



12° CONGRESO ARGENTINO DE ANTROPOLOGÍA SOCIAL

La Plata, junio y septiembre de 2021

GT33: Antropología de y desde los cuerpos

“Reeducar el cuerpo para que se acostumbre a estar bien”: un análisis de las experiencias corporales a partir del uso de *plantas medicinales*

Juliana Sol Gelerstein Moreyra. Instituto de Investigaciones en Humanidades y Ciencias Sociales (IdIHCS), Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación, Universidad Nacional de La Plata. juli.gelerstein@gmail.com

Resumen

Este trabajo presenta parte del análisis desarrollado para mi Trabajo Final de Licenciatura, en el que indagué en las prácticas y sentidos que las participantes de una *formación en plantas medicinales* construyeron sobre formas particulares de entender ‘el cuerpo’, ‘la salud’ y ‘las plantas medicinales’, y cómo éstas se (re)configuraron, a partir del tránsito *vivencial* y *experiential* por dicho espacio.

El eje de esta ponencia está enfocado en las experiencias corporales de las participantes, a partir del uso y consumo de las plantas allí propuestas. Para ello, abordó tres ejes que fueron las propuestas pedagógicas centrales que estructuraron el desarrollo de la *formación*. En primer lugar, se trataba de la idea de *pasar las plantas por el cuerpo*, como propuesta inicial y condición de participación en la *formación* a partir de un involucramiento *experiential* y *vivencial*. En segundo lugar, la idea de *reeducar el cuerpo* para que *se acostumbre a estar bien*, principalmente desde la modificación de hábitos alimenticios y terapéuticos, pero también de hábitos ligados a las horas de descanso, a las relaciones interpersonales, con el medio ambiente, entre otros. Este punto se pensaba en pos de la construcción de una

autonomía del cuerpo que nos llevaba al tercer punto: la idea de que *el cuerpo empieza a pedir lo que le hace bien y rechazar lo que le hace mal*. De modo que, guiada por el propio trabajo de campo, los abordó como los ejes que estructuraron y abonaron a la construcción intersubjetiva de particulares experiencias corporales mediadas por el uso y consumo de *plantas medicinales* en ese espacio específico.

Palabras clave: *experiencia; cuerpo; plantas medicinales; salud.*

Introducción

Este trabajo presenta parte del análisis desarrollado para mi Trabajo Final de Licenciatura, en el que indagué en torno a las prácticas y sentidos que las participantes de una *formación en plantas medicinales* construyeron sobre formas particulares de entender ‘el cuerpo’, ‘la salud’ y ‘las plantas medicinales’, a partir del tránsito *vivencial y experiencial* por dicho espacio.

En este marco, realicé observaciones participantes de todos los encuentros que integraron la *formación*, entrevistas en profundidad a diez de las participantes y analicé el contenido de los grupos de WhatsApp y Facebook de los que todas formábamos parte, así como de los manuales que nos eran entregados a lo largo de los encuentros.

El eje de esta ponencia está enfocado en las experiencias corporales vivenciadas por las participantes del espacio, a partir del uso y consumo de *plantas medicinales*¹ allí propuesto. Para ello, abordó tres ejes que fueron las propuestas pedagógicas centrales que estructuraron el desarrollo de la *formación*.

En primer lugar, se trataba de la idea de *pasar las plantas por el cuerpo*, como propuesta inicial y condición de participación, a partir de un involucramiento *experiencial y vivencial*. En segundo lugar, la idea de *reeducar el cuerpo* para que se *acostumbre a estar bien*, principalmente desde la modificación de hábitos alimenticios y terapéuticos. Esto se pensaba en pos de la construcción de una

¹ Me valgo de las itálicas para hacer referencia a frases y términos extraídos de la experiencia de campo, las “comillas dobles” son utilizadas para hacer referencia a citas textuales de orden académico y las ‘comillas simples’ son utilizadas cuando se desea relativizar algún término.

autonomía del cuerpo que nos llevaba al tercer punto: la idea de que *el cuerpo empieza a pedir lo que le hace bien y rechazar lo que le hace mal*.

De modo que, guiada por el propio trabajo de campo, los abordó como los ejes que estructuraron y abonaron a la construcción intersubjetiva de particulares experiencias corporales mediadas por el uso y consumo de *plantas medicinales* en ese espacio específico.

La formación y su propuesta

La *formación en plantas medicinales* fue dictada en una localidad de la provincia de Córdoba, Argentina. Presentó una modalidad de taller, de 6 encuentros intensivos, iniciando en marzo de 2018 y finalizando en febrero de 2019. Al comienzo éramos alrededor de 30 las personas participantes, de las cuales sólo una se presentó como hombre cis género, y el resto se presentaron como mujeres cis género. Mes a mes fue mermando la cantidad, hasta ser 16 las asistentes en el último encuentro, todas mujeres. Me interesa señalar, por un lado, que todas pertenecíamos a un sector socioeconómico con las necesidades básicas cubiertas y el acceso al sistema formal de salud asegurado. Sobre esto, autores como Mariana Bordes (2009), Mónica Cornejo Valle y Maribel Blázquez Rodríguez (2014), entre otros, señalan que quienes forman parte de los circuitos de terapeutas y pacientes de medicinas y terapias alternativas, generalmente son personas que pertenecen a la clase media con ingresos medios o altos y con educación media o superior. Por otro lado, además de llevar adelante actividades académicas y/o laborales, casi todas las participantes dedicaban tiempo a la realización –ya sea recibiendo, ya sea dando- de actividades como reiki, biodescodificación, yoga, registros akashicos, flores de Bach, masaje Ayurveda². Quien dictaba la *formación* (en adelante, la coordinadora), por su

