

## ESPIRITUALIDADES ASIÁTICAS, EXPERIENCIAS MEDITATIVAS Y SUBJETIVIDADES CORPORIFICADAS<sup>1\*</sup>

José Bizerril – UniCEUB (Brasil)

En la presente comunicación, para la sesión de este coloquio titulada «Corporalidad, rituales y religiosidades», abordaré la cuestión de las relaciones entre experiencia religiosa y subjetividad en el contexto de las espiritualidades contemplativas asiáticas. Este tema se inscribe en el debate sobre los modos de subjetivación en el mundo contemporáneo, y pese a ser espiritualidades bastante minoritarias en Brasil, según indican las estadísticas oficiales brasileñas del Censo de 2010 (IBGE, 2012), estoy convencido de que en las tradiciones contemplativas hay, al menos en la experiencia de sus principales exponentes<sup>2</sup>, un potencial para la constitución de modos de subjetivación corporificada alternativos a las subjetividades hegemónicas del capitalismo de consumo (Bizerril, 2010, 2011).

En concreto, desde la perspectiva del *embodiment*<sup>3</sup>, haré algunas consideraciones acerca de la práctica de técnicas de meditación con el interés puesto en sus implicaciones para la constitución de las subjetividades de quienes las practican. Como ejemplos, echaré mano de materiales procedentes de mi investigación sobre la tradición taoísta en Brasil. En mi grupo de investigación, siguiendo en el campo de las espiritualidades asiáticas, también hemos llevado a cabo estudios con preocupaciones similares que abordan la práctica del budismo tibetano en Brasilia. Y además, en el contexto más amplio de las relaciones entre religiosidad y corporalidad, también nos hemos ocupado de los fenómenos de la posesión en las religiosidades afrobrasileñas. He optado por

---

\* Traducción del portugués: Fernando Campos Leza. Publicado en CITRO, S.; BIZERRIL, J.; MENNELLI, Y. (orgs). **Cuerpos y corporalidades en las culturas de las Américas**. Buenos Aires: Biblos, 2015, p. 259-272.

<sup>1</sup> Presentado originalmente en el Coloquio Internacional: Las teorías de la corporización/embodiment en la antropología de las dos Américas, 30 y 31 de julio de 2012, Buenos Aires.

<sup>2</sup> En este sentido, comparto los cuestionamientos de Tosta (2011) acerca de la importancia de reconocer la especificidad de las experiencias de los grandes virtuosos de las tradiciones espirituales, en lugar de analizarlas a partir de los supuestos del individualismo igualitarista moderno.

<sup>3</sup> Seguimos aquí la convención adoptada desde la traducción de la obra de Thomas Csordas al español, es decir, mantenemos el término *embodiment* en inglés, aun que traducible como “corporización”.

restringir el aspecto empírico de mi presentación a una única tradición, debido a la necesidad de dedicar parte del texto a ofrecer una breve descripción de la tradición taoísta en esta versión brasileña, por ser un tema aún poco conocido en los circuitos antropológicos.

La conclusión de fondo se refiere a las relaciones entre configuraciones subjetivas y corporalidades. Aclaro que mi lectura no se inspira en las denominadas psicoterapias corporales (tales como la terapia reichiana, la bioenergética y sus derivaciones), sino en un examen, desde la perspectiva metodológica del *embodiment*, de las prácticas y conceptos taoístas que articulan un determinado tipo de subjetividad producido a partir de un entrenamiento corporal intensivo. Al mismo tiempo, soy consciente de que resulta plausible proponer otras lecturas de la experiencia religiosa característica de estas tradiciones, más centrada en la dimensión simbólica, filosófica, estética y ética, en consonancia con aportes estructuralistas, interpretativistas, sinológicos, o los característicos de la historia de las religiones o de la religión comparada, etc., que privilegiarían un acercamiento más atento a una comprensión textual del taoísmo. Como ya he explorado esos aspectos de textualidad más ampliamente en otros trabajos, me centraré aquí específicamente en la dimensión práctica y experiencial del taoísmo.

A pesar de que puede definirse como «religión organizada originaria de la China tradicional» (Kohn, 2001:1), el taoísmo también cuenta con movimientos poco institucionalizados en Brasil, en donde se sitúa en un escenario urbano multicultural globalizado, no circunscrito étnicamente a la comunidad china y chino-brasileña. También lo practica un público que no tiene ascendencia asiática, en cuyo caso forma parte de la pluralidad urbana y globalizada de los mundos de la vida. En otras palabras, ningún habitante de una gran ciudad es únicamente taoísta en sus representaciones, valores y prácticas, pues está expuesto en su vida diaria a una diversidad contradictoria de referencias culturales, tanto locales y tradicionales, como modernas y posmodernas. Esta lectura es compatible con la constatación de que las culturas son, más que totalidades homogéneas, sistemas caóticos con significados heterogéneos y en disputa

(Barth, 2000). Así, considero la multiplicidad cultural tanto a nivel intersubjetivo como intrasubjetivo (Bizerril, 2011).

