

1. Peso luego existo

Has buscado el lugar adecuado en tu casa.

Has despejado el espacio hasta dejar libre un trozo de suelo lo suficientemente amplio como para tumbarte. Has colocado una manta o esterilla en el suelo para no pasar frío. Y te has tumbado.

Piernas separadas, brazos separados. Boca arriba. Ojos cerrados, quizás. Y quietud.

Tumbado en el suelo, tu cuerpo respira solo.

Y ese ritmo automático que hace que el aire entre y salga, comienza a hacer que tu cuerpo se afloje.

Poco a poco la superficie en contacto con el suelo, crece y se expanden los límites de tu percepción espacial llegando incluso a confundirse con los de la superficie que te sostiene.

La gravedad hace su trabajo sobre tu cuerpo y cada vez estás más pegada al suelo: esta es la experiencia concreta del peso.

Pesas porque tienes un cuerpo. Pesas porque tu consciencia está unida indisolublemente a tu cuerpo tumbado que cede a la gravedad.

Así, al contrario de lo que acostumbramos a creer en Occidente, cualquier posibilidad de entender y aprender depende no tanto de la mente como del peso.

Frente al lema cartesiano cabría responder: “Peso luego existo”

Porque tenemos un cuerpo que pesa y que se reconoce como una realidad física de este mundo podemos conocer, reconocer, descubrir, entender, olvidar, confundir, buscar, reflexionar, ...

En este sentido, hacernos conscientes de nuestro peso es el principio de cualquier proceso de creación o de aprendizaje.

Esa primera labor requiere inevitablemente que reconozcamos las particularidades, potencialidades y talentos concretas de cada cuerpo. Cada cuerpo es un vehículo único, y por tanto precioso, para acercarse al mundo. Cada

cuerpo pesa de una manera particular y ahí reside su maravillosa preciosidad.

Y como cada cuerpo pesa a su manera, cada cuerpo tiene sus formas particulares de aprender y conocer. Si somos capaces de observar y atender las características específicas de cada cuerpo, estaremos apelando a sus potencialidades más valiosas.

Por eso, si en nuestra labor de aprender o crear, partimos de la experiencia del peso del cuerpo propio y, además, tenemos en cuenta las maneras particulares y preciosas de pesar de cada cuerpo, podremos llegar mucho más lejos y más hondo en nuestros procesos de conocimiento.

Preguntas para continuar

¿Para qué utilizo o me sirve mi cuerpo cuando estoy realizando mi labor creativa o pedagógica?

¿Cómo observo la forma concreta de pesar, es decir, de existir, de mi cuerpo? ¿Y de la de los demás?

¿Cuento con herramientas específicas para atender y cuidar los cuerpos de las personas con las que trabajo?

¿Qué papel hace el peso en las materias concretas que activo en el aula o en el estudio?

¿Qué lugar doy a las experiencias físicas en mis procesos de entender y aprender?

¿Qué puede hacer mi cuerpo? ¿y el de las demás?

Jaime Conde-Salazar s.u.s.