² De manera resumida, el reiki es una técnica en la que, a partir de la “imposición de manos” se transfiere una “energía universal” (reiki) hacia el paciente con el fin de promover la curación emocional o física; la biodescodificación consiste en descifrar las emociones ocultas que se asocian al síntoma de una enfermedad para lograr descodificarla y así conseguir la curación liberando las emociones del inconsciente; el yoga es una tradicional disciplina física y mental que se originó en la India; los registros akáshicos son un compendio de todos los eventos, pensamientos, palabras, emociones e intentos humanos que hayan ocurrido en el pasado, presente o futuro; las flores de Bach son una serie de esencias naturales utilizadas para tratar diversas situaciones emocionales; el masaje Ayurveda es una técnica de masajes que forma parte de la Medicina Tradicional India, el Ayurveda, en el que se trabaja sobre centros energéticos con la ayuda de aceites esenciales naturales.

parte, se había formado en lo que ella nombró como *medicina ayurveda*, luego en *medicina china* y finalmente en *medicina aborigen o tradicional*.

De este modo, las trayectorias tanto de la coordinadora como de mis compañeras abonaban a la conformación de una plataforma de nociones y sentidos que convergían en un lenguaje común para casi todas las participantes del espacio. Se partía de una base de conocimientos y circuitos previos que permitían un intercambio fluido y -nunca exento de negociaciones, disputas y contradicciones- con un acuerdo tácito en torno a gran parte de las nociones, representaciones y prácticas allí desenvueltas, particularmente en relación a una mirada holística del ‘cuerpo’ y la ‘salud’, a partir de una postura crítica respecto del saber biomédico. Silvia Citro y Patricia Aschieri (2015) han señalado la existencia de circuitos que marcan estilos culturales de consumo, dentro del campo de lo *new age*, que combinan prácticas corporales (como yoga, tai chi, chi kung, bioenergética), con la preocupación por una alimentación saludable (vegetariana, macrobiótica, naturista) y con la recurrencia a circuitos terapéuticos ligados a las medicinas alternativas. De esta forma, “es común que quienes ingresan a algunas de estas prácticas se muevan hacia las otras modalidades que integran estos circuitos; así, las personas crean lo que perciben como sus propias *elecciones*, sus *caminos*, o sus *búsquedas* personalizadas” (p. 334).

Respecto al abordaje de las *plantas medicinales* que allí se proponía, desde el inicio se nos planteó que íbamos a consumir *plantas medicinales* todos los días, dentro de lo que la coordinadora llamó el *ciclo anual de toma de plantas*. Por motivos de extensión no detallo aquí el esquema total del *ciclo anual*, pero, en términos generales, se trataba de una secuencia de consumo de ciertas plantas en particular, en relación al momento del año del que se tratara -otoño, invierno, primavera, verano-, comenzando la ingesta el 21 de marzo, a inicios del otoño, que es *cuando la Tierra se limpia*. En este sentido, la propuesta de *pasar las plantas por el cuerpo* fue el punto inicial y central, a partir del cual las participantes fuimos construyendo e incorporando una trama de sentidos y prácticas, no sólo en torno al mundo de las *plantas medicinales*, sino también en torno a la corporalidad y la salud.

La coordinadora nos explicaba que el aprendizaje sobre las *plantas medicinales* tenía como marco de conocimiento y cosmovisión la *medicina tradicional* o *aborigen* (nombradas como sinónimos), en mayor medida, y la *medicina china* y *ayurveda*, en menor medida. A partir de esto, el propósito del uso y consumo de *plantas medicinales* era hacer una *limpieza profunda e integral*, de los *cuerpos físico, emocional, mental y espiritual*, de manera holística, considerados éstos como distintas dimensiones interrelacionadas de la corporalidad. El abordaje se planteaba de esta manera ya que, según la coordinadora, a diferencia del carácter alopático de la biomedicina, desde la *medicina aborigen* no se tratan los síntomas, sino que se busca *ir a la raíz de los malestares*. Se buscaba, entonces, *crear un medio limpio y adecuado*, principalmente a partir de la disminución de la cantidad de *parásitos* y *toxicidad*, para que el cuerpo, a través de sus propios mecanismos, *tienda a curarse solo*. Dentro de esta misma lógica, en este espacio se entendía que una enfermedad o malestar involucraba, en mayor o menor medida, a todas las dimensiones mencionadas que conformaban la corporalidad, desde la idea de que *somos cuerpo*. Así se planteaba una crítica central a la biomedicina: su foco en el carácter meramente biológico de la persona.

A modo de ejemplo, en septiembre, antes de que comenzara la primavera, se indicaba tomar ciertas plantas particulares para limpiar el aparato reproductor³: se trataba de *plantas de la fertilidad* que tomábamos para preparar el aparato reproductor *para dar origen a la vida*. Se hacía referencia aquí no sólo a una idea de fertilidad biológica, buscando tener hijos, sino también a la idea de dar nacimiento a proyectos personales y negocios, es decir, un proceso creativo en su sentido más amplio. De esta forma, la coordinadora nos explicaba que, *de un proceso interno, nos vamos saliendo hacia afuera, para florecer y dar frutos*. Se puede observar cómo el sistema reproductor a nivel fisiológico -los órganos y partes del cuerpo hegemoníamente considerados como parte de la reproducción- se relacionaba a