Estimo que es posible incluir la noción maussiana de técnica corporal (Mauss, 2003 [1935]) en mi reflexión, a pesar de los problemas que presenta a la hora de pensar el cuerpo como sujeto. Obviamente, esa noción remite a una visión instrumentalista del cuerpo, que conduciría a la pregunta acerca de quién es y dónde está el sujeto, que «utiliza» el cuerpo de forma tradicional y eficaz. Por otra parte, la noción de técnica corporal subraya el carácter no natural de las diversas actividades corporales y la oportunidad de aprender, por imitación y por educación, nuevas formas de realizar esas actividades, en diferentes contextos y con diversas intencionalidades (empleo aquí este término en su sentido fenomenológico). Cuando se trata de incluir el tema de las técnicas corporales en una reflexión sobre procesos de subjetivación, puede resultar productivo pensar una técnica corporal no aisladamente, sino como parte de un sistema de prácticas, de un *habitus*. Si la subjetividad es, por definición, corporificada, aprender nuevas posturas, nuevas formas de mover el cuerpo, nuevas formas de prestar atención con el cuerpo, es algo que ha de tener implicaciones harto significativas para la constitución de los sujetos. Retomo aquí la visión fenomenológica de Jackson sobre el aprendizaje corporal: «To change a body of habits, physical or cultural, can never be a matter of wishful thinking and trying; it depends on learning and practicing new techniques» (1989:119).

Volviendo a mi tema empírico, considero que la meditación puede ser pensada como una técnica corporal, cuya práctica reiterada tiene como objetivo enseñar a habitar el mundo de la vida de una manera nueva. Al final de su ensayo pionero, Mauss menciona las técnicas corporales como fundamento de todos los estados místicos y, haciendo referencia a los estudios de Marcel Granet, presenta el taoísmo y el yoga como ejemplos (Mauss, 2003 [1935]; Citro, 2010).

Sin embargo, pretendo llevar ese argumento en otra dirección. La meditación como técnica corporal ciertamente es una tecnología que proporciona la experiencia de

estados místicos, pero no creo que inducir tales estados sea un fin en sí mismo. Hablar de espiritualidad y de meditación podría remitir inmediatamente a estados extraordinarios, éxtasis místicos y experiencias visionarias que sin duda figurarían en una fenomenología de la meditación. No obstante, la discusión que propongo no se centra en eso, sino en la meditación como parte cotidiana de un estilo de vida y en su influencia en la configuración de las subjetividades en la vida ordinaria, que se expresa fuera de los momentos específicos dedicados a una sesión de meditación formal.

En el caso del taoísmo, la meditación ocupa la posición central en un sistema de prácticas que podría describirse con conceptos foucaultianos como una «estética de la existencia» (Foucault, 1998, 2010), con sus estilos, ritmos y «modos somáticos de atención»<sup>4</sup> (Csordas, 2008a) característicos.

Aquí es importante plantear una reserva: la meditación podría considerarse eficaz solo si se practica de forma consistente durante un largo período, lo que resultaría en una reorientación existencial práctica que se expresa no solo durante el entrenamiento meditativo en sí, sino también en las actividades cotidianas. Se trata de revivir un cierto tipo de experiencia de mundo de manera repetida a través de la técnica meditativa, hasta que ese modo de experiencia pase a formar parte del *habitus*.

Tras haber realizado estas consideraciones en abstracto, creo que es hora de situar mis reflexiones en un contexto empírico.

### **Una estética de la existencia taoísta**

Desde 1998 vengo estudiando un movimiento taoísta que se estableció en Brasil a finales de los años setenta, de manera casual, cuando el maestro Liu Pai Lin, ya anciano, llegó a São Paulo a visitar a su hija. General republicano retirado, médico, artista marcial y maestro taoísta, inició su trayectoria modestamente, enseñando *taijiquan*<sup>5</sup> a sus

---

<sup>4</sup> El autor los define de esta manera: «Los modos somáticos de atención son maneras culturalmente elaboradas de estar atento al cuerpo y con el cuerpo en ambientes que incluyen la presencia corporificada de otros» (Csordas, 2008: 372).

<sup>5</sup> Es el arte marcial interno chino más conocido a nivel internacional, caracterizado por movimientos lentos y circulares. Se difundió mundialmente en la segunda mitad del siglo XX.

primeros discípulos, en su mayoría descendientes de chinos y japoneses, en la floricultura de la familia. El movimiento se expandió y en torno al año 2000 contaba con practicantes brasileños en diversas de las grandes ciudades<sup>6</sup>, así como en Buenos Aires y en Ciudad de México. Con la muerte del maestro, en el año 2000, a los 93 años, su hijo Liu Chih Ming, reconocido acupunturista, se convirtió oficialmente en el representante de ese linaje en Brasil. Mientras tanto, algunos discípulos de Liu Pai Lin siguieron también una trayectoria independiente. Por tanto, se trata de un movimiento urbano, organizado en red, relativamente poco institucionalizado, con predominio de un público de personas adultas de clase media, en su mayoría blancas o asiáticas y mayores de 40 años, con un ligero predominio de mujeres. Además, hay que indicar que solo deben considerarse taoístas en sentido estricto quienes lo practican de forma más asidua y tienen más experiencia y consideran tales prácticas como parte integrante de un camino espiritual. Esta definición no incluye a quienes practican ocasionalmente *taijiquan* o técnicas afines ni a pacientes de medicina china, de diferentes orígenes y pertenencias religiosas (católicos, budistas, espiritistas, etc.).

