportivo: Taekwondo
Mariana	Licenciatura	Entrenamiento Deportivo: Taekwondo
Nuria	Licenciatura	Diseño Gráfico
Sandra	Licenciatura	Química Farmacobióloga
Ifigenia	Licenciatura	Psicología
Vanessa	Secundaria	
Claudia	Licenciatura	Ciencias de la Comunicación
Amanecer	Doctorado	Inmunología
Vianey	Licenciatura	Pedagogía
Cintia	Licenciatura	Medicina: Cirujano Dentista
Yesica	Licenciatura	Química Farmacobióloga
Alejandro	Licenciatura	Ingeniería en Sistemas
Fernando	Licenciatura	Quiropráctica
Diego	Licenciatura	Ingeniería en Sistemas
Remigio	Licenciatura	Biología
Arturo	Preparatoria	Tentativo: Nutrición
Omar	Carrera técnica	Contabilidad
Horacio	Licenciatura	Entrenamiento Deportivo: Taekwondo

Tabla 4. Aunque los practicantes no fueron seleccionados al azar, es evidente el alto grado de estudios que tienen en su gran mayoría.

Esta inquietud general puede ir también independiente a la carrera, como el caso de Claudia, de Ciencias de la Comunicación. La búsqueda también está

respaldada en la experiencia de vivir unos meses en un pueblo de Guerrero; el cambio de ambiente también promueve la concreción de una idea distinta de salud que involucra la disciplina y la valoración de la procedencia de un alimento. La perspectiva integrada nos permite ver que el hedonismo aún sigue presente en la búsqueda de la salud por medio del placer en el paladar.

Claudia

“ *¿Para ti qué significa ser saludable?*

Comer bien, hacer deporte pero tener disciplina en las dos. O sea, combinar una con la otra. De vez en cuando también darte tus gustitos [ríe]. (...) Sí, cuando te cuesta trabajo hacer las cosas, las valoras, definitivamente. Como cuando te cuesta estar sudando... mucho, cuando es torneo, que tienes que cambiar lo que comes habitualmente así como que cuesta. (...) Sí, porque como estaba ahí en Guerrero, pues allá como que la fruta es más natural y las cosas son más... más naturales. Entonces como que llego aquí [a la ciudad] y ¡ay!, [se toca el abdomen emulando el dolor]. (...)

En ese sentido, ¿qué es la enfermedad?

Yo creo que es una manifestación del cuerpo que te dice: ‘espérate’, así de: ‘párale tantito, vas muy rápido’ o ‘necesitas descansar’... ‘necesitamos descansar’.”

La consideración de la tabla anterior permite también notar el cambio de perspectiva que operó en el caso de Sandra. En este caso la experiencia busca fundirse con la teoría en la idea de crear un panorama integrado de los saberes que se integran en ella. No haría mal al lector en recordar la escisión discursiva en este segmento que se nos comparte.

Sandra

“ Pues para mí la salud es un equilibrio. Un equilibrio... pues mental, físico, emocional...”

O sea, como 'de todo'.

Yo lo veo como algo muy integral, o sea, no te enfermas nada más porque... porque sí, ¿no? Además de existir razones biológicas, inmunológicas y ya así... pues sí, más biológico, hay otras atrás de eso. Así como cosas de energía, también. Balances... desbalances emocionales.

¿Balances emocionales? O sea, ¿como qué?

Desbalances. Pues no sé... bueno, a mí me pasa que si estoy... si me pongo muy triste, soy más susceptible de enfermarme de la garganta o de gripa, si me enojo mucho con alguien [gruñe] me da colitis, si estoy muy tensa, me empiezan a doler los músculos. O sea, ya los tengo bien identificados. Sí, mi cuerpo me avisa antes. (...) Y, ahí sí me molesta que traten la enfermedad nada más como algo biológico, digo, yo me dedico a la inmunología y, sinceramente, a pesar de que amo las partes científicas de la respuesta inmune, creo que es algo estúpido sólo enfocarte a esa parte: ¿de qué te sirve tomar un fármaco si no estás cambiando tu alimentación, si no ves qué te está pasando a ti a nivel emocional?

La búsqueda en el matiz de una creencia religiosa primero tiene que ver a la historia de conquista espiritual que empapa al país. Sin duda tiene que haber primero un rompimiento con esa historia que aparece similar a una constante en los cuerpos de los practicantes; cosa que finalmente ocurre. La búsqueda de un refugio espiritual inicia tras ese rompimiento, ya sea que haya sido promovido por los padres o por alguna otra autoridad.

Amanecer

“ Mis papás sí fueron criados en casas creyentes, así con catecismo y todo, pero ellos decidieron que no... que no les parecía la religión católica y mis papás son de los que creen que no existe nada superpoderoso más allá, entonces no; son completamente agnósticos y así nos educaron.

Agnosticismo. En ese sentido, ¿qué onda con tus ideas?

Pues no están de acuerdo [ríe]. Yo siempre he pensado, en primera, de la educación: si yo no creo... no sé, no sé... como que inculcar esa idea no me parece correcto, sobre todo en una sociedad tan católica (...) Porque, por ejemplo, tampoco creo que Jesús sea hijo de Dios y, bla-bla-bla. Pero me gusta la religión católica... me gustan varias cosas, hay otras que no.

En ese sentido, ¿cuáles serían las ideas que tú adoptas, ya sea de la religión católica o de otra religión o filosofía?

Más bien, yo lo que pienso es que, cuando empiezas a estudiar ciencia, y empiezas a ver cómo funciona todo: la célula, el DNA, o cómo las células se comieron a otras células y se hicieron células que necesitaban oxígeno, como que dices: ‘¿a poco todo eso fue producto del azar?’, ¿no? O desde el origen del universo o todo esto... empiezas a decir: ‘wow’. Pero, no sé, eso que le dicen Naturaleza o Cosmos o no-sé-qué, no me parece que sea así como una tirada de dados, ¿no? Pues yo sí creo que hay una fuerza superior que le dicen Naturaleza, le dicen Cosmos, le dicen Dios... Y de las religiones lo que me gusta, por ejemplo, sobre todo de la católica, que es la que más se maneja: el amor, ¿no? Que según yo era, según yo entiendo – porque no sé mucho porque mis papás no me enseñaron nada de lo que he aprendido en la escuela – Jesús, o sea... la doctrina inicial de Jesús de que todos somos hermanos y todos somos hijos de Dios y todo esto, es lo que me gusta.

”

Precisamente ha de atravesarse las inconformidades con la religión impuesta para poder resumir la búsqueda, en este caso también impulsada por un resentimiento de generaciones. Un evento notorio es que la escuela (privada) también lleva a Alejandro a una visión distinta de las religiones. Al igual que Amanecer, a pesar de que no se relaciona abiertamente con alguna de ellas, el interés está manifiesto.

Alejandro

“ Una de las principales razones por las que dejé de creer en el catolicismo, no sé, cuando me dieron historia de las religiones en la secundaria, pues, nos mostraron ciertas películas; entonces decían: aquí se tenía una creencia religiosa, politeísta; entonces fueron los españoles los que trajeron ese tipo de creencias y las inculcaron aquí por la fuerza. Entonces no tiene mucho que ver, digamos, contigo, la creencia religiosa que tenga, más bien depende de dónde habitas.

Como si tuviera más que ver contigo las creencias prehispánicas que las católicas.

Sí. Si creyera en algo, creería en lo que creían antes, pero pues nada de eso. Dejé de creer eso porque lo metieron por la fuerza. (...) No le encuentro nada de especial al catolicismo, principalmente porque lo conozco bien. Eso siempre ha sido una forma de controlar a la gente: las religiones.

Las religiones. No sólo la católica sino todas las religiones.

Bueno, casi todas. El budismo es la que me parece más agradable... más interesante.

¿De qué forma?

De que promueven el respeto no sólo a Dios, tienes que respetar tu ambiente, a los animales, a las plantas, a tu cuerpo, a todas las personas (...) No sé, promueven más el respeto que nada.

¿Por ese lado te gusta más?

Sí. Más que estar adorando algo... no sé... santos o algo, como la católica. Tienes que respetar a todo. Si adoras algo, tienes que respetar a toda la naturaleza, a todo lo que ves.

Pero como tal, no eres budista.

No. Pero, me parece bien esa.

”

Las búsquedas que aquí se ven, a pesar de la parte común de la contemplación de la totalidad, tienen más un carácter racional; buen ejemplo de ello es el siguiente caso, en donde la filosofía se entrecruza con el sentimiento que surge en relación con la inmensidad y termina amalgamándose, tras el mencionado corte con la tradición social del catolicismo, en la Ley de la Atracción y en una pragmática directa que se vincula también con sus estudios.

Ifigenia

“ Me gustó mucho desde prepa la filosofía, y desde prepa me metí a leer. Mi religión, por social y tal vez lo siga siendo, es católica, toda la vida (...) Para mí, tal cual, así como viene, como un padre protector, no creo que sea.

No crees en eso. ¿Qué sí habría?

Creo que hay una... como fuerza, no un destino, pero sí como una armonía en el universo. Porque no sé, la verdad es que sí me sorprende como todo lo que tenemos: la naturaleza, el ser humano, la vida misma, el planeta, la inmensidad... todo eso como que sí dices: ‘¡wow!’, ¿no?

Te sorprendes cuando piensas en la inmensidad del universo.

Sí. Es como padre. Y creo que, si existe eso, por supuesto, para mí que hay algo mucho más grande que nosotros, pero no creo que sea el dios paternal que te cuida, te protege y guía tus pasos. (...) Sí creo que pueda haber algo como... creo un poco más en la Ley de Atracción.

Más en la Ley de Atracción. ¿O sea como esta resonancia metafísica que emiten los seres por la voluntad misma?

[Ríe] Sí. Pero por tu deseo, ¿no? A lo mejor no te das cuenta, pero todo el tiempo lo estás pensando y es lo que jalas, como esa energía y es lo que te guía; al fin y al cabo, somos energía también.

¿Entonces esta sería tu forma de comulgar con esta armonía superior?

¿La Ley de Atracción?

Sí... como el conecte. (...) Siempre trato de cambiar mi pensamiento en función de lo que quiero que pase. ”

Para regresar al tema del Tae Kwon Do aparece entre las búsquedas aquella del refugio físico. Comprensible en todos sus aspectos tras la historia de abandonos y abusos. Muchos de ellos son visibles desde la intencionalidad con que se inició a practicar el arte marcial; y no sólo eso: como agregado, también se vuelve transparente la complejidad del cuerpo que se manifiesta en un sentimiento indefinido: el gusto por una práctica corporal en la que por fin se puede sobresalir y desahogar la emoción que se genera ante un ambiente de agresiones.

Omar

“ *¿Cómo fue que empezó a entrenar?*

Pues, me llevaban. Como todos los niños, ya sabes que no falta el gandalla del barrio que te pega, se enoja tu madre y: ‘te vas a aprender para que te defiendas’.

A usted, ¿le agradaba la idea?, ¿no le agradaba la idea?

Pues al principio no sabes si te agrada o no te agrada. Lo único que sabes es que te llevan y: ‘¡órale!’. Poco a poco, ¿no? Vas relacionándote, vas conociendo y, pues, te empieza a gustar. Practiqué más deportes, pero yo sentía que no, que el bueno era éste. Por lo menos en el que más destacué fue en éste. Lo que me gusta de este deporte es que no dependes de otro...”

La intuición de nuevo es visible en la búsqueda que lleva a la persona hacia el Tae Kwon Do. El cuerpo es el que sabe que ahí es en donde puede, si no solucionar, por lo menos no ser dañado de la forma en que ha sido lastimado. En este extracto puede también verse la caída de la protección familiar por el abuso sufrido, y con él, el daño al ego que lo desequilibra aún más. Lo que se puede ver a través de los ojos de la participante es un método para encauzar el excedente de una emoción.

Cintia

“ Casi fue recién de eso [el intento de violación] que me metí al Taekwondo. Entonces buscaba en qué distraerme y ya. Fue por eso también que me metí.

¿Como cierto ‘empoderamiento’?

Sí, porque como pasó eso, y como no vi de cierta manera apoyo de mis papás, o sea, como que era algo nuevo para ellos, la situación; no sabían cómo actuar. Yo sabía que me iba a volver un despapaye después de eso. Yo sentía que ya me empezaba a valer: ‘pues si alguien me hizo daño, ¿qué me puedo esperar de los demás? Si alguien de mi familia lo hizo, ¿qué me puedo esperar de los demás?’. Entonces este...

¿Como de nuevo ‘la traición’ [de los amigos que querían ser novios]?

Ahá. Entonces como: ‘¡pues ya!, ¿¡ya pa’qué me cuido!?’. Entonces yo entre mí decía: ‘no, pero es que no, yo no soy así’. Entré a Taekwondo y al poco tiempo tranquilicé mi odio, mi coraje; me sentí mejor. O sea, no caí ”
en los vicios ni nada.

La búsqueda también encuentra otro sentido en la practicidad de la filosofía que algunos maestros presentan a sus alumnos. Esto también es una ventaja sobre un deporte convencional en donde, como hemos visto, la filosofía que lo rige no es explícita. Se habla del aprendizaje del afrontamiento, del juego justo, de la gratuidad, de la virtud de un cuerpo (segmentado de sus demás procesos); el deporte se limita al entrenamiento y de las actitudes que dentro de él se cultiven, prácticamente aislado de su proceso emocional, social, de su contexto y de sus probables símbolos reformadores. El caso tiene un matiz distinto (aunque no por mucho) en el Tae Kwon Do en la forma en que algunos maestros siguen conservando las formas no-deportivas de las clases, en donde cada clase lleva una enseñanza.

Cintia

“ Te haces muy responsable. Yo siento que el Taekwondo es eso. Te haces muy responsable porque nadie anda detrás de ti. Decía mi maestro

coreano: ‘al que quiere venir es porque quiere; el que lo practica es porque le gusta. Nada de que tu mamá está detrás de ti. Tú ya sabes tus obligaciones: ¿te gusta entrenar? Adelante. Lava tu uniforme, lo planchas, acomodas tus calcetas y te vas a entrenar’. Te haces muy responsable.”

