

**IMPLOSIONES: CORPORALIDADES FRONTERIZAS COMO PRÁCTICAS DE LIBERTAD O CÓMO DILUIR UN RÉGIMEN DE VERDAD Y PRODUCIR OTRO EN EL PROPIO CUERPO, SIN MORIR EN EL INTENTO<sup>1</sup>**

**IMPLOSIONS: BORDERLINE CORPORALITIES AS PRACTICES OF FREEDOM, OR HOW TO DILUTE A TRUE REGIME AND PRODUCE ANOTHER ONE IN YOUR OWN BODY WITHOUT DYING IN THE ATTEMPT**

**IMPLOSÕES: CORPORALIDADES FRONTEIRIÇAS, PRÁTICAS DE LIBERDADE OU COMO DILUIR UM REGIME DE VERDADE E PRODUZIR OUTRO NO PRÓPRIO CORPO, SEM MORRER TENTANDO?<sup>2</sup>**

JUAN CAMILO CAJIGAS-ROTUNDO<sup>2</sup>

University of California, Davis, USA

jcajigas@ucdavis.edu

Recibido: 02 de abril de 2012

Aceptado: 24 de mayo de 2012

*Resumen:*

En este artículo se presenta, por una parte, una descripción densa de la técnica de la *capoeira angola*, pretendiendo mostrar los efectos que genera su ejercicio en la construcción de la corporalidad y por ende en el mundo vivido, y por otra, una serie de reflexiones que tienen como objeto abrir la posibilidad de ampliar la noción foucaultiana de «prácticas de libertad», a partir de una perspectiva micropolítica decolonial que toma como referencia la agencialidad encarnada, presente en este tipo de saberes espirituales, tan presentes y vivos en Latinoamérica.

*Palabras clave:* *capoeira angola*, prácticas de libertad, corporalidades fronterizas, saberes espirituales.

*Abstract:*

This paper presents on one hand a dense description of *capoeira angola* technique, intending to show the effects its practice generates in the construction of corporality and thereby in the lived world, and on the other hand, it presents a series of reflections aiming to open

<sup>1</sup> El presente artículo forma parte de la investigación realizada por el autor en el marco del doctorado en Estudios Culturales en la Universidad de California, Davis sobre las eco-políticas implicadas en el complejo de tecnologías que afectan la corporalidad/subjetividad contemporánea.

<sup>2</sup> Filósofo. Universidad Nacional de Colombia. Magíster en Estudios Culturales, Universidad Javeriana. Becario Colciencias-Fulbright.



**BUDAPEST**  
Fotografia de Johanna Orduz

the possibility to broaden Foucault's notion of 'practices of freedom', starting from a decolonial micropolitical approach, which refers to the embodied agencially that can be observed in this sort of spiritual wisdom, so present and living all over Latin America.  
*Keywords:* *capoeira angola*, practices of freedom, borderline corporalities, spiritual wisdom.

*Resumo:*

Este artigo apresenta uma descrição densa da técnica da capoeira angola que busca demonstrar os efeitos de sua prática na construção da corporalidade e, portanto, no mundo vivido. Por outro lado, propõe uma série de reflexões que buscam ampliar a noção foucaultiana de «práticas de liberdade» a partir de uma perspectiva micropolítica decolonial que toma como referencial a agencialidade encarnada, presente nesse tipo de saber espiritual, tão presente e vivo na América Latina.

*Palavras chave:* capoeira angola, práticas de liberdade, corporalidades fronteiriças, saberes espirituais.

*«Amigos o corpo é um grande sistema de razão,  
por detraz de nossos pensamentos acha-se um senhor poderoso,  
um sábio desconhecido...»<sup>3</sup>*

(Mestre Pastinha 1889-1981).

How it could be possible to elaborate new types,  
new kinds of relationships to ourselves.

(Foucault, 1983).

Hoy en día las investigaciones y reflexiones que realizó Michael Foucault en los últimos años de su vida sobre el papel que juegan las relaciones que establecemos con los otros y con nosotros mismos, constituyen un espacio fructífero de acción e investigación en el marco de una cartografía contemporánea del poder. En las líneas que siguen intentaré retomar estas reflexiones (articulándolas con las de otros pensadores) sin la pretensión de hacer una exégesis del último Foucault, sino con el propósito de emplear los rendimientos de estos «conceptos-bomba» desde la experiencia del ejercicio de una práctica de libertad generada en la diferencia colonial: la *capoeira angola*<sup>4</sup>. Cada vez más se impone la tarea de des-identificarse de

<sup>3</sup> «Amigos, el cuerpo es un gran sistema de razón, por detrás de nuestros pensamientos se encuentra un señor poderoso, un sabio desconocido». Vicente Ferreira Pastinha, maestro que recrea la *capoeira angola* a principios del siglo XX. (La traducción es mía).

<sup>4</sup> La *capoeira angola* es un arte corporal/práctica espiritual producto del ensamblaje de cinco aspectos: movimiento, música, ritual, filosofía e historia. Las primeras referencias a la capoeira tienen su origen en el s. XVII en el contexto de la esclavitud, en Brasil. Si bien, se piensa que tiene sus antecedentes en rituales de las culturas africanas Bantu, específicamente, en el *n'golo* o danza de la cebrá, y en la *capabula* (lucha-danza que se realiza solo con las manos). Entre los siglos XVIII y XIX se prohibió en Brasil por estar asociada al mundo del delincuente (malandro), y a los cuerpos ilegales de seguridad de algunos grupos políticos (en la misma época también se comenzaron a prohibir prácticas religiosas ligadas a la capoeira, como el candomblé).

En las primeras décadas del s. XX se inició un proceso de integración a la cultura nacional brasilera a través de la creación de escuelas como las de Mestre Pastinha (quien transmite la capoeira angola, estilo que persigue su recuperación ancestral), y Mestre Bimba (creador del estilo de capoeira regional, hoy capoeira contemporánea). En la actualidad, es posible hablar de una capoeira global difundida en las principales ciudades del mundo. Por otra parte, aclaro que el presente escrito toma como referencia principal las actividades que realiza desde 1998, en Bogotá, el grupo de capoeira angola *Volta do Mundo*, y mi vinculación como practicante desde ese mismo año. Como metodología, el presente trabajo ha recurrido no tanto a una auto-etnografía (que tiende a objetivizar al sujeto que se autodescribe) como a una «escritura de sí», en el sentido estoico, de testimonio de un proceso de auto-transformación.

la forma-sujeto (forma-humana) generada al interior de ciertos juegos de verdad, es decir, *implosionar*; cuestionamos así que la acción política privilegiada sea «hacer estallar la verdad» en una relación de exterioridad. En el fondo el dualismo es una cuestión aparente: quien transforma su mirada construye un mundo otro. Pero, ¿cómo hacerlo? Tampoco hay respuestas definitivas; en el presente escrito intentamos la descripción de una vía de acceso, que es tan sólo eso, una vía.