³ Cabe mencionar que en ningún momento de la *formación* hubo mención a identidades trans, siempre se pensaba en cuerpos cisgénero. Sería interesante realizar un abordaje sobre las construcciones de género que se desenvolvían en ese espacio, ya que eran abundantes las referencias en torno a cómo “lo femenino” y “lo masculino” se “liga” a distintos aspectos y elementos de la naturaleza. Por otro lado, considero que no es casual que hayan sido mujeres cisgénero -así autopercebidas- todas las que continuaron y finalizaron la cursada de la formación. Por cuestiones de extensión no me aboqué a dicho análisis, pero quedan abiertas las inquietudes.

cierta época del año -la primavera- y a un comportamiento del reino vegetal -cuando las plantas florecen-. Esto se ligaba, además, con ciertas emociones y sensaciones -creatividad, *salirse para afuera-*, con ciertos procesos vitales -el nacimiento- y aspectos más ligados a las relaciones sociales interpersonales -proyectos personales, negocios, trabajos-.

Este abordaje sobre las *plantas medicinales* fue acompañado de un aprendizaje sobre la modificación de ciertos hábitos alimenticios: con la premisa de “que tu alimento sea tu medicina”, se nos enseñó a reducir y reemplazar los *cinco venenos blancos*: lácteos de origen animal, harinas refinadas, sal refinada, arroz blanco y azúcar blanca refinada. Si bien se hizo hincapié en estos cinco, la propuesta era que nuestra dieta no se basara en alimentos ultraprocesados, refinados e industrializados, planteando que esto alejaba y alteraba al alimento de su estado *natural*, creando un medio *tóxico* en el cuerpo, más ácido⁴.

La denominada antropología del cuerpo ha jugado un importante papel en abonar a una visión desnaturalizada de la corporalidad: hizo del cuerpo una dimensión analítica de pleno derecho, planteando que el mismo nunca es un dato indiscutible, sino el efecto de una construcción social y cultural (Le Breton 1995 [1990]). En este sentido, respecto a la visión holista del ‘cuerpo’ y la búsqueda por abordar sus distintas dimensiones manera integrada que se proponía en la *formación en plantas medicinales*, Mariana del Mármol (2016) plantea que el renovado interés por el mismo en la actualidad responde a ciertas tendencias generales de la sociedad contemporánea. Este reconocimiento del valor del cuerpo se encuentra generalmente ligado a “un intento de superación del dualismo que se identifica como dominante en la tradición de pensamiento occidental y al que se entiende como principal responsable de la invisibilización de la centralidad del cuerpo que se pretende revertir” (p. 526). Michael Lambek (2011 [1998]) sostiene que, aunque no alcancen las mismas proporciones ni involucren las mismas formas, las distinciones que llevan a un pensamiento dualista cuerpo-mente o cuerpo-persona probablemente sean universales, y plantea, además, que “el dualismo mente/cuerpo

⁴ La acidez y la alcalinidad hacen referencia al pH del organismo. Si bien la coordinadora no ahondó sobre esto, planteaba que era importante mantener el organismo ligeramente alcalino para la prevención de enfermedades.

es, al mismo tiempo y en todo lugar, trascendido en la práctica, pero, aun así, está presente de una u otra forma en el pensamiento” (p. 107). De este modo, en la cotidianidad todos viviríamos bajo una experiencia monista. El autor afirma que cuerpo y mente no referirían a oposiciones, sino a “inconmensurables de la experiencia humana” (p. 111). El dualismo no siempre toma la forma de cuerpo-mente, es decir, cuerpo y mente no son categorías universales, pero sí existe siempre más de una categoría para hablar de los dominios que cubren esos dos referentes.

Antes de pasar al siguiente apartado, cabe hacer una breve descripción de la dinámica de los encuentros de la *formación*, para entender los tres ejes pedagógicos a partir de los cuales realizó el análisis: al inicio, cada una de nosotras compartía con todo el grupo cómo iba siendo la experiencia con la planta que estaba tomando: contábamos cómo nos sentíamos, qué cosas nos sucedían a nivel físico, emocional y mental, y en nuestras relaciones con el entorno, a lo que la coordinadora iba haciendo comentarios dirigidos a aprobar, desaprobar, y también interpretar y explicar los significados de cada una de esas experiencias. Luego abordábamos algún aspecto o temática vinculada a las *plantas medicinales*: sus características y propiedades, dónde encontrarlas, formas de preparación y uso, entre otras cosas, siguiendo los manuales que ella nos entregaba -elaborados por ella misma-. Luego continuábamos con otra actividad, algunas previstas desde el principio de la *formación*, como un rito de pedido y agradecimiento a la Pachamama, un ritual de *rapé*, una ceremonia de *fumo* y de *sahumo*, un taller de producción de cremas y ungüentos; y otras que fueron surgiendo a lo largo de los encuentros, a partir de inquietudes e intereses de quienes estábamos participando del espacio, tales como un taller de producción de lácteos vegetales y un *rito del útero*⁵. La mayoría de estas actividades se trataba de prácticas rituales con performances bien pautadas de antemano.

⁵ De manera breve, el ritual de *rapé* consistía en aspirar rapé, que es una mezcla de plantas molidas, dentro de las que predomina el tabaco. La ceremonia de *fumo* consiste en fumar tabaco, pero sin llevar el humo a los pulmones. Ambos se utilizan para *limpiar el campo mental*, entre otras cosas. El *sahumo* es el humo que se genera a partir del contacto entre brasas y plantas y/o resinas, y se utiliza para *limpiar el campo energético* de las personas y/o lugares. Por último, el *rito del útero*, según lo explicado por la coordinadora, se realiza *para sanar y limpiar las historias y memorias que están en nuestro útero y que no son nuestras*.