Partiendo de esto, para algunos participantes ha sido un punto de inflexión de características previas a la práctica del arte marcial. En el caso de Mariana, anteriormente estaba la idea de “ser la buena”, en la que se apoyan las enseñanzas de su profesor para cambiar actitudes con otros.

Mariana

“ Creo que nunca lo ví como una defensa personal. Hasta eso, en la primaria, me ayudó a modificar ciertas conductas.

¿Cómo?

Porque yo en la primaria era la niña del bullying, que en lugar que me hicieran a mí bullying, yo lo hacía: molestar a la compañerita, ponerle el pie, o hacer travesurillas, ¿no? Y cuando entro a entrenar y eso, fue cuando cambié totalmente, fue cuando... yo creo que era mucho lo que nos decía el profesor al iniciar la clase o al terminar, lo de: ‘tienen que ayudar a los papás a hacer las labores de la casa’ o ‘respetar a los mayores’, ‘ceder el asiento a las mujeres o a un mayor’. También me acuerdo que decía: ‘a la hora de la comida tienen que esperarse a que su papá empiece a comer y ya después ustedes pueden comer’ o ‘el jefe de la familia’, por educación, ¿no? Muchos valores y cosas así. Entonces creo que fue lo que a mí me atrajo un buen. Porque pues yo quería ser siempre la buena y echarle muchas ganas y cuando me empiezan a decir que tengo que modificar todo eso, pues es así de: ‘ah, pues lo tengo que hacer para ser mejor’.”

En el caso concreto del respeto, es una actitud que se mueve más allá del área de entrenamiento, que se replicó en el caso anterior en la escuela y en el caso siguiente, al momento de competir.

Diego

“ Esa parte de la filosofía de respetar al prójimo, incluso aunque estés peleando con él... me decía... incluso, por ejemplo, el profesor R una vez me dijo: ‘justicia al matar’. Porque hay veces que tú sabes que ya llevas la pelea ganada, ya no necesitas demostrar nada más. ¡Ya le ganaste al tipo! ¡Pues ya déjalo! Ya no lo estés pateando más. Defiéndete pero sin humillarlo, sin humillar al contrario, ¿no? O sea, ¿tú ya ganaste? [Entonces] tú a lo tuyo: defiéndete, ya no lo golpees, ya no lo humilles. O sea, porque eso es parte de la misma filosofía de Moo Duk Kwan. ”

Aquí vale también hacer una corrección al discurso: la filosofía de la que habla Diego no es exclusiva al grupo Moo Duk Kwan, sino que es básicamente uno de los cinco principios que los Hwarang de Corea antigua seguían. El tiempo sigue siendo una espiral que se contradice sin dejar de ser: el pasado sigue haciendo cuerpo en el presente; la condición esencial es la conservación del arte marcial, no su completa transformación al deporte como sugiere el Dr. Capener³²⁰. Hasta ahora también podemos ver las dos caras del Tae Kwon Do como arte marcial y como deporte: por un lado dando los principios sobre los que en antaño se ha basado la práctica y por el otro alentando el espíritu competitivo que enferma a sus practicantes bajo la justificación del rendimiento. Claro que todo esto no sería posible sin la figura del profesor, de quien mucho depende por las historias de vida. Por este lado el profesor también es otro fragmento de la búsqueda, en este caso de un guía, por parte de los practicantes.

³²⁰ Steven D. Capener, “Problems in the Identity and Philosophy of T’aegwondo and Their Historical Causes”, en *Korea Journal*, (República de Corea), Vol.35, No.4, 1995, http://www.teamusa.org/~/.media/USA_Taekwondo/Documents/Coaching/ACQuiz/History%20of%20Taekwondo.pdf, consultado el 10 de marzo de 2011.

Fernando

“ *¿Qué fue lo que hizo que te quedaras en Taekwondo, habiendo probado otras Artes Marciales?*

Te digo que básicamente fue la forma de pensar de la maestra porque me ponía yo a practicar y a hacer los movimientos y me decía: ‘no, si haces esto te va a pasar esto, esto y esto otro’ y aparte de eso, a raíz de lo primero, me gustaba mucho lo de exhibición, se me olvidaba y lo hacía: o sea, lucirme con lo que yo hacía.

¿Y era el caso al inicio del Taekwondo?

Ahá, y la maestra ya me empezó a centrar más. Así como que a ponerme los pies sobre la tierra.

¿En qué sentido, por ejemplo? ¿Qué es lo que te pasaba?

En que hacía un movimiento y trataba yo de mejorarlo (...) empecé a trabajar con la maestra y trataba yo de perfeccionar lo que ella hacía y la maestra así como que se me quedaba viendo y me incomodaba su mirada [ríe]. Y luego así al final hablaba sobre cosas, daba ejemplos y cosas así. ‘Ah, sí, tiene razón’. (...) Me imagino que fue todo eso lo que empezó a llamarme más la atención. Me empecé a llevar muy bien con la maestra, es una de las personas que agradezco a Dios habérmelas puesto en mi camino porque es una persona que me ha apoyado mucho en muchas cosas de mi vida, que yo le he podido contar y ha estado conmigo.”

La práctica en sí misma necesita también el elemento del guía; alguien que haya recorrido el camino que el practicante desea andar. El camino del profesor deviene una parte fundamental en esta dinámica de relaciones, considerando en práctica que este rol lo convierte prácticamente en un padre o madre alterno. La expresión corporal bajo la guía de este padre o madre se convierte en un espacio de mucha fuerza tomando en cuenta el paisaje emocional; la sustitución de las carencias de una forma socialmente aceptada.

Ruth

“ Me va a doler más dejar el Taekwondo [por estudiar] que dejarlo a él [mi novio]. Más que nada porque es un estilo de vida, es algo que ya traigo... ¡parte de mí! Aparte mi profesor ha sido como un amigo así, bien, porque ellos se dan cuenta de todo: estás triste y luego-luego se dan cuenta, y se ponen a platicar contigo y todo el relajó. Y les agarras una confianza muy grande, entonces luego veían que yo estaba triste o que estaba bien feliz o que estaba preocupada por algo de la escuela o algo así, pues los profesores te empiezan a preguntar que qué onda.

Como más cercano.

¡Más cercanos que hasta tus papás! ¡Luego les contabas más cosas que a tus papás! Y precisamente por eso: porque yo llegaba aquí de entrenar, ya llegaba, cenaba y me dormía. O: llegaba, cenaba y me ponía a hacer tarea y ellos ya se tenían que subir a dormir. Entonces así como que fue muy... o sea, va a ser más difícil dejar el Tae que dejar a cualquier otra persona. ”

Es como si estuvieras con tu papá.

¡Exactamente!

3.14 Evasión de responsabilidad

“Quien vence a otros, es fuerte.

Quien se vence a sí mismo, es poderoso”³²¹

El largo trayecto nos lleva también a considerar las construcciones que nos arroja esta dinámica que atraviesa a estos participantes. Las prácticas corporales que llevan los hacen llegar efectivamente a lo paliativo, sin embargo el enfrentamiento consigo mismos se da a medias. Esto es notorio principalmente con los reclamos que siguen promoviendo las dinámicas que los llevaron en primer lugar a la práctica del Tae Kwon Do. El doble vínculo del reproche a los padres y al mismo tiempo su dependencia, los pocos proyectos laborales estables que muchos de ellos han emprendido al igual que las dudas vocacionales durante el periodo de práctica e

³²¹ Lao-Tse, *op.cit.*, p.53, verso XXXIII.

incluso después nos llevan a pensar que las memorias corporales de los practicantes se han movido poco. Muchos de estos aspectos son parte del hedonismo que se vive dentro de las expectativas sociales, y por lo mismo seguir con esa guía equivale a una brújula descompuesta; en pocos momentos se ha cuestionado el status quo y en menos momentos se ha resuelto algo distinto. Los proyectos de vida aparecen siguiendo ideales de clase o definitivamente no existen tales. La cuestión se hace más grande al preguntarse si es este el sentido que piensa llevar una vida. La responsabilidad de la vida propia se delega a otro o al tiempo. Bajo esta perspectiva el miedo al éxito que mencionaba Horner en Graydon³²² se hace una posibilidad muy tangible. Y, de hecho, está hecho cuerpo.

Jazmín

“ Mi papá hasta la fecha todavía nos sigue manteniendo, a mi mamá, a mi hermano y... a mí. A pesar de que mi mamá tiene pareja y mi papá tiene pareja.

El dilema del trabajo y el deporte como percepciones distintas aquí causa también conflicto en los participantes y se ve resuelto a medias con el sobrellevar estudios y con los pagos que se reciben por los torneos. En el caso de identificar en el dilema el grado de estudios con las posibilidades laborales, puede entenderse el ambiguo desdén a los primeros. La toma de decisiones se delega a alguien más: a los padres, al tiempo, a la pareja o las circunstancias. Aquí se manifiesta la evasión de la responsabilidad sobre la propia vida, poniendo al descubierto también los miedos tanto al éxito como al fracaso.

Nuria

“ Si ya quedamos para la siguiente etapa, pues 2, 3 veces entrenando al día, este, para... para llegar al Nacional, competir y, pues esperando ganar.

³²² J. K. Graydon, “Psychological research and the sports woman”, en *Medicine and Sport Science*, (Suiza), vol.24, 1987, pp.54-82

¿Llegaste al Nacional?

Mhm.

Órale. Cuéntame de eso.

[Ríe] Esos son otros detalles perdidos. Llegué varias veces a los Nacionales, de hecho quedé varias veces en la Selección Nacional, este... sólo que ahí faltó un poquito más porque después de llegar a la Selección Nacional se hace otra evaluación y ahí es en donde ya no quedaba yo. (...) De repente como que te da así: 'bueno, OK. Voy a cambiar toda mi vida, voy a dedicarme a Diseño Gráfico; por eso tengo que dejar Taekwondo totalmente a un lado'. De repente así como que dices: 'pues sí, [Diseño] es lo que estudié, es mi carrera... pues va', pero pues yo creo que, si no lo he hecho, es porque sí digo: 'Mmm... ¿dejar Taekwondo?... [hace una pausa larga]'. A lo mejor no lo conceptualizo: lo siento. Entonces ahí como que dices [a manera de excusa]: 'ay, pues es que no he encontrado trabajo de diseñador', ¿no? ¡Pero no he encontrado porque tampoco lo he buscado!

”

No se puede negar la influencia de otros factores es este tipo de evasión. Uno de ellos es que varios practicantes, después de algún tiempo de cintas negras, se dedican a dar clases, resolviendo parcialmente el dilema que presenta originalmente el tiempo entre el estudio y el entrenamiento de alto rendimiento. El otro factor es el ideal de ganar, de ser parte de la selección nacional; por razones numéricas, no todos los competidores pueden llegar ahí. En el caso que se cita a continuación, habiendo sido embriagado y rechazado del ideal de la selección, es notoria la falta de vocación por la carrera técnica estudiada. La gratificación que proporciona el deporte resuelve el desdén ambiguo por los estudios y terminan despreciándose. Al término del desinterés por ellos, los padres reprobadores terminan decidiendo. La indecisión se vuelve la única forma de resolver los conflictos que presenta un ambiente hecho únicamente para la competencia.

Omar

“ ¿Qué fue lo que hizo que se metiera a Contabilidad?

¡La preparatoria! Pues me empezaron a dar contabilidad desde el principio, porque ahí salías de auxiliar contable.

O sea, era nada más por...

¡Sí! ¡O estudiaba ahí o me iba al rastro! ¡Pues tenía que estudiar ahí, no quería ir al rastro a cargar reses! ¡Era una chinga!

¿Ya había estado en el rastro?

Ya, ya me había llevado mi papá. Te digo que ya no había funcionado en varias escuelas, y pues ya se habían enojado mis padres; y más en la última que salí bien borracho, me corrieron por borracho...

¿Ahí pasaron dos años o un año...?

Un semestre. Primer año. Ahí iba por año.

¿Entonces este asunto de cambiar de escuelas fue en el primer año?, ¿o en el primer semestre?

”

Me aventé un año y un año. Dos años de preparatoria así como que perdidos. Más o menos un lapso así. Por eso fue que ya ni protesté acá.

La vida sigue rigiéndose por el hedonismo, para el placer del logro que satisface el ego herido. Muchos de los participantes se pierden en el sueño de la selección y dan su cuerpo por él; no sin antes haber encontrado por él la gratificación en mayor o menor medida: ya habían tenido experiencias de ser entrenadores o guías, llegar a las preliminares, de viajar a otros países a competir y de haber recibido algún pago por entrenar y ganar.

Ifigenia

“ Entrenas 6 meses para un torneo, bueno, entrenas toda tu vida, pero te preparas 6 meses para un torneo y si pierdes en el primer combate es medio año que se te fue en 3 minutos. ¡Y vas a tener que esperar hasta el otro año para poder volver a intentar! No puedes perder, pero todos lo piensan... todo mundo quiere ganar. Entonces por eso [un selectivo] es

algo más serio. Y ahorita [en torneos locales] no, no hay nada en juego: en 2 meses voy a otro torneo y, pierda o gane, no importa. No me van a seleccionar para nada, no voy a seguir subiendo... no me van a pagar, porque antes sí pagaban.

Que, también ese es uno de los ingresos que no mencionaste.

¿Ah, no? ¿Nunca dije?

No.

¡Sí, te pagan! Y pagan bien. Por el primer lugar, cuando yo iba, estaba en 12 [mil], más o menos, el segundo en 6 [mil] y el tercero en 3 [mil]. Y sí: ” ‘todo para mí’; porque eres pequeño y es mucho dinero, así: ‘¡Mmm! ¡Dinero!’.

El participante se pierde en los pagos económicos o emocionales dentro del Tae Kwon Do; para muchos se vuelve una opción dejar el estudio por perseguir la perpetuación de este sueño remunerado (económica y emocionalmente). La posición económica de varios practicantes aunada a estos ingresos esporádicos los lleva también a tener trabajos por temporadas para seguir dando prioridad a la forma deportiva del arte marcial y con él, al placer del “ser mejor”. Y aunque no todos los practicantes hayan perseguido el sueño de ser seleccionados, se rigen por la misma línea. Se vuelve una vida que apuesta todo por el hedonismo; entre todos los oponentes a los cuales se enfrentan este último resulta intocable. Como es de esperarse, no siempre se gana esta arriesgada empresa de la apuesta por el placer, haciendo que los proyectos de vida, articulados bajo la misma línea, se mermen.