### **Corporalidades fronterizas como prácticas de libertad**

Foucault (1988) distingue cuatro tipos de tecnologías que son parte constitutiva de los «juegos de verdad» que empleamos para comprendernos a nosotros mismos, es decir, para establecer una relación entre el sujeto y la verdad. Estos tipos de tecnologías se encuentran enredados, ya que recorren todo el cuerpo social a la manera de un entramado complejo en el que diferentes prácticas se superponen. De esta manera, podemos distinguir entre: 1) tecnologías de producción, cuya función es transformar objetos y producir un mundo de artefactos; 2) tecnologías de sistemas de signos, las cuales posibilitan la movilización de símbolos y significados; 3) tecnologías del poder, mediante las cuales se determina la conducta de los individuos y es posible someterlos a ciertos fines de dominación (hablaremos acá de procesos de objetivación del sujeto), y 4) tecnologías del yo, las cuales permiten a los individuos afectar por sus propios medios o con la ayuda de otros un cierto número de operaciones en sus propios cuerpos, almas, pensamientos, conductas y formas de ser, con el objeto de lograr cierto estado de felicidad, pureza, sabiduría o perfección.

Encontraremos, entonces, en el cuerpo social dinámicas de densificación en las cuales las series de condicionamientos sociales tienden a solidificar las relaciones de fuerza y por tanto a producir estados de dominación que objetivan al sujeto a partir de su sujeción. El sujeto en este caso operará a partir del anclaje interno que le proveerán las tecnologías del poder y que, podríamos decir, se articula tomando como centro la formación de secuencias de comportamiento, hábitos caracterizados por la postulación de un agente central dictador que posibilita una especie de «egofascismo» en la relación de sí consigo mismo. Con todo, lo paradójico de esta situación es que en el fondo «nadie nos está obligando», sino que operamos por la fuerza de estos hábitos y pautas culturales. Se sigue por

tanto que no se quiere afirmar la imposibilidad de un espacio de intervención activa por parte del sujeto (liquidificación y gasificación); todo lo contrario, y es aquí donde aparece la posibilidad de la acción ética, las tecnologías del yo van a posibilitar un escenario de de-sujeción orientado a la constitución de prácticas de libertad a través de las cuales nos auto-generamos con el objeto de neutralizar la concesión de nuestra potencia de vida. Esta superposición constante y ambivalente entre tecnologías del poder y las tecnologías del yo es lo que Foucault denominará «gubernamentalidad», esto es —desde una perspectiva centrada en la genealogía de la moral—, la dinámica constante entre densificación y liquidificación del poder.<sup>5</sup>

Acá se nos abre una puerta para comprender y asumir estas tecnologías del yo como

<sup>5</sup> La hipótesis del trabajo de la geología de la moral busca eliminar una perspectiva lineal del poder (teleológica) en la cual se establecen fases consecutivas, y más bien, se resalta el carácter continuo y enredado propio del complejo de relaciones de poder (si se quiere una visión heterárquica). La misma materia puede presentarse en diferentes estados, sólido, líquido y gaseoso; en esa medida, los procesos de dominación se caracterizan por la solidificación de las relaciones de poder, mientras que las prácticas de libertad permiten escenificar estados gaseosos de estas relaciones (sobre la geología de la moral ver: Deleuze y Guattari, 2000).

posibilitadoras de prácticas de libertad. Vamos a encontrar entonces diferentes técnicas (*techné*) y diferentes objetivos (*telos*) dentro de estas tecnologías. Uno de los supuestos de este modo de pensamiento es que no sería del todo justo postular la existencia de una interioridad pre-existente que llega a ser desvelada por el efecto de ciertas técnicas; por el contrario, se ilustra cómo las técnicas bajo el marco de sus

objetivos constituyen una cierta interioridad como también una corporalidad. Una técnica forma un cuerpo, y no todos los cuerpos asimilan las mismas técnicas. En los cursos finales del Collège de France (Foucault, 2000; 2009) se hacía evidente la gran variedad de técnicas que eran empleadas en el mundo grecorromano y la antigüedad tardía,<sup>6</sup> las cuales procuraban en su conjunto una transformación del sujeto a partir de la incorporación de una cierta verdad; esto es, a partir de la intervención sobre

<sup>6</sup> En el momento de oro de la cultura de sí, es decir, entre los siglos I y II (momento helenístico) se proponían una serie de técnicas contra la estulticia (condición de servidumbre de aquel que es movido desde fuera, que no tiene un centro y vive conforme a los roles sociales), entre ellas: el retiro metódico (tanto el ausentarse in situ como el retiro de la polis), el limitarse a lo necesario como condición del desapego (manejo de los placeres en busca de aquellos que no perturban demasiado —placeres katastemáticos—), y, la introspección como examen cuidadoso del flujo del pensamiento procurando el autocontrol.

sí mismo, aquel que se atreve a conocer (que es capaz del decir veraz que puede llegar a transformar su vida) es afectado por lo conocido en la medida en que produce en él mismo la gestación de un espacio diferencial en el que emerge una cierta forma de subjetividad. La verdad entonces transfigura al sujeto —eso es lo que se entiende por espiritualidad—. Recurriendo al arte chamánico de don Juan Matus, diríamos que aquel que

conoce no llega sólo a ser hombre-con-conocimiento, sino, sobre todo, hombre-de-conocimiento. Y esto básicamente porque el mundo ya no es vivenciado como una exterioridad imparcial, sino como el lugar de una prueba:

El hecho de que el *bios*, la vida —quiero decir: la manera como el mundo se nos presenta inmediatamente en el transcurso de nuestra existencia—, sea una prueba, debe entenderse en dos sentidos. Prueba en el sentido de experiencia, es decir, que el mundo se reconoce como aquello a través de lo cual hacemos la experiencia de nosotros mismos, nos conocemos, nos descubrimos, nos revelamos a nosotros mismos. Y, además, prueba en el sentido de que este mundo, este *bios*, es también un ejercicio, es decir, aquello a partir de lo cual vamos a formarnos, transformarnos, encaminarnos hacia una meta o una salvación, marchar hacia nuestra propia perfección (Foucault, 2006: 464).