Pasar las plantas por el cuerpo

Como fuera mencionado, uno de los requisitos indispensables de participación en ese espacio era el consumo diario de las *plantas medicinales* allí propuestas, en base al *ciclo anual de plantas medicinales*. Desde el primer encuentro, la coordinadora nos dijo que se trataba de *un taller vivencial y experiencial*, que requería de nuestro involucramiento y compromiso. Con ello se refería a que el aprendizaje en torno a las *plantas medicinales* lo íbamos a desarrollar a partir de *pasar las plantas por el cuerpo*. De este modo, las participantes consumíamos un litro diario de *infusión de plantas medicinales* a lo largo de todo el *ciclo anual*. *Pasar las plantas por el cuerpo* también implicó el aprendizaje y uso en otros formatos, como *sahumos, rapé y fumos*.

La propuesta de *pasar las plantas por el cuerpo* fue una de las cosas que más llamó la atención entre las participantes y apareció como algo inesperado en sus expectativas en torno a la *formación*. En palabras de las participantes, lo valoraron en términos positivos puesto que:

No sabía que íbamos a tomar plantas. Yo pensé que nos iban a compartir, digamos, para qué servía cada planta, cuál era la sensibilidad de cada una, en que la podíamos usar [...] Pero me encantó, me sorprendí para bien porque qué mejor que pasarlo por el cuerpo el aprendizaje [...] No esperaba estar un mes tomando una planta y viendo qué era lo que me sucedía en el cuerpo y en las emociones (Entrevista a F., octubre de 2018).

In-corporar el aprendizaje sobre las *plantas medicinales* a partir de su uso y consumo *pasándolas por el cuerpo*, implicaba proponer al cuerpo como un espacio de construcción de conocimientos y herramienta de aprendizajes. Respecto a esto, Thomas Csordas (2011 [1993]) planteó la perspectiva del *embodiment*, como la condición existencial en la cual se asientan la cultura y el sujeto, esto es, “un campo metodológico indeterminado definido por experiencias perceptuales y por el modo de presencia y compromiso con el mundo” (p. 83). De este modo, pretende superar la idea del cuerpo como un objeto que es “bueno para pensar”, para entender a la

experiencia corporizada como punto de partida para el análisis de la participación humana en el mundo cultural. Recuperando una perspectiva fenomenológica y experiencial, Csordas retoma los aportes de Maurice Merleau-Ponty y de Pierre Bourdieu, para tomar al “cuerpo vivido” como “un punto de partida metodológico” (p. 84). El autor define, además, los “modos somáticos de atención” como “modos culturalmente elaborados de prestar atención a, y con, el propio cuerpo, en entornos que incluyen la presencia corporizada de otros” (p. 87).

En esta misma línea, Michael Jackson (2011 [1983]) critica el paradigma textualista y representacional que se venía desarrollando dentro de los estudios antropológicos sobre el cuerpo, entendiendo que el mismo refuerza la preeminencia cartesiana de la mente sobre el cuerpo, considerado como “inerte, pasivo y estático” (p. 65), y señala la importancia de un modo de análisis que coloque el énfasis en su carácter activo y transformador en la práctica social. De este modo, propone un abordaje etnográfico que se fundamente en la participación personal y práctica del etnógrafo en la experiencia de campo, reivindicando el conocimiento a través de la participación corporal y de la percepción.

Estos enfoques han tomado en Argentina la forma de una antropología de y desde los cuerpos, es decir, “de una antropología que no sólo se ocupe del cuerpo como objeto de investigación, sino que también considere al cuerpo como un punto de partida metodológico”, tal como señala Ana Sabrina Mora (2011, p. 24), aunque “agrega, no obstante, los aportes de otros autores para integrarlos en un abordaje dialéctico” (Citró 2004, p. 5).

De este modo, frente al énfasis en la *experiencia* y el carácter *vivencial* que en la *formación en plantas medicinales* se ponía a lo que allí se desarrollaba, se hacía imperiosa la reflexión y el abordaje de mi propia experiencia etnográfica y el carácter corporizado del conocimiento a lo largo de mi trabajo de campo. Considero que mi participación a partir de mi compromiso corporal, de la misma forma que mis compañeras, implicó que, por un lado, la coordinadora aprobara mi presencia en ese espacio, y, por otro lado, que pudiera compartir, a la par de mis compañeras, algunas de las prácticas y discursos que allí se elaboraban, adentrándome en aquellas experiencias que pretendía analizar.

Acostumbrarse a estar bien es una reeducación del cuerpo

El propósito del *ciclo anual de toma de plantas*, como fuera descrito, apuntaba a una *limpieza profunda e integral* de las distintas dimensiones de la corporalidad, de manera holística. En este sentido, la coordinadora explicaba que *nosotros venimos mal curados y mal alimentados*. Esto se debía a que *las drogas farmacológicas generan vaguedad en un cuerpo que por sí mismo se está curando, o tiene la capacidad de hacerlo*, y que nuestra dieta estaba basada en alimentos que *generan toxicidad y alimentan a los parásitos*. Entonces, desde la *formación* se apuntaba justamente a revertir esas cuestiones, a partir de la modificación, principalmente, de los hábitos terapéuticos y alimenticios. En varios encuentros la coordinadora expresó que *uno se acostumbra a estar mal, al cuerpo lo acostumbrás*, y continuaba diciendo que *acostumbrarse a estar bien es una reeducación del cuerpo*. Allí se hacía explícito el propósito pedagógico de la *formación*, ligado no solamente al aprendizaje en torno a las *plantas* en sí, sino también a toda una plataforma de sentidos en torno al ‘cuerpo’ y a lo que éste debía sentir y experimentar como *lo que hace bien* y *lo que hace mal*. De esta forma, las experiencias allí construidas buscaban incorporar de manera *vivida* estas concepciones en torno al cuerpo y a lo que era considerado *saludable*.

