

Alejandra Chio Bazany
Plantel Benito Juárez

¿Te has preguntado qué es el cuerpo, qué es tu cuerpo? Te encuentras frente al espejo. Acabas de despertar, todavía traes las imágenes de los sueños en la cabeza. ¿Qué ves? Sabes que ese que está ahí sigue siendo tú. Te desperezas, estirándote con un enorme bostezo. Con un dedo te limpias las lagañas, te miras a los ojos. ¿Recuerdas la frase que dice que los ojos son el espejo del alma? Te quedas un rato mirándote, a ver si la encuentras. Al cabo de un rato, ya más despierto, te observas de pies a cabeza, reconociendo lo que sabes que eres, ¿cómo lo sabes? Ahí tienes un cuerpo que te mira, un cuerpo que sabes que es tuyo.

¿Es tuyo el cuerpo que ves en el espejo, o tú eres ese cuerpo? ¿Es posible ser allá -en el espejo- y aquí -en tu cuerpo-? La razón te dice que no puedes estar en dos lugares a la vez. Eres materia. Sabes que estás aquí porque te estás viendo, porque percibes tu corporalidad en pijama, porque escuchas el ruido de allá afuera, y hueles el aroma de un café recién hecho; sientes ese sabor metálico en la boca; sabes de tu cuerpo al moverte; sabes que este eres tú, que tú eres este cuerpo.

¿Qué es el cuerpo? ¿Qué es lo que pregunto cuando hago esta pregunta? ¿Para qué preguntarse por el cuerpo? ¿Conoces tu cuerpo, lo escuchas, lo entiendes, lo disfrutas; o lo ignoras, lo sufres, lo escondes, lo niegas?

Hablar del cuerpo es hablar del *ser* portador del cuerpo, o si lo prefieres, del cuerpo portador del *ser*. Preguntar por el cuerpo es llevar la reflexión un poco más allá de la explicación sobre su estructura y sus funciones; es preguntar a la experiencia humana, al espacio social y físico donde experimento mi corporalidad. Tracemos aquí algunas guías para nuestra reflexión y consideremos el cuerpo como materia, como percepción, como representación, como experiencia.

La imagen que ves en el espejo no eres tú, lo sabes porque tú estás aquí parado. Aristóteles decía que todo cuerpo ocupa un lugar en el espacio (Aristóteles, 1995). Ahí donde decimos *cuerpo*, decimos *vida*, pues el humano es un organismo que posee un metabolismo, emociones, movimiento, sensación, espíritu, y que percibe el mundo a través de los sentidos.

Aunque ya estás completamente despierto, te preguntas qué pasaría si esto que estás viviendo y que crees que es la realidad, no fuese más bien un sueño. Te pellizcas el brazo para asegurarte de estar despierto, el dolor que experimentas te convence de que efectivamente lo estás, lo sabes porque lo sientes. Pero una duda te ataca: ¿y si los sentidos me engañan haciéndome creer que estoy despierto?

A Descartes le sorprendía la virtud que tienen los sueños de parecer reales, y, como a ti, con frecuencia le asaltaba la duda sobre la veracidad de los sentidos. “¿Cómo sé

que lo que veo es real?” se preguntaba, al ver cómo iba extinguiéndose la cera que antes había sido una vela. Descartes planteó un dualismo entre la mente y el cuerpo. Él decía que la mente es una cosa que piensa, y el cuerpo, una cosa extensa, una cosa que es en el espacio, y de ningún modo puede acercarnos a la verdad porque los sentidos nos llevan a engaños.

¿Y si no pudieras ver tu corporalidad en el espejo, dirías que no estás aquí? Es precisamente tu corporalidad, tu materialidad la que te da la certeza de estar aquí ocupando un lugar en el espacio. Maurice Merleau-Ponty (2000) consideraba que todo cuerpo, además de habitar el espacio, habita también el tiempo. Este filósofo estaba de acuerdo con algunas ideas de Henry Bergson, para quien “poseer un cuerpo es poseer un presente”, o sea, que tu presente consiste en la consciencia que tienes de tu cuerpo. Extendido en el espacio, puedes experimentar esa sensación de alivio, mientras realizas movimientos para estirarte.

A través del espejo miras el reloj colgado en la pared. Pasa un avión y el sonido llena todos los rincones del cuarto. Tu mirada recorre el pedazo de habitación que alcanza a reflejarse en el espejo. Te miras en este marco, sientes tu corporalidad, es decir, tu materialidad. Eres materia en tanto que ocupas un lugar en el tiempo y en el espacio, o mejor dicho, eres en tanto que *el cuerpo es tiempo y espacio*.