Este *bios* no es el mundo como exterioridad imparcial susceptible de manipulación a través de la técnica (ser-disponible); tampoco, va a ser el espacio de actuación de la biopolítica, en cuanto campo de gestión de la población; más bien, este *bios* nos remite, por un lado, a la acción estetizante que proveen las técnicas de sí con el objeto de auto-constituírnos, y por otro, a la apertura hacia un mundo que nos habla con su propia voz. El mundo como prueba es el mundo como campo de batalla que provee el espacio para aquel que procura el conocimiento en tanto saber espiritual.

La aparición en la historia humana de este conjunto de prácticas de sí ligadas a saberes espirituales posibilita la constitución de un espacio interno que nos provee de habilidades para enactuar un mundo,<sup>7</sup> alumbrar un mundo a partir de la activación de un modo de existencia. Debemos entonces en este punto recordar la sabiduría del mestre Pastinha: «Amigos, el cuerpo es un gran sistema de razón, por detrás de nuestros pensamientos se encuentra un señor poderoso, un sabio desconocido»;<sup>8</sup> en ese sentido, hablar de la creación de una razón práctica corporal<sup>9</sup> a través de la cual podemos establecer distintas series de consensos cinestésicos y pautas de membresía perceptual que van a configurar lo visible y lo invisible, campos de *Ser*, maneras de inter-subjetividad y formas particulares de habitar-mundo. Esta razón corporal nos remite a una perspectiva encarnada del acto de conocer que

<sup>7</sup> La expresión «enactuar mundo» tomada de la fenomenología biológica de Francisco Varela quiere denotar el carácter activo que juega el conocedor en el acto de conocer; no se trata de que haya un proceso unidireccionalmente constructivo que permite crear «fantasías de la mente» sobre la nada, sino que a la manera de un motivo de jazz en el acto perceptivo que acompaña a los modos de existencia 'lo exterior' es resultado de una co-construcción, más que una mera representación de una exterioridad plagada de objetos sustanciales. La percepción es el resultado de la improvisación a partir de un motivo —diferencias— y del desarrollo de habilidades (Varela, 2000).

<sup>8</sup> Texto que circulaba en un folleto de la Academia de João Pequeno de Pastinha. Salvador de Bahía, Brasil, 2006. Archivo personal.

<sup>9</sup> Remito en este punto a las aclaraciones de la mestre Janja (Rosângela C. Araújo Ph. D., presidenta del Instituto Nzinga de Estudios de la Capoeira Angola): «Tengo una creencia en la capacidad que la capoeira angola tiene de entendimiento de lo que llamé proceso de individuación, porque ella entiende los códigos culturales que nacen de nuestro cuerpo, desbanalizado, desmarginalizado, de nuestra alma, de nuestro entendimiento espiritual sobre el propio cuerpo, sin una lectura sentimentalista o venida de afuera» (Mestre Janja, 2003). recuperada el 24/01/12, de: [http://www.inventandopovora.org/CMJres\\_cast.html](http://www.inventandopovora.org/CMJres_cast.html).

deja entrever latitudes, es decir, el conjunto de afectos (devenires) que dan lugar a los estados intensivos de una fuerza anónima (la fuerza de existir y la potencia de afección) y longitudes, el conjunto de relaciones de velocidad y lentitud, de reposo y movimiento entre las partículas e intensidades (Torres, 1998).

Ahora bien, y por último, las corporalidades fronterizas nos hablarán de una *geografía de la razón corporal desde la zona del no-ser*. Este tipo de corporalidades atenderán a un impulso de reposicionamiento en el marco de una geografía de la razón corporal, al trazar los horizontes de otro espacio y, por ende, de corporalidades constituidas por la fuerza de agenciamientos ambientales singulares, con la particularidad de que en ellos se cruzan las codificaciones corporales de diferentes regímenes de verdad, para de esta manera conformar diferentes corpo-políticas del conocimiento. La espacialidad reclamará así su lugar frente a la historicidad, y de esta manera, será posible ubicar el clima y el paisaje, en fin, una cierta ambientalidad como aspectos fundamentales de una antropología filosófica integral. En términos de Watsuji: «Hoy se impone resucitar, junto con la subjetividad del cuerpo, la del paisaje. Se puede decir que el sentido fundamental de la relación cuerpo-espíritu está en la relación corpóreo-espiritual del ser humano en su totalidad, es decir, la relación cuerpo-espíritu, con su doble carácter individual y social que incluye la doble referencia a la historia y a la geografía humanas» (2006 : 35).

Desplazamos entonces el foco de atención hacia prácticas que emergen en contextos de lucha cultural propios del horizonte de la diferencia colonial. Pensamos que este es el caso de la capoeira angola en la medida en que se configura como una práctica cargada con la herencia de procesos de subjetivación producidos en el contexto de la esclavitud en Brasil. Decimos, apoyados en el pensamiento de Frantz Fanon (2009), que a diferencia de saberes espirituales (como los de la antigüedad) constituidos en una dialéctica del reconocimiento propios de la zona de ser, es decir, de una zona de intersubjetividad donde se valida la existencia del otro en tanto igual por ser humano, nuestra práctica en cuestión va a «titular» en el estado de guerra permanente propio de la zona del no-ser, esto es, la zona de la negación absoluta de la humanidad (sub-humanidad) y donde el existencial principal es la muerte (Maldonado-Torres, 2007). El escenario que provee la ontología blanca (Dumoulié, 2010: 3) estará marcado a la vez que por la biopolítica —en cuanto gestión productiva de las poblaciones— por una tanatopolítica —como política represiva de muerte—. Y en este caso, se reconocerá cómo «En el mundo blanco, el hombre de color se topa con dificultades en la elaboración de su esquema corporal. El conocimiento del cuerpo es una actividad únicamente negadora. Es un conocimiento en tercera persona. Alrededor de todo el cuerpo reina una atmósfera de incertidumbre cierta» (Fanon, 2009: 112). Descubriéndonos así como objetos en medio de objetos: en este caso, el poder objetiva y sujeta.