Alrededor de una semana después de empezar la toma de las *plantas*, la coordinadora preguntó a través del grupo de Facebook, del que todas formábamos parte, *cómo veníamos con el proceso de limpia*. Casi todas comentamos qué *planta* estábamos tomando y mencionamos los síntomas que fueron apareciendo: dolor de cabeza, mocos, eructos, flatulencias, dolor de garganta, aumento de orina, diarrea, náuseas. Eran todos síntomas *esperables*, según lo que la coordinadora nos había comentado que podía llegar a sucedernos. Por otro lado, muchas de mis compañeras comentaron que a nivel anímico y mental estaban *revisando muchas cosas del pasado*, que habían tenido sueños con ex parejas, que sentían que estaban *empezando a soltar* -aunque ninguna especificaba qué era lo que *soltaban*-. Algunas decían sentirse sensibles, otras sentían rabia o tristeza, pero ninguna decía valorar esas sensaciones de manera negativa. Frente a estos comentarios, la

coordinadora contestó diciendo que *eso es limpieza también, nuestros parásitos humanos*, y aprobó nuestros comentarios añadiendo *¡Van bárbaro! ¡Son todos síntomas de limpia, movimiento energético! Eso denota que no hay tanta suciedad porque el cuerpo responde ¡las felicito!* (Registro de campo, marzo de 2018). Respecto a esto último, ella nos había dicho que mientras más rápido presentáramos síntomas, mejor sería, ya que significaba que *nuestro cuerpo estaba teniendo la capacidad de limpiarse y sacar afuera la toxicidad*.

En este sentido, los malestares generados por el uso y consumo de *plantas medicinales* no eran vistos de manera negativa -malestares leves como los antes nombrados-, sino que eran valorados positivamente como indicios de que *el cuerpo se estaba limpiando*. Ésta era una de las razones por las que desde la *formación* se apuntaba a no *suprimir los síntomas*, sino a *darle al cuerpo el tiempo suficiente para que termine el proceso de limpiarse*.

Además de la referencia a la toma de *plantas*, varias compañeras comentaron en esa ocasión que estaban dejando de consumir harinas refinadas, azúcar blanca y lácteos de origen animal, y que si volvían a probarlas les generaba rechazo y una *sensación de asqueo*.

La coordinadora aparecía como la voz autorizada (Clifford 1995 [1988]) con la potestad de legitimar -o no- las distintas vivencias relacionadas tanto al consumo de *plantas medicinales* como al consumo de distintos alimentos y de otras prácticas terapéuticas. Era ella quien comenzaba la conversación en cada encuentro y formulaba las preguntas sobre nuestros procesos, pero también era ella quien, cada vez que alguna de las participantes terminaba de contar su experiencia, concluía el intercambio con un comentario final. De esta manera el orden y la organización del habla tenían que ver con las relaciones de poder entabladas en la *formación* y con la autoridad que representaba la coordinadora.

En el tercer encuentro de la *formación*, cuando estábamos en la etapa de *desparasitación*, hubo ciertos intercambios que me resultaron interesantes. C. contó que el suico (la *planta medicinal* que estábamos tomando en ese momento) la había hecho sentir descompuesta y con dolor de cabeza, frente a lo que la coordinadora le indicó seguir tomándolo, ya que *era su resistencia y la de los parásitos lo que la*

hacían sentirse así. S. contaba que había estado teniendo pesadillas y que le habían dado muchas ganas de comer cosas dulces -mismo comentario que fue hecho por otras compañeras cuando contaban su experiencia-. Frente a esto, en sintonía con los comentarios que le había hecho a C., la coordinadora respondió explicando que *son los parásitos los que están queriendo que les des algo dulce, ahí está la voluntad de uno de aguantar esas ganas.*

Este último punto me pareció importante, ya que dentro de la idea de que *el cuerpo empieza a pedir lo que le hace bien y rechazar lo que le hace mal* debía haber una operación previa. Esta operación tenía que ver con la identificación de si lo que *te está pidiendo el cuerpo* tenía que ver con el cuerpo en sí mismo, o con los *parásitos -físicos, humanos, mentales o emocionales,* en palabras de la coordinadora- que nos habitaban y que era justamente a los que había que *combatir.* Considero que la propuesta de *reeducar el cuerpo* se relacionaba justamente con ese proceso de aprender a identificar qué era lo que estaba movilizándolo el deseo de consumir ciertos alimentos, hacer, pensar o decir algo -como pensar en alguna persona en particular, tener algún sentimiento o emoción en particular, entre otros - y lograr resistir cuando ese deseo provenía de los *parásitos.*

Luego de los primeros cinco encuentros presenciales, lo que restaba del *ciclo anual de toma de plantas* tuvo mucho menos seguimiento, ya que el último encuentro de la *formación* fue varios meses después. Desde ese momento, hasta el último encuentro, estuvimos comunicándonos entre todas a través de un grupo de WhatsApp, armado por la coordinadora exclusivamente para *seguir acompañándonos con el proceso, hasta que nos volviéramos a encontrar.* Si bien a través del grupo de WhatsApp podíamos hacer consultas y comentarios, el seguimiento no fue tan dedicado como venía siendo anteriormente. Las experiencias que contábamos por allí eran más acotadas, al igual que las devoluciones de parte de la coordinadora -quizás por las particularidades de la aplicación y el hecho de no poder vernos cara a cara-. Considero que los encuentros presenciales resultaban necesarios para la eficacia pedagógica y por ende simbólica en la construcción de las experiencias corporales desde el uso y consumo de *plantas,* además de la constancia y continuidad con *la toma* misma. Algunas de las participantes que

entrevisté, luego de ese penúltimo encuentro presencial no continuaron con la toma de plantas de manera regular, sino más bien con idas y venidas. De este modo, sin la re-ritualización colectiva poco a poco se iba perdiendo la práctica y la constancia, aunque no en todos los casos.