Vianey

“ Ahorita no veo mi futuro.

No lo ves.

No. Pienso en cosas... es que... yo... hace poco yo tenía muchos planes, tenía visualizado el futuro y ahorita no lo tengo.

Como que se cayó.

Sí. Se cayó. Lo que te comentaba, ¿no? Ese cierre de puertas [con una

pareja y con el proyecto para tesis]... y entonces, aunque todavía intento seguir visualizando eso que ya tenía antes, ahorita me es muy difícil ver... muy difícil. No digo que no vaya a ser o que no lo quiera, pero quiero muchas cosas ahorita. Yo estoy ahorita así como un choque de emociones, de ideas, de muchas cosas. Por un lado digo: 'no, sí quiero seguir en eso que me gustaba, nada me va a detener y, si se me cerraron las puertas acá, me voy a abrir otras', pero a veces me regreso un poco y digo: '¡pero yo quería eso!, ¡o sea, yo quería eso y me molesta no tener eso que yo tenía, que era para mí!'. Luego borro todo esto y digo: 'a lo mejor no. La vida no siempre – nunca, más bien – es lo que uno quiere; entonces a lo mejor la vida me va a llevar por otro lado. A lo mejor en algún momento se me va a abrir una puerta que nada qué ver con esto y me voy a tener que ir por ahí'. (...) Como que no estoy abierta a nada. Como que nada más estoy viendo a ver qué pasa.

”

En los casos de llevar un proyecto a medias, la guía es el ideal de clase, en general sin proponer algún cambio a su estilo de vida; es decir, sin modificar ni esforzarse mucho respecto a lo hecho por los padres. La evasión se perpetúa en aras de un hedonismo que jamás se enfrenta directamente, mucho menos se vence; al contrario, se le da vueltas para encontrar una vía que en su aparente otredad resulta la misma búsqueda de la comodidad de un estilo de vida indiscutible, casi sagrado. Es preferible en este aspecto tratar de cambiar las ideas de otro que enfrentarse a uno mismo.

Remigio

“ Entonces ahorita, la expectativa [del negocio con mi hermano] es de supervivencia. Ya si logramos sobrevivir, pues ya lo demás es... un extra.
Por este lado me imagino que hablar de un proyecto de vida es difícil.
 Un poco, pero pues ahí está... por ahí viene casarme...

¿Con su actual novia?

[Asiente]. Este... la idea de la... al principio era... bueno, me caso, pero pues: '¿dónde nos vamos a vivir?'. Ahorita ya tengo la ventaja de que la casa que era de mis papás [ambos fallecieron ya], pues estoy viviendo ahí. A mi novia no le termina de gustar mucho la idea. Porque pues ella dice: 'ay, es que esa casa es de tus hermanos, que no-sé-qué', cambiarle la idea de: 'posiblemente sí, pero es mío'. Y que ella termine de aceptar que es mío, sí está costando un poco de trabajo. (...) Los hijos están ahorita como que fuera... del panorama, pues por la edad de los dos. A lo mejor perdimos mucho tiempo, los dos, no sé... esperando no sé qué diablos de la vida, y pues, no sé... no hemos terminado de definir muy bien las ideas ” si adoptamos, no adoptamos...

3.15 Heredando lesión y enfermedad.

*“Aquel que perfecciona la Virtud en sí mismo,
tendrá una vida verdadera.
Aquel que perfecciona la Virtud en su familia,
tendrá una vida abundante”³²³*

La historia de la familia se vuelve importante también como referencia de qué tanto el practicante está logrando modificar las rutas emocionales que ha heredado de la familia. Esta ruta es visible y rastreable a través de los padecimientos que se han generado en ella. De nuevo hay que resaltar la relación entre las emociones, los órganos y los tejidos que se expone en la teoría de los Cinco Elementos. La expresión clara y práctica de esta relación se encuentra en la milenaria medicina tradicional china, para la cual los órganos rigen tejidos y estructuras específicas y sus estados se manifiestan en otros tejidos. Bajo esta mirada encontramos, por ejemplo, que el riñón domina la vitalidad (k'i), controla el metabolismo hídrico, domina huesos, médula, da vitalidad al cerebro y se refleja en el oído. Desde esta perspectiva de la

³²³ Lao-Tsé, *op.cit.*, p. 80, verso LIV.

integración, el miedo, que tiene que ver con el agua y con el riñón, puede afectar un tejido regido por este último si la emoción se vuelve excedente o deficiente.

Horacio

“ De dos años para acá que dejé un poco el Taekwondo y aparte como me dio ciática.

¿Cómo estuvo eso?

Sí, me dio inflamación del nervio ciático.

Sí, pero cómo.

Pues entrenando Taekwondo, tiré una patada así, muy fuerte y se me pellizcó el nervio. (...) Pues mi abuelo [paterno] muere de... pues se cayó una vez que iba llegando a casa y de ahí como que, pues le afectó y le dio cáncer en los huesos. O sea, yo creo que ya lo tenía pero el golpe fue el que lo hizo evidente. (...) [Mi papá] tiene una cicatriz aquí [en el brazo derecho] de que una vez con sus hermanos estaba jugando baseball y, por lo mismo, de que no supo dónde limitarse... porque, pues me cuenta que le dolía, que sentía incómodo el brazo, pero decía: ‘no, pues, puedo seguir jugando’ y, pues tiró muy fuerte y se le rompió el brazo... creo que ”
fue fractura expuesta.

A partir de la integración podemos contemplar íntimamente la relación emocional que se teje en las enfermedades y lesiones de familia sin llegar a resolverse. Tanto el hueso como los nervios son regidos por el riñón; el órgano en el que la familia desde el lado paterno instala la emoción. Con la profundidad de esta perspectiva se observa que no se está cortando con la historia familiar; el Tae Kwon Do, como una de las rutas que se proponen para la resolución y el manejo de las emociones no contribuye a ello, en cambio se manifiesta como un espacio para la manifestación de las patologías. El caso de la depresión post-taekwondo-élite de Liliana nos hace cuestionar la vía del deporte como sentido de la vida.

De manera únicamente ilustrativa y para evitar innumerables ejemplos transcritos se muestra la siguiente tabla (Tabla 5), en la que son apreciables muchas de las alianzas emocionales con las familias paternas o maternas que se manifiestan a través de una enfermedad o una lesión. Esto bajo la consideración que se hace en la medicina tradicional china, de que una energía exterior a modo de un agente patógeno externo (como puede ser la demanda física por un enfrentamiento) sólo se arraigará como enfermedad o como lesión fuerte en la medida en que éste supere a la energía interna o agente anti-patógeno. Visto así, las lesiones también pueden dar cuenta de las rutas emocionales que se instalan en los practicantes desde las afinidades con ciertos miembros de las familias; de forma intangible una familia puede perpetuar su herencia en el malestar del otro.

Condensado de los elementos dañados por lesión o enfermedad en los participantes

Participante	Elemento regidor de órgano, tejido o estructura dañada										Lesiones
	Madera		Fuego		Tierra		Metal		Agua		Locación
Liliana			FM		FM						Izquierdo
Jazmín			FP				FM		FP		
Ruth			FM				FM/FP				Izquierdo
Mariana	FM				FP		FM		FM		
Nuria	FM		FM		FM		FP		FM		Izq./tobillo
Sandra			FM/FP		FM/FP				FM		Cadera/izq.
Ifigenia											Cadera/izq.
Vanessa	FM				FP						Derecho
Claudia					FM		FM/FP		FP		
Amanecer			FM		FM		FP				Cadera/der.
Vianey											
Cintia	FM		FP						FM		Derecho
Yesica	FM				FP		FP		FM		
Alejandro	FP				FM/FP		FM/FP		FP		Izq./rodilla
Fernando			FM						FP		Derecho
Diego	FP		FP								
Remigio	FM		FP		FP						Derecho
Arturo					FP						
Omar			FM								Derecho
Horacio									FP		

Tabla 5. Los malestares generales de los practicantes fueron llevados a su equivalente en elemento-emoción de acuerdo al órgano, tejido o estructura que se resiente durante la vida de los practicantes. En verde aparecen las enfermedades y padecimientos, en azul las lesiones durante la práctica. Las siglas FM indican enfermedad en el elemento por parte de la familia materna; para el mismo caso de la familia paterna se usan las siglas FP.

En este sentido la relación de apego con la familia no se corta para construir sentimientos distintos que lleven a la persona al crecimiento y con él al equilibrio. Las lesiones y enfermedades padecidas en el caso de los participantes de sexo femenino también explícitamente manifiestan una relación con su historia de vida desde la locación de la mayoría de sus lesiones dado que, en contraste con el caso de los participantes de sexo masculino, las lesiones son más numerosas y ocurren en el lado izquierdo o en la cadera; ambos relacionados con la parte femenina de la

persona y la sexualidad, respectivamente. Esto nos habla de un conflicto con su propia femineidad y con su sexualidad. Al revisar las historias, se decidió transcribir los casos más evidentes del conflicto de género que se revisó teóricamente en el segundo capítulo.

Sandra

“ Regresando a la bióloga y a esta etapa de la menstruación y todo eso, o sea, para mí eso fue tan fuerte que cuando a mí me daban cólicos cada mes, cuando iba en finales de 6º, principios de secundaria, ¡ah, me tiraba el dolor! Y entonces, una vez, la bióloga me dijo: ‘¿sabes qué te pasa?’, y le dije: ¿qué? – ‘Tu cuerpo ya está listo pero tu mente lo está bloqueando, y por eso no te baja’. Y yo así de: ‘¡ah, no mames!, ¿en serio?’, dice: ‘sí. Y si sigues así ve con un ginecólogo porque te puede hacer daño’.”

En ambos casos, tanto el de Sandra como el de Claudia, notará el lector que no sólo se presenta dismenorrea sino un conflicto con la figura de la madre. En el caso de Sandra, el extracto que se lee en los reclamos nos da el panorama completo de un reclamo hecho cuerpo. La expresión en ambas se da a través de la dismenorrea y de las lesiones en el lado izquierdo. La lógica que guía al caso de Claudia se hace desde la observación de que el conflicto con la madre ya estaba construido desde el embarazo, es decir, mucho antes de secundaria, que es cuando la rodilla izquierda empezó su degeneración consciente; durante la práctica del arte marcial la lesión, en el desgaste que demanda el entrenamiento y en la no-resolución del conflicto, se volvió más severa.

Claudia

“ [En primaria] Yo no quería que mi mamá me peinara, porque decía: ‘¡¿por qué esa señora me va a tocar?!’. Y entonces junté mis domingos y voy a la peluquería y le digo a la señora: ‘casquete corto’, porque yo acompañaba a mi papá y siempre pedía casquete corto: ‘¡ay, niña, que no-sé-qué!’ – ‘no, sí. Casquete corto, yo tengo con qué pagarle’. Y desde ahí siempre

traje el cabello corto, porque no me gustaba que me peinara. (...) [por las fotos de salida de 6º] Me dejé crecer el cabello y antes de entrar a la secundaria me vuelvo a rapar. Y entro a la secundaria y... [Emula dos filas con las manos extendidas] esta es la fila de las niñas y la de los niños, y llega un prefecto y me dice: 'a ver, joven, ¿por qué está formado donde las niñas?', y volteo y le digo: '¡porque soy niña!'. [Ríe] (...) Luego, la rodilla izquierda ya la traía mal desde la secundaria.

Supongo que por tanto deporte.

Sí, y ya se me terminó de amolar [en el Taekwondo]. De repente como que se sale y regresa a su lugar; se escucha cómo truena. Pero hasta eso en el Taekwondo me ha ayudado porque cuando voy hacia atrás, como que no piso naturalmente y luego la rodilla se me sale y gira, y sale la patada y pega; es algo así como anti-natural, pero ha funcionado. [Ríe] Yo creo por eso todavía no me he atendido: porque funciona. (...) Por ejemplo, una cuestión que tengo mucho es problemas con los cólicos menstruales. ¿Qué me pasaba antes? Que me daba temperatura, me daba vómito, no me podía levantar y también tenía que ver con el problema de sobrepeso; ya cuando empiezo a bajar, nada más así como que los vómitos y la temperatura, y todavía lo tengo hasta la fecha. ”

Una de las partes que puede agregarse a este análisis es la percepción de los deportes de contacto como algo masculino. Se comenta esto por la expresión en la apariencia de Claudia además de las referencias que han hecho las participantes de su preferencia a jugar con niños que con niñas. Por este lado, puede llegarse a la idea de que el conflicto de género tiene anclaje en la rigidez del mismo; es este último el que hace del arte marcial una actividad exclusiva para hombres en el ideario social de una feminidad segmentada, independiente a la masculinidad.

3.16 La merma del Tao en el Do

*“El Tao que puede ser expresado no es el Tao eterno.
El nombre que puede ser pronunciado no es el nombre eterno”.*³²⁴

Sin duda el caso del Taekwondo, por su magnitud, es algo que obliga a verse lo más posible desde la cotidianidad; he de decir que las fuentes del tema por sí solas no guardan mucha relación con esta última, y las teorías que expresan distan mucho de los relatos que se han compartido a través de sus practicantes en la capital del país. En ellos encontramos a los procesos selectivos como una forma de hacer política entre las escuelas más que deporte, mucho menos arte marcial, usando los resultados como propaganda y sirviéndose de la psicología del deporte para tal fin. Por lo mismo, el conflicto de las escuelas sigue manteniéndose sin resolver, olvidando la mística original y centrándose en la parte deportiva, competitiva, agresiva; el sentido del Tao como un camino de virtud se diluye hasta su virtual inexistencia. El Tae Kwon Do deportivo, guiado por maestros que viven en el desborde de sus emociones, va olvidando la importancia del grito y de la meditación, necesitando de otras prácticas corporales para restablecer su sentido en la comprensión de los practicantes.

