

el cuerpo & el cuerpo duplicado & proyectado

Marzo 2020, comienzo de la pandemia: La voz se siente metálica, distante, por momentos entrecortada. Desde la pantalla de la computadora escucho las consignas de **Cecilia Núñez Cordo** en una clase virtual de **Trabajo Postural Global**.

Mi cuerpo tendido sobre la colchoneta se siente un cibercuerpo solitario y torpe; la pantalla, una suerte de panóptico que indaga en la intimidad de mi habitación y me devuelve una imagen plana de mí misma.

¿Soy una copia deformada de mi cuerpo cuyo original se ha perdido? ¿Un cuerpo duplicado? ¿Terminaré como en esas escenas de "Viaje a las estrellas" donde los cuerpos de los tripulantes se ubican debajo de una cúpula de cristal y se desmaterializan para dejar la nave en un viaje hacia otras galaxias?

Prácticas realizadas de manera presencial son repetidas a la distancia sin la familiaridad del trabajo grupal de otros tiempos. Siento las consignas como órdenes que me resisto a obedecer. ¿Vivimos como si las cosas hubieran engullido su espejo y se hubieran convertido en transparentes, como dice **Baudrillard**?

Mi cuerpo es un pequeño Robocop, interceptado por pensamientos colmados de enojos, miedos y desprovisto de los apoyos que en otros tiempos lo acompañaron. El final de la clase no es mas gratificante: la figura recortada de Cecilia despidiéndose en el estudio antes habitado por mi grupo de trabajo profundiza mi aislamiento y la añoranza de mis seres queridos.

Decido interrumpir la práctica corporal en mi estéril modalidad virtual. Años de formación en la danza y la eutonía junto a antiguos maestros naufragan frente a la pantalla. Palabra y cuerpo se encuentran sin sostén porque ambos están amenazados por una catástrofe imposible de nombrar. De ella sólo se conocen cinco letras y dos números: COVID-19 y los estragos que el virus provoca.

Tendida en la colchoneta y enfundada en mi pantalón y buzo pandémicos, comienzo mi pequeña búsqueda solitaria en un intento de restituir la conexión perdida con mi cuerpo.

Lo siento pesado, torpe, distante, olvidado de sí. Como si hubiera alojado en él las fracturas de un mundo incierto. Sin embargo, aparece la decisión subjetiva de romper mi propio aislamiento para reencontrarme con mis zonas de apoyo, mis zonas más cercanas y solidarias.

Al principio es sólo respirar y apoyar las plantas de los pies para luego deslizarlas por el piso. Percibo muy distantes los pies de la cabeza. Los respiros se entrecortan. El trabajo se sostiene por 15 minutos. Interrumpo.

A los tres días regreso a la colchoneta. Vuelvo a la respiración, no intervengo en ella. Interceptada por pensamientos, retorno una y otra vez al cuerpo. Practico empujes con las plantas de los pies donde se hace presente la cintura. Vuelvo a la quietud. Reconozco el lento movimiento de las costillas en el inhalar y exhalar del aire. Con las piernas extendidas, percibo al mismo tiempo el toque de los talones en el piso, el sacro, el peso de la cabeza y la columna ar-

**Allí en la pantalla...
¿soy una copia deformada de mi cuerpo cuyo original se ha perdido?
¿Un cuerpo duplicado?**



Ilustración
Ricardo
Merkel

mando una pequeña filigrana desde los pies a la cabeza.

Los recorridos con el cuerpo se hacen más frecuentes, variados y espontáneos. Al lado de la estufa de gas exorcizo el frío y juego con la piel de los pies mientras los dedos se mueven dentro de las gruesas medias de lana. Al mismo tiempo, muevo los talones y las rodillas en círculos y siento la piel de las piernas y los muslos que roza el pantalón. Deslizo los brazos en cruz buscando la textura del algodón de la remera debajo del buzo y siento la piel de mis pechos. Me doy abrigo. Realizo una prolongación con los dedos de ambas manos, el movimiento es leve y los omóplatos se expanden. Siento alivio. Estoy abierta a mis sentires, de pronto aparece la imagen de mi madre. Aferrada a su falda, muy pequeña, la escucho decir: "un paso a la izquierda, dos a la derecha", en su primera clase de boleros con la voz engolada de Pedro Vargas como música de fondo. Me dejo afectar por la intensidad de los recuerdos, por sus tibiezas. Puedo transitar pasajes de zonas pesadas hacia otras más livianas.

Regreso a mis respiros, decido cómo moverme y en qué dirección, sin mediación alguna, en disidencia con el mundo virtual y en la invención de mi solitaria micropolítica del cuerpo.

La duración de mis búsquedas alejada de la pantalla se fue extendiendo, los apoyos se hicieron más claros, las plantas de los pies se afirmaron en sus empujes. El tono fue encontrando los modos de regularse. Zonas antes restringidas se ampliaron. Y fue necesario el lento transcurrir de tres meses para retomar el trabajo corporal virtual.

A dos años de la pandemia puedo enlazar voz y cuerpo, la voz de allá, detrás de la pantalla que marca consignas y describe movimientos, con mi cuerpo de acá, como una amalgama invisible. Descubro en ella su timbre, brillantez, las variaciones de sus ritmos, matices, volúmenes. La voz, ese "entre" que la distancia desafía, hace cuerpo.

