

CONTRA EL LENGUAJE ORDINARIO: EL LENGUAJE DEL CUERPO

Kathy Acker
Prefacio Diario

Llevo diez años practicando culturismo, y casi cinco años en serio. Durante los últimos años, he intentado escribir sobre culturismo. Después de fracasar una y otra vez, cuando me ofrecieron la oportunidad de escribir este ensayo, me decidí a hacerlo. de escribir este ensayo, hice el siguiente plan: Iría al gimnasio como de costumbre. Inmediatamente después de cada entrenamiento, describiría todo lo que acababa de experimentar, pensar y hacer. Las descripciones del diario me proporcionarían la materia prima. Después de cada entrenamiento, me olvidaba: escribir. Una y otra vez. Yo... una parte de mí... la parte del "yo" que hace culturismo... rechazaba el lenguaje, cualquier descripción verbal de los procesos del culturismo. Empezaré a describir, a escribir sobre el culturismo de la única manera que puedo: Empezaré analizando este rechazo del lenguaje ordinario o verbal...

Empezaré describiendo, escribiendo sobre el fisicoculturismo de la única forma que puedo hacerlo: Empezaré analizando este rechazo del lenguaje ordinario o verbal. ¿Cuál es la imagen del antagonismo entre el culturismo y el lenguaje verbal?

Una lengua sin palabras

Imagínese que se encuentra en un país extranjero. Como va a estar allí algún tiempo, intenta aprender el idioma. En el momento de empezar a aprender el nuevo idioma, justo antes de haber empezado a entender nada, empiezas a olvidar el tuyo. Dentro de la extrañeza, te encuentras sin lengua. Es aquí, en esta geografía sin lenguaje, en este espacio negativo, donde puedo empezar a describir el culturismo. Porque estoy describiendo lo que rechaza el lenguaje. Elias Canetti, que creció entre una multitud de lenguas habladas, comenzó su autobiografía relatando un recuerdo. En este recuerdo, el más antiguo, amenaza con la pérdida del lenguaje: "Mi primer recuerdo está bañado en rojo. Salgo de una puerta del brazo de una criada, la puerta que tengo delante es roja, y a la izquierda baja una escalera, igualmente roja...". Un hombre sonriente se acerca al niño; éste, a petición suya, le saca la lengua, ante lo cual el hombre abre una navaja y sostiene la afilada hoja contra la lengua roja. Dice: "Ahora le cortaremos la lengua". En el último momento, el hombre retira el cuchillo. Según la memoria, esta secuencia ocurre todos los días. "Así es como empieza el día", añade Canetti, "y ocurre muy a menudo". ' Estoy en el gimnasio tres de cada cuatro días. ¿Qué ocurre allí? ¿Qué ¿Cómo es el lenguaje en ese lugar?

Según el cliché, los atletas son estúpidos. Es decir: son inarticulados. El lenguaje hablado de los culturistas hace realidad este cliché. El lenguaje verbal en el gimnasio es mínimo y casi sin sentido, reducido a números y unos pocos sustantivos.

"Sets", "sentadillas", "repeticiones",... Los únicos verbos son "hacer" o "fallar"; los adjetivos y adverbios ya no existen; las frases, si es que existen, son simples.

Este lenguaje hablado es similar a los "juegos de lenguaje" que propone Wittgenstein en su Libro marrón. '

En un gimnasio, el lenguaje verbal o el lenguaje cuya finalidad es el significado se produce, si acaso, sólo al borde de su pérdida.

Pero cuando estoy en el gimnasio, mi experiencia es que estoy inmerso en un mundo complejo y rico.

¿Qué ocurre realmente cuando hago musculación?

El paso del umbral del mundo definido por el lenguaje verbal al gimnasio en el que no está permitido el mundo exterior (ni ninguno de sus lenguajes) (en este sentido, el gimnasio es sagrado) dura varios minutos. Lo que ocurre durante esos minutos es que olvido. Masas de pensamientos arremolinados, verbalizados en la medida en que soy consciente de ellos, desaparecen cuando la mente o el pensamiento comienzan a centrarse.

Para analizar esta concentración, primero debo describir la musculación en términos de intencionalidad.

El culturismo es un proceso, quizá un deporte, mediante el cual una persona da forma a su propio cuerpo. Este modelado siempre está relacionado con el aumento de la masa muscular.

Durante el entrenamiento aeróbico y en circuito, el corazón y los pulmones vuelven a ejercitarse. Pero los músculos sólo crecerán si no se ejercitan ni se mueven, sino que se rompen. La ley general del culturismo es que el músculo, si se descompone de forma controlada y se le proporcionan los factores de crecimiento adecuados, como nutrientes y descanso, crecerá más que antes.

Para romper zonas específicas de los músculos, cualquiera que sea la zona que se desee aumentar, es necesario trabajar estas zonas de forma aislada hasta el fallo.