En contraste con la Sociedad Taoista de Brasil fundada por el sacerdote taoísta Wu Jyh Cherng, un movimiento con sede en Rio de Janeiro y con una filial en São Paulo, el linaje del maestro Pai Lin tiene un carácter más laico, prescindiendo de sacerdotes, deidades y ceremonias taoístas. Además de que existen algunos espacios institucionales<sup>7</sup> en que se enseña esa tradición —a la vez clínicas, escuelas de medicina tradicional china y de artes marciales internas, así como espacios para la práctica de la meditación— los practicantes se constituyen como grupo en diversos espacios informales en que se da la práctica colectiva: centros de salud, escuelas, clubes deportivos, parques públicos, salas comunitarias cristianas, residencias, etc.

---

<sup>6</sup>Además de en São Paulo, también había grupos relativamente organizados de practicantes en Brasilia, Belo Horizonte, Vitória, Rio de Janeiro, Salvador, Curitiba y Porto Alegre.

<sup>7</sup> Como por ejemplo el «Centro de Estudos de Medicina Tradicional Chinesa» (Cemetrac), coordinado por el maestro Liu Chih Ming, en Liberdade, el barrio asiático de São Paulo.

En este sentido, la espiritualidad taoísta ejemplificada por este grupo se expresa, desde el punto de vista de las prácticas, mediante un énfasis en la meditación, en combinación con técnicas de cultivo de la salud y de la longevidad, así como artes marciales internas, como el *taijiquan* o el *baguazhang*. Estas, a su vez, se practican más a menudo como *qigong*<sup>8</sup> y meditación en movimiento que propiamente por su contenido específicamente marcial, como técnicas de autodefensa. En consonancia con el ideal chino de la enseñanza sin palabras (Granet, 1997), hacerse taoísta, en este contexto, sería fundamentalmente practicar de manera prolongada y consistente esas técnicas, teniendo como referencia al ejemplo viviente del cuerpo del maestro<sup>9</sup> (Bizerril, 2007).

Como mi discusión se centra en la relación entre las prácticas meditativas y las subjetividades corporificadas que de ellas se derivan, no desarrollaré una explicación de los aspectos propiamente sociológicos de mi etnografía<sup>10</sup>. Un elemento que surgió en un cierto número de entrevistas y conversaciones informales con los practicantes taoístas de diferentes niveles (véase Bizerril, 2007, 2010) fue la cura de diversas enfermedades, especialmente crónicas, algunas consideradas incurables por la medicina occidental convencional. Esto no es casual, en vista de que los espacios más institucionalizados de transmisión de esta tradición son también clínicas de medicina tradicional china. Además, la tradición taoísta considera la salud, la longevidad y la serenidad como indicadores de realización espiritual. También destaco que, en la tradición taoísta, la experiencia espiritual está estrechamente relacionada con un mismo saber práctico que impregna simultáneamente a la meditación, a la medicina y al arte marcial. En un sentido amplio, pero bastante concreto, sería un conocimiento acerca de la vida y la muerte (Bizerril, 2005, 2007).

---

<sup>8</sup> Término genérico y moderno que corresponde a una amplia gama de sistemas de técnicas chinas de captación, almacenamiento, circulación y emisión de la fuerza vital (*qi*), con fines médicos, marciales o espirituales. Originalmente, estas técnicas se derivan de los métodos de entrenamiento interior (*neigong*) de la alquimia interna taoísta.

<sup>9</sup> Aunque familiarizarse con la exégesis oral de los textos clásicos taoístas, especialmente el *Yijing* y el *Daodejing* y, en menor medida, el *Zhuangzi*, también forme parte de este proceso, la comprensión intelectual sofisticada de los textos clásicos chinos es menos que secundaria, pues no conduce por sí sola a una transformación personal.

<sup>10</sup> Para obtener más detalles al respecto, véase Bizerril (2005, 2007, 2010, 2011).