Es reconocible en la contemplación del fenómeno que él nos remite a la importancia del ganar y a lo que se está dispuesto a hacer por lograrlo. La embriaguez que provoca el acercarse al sueño de la selección junto al abuso de algunos profesores por vía de su poder o del uso político de la psicología del deporte, hacen de este un ambiente hostil en el que el practicante estalla al fracasar; tras esto sólo queda el vacío emocional que deja el deporte. Nótese en el siguiente caso también la importancia que cobra la ruptura de las escuelas que se hereda desde Corea: tras la ruptura mexicana los profesores parecen formar clanes enemigos atrincherados en sus respectivas escuelas, guerreando contra los otros por conseguir más lugares en la sala de egos que representa la selección nacional. Por mucho que

³²⁴ *Ibid.*, p. 19, verso I.

esto pueda ya ser antiguo, las historias de los practicantes nos dice que la huella del resentimiento no es algo que se borre con el olvido.

Omar

“ Ya era campeón nacional y, por lógica, me tocaba ser seleccionado pero ser seleccionado en el nacional no me garantizaba ser de la selección nacional porque me dijeron que tenía que hacer varias pruebas psicológicas y de otras índoles. Tienes que, haz de cuenta, los que ya estaban antes, tienes que pelear otra vez con ellos para ver quién queda. Yo sentí que lo hice bien, que ya había quedado. Ahora ya es con tablero electrónico, antes era con papeletas, entonces tú dices: ‘¡pues le estoy pegando [y no marca punto]!’, pero como dijo una vez un profesor: ‘pues me siento ahí [en el asiento de jueces] y, por el simple hecho de que esté ahí sentado y que tú le ganes al mío, ya te jodiste’. Lo que me platicaba él: que, antes, para que los de Academia le ganaran a los de Moo Duk Kwan ¡tenías que noquear a fuerzas! De otra manera no ganabas. Ya sabías que: o noqueabas o no ganabas. Entonces eso fue lo que pasó conmigo: haz de cuenta que yo sentía que ya había quedado y me dijeron que no porque, este, que el nivel estaba más o menos pero por el perfil psicológico no iba a dar el ancho en los campeonatos, entonces le dieron mi lugar a otro... me sentí decepcionado y mandé todo al tubo por unos seis meses o un año. ”

Necesariamente ha de reconocerse un punto de inflexión en la desilusión del Tae Kwon Do deportivo: al dejar a un lado la idea de la selección, ese trofeo máximo del ego del competidor, es posible descubrir la gratuidad de la que se habló en el capítulo pasado. El único símbolo verdaderamente reformador del deporte y su agonística se abre paso tras este recorrido escabroso de significados y deseos no sin antes llevarse con él algo de resentimiento que promueve la propia exigencia.

Arturo

“ [Sobre un torneo internacional al que fue seleccionado cuando era pequeño] En sí, pues, clásico, de chiquito yo veía las olimpiadas, entonces yo decía: ‘ah, yo voy a estar ahí algún día’, ya sabes, de chiquito te imaginas cualquier cosa. Lo iba cumpliendo... entonces, pues iba mejorando y después descubrí que no era tan fácil y pues dije: ‘no... no hay mucho...’, bueno... México no aporta mucho dinero al Taekwondo, a menos que seamos buenos. En otros deportes como el fútbol le dan demasiada importancia y no consiguen nada. Entonces por eso me enoja, entonces pues así: ‘¡voy por mis medios!’, de hecho el viaje era por mis medios: nos daban el hotel, la comida, nada más era pagar el avión... y luego éramos mi hermano y yo. Era... en lugar de que México nos apoyara nos pagara todo, pues no, nos teníamos que ir por nuestros medios.

Entonces, ¿qué edad tenían?

No recuerdo bien. Entonces como que me decepcionó mucho cómo ”
organizan el dinero en los deportes en México. Entonces dije: ‘ya no quiero competir, ¡quiero hacerlo bien porque me gusta!’.

Por supuesto, el aproximarse a la gratuidad no excluye de ninguna forma el significado que yace latente al arte marcial, pero la aproximación es incompleta. Esto es notorio por la observación de que la exaltación de lo competitivo en el Tae Kwon Do habitualmente involucra el kyoriugi, es decir la parte del combate, olvidándose de las formas o poomse, por lo tanto escindiendo el arte marcial; haciendo del camino un pasatiempo. El agonismo entre las escuelas halla otra consecuencia directa al dejar a los alumnos relegados a la incomprensión de la esencia del arte marcial por la acumulación de medallas. Por este lado, se entiende perfectamente que algunos practicantes encuentren el sentido del Tae Kwon Do al recurrir a otras prácticas corporales que no se encuentren separadas de su mística ni separen al practicante de su cuerpo.

Sandra

“ Formas era como mmm... formas igual a... bueno, un poco aburrido, la verdad... Que, curiosamente, de las tres clases de T'ai Chi a las que asistí hace poco, como que dije: 'mhm... no, más bien es que creo que no le estaba dando el enfoque correcto a las formas de Taekwondo'.

¿Por qué?

Pues porque... no te explicaban lo que pasaba ahí. Bueno, el maestro de T'ai Chi, de las tres clases que fui, fue así de: 'este movimiento es porque esto y lo otro, y en la batalla de no-sé-qué', y tú: 'wórales'. Como que te llevaba a otro lugar. Eso: te creaba una sensación que, obvio, se veía reflejada en tu movimiento.

Como más significado de la acción.

(...) Que las formas, ahora, después que he hecho danza, las veo ”
diferentes, pero en ese momento, no.

Pero sólo después de este rollo de expresión corporal, ¿no? Me imagino que entonces no tenían nada.

No. No era significativo para mí.

En aras del deporte y de sobresalir en él, las prácticas esenciales para el arte marcial son deliberadamente excluidas o, en el mejor de los casos, llevadas al terreno del ritual más que de su ejecución concienzuda; tal es el caso del grito y de la meditación. Ambos, en su sentido ritualizado no tienen mayor utilidad que el desahogo de la emoción excesiva para poder seguir con el entrenamiento o la competencia y al final adquirir el triunfo que se anhela. Al llevar esta concepción de una práctica que puede ser más profunda y transformadora, el potencial no se alcanza y la escisión en los discursos se replica segmentando las partes que constituyen al Tae Kwon Do sin llegar jamás a sintetizarlo y mucho menos llegar a verlo como un Todo. La incomprensión del Do se transmite en el deporte.

Jazmín

“ [En algunas escuelas] hacen meditación pero no sé qué pase en [el Comité] Olímpico, ¿también se hace?

No, no siempre. No. Eso es más, este, más marcial; la meditación y todo eso es más marcial, y todo esto ya es más... más, este... ¿cómo te digo? Más... [pausa]

¿Del deporte?

¡Ahá! Más deporte, más hacia la medalla, hacia el entrenamiento; más a eso. Ya no es como... en los orientales pues sí se maneja mucho porque es como parte de su religión, pero aquí no, aquí es un deporte. Allí en el comité nunca, nunca, nunca hicimos meditación... nada más saludo a la bandera y ya. Empezar a entrenar. O sea, se enseña en las escuelas porque es parte del Taekwondo, pero ya como deporte ya no es un... una obligación, ya es, digamos que, un plus, si tú lo quieres poner así, pero ya, ya es otra cosa. ”

El grito también adquiere una pluralidad de significados que en general lo ubican como una forma del manejo de la emoción; y aunque sin duda no se puede negar esta gran cualidad que se manifiesta en él, la profundidad de la práctica del grito es todavía mayor. Para dar cuenta de esto, una cita del maestro Taisen Deshimaru se vuelve necesaria: “El *kiai*, grito cuya fuerza vibratoria paraliza al adversario durante un instante, puede compararse al *kwatz* de los Maestros Zen Rinzai, que sirve para producir un choque y despertar [iluminar] al discípulo. En mi opinión es inútil repetirlo sucesivamente; una vez es suficiente pero una verdadera vez. Lanzad pues este grito de una manera total, que salga del *hara*, del bajo vientre, de ese lugar al que los japoneses llaman *kikai*: el océano de energía. Para esto, hay que aprender la respiración Zen que es también la del Budo [la vía del guerrero]: expirar lentamente, lo más profundamente posible. Al final de la expiración, la energía esta en su punto culminante. El *kiai* es la mezcla de esta expiración con una voz fuerte; es necesario que el sonido ascienda de una manera naturalmente profunda. (...) *Kiai* se descompone en *ki*: energía y *ai*: unión; significa pues la unión

de la energía. Un solo grito, un solo instante en el que se encuentra todo el espacio-tiempo, todo el cosmos”³²⁵. Para el caso siguiente el lector encontrará una fuerte diferencia cualitativa: más que una conjunción de la totalidad en un único momento, el grito se hace para el manejo del estrés.

Ruth

“ [Al competir con una cinta falsa contra grados mayores] la primera pelea, cuando salgo, o sea, grito fuerte para sacar todo el estrés, ya empiezo a pelear y le gano, y empiezo así, a pasar. ”

Con la cita del maestro como fondo, es posible observar los contrastes que reflejan los participantes en su práctica de Tae Kwon Do inclusive entre sí. La amplitud de los beneficios que aporta el grito se incrementa con el siguiente participante, para quien el grito (llamado “kiap” en coreano) ya no sólo ayuda a controlar el estrés, sino que también se une con la disciplina del respirar adecuadamente y a través de ella, con la meditación; ayudando también a su concentración y a su rendimiento.

Alejandro

“ Por lo menos aquí me han enseñado a no hacerlo [a regresar un golpe fuera de reglamento] pues ya, me puedo controlar mejor. Y aparte, también con ejercicios de respiración y eso que haces en la meditación. La respiración es muy importante, ¿no? Te relaja y te ayuda a concentrarte.

Te concentras más cuando respiras así.

Sí. El respirar profundo te ayuda mucho a concentrarte. Por decir, cuando te dicen que pongas tu mente en blanco, este, respirar, concentrarte en tu sola respiración te ayuda a no pensar en nada. Pues es de las cosas más importantes... la respiración. Tiene igual efectos físicos y mentales, la

³²⁵ Taisen Deshimaru, *Zen et Arts Martiaux*, Francia, Éditions Albin Michel, 1983, p. 49-50.

respiración. Por decir, cuando estás corriendo, tienes que aprender a respirar, si no respiras adecuadamente, te cansas más rápido; igual cuando pateas, haces mucho esfuerzo. Tienes que aprender a controlar la respiración: cuándo entra y cuándo sale la respiración. Pues igual: para eso son los gritos, ¿no? Para controlar un poco tu respiración.”

De nuevo habrá de verse que el grito ocurre para la respiración y ésta última para el control de las emociones y la concentración; el camino no alcanza una profundidad transformadora. Si bien no puede decirse que la práctica del grito y la meditación sea homogénea, se puede ver en algunos de los practicantes, como Alejandro y a continuación Diego, un acercamiento – filosófico, acústico y fisiológico, para los que gusten todavía de separar los matices del fenómeno – a la profundidad del grito que reseña Deshimaru.

Diego

“ [En el primer gimnasio en el que entrené] ¡Aguas donde no gritaras! El grito tenía que salir de lo más profundo de tu ser. No sé si has escuchado cómo grito yo... es un grito muy particular y... y es muy fuerte. O sea, cuando necesitas gritarlo o sientes que necesitas hacer el esfuerzo o estás haciendo el esfuerzo, el grito sale solo.

Es distinto.

Y también el grito es parte de tu identidad, que también es algo que se está perdiendo. Ahora ya todo mundo hace sus ejercicios, ¡sas-sas-sas!, [simula hacer ejercicio] y [jadea]. No grita. Falta esa parte de la identidad que es la que... Pero bueno, a final de cuentas, para mí el Taekwondo lo significa todo, yo estoy esperando que al yo recuperar mi nivel pueda yo volver a contagiarlos de ese espíritu.”

En el caso de Diego es notorio también que hay una pérdida percibida de la esencia del grito, y como hemos visto, esta merma también ocurre en la esencia del Tae Kwon Do. Su visión también atestigua que, en sus 25 años de práctica, algo en

el arte marcial que practicaba ha cambiado; el estudio teórico que hemos llevado nos completa esa observación con lo que hemos estado evidenciando a lo largo del capítulo a través de las historias de vida: estamos frente a la deportización de un camino de vida. De esta manera logramos divisar un poco más del gran panorama de las vivencias de los practicantes quienes buscan una vida distinta a través de un camino que poco a poco va perdiendo sus valías. Ante esto, cabe preguntarse por los guías de este arte marcial que se diluyen en el deporte, pasando de ser maestros a entrenadores. La importancia que sus acciones tienen en este proceso es innegable por las atribuciones de padre o madre que adquieren ante la mirada de sus alumnos; bajo esta perspectiva, la transmisión del desborde de los deseos de los maestros a sus alumnos es una ruta viable.

Fernando

“ Ahorita así que lo veo, que me acuerdo de mis maestros, hay algo raro de los maestros que he tenido, no sé por qué se me vino a la mente: varios, o la mayoría, eran medio mujeriegones [ríe]. ”

La disociación entre los espacios de los maestros también deja ver que el deseo no se apacigua; la vida se rige con ambigüedad dentro y fuera del dojang. La guía que pueden proporcionar es aquella de las rutas que han vivido: el hedonismo. El ego de algunos maestros, embriagado de los logros, también se agrega a la mezcla, dejando otra estela de un ego sediento de reconocimientos al cual no le importa abandonar a sus alumnos por el mejor postor. El practicante, sometido a otro abandono justifica el desborde del profesor de la forma en que ha justificado a sus padres; después de todo, así es como han aprendido que debe vivirse la vida.

Vianey

“ [Sobre la baja en la asistencia al dojang] yo creo que aquí lo que pasó mucho fue el profesor M. A él lo hacen entrenador en jefe de la selección juvenil de la UNAM. Te digo que, todos los entrenadores aspiran a los

juveniles, ¿por qué? Porque tienen incluso mayor nivel competitivo que los adultos, porque, ¡pues están en su mera edad, de que todo lo pueden, todo lo hacen! Y, o sea, eso es algo bien... o sea, son los medallistas, ahorita. Entonces al profesor le dan ésta, pues, gran oportunidad de su vida y empieza a tomarle más... e inclusive lo dice ahora: ‘a mí, los adultos ya no me importan; con ellos yo no gano nada. ¡Gano con los niños!, ¡con ellos sí gano porque ellos son los medallistas!’, realmente y les puedes sacar mucho provecho porque ellos todavía tienen una larga carrera. Los adultos ya van para afuera. Entonces, este... empezó a descuidar mucho [mi grupo].”