Consciente de que eres materia espacio-temporal, tu ser te recuerda su condición biológica, y corres al baño. Ahí sientes otra temperatura, la luz y los olores son diferentes. Eres un cuerpo que percibe. Si bien la existencia espacio-temporal es la condición primordial de toda percepción viviente, aprehendemos el mundo y nos apropiamos de él a través de los sentidos. Para Immanuel Kant, el tiempo y el espacio son dos condiciones *a priori* que nos permiten dar orden a la información que nos proporcionan los sentidos, pues de otro modo, el flujo de información, es decir, todo lo que percibimos, entraría en nosotros sin ningún orden.

Mientras te lavas los dientes, escuchas que tocan a la puerta. A lo lejos te llegan las voces de tu hermana y otras personas; alcanzas a escuchar que traen la palabra de dios. Te acuerdas de ese pasaje bíblico que refiere la experiencia de Tomás, uno de los apóstoles, quien dejó para la posteridad la frase “ver para creer”, con la cual planteó un criterio de verdad basado en la percepción sensorial, y que hasta hoy lo escuchamos en el habla cotidiana. El apóstol no creía en la resurrección de Jesús: “Si no veo con mis propios ojos y si no toco yo mismo sus heridas, no podré creer que está vivo”. Días después, Jesús resucitó, entonces Santo Tomás creyó. Aquí los sentidos – concretamente el tacto y la vista- vienen a ser una manera de determinar la verdad de la existencia.

¿Te has preguntado cómo se lavaban los dientes en la Edad Media, cómo se bañaban; se rasuraban; usaban jabón? Las prácticas de higiene corporal varían de una época a otra. Por ejemplo, Jaques Le Goff nos cuenta que en muchas ciudades de la Europa medieval había baños públicos llamados casas de baño. “En las casa de baño o bien en la cama, los hombres y las mujeres de la Edad Media no rechazaban la desnudez” (Le Goff y Troung, 2005, pág. 121). Las normas higiénicas dependen en

buena medida de las representaciones que cada sociedad se haga del cuerpo, mientras que en la Edad Media era de lo más normal exhibir la desnudez del cuerpo en lugares públicos, en las sociedades actuales, como la nuestra, no existe ningún equivalente de esas prácticas, el baño es una cuestión privada, no pública.

Sales de la regadera y te miras en el espejo. Te ves diferente, te sientes un poco pasado de peso, te propones hacer una rutina de ejercicios para recuperar tu anterior figura. Recuerdas la foto que hace poco viste, donde una modelo anoréxica posa con una actitud sexi, exhibiendo su carne pegada al esqueleto. ¿Cuál crees que sea la representación que esa modelo tenga de su cuerpo? ¿Crees que el hecho de estar delgado o pasado de peso es o ha sido una preocupación común para todas las sociedades? Recuerdas entonces aquella otra fotografía de unos niños de África, en la que también ellos muestran su esqueleto envuelto apenas por una delgada capa de carne; a diferencia de la modelo, la corporalidad de estos niños más parece la de una fuerte lucha por seguir viviendo, y seguramente ni siquiera se detienen a pensar en la representación de su cuerpo, no les interesa estar flacos o gordos.

Te duele el cuello, a lo mejor porque dormiste en una postura incómoda. ¿Te duele *tu* cuello o te duele *el* cuello? ¿Has escuchado a alguien decir que le duele *su* cuerpo, o quizá tú mismo lo has dicho alguna vez? ¿Será correcto decir que este organismo que habitas, cuyo reflejo puedes mirar en el espejo, es de tu propiedad? Con frecuencia nos representamos nuestro propio cuerpo como si fuera algo aparte de nosotros, y no, nosotros mismos. Cuando nos duele en alguna parte del cuerpo, nos duele *el* cuerpo que *somos*, no *nuestro* cuerpo que *tenemos*. No *tenemos* cuerpo. *Somos* cuerpo.