Desde ahí el llamado fanoniano a pensar el cuerpo como lugar de resistencia y poder, como medio posibilitador de la apertura de un cuerpo a otro cuerpo. Esta filosofía existencial que moviliza una agencialidad encarnada (en este caso en la capoeira angola) será transmitida y multiplicada generación tras generación, permitiendo la existencia de espacios liminares y zonas de bifurcación donde las codificaciones corporales se hibridizan, permitiendo la «producción de fisuras en sistemas aparentemente inamovibles» (Mestre Janja, 2003). Las corporalidades fronterizas actualizan entonces esos espacios posibilitando prácticas de libertad coexistentes —de manera asimétrica— con procesos de liberación.<sup>10</sup> En fin, máquinas de guerra, fuerzas anónimas y nómadas...

### **La capoeira angola como técnica corporal**

La práctica contemporánea de la capoeira angola se organiza a partir de dos instancias

<sup>10</sup> Foucault llega a afirmar que los procesos de liberación son una condición de las prácticas de libertad: « (...) coincido en que la liberación es a veces la condición política o histórica para la práctica de libertad (...) *La liberación abre nuevas relaciones de poder, que deben ser controladas por prácticas de libertad*» (cursiva mía) (Foucault, 2003: 147). Es un tema incierto: si «mirarse el ombligo» no resuelve nada, el activismo político ciego, es decir, reactivo sólo genera más desorden y no propone alternativas frente a la sujeción; la praxis política debe afinarse con las prácticas de libertad si no se quiere reproducir aquello mismo contra lo que se lucha.

fundamentales, el entrenamiento y la rueda. Cada una tiene su propia lógica de organización y afecta el cuerpo de manera particular. Intentamos en las líneas que siguen evidenciar una relación entre movimiento y modos de percepción del mundo. Se transforma el cuerpo a la vez que el carácter y, por ende, se enactúa el mundo a partir de un nuevo comportamiento.

### ***El entrenamiento***

El entrenamiento es uno de los momentos privilegiados en la práctica de este arte corporal. En sus orígenes la capoeira se aprendía de manera coloquial en espacios abiertos, como el puerto, la calle o el campo, a partir de lo que se denomina la pedagogía del africano, es decir, la pedagogía del aprender haciendo. Entrado el siglo XX, la capoeira adquirió otras formas de transmisión organizadas por medio de las academias. Pastinha y Bimba, dos de los maestros tradicionales en Brasil, comenzaron a estructurar los movimientos de la capoeira de tal forma que pudieran enseñarse en clases o lecciones. Desde ese momento, el proceso de aprendizaje del capoeira estuvo mediado por la estructura pedagógica de las academias.

La forma de enseñar y aprender capoeira dista de ser uniforme; varía según el estilo de capoeira, el carácter del profesor, el lugar en que se practica y el linaje al que se pertenece. El entrenamiento comienza con un calentamiento en el que se mueven de manera circular la cabeza, los hombros, la cintura, las rodillas y los pies. Usualmente, después del calentamiento se comienza a practicar la *ginga*



durante varios minutos, es decir, el movimiento balanceado del cuerpo siguiendo un rectángulo imaginario en el piso y cubriendo al mismo tiempo la parte superior del cuerpo con los brazos. La *ginga* se intercala con una serie de movimientos que exigen trabajar la cintura. En estos se estimula el relajamiento de esta parte del cuerpo con el propósito de adquirir más soltura.

Después de la *ginga*, se comienzan a practicar una serie de repeticiones que eslabonan los movimientos básicos de la capoeira angola: *rabo de arraia*, *negativa*, *tisoura*, *vira do jogo*, *rabo de arraia* y termina con *ginga*. Estas repeticiones obligan al neófito a concentrarse en su cuerpo e ir descubriendo las posibilidades de su movimiento, como también hacerse conciente del espacio con el que cuenta para realizar los ejercicios, y a la vez atender al espacio corporal de sus compañeros de práctica. En las clases se suele resaltar la herramienta corporal del *jogo de dentro*, que significa la capacidad de jugar en espacios pequeños, bien cerrados. Luego de esta serie de repeticiones se suele caminar en el espacio para relajar el cuerpo liberando la tensión que se haya acumulado en la ejecución de las repeticiones.

Posteriormente, se comienza a ejecutar los movimientos en parejas. El entrenador indica con la ayuda de un alumno antiguo las secuencias que se deben realizar. Normalmente, se proponen secuencias que retoman los movimientos elaborados al comienzo de la clase, con la salvedad de que en esta oportunidad no se deben hacer de manera mecánica, sino atendiendo permanentemente a los movimientos ejecutados por el compañero de turno. Siempre se estimula en esta parte de las clases a observar el cuerpo del otro: cómo reacciona, hacia dónde dirige la mirada, con qué velocidad realiza el movimiento. En ciertas ocasiones al finalizar estas series de movimientos y una vez se hayan intercambiado los compañeros de práctica, se suele proponer ejecutar un juego libre, en el que de manera espontánea se ponen en práctica los movimientos aprendidos durante la clase.

Por lo menos una vez a la semana, al finalizar la clase de movimientos se tiene una sesión musical en la que se practica las canciones y los toques de los instrumentos. En esta sección de la clase, se insta a los estudiantes a «perder la pena», lo que puede implicar cantar una canción tradicional. Usualmente los practicantes cantan bajo y sin vocalizar. A pesar de no conocer la lengua tradicional de las canciones, el portugués, se estimula a los practicantes para que «suelten la voz» y encuentren de manera natural la forma como pueden expresar un canto. Este ejercicio estimula de manera progresiva la autoconfianza de las personas, ya que a través del canto se liberan sentimientos represados y se encuentra una manera propia de entonar las canciones, si bien, se sigue un determinado canon musical.