Finalmente, durante el último encuentro, algunas compañeras compartieron lo que había implicado y significado para ellas todo el *ciclo anual de toma de plantas*. Entre ellas, a modo de ejemplo, F. comentó cómo al comenzar la *formación* se le había manifestado un nódulo en la garganta, que terminó curando del todo con las *plantas*. Además, comentó que se conectó mucho más con su ciclo menstrual, y a través de este con su *parte femenina*, y con ello curó unos hongos vaginales que tenía hacía varios años, sumado a un profundo proceso emocional en el que *aprendió a soltar*.

Es así que el proceso pedagógico de *reeducción del cuerpo* se desenvolvía, por un lado, a través del aprendizaje de las propiedades y características de las *plantas medicinales*, tanto en lo charlado durante los encuentros, como en las lecturas de los manuales que allí nos eran entregados. Por otro lado, a partir del uso y consumo diario de *plantas medicinales*, ya sea en formato de *infusiones*, así como de los *sahumos, fumos y rapés*. El aprendizaje también se daba en torno a la modificación de los hábitos alimenticios, apuntando de modo general a la disminución de alimentos *ultraprocesados*. Esta *reeducción* tenía que ver, además, y en gran medida, con prácticas de identificación e interpretación, que en el espacio de la *formación* se realizaban, en torno a las vivencias y sentires experimentados a partir de las modificaciones de hábitos y consumos, y a los significados que de ellos se hacían. Era en estas instancias en las que aprendíamos a identificar si aquello que estábamos consumiendo/haciendo nos *hacía bien* o nos *hacía mal*, y por qué. Teniendo en cuenta que los momentos en los que cada una de nosotras compartía con el grupo sus experiencias y la coordinadora hacía las respectivas devoluciones ocupaban, en casi todas las ocasiones, alrededor de la mitad del tiempo de cada encuentro, se trataba de una instancia de gran importancia en el desarrollo de la *formación*.

El cuerpo empieza a pedir lo que le hace bien y rechazar lo que le hace mal

La propuesta de la coordinadora de *reeducar el cuerpo*, que *empieza a pedir lo que le hace bien y rechazar lo que le hace mal* poco a poco hizo carne en mí y en mis compañeras. Esto se vio plasmado tanto en la manifestación de los efectos del consumo de las *plantas medicinales* -ya en el segundo encuentro de la *formación*, una de las compañeras preguntaba *¿puede ser que el cuerpo te pida tomar el té?*- así como en la creciente preferencia por el reemplazo de los alimentos considerados *nocivos* y en el rechazo que muchas comenzaron a experimentar y expresar hacia los mismos (como el queso, las harinas y el azúcar). Esto último manifestado en reacciones tales como asqueos, hinchazones, resfríos, dolores de cabeza, entre otros.

Dentro de los relatos de las participantes pude observar cómo, a partir del uso y consumo de *plantas medicinales* -es decir, de la experiencia de *pasar las plantas por el cuerpo* dentro de este marco pedagógico específico- fuimos incorporando un conjunto de nociones, prácticas y representaciones. Por un lado, a consumir las *plantas* y a experimentarlo a partir del reconocimiento de los efectos esperables y deseables de las mismas. Por otro lado, a modificar los hábitos alimenticios, de manera de identificar cuáles eran los alimentos que *hacen bien* y los alimentos que *hacen mal*. Transcribo aquí algunos fragmentos de entrevistas que me ayudaron a pensarlo de esa manera:

Este paradigma desde el que estudiamos las plantas, de que no sólo funcionan en el cuerpo, limpian el cuerpo físico, sino esta consciencia de los otros cuerpos, y cómo a medida que se iban moviendo cuestiones en cada órgano, según la planta, también se iban moviendo emociones, eso me sorprendió y me gustó mucho, la verdad. Esta cuestión integral del ser [...] La posibilidad de ser consciente, de comer y que tus órganos y tu cuerpo estén lo suficientemente livianos como para enseguidísima procesar lo que sea alimento y desechar lo que no, todo más rápido, y por eso sentirte con más energía y más liviano ¿no? Como una consciencia plena de cada órgano, cómo está funcionando y cómo funcionaba antes de mal [...] Es como hacerse cargo de tu cuerpo y de tu salud (Entrevista a E., octubre de 2018).

Fue muy interesante, porque a mí también me ayudó muchísimo a cambiar. Yo no te tomaba un mate sin edulcorante, y ahora no lo puedo ni ver, ¿no? Creo que me

ha hecho bien en muchos aspectos a mí [...] En tomar consciencia de mi cuerpo, en tomar consciencia de algunos alimentos que no son buenos, ni saludables, que aparte de hacer bien a uno, previenen un montón de enfermedades, y aprender globalmente ¿no? En el aspecto de que aprendí que hay parásitos del cuerpo y parásitos mentales, que yo nunca los había nombrado como parásitos mentales, que después te cae la ficha [...] Ha sido muy lindo sentir la planta en el cuerpo, ha sido muy lindo darme cuenta de todo eso (Entrevista a C., octubre de 2018).