El tema de la curación no aparece como un acontecimiento repentino y extraordinario, sino como un proceso que implica un cambio en el modo de vida. Además de tratamientos de la medicina china, como el recurso a la fitoterapia, al masaje *Tuina* o a la acupuntura, un elemento fundamental es la inclusión del entrenamiento de técnicas corporales, tales como meditación, *qigong* y *taijiquan*, como parte de las actividades cotidianas, que formaron parte de la terapéutica tradicional china, pero que además conllevaron a medio plazo una reorientación existencial, un cambio de hábitos y de ritmo corporal. Mi lectura de la curación en la tradición taoísta condice con el hallazgo de Csordas (2008a) de que lo que está en juego en la terapéutica religiosa es «la transformación de una persona, un individuo que es un ser corpóreo» (18-19).

Por lo tanto, no se trata de creer o comprender intelectualmente, sino de una experiencia significativa y reiterada. Volveré a este tema más adelante.

Desde el punto de vista de la experiencia espiritual, en la tradición taoísta existen dos grandes ejes, relevantes para la comprensión de las prácticas de meditación. En primer lugar, el cosmos y el cuerpo humano se consideran atravesados por la misma fuerza vital (*qi*) dinámica, que se mueve cíclica y alternadamente, lo cual se expresa por el diagrama del taiji (☯), que representa la unión de las polaridades complementarias, unidas y en constante movimiento. Esa fuerza vital se divide en cinco fases (*wuxing*) — metal, agua, madera, fuego y tierra— que, a su vez, se expresan en las diversas configuraciones del mundo, en el tiempo cíclico de la naturaleza, en el espacio geográfico y en los fenómenos humanos. El cuerpo humano se considera una réplica en miniatura del universo. Esta concepción guía el ideal de emulación e integración con la «naturaleza»<sup>11</sup> (*tian*). En segundo lugar, la tradición busca una combinación de serenidad, espontaneidad (expresada en la metáfora de la vuelta a la condición maleable de un bebé) y plenitud de la fuerza vital (que se manifiesta como salud y longevidad), encarnadas en la figura del inmortal taoísta (Bizerril, 2007), una condición que puede lograrse a través

---

<sup>11</sup> Para un análisis más cuidadoso sobre lo que significa en este contexto el término *naturaleza* y sus implicaciones para la investigación antropológica del taoísmo, véase Bizerril (2007, 2010, 2011).

de un largo trabajo con las fuerzas y ritmos de la naturaleza y del refinamiento de las fuerzas que habitan el propio cuerpo, como indica el sistema de prácticas de la alquimia interna taoísta.

Yo diría que la razón de ser del sistema de prácticas corporales es la transformación de una representación ideal y abstracta del cosmos en una experiencia vivida en el cuerpo y con el cuerpo, como algo del orden de misterio (*xuan*), no aprehensible por el intelecto discursivo.

A continuación ensayaré una descripción etnográfica de la meditación taoísta que pretende mostrar de qué manera esta versión del taoísmo, mediante el entrenamiento de las técnicas corporales características, deja de ser una tradición cultural exótica (para un sistema de referencia brasileño) para convertirse en una experiencia vivida corporificada y llena de sentido.

Sin embargo, antes de ello convendrá abrir un paréntesis metodológico. A lo largo de los años que he dedicado a investigar este linaje taoísta, inspirado por la intuición pionera de Blacking (1977) que considera parte de la tarea antropológica «sentir los cuerpos de los demás a través de nuestros propios cuerpos» (6) y por la propuesta de Stoller (1989, 1997) en su investigación de la espiritualidad Songhay, mi cuerpo ha sido el *locus* de mi aprendizaje del taoísmo. Además de las clásicas observaciones de campo, de las notas en el diario, las entrevistas formales, la convivencia en situaciones informales y el establecimiento de relaciones de cooperación y diálogo, fue el intenso entrenamiento de las técnicas corporales taoístas lo que proporcionó un rico acceso a su mundo de la vida. Eso me permitió, por un lado, plantear cuestiones que no hubiera podido formular sin vivir ciertas experiencias como aprendiz y, por otro, compartir experiencias colectivas que adquieren un tono y un sentido diferentes cuando los cuerpos se mueven juntos, relativamente al unísono, en lugar de que el etnógrafo fuera el espectador sin cuerpo que observa desde una distancia segura. Así, la intersubjetividad se da mediante el encuentro intercorporal, una alternativa al idealismo y al solipsismo, como argumenta Csordas (2008b). Más aún, en mi caso, por el hecho de que practicar

colectivamente las mismas técnicas corporales supone algo central y recurrente en la sociabilidad del grupo investigado. Sin con ello dar por supuesta de manera ingenua la naturaleza consensual de la experiencia colectiva, pero a su vez negándome a situar la experiencia en el ámbito de una interioridad psicológica inaccesible, considero que la actividad práctica puede dar acceso al mundo de la vida de los demás<sup>12</sup>, pues sitúa al investigador en un territorio intercorporal constituido por un habitus que puede llegar a ser compartido a lo largo del encuentro etnográfico.