La práctica se encuentra finalmente disociada entre las enseñanzas que puedan adquirirse del Tae Kwon Do como arte marcial anclado en la sabiduría oriental y el agonismo social exaltado en la forma deportiva que tanto se ha popularizado a nivel mundial y específicamente en nuestro país. La merma del Tao en el arte marcial delinea el cisma que le aqueja, señal de su desarrollo al margen de una visión del mundo competitiva. El practicante se somete a una dinámica que se debate entre ver a medias por el respeto a la vida y el cuerpo, y subordinarlo a los logros al ego. La persona como actor y receptor del fenómeno disminuye su posibilidad de hacer una práctica corporal para el crecimiento, como un camino de vida, a medida que los profesores perpetúan el conflicto de egos, resentimientos y desdén por la vida en el cuerpo en todos sus niveles. En esta vivencia se concreta el conflicto y la historia del Tae Kwon Do y su versión deportiva a partir de sus valores implícitos: respetar al otro como cuerpo y vida... o no respetarlo. Al final, sigue siendo decisión del practicante y de su historia vuelta cuerpo.

Vanessa

“ Yo no soy así, manchada [en combate], no me gusta ser así... ¡y menos con mis compañeras! Porque hasta los profesores, sinodales [de exámenes de cinta], te dicen luego: ‘trata de cuidar a tu compañero’. ¡Algunos sinodales! Porque otros, no. Te dicen: ‘dale. Es combate y tienes

que darle'. Me han tocado varios sinodales así y otros más buena-onda; bueno, no buena-onda, pero sí dicen: 'cuida a tu compañero. Cuando vayas a un torneo ahora sí dale al que sea, siempre y cuando sean puntos; pero cuando es examen, no: trata de cuidar a tu compañero: márcalos, pero sin lastimarlo'. Yo creo que eso también se me ha quedado mucho eso de los sinodales. ”

Es a través de este cuerpo ignorado que los practicantes buscan desde la ambigüedad una alternativa al panorama de agresión personal, familiar y social, de carencias afectivas, exigencias desmedidas e inseguridades, sin lograr salirse de él. El refugio que se construyen es un camino de agonística, hedonismo y ego con poco respeto por la vida que varios de los maestros han enseñado a partir de sus acciones; para practicantes y para profesores el Do se escinde, se limita al espacio-tiempo en el que se entrena, no se vierte a todas las acciones de la vida. La expresión corporal no trasciende al Tao; se estanca en el deporte, en la agresión y la competitividad. “Los educadores de hoy día son también responsables de esta situación; ellos entrenan el cuerpo, la técnica, pero no la conciencia. Sus alumnos se pelean para ganar, juegan a la guerra como niños. No hay ninguna sabiduría en todo eso. ¡No es del todo eficaz para la conducta de la vida! ¿Para que les sirve su técnica en la vida cotidiana? El deporte no es más que una diversión y, a fin de cuentas, usa el cuerpo para el espíritu de competición. Esta es la razón por la que las artes marciales deben encontrar su dimensión primera. En el espíritu del Zen en el del Budo, la vida cotidiana es el lugar de combate. Hay que estar consciente en cada instante, lavándose, trabajando, comiendo, acostándose. El dominio de sí se encuentra ahí”³²⁶.

³²⁶ *Ibid*, p. 49

CONCLUSIÓN

La comprobabilidad de los métodos basados en la percepción de la separación del cuerpo y la mente dirigen la autoconfirmación de sus resultados al tiempo que pueden enclaustrarse en la negación de la realidad. Ante esta posibilidad se reconoce que el método científico – como todo método – es humano, basado y nacido en un espacio-tiempo específico; para nosotros, la superación es necesaria y dada en el cuerpo, en la sensación y en la integración metodológica del sí mismo-ambiente para poder ampliar la visión del vasto conocimiento producido, pudiendo así incluir la vivencia de las personas con todos sus matices sin importar cuánto se alejen de la teoría. La razón es un proceso que requiere de un cuerpo con órganos y emociones para poder producir el significado; surge la necesidad de comprender que ningún proceso se ha formado aisladamente de su entorno. Las influencias del ambiente y de los eventos y emociones que han marcado a las generaciones no pasan desapercibidas para el cuerpo, para la razón y para los significados que producen.

Una última integración se vuelve necesaria de cara al proceso que contemplamos en los practicantes de Tae Kwon Do. Una vez más el estudio de la escisión desde el discurso – mas no desde la vivencia – nos guía a ver un poco más completo el panorama que ellos viven y en el cual se han formado, y esto es porque este cisma está anclado en lo más profundo de nuestra occidentalidad: en la aparentemente inmóvil idea de la supremacía de una razón frente a un cuerpo-objeto³²⁷. Las ideas aristotélicas, la edad media y la cristiandad, las conquistas bélicas y espirituales, las revoluciones científicas, ilustradas e industriales finalmente habrán de solidificarse en nuestro país y su capital a lo largo del devenir histórico del que formamos parte desde hace 500 años. La geografía y culturalidad de los cuerpos aparece invariablemente en las historias de vida. Esto quiere decir que el practicante es también una manifestación de un espacio y un tiempo muy específico en el que

³²⁷ Fritjof Capra, *El Punto Crucial*, Argentina, Troquel, 1998.

conjunta los procesos del pasado y los mantiene sucediendo en el presente; dicho así, el tiempo es relativo y el pasado de la humanidad no es pasado.

El practicante se construye a partir de las racionalidades y lleva a su cuerpo – y su complejidad – al olvido a partir de la objetivización, o desacralización como lo pondría Berman, que impera en la occidentalidad, dejando a su paso una estela de vacío espiritual³²⁸. El pasar por alto esta síntesis que se da en el cuerpo lleva a la persona al olvido de sí misma por una idea: el hedonismo, y con él, por las múltiples rutas que para la satisfacción del mismo se siguen. Ha de notarse que éste va regida por dos de los principios necesarios para el industrialismo y la agonística que se filtran hasta los órganos de los practicantes: la *technique* o lógica de la máquina y el principio de rendimiento; ambos mutuamente dependientes y si acaso diferenciables por la necesidad que tienen entre sí. El hedonismo como sentido de la vida conduce a la persona a siempre pedir más – la *technique* – y a hacerlo de una forma concreta, exigiendo logros o, dicho de otra forma, resultados – principio de rendimiento – que alimentan el ego del practicante, de acuerdo al ideal de clase. El hedonismo es el motor y guía del proceso.

Como ya se ha visto, el campo en el que los logros sean adquiridos y las circunstancias poco importa; si se hace a pesar de sí mismo, del respeto a la vida, a los procesos, a las emociones o a las ideas del otro es irrelevante. El peso que lleva es aquel de la adecuación con una exigencia social que se expresa a través de las figuras emocionalmente relevantes como han sido para los practicantes los padres, sustitutos de ellos como son los cuidadores – hermanos o abuelos – o maestros. El hedonismo de un cuerpo olvidado³²⁹ se fortalece en esta serie de nociones que forman parte de un status quo que jamás se cuestiona, de forma que las enfermedades generacionales siguen su rumbo en la replicación de un estilo de vida que se va endureciendo, produciendo hábitos que se disfrazan como proyectos de vida, dejando sus propias decisiones al tiempo o al azar. En alianza a esta misma

³²⁸ Morris Berman, *El Reencantamiento del Mundo*, Chile, Cuatro Vientos, 2007.

³²⁹ Sergio López Ramos, *Órganos, emociones y vida cotidiana*, México, Editorial Los Reyes, 2006.

dinámica emocional es como el practicante aprende a justificar los abandonos emocionales que ha sufrido a favor de un ego que se apoya en el estatus socioeconómico, personal, de rendimiento académico o deportivo; incluso creando un círculo vicioso de placer-ego y perpetuándolo a partir desde la incomprensión del Do no como camino del crecimiento espiritual sino como estilo de vida en el hábito del placer.

En este abandono, de una figura significativa que persigue sus propios y desmesurados deseos, la justificación se da por las necesidades materiales satisfechas. Los practicantes sustituyen su apetito emocional por apetito de ego, tal como lo han hecho todos sus modelos, abusando de sus emociones al punto de heredar su propio desequilibrio. Pero el abandono no puede ser olvidado por el cuerpo y se manifiesta la soledad, el resentimiento y la obsesión en la predominancia de angustia, miedo e ira que consumen los participantes en la preferencia de sus sabores. Para los practicantes una de las formas de lidiar con estas emociones es el deporte. El Tae Kwon Do entonces aparece como una alternativa para la manifestación y control de una emoción que no lo es tanto por la predominancia competitiva y hedónica que promueven muchos de los profesores. Para varios de ellos, los participantes son sólo una forma en la que su propio ego se alimenta. Para los practicantes que han llegado a alto rendimiento, su cuerpo, y con él sus emociones, son la ofrenda para la gratificación del ego propio y del entrenador.

Las enfermedades y lesiones no tardan en aparecer por este estilo de vida que los practicantes llevan en el que se someten al desgaste por vía mecánica; la falta de integración entre esta esfera con la emocional se hace evidente en sus palabras. Para los taekwondoínes, aunque logran vislumbrar las partes endógenas y exógenas del proceso, no hay relación entre ellos, creando un vacío explicativo, un desconocimiento de su propio ser en el desarrollo y merma del cuerpo que ocurre también por vía de la emoción. En términos muy concretos: la limitante en sus visiones no permite que adviertan que en el proceso órgano-emoción *el abuso de una emoción por su estilo de vida desequilibra su ser completo*, solidificando rutas

emocionales que necesariamente restan energía a un órgano y a los tejidos que se nutren o rigen por ella, haciéndolos propensos a una enfermedad o lesión en un ambiente cargado de agresiones al cuerpo.

Por supuesto, este ambiente agresivo no se limita al deporte, o en nuestro caso a la práctica del Tae Kwon Do, sino a todos los campos de acción de la persona, es decir, en la escuela, en las prácticas corporales, en la pareja y en la familia. La competitividad social se vive a todos los niveles de la humanidad: orgánicos y sociales sin distinción entre ellos ni posible cuestionamiento. La gloriosa agonística que hereda la occidentalidad desde los helenos se hace cuerpo en las múltiples competencias escolares, culturales y deportivas a través de las cuales se gana el reconocimiento que alimenta y desborda al ego; en la familia, produciendo el aislamiento entre los miembros y contribuyendo a la soledad que ya existía por el abandono emocional de los padres; en los abusos que los practicantes han sufrido o han ejecutado, agregándose a la creación de un yo-fortaleza, un protector, un héroe que se abstrae del mundo. Una vez más constatamos el desborde del ego; el practicante no desea ser vencido en las justas que componen el tejido social.

Es por esta posición que la revisión de los fundamentos de la psicología del deporte – la objetivación – y del deporte mismo – la agonística – se vuelve necesaria; de otra forma, las perspectivas tomadas no pueden aproximarse a entender las vivencias del deportista ni las patologías que genera a partir de ellas. En la integración de los panoramas podemos ver el daño que producen el agonismo y la ultrarracionalización a la persona contribuyendo a su aislamiento tanto de su núcleo social como de sí mismo y de sus sensaciones – su cuerpo – generando una propensión a la obsesión y al sabor dulce por la inseguridad que dentro de ellos anida frente al ambiente social hostil; la ruta emocional predomina en la angustia, en el estómago, el bazo y el páncreas. De esta manera no extraña que muchas de las relaciones interpersonales estén mediadas por el exceso de confianza o la barrera emocional; el desequilibrio emocional, las rutas emocionales, las preferencias de

sabor, las enfermedades desarrolladas y las lesiones sufridas tienen anclaje profundo en la cultura – y las respectivas prácticas corporales – que están viviendo.

Vemos entonces que el Tae Kwon Do aparece mayormente como un espacio en el que el principio del rendimiento y la *technique* – con la que se identifica el lema olímpico de “*citius, altius, fortius*” – se manifiestan, llevando a la enfermedad y a la lesión. La exigencia en él es de más resultados y tras una vida entera bajo estos principios, el practicante se apropia de ellos, transformándolos en autoexigencia, a la cual podemos ver como una expresión del ego lastimado por la reprobación de sus cuidadores en las etapas tempranas de su vida. La herida al ego tiene que encontrar solución, una solución parcial que acumule ego sin sanar la herida. Los resultados que se obtienen por el desgaste del cuerpo se enfrentan a la propia insatisfacción y el canibalismo de los resultados que impera, como vimos en el segundo capítulo. La persona se desvive en los reclamos y las soledades iniciales que se mantienen sin resolverse. La preferencia del sabor salado y del ácido nos puede dar cuenta del miedo al fracaso o al éxito y de la ira que los practicantes siguen guardando dentro de sí.

Los practicantes se encuentran sujetos a esta dinámica y no se benefician del Tae Kwon Do más que en la superficialidad del discurso de salud escindido del cuerpo y del ambiente. La propia visión cultural que segmenta a un cuerpo de su razón impide que el practicante pueda verse más allá de la extrañeza de descubrir sensaciones que no se comparten por el menosprecio al cuerpo que se vive desde la actitud, llevándose a sí mismo a ignorarlas. Más dilemas aparecen para mostrarnos las múltiples caras de la realidad: el practicante cultiva su cuerpo pero no lo está cultivando; le da a su cuerpo la importancia del olvido. Mucho de esto se hace patente al observar la relación que se tiene frente a la intuición, que, si bien se identifica, se relega a la extrañeza y se le ignora. El aprendizaje del sí mismo como cuerpo no se lleva a cabo. Las otras sensaciones que indican la necesidad de resolver un conflicto con los padres para poder cultivar en sí mismo la vida también son ignoradas. Los mensajes del cuerpo quedan ocultos.