Me interesa retomar aquí los aportes de Mariana del Mármol (2016) respecto a la valoración diferencial de los términos que constituyen los dualismos en nuestra sociedad: si el cuerpo fue tradicionalmente el término subvalorado, hoy es revalorizado y colocado en un lugar central, en desmedro de los términos opuestos, tal como considero que se planteaba en la *formación*, donde la propuesta era que el aprendizaje sobre las *plantas medicinales* se de a partir de un abordaje *vivencial y experiencial*, de *pasar las plantas por el cuerpo*. En este sentido, la autora señala que estas inversiones de valor tienden a sostener el dualismo más que a superarlo. Es por ello que me interesa poner en diálogo la perspectiva del *embodiment* y del carácter activo y productor del cuerpo propuestas por Thomas Csordas y Michael Jackson antes desarrolladas, con otras perspectivas de corte interpretativo y textualista que estos autores critican, ya que considero que ambas, las experiencias vivenciadas a partir del uso y consumo de *plantas medicinales* y las interpretaciones y significaciones que de las mismas se hacían, contribuían a la construcción de particulares prácticas y representaciones en torno al cuerpo. Se trataba de dos instancias que dialogaban y se complementaban. En palabras de Michael Lambek, “ni “cuerpo” ni “mente” es suficiente para describir la experiencia humana pues no son simplemente aditivos, desde que cada uno está de alguna manera implicado en el otro” (2011 [1998], p. 112). En la misma línea que lo señalado por del Mármol, el autor plantea que el énfasis en el cuerpo acarrea el riesgo de reproducir el dualismo cartesiano, que quienes defienden las teorías del cuerpo han puesto de manifiesto para trascenderlo. Mora (2011) señala que la cuestión, en suma, “no es dar vuelta los valores de la ecuación cartesiana o de trascender el dualismo celebrando el cuerpo a expensas de la mente o reduciendo las categorías mente/cuerpo a una sola

entidad. Sino de ver siempre a cada uno a la luz del otro, y tomar en cuenta las dimensiones productivas de esta relación de inconmensurabilidad” (p. 23).

Dicho esto, no quisiera dejar de retomar la clásica noción de “eficacia simbólica” propuesta por Claude Lévi-Strauss (1994 [1958]), a partir de la cual plantea que el ritual tiene una eficacia para inscribir el mundo simbólico y social en los cuerpos de las personas. Al abordar ciertas prácticas mágicas, el autor señala que la eficacia depende fundamentalmente de la creencia en ellas: creencia, en primer lugar, del hechicero mismo en la eficacia de sus propias técnicas; en segundo lugar, creencia del enfermo o del “condenado” en las prácticas y el poder del hechicero; y, en tercer lugar, creencia del “colectivo social” en el que se mueven tanto el hechicero como la persona que busca sanar y en el seno del cual las prácticas mágicas se desarrollan. De este modo el autor afirma que se puede decir que la situación mágica es un fenómeno de *consensus*. De esta manera, considero que las experiencias corporales que en ese espacio de *formación* se vivenciaban se hacían posibles debido a, por un lado, la creencia de las participantes sobre los efectos del uso y consumo de *plantas medicinales*, así como en la interpretación de esos efectos como positivos sobre ‘la salud’. Por otro lado, en la creencia de las participantes en la autoridad (Clifford 1995 [1988]) y la capacidad de la coordinadora para brindar aquellos conocimientos, guiarnos en la preparación y toma de las *infusiones* y en las interpretaciones que de los efectos de su consumo realizaba. Y, por último, considero fundamental las trayectorias previas y paralelas a la participación en la *formación* de (casi) todas las participantes dentro de los “circuitos alternativos” de terapias, que posibilitaron un acuerdo común en gran parte de los discursos y prácticas allí desenvueltas.

Para concluir, me interesa recuperar el análisis que realiza Darío Soich (2011) respecto a la antidisciplina obrera y a la resistencia corporal en una industria automotriz. Retomando a Michel de Certeau, el autor realiza la distinción entre la resistencia pensada en términos de “táctica” y en términos de “estrategia”. De este modo, la estrategia se dirigiría hacia una transformación de las condiciones objetivas de la existencia y la táctica implicaría aquellas prácticas que tienen efecto en el nivel de la experiencia diaria, pero que no generan una subversión o una torsión de las condiciones objetivas de la vida. Esto permite problematizar no sólo la consideración

de cómo lo social se inscribe en el cuerpo, sino también de lo que el cuerpo produce, qué potencia tiene su capacidad de agencia. En este sentido, considero que las prácticas y discursos que tomaban lugar en la *formación en plantas medicinales*, eran llevados a cabo por cuerpos cargados de intencionalidad, que efectivamente influían en la experiencia y la acción cotidianas, presentándose como tácticas de resistencia, particularmente hacia el saber/poder biomédico. Sin embargo, no constituían cambios estructurales al nivel de las condiciones objetivas de la existencia. De hecho, muchos de los discursos que allí se compartían tenían un carácter fuertemente normativo, a partir del cual se planteaban juicios morales.