Con ese propósito fui paciente de consultas de medicina tradicional china, me sometí a sesiones de masaje *Tuina*, practiqué meditación, consulté el oráculo del *Yijing*, aprendí las formas del *taijiquan*, de la espada *taiji*, del *baguazhang* y de la espada doble *bagua*, y también practiqué entrenamientos internos (*neigong*) durante el tiempo suficiente para experimentar en mi propio cuerpo las experiencias documentadas por la tradición y narradas por mis interlocutores taoístas. Evidentemente, eso repercutió sobre mi propia subjetividad. Si antes era alguien totalmente ajeno a todo ese campo en que me adentré a finales de los años noventa, luego pasé a formar parte de alguna manera de este microuniverso cultural, entablé relaciones de amistad y de aprendizaje que fueron más allá del período de investigación de campo y reorganicé mi eskuena corporal<sup>13</sup> y mi estilo de vida debido a la exposición prolongada a las técnicas corporales taoístas.

Volviendo a la cuestión empírica, la práctica de la meditación taoísta incluye tres tipos de posturas corporales: de pie, sentado o tumbado. En mi análisis trataré de las dos primeras. Destaco la experiencia implícita en la práctica de las técnicas.

La práctica de la meditación en silencio en la posición sentada, con las piernas cruzadas, llamada «sentarse en silencio» (*jingzuo*), fue destacada por el difunto maestro Liu Pai Lin como una condición para conservar la salud y para el cultivo de la serenidad. Este sistema de meditación tiene un amplio repertorio de técnicas, que pueden resumirse

---

<sup>12</sup> Particularmente en el caso de mi campo, no me parece apropiado suponer, como en el célebre argumento de Geertz (1998), la imposibilidad de experiencia compartida en razón de una gran distancia cultural y psicológica entre «nosotros» y «ellos».

<sup>13</sup> Aquí entendido como un modo dinámico de organización de la consciencia del propio cuerpo que se constituye como una verdadera biografía sensoriomotriz-afectiva.

en las siguientes características fundamentales: el cuerpo se mantiene inmóvil mientras se fija la atención en el centro de gravedad del cuerpo, en la zona de debajo del ombligo (*taiyuan*) o sigue ciertos circuitos<sup>14</sup> a lo largo del cuerpo que, según la tradición taoísta, son atravesados por la energía vital (*qi*).

En el primer caso, la forma más básica de meditación taoísta es el llamado «abrazo del *taiji*» (Bizerril, 2007, 2010) [figura 3]. La mano izquierda descansa sobre el ombligo y la mano derecha sobre la izquierda, encarnando el símbolo del *taiji*, la unión de los polos opuestos (cielo y tierra, fuego y agua) del cosmos y el ser humano. Esta metáfora antropomórfica encarna literalmente la consciencia al dirigir la atención hacia el centro del cuerpo, en contraste con la actividad intelectual desencarnada, en que la atención se centra en el pensar y, en el caso de la actividad académica, en las tecnologías de la escritura y la lectura.

¿Qué se aprende cuando el cuerpo practica una técnica que consiste aparentemente en «no hacer nada»? Cabe recordar aquí que la tradición taoísta hace hincapié en la no acción (*wuwei*). La meditación sentada enseña a mantenerse quieto, a guardar silencio, a relajarse, a reconocer el movimiento de la fuerza vital por el cuerpo y el movimiento de la consciencia, lo que supone un claro contrapunto frente al flujo incesante y acelerado de información, estímulos sensoriales, deseos y actividades que impregnan la vida cotidiana de las grandes ciudades.

Otra forma de meditación, esta vez de pie, es la «postura del árbol» (*zhang zhuan*) [figura 03]. Es a la vez una técnica de longevidad, de cultivo de la fuerza vital y de serenidad. En ella el practicante permanece relativamente inmóvil en la posición de pie, con los brazos levantados a la altura del pecho, manteniendo una posición redondeada, como si sostuvieran o abrazaran una bola. Se trata de una técnica bien conocida en los

---

<sup>14</sup> Un buen ejemplo es el Pequeño Universo, que corresponde aproximadamente a la ruta ascendente por el meridiano extraordinario llamado «vaso gobernador» (*Dumai*) que parte del coxis, se sitúa a lo largo de la columna vertebral y de la línea central del cráneo hasta el punto entre la nariz y el labio superior y la trayectoria descendente del meridiano llamada «vaso de la concepción» (*Renmai*) que recorre la línea central de la parte frontal del cuerpo desde el punto bajo el labio inferior hasta el perineo, conectando seis localizaciones corporales, los «seis centros» (*liou shien*) (Bizerril, 2007).

circuitos de artes marciales internas chinas, especialmente en las de inspiración taoísta. Todos los entrenamientos internos, las maneras de enfocar la atención o seguir los trayectos del *qi* por el cuerpo, que se practican en posición sentada, también pueden entrenarse en esta posición. Una vez más, lo que se aprende aquí es a mantener la alineación vertical, a prestar atención al centro del cuerpo, a relajar los músculos para hacer el mínimo esfuerzo para mantenerse de pie y con los brazos levantados, eliminando cualquier tensión innecesaria (Bizerril, 2011). Paradójicamente, entrenar una postura inmóvil es una técnica para desarrollar un tipo de fuerza característica de las artes marciales internas, que se deriva de la estructura total del cuerpo y no de la tensión de grupos musculares aislados, de una consciencia de los micromovimientos del cuerpo inmóvil que puede transponerse al cuerpo en movimiento.