Sin embargo el cuerpo siempre encontrará la manera de expresar lo que no se quiera expresar de forma directa; podemos ver ejemplo de ello en los problemas al nacer que tuvieron los practicantes cuyos padres no expresaron el deseo de tenerlos. La sabiduría del cuerpo encuentra siempre un camino, incluso en la afinidad que estos tienen por el Tae Kwon Do, que permite también saciar – e irónicamente cultivar – la emoción en el movimiento y su intencionalidad. De nuevo hemos de reconocer la complejidad del ser humano para manifestar el reclamo a los padres por su ausencia. La escisión no puede llevarnos a comprender que la cultura provee métodos de cultivo de emociones y, por lo tanto, de desgaste de las mismas que obedecen a la ambivalencia sentimental respecto a un hecho doloroso. La dinámica parece obedecer a la dialéctica: el practicante es transformado por el agonismo latente en la cultura y desborda su competitividad en la forma aceptada: deporte o arte marcial, propagando a su vez la ruta de expresión.

El fenómeno mismo lleva también su propia gratificación, puesto que las mismas normas sociales aplastan los afectos y estos se guardan en el momento de la actividad física intensa, de forma que mezclados con nuevas circunstancias del momento, se liberan a través de la expresión corporal en un desborde de intensidad emocional que por los practicantes puede considerarse casi extático. Referidos a este rubro en específico también tiene sentido el que la actividad física intensa, sea danza, arte marcial o deporte, haya sido considerada como sagrada por los pueblos antiguos; la intencionalidad vertida en el movimiento, en el cuerpo como un ser emocional *permitía una expresión que llegaba a ser incluso mística bajo la guía adecuada*. Bajo la síntesis que se propone y auxiliándonos de los conceptos de filosofía oriental, puede comprenderse que esta expresión de la fuerza extraña que refieren los participantes no es otra cosa que el K'i: la naturaleza del ser viviente en su íntima espontaneidad.

Por este mismo lado la guía de la expresión se vuelve imprescindible; el rol del profesor es crucial para lograr una transformación anímica de la persona por medio

de la práctica corporal y de su orientación al equilibrio y a la resolución. Sin embargo no es así. Muchos de los profesores de los practicantes enseñaron el método mecánico de la producción del movimiento, no de la intencionalidad o mística que promueve el equilibrio. Es de esta manera que el Tae Kwon Do diluye su Tao. Las demás prácticas que, bajo esta guía, se encargaban de orientar el esfuerzo del practicante al influjo de la enseñanza dentro del dojang y hacia la cotidianidad de la experiencia, fueron excluidas en aras del deportivismo. La importancia y profundidad del grito y de la meditación se relegaron como parte de una superstición y se segmentó al Tae Kwon Do de su contexto como práctica del despertar, como ocurre en la disciplina-origen del Tch'an. Los practicantes conocen del grito y de la meditación sólo como un medio de control emocional que no trasciende al descubrimiento de sí; mucho menos al enfrentamiento consigo mismos. La deportización del arte marcial merma su potencial y la intensidad emocional de la experiencia mística pierde sus elementos imaginativos (o simbólicos) y sensitivos (de sensación sutil) para mantener únicamente un movimiento que nada sabe del cuerpo que lo produce y que, por lo tanto, puede abusar de él. De nuevo vemos que la objetivación lleva al vacío espiritual.

Para aquellos practicantes que logran descubrir los inicios de esta relación en la expresión del K'i en el grito-ira, la intencionalidad puede llegar a ser más explícita, aunque al parecer sólo en el contacto con otras prácticas corporales con mayor mística. Una posibilidad se abre al considerar que la estética de un combate o de una forma puede brotar dependiendo de la calidad emocional de la persona y no sólo de su técnica. El apaciguamiento de la emoción entonces retomarí­a su curso cercano al Tch'an – el Zen, en japonés – y el practicante podría retomar la vía del equilibrio, de la transformación interior para lograr una salud que supere las visiones de bienestar hedónico que predominan en nuestra cultura. La relevancia del maestro de nuevo se pone en evidencia por su limitado rol: para los practicantes la sensación del K'i fue un descubrimiento, no una enseñanza; en el mejor caso de los practicantes el maestro guía sobre la moralidad, pero no sobre la sensación. Por este lado, el actuar cotidiano no puede tan fácilmente estar en armonía con las enseñanzas si se sigue

segmentando la complejidad del panorama. El Tae Kwon Do como deporte sólo tiene oportunidad de llevarse como una esfera aislada; la consecuencia que se vislumbra a partir de las historias de vida es que el atractivo inicial – aquel de la posibilidad de la mística sobre el deporte – se perdería y la numerosa base de practicantes se reduciría. El darle importancia únicamente a la ejecución, aislada de su contexto, aparece como otro círculo vicioso.

El maestro Taisen Deshimaru nos menciona a este aspecto que “los que no quieren seguir la enseñanza del Zen, verdadera base del Budo, no tienen por qué hacerlo. Estos se sirven entonces de las artes marciales como de un juego, como de un deporte entre otros. Los que quieran alcanzar una dimensión más elevada de su ser, de su vida, deben comprender esto. No se puede obligar a nadie ni criticar a nadie. Sin embargo unos son como niños que juegan con cochecitos, otros conducen verdaderos coches... Yo no soy negativo de cara a los deportes: estos entrenan el cuerpo, la resistencia... Pero el espíritu de competición, el espíritu de poder que se encuentra en ellos, no es bueno: esto testimonia una visión falsa de la vida. La raíz de las artes marciales no se encuentra ahí”³³⁰. El deporte se limita al entrenamiento, por eso al tratar de llevar el Do más lejos, se enfrenta con las limitantes culturales de la exclusión de la dimensión simbólica: en occidente – bien nos ejemplificó la rebelión de los bóxer – las artes marciales son un juego.

En efecto, el deporte está también condicionado al dilema que tiene frente al trabajo, y esto trasmina la misma falsa percepción ante los practicantes. Cuando el deporte, heredero del juego, produce hay un dilema en el practicante que lo desorienta de las guías tradicionales de la cultura. Se ha visto por la desorientación vocacional que origina en los practicantes los sueños de pertenecer a la selección nacional y obtener alguna clase de remuneración, escapando de un dilema que se ancla en una visión del juego y la juventud como ideal y del trabajo como pesar. Cuando el juego como deporte se convierte en trabajo, los principios sociales se alteran; a pesar de no ser un trabajo fácil. Las advertencias acerca de la politización

³³⁰ Taisen Deshimaru, *Zen et Arts Martiaux*, Francia, Éditions Albin Michel, 1983, p. 21.

del deporte se concretizan en nuestra capital y, al encontrar esta misma forma de operación – sobre convenios más que sobre esfuerzo –, se generaron resentimientos y desilusiones entre los practicantes; la contemplación se vuelve un poco más difícil al notar que se usó a la psicología del deporte en este tinte: para conservar alianzas o predominancias de las escuelas en los organismos de regulación e institucionalización del Tae Kwon Do. Sin duda también en estos abusos y conflictos entre escuelas podemos ver la marca del ego; la observación salta geografías: tanto ocurre en el Distrito Federal como ocurrió en Corea. El Tae Kwon Do politizado, se alimenta de los rencores, ansiedades y miedos de sus practicantes. El conflicto de las escuelas se mantiene gracias a ellos.

Ante esto, sólo puedo aventurar una hipótesis, en el sentido de que probablemente la razón por la que ha arraigado tan bien el Tae Kwon Do en México es por la similaridad entre las historias de ambos países en términos emocionales: ambos son países que viven cerca y a merced de súperpotencias que constantemente los invadieron, dejando una huella de resentimiento de siglos. En el caso de México tenemos en el norte a Estados Unidos y en el pasado a España. La historia en oriente no es tan distinta: entre China y Japón, Corea vivió un sobajamiento que dejó huellas de resentimiento. Al igual que los participantes, cuando ven su momento de brillar, lo hacen deslumbrando en su desborde: el ego de los practicantes es también el ego del país sobajado. El ego elevado de los maestros fundadores que llevó a las rupturas de las escuelas se propagó y mezcló con el de los maestros mexicanos afines a él. La historia de resentimiento coreana parece haber llegado a México mimetizándose con la propia historia de resentimiento, y replicándose.

A donde nos puede llevar esta observación es a notar lo expuesto teóricamente desde el primer capítulo, esto es, que aunque existan las contradicciones lógicas o metodológicas aparentes dentro de los discursos de las disciplinas, en la realidad los fenómenos se entretajan en relaciones de gran complejidad; desde las historias de vida de los practicantes puede advertirse lo

mismo. A primera vista, las relaciones entre la historia de la filosofía, de las artes marciales y del método científico y la patada de un taekwondoín no parecen tener mucho que ver, pero el examen minucioso nos lleva por otro lado a descubrir las relaciones paradigmáticas que entre ellas fluyen y sobre todo a descubrir las líneas que guían la construcción de una persona en la capital mexicana realizando una práctica corporal que se origina en oriente. Lo que se evidencia desde las historias a nivel metodológico es la propia insuficiencia de un discurso racional que ha derivado en una epistemología y en una forma de percibir la realidad.

La misma separación lleva a la incompreensión y no difiere en las historias de los practicantes, quienes al definir el Tae Kwon Do comienzan por decir que es un estilo de vida. El estudio del ideograma Tao nos muestra también la ambivalencia y las potencialidades que involucra esta definición: por un lado está la oportunidad de tener un estilo de vida que busque el equilibrio en el seguir las enseñanzas del Tao logrando el flujo del sí mismo en el mundo natural y por tanto mantenerse saludable; por el otro, el practicante lo lleva como un estilo de vida, no porque sea una vía en la que su vida se desarrolla, sino porque la vida en la forma en que la lleva se vuelve un hábito conducido por los mismos principios que se le han enseñado sus padres, cuidadores y maestros de Tae Kwon Do y que se ha enraizado como una forma de reproducirlos sin modificarlos. Las contribuciones entre la cultura que ejerce y el individuo son inseparables, recíprocas y sutiles. La búsqueda que inician, sin embargo, parece tener una magnitud distinta, pues se inicia con el corte con una anterioridad terapéutica, religiosa, moral y emocional – tras los abusos – hacia una alternativa que les comprenda mejor.

La limitación inmediata a esta búsqueda del taekwondoín la hemos ya visto en su propio ejercicio de la cultura y, por medio de ella, en el ejercicio de sus prácticas corporales. Necesariamente ha de darse un salto a trascender la objetivación que promueve su propia explotación y que le exilia del conocimiento de sí mismo y de sus formas de vida ancladas a las compensaciones del ego y del abuso de su cuerpo. Las bondades del Tao que mantiene el Tae Kwon Do en estado latente inician con el

cultivo de sí mismo, del vencerse a sí mismo – ego y hedonismo – antes que vencer a otro en resistencia física, estrategia y desborde emocional, pudiendo contemplar al otro – y a sí mismo al mismo tiempo – como ser humano digno de respeto, equilibrio y vida; en otras palabras, enfocándose a su desarrollo espiritual, enfrentándose al vacío que la cultura ha dejado en sí. El punto de partida es el equilibrio integral – corporal-ambiental – como bienestar real, superando: tanto las rígidas visiones de género que no permiten la integración masculino-femenino en una persona – dando un giro a la incompleta noción de andrógino –, como el moderno discurso de salud que hace raíces en un bienestar ambiguo que permite la inserción de un hedonismo sin cuerpo y sin mundo. Para esto es de una importancia crucial la gratuidad en la actitud hacia la práctica corporal; con ella, también el fair play se erigiría inminentemente. El único símbolo verdaderamente reformador del deporte occidental es esta gratuidad; unida a la filosofía oriental, tenemos una nueva variante semántica del deporte, es decir, una nueva modalidad que pueda tender al bienestar para el practicante amateur aunque me reservo esta misma posición frente al deporte de alto rendimiento. Surgiría así la acción por vía de la intuición, que transforma al ser en su íntima esencia emocional, sin motivo de provecho, sin finalidad, sin resultados, sin exigencias, sólo el hacer por hacer; la acción por inspiración genuina, que sea motivada por la gratitud y el equilibrio emocional, es decir, por un cuerpo que haya cultivado la paz interior.

REFLEXIONES PARA LA PRÁCTICA DEL TAE KWON DO

Tao. Do. Parece nada haber de diferencia entre los conceptos originales de estas dos sílabas, sin embargo la historia nos dice otra cosa. Sin ánimo de reiterar en exceso, el lector habrá visto que hay una diferencia sustancial en las acepciones en su uso actual. Se conoce que el cambio obedece a la creación de un panorama mundial económico-político y a los procesos sociales que le han promovido y seguido, a modo de una rueda en anterior inercia. La gran posibilidad del contraste hoy nos permite ver claramente en el primero un camino de salud y en el segundo, unido al Tae Kwon, un camino de manifestación de la enfermedad en sus practicantes. La conclusión ha descubierto entre líneas el rostro detrás de la máscara de la marcialidad, de una falsa mística, de un sendero vacuo de promoción de la salud. Las siguientes reflexiones no sólo se sustentan con la investigación *per se*, sino con la experiencia a la que esta conduce y es conducida basándome en la vivencia que enmarcó la realización de esta investigación. Se vuelve indispensable exponer tales reflexiones tal cual por la urgencia de transformar la práctica tal como la conocemos hoy por el bienestar – real – de todos los practicantes con los que cuenta a nivel nacional, o – por qué no – incluso a nivel mundial.

Se sabe, ya expuesto el trabajo, que el discurso de salud, de placer, de competitividad y de objetividad, entre tantos otros, se hacen carne en los practicantes, quienes los replican a toda costa; y en ese costo se llevan a sí mismos. La libertad de la reflexión me permite pensar en la clase de práctica que están llevando en otros países y en sus repercusiones en los cuerpos de los individuos. Si los resultados de este estudio se replican a nivel mundial se hablaría de una práctica epidémica producto de su propia cultura global inhumana. Se adereza a la gravedad del tema el ya mencionado asunto de su máscara de marcialidad sin mística. Es por esto que este concepto debe empezar a vivirse desde la cotidianidad de la experiencia. Finalmente, si queda alguna clase de alternativa dentro del Tae Kwon Do es recobrar la mística de la cual surgió.