En este sentido, el cuerpo es un ente fenoménico, es decir, la apariencia o representación de algo, ¿y qué ese algo? El ser. Resulta difícil hablar del cuerpo sin mencionar al *ser*, al *yo*, cualquiera que sea el punto de vista desde el que se aborde el tema, el ser, el individuo, la persona que conforma ese cuerpo tiene un carácter y características propias, es decir, una identidad. La corporeidad es la condición necesaria para la identificación social. Entonces, este cuerpo que eres en términos materiales, espaciales y temporales, es tu identidad frente al mundo

El cuerpo como representación supone la construcción de ideas que definen, explican, valoran o juzgan el cuerpo en un contexto. Aquí cabe hablar de corporalidad en un contexto cultural, entendiendo corporalidad como la acción de ser cuerpo, y contexto cultural, como las condiciones espacio-temporales y social-históricas en las que vive y experimenta un ser humano. Ya decía Friedrich Nietzsche que el cuerpo es un constructo social, esto quiere decir que es una representación mental de una sociedad, una creencia socialmente aceptada, y como las sociedades se transforman, así las representaciones y las creencias sobre el cuerpo cambian según el momento y el lugar en las que surgen.

En la antigua Grecia, el cuerpo representaba valores estéticos. Para los pitagóricos, los requisitos de una buena forma del cuerpo humano era la justa proporción de la armonía, es decir, la simetría, ¿Cómo juzgarían los pitagóricos a la modelo de la foto?

Platón pensaba que el cuerpo también refleja virtudes morales, un cuerpo bello tenía que ser bueno. Siguiendo de cerca a su maestro Sócrates, veía al cuerpo como un impedimento para el conocimiento y la verdad. La percepción, los instintos, las emociones y todo lo que implica el cuerpo, debe ser controlado para podernos dedicar al ejercicio de la razón.

La tradición cristiana, basada en el pecado original, dio origen a un desprecio por el cuerpo, al cual se le suponía como una envoltura del alma, el depósito de las pasiones, a las que debíamos dominar, negándolas. El pecado original refiere a ese pasaje bíblico donde Eva y Adán comen del fruto prohibido, y ello motiva la expulsión del paraíso. Éste constituye el momento de la caída al mundo terrenal, la caída al cuerpo. El deseo por lo prohibido es castigado con la vergüenza de la desnudez, primera consciencia corporal; y así se inaugura una larga historia de culpabilidad. La caída al mundo nos humaniza, nos hace cuerpo, y con él las pasiones, emociones, sentimientos, y apetencias.

La filosofía que se desarrolló a finales de la Edad Media y especialmente en el Renacimiento, representaba el cuerpo como un microcosmos, reflejo del macrocosmos. La metáfora consideraba al cuerpo humano como una representación del universo, el hombre resumía en sí mismo al cosmos entero.

Cierra los ojos y piénsate como cuerpo. ¿Qué imagen se forma en tu mente al tratar de visualizar tu postura? ¿Cómo te representas tu corporalidad? ¿Te visualizas desnudo, o te imaginas vestido de determinada manera? Nacemos desnudos, con toda nuestra corporalidad expuesta, sin embargo, “pronto se nos recubre, no sólo de ropa, sino de las prendas metafóricas, de códigos morales, prohibiciones y sistemas de valor que ligan la disciplina a los deseos, la educación al control” (Porter, 1993. *Historia del cuerpo*, en Burke, 1993, *Formas de hacer historia*, pág. 285). Para Michel Foucault, el cuerpo es el objeto, producto y origen del poder, según él, tu cuerpo vive en una zona geográfica, política, con fronteras delimitadas, bajo la estricta observación del poder que te controla y te vigila.

Son innumerables las metáforas en torno al cuerpo. Ahora estás frente a la computadora. Te conectas a internet. Experimentas en carne propia la metáfora de *navegar en la red*. No es tu cuerpo el que entra a ese espacio virtual, sino una representación tuya. En los espacios digitales, como internet, tu cuerpo puede reproducirse y auto representarse con varias identidades a la vez, es decir, puedes intervenir por medio de múltiples representaciones.

El cuerpo como representación nos conduce inevitablemente a la idea del cuerpo experiencial, o sea, el cuerpo que experimenta emociones, pensamientos, que actúa todos los días, llevándonos de aquí para allá por el mundo. “Percepción y experiencia del propio cuerpo se implican una a otra” (Merleau-Ponty, 2000, pág. 147).

¿Qué implica la experiencia humana?

Te levantas de la silla, sintiendo una punzada en las lumbares. Tu cuerpo representado, por medio del cual interactúas en las redes informáticas, no está cansado,

es sólo una representación de ti. El *cuerpo* es el *yo* que experimentas, que está animado, que tiene *ánima*: *ánima*. El alma es entendida como el aire que pone en movimiento o da vida a un cuerpo. Cuando alguien muere, se dice que exhala su último soplo de vida. La respiración es una acción que comienza con el ser cuerpo y termina cuando éste deja de ser, o se incorpora a la naturaleza, como materia que es. Respirar es la función más imprescindible del ser humano; es la expresión original del ser, el primigenio signo de la vida. ¿Eres consciente de tu respiración? La conciencia de que respiramos es el primer contacto con el cuerpo.