Dice **Le Bretón** en "Estallidos de la voz. Una antropología de las voces": "Al darle carne al lenguaje, la voz lo hace escuchar". La voz del otro, esa emanación del aliento y sus vibraciones sutiles, funciona como una envoltura sonora capaz de armar un espacio confiable más allá de la distancia física y sus soportes virtuales. Hay presencia, allí donde hay ausencia. Sin embargo, anhelo retornar a la modalidad presencial, volver al encuentro y al abrazo con Cecilia y mis compañeros a quienes veía encerrados en celdas como en un panal de abejas, pero segura que en estos dos años de pandemia se pudo conservar, una grupalidad en medio de la adversidad.

Laura Corinaldesi es Profesora de Filosofía, periodista. Formada en barre á terre, en técnica Graham y Eutonía.

La comunicación virtual, pone en jaque variables constitutivas: espacio, tiempo, contacto físico... que inevitablemente se transforman y nos transforman. Rescato y valoro el gran recurso que ofreció y ofrece en tiempos de pandemia



El 19 de marzo del 2020 comenzó el confinamiento en la Argentina a causa de la Pandemia, dos días después de la primera clase virtual. Desde el patio (porque el wifi en la sala era muy malo), a cielo abierto, rodeada de plantas, una tarde de domingo templado y acompañada por mi pareja (que resolvía las cuestiones tecnológicas) inauguramos grupalmente **la sala virtual de Casaviva**. Impactaba ver cómo iban apareciendo las ventanitas del zoom por donde asomaban lxs alumxns con sus familias, mascotas, desde la intimidad de sus casas.

Irrumpió una nueva modalidad, que permitió estar en contacto en un momento de conmoción, incertidumbre y miedo, de una manera impensada. Era una nueva posibilidad, un tipo de encuentro diferente. En ese contexto, rescato y valoro el gran **recurso** que ofreció y ofrece la **comunicación virtual**, que pone en jaque variables constitutivas: espacio, tiempo, contacto físico; y que **inevitablemente nos transforman**.

A dos años de esa primera experiencia

El **eje espacio** se construye de otro modo. Se conjugan la experiencia del propio espacio corporal (interno – externo), la experiencia espacial propia de los Otrxs y se genera un **espacio común virtual**. Esto posibilitado por la **mediatización** de computadoras, celulares, tablets y sujeto a los múltiples vaivenes de las fallas tecnológicas.

Para habitar ese espacio virtual común el cuerpo se sustrae de algunos sentidos (olfato, tacto) y potencia otros (vista y oído); ofrece y recepciona un cuerpo virtual, una imagen que pulsa, un reflejo del cuerpo real, que puede distorsionar (la voz, las proporciones corporales) que muestra recortes y fragmentos.

Las **distancias físicas se anulan**, conviven personas de distintas latitudes. No hace falta trasladarse para llegar a otro espacio físico, recorrer el camino que te lleva a... , salir de la casa, cruzar el umbral. ¿Cómo es ese cuerpo que no necesita trasladarse? Daniel Calmels habla del **cuerpo proyectado** "cuando hablo de espacio habitado no me refiero solamente a espacio ocupado".

En la infancia se necesita el cuerpo del Otro (función corporizante) para que el niño pueda construir su corporalidad. Qué sucede en el individuo adulto ante la falta del contacto físico, ante la ausencia del toque, del registro de la piel de Otro, cuando la experiencia digital tiene tanto protagonismo en la vida cotidiana.

El cuerpo se manifiesta de diversas formas: a través del movimiento y el contacto físico, pero hay otras que juegan un papel importante: el **modo de mirar**, la gestualidad, la voz. Hugo Perrone habla de "tactilidad a distancia".

El rol de la palabra en la virtualidad tiene mucha importancia.

Contactar a través del sonido, darle volumen a la palabra, son distintos modos de proponer, contener y acompañar.

Tiempo, ritmo, duración y contacto sutil

En ocasiones no se comparte el huso horario ni la estación del año; cuando algunxs alumxns están comenzando el día, otrxs lo están terminando.

El **registro común grupal de tiempo externo** es el de la duración de la clase.

Cada unx registra su **tiempo biológico personal**, el propio ritmo. También se construye un **ritmo** de clase, actividad, descanso. Compartimos presente.

La búsqueda de docente y alumnx es la de **hacer contacto** con sí mismo y con los demás. Esta es la **sustancia de las prácticas corporales conscientes**. El contacto es sutil, trasciende la modalidad virtual o presencial.

El desafío es poder superar las dificultades que (como todo) tienen cada una de estas modalidades y capitalizar experiencia.

En lo personal vivo con más plenitud el encuentro cuerpo a cuerpo con lxs alumxns. Sin embargo valoro la posibilidad que ofrece la comunicación virtual que permite conocer y trabajar con gente de lugares distantes, que potencia el intercambio.

Es un desafío de época **vivenciar de modo consciente el cuerpo virtual**, que no sea una reducción de nosotrxs mismos sino un modo de continuar expandiendo consciencia.

Cecilia Núñez Cordo es Eutonista (Nº Reg 148 A.A.L.E). Maestra de Trabajo Corporal Postural. Bailarina. Fundadora y Coordinadora de Casaviva, centro de actividades corporales integradas. www.casaviva.com.ar