Un punto crucial nace bajo estas consideraciones: la mística necesaria es el regirse por el principio de la vida. Es necesario también hacer notar que se habla aquí de una vida compleja, de un ser humano que es esencialmente ecocultural, es decir, que no está separado de su ambiente ni de nada de lo que le ocurra a él. Esta simplísima adición permite que entendamos desde la postura de lo Corporal que el equilibrio del ser humano también lleva en sí el equilibrio del ambiente, de la Tierra entera como un ser cuya delicada armonía en totalidad permite la vida de todos los seres; asimismo, la vida y muerte natural de los seres lleva también a la sobrevivencia de otros. Puesto así, nada está aislado, y eso incluye a nuestra voraz especie. Se quiere entender aquí que nosotros somos el único ser capaz de alterar sustancialmente su ambiente y que nuestro papel en el equilibrio de los biomas ha sido más que demostrado y expuesto, lo que nos dota de la responsabilidad por los resultados y productos que arroje nuestra cultura vivida por cada uno de nosotros.

Establecer fundamentalmente y en cada acción, emoción y pensamiento de la vida que uno no es un ser aislado sino conectado con todos los seres y fenómenos del mundo disuelve la importancia del ego; se aleja del “yo” para decir “nosotros”. La perspectiva de la inclusión es lo que hace que todo sea radicalmente distinto y entonces se puede contemplar el orden de la cooperación contrapuesto a ese de la competencia, de la depredación sin sentido de los ambientes y los recursos – naturales y humanos –. El principio de la vida es un principio de cooperación. El deporte, como una exacerbación de la competitividad nada tiene que ver con él, por eso pueden decir los maestros Zen que la raíz de las artes marciales en ningún momento está en la deportividad. Lo que se pone en evidencia en este estudio no difiere para nada con esta sentencia: la explotación de sí mismo y del mundo por satisfacer necesidades emocionales que se expresan por vía de los sabores y la adicción a los logros puede encontrar otras rutas de solución menos agresivas a esta tortura personal que es desear ser suficiente para un ideario social.

Entiéndase completo el panorama: el Taekwondo tal como lo conocemos es sólo un deporte, un medio lúdico de fugarse de la toma de responsabilidad de sus

acciones y emociones en un ambiente, es decir, de sí mismo, al modo tradicional de nuestra cultura. Esto significa que los practicantes no están creciendo, no se están cultivando ni están alcanzando el estatus de personas completas. La búsqueda que efectúan los lleva a una falsa disciplina que, como buen producto cultural occidental, no respeta la vida de nadie, por lo que pierde la mística y no ayuda a crecer al espíritu. Esencialmente esto se pierde desde que se agrade al cuerpo, que a modo de paráfrasis de otros textos sobre el Tao, es la raíz de la flor de la espiritualidad, siendo el tallo la energía propia. Sobre esta misma metáfora, se entiende que puede haber raíz sin flor, pero no flor sin planta; y si la energía propia está siendo usada para una gratificación emocional que sólo sirve como paliativo, en realidad no se resuelve ni crece nada cuando siempre hay posibilidad de que cualquiera despierte a su propia humanidad.

La práctica finalmente se queda en la superficialidad; en un cultivo cárnico que no traspasa los límites del dojang cuando, al modo de los maestros Zen, el mundo es el dojo. La técnica física de producción del movimiento no sirve en la vida cotidiana si se segmenta de su mística. Esto lleva a pensar que aunque pueda alcanzarse el aprendizaje estético de la técnica en 4 años, no se entrena ni mucho menos se practica la maestría de sí mismo que se debería ejecutar toda la vida; así los movimientos no llevan nada más que emoción desbordada, sin equilibrio. No hay congruencia en la práctica: se habla de un Do sin hacerlo. Una práctica que se quiere proponer como una alternativa al deporte no lo logrará en tanto siga abusando de los cuerpos de quienes se han interesado en ella no importando si esto ha sido por obtener poder físico sobre otros o por buscar alguna clase de maestro de vida.

Al final lo que queda es el desborde y es precisamente esto lo que se tiene que trascender para también lograr superar una visión remedial de las prácticas corporales como dadoras de salud. Debe entenderse que la concreción de esta posibilidad no es otro que el cuerpo y el *trabajo* con él. Con esto se puede ver más allá de los rituales de la disciplina hacia la oportunidad que presentan la intencionalidad, los símbolos, la misma mística que se transmite de profesor a

alumno e incluso las posturas. A modo de ejemplo, la postura de montar a caballo, tan recurrente en distintas artes marciales y usada en el Tae Kwon Do únicamente para aprender la técnica y, si acaso, para fortalecer las piernas, es también usada en terapia bioenergética para descubrir, abrir y tener la oportunidad de mover las corazas – un conflicto emocional que se hace cuerpo – creadas por una persona en su devenir. En este tipo de práctica corporal *la concentración no está en el otro, sino en uno mismo, en la respiración y en la sensación*, amplificándola mediante la atención; en muchos casos la adecuada ejecución revela recuerdos y sensaciones sin resolver que han quedado olvidadas, dando la oportunidad de mover la memoria corporal. Del aprender a golpear a otro al poder resolver un problema que sigue repercutiendo en el presente de la persona hay mucha distancia. Si algo debe incorporar la práctica del Tae Kwon Do con presta inmediatez es esta conciencia de sí.

Una vez más debe entenderse que nada puede modificarse sin esta constante disposición y acción de toma conciencia de sí mismo; esta es la actitud del espíritu que hace Zen. También es la disposición del guerrero que se enfrenta a sí mismo. Si no se entiende esto, no se puede ver que el entrenamiento deseado no sólo está en el esfuerzo dentro del dojang sino también en la casa propia, en el trabajo, en los trayectos, al dormir, al comer, al lavarse... en cada gesto del cuerpo se entrena la conciencia de sí, la concentración adecuada y con ellas, la disciplina, la constancia y la paciencia se ejecutan por sí mismas. Recordando el anclaje moral-histórico del Tae Kwon Do en los guerreros Hwarang, el lector podrá adivinar que estos principios morales también se ejecutarán y ampliarán solos por el entrenamiento cotidiano de la mística y su consciencia. Si uno deseara cambiar su propia práctica también tendría que restablecer el sentido del grito, de la respiración, del nudo de la cinta sobre el Kihai – el bajo vientre – y del flujo de sus propias emociones y energía para evitar su estancamiento y consecuente degeneración. Lo principal ha de ser mantener la conciencia del principio de la vida en la congruencia de las acciones, nunca supeditándola a un entrenamiento, una prueba, un argumento, medalla o lo que

guste agregar el buen lector. La inteligencia parece ganarse con el estudio, la sabiduría con la congruencia.

En un intento de hacer explícito esta renovación o reestablecimiento, lo siguiente ha de tomarse en cuenta: la vida en armonía con el medio ambiente es el punto de partida y todo lo que la promueva debe ser hecho. Esto incluye, como ejemplo, el cambio de alimentación a una que vaya con las estaciones y las geografías en donde se vive, sin olvidar el requerimiento diario de proteína mayormente vegetal y animal de fácil asimilación como lo son las carnes blancas, tomando el alimento con una actitud de gratitud hacia el planeta que los produjo y hacia las manos que en él trabajaron, mezclando de forma natural los cinco sabores y los cinco colores en los platillos, moderando las predominancias de sabores y reconociéndolas para poder reconocer con mayor profundidad el propio estado emocional, tomando los alimentos necesarios para el correcto funcionamiento del cuerpo y asociando su preparación y consumo únicamente con esto, es decir, con la mayor paz que el individuo sea capaz, sin discutir o enojarse o hacer cualquier otra cosa que no sea preparar los alimentos y comer.

Otro ejemplo de la priorización del principio de la vida durante el entrenamiento es estar consciente de sí en cada instante que se está en el dojang. Se debe considerar parte del entrenamiento la actitud de la persona entera al entrar, cambiarse el uniforme, atarse la cinta, saludar las banderas y al profesor al momento de entrar, evitar la plática y sólo hacer lo que se hace, sea correr, estiramiento, ejercicios de velocidad, fuerza o resistencia y con mayor razón al momento de la técnica, sea pateo o forma. En observaciones informales es apreciable en varias escuelas la completa falta de interés de parte de los alumnos con respecto a su entrenamiento, quedándose en las orillas de las duelas para externar su diario acontecer articulado con críticas y quejas a otros o incluso al profesor. La actitud que necesita cultivarse es únicamente concentrarse en sí mismo y hacer lo que se tiene que hacer: si se está entrenando solamente se entrena, si se está descansando únicamente se descansa. Si es *necesario* practicar el combate, exclusivamente

marcar el golpe al contrincante, nunca golpearlo; recordar en cada instante que el verdadero guerrero detiene el golpe, que es más fuerte quien se vence a sí mismo. De igual manera, usar el combate como un espacio para aprender de sí mismo y del otro, no como una justa medieval en la que se pueda dar rienda suelta a la salvajía de las propias emociones reprimidas: dominarse a sí mismo y comenzar a abandonar el ego y las posibilidades de inflarlo.

Relativo a los poomse o formas, de nuevo la propuesta se resume en sólo concentrarse en lo que se hace, únicamente en el movimiento y en la sensación de sí mismo en esta circunstancia. La ventaja de no tener a un oponente frente a sí da la oportunidad de ejecutar completamente el golpe o patada, entrenando de esta forma la técnica. E incluso así, la intención descubierta con la consciencia de sí puede ser vertida en cada movimiento sin ser aquella de despedazar las costillas de un oponente, sino la de proteger la vida misma; si se gusta iniciar considerando su propia vida, ampliando progresivamente hasta englobar la totalidad, sabiendo en su profunda intimidad que cada golpe no es un atentado a otro sino la *forma* necesaria en la que ha de ejecutarse una intención. Después de todo, esto daría un poco más de congruencia a la afirmación de que el combate del arte marcial sólo debe aplicarse cuando la vida propia corra peligro, y aún con todo eso, la compasión – o, si se gusta, empatía – es indispensable sabiendo que el oponente también es una persona con órganos, emociones, confusiones y claridades, al igual que uno mismo. A riesgo de ser reiterativo, insisto en la importancia de ampliar estas actitudes de armonía, compasión, absoluta concentración y priorización de la vida frente al ego o el hedonismo más allá del dojang hacia todos los ambientes en donde se esté, usando este último efectivamente para *entrenar la conciencia*.

La colectividad es también uno de los puntos que necesitan resolverse a base del principio de la vida y de la cooperación, ya que por más que se diga que el conflicto entre las escuelas no tiene ya repercusiones en la vida cotidiana de los practicantes, las observaciones informales dictan otra cosa: las divisiones siguen ocurriendo entre las asociaciones e incluso al nivel de los profesores dentro de una

asociación. Es común escuchar a un profesor expresarse sarcásticamente respecto a la manera en que otro está llevando sus clases. La crítica entre sí tiende mayormente a la burla y al menosprecio del trabajo de los demás para resaltar su propio trabajo, lo cual también nos puede hablar tanto del conflicto vivido en la historia del Tae Kwon Do en México como del progreso que los profesores han alcanzado en su desarrollo humano. Bajo esta mirada no resulta extraño ver la súbita multiplicación del número de escuelas que se ha visto en la última década y media, lo cual coincide con los juicios que externaban algunos profesores entrevistados en la persecución de la realización de este trabajo en donde se manifestaba la preferencia a trabajar solos que a estar batallando con varios egos – lo que no sabían es que el suyo también entraba en la contienda –. Lo anterior me lleva a pensar que en el Tae Kwon Do sólo hay una masa de individuos con pocas opciones de colectividad y, por tanto, de progreso para el arte marcial que buscan representar. Una vez más, los resultados del estudio nos regresan a la excesiva importancia del ego de los entrenadores. Si se desea que el arte marcial progrese, el primer obstáculo es este gigante que sólo los lleva a la competencia y no a la cooperación.

Resulta necesario agregar una observación sobre la población en la que este estudio se realizó, y esto es que, a pesar de que aparezcan aquí las historias de vida de 20 practicantes, el número de personas con quienes se iniciaron las entrevistas tuvo que ser de 30. Esto debido a que varios de los participantes, una vez contactados, citados e incluso habiendo sido entrevistados más de una ocasión, decidieron no continuar con la entrevista; los motivos en su gran mayoría siguen siendo desconocidos, ya que con sólo 3 se pudo establecer comunicación, los demás decidieron no contestar los reiterados intentos por reanudar las comunicaciones y las entrevistas. De los 3 participantes que sí se logró contactar, uno aceptó continuar con la entrevista a regañadientes y prácticamente se enclaustró en respuestas muy concretas, negándose a dar más información; la entrevista tuvo que ser cancelada. Los otros dos argumentaron tener mucho trabajo pendiente, uno de ellos aseguró que reanudaría la comunicación en tanto se desocupara, cosa que por las causas que fueran, no ocurrió, abortando la entrevista. Ante esto, salta dentro de la

investigación aquel rubro de la evasión de la responsabilidad para recordarnos esta peculiaridad.

Respecto a los profesores, las actitudes de la gran mayoría obedeció al constante escape de la entrevista, ya sea negándose rotundamente a darla o a encerrarse tajante y reiteradamente en respuestas con poco contenido como “bien” o “normal” frente a los múltiples intentos por ahondar en la historia de vida o en las percepciones, en el peor de los casos prohibiéndoseme el regreso a un dojang de Satélite sin otorgar explicación alguna. Esta curiosa actitud hermética sólo puede dar la idea de que estos profesores desean ocultar su falta de *trabajo personal*, que tienen alguna clase de miedo a ser expuestos. Por desgracia para ellos el *trabajo*, al igual que el ego, es evidente. Ese mismo esfuerzo que realizan para ocultar su falta de *trabajo* podrían ocuparlo en *trabajar* con su ego, en sí mismos. La gran excepción respecto a estas actitudes se encontró en un Maestro coreano, recientemente radicado en México, quien abierta e inmediatamente deseó colaborar, promoviendo la investigación con sus alumnos dado que él no hablaba mucho español. Ha de notarse que este maestro no sólo ha escrito poemas que revelan experiencias contemplativas con alusiones taoístas, sino que también practica y enseña en su dojang una práctica hermanada con la meditación: el Chi Kung o Q'i Gong. Estas observaciones hechas en distintos momentos se complementan para hacer evidente lo que en sus actitudes se leía: que no tenía miedo de mostrarse tal cual es, que ha *trabajado* consigo mismo.