En el espacio del entrenamiento el profesor de capoeira angola está encargado de «pushar», es decir, de guiar el ritmo que adquiere el grupo durante la sesión coordinando la serie de movimientos que se busca articular de acuerdo

a las indicaciones del maestro que se sigue (en este caso del maestro joga de dentro). El profesor está permanentemente atento a los practicantes y suele corregir sus errores en el momento de ejecutar los movimientos. En general, las correcciones que se indican son percibidas por el practicante como aspectos del movimiento de su cuerpo que no se alcanzan a advertir; de esta manera, el profesor brinda una perspectiva corporal diferente que progresivamente abre una nueva dimensión del movimiento. Para muchos de nosotros, dar cuenta de las limitaciones o recurrencias que condicionan nuestro movimiento puede tardar varios años, sobre todo porque en este proceso están implicados aspectos inherentes a la personalidad del practicante. En el arte de la capoeira se alienta al practicante a seguir sus propias limitaciones físicas para superarlas de acuerdo a su canon cinestésico. Por ejemplo, en mi experiencia era recurrente realizar los movimientos de manera floja, sin energía ni contundencia, lo cual limitaba mi forma de jugar, pues era dominada por las estrategias que aplicaban mis contrincantes en la rueda. De manera continua, mis profesores me sugerían realizar correctamente cada movimiento y sentir mi propia fuerza corporal, como un indicador de un movimiento bien realizado. Durante años de práctica estas indicaciones fueron marcando la forma como realizaba los ejercicios hasta lograr una ejecución sólida del movimiento y una textura clara en el juego. No dejo de advertir que este entrenamiento despertó en mí la conciencia de tener una posición y comenzó a marcar la forma como me relacionaba con las personas y en general la manera cómo reaccionaba a situaciones adversas. Este ejemplo quiere resaltar la importancia de la relación con el profesor como un agente que interviene de manera paulatina en nuestra corporalidad proponiendo una nueva perspectiva.

Otro aspecto importante para resaltar en la capoeira en tanto técnica corporal es que su proceso de aprendizaje tiene dentro de sus características principales la imitación y la práctica constante. En las clases el iniciante no recibe ninguna indicación particular ni una instrucción de orden teórico, sino que desde el principio se le incita a que experimente y tenga una actitud abierta hacia la dinámica del grupo. Se aprende entonces sin un conocimiento previo e imitando los movimientos de los practicantes más avanzados y, por supuesto, siguiendo las indicaciones del profesor. El imitar opera en este caso como un mecanismo que resalta la inteligencia corporal y que obliga a desarrollar diferentes grados de integración con el propio cuerpo. En la clase se intenta seguir de manera armónica los movimientos indicados, lo que exige un alto grado de atención tanto en el propio cuerpo como en el de los demás.

Para profundizar en la práctica, los profesores y maestros sugieren a los practicantes que mantengan un espíritu de constancia. Se recomienda no desfallecer frente a los impedimentos que se vayan presentando, y nunca olvidar que la capoeira angola cuando se asume integralmente se convierte en un camino que uno transita durante toda su vida. Se recalca que este camino —

utilizando esta metáfora— tiene un carácter inagotable ya que permanentemente se aprende algo; en últimas, realmente uno nunca deja de aprender. De ahí la importancia de practicar permanentemente. En el curso de la práctica constante se van desarrollando nuevas habilidades corporales que se ponen en juego en los entrenamientos y ruedas. Esta transformación del cuerpo a partir de la práctica exige tiempo y dedicación. Los avances o profundizaciones en el arte se experimentan como la adquisición de nuevas cualidades en el movimiento y como nuevas disposiciones que permiten la construcción paulatina de una nueva forma de sentir el espacio: una especie de intimidad y conexión en cada situación y lugar, que dista de ser permanente.

Como técnica corporal que interviene y construye el cuerpo, el entrenamiento de la capoeira está basado en una serie de repeticiones que desarrollan habilidades corporales. En la primera parte de este apartado, especifiqué la forma como se organiza un entrenamiento y se enseña la capoeira angola; ahora profundizaré en la cinética de este arte.

Para jugar capoeira angola es necesario implementar, entre otros, los siguientes movimientos de tipo acrobático: *saltos*: si bien, en general, no son muy altos, sino que por el contrario se realizan saliendo de posiciones corporales bajas, como estar en cuclillas y saltar hacia atrás a la manera de un mico (*macaco*). En general, en la capoeira angola se propone mover el cuerpo estando muy cerca al piso. *Cabeçadas*: la cabeza es una parte del cuerpo muy importante en esta práctica, pues se emplea como arma de ataque en situaciones en las que una vez el contrincante deja un espacio abierto en su cuerpo es posible empujarlo; también, la cabeza opera como sostén para el cuerpo. *Inversiones corporales*: en varios movimientos el cuerpo se apoya en las manos y en la cabeza exigiendo un trabajo fuerte del cuello, llevando las piernas desde arriba hacia el frente (*bananeiras*), y que intercambian el alto corporal por el bajo corporal, proporcionando una visión invertida del espacio; de igual manera, se trabaja la inversión del frente corporal por el atrás corporal (*cabrito*). *Serie de patadas*: se proponen ataques con las piernas desde posiciones invertidas como el *rabo de arraia* (rabo de raya) en el que las manos operan como bases cuando el cuerpo está boca abajo mirando hacia el frente y se lanza la pierna que está estirada; también la *media lua de frente* (media luna de frente) en la que el cuerpo está parado y se lanza una pierna hacia el frente marcando una media luna. *Maniobras evasivas*: que operan como movimientos de defensa para desviar acciones de ataque (*negativa* y *esquiva*). A diferencia de las artes marciales orientales que proponen posiciones de defensa directas y rígidas, en la capoeira se propone la evasión y el movimiento fluido como mecanismo de defensa.

Las habilidades corporales desarrolladas a partir de estas series de posiciones y movimientos implican de hecho la transformación del sistema perceptual de los practicantes. Estas habilidades corporales van a estimular aspectos como los

reflejos corporales y la capacidad de reacción inmediata frente a una situación dada, proporcionando una estrecha relación entre percepción y movimiento (Downey, 2005: 207). Tanto en los entrenamientos como en la rueda se insta a los practicantes a estar listos; frente a cualquier movimiento como una rastrera o una cabezada se debe reaccionar de inmediato proponiendo una defensa y un contraataque. La visión es afectada, ya que se la estimula a estar aguzada fijándose en los detalles, a acompañar los movimientos del cuerpo para predecir acciones inesperadas y leer rápidamente intenciones ocultas en ojos del compañero de juego; pero, sobre todo, las técnicas de visión presentes en la capoeira angola provocan la sensación de estar observando con todo el cuerpo a la manera de una máquina de visión integral. En ocasiones, el cuerpo puede llegar a percibirse como una unidad de percepción independiente, en la que la mente racional funciona como consecuencia de lo que se siente o se ve con todo el cuerpo.