Por último, mencionaré brevemente una tercera posibilidad: la meditación de pie también puede practicarse en movimiento. Ejemplos paradigmáticos de ello en este linaje taoísta son la práctica de las formas<sup>15</sup> del *taijiquan* y el *baguazhang* [figuras 04 e 05], un ejemplo de meditación en movimiento. La interpretación de estas técnicas tiene diversos niveles: son el prototipo de varias posibilidades de aplicación de técnicas de autodefensa, y también se consideran métodos de *qigong* y, si se practican a un ritmo lento, puede practicarse para cultivar la relajación, la fluidez y la serenidad.

Volviendo a la cuestión del entrenamiento corporal, familiarizarse con una técnica taoísta supone memorizar secuencias de movimientos y registrar percepciones derivadas de asumir distintas posturas. La técnica adquiere significado personal a medida que se practica. Aunque los movimientos y las posturas sean algo tan codificado como una coreografía de danza, también están abiertos al cambio. Dependiendo de su esquema corporal, cada practicante tiene una manera propia de ejecutar las técnicas. Además, los estudiantes de un mismo maestro suelen ejecutar una técnica de formas distintas, en parte

---

<sup>15</sup> Es decir, secuencias casi coreográficas de movimientos, que se constituyen como un recurso mnemotécnico para la preservación de las técnicas de un estilo. A través de su práctica es posible cultivar una memoria incorporada del repertorio de posibilidades técnicas características de un estilo de arte marcial.

según el período de la vida del maestro durante el cual la aprendieron. A medida que envejece y gana experiencia, el maestro transforma la manera de ejecutar la forma; la función ejemplar del cuerpo del maestro no le otorga un carácter fijo. Así pues, hay un aspecto procesual en la tradición viva, literalmente encarnada en sus maestros y otros practicantes, abierta a innovaciones, selecciones, adaptaciones y reinterpretaciones, en este caso del sentido motor de un movimiento. Sigo en este punto el argumento de Merleau-Ponty (1945-1996), según el cual el significado de un movimiento se refiere a lo que ese movimiento es capaz de producir en el mundo. Por lo tanto, me centro en el cuerpo sujeto a partir de su potencia sensorial y motora, no de la elaboración conceptual y discursiva acerca del movimiento.

Hasta aquí he enfatizado el aspecto postural y motor del aprendizaje con el cuerpo. En este punto, me gustaría presentar de manera más explícita la dimensión perceptiva, lo que podrían describirse como modos somáticos de atención taoístas. Opto por hablar de *percepción*, considerando que es un proceso que implica cultura, subjetividad y producción de sentido, en lugar de hablar de *sensación*, que podría implicar una reducción al dominio fisiológico (Csordas 2008a).

Una característica notable del entrenamiento taoísta y de su experiencia espiritual es el desarrollo de la consciencia corporal, tanto una consciencia propioceptiva que incide sobre el movimiento, la postura, el equilibrio y la distribución del peso del propio cuerpo, una consciencia enteroperceptiva de las percepciones internas del cuerpo, como también una consciencia de la intencionalidad corporal de los otros, que se da en una unión cinestésica de la mirada y del tacto. En un practicante experimentado, el contacto con el cuerpo de otra persona permite (lo que los taoístas llaman) «escuchar»: su postura, intención (*yi*) y condición de la fuerza vital. En el contexto de la medicina y de las artes marciales taoístas, esta comprensión es parte de un saber práctico sobre el cuerpo del otro.

Tanto en el caso de la percepción del cuerpo de otro como de la percepción del propio cuerpo, la noción de energía vital (*qi*) proporciona un vocabulario para narrar

diferentes tipos de situaciones y experiencias (Frank, 2000). En la experiencia de los y las practicantes taoístas con quienes conviví, hay un predominio de diferentes percepciones táctiles<sup>16</sup> —calor, frío, vibración, hormigueo, corriente eléctrica— que se consideran, en consonancia con la tradición, como manifestación previsible del *qi* como resultado del entrenamiento, indicadores de la condensación de la fuerza vital en ciertos lugares (como el centro del cuerpo o la palma de las manos) y de su circulación por trayectorias predeterminadas (como el «pequeño universo»). Obviamente, no se trata de percepciones aisladas, sino de su aparición frecuente asociada a una transformación del estado general de salud. Por otra parte, teniendo en cuenta la recomendación de Csordas (2008a) de considerar los objetos como producto final de la percepción, ser capaz de sentir la energía vital (*qi*) es el resultado de aprender un sistema de técnicas, de practicarlas en contextos colectivos y privados y de aprender a prestar atención a las percepciones corporales derivadas de la práctica. Todo este proceso tiene como resultado la validación experiencial de una representación cultural. Todo esto sugiere la pertinencia de una teoría de la experiencia significativa en el análisis de casos de tránsito religioso, en oposición a una teoría de la elección racional. En este sentido, ser afectado corporalmente por la tecnología cultural, que instaaura determinadas disposiciones corporales, es el elemento desencadenador de una transformación subjetiva y, en ocasiones, de una reorientación religiosa.