Conclusiones

Procuré a lo largo de este trabajo analizar las experiencias corporales a partir del uso y consumo de *plantas medicinales*, de las participantes de una *formación en plantas medicinales*. En este proceso de construcción de prácticas y sentidos en torno al mundo de las *plantas medicinales*, pero también en torno al ‘cuerpo’ y la ‘salud’, la idea de *pasar las plantas por el cuerpo* apareció como propuesta eje y condición *sine qua non* de participación en este espacio, de manera *vivencial y experiencial*. De esta forma, se incorporaban los saberes sobre las *plantas medicinales*, considerando al ‘cuerpo’ como espacio de construcción de conocimientos y herramienta de aprendizajes (Jackson, 2011 [1983]; Csordas, 2011 [1993]; Mora, 2011; del Mármol, 2016). Para el abordaje de las experiencias corporales vivenciadas a partir de este uso y consumo de *plantas medicinales* recuperé los aportes de Csordas (2011 [1993]), particularmente la propuesta del *embodiment* como base existencial de la cultura, y de Jackson (2011 [1983]), para poner el foco en la dimensión productiva del ‘cuerpo’, como dotado de un carácter activo y transformador en la práctica social (Jackson, 1983), en donde la experiencia corporal se produce a partir de relaciones intersubjetivas.

La identificación, interpretación y significación de sensaciones, emociones y vivencias originadas del uso y consumo de *plantas medicinales* y de la alimentación que en la *formación* nos era enseñado, ocupaba un lugar central dentro de cada uno de los encuentros. En los mismos, la coordinadora aparecía como la voz autorizada

(Clifford, 1995 [1988]) a partir de quien aprendíamos a realizar esas interpretaciones. De este modo, se daba lugar a una práctica pedagógica de *reeducción del cuerpo*, desde la que aprendíamos a identificar y aprender qué *nos hacía mal* y qué *nos hacía bien*, para *acostumbrarnos a estar bien*. El propósito de esta *reeducción del cuerpo* se dirigía a que *el cuerpo empiece a pedir lo que hace bien y rechazar lo que le hace mal*. Procuré poner en diálogo la perspectiva fenomenológica y experiencial del *embodiment* con análisis de corte interpretativo y representacional, en la búsqueda no seguir perpetuando el dualismo cuerpo-mente, ya que considero que era a partir de ambos movimientos que se producían las experiencias corporales en este espacio.

Finalmente, propuse que dichas experiencias se configuraban como “técnicas” de resistencia (Soich, 2011) al poder/saber biomédico, pero que de ningún modo se trataba de prácticas que modificaran las condiciones objetivas y estructurales de vida. De hecho, considero que los discursos que allí tenían lugar poseían, en gran medida, un fuerte carácter normativo.

Referencias bibliográficas

- Bordes, M. (2009). “Análisis de la construcción de la identidad terapéutica ‘alternativa’ en el contexto del campo de la salud de Buenos Aires”. En: *Sociedade e Cultura*, V. 12 (pp. 343-354). Brasil: UFG.
- Citro, S. (2004). “La construcción de una antropología del cuerpo: propuestas para un abordaje dialéctico”. En: *Actas del VII Congreso Argentino de Antropología Social*, Córdoba.
- Citro, S. y Aschieri, P. (2015). “El cuerpo, modelo para (re)armar: Cartografía de imágenes y experiencias en los consumos urbanos”. En: *La cultura argentina hoy. Tendencias!*
- Clifford, J. (1995 [1988]). “Sobre la autoridad etnográfica”. En: *Dilemas de la cultura: antropología, literatura y arte en la perspectiva posmoderna*. Tr. Carlos Reynoso. Barcelona: Editorial Gedisa.

- Cornejo Valle, M., y Blázquez Rodríguez, M. (2014). La convergencia de salud y espiritualidad en la sociedad postsecular. Las terapias alternativas y la constitución del ambiente holístico. *Antropología Experimental*, (13).
- Csordas, T. (2011 [1993]). "Modos somáticos de atención". En: Citro, Silvia (coord.) *Cuerpos plurales. Ensayos antropológicos de y desde los cuerpos*. Buenos Aires: Biblos.
- del Mármol, M. (2016). "Cuerpo entre Dualismos: discursos y experiencias sobre el cuerpo en el aprendizaje de la actuación". *Rev. Bras. Estud. Presença*, Porto Alegre, v. 6, n. 3, p. 524-550, set./dez.
- Jackson, M. (2011 [1983] [1989]). "Introducción" y "Conocimiento del cuerpo". En: Citro, Silvia (coord.) *Cuerpos plurales. Ensayos antropológicos de y desde los cuerpos*. Buenos Aires: Biblos.
- Lambek, M. (2011 [1998]). "Cuerpo y mente en la mente, cuerpo y mente en el cuerpo. Algunas intervenciones antropológicas en una larga conversación". En: Citro, Silvia (coord.) *Cuerpos plurales. Ensayos antropológicos de y desde los cuerpos*. Buenos Aires: Biblos.
- Le Breton, D. (1995 [1990]). *Antropología del cuerpo y modernidad*. Buenos Aires: Ediciones Nueva Visión.
- Lévi-Strauss, C. (1994 [1958]). "El hechicero y su magia" y "La eficacia simbólica". En: *Antropología Estructural*. Madrid: Altaya.
- Mora, A. (2011). "Prácticas, representaciones y experiencias: propuestas teórico-metodológicas en investigaciones socio-antropológicas sobre el cuerpo". En: *Actas del congreso I Encuentro Latinoamericano de Metodología de las Ciencias Sociales*. Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación, Universidad Nacional de La Plata.
- Soich, D. (2011). "Guaridas, bombas caseras, autolesiones y engaños diversos: antidisciplina obrera y resistencia corporal en la industria automotriz transnacional". En: Citro, Silvia (coord.) *Cuerpos plurales. Ensayos antropológicos de y desde los cuerpos*. Buenos Aires: Biblos.