El estado de alerta se vuelve una constante que acompaña la actividad y el movimiento, incluso en la vida cotidiana. El «angolero» (practicante de capoeira angola) va desarrollando un sentido de peligro y desconfianza que lo hace producir dentro de la rueda un estilo de movimiento «malicioso» a la espera del peligro que genera el movimiento de un adversario. Esta actitud llega a convertirse en una constante que genera un comportamiento «manguero», es decir, un cierto hábito que se manifiesta como un pensamiento estratégico en situaciones de la vida cotidiana, el cual busca anticipar posibles problemas y evitar el peligro.

Al inicio de la práctica el neófito experimenta dificultades para realizar los movimientos, porque puede no sentirse plenamente integrado con su cuerpo. De esta manera, se refiere a la sensación de un cuerpo «duro» y «pesado», en ocasiones, demasiado «rígido». Estas sensaciones no operan como representaciones anatómicas que puedan describirse desde fuera, sino como cualidades cinestésicas que implican una propiocepción (una percepción desde dentro). Usualmente, la rigidez del cuerpo está asociada al conjunto de posturas corporales que predominan en la sociedad del trabajo contemporánea, y, podríamos decir, en general a los «cuerpos de clase media», al estar sentado varias horas al día o al realizar un trabajo físico repetitivo. En el proceso de aprendizaje de esta técnica se comienza a experimentar el cuerpo de otra manera apelando a estados de soltura, suavidad, relajamiento y autocontrol.

De esta manera, la relación con el espacio se transforma, ya que empezamos a movernos de otra forma, sintiendo el espacio de otra manera. Esta nueva cualidad del movimiento puede ser socialmente percibida en el contexto de los entrenamientos y la rueda en tanto se adquiere una cierta maestría en el manejo de la técnica. Esta maestría se expresa en una cierta textura del movimiento que lo hace relajado y tenso a la vez, acompasado, variable y malicioso, listo para asumir cualquier movimiento sorpresivo. En este punto es importante resaltar la importancia de partes del cuerpo como la cintura, la cual opera como una fuente de articulación

del conjunto de movimientos (Downey, 2005: 126); se busca que la cintura sea flexible y su rigidez se percibe como un aspecto negativo. En la mayoría de los movimientos, pero particularmente en la *ginga*, se propone «quebrar» y «soltar» la cintura buscando la torsión leve del pecho para que desde allí el movimiento fluya armoniosamente; de esta manera, se rompe la linealidad de lo que algunos maestros en las prácticas denominan la linealidad de un estilo de «movimiento cartesiano», característico, mas no intrínseco, a los cuerpos blancos o blanqueados y de clase media-alta. La importancia de la cintura en este arte corporal se compara con otras disciplinas corporales, como las artes marciales o ciertas técnicas de meditación de origen oriental, en las que se resalta la importancia del «centro del cuerpo» como una fuente desde la cual emana la energía vital (*Ki*).

### ***La rueda***

El otro momento privilegiado en la práctica de la capoeira angola es la rueda (roda) que puede ser comprendido como un *performance ritual*. La rueda usualmente se ejecuta una vez a la semana y es el momento donde los practicantes ponen en juego el desarrollo de sus habilidades. Se le llama así porque los jugadores se sientan, en el piso o en sillas, en círculo rodeando a los músicos y a la batería que es el conjunto de instrumentos que van a guiar los movimientos (tres berimbaus, gunga, medio y viola, dos pandeiros, un a-go-go, un reco-reco, y un atabaque). En la rueda se aplican determinados códigos de conducta basados en actitudes como el respeto, la humildad, la justicia y la paciencia.

La rueda sigue, más o menos de manera general, una secuencia de acontecimientos: 1. Se comienza por afinar los berimbaus al llegar a la escuela. 2. Se empieza a formar un círculo, y los jugadores que van a comenzar se sientan en los extremos de la batería, mientras los músicos afinan los instrumentos. 3. El *berimbau gunga* es tocado según el ritmo de angola, seguido por el *berimbau medio*, que toca el ritmo São Bento Pequeno, y el *berimabu viola*, con el ritmo angola o São Bento Grande. En ese momento entran los pandeiros. Se canta la *Ladainha* que es un canto o lamento con el que se inicia la rueda. 4. Al iniciar el conjunto de la batería con los cantos de entrada, los jugadores que desde el principio estaban al pie de los berimbaus esperan la autorización para jugar, y luego de recibirla se inicia el primer juego saliendo desde el piso. 5. Uno tras otro los danzantes-luchadores van ejecutando los movimientos, siguiendo las indicaciones de quien comanda la rueda (el profesor o el maestro) quien los guía con los cantos; cada momento del juego es inducido o controlado por el mensaje implícito en estos. Quien comanda la rueda puede pararla en cualquier momento si observa que se presentan comportamientos indebidos o si el ritmo de la batería está desordenado. 6. Después de una o dos horas se comienzan a cantar los corridos de salida, especialmente: *Adens, Adens, Boa Viagem*. Luego de dos minutos, este canto final es interrumpido al oír el grito *Ieb* de la boca de quien está dirigiendo. En esta forma se culmina la sesión.

En cuanto *performance* ritual, la capoeira angola se articula a partir de una práctica musical y una sensibilidad estética basada en canciones tradicionales afrobrasileras y ritmos que se incorporan en el juego mismo. Este *corpus* estético va a proponer la actualización de una memoria estética colectiva. En efecto, el papel que juega la música en la rueda no es menor; por el contrario, y esto es algo que se recalca constantemente en el proceso de aprendizaje: la música y el ritmo juegan un rol central como ejes articuladores de los acontecimientos en la rueda. Se suele decir que el ritmo musical comanda el movimiento de los cuerpos y sus intenciones (especialmente cuando se cantan los *corridos*). La rueda es un espacio-tiempo en el que se concretan momentos cualitativamente heterogéneos; por ejemplo, hay momentos en los que los juegos están flojos y se hace necesario intensificar la dinámica del grupo, para lo cual quien dirige la rueda canta *O a o aí eu vou bater quero ver caer*. O, al contrario, en cualquier momento se hace imperativo disminuir el ritmo del juego: *Devagar, devagar, devagarinho*. Si entra a jugar una mujer: *Salomé, salomé, capoeira é para homem também para mulher*. Si se incita a realizar un juego hermoso y abajo: *Ai ai aide, joga bonito que eu quero ver* (Pamfilio de Sousa, 2007).