Para Merleau-Ponty, el cuerpo es una estructura experiencial, externa e interna; el cuerpo es el contexto de los mecanismos cognitivos. El cuerpo es una interfaz por medio de la cual el mundo entra en ti. En toda experiencia corpórea se pone en práctica una amplia gama de códigos higiénicos, morales, estéticos. Como las costumbres que se siguen en el baño, en la cama, o en la mesa. La experiencia de bañarse en una tina dista mucho de bañarse en un río o bañarse bajo la lluvia. Algunos códigos morales funcionan como reguladores del cuerpo, y se expresan en la vestimenta, en las demostraciones de afecto en público (besos, abrazos), ya sea que las prohíban o las permitan.

Existen infinidad de reglas corporales que funcionan como reguladores de un buen comportamiento social. Este tipo de experiencias regulativas son frecuentes en la mesa. Por ejemplo, mientras que para algunas sociedades el acto de eructar es completamente normal como para algunos pueblos árabes, para la sociedad mexicana, eructar resulta políticamente incorrecto, máxime cuando se hace en la mesa, donde por cierto, debes seguir normas que establecen cómo debes colocar los brazos, el cuerpo, cómo debes comer y qué instrumento debes usar para ingerir los alimentos y bebidas -como cucharas, tenedores o la propia mano, vasos de cristal o jícaras de cáscara de coco.

Toda experiencia corpórea es afectiva, pues eres tú quien la experimenta. ¿Qué es entonces la experiencia humana? ¿Eres consciente de lo que ocurre aquí y ahora? ¿Eres consciente de tu corporalidad cotidiana, aun cuando ya no estés frente a un espejo?

Puedes controlar tu motricidad -caminar, comer, andar en bicicleta, etc.-, pero resulta difícil, si no es que imposible, controlar los movimientos de tus órganos, no puedes evitar que el corazón bombee sangre a las venas, ni que la sinapsis -la unión entre neuronas- ocurra en tu mente, y aunque no todo el tiempo seas consciente de ello, sabes qué ocurre en tu interior, y que esos movimientos internos se expresan en el cuerpo que externamente haces actuar en el mundo.

En las primeras líneas preguntaba ¿qué sentido tiene preguntarse por el cuerpo? Apagas la computadora, es hora de irte. Por fin, después de un buen rato de estar chateando representándote como el más simpático, representándote como un chico fuerte y atlético (la foto de tu perfil data de hace un año, cuando tenías el hábito de hacer ejercicio), la chava que tanto te gusta aceptó salir contigo. Te sientes nervioso, no sabes muy bien cómo tienes que actuar, no es lo mismo mirar a los ojos a una persona cuando estás frente a ella que sólo leer sus palabras en la pantalla. Te sudan las manos, estás

emocionado, pero decides aceptar todas las emociones que expresa tu cuerpo, mejor dicho, que expresas por medio del cuerpo. Tú eres cuerpo, tu cuerpo es tu ser y no algo aparte de ti. Contento, sales de tu casa con una sonrisa en los labios, la sonrisa que te provoca la certeza de saber, a partir de tu experiencia, que el sentido del cuerpo es el ser que eres.

BIBLIOGRAFÍA

- ARISTÓTELES
 - (1995). Física. Editorial Gredos: Madrid.
 - (1978). Acerca del alma. Editorial Gredos: Madrid.
- FOUCAULT, MICHEL
 - (2005). Historia de la sexualidad 1: La voluntad de saber; 2: El uso de los placeres; 3: La inquietud de sí. Siglo XXI Editores: México.
 - (2005). Vigilar y castigar. Siglo XXI Editores: México.
- JONAS, HANS (2000). El principio vida. Editorial Trotta: Madrid.
- KANT, IMMANUEL (1997). Crítica de la razón pura. Editorial Alfaguara-Santillana: Madrid.
- LE GOFF, J., Y TROUNG, N. (2005). Una historia del cuerpo en la Edad Media. Ediciones Paidós: Barcelona.
- MERLEAU-PONTY, MAURICE (2000). Fenomenología de la percepción. Ediciones Península: Barcelona.
- PORTER, ROY (1993). Historia del cuerpo en Burke, Peter. Formas de hacer historia, Alianza Editorial: Madrid,
- VARELA, FRANCISCO, ET. AL. (1997). De cuerpo presente. Editorial Gedisa: Barcelona.