Quiero romper el músculo para que vuelva a crecer más, pero no quiero destruirlo para impedir su crecimiento. Para evitar lesiones, primero caliento el grupo muscular y luego lo llevo cuidadosamente hasta el fallo. Para ello, trabajo el grupo muscular con un número calculado de series durante un periodo de tiempo calculado. Si tratará inmediatamente de llevar un grupo muscular al fallo levantando el mayor peso que pudiera soportar, podría lesionarme.

Quiero estimular el crecimiento de mi cuerpo; no quiero lesionarlo. Por lo tanto, en el culturismo, el fracaso siempre está relacionado con el recuento. I

Calculo el peso que voy a utilizar; luego cuento cuántas veces levanto ese peso y los segundos que transcurren entre cada levantamiento. Así es como controlo la intensidad de mi entrenamiento.

La intensidad multiplicada por el movimiento del peso máximo equivale a la destrucción muscular (crecimiento muscular).

¿Es la ecuación entre destrucción y crecimiento también una fórmula para el arte?

El culturismo tiene que ver con el fracaso porque el culturismo, el crecimiento y el modelado del cuerpo, se producen frente a lo material, al movimiento inexorable del cuerpo hacia su fracaso final, hacia la muerte.

Para romper un grupo muscular, quiero hacer que ese grupo trabaje hasta e incluso más allá de su capacidad. Para ello, es útil e incluso necesario visualizar la parte del cuerpo afectada. La mente o el pensamiento, por tanto, mientras se practica culturismo, siempre se centra en el número o en el recuento y, a menudo, en visualizaciones precisas.

Algunos culturistas han dicho que la musculación es una forma de meditación.

¿Qué hago yo cuando hago musculación? Visualizo y cuento. Calculo el peso; cuento las series; cuento las repeticiones; cuento los segundos entre repeticiones; cuento el tiempo, segundos o minutos, entre series: Desde el principio hasta el final de cada entrenamiento, para mantener la intensidad, debo contar continuamente.

Por esta razón, el lenguaje de un culturista se reduce a un conjunto mínimo, incluso cerrado, de sustantivos y a la repetición numérica, a uno de los juegos lingüísticos más simples.

Llamemos a este juego de lenguaje, "el lenguaje del cuerpo".

La riqueza del lenguaje del cuerpo

Para examinar un lenguaje así, un juego de lenguaje que se resiste al lenguaje ordinario, a través de la lente del lenguaje ordinario o del lenguaje cuya tendencia es generar sintaxis o hacer proliferar significados, debo utilizar una vía indirecta.

En otro de sus libros, Elias Canetti comienza a hablar desde y sobre esa geografía que es sin lenguaje verbal:

Queda en mí una sustancia viscosa, maravillosamente luminosa, que desafía las palabras...

Un sueño: un hombre que desaprende las lenguas del mundo hasta que en ningún lugar de la tierra entiende lo que la gente dice. 3

Estar en Marrakech es el sueño de Canetti hecho realidad. Aquí hay lenguas, dice, pero no entiendo ninguna. Cuanto más me acerco al extranjero, a la extrañeza, a la comprensión del extranjero y de la extrañeza, más pierdo mi propio lenguaje. La pequeña pérdida de lenguaje se produce cuando viajo hacia y dentro de mi propio cuerpo. ¿Es mi cuerpo una tierra extraña para mí? ¿Qué es esta imagen de "mi cuerpo" y "yo"? Durante años, decía al principio de este ensayo, he querido describir el culturismo; cada vez que lo intentaba, el lenguaje ordinario huía "El hombre", dice Heidegger, "es, lo más extraño". 4 ¿Por qué? Porque en todas partes pertenece al ser o a la extrañeza o al caos, y sin embargo en todas partes

intenta abrirse camino en el caos:

En todas partes el hombre se hace camino; se aventura en todos los dominios de lo esencial, de la potencia avasalladora, y al hacerlo se ve arrojado fuera de todos los caminos. '

Pues todo lo que ocurre y es el caso es accidental. 6

Si el lenguaje ordinario o los significados quedan fuera de la esencia, ¿cuál es la posición de ese juego de lenguaje que he denominado lenguaje del cuerpo? Porque la musculación (un lenguaje del cuerpo) rechaza el lenguaje ordinario y, sin embargo, ella misma constituye un lenguaje, un método para comprender y controlar lo físico que, en este caso, es también el yo.

Ahora puedo hablar directamente del culturismo. (Como si el habla fuera alguna vez directa).

El juego de lenguaje denominado lenguaje del cuerpo no es arbitrario. Cuando un culturista cuenta, cuenta su propia respiración.

Canetti habla de los mendigos de Marrakech, que poseen un juego de lenguaje similar e incluso más sencillo: repiten el nombre de Dios.

En el lenguaje ordinario, el significado es contextual. Mientras que el grito del mendigo no significa otra cosa que lo que es; en el grito del mendigo, lo imposible (como lo ven el Wittgenstein del Tractatus y Heidegger) ocurre en que el significado y el aliento se convierten en uno.