La rueda inicia con la *Ladainha*, que es un canto-lamento con el cual se honra la memoria de héroes tradicionales de la capoeira (como Zumbi dos Palmares, Besouro Maganga o Pastinha), o de acontecimientos históricos significativos de la memoria colectiva afrobrasileras; pero también con este canto se ejecutan acciones como orar a Dios (desde el dios cristiano hasta la presencia de los orixás —esto depende del practicante—), alabar, lamentar, provocar o dar aviso o consejo a los jugadores. En ese momento no se juega, sino que los jugadores esperan al pie de los *berimbaus* y escuchan con una actitud de profundo respeto. Ese instante es muy especial, y la forma como se desenvuelva va a marcar el ritmo y la intención general de la rueda, por eso se exige una actitud de respeto. Algunos practicantes asumen posiciones en las que se toca con las manos el piso, o simplemente permanecen concentrados. En ocasiones, los maestros invitan a adquirir una posición corporal en la que no se crucen los brazos, ya que está posición puede cortar el «flujo de energía» que comienza a circular en la rueda.

Una vez haya comenzado la rueda y los juegos se estén desarrollando con fluidez, comienza aflorar el sentido teatral propio de la capoeira, dado que se incluye la presencia de una audiencia, el uso de gestos dramáticos, secuencias rituales y humor físico. A la manera de un teatro mágico, los gestos dramáticos se hacen presentes en la rueda y expresan de manera particular la idiosincracia de los jugadores; este conjunto de acciones no se pueden predeterminedar con anterioridad, sino que ocurren como manifestaciones de la singularidad de la energía grupal. En medio de un juego intenso, uno de los practicantes puede suspender el juego y hacer una *llamada* (otra pauta ritual que opera a la manera de

una emboscada o trampa), para actuar un dolor físico en una pierna o un brazo y a través de este gesto «despistar» a su contrincante. Cuando ve que este se acerca rompe su acción dramática y lanza un ataque, sorprendiéndolo.

Otro gesto común es la risa, o mejor, un cierto humor físico que se manifiesta en el «*jeito*», o manera de jugar de cada practicante. Este humor consiste en una cierta gracia o personalidad atractiva que complementa un movimiento relajado y suelto del cuerpo. El reír se propone como un gesto permanente que expresa el sentir profundo del angolero, es decir, la sensación de peligro constante que impulsa a la aventura y al riesgo implicados en la presencia del otro. Esa sensación se traduce en un gesto de risa que esconde las intenciones del jugador, y a la vez, manifiesta la dinámica del peligro y la *malicia*, como conciencia permanente de la muerte. La risa muestra algo hacia fuera pero encubre el interior; no hay verdad absoluta, tan solo ambigüedades.

Dado que consideramos la capoeira como una tecnología que va a operar una forma de autoconocimiento activada en la rueda como *performance* ritual, allí se ponen en juego, entonces, un conjunto de habilidades corporales que a su vez cristalizan una pragmática en la que se hacen relevantes aspectos como la conciencia de las vulnerabilidades de sí mismo y del otro, una forma de intervención sobre sí centrada en el autocontrol de los impulsos y las reacciones presentes en el juego, la complementariedad y el diálogo corporal, y finalmente, la noción de juego bonito (estética del movimiento) y en el piso.

Ser conciente en términos corporales de las propias vulnerabilidades y las de los demás está relacionado con la capacidad para realizar un *jogo fechado*, es decir, un juego cerrado en el que —en el momento de la rueda— se trata de evitar dejar algún espacio abierto al adversario. También en este tipo de juego se propondrá no ceder el manejo del espacio y tratar de mantener el control de los ritmos y la dinámica del juego, si bien esto no se debe hacer «contra el otro» sino «con el otro». Ser vulnerable, en este caso, tiene que ver con la actitud de exponerse demasiado, de dejarse llevar por una instancia externa que puede ejercer un control sobre el espacio y el ritmo del juego. La vulnerabilidad tiene que ver con cierta conciencia de la debilidad intrínseca de cada jugador y de la dinámica ritual en general, en la que todo puede cambiar de un momento a otro: quien está dominando el juego pasa a ser dominado, de repente.

El autocontrol se manifiesta como una habilidad que se comienza a lograr, usualmente, después de varios años de práctica, dada la dificultad que presentan la mayoría de practicantes en relación con la facultad de controlar los movimientos de su propio cuerpo, y sobre todo, las intenciones y propósitos inconcientes que va develando el juego. Como se mencionó anteriormente, el código de conducta propio de la capoeira angola incentiva actitudes como la humildad y el respeto, que se evidencian en la realización de un juego bonito y conciente asociado con

la cualidad de los movimientos; estos valores estimulan el control de impulsos emocionales inconcientes que se manifiestan en actitudes de los practicantes, como rabia, agresión o excesiva timidez. En este caso, el autocontrol expresa la habilidad para «no dejarse llevar» por estos impulsos que se presentan como naturales y que deben ser educados dentro de las reglas de comportamiento de la rueda.

Esto repercute en la forma como se presentan los juegos. El jugador que maneja este autocontrol puede guiar más fácilmente el movimiento de su cuerpo, según el principio antes mencionado de la complementariedad. Lo dije anteriormente como «no jugar contra el otro, sino con el otro», lo cual, hace referencia a que la dinámica de los cuerpos debe ser de escucha y diálogo corporal. Esta «escucha» implica la apertura al otro desde el propio cuerpo a partir de la lógica que guía las secuencias de movimientos de la capoeira —recordemos a Fanon—; así en la práctica se busca una articulación armónica de los movimientos que van generando una cierta fluidez y gracia natural. En la rueda y en los entrenamientos se debe esperar el movimiento que propone el adversario y responderle en el momento justo con el movimiento adecuado. Los cuerpos se complementan y van formando una unidad armónica; el reconocimiento del otro se realiza desde la corporalidad misma.