Otro aspecto de los modos somáticos de atención taoístas puede ejemplificarse por las recomendaciones sobre la mirada durante los entrenamientos, ya sean de meditación o de movimiento. Liu Pai Lin recomendaba que durante el entrenamiento la mirada fuera «como la de una chica enamorada». Es decir, con los ojos ni completamente cerrados ni muy abiertos. Esta forma de mirar denota un modo de atención que se sitúa en el punto medio entre dejarse envolver completamente por los estímulos del mundo

---

<sup>16</sup> Resulta curioso que, desde el punto de vista formal y por lo menos en cuanto a los términos que las describen, estas percepciones no parecen diferir mucho de las experimentadas por curadores carismáticos católicos (Csordas 2008a), aunque sean experimentadas en contextos con sentidos muy diferentes por los practicantes taoístas.

exterior o permanecer totalmente ajeno al entorno, centrándose por completo en la propiocepción y en la enteropercepción, o en la vida psíquica. La atención debe permanecer idealmente dividida entre el mundo y el propio cuerpo. Este punto medio consiste en mantenerse atento a las condiciones del mundo, a la vez que se conserva la atención en el propio centro, sin dejarse distraer completamente por sus propios pensamientos y emociones y, literalmente, sin perder el centro, por dejarse fascinar por los estímulos sensoriales del entorno. El valor central que el taoísmo atribuye a la serenidad se expresa en esta forma de situar la mirada.

La integración de nuevos patrones de percepción, postura y movimiento en el esquema corporal de una persona se produce en buena medida por la mimesis, principalmente del cuerpo ejemplar del maestro, pero también del cuerpo de cualquier practicante más experimentado que pueda servir de modelo en el aprendizaje de la técnica. Por lo tanto, la práctica colectiva constituye gradualmente un habitus compartido. Y es este el que inserta al practicante en el mundo de la vida taoísta. Un elemento fundamental de habitar el mundo a la manera taoísta es adoptar un ritmo corporal fluido y lento (Bizerril, 2007, 2005, 2011). Recupero aquí el argumento pionero de Edward Hall (1982, 1976, 1984) sobre las relaciones entre diferencia cultural y ritmos corporales, aunque haya que plantear una reserva sobre la noción excesivamente unificada de cultura (Bizerril, 2011) presenta en su reflexión, al igual que discutir las consecuencias de pensar las relaciones intercorporales en términos de lenguaje corporal y comunicación no verbal, tal como indica Csordas (2008b).

En resumen, el *ethos* taoísta puede describirse brevemente como una combinación de naturalidad, flujo y serenidad. Curiosamente, el camino para llegar a un estado ideal de espontaneidad y naturalidad pasa por un entrenamiento corporal intensivo y prolongado (Schipper, 1997; Bizerril, 2007). Se aprende nuevamente a respirar, caminar, sentarse, acostarse, estar de pie, moverse, prestar atención a sí mismo, a los demás y al mundo, de una manera que reorienta la vida subjetiva. Se produce una transformación en

los patrones somáticos básicos que se organizan de manera reiterativa en la vida cotidiana.

### **Consideraciones finales**

En este artículo he tratado de describir las relaciones entre experiencia meditativa taoísta y procesos de subjetivación. He considerado la meditación como una técnica corporal con potencial para enseñar otra presencia corporificada en el mundo, en suma, otro posicionamiento existencial. He optado por explorar este tema centrándome en un análisis de la corporalidad taoísta, a veces en detrimento de una textualidad taoísta.

He pretendido indicar que, a través del aprendizaje y de la práctica consistente de un sistema de técnicas corporales, puede ser posible transformar las subjetividades, construyendo otra relación con el propio cuerpo, los cuerpos de los demás y el entorno. También he señalado las relaciones entre cultura, ritmo y subjetividad. La discusión que propongo implica una comprensión de la experiencia religiosa en términos de prácticas, percepciones y movimientos corporales, y no en términos de representaciones y cognición.

La tradición taoísta expresa explícitamente una desconfianza acerca de la posibilidad de que el intelecto y el lenguaje referencial expresen de forma precisa el mundo de la vida taoísta y confía en la expresión poética y en la presencia corporal ostensible de los maestros como medios para comunicar intercorporalmente esa experiencia. Aparentemente, la dimensión textual de la tradición apunta, indexicalmente, a un dominio del más acá o del más allá del lenguaje, que no puede reducirse a él, pero que puede ser comunicado a través del aprendizaje práctico. Y, como tal, la meditación y la propia experiencia meditativa son artefactos culturales.