He aquí el lenguaje del cuerpo; he aquí, quizás, la razón por la que los culturistas experimentan el culturismo como una forma de meditación.

"Comprendí la seducción que hay en una vida que lo reduce todo al tipo más simple de repetición", dice Canetti. Una vida en la que el sentido y la esencia ya no se oponen. Una vida de meditación.

"Comprendí lo que son realmente esos mendigos ciegos: los santos de la repetición...". *

La repetición de lo uno: el vislumbre del caos o la esencia

Estoy en el gimnasio. Empiezo a hacer ejercicio. Digo el nombre "press de banca", luego me dirijo a él, o simplemente me dirijo a él. Entonces, puede que me imagine el número de mi primer peso; probablemente, como suelo empezar con el mismo peso de calentamiento, me limito a colocar los pesos adecuados en la barra.

Levantando esta barra de sus apoyos, luego hasta la parte inferior de mi pecho, cuento "1". Estoy visualizando esta barra, asegurándome de que toca mi pecho en el punto correcto, colocándola de nuevo en sus apoyos. "2". Repito exactamente los mismos movimientos. "3"... Después de doce repeticiones, cuento treinta segundos mientras aumento el peso. "U1"... Comienza de nuevo el proceso idéntico sólo que esta vez termino en "lo"... Todas estas repeticiones terminan sólo cuando termino mi ejercicio.

Al contar: Cada número equivale a una inhalación y una exhalación.

Si dejo de contar o pierdo la concentración, corro el riesgo de dejar caer o manipular mal un peso y dañar mi cuerpo.

En este mundo de repetición continua de un número mínimo de elementos, en este laberinto auditivo, es fácil perderse. Cuando todo es repetición y no producción de sentido, cada camino se parece a cualquier otro.

Cada día, en el gimnasio, repito los mismos gestos controlados con los mismos pesos, las mismas repeticiones,... Los mismos patrones de respiración. Pero de vez

en cuando, vagando por los laberintos de mi cuerpo, encuentro algo. Algo que puedo conocer porque el conocimiento depende de la diferencia.

Un acontecimiento inesperado. Porque aunque sólo repito ciertos gestos durante ciertos lapsos de tiempo, mi cuerpo, al ser material, nunca es el mismo; mi cuerpo está controlado por el cambio y por el azar.

Por ejemplo, ayer trabajé el pecho. Normalmente levanto con facilidad la barra más sesenta libras durante seis repeticiones. Ayer, inesperadamente, apenas conseguí levantar ese peso a la sexta repetición. Busqué una razón. ¿El sueño? Dieta' Ambas eran habituales. ¿Estrés emocional o laboral? No más ban habitual. ¿El tiempo? No lo suficiente. Mi inesperado fracaso en la sexta repetición me estaba permitiendo ver, como a través de una ventana, no a ningún exterior, sino al interior de mi propio cuerpo, a su funcionamiento. Me estaba permitiendo vislumbrar las leyes que controlan mi cuerpo, las del cambio o el azar, leyes que apenas son conocibles, si es que lo son.

Al intentar controlar, modelar, mi cuerpo a través de las calculadas herramientas y métodos del culturismo, y una y otra vez, al seguir estos me& odos, fracasar en el intento, puedo encontrarme con aquello que finalmente no se puede controlar ni conocer: el cuerpo.

En este encuentro reside la fascinación, si no la finalidad, del culturismo. Encontrarse cara a cara con el caos, con mi propio fracaso o con una forma de muerte.

Canetti describe la arquitectura de una casa típica del laberinto geográfico de Marrakech. El interior de la casa es frío, oscuro. Pocas o ninguna ventana dan a la calle. Toda la construcción de esta casa, ventanas, etc., está orientada hacia el interior, hacia el patio central donde sólo existe la apertura al sol.

Una arquitectura así es un espejo del cuerpo: Cuando reduzco el lenguaje verbal al mínimo significado, a la repetición, cierro las ventanas exteriores del cuerpo. El sentido se acerca a la respiración cuando construyo mi cuerpo, cuando empiezo a moverme por los laberintos del cuerpo, para encontrarme, aunque sólo sea por un segundo, con lo que mi conciencia normalmente no puede ver. Heidegger: "El ser-ahí del hombre histórico significa: plantearse como la brecha en la que irrumpe en su aparecer la potencia preponderante del ser, para que esta brecha misma se haga añicos contra el ser". 9

En nuestra cultura, fetichizamos y despreciamos al mismo tiempo al atleta, trabajador del cuerpo. Porque seguimos viviendo bajo el signo de Descartes. Este signo es también el signo del patriarcado. Mientras sigamos considerando que el cuerpo, lo que está sujeto al cambio, al azar y a la muerte, es repugnante e inimputable, seguiremos considerando que nuestro yo es un otro peligroso.