Esta complementariedad (relación de escucha y diálogo corporal) evidencia de otra manera la estética propia de la rueda, que por su parte es muy variada, ya que presenta múltiples matices y contenidos, desde la indumentaria de los jugadores, hasta el tono del movimiento y la entonación musical de los corridos. Un *jogo bonito* es un juego que corporalmente demuestra finura, delicadeza y exactitud en los movimientos, acompañados de una actitud maliciosa, a la vez peligrosa y con gracia. Este tipo de juego tiene en cuenta la cercanía al piso, ya que se persigue la realización de movimientos en los que los jugadores estén muy juntos y permanentemente obliguen al otro a no levantarse demasiado del piso; para lo cual es preciso tener un buen estado físico. La música acompaña el movimiento, lo guía, y permite un ritmo que no desboca a los jugadores hacia actitudes agresivas. La belleza en la rueda de capoeira es, entonces, toda esta armonía entre los diversos factores que constituyen su *performance* ritual.

### **El contratiempo y la bola de cristal**

Algunos maestros<sup>11</sup> enseñan dos aspectos importantes de este arte, denominados el *contratiempo* y la *bola de cristal*. El primero consiste en la capacidad de «ir con» el movimiento del otro, y a la vez «quebran» ese movimiento para desconcertar y

<sup>11</sup> Me refiero particularmente al Mestre Cobra Mansa. Taller de capoeira angola organizado por la Federación Internacional de Capoeira Angola, grupo de estudio Bogotá, Noviembre 2011.

proponer un ataque, para generar una irrupción si se quiere dramática en la posible secuencia del juego. El segundo nos habla de una de las últimas fases en



la maestría de este arte, en la cual es posible anticipar los movimientos del juego y visualizar múltiples alternativas, ver en el tiempo muchos tiempos y disolver la barrera de la temporalidad lineal.

Si asumimos estos aspectos como segmentos de toda una filosofía corporal y de un saber espiritual que puede llegar a permear la existencia de sus practicantes, comprenderemos el lugar que llega a ocupar en la red de relaciones de poder que configura el mundo tal cual lo conocemos y hace que creamos fervientemente en él (lo sostengamos con nuestra voluntad y pensamiento), es decir, actualmente, el mundo que se corresponde con la denominada sociedad de control anclada en nuestras mentes a partir de las series de egofascismos.<sup>12</sup> Estos

<sup>12</sup> Con todo, es necesario distinguir entre las «psico-técnicas», popularmente difundidas a través del *coaching* empresarial, y las «prácticas de libertad». Una de las características del capitalismo tardío es plagar el ámbito social de técnicas que permitan una colonización molecular de la vida. En este sentido, las «psico-técnicas» funcionan como mecanismos que permiten un manejo burocrático del sí mismo para de esta manera alinear los objetivos institucionales con los deseos individuales (Rose, 1999: 261). De esta manera, nos convertimos en sujetos que se auto-gestionan a partir de la introyección de comandos institucionales en torno a la eficiencia, productividad y la competitividad. Las prácticas de libertad se ubican en una zona vacía de ser no reducible a ningún manejo burocrático.

saberes espirituales que operan como técnicas de intervención colectiva sobre el sí mismo pueden darnos indicios y estrategias para ubicarnos con fuerza afirmativa en el actual laberinto espectral del capital, ya que principalmente llegan a cuestionar la existencia de un régimen de verdad en el plano de la propia corporalidad y limitan la reproducción molecular de la lógica dominante del poder. En este juego de espejos, de imágenes deformadas y conciencias invertidas el

angolero desarrolla habilidades que le posibilitan *jugar a contratiempo* y *anticipar en la «gran rueda»* frente a una dinámica permanente de captura, instaurando actos performativos que multiplican los espacios de recepción de la fuerza anónima vida, activando el continuo titilar de la libertad.

### **Bibliografía**

Deleuze, G. y F. Guattari. 2000. *Mil mesetas, Capitalismo y esquizofrenia*. Barcelona: Pre-Textos.

Downey, Greg. 2005. *Learning Capoeira. Lessons in Cunning from an Afro-Brazilian Art*. Nueva York: Oxford University Press.

Dumoulié, Camille. 2010. «Capoeira, a philosophy of the body». En: *Revue Silène*. Recuperado en: 05/09/10, de [http://www.revue-silene.com/f/index.php?sp=liv&livre\\_id=145](http://www.revue-silene.com/f/index.php?sp=liv&livre_id=145).

Fanon, Frantz. 2009. *Piel negra, máscaras blancas*. Barcelona: Akal.

Foucault, Michel. 2009. *El gobierno de sí y de los otros*. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.

Foucault, Michel. 2006. *La hermenéutica del sujeto*. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.

Foucault, Michel. 2003. *El yo minimalista y otras conversaciones*. Buenos Aires: La Marca.

Foucault, Michel. 1988. «Technologies of the self». En: Luther Martin *et al.* 1988. *Technologies of the Self: A Seminar with Michel Foucault*. Londres, Tavistock. pp.16-49. [versión electrónica] Recuperado en: 15/11/11, de <http://foucault.info/documents/foucault.technologiesOfSelf.en.html>

Foucault, Michel. 1983. *The culture of the self*. Conferencia Universidad de California, Berkeley. Recuperado en 03/12/11, de <http://www.youtube.com/watch?v=CaXb8c6jw0k>.

Maldonado-Torres, Nelson. 2007. «Sobre la colonialidad del ser: contribuciones al desarrollo de un concepto». En: Santiago Castro-Gómez y Ramón Grosfoguel. *El giro decolonial. Reflexiones para una diversidad epistémica más allá del capitalismo global*. Universidad Central —IESCO— Pontificia Universidad Javeriana-Instituto Pensar, Siglo del Hombre Editores.

Mestre Janja, 2003. «Instituto Nzinga de Estudos da Capoeira Angola e de Tradições Educativas Banto no Brasil». Entrevista realizada en marzo de 2003 Revista Inventando Pólvora. No 1. Recuperado en: 24/01/12, de [http://www.inventandopolvora.org/CMJres\\_cast.html](http://www.inventandopolvora.org/CMJres_cast.html)

Pamfilio de Sousa, Ricardo. 2007. «La música en la capoeira angola de Bahía». En: *Textos de Brasil* No 14. Ministerio de Relaciones Exteriores. Bogotá.

Rose, Nikolas. 1999. *Governing the soul. The shaping of the private self*. Londres-Nueva York: Free Association Books.

Torres, William. 1998. Correspondencia personal. Archivo personal.

Varela, Francisco. 2000. *El fenómeno de la vida*. Santiago de Chile: Dolmen.

Watsuji, Tetsuro. 2006. *Antropología del paisaje. Climas, culturas, religiones*. Salamanca: Ediciones Sígueme.