Sin embargo, esta advertencia sobre los límites del lenguaje referencial, característico de esta y de otras tradiciones meditativas —como el Zen, en el budismo japonés, o el Mahamudra, en el budismo tibetano— representa un desafío para su investigación académica, que se caracteriza por el imperativo de la comprensión

discursivo-intelectual de los fenómenos. La tarea antropológica consiste en hacer inteligibles mundos culturales con los que el público lector no ha tenido contacto mediante experiencia directa.

Una dificultad metodológica que surge en el estudio de las tradiciones contemplativas desde la perspectiva del *embodiment* es que experiencias compartidas fundamentales, autoevidentes para los sujetos y su comunidad, pueden sonar en la descripción etnográfica como algo muy intangible y difícil de reconocer para quien no participa de ese mundo cultural de la vida. Pero, ¿no se trata en realidad de un desafío de cualquier etnografía?

## **FIGURAS:**

## **BIBLIOGRAFÍA**

- BARTH, F (2000). *O guru, o iniciador e outras variações antropológicas*, Rio de Janeiro, Contracapa.
- BLACKING, J. (1977). "Towards an anthropology of the body", en J. Blacking (ed.) *The Anthropology of the Body*, London, Academic Press: 1-28.
- BIZERRIL, J. (2005). "Mestres do Tao: Tradição, Experiência e Etnografia", *Horizontes Antropológicos*, vol. 24 Antropologia e Performance, Porto Alegre, PPGAS UFRGS, año 11, 87-105.
- BIZERRIL, J (2007). *O retorno à raiz: uma linhagem taoista no Brasil*, São Paulo, Attar.
- BIZERRIL, J. (2010). "O caminho do retorno: envelhecer à maneira taoista", *Horizontes Antropológicos*, Porto Alegre, año 16, n.º 34, 287-313.
- BIZERRIL, J. (2011). "Estéticas da Existência em fluxo: corporeidade taoista e mundo contemporâneo", *Ciencias Sociales y Religión/Ciências Sociais e Religião*, Porto Alegre, año 13, n.º 13, p. 77-101, febrero de 2011.
- CITRO, S. (2011) "La antropología del cuerpo y los cuerpos en-el-mundo: indicios para una genealogía (in)disciplinar" en S. Citro (ed.) *Cuerpos Plurales: antropología de y desde los cuerpos*, Buenos Aires, Biblos, 17-58.
- CSORDAS, T. (2008a) *Corpo/significado/cura*, Porto Alegre, Editora da UFRGS.

- CSORDAS, T. (2008b) “Intersubjectivity and intercorporality”, *Subjectivity*, Palgrave Macmillan Ltd, 22: 110-121.
- FRANK, A. (2000) “Experiencing Qi”, *Text, Practice, Performance*, II: 13-31.
- FOUCAULT, M. (1998) *A história da sexualidade 2: o uso dos prazeres*, Rio de Janeiro, Graal.
- FOUCAULT, M. (2010) *Ética, sexualidade, política*. 2.<sup>a</sup> edición. Rio de Janeiro: Forense Universitária, Coleção Ditos e Escritos, vol. V.
- GRANET, M. (1997) *O pensamento chinês*, Rio de Janeiro, Contraponto.
- HALL, E. (1982) *The Hidden Dimension*, Garden City, Anchor Books.
- HALL, E. (1976) *Beyond Culture*, Garden City, Anchor Books.
- HALL, E. (1984) *The Dance of Life*, Garden City, Anchor Books.
- IBGE. (2012) *Censo Demográfico 2010: características gerais da população, religião e pessoas com deficiência*, Rio de Janeiro, IBGE.
- JACKSON, M. (1989) “Knowledge of the Body” en M. Jackson , *Paths towards a Clearing: Radical Empiricism and Ethnographic Inquiry*, Bloomington-Indianapolis, Indiana University Press, 119-136.
- MAUSS. M. (2003) “As técnicas do corpo” (1935), en M. Mauss, *Sociologia e Antropologia*, São Paulo, Cosac & Naify, 400-422.
- MERLEAU-PONTY, M. (1996) *Fenomenologia da Percepção* (1945). 2.<sup>a</sup> tirada. São Paulo, Martins Fontes.
- SCHIPPER, K. (1997) *Le corps taoïste: corps physique – corps social*. 4.<sup>a</sup> ed. París, Fayard.
- STOLLER, P. (1989) *The Taste of Ethnographic Things: The senses in anthropology*, Philadelphia, University of Pennsylvania Press.
- STOLLER, P. (1997) *Sensuous Scholarship*, Philadelphia, University of Pennsylvania Press.
- TOSTA, L. T. D. (2011) *Iogues Dissidentes: pedagogia de uma (in)disciplina emancipatória*, tesis de doctorado, Programa de Postgrado en Antropología Social, Universidad de Brasilia.