Quedan algunas líneas para remarcar que, prácticamente, un maestro es aquel que no sólo sabe del *trabajo*, sino que no deja de realizarlo, no deja de ser impredecible y, sin embargo, es congruente en sus actitudes y palabras. Un verdadero maestro no necesita palabras para dar una enseñanza, sino que da la enseñanza con sus mismas acciones y con sus no-acciones, siendo prácticamente un modelo y un guía de la vida; es una persona que ha trabajado fuertemente en la superación de su propio ego, orientando al discípulo e inspirándolo a llevar una vida más sana, de constante encuentro y enfrentamiento consigo mismo y, por lo mismo,

de crecimiento y de contacto consigo mismo. Gracias al maestro el discípulo va más allá de sí mismo, se trasciende, *trabaja*. Precisamente por esto el maestro es *indispensable* si se desea crecer.

En este mismo sentido, el *trabajo* se da con la disciplina del enfrentamiento a sí mismo, del descubrirse realmente como uno es y a la par que aceptarlo, cambiarlo en aras de cultivar la paz interior. Atreverse a ir más allá de la comodidad de los moldes del sí mismo, sea que estén anclados a la autosuficiencia o a la conmiseración, enfrentarse a ellos y a los deseos personales y sociales, a los caprichos del ego perezoso o hiperactivo, a siempre actuar no sólo para uno mismo sino para el Todo del cual uno es una voluta, a esculpir una actitud frente al propio cuerpo y frente a la inmensidad de la vida de gratitud, de compasión, de respeto, de armonía en el flujo que le es inmanente... de paz. La auscultación entre los practicantes y entrenadores de Tae Kwon Do – Tae Kwon Deporte – me deja claro que no están haciendo *trabajo*, no llevan ningún Do, me guía a pensar que quien más, lo hace como un remedio – aislado de todo contexto personal o social, con mayor razón ambiental – para conseguir salud sin pensar en trabajar con la congruencia. *El Taekwondo, tal cual está siendo practicado, no es un camino que promueva la vida.*

BIBLIOGRAFÍA

- Alcaraz González, José René. "Creencias y procesos psicosomáticos", en Sergio López Ramos. (coord.) *Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones III*, México, CEAPAC, 2003, pp. 69-86.
- AP. "Manchester United cotiza en la Bolsa Nueva York", en *eleconomista.com.mx*, (México), 30 de Julio de 2012, en <http://eleconomista.com.mx/deportes/2012/07/30/manchester-united-cotiza-bolsa-nueva-york>, consultado el 31 de Julio de 2012.
- Arteaga Checa, Milagros., Virginia Viciano Garofano, Julio Conde Caveda. (coord.), *Desarrollo de la expresividad corporal. Tratamiento globalizador de los contenidos de representación*, España, INDE, 1999.
- Barreau, Jean Jacques y Jean-Jaques Morne. *Epistemología y antropología del deporte*, España, Alianza Deporte, 1991.
- Bergamino, Donatella y Diego Meldi (comentarios). *I Ching. Libro de las mutaciones*, España, Libsa, 2003.
- Bernal Alanís, Tomás. "El cuerpo humano: entre la ciencia y la sociedad en las postrimetrías del siglo XIX", en Sergio López Ramos, (coord.) *Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones III*, México, CEAPAC, 2003, pp. 53-67.
- Berman, Morris. *El reencantamiento del mundo*, Chile, Cuatro Vientos, 2007.
- Besi, Roberto y Claudio Robazza. "Los sistemas de control", en Stefano Tamorri, *Neurociencias y deporte. Psicología deportiva. Procesos mentales del atleta*, España, Paidotribo, 2004, pp.125-132.
- Bilbeny, Norbert. *La revolución en la ética. Hábitos y creencias en la sociedad digital*, España, Anagrama, 2005.
- Braunstein, Nestor A. "El problema (o el falso problema) de la 'relación del sujeto y el objeto'", en *idem. Psicología: ideología y ciencia*, México, Siglo XXI, 1975, pp. 233-260.
- Bussagli, Mario. *Qué ha dicho verdaderamente Buda*, España, Doncel, 1971.

- Caballo, Vicente E. *Manual de evaluación y entrenamiento de las habilidades sociales*, España, Siglo XXI Editores, 1993.
- Cabrera Foster, Héctor O. *Medicina tradicional china y acupuntura para médicos*, México, Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, 2005.
- Cagigal, José María. *Deporte y agresión*, España, Alianza Deporte, 1990.
- Capener, Steven D. "Problems in the Identity and Philosophy of T'aegwondo and Their Historical Causes", en *Korea Journal*, (República de Corea), Vol.35, No.4, 1995, http://www.teamusa.org/~media/USA_Taekwondo/Documents/Coaching/ACQuiz/History%20of%20Taekwondo.pdf, consultado el 10 de marzo de 2011.
- Capra, Fritjof. *El punto crucial*, Argentina, Troquel, 1998.
- Chaparro Aguilera, Gerardo Abel e Irma Herrera Obregón. "Introducción", en *idem*, (coord.). *Una aproximación al proceso órgano-emoción I*, México, CEAPAC, 2008, pp. 13-16.
- Choi, Hong Hi. *Taekwon-Do. El arte coreano de la defensa personal*, Argentina, International Taekwon-Do Federation, 1996.
- Cinta Negra. "Reunificación del taekwondo", en *Cinta Negra*, (México), 2ª época, año3, núm. 13, 26 de Abril de 2007, consultada en línea en http://cintanegra.com.mx/articulos.php?id_sec=2&id_art=491&id_ejemplar=17 el 5 de febrero de 2012.
- Coon, Dennis. *Fundamentos de psicología*. México, International Thomson Editores, 1998.
- Delgado de Cantú, Gloria M. *Historia universal. De la era de las revoluciones al mundo globalizado*, México, Pearson Educación, 2001.
- Descartes, René. *El discurso del método*, España, Akal, 1989.
- Deshimaru, Taisen. *Zen et Arts Martiaux*, Francia, Éditions Albin Michel, 1983.
- Deshimaru, Taisen. *La práctica del zen*, España, Editorial Kairós, 2005.
- Dethlefsen, Thorwald y Rüdiger Dahlke. *La enfermedad como camino. Un método para el descubrimiento profundo de las enfermedades*, México, Random House Mondadori, 2005.
- Durán Amavizca, Norma Delia. *Cuerpo, intuición y razón*, México, CEAPAC, 2004.

- Editorial Prehispánica. *Chichén Itzá. Guía práctica y álbum fotográfico*, México, Editorial Prehispánica, 2008.
- El pequeño Larousse ilustrado 2002*, México-Argentina-Colombia-Venezuela, Ediciones Larousse, 2002.
- Federación Mexicana de Taekwondo. “Historia de la Federación Mexicana de Taekwondo”, en *Federación Mexicana de Taekwondo*, (México), s/f, consultada en línea en <http://www.femextkd.net/htmltonuke.php?filnavn=html/mexico.htm>, el 5 de febrero de 2012.
- Federación Mexicana de Taekwondo. “Historia del Taekwondo”, en *Federación Mexicana de Taekwondo*, (México), s/f, consultada en línea en <http://www.femextkd.net/htmltonuke.php?filnavn=html/mexico.htm>, el 5 de febrero de 2012.
- Feyerabend, Paul Karl. *Tratado contra el método: esquema de una teoría anarquista del conocimiento*, España, Tecnos, 2008.
- Frankl, Viktor. *El Hombre en busca de sentido*, España, Herder, 2007.
- Gillet, Bernard. *Historia del deporte*, España, Oikos-Tau, 1971.
- Graydon, J. K. “Psychological Research and the Sports Woman”, en *Medicine and Sport Science*, (Suiza), vol.24, 1987, pp.54-82.
- Han Moo Kwan de México Taekwondo. “El Taekwondo en México”, en *Han Moo Kwan de México Taekwondo*, (México), s/f, consultado en línea en <http://www.hanmookwan.com.mx/Secciones.aspx?Id=95>, el 5 de febrero de 2012.
- Kaltenmark, Max. “La religión de la antigua China”, en Henri-Charles Puech (coord.), *Las religiones antiguas Vol. III*, México, Siglo XXI Editores, 1977, pp. 290-327.
- Korea Taekwondo Association, Q Channel (Productores). *Taekwondo. Global Martial Art* [Archivo de video], República de Corea: Korea Taekwondo Association, (s/f), en <http://www.youtube.com/watch?v=etlVaOIKO3A>
- Lao-Tsé. *Tao Te King*, México, Editorial Tomo, 2006.
- Larroyo, Francisco. “Estudio introductorio”, en August Comte. *La filosofía positiva*, México, Porrúa, 1979, pp. XIII-L.

- Longman Dictionary of Contemporary English. The Living Dictionary*, Inglaterra, Pearson Education Limited, 2003.
- López Ramos, Sergio. "Introducción" en *idem* (coord.). *Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones I*, México, CEAPAC, 2002, pp. 15-20.
- López Ramos, Sergio. "Las enfermedades psicosomáticas: una interpretación", en *idem*. (coord.) *Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones I*, México, CEAPAC-Plaza y Valdés, 2002, pp. 23-34.
- López Ramos, Sergio. "Introducción", en *idem*, (coord.) *Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones III*, México, CEAPAC, 2003, pp.13-17.
- López Ramos, Sergio. "Una aproximación a la epistemología de lo psicosomático", en *idem*. (coord.) *Lo corporal y lo psicosomático. Reflexiones y aproximaciones III*, México, CEAPAC, 2003, pp.19-29.
- López Ramos, Sergio. *El cuerpo humano y sus vericuetos*, México, Miguel Ángel Porrúa, 2006.
- López Ramos, Sergio. *Órganos, emociones y vida cotidiana*, México, Editorial Los Reyes, 2006.
- Mander, Jerry. *En ausencia de lo sagrado. El fracaso de la tecnología y la supervivencia de los pueblos indígenas*, Chile, Cuatro Vientos, 1994.
- Martínez González, Guillermo. "La historia del taekwondo mexicano es de éxitos", en *ESTO*, (México), 6 de septiembre de 2008; consultado en línea en <http://www.oem.com.mx/esto/notas/n841463.htm>, el 5 de febrero de 2012.
- Möller, Erwin. *ABC de la acupuntura. Arte y ciencia de curar con agujas*, México, Panorama Editorial, 1994.
- Moo Duk Kwan de México. "Moo Duk Kwan", en *Moo Duk Kwan*, (México), s/f, consultado en línea en <http://www.moodukkwon.com.mx>, el 5 de febrero de 2012.
- Moo Duk Kwan de México. "Grand Master Moon Daiwon. Biografía", en *Moo Duk Kwan*, (México), s/f, consultado en línea en

http://www.moodukkwan.com.mx/index.php?option=com_content&view=article&id=20&Itemid=4, el 5 de febrero de 2012.

- Moss, Todd (Director/Escritor), Jeffrey Woods (Director) Kieron Barry, Eric Wetherington (Escritores). (2007, Diciembre 21) "Taekwondo" [Episodio], en Dana Devonshire, Steven Land, Zak Weisfeld (Productores ejecutivos) *Human Weapon*, Estados Unidos: The History Channel.
- Mueller, Fernand-Lucien. *Historia de la psicología. De la antigüedad a nuestros días*, México, Fondo de Cultura Económica, 1980.
- Muñoz Soler, Alberto. *Trastornos mentales en el deporte. Diagnósticos, causas y prevención de la patología psíquica del deportista y el entrenador*. España, Ediciones Tutor, 1997.
- Olivares Flores, Aline. "Gastritis y ansiedad", en Gerardo Abel Chaparro Aguilera e Irma Herrera Obregón (coord.). *Una aproximación al proceso órgano-emoción I*, México, CEAPAC, 2008, pp. 71-82.
- Oyama, Mas. *Mas Oyama's Essential Karate*, Estados Unidos, Sterling Publishing, 1979.
- Pérez, Guillermo., Jaume Cruz y Josep Roca. *Psicología y deporte*, España, Alianza Editorial, 1995.
- Pil-Won, Park. *Curso de Tae Kwon Do. La técnica del chagui*, España, Editorial De Vecchi, 2006.
- Ramos Pollán, Raúl y Antonio Hernández Mendo. *Introducción a la informática aplicada a la psicología del deporte*, España, RA-MA, 1996.
- Reid, Daniel. *El tao de la salud, el sexo y la larga vida. Un enfoque práctico moderno de una sabiduría antigua*, España, Ediciones Urano, 2007.
- Rudik, P. A. *Psicología de la educación física y del deporte*, Argentina, Stadium, 1976.
- Saravia E., Albertina (versión). *Popol Wuj. Antiguas historias de los indios quichés de Guatemala*, México, Editorial Porrúa, 2001.
- Schopenhauer, Arthur. *La libertad*, México, Coyoacán, 1996.
- Serrano de Haro, Agustín. *La precisión del cuerpo. Análisis filosófico de la puntería*. España, Ed. Trotta, 2009.

- Sihak, Henry Cho, *Tae Kwon Do. Karate Coreano*, España, Roca, 1988.
- Simone, Mónica S. y Jorge Bertuccio. *El Ki: La esencia de las artes marciales*, Argentina, Kier, 2004.
- Sinay, Sergio. *La masculinidad tóxica*, Argentina, Ediciones B, 2007.
- Tjoa, Khek Kiong., Donn F. Draeger, Quintin T. G. Chambers. *Shantung Black Tiger: A Shaolin Fighting Art of North China*, Estados Unidos, John Weatherhill, 1976.
- Vandier-Nicolas, Nicole. "La filosofía china desde los orígenes hasta el siglo XVII", en Brice Parain (coord.). *Historia de la filosofía. El pensamiento prefilosófico y oriental*, México, Siglo XXI Editores, 1972, pp. 220-357.
- Vázquez, Carmelo y Gonzalo Hervás, "Salud positiva: del síntoma al bienestar", en *idem* (coord.), *Psicología positiva aplicada*, España, Desclée de Brouwer, 2008, pp.19-39.
- Wo-Lu-Tao, *Taekwondo*, México, Olimpo, 1992.
- Wood, Barbara. *Psychology in Practice*, Inglaterra, Hodder & Stoughton, 2001.
- Yeon, Hee Park, Yeon Hwan Park, Jon Gerrard. *Tae Kwon Do. The Ultimate Reference Guide to the World's Most Popular Martial Art*, Estados Unidos, Facts On